前行广释之四轮回过患

Contents

[第四十节课 1](#_Toc494810026)

[第四十一节课 16](#_Toc494810027)

[第四十二节课 32](#_Toc494810028)

[第四十三节课 47](#_Toc494810029)

[第四十四节课 63](#_Toc494810030)

[第四十五节课 80](#_Toc494810031)

[第四十六节课 94](#_Toc494810032)

[第四十七节课 108](#_Toc494810033)

[第四十八节课 123](#_Toc494810034)

[第四十九节课 137](#_Toc494810035)

[第五十节课 150](#_Toc494810036)

[第五十一节课 164](#_Toc494810037)

[第五十二节课 179](#_Toc494810038)

[第五十三节课 194](#_Toc494810039)

[第五十四节课 209](#_Toc494810040)

[第五十五节课 222](#_Toc494810041)

[第五十六节课 238](#_Toc494810042)

[第五十七节课 252](#_Toc494810043)

[第五十八节课 267](#_Toc494810044)

# 第四十节课

思考题

166、修持共同四加行，分别可断除对什么的执著？你对此有何体会？

167、在学习“轮回过患”之前，为什么要先确信前世后世存在？请举例说明，其他宗教对此持何态度？了解这些有什么必要？

168、请引用教证说明，佛经中对轮回有哪些比喻？请解释其中任一比喻的意义。

169、观轮回痛苦、修菩提心中，都提到了“众生彼此之间没有不当过父母的”，二者的侧重点有何区别？请谈谈你的认识。

170、这节课讲了哪两个问题？你对此能产生定解吗？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天开始讲“共同加行”的第三个引导文：

三、轮回过患

这个修法也很重要，希望大家在学习过程中，一定要认真听受。接下来过后，该辅导、该预习、该修学的，应该精勤地对待。

表面上看来，加行中的“人身难得”、“寿命无常”、“轮回过患”等修法比较简单，可实际上真正修起来时，比其他有些修行还要难。比如说，修风脉明点、观本尊、念咒语，心相对而言容易集中，但这里的修行范围比较广，内容也很深奥，以致许多人刚开始修时，根本没办法入手，心也无法静下来找到感觉。当然，这也是我们行持善法的种子比较薄弱所致，但不管怎样，在修加行的道路上，千万不能中途夭折，否则，这些法如果没有修成功，除了极个别利根者以外，一般人很难修成其他的法。

所以，这次我特意安排了较长时间给你们传讲。或许有人认为：“这个时间太长了，没有必要！”可是我经过再三考虑，觉得大家若在共同加行上磨练的时间比较长，修不共加行会比较方便；然后在不共加行上，若也花一定的精力来修学，那以后修什么法都没有困难。退一步说，就算你没有修其他法，但只要能修成这些，也没什么可遗憾的了。

这一点，刚入佛门的道友不一定能感觉到，但你若对此终生奉行，到了晚年时，必定会明白：“当年正因为我把共同加行和不共加行修得非常扎实，如今成了一个很好的修行人。假如我刚开始就爬到最高的山顶，现在很有可能已不是这样了。”所以，鉴于以上这些原因，我这次对《前行》作了详尽解释。

在宣讲每一引导文之前，华智仁波切都有个偈颂赞叹上师如来芽尊者：

了达轮回诸事无实义，唯以大悲利益诸有情，

不贪有寂依教行大乘，无等上师足下我敬礼。

“了达轮回诸事无实义”：他的上师完全了达轮回一切事物皆无实义。什么是轮回一切事物呢？对世间人而言，就是降伏敌人、护持亲友，以及赚钱、工作等；对修行人而言，则是为后世获得善趣而禅修、念佛。这些无法令我们脱离轮回，故都没有多大意义。

“唯以大悲利益诸有情”：他唯一以大乘的慈悲心来利益一切众生。从如来芽尊者的传记中可以看出，他从小直至圆寂之间，唯一的行为就是利益众生，始终把利他大事放在首位，对个人的牺牲和付出毫不在乎。

“不贪有寂依教行大乘”：以智慧不贪著轮回之边，以悲心不贪著寂灭之边，遵照大乘佛教的宗旨，以六度万行行持正法。

“无等上师足下我敬礼”：在如此三界无与伦比的上师足下，华智仁波切恭恭敬敬地顶礼，祈求上师加持自己早日生起对轮回的厌离心，得到超越生死的果位。

以前，阿琼堪布的弟子夏珠仁波切曾要求：在修加行的时候，每次一定要先念前面的偈颂，然后闭眼合掌虔诚祈祷：“请根本上师为主的历代传承上师、诸佛菩萨加持，让我相续中早点产生轮回无有实义的定解，并能生起看破世间的无伪出离心！”如是祈祷之后，自己再开始进行观修。

“寿命无常”像这里一样，前面也有一个偈颂[[1]](#footnote-1)。所以，你们修每一个引导时，都应把这些偈颂当作祈祷文来念，然后一心专修，这样可以得到不共的加持。我个人认为，诸佛菩萨的加持很重要，假如没有以恳切的心来祈祷，自相续中的智慧不可能引发出来。虽然诸佛菩萨对任何众生都平等无偏地以大悲心关照，但这也需要一种信心的因缘，否则，无边的加持不可能无缘无故就融入你心。所以，平时在修行过程中，我们一定要祈祷上师、诸佛菩萨。

现在有很多研究者，只是片面强调理论，从来不提“信心”这一层面，这不得不说是一种缺憾。因此，我们应将理论与实践相结合，把传承上师的加持融入自心。一旦加持真正入了心，心就会比较堪能，不会对这个生邪见、那个生邪见，修什么法都有立竿见影的效果，故这一点非常重要！

丙三（轮回过患）分二：一、总的思维轮回痛苦；二、分别思维六道各自痛苦。

丁一、总的思维轮回痛苦：

总结前两品的内容：第一个引导文所讲的暇满人身，我们已经获得了，得到后应觉得它来之不易，要用它认认真真地修行；第二个引导文则告诉我们，这样的珍贵人身若能长期住留，那等一段时间再修行也来得及，可是这个人身就像水泡和阳焰一样虚幻无常、瞬息万变，最终必将走向死亡，故在其没有毁灭之前，一定要抓紧时间来修行。

要知道，一个人如果想超离轮回，务必要断除对今生和来世的执著。可是对今生的名利地位，很多人都放不下，若能把“人身难得”和“寿命无常”修好了，诚如宗喀巴大师所言[[2]](#footnote-2)，势必可斩断对今生的贪执；而如果想断除对来世的耽著，则必须修持下面所讲的“轮回过患”和“因果不虚”。

这一点，现在人都比较缺乏。我常看到许多修行人，心里愿意好好禅修、好好修学佛法，但问他为什么这样做时，答案往往是耽执来世的快乐、不堕恶趣，就像其他宗教徒一样，希望自己上天堂，或往生净土享乐。这种现象非常令人遗憾，倘若你没考虑过来世的解脱，只是一味希求即生的快乐、健康、无病，或者来世升天享乐，那并不是真正的修行人。因此，大家一定要把追求解脱放在首位。

在座各位于修行过程中，也应该扪心自问：“我现在修加行，是为了今生，还是为来世？若为了来世的话，是想获得善趣的快乐，还是希望从轮回中永远解脱？”这个相当重要。因此，大家一定要祈祷上师三宝加持自己，对人天安乐没有任何兴趣，唯一就是想从火坑般的三界中得到解脱。《业分辨经》说过[[3]](#footnote-3)，三有之苦，犹如毒药、猛兽、野人般恐怖，没有什么可贪著的，必须想方设法从中出离。当然，“超出三界”、“脱离六道”，口口声声谁都会说，但你真正的目标是什么，还是应该仔细观察。

正如前文中所讲，“人身难得”教导我们一定要去修行；“寿命无常”告诫我们想修行就必须尽快。那下面的内容是什么呢？

人死了以后，并不是像无神论、唯物论所说，如同水干了、火灭了一样，一了百了。如果真是这样，我们花功夫为来世做种种准备，纯属愚痴之举。但实际上，人死之后并非完事大吉，而必然要投生，有了投生就离不开生死轮回，因此一定要懂得“轮回过患”。

当然，学习这个问题之前，首先要确信前世后世的存在，否则，很多人会对此半信半疑。这一点对藏族人而言，由于从小就受这种教育，可能问题不是很大。就像有些上师所说，藏族人历来都是大乘根基，再加上生长的背景处处离不开佛教，故对此基本上没有怀疑。然而，其他有些民族就不是这样了，因为小时候的教育所致，他们将前后世存在统统斥为迷信，即使长大后以偶尔的因缘遇到了佛法，进入佛门行持善法，但一提起前世后世，他们仍抱有犹豫、怀疑的态度，不完全相信天界地狱的存在。所以对这个问题，不相信的人要先从理论上入手，不能盲目地认为“这是释迦牟尼佛所说，因此必须承认”，而务必要通过详细的观察，用方方面面的道理来说服自己。

关于前世后世之说，其实自古以来就存在于世界各大宗教中。比如，古印度婆罗门教的《梨俱吠陀》一书中，已暗示人死后有灵魂的归处；后来的《奥义书》、《薄伽梵歌》中，记载着纯熟的轮回思想。

在西方，古希腊的哲学家们对灵魂之说，也作了积极研究。例如柏拉图就提出：人死后依照生前所作善恶，转生为人或其他生物。

而古代的汉地，宗教主要是儒教和道教。其中儒教的创始人孔子，在《论语》中说过：“未知生，焉知死？”又云：“敬鬼神而远之。”可见，孔子是承认有轮回、鬼神的，但采取的态度是避而不谈、敬而远之，既不肯定其有，也不肯定其无。现在有些唯物主义者也是这样，我跟有些领导接触的时候，经常故意说“你前世是什么样，你后世是什么样”，他们一听，就赶紧转移话题。然后我再次提起来时，他们也无可奈何，反而有点不好意思。

明朝有位儒学大师叫王阳明，从他的亲身经历中看，儒教也承认生命的延续。王阳明是著名的理学家，他50岁时，有一天到江苏的金山寺去朝拜。到了那里以后，他觉得寺中景物似曾相识，非常熟悉，于是就跟寺里的一个出家人到处走走，结果来到一关房前，只见门窗紧闭着，上面还贴了封条。王阳明一看到这个关房，就感觉自己好像曾住过，于是按捺不住心中的好奇，央求出家人打开来看看。

出家人连忙拒绝：“这关房是我们一位老和尚五十年前圆寂的地方，里面供奉着他的全身舍利，他老人家遗嘱交待不可开启。请您原谅，千万开不得！”但王阳明特别想看，就一再地请求，说哪怕只看一眼也可以。出家人实在没办法，只好万分为难地打开关房，让他进去。

王阳明进去一看，果然见到一位圆寂的老和尚端坐在蒲团上，法相庄严。奇怪的是，他竟和自己的容貌非常相像。举头看去，墙上还有一首诗：“五十年后王阳明，开门犹是闭门人，精灵去后还归复，始信禅门不坏身。”原来，王阳明的前生，就是这位坐化的老和尚。（轮回的确是这样，有些人即生是出家人，来世可能是在家人；有些即生是在家人，来世却成了出家人。所以，我们在六道中流转的次数无量无边。）

儒教既然承认生命是延续的，那建立前世后世应该不困难。而道教主张长生不老，虽然建立前后世的论典我没看过，但应该是有。比如道教认为，元神是肉体的主宰，它可脱离身体而独自存在。你们应该也听过“铁拐李”的故事，“铁拐李”本名李玄，他通过修炼，达到了元神可自由离体的境地。一天，他跟弟子杨子说：“为师应太上老君之约，神魂离去，肉身留在这里，你要悉心看护。七天后若不见我神魂归来，就将我的肉身焚化。以七天为期，切记！”说完李玄盘膝而坐，元神出窍，飘然而去。

杨子遵循师父的教言，寸步不离地看着他的肉体。到了第六天，杨子叔叔来说他母亲病重，想见他最后一面。杨子恸哭不已，指着李玄的肉体说：“师父神魂出游，临行时叮嘱我小心看护，限期七天。如今已过六天，我若走了，谁来看护？”叔叔觉得他胡说八道，人都死六天了岂能还魂？就劝他把师父的肉体火化掉了。

到了第七天，李玄辞别太上老君，老君赠他一偈：“辟谷不辟麦，车轻路亦熟。欲得旧形骸，正逢新面目。”李玄不知其中奥义。回到山洞中，不见自己的肉身，大吃一惊，出洞寻找，方知已被火化。李玄神魂无依，见不远处有一具乞丐的尸体，便不顾一切地投魂。等起来到河边一照，发现自己衣衫褴褛，跛足拄拐，翩翩少年变成了蓬头垢面的“铁拐李”。

其实，这跟藏地的夺舍法[[4]](#footnote-4)有点像。以前噶玛巴自生金刚（观音菩萨的化身）圆寂后，想用夺舍法寻找一个新的躯壳，继续自己未完成的事业。他看到有个刚死的三岁男孩尸体，立即使自己灵识入于其身，并转动眼睛。其母见此情形非常害怕，说：“死人看活人，是凶兆。”就用针刺瞎了他的双眼。噶玛巴觉得没有眼睛不是暇满人身，难做利生之事，只好采取重新投胎的办法，再次转生为这家的孩子。

可见，灵魂是不灭的，前后世也是存在的。这并不是佛教的一家之言，天主教、基督教等其他宗教也承认，人死后要么上天堂、要么下地狱。只是道理上讲得比较模糊，不像佛教一样，把转生之因、最终能否解脱等理论，分析得相当透彻。

因此，关于前后世的存在，我们佛教徒一定要了知，尤其是有些知识分子，如果道理上没有明白，始终会心存怀疑，以分别念产生种种邪见。反之，倘若你真的有理有据，能够证明前世后世的存在，那就不得不承认了。譬如，英国有一位老人，从小常忆起前世在两千多年前古城佩特拉的情景，后来他专门协助考古学家，依靠对前世的回忆，发现了许多未被发现的遗址。

这样奇妙的事情，如今确实非常非常多。所以我们一定要明白，人不是突然产生的，也不是死后什么都没有了。现在很多人之所以那样想，是因为对佛法没有闻思过，不了解佛教的甚深道理。以前我传讲《前世今生论》时，学院很多知识分子收获很大，尤其是一些出家人，表面上谁都承认前后世存在，毕竟你穿着袈裟、剃着光头，否认这些的话，在别人面前也不好意思。但实际上极个别人还是有所怀疑，以这种心态去修持，并不容易得到成就。因此，这是非常关键的问题，大家如果确实有疑问，则应该在智者面前询问、探讨，从而引生出真实的定解。

现在很多人对前后世一片茫然，原因就是不懂佛教，不然，这方面的理论会相当丰富。其实总的来说，所谓轮回，就像陶师手中的轮盘、井中的水车、瓶中的蜜蜂一样，接连不断地旋转。关于轮回，《观佛三昧经》[[5]](#footnote-5)将之喻为火轮；《佛说无常经》[[6]](#footnote-6)、《入中论》[[7]](#footnote-7)则喻为水车；《法句经》[[8]](#footnote-8)、《大智度论》[[9]](#footnote-9)、《心地观经》[[10]](#footnote-10)中比喻成车轮；《佛本行集经》[[11]](#footnote-11)中喻为竹筒中的蜜蜂。就拿蜜蜂的比喻来讲，将蜜蜂关在瓶内，它只能在瓶中飞来飞去，同样，我们无论生于善趣或堕入恶趣，都超不出轮回的范围。善趣的人间天境如同瓶内上面的空间，三恶趣就像瓶内下面的空间，六道众生就像《俱舍论》中所言，以有漏的善业、不善业为因，连续不断地投生流转，为此叫做“轮回”。

现在很多人修行时，根本没想过脱离轮回，只是每天念经参禅，却没有通达空性，也没以菩提心来摄持。这样行持善法是有漏的，以此为因，会周而复始在轮回中流转，时而快乐、时而痛苦。如《法华经》云：“以诸欲因缘，坠堕三恶道，轮回六趣中，备受诸苦毒。”意即众生以各种欲望的因缘，有时候堕入三恶趣，有时候从三恶趣解脱，转生到三善趣中去，这样周而复始在轮回里流转不停，感受无边痛苦，即是轮回的一种本性。之所以把它叫做“轮回”，《宝鬘论》中用旋火轮无初、无中、无尾的比喻，也进行了说明[[12]](#footnote-12)。介绍十二缘起时，大家会明白这个道理。

因此，我们一定要超离这个轮回。就好比关在监狱里的人，虽然暂时吃得好、穿得好，但那里毕竟是牢狱，谁都希望有一天得到释放。同样，我们如今有吃有穿，生活条件越来越好，但它毕竟不离痛苦的本性，因而每个人都要有向往解脱之心，否则就不叫真正的修行人。

在这个轮回中，我们无始以来一直漂泊，众生彼此之间没有不当过父母、亲友、怨敌或平常人的。《大集经》云：“无有一众生，非我父母者。”《梵网经》也说：“一切男子是我父，一切女人是我母。”这方面的教证，佛陀宣讲得特别多。在噶当派、格鲁派、宁玛派的教言中，不管是观轮回痛苦，还是修菩提心，也都强调一切众生当过自己的父母。这并不是佛教故事，也不是神话传说，故对于前后世的存在，大家一定要深信不疑。佛陀在《菩萨本行经》、《本生经》、《六度集经》等经典中，皆说过他在因地时曾转生为婆罗门、上师等，佛陀是不说妄语的实语者，既然他也在轮回中当过各种各样的人，我们众弟子就更不用说了。只不过我们不知道前世当过什么而已，但实际上，轮回、前后世决定存在。

佛经中说，假设把整个大地的土，抟成枣核大小的丸子，口里数着“这个众生的母亲是这个，那个有情的母亲是那个”，数一个就拿出一个丸子，那么即使土丸全部数完，众生之间互为母亲的次数也无法穷尽。龙猛菩萨在《亲友书》中云：“地土抟成枣核丸，其量不及为母数。”《大般涅槃经》也讲过类似的道理[[13]](#footnote-13)，有时间的话，大家应该尽量看一些大乘经典，多了解一下其中的比喻和内容。

我们自无始以来，没有谁不是这样转生的，在此期间，因利欲熏心断过的头颅和肢体不计其数。不说投生为躯体庞大的众生，即便是生为蚂蚁、蚊子等小含生，将所有肢体堆于一处，也一定比须弥山王还高。佛陀在《杂阿含经》中云：“一人一劫中，积聚其身骨，常积不腐坏，如毗富罗[[14]](#footnote-14)山。”因口中无食、身上无衣，感受饥寒交迫等痛苦而哭过的泪水，若未干涸而收集起来，肯定远远多于汪洋大海。（尤其是女众特别爱哭，好多人也知道自己眼泪太多了，如果把这些泪水集于一处，不敢说堪比江河，但肯定比一盆水要多。）仅仅生在地狱时所喝过的铜汁铁水，也比四大海洋的水还多。

所以，每个人没什么可傲慢的，就算你再有学问、再有财富、再有地位，但一想起自己前世曾生为各种各样的众生，傲气很容易就消下来了。纵然你是国家的一些大领导，假如不信因果而造下可怕恶业，来世也会转生为被众人践踏的小含生。

对于这些甚深道理，多思维还是非常重要。表面上这些很简单，但作为一个修行人，具有如此定解不可缺少。倘若你能对此坚信不疑，一想起轮回的痛苦，必定会特别害怕。圣天论师也说：“若凡夫亦知，一切生死苦，则于彼刹那，身心同毁灭。”意思是凡夫人若像圣者一样，现量了知轮回一切生死诸苦，则于了知的当下，身心会因无法承受而崩溃。然而，我们不要说无始以来，仅仅是“今生死后来世会依善恶业而感受苦乐”，这么一个简单的理念，许许多多的人仍不相信。不信佛教的人倒情有可原，但信佛教的人若没有这种正知正见，那就太遗憾了。

轮回虽然如是可怕，但我们若生不起刹那的出离心，还执迷不悟地贪执各种琐事，在未来漫无边际的时日中，必然会变本加厉地感受痛苦。就算你依靠随福德分的些微善业，获得了梵天和帝释那样万寿无疆、富足圆满、威风凛凛、相貌堂堂的身体，在天界享受无比快乐，也摆脱不了死亡的命运，并且善业穷尽之后，还要饱尝恶趣的悲惨痛苦。那暂时拥有荣华富贵、健康无病等微不足道安乐的人们，在几年或几个月，甚至短短几天时间内，更容易因善业耗尽而变得一贫如洗、可怜兮兮，甚至不愿意也要感受恶趣的难忍痛苦。

轮回的整个悲惨状况，大家若去深深思维，就会恍然大悟：“哦，原来人们特别贪执的对境，不过如此而已！”所以说，现在暂时的幸福快乐，就好似梦中兴旺发达之时突然醒来一样，有什么实质可言呢？《大圆满心性休息》云：“如梦富足醒时无。”一个人做梦的时候富贵无比，但当醒来时，一切都会消失无余。同样，我们今生即使成为亿万富翁、世界最出名的人，可是五蕴聚合一旦散开，一旦离开这个世间，还有这些名声地位吗？没有的，就像《窍诀宝藏论》里所讲的一样[[15]](#footnote-15)。

我平时身心比较放松时，常再三观察这些道理，不断提醒自己：“我每天这样贪执很多事，但死亡到来的那一天，除了行持过的善法有用以外，其他什么东西都帮不上忙，善恶业会紧紧跟随着自己。”因此，这个轮回真的特别可怕！没有去思维的话，很多人都迷迷糊糊的，每天耽著无意义的事情，但如果真正去观察，自己就像屠宰场里的牦牛一样，死到临头却毫不自知，还在贪恋牛圈里的暂时快乐，以致距离解脱遥遥无期。如《心地观经》所云：“众生没在生死海，轮回五趣[[16]](#footnote-16)无出期。”

所以，大家获得难得的人身、遇到解脱妙法时，应像盲人抓住大象的尾巴一样，牢牢抓住机遇，内心默默发愿：“从现在开始，我全心全意追求解脱，再也不要沉溺在轮回中了，否则太可怕了！”应该有这样的想法。不然的话，就算我们依靠一点点善果，感得眼前的幸福快乐，可是引业一旦耗尽，根本没有刹那住留的权利。不要说人类，即便是坐在天衣铺设的如意宝座上尽情享受五欲妙乐的天王，寿命结束之后，也会在睁眼闭眼的瞬间，头朝下堕入地狱，在炽燃铁地上感受痛苦。如《正法念处经》云：“天上欲退时，心生大苦恼，地狱众苦毒，十六不及一。”再者，太阳和月亮[[17]](#footnote-17)虽拥有普照四洲的光芒，但他们死后，也会转生于伸手不见五指、漆黑一片的暗处。（像海底深处或大山中间的众生，前世肯定也当过光芒万丈的天人。按照有些经典的观点，今生毁谤佛法、毁坏佛经、对传授佛法制造违缘的人，来世将生于特别黑暗和恐怖的地方。）可见，轮回中似是而非的安乐，没有任何可信赖的。

大家应该知道，六道轮回是真实存在的，胜义中虽什么都不承许，但世俗中一切真实无欺。就像我们现在虽看不见加拿大、美国华盛顿，但它们并非没有，同样的道理，饿鬼、地狱、天堂、色界、无色界，我们的肉眼尽管看不到，但许多依据皆可证明其存在。而这些，都属于轮回，属于轮回就不会有快乐。因此，我们要下决心：今生今世一定全力以赴脱离轮回苦海，获得永久安乐的圆满正等觉果位。这才是最究竟的目标。

你们很多人来学院不少年了，白天、晚上都在修持，但扪心自问：你想过解脱没有？有些居士学佛法二十多年了，但你问一问自己：学佛是不是为了解脱？所以这个问题很重要，每个人都要想一想。当然，上述道理并不是口头会说就可以了，而要细致入微地思维，像《前行备忘录》中所讲的一样，要完整具足加行、正行、后行来实地修行。

总而言之，你们应当明白：第一、轮回六道确实存在；第二、必须要从中获得解脱。今天讲的就是这两个问题。如果你对这两个问题有所怀疑，就应通过闻思来探讨、辩论；如果你没有任何疑惑，坚信“轮回肯定存在，轮回中没有任何快乐，一定要获得解脱”，以这样的心态来修行，那么它的力量很强大，会让你迅速斩断对今生来世的贪执。否则，我们若执著今生的钱财名利、来世转生善趣享乐，修什么法都不会成功的！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十一节课

思考题

171、在许多佛教经论中，对地狱的描述各不相同，这是什么原因？

172、要想深刻体会地狱的痛苦，首先必须有什么前提条件？为什么？你做得怎么样？

173、八热地狱具体有哪些？请一一说明其受苦状况、众生寿量、转生原因。

174、无间地狱为何被称为“无间”？佛经中对它有哪些描述？你觉得自己容易堕入此地狱中吗？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

共同加行分六种，现在讲第三种“轮回过患”。其中总说已讲完了，下面开始讲分说：

丁二（分别思维六道各自痛苦）分六：一、地狱之苦；二、饿鬼之苦；三、旁生之苦；四、人类之苦；五、非天之苦；六、天人之苦。

戊一（地狱之苦）分四：一、八热地狱；二、近边地狱；三、八寒地狱；四、孤独地狱。

诸多经典和论典中，对地狱的描述各不相同。就拿热地狱来说，《瑜伽师地论》卷四中讲了八热地狱，每一地狱周边皆有十六个小地狱，与上述八大地狱合计，共有一百三十六个地狱[[18]](#footnote-18)；《长阿含经》中说，八热地狱的周边各有十六个附属小地狱，即黑沙、豺狼、脓血等地狱；《增一阿含经》和《大智度论》虽也讲了八热地狱，但地狱的名称和感受的痛苦差异甚多。

在藏传佛教中，大多数地狱的安立比较相似，但汉地一些圣者的地狱游记里，所提到的地狱名称和受苦情况有些不同。这一点，以前法王如意宝也讲过：“地狱其实是众生心识的显现，由于众生的心识千差万别，故地狱的状况也成千上万，不一定只有八热地狱、八寒地狱这几种。”所以我们应该知道，不同经典中对地狱的不同描述，是源于不同众生的业感所现。但在这里，我们只是以归摄的方式，大致宣说地狱的痛苦。

己一（八热地狱）分八：一、复活地狱；二、黑绳地狱；三、众合地狱；四、号叫地狱；五、大号叫地狱；六、烧热地狱；七、极热地狱；八、无间地狱。

八热地狱有什么特点呢？按照《俱舍论》和《瑜伽师地论》的观点，从复活地狱逐渐向下到无间地狱之间，就像高楼大厦一样层层叠叠。这些地狱的地面与周围，全部犹如打造的烧铁般，一经落脚就没有丝毫舒适感，在熊熊烈火之中，只会觉得火烧火燎、热到极点。（不像在我们人间，即使天气温度再高，落脚处也不会燃烧，而地狱中没有一处舒适的地方。）

描述地狱的时候，希望你们先对佛的金刚语有所了解，否则，对地狱众生的寿量、感受痛苦的程度恐怕不易相信。作为凡夫人，对于肉眼没有见到、没有亲自感受的事情，常会产生种种怀疑。所以在这个时候，必须以教量为准，坚信佛陀和高僧大德的金刚语千真万确。虽然我们的智慧尚未成熟，也没亲自到地狱去经历这种痛苦；或者就算以前感受过，现在也想不起来了，但有关经论的教义无有任何欺惑，对此一定要有种信任、信心，这是很重要的！

打个比方说，就像幼儿园的一个孩子，老师给他讲监狱里的肮脏、痛苦，他因为没有生活阅历、社会经验，觉得这是神话故事，很难接受人犯法后会被判死刑或无期徒刑。（前段时间有一个人，他说以前犯法被关进监狱，那里面特别臭，三十多人挤在一间房子里，好多天的大小便都不能倒，三四天也没吃没喝，大家都觉得特别特别难忍。过了三四天后，他们一个个被拉到外面痛打，虽被打得遍体鳞伤，但好像感觉非常舒服。为什么呢？因为牢里特别闷，只有小小的一个门缝，众人为得到一丝光明，拼命挤在门缝前往外看，尤其是有力气的小伙子，非要占着这个位置，为此而互相打架，惨不忍睹……还有一个七十多岁的人告诉我，他在50年代时饱受牢狱煎熬，那种痛苦实在无法忍受。）而当他长大后一旦犯了法，锒铛入狱时就会明白：“噢，原来我读书时老师所讲的，真的是这样啊！”同理，我们现在的思想极其狭隘，佛经或大德宣讲地狱的种种痛苦时，脑海中实在无法想象，提起地狱众生的受苦时间，觉得简直是天文数字，但实际上这些痛苦的的确确存在，一旦你真正感受到它，必定会后悔莫及。

因此，通过这次观修轮回痛苦，大家对地狱要有种恐怖感，发誓今后无论如何不能造罪，不然下地狱是很可怕的，这种感觉一定要生起来。否则，大多数人学佛，只是为了身体健康、升官发财，为生生世世不堕地狱而学佛的，实在少之又少。尤其是现在许多佛教徒，口头上倒承认地狱存在，但内心中真的害怕吗？可能需要好好观察。

老一辈的修行人、高僧大德，他们特别害怕堕入地狱，白天晚上一直思维着。在座的老道友可能也记得，法王如意宝常说，有时候他晚上一想起自己会不会堕入地狱，就害怕得连睡都睡不着。可是我们很多人不会这样，为了房子等乱七八糟的事，睡不着的情况也许有，而会不会堕入恶趣的担忧、恐怖，应该说极为罕见。这说明你相信因果只是口头上的，并没有达到坚信不疑的程度，故今后在这方面还是要努力。

庚一、复活地狱：

无数的地狱众生由业力所感，好似暴风雪般，同时聚集到烧铁地上火红的余烬中间。它们有些是以嗔恨心感召而集聚一处，有些是被阎罗卒通过打打杀杀，强迫集中在一起，但不管怎么样，聚于此处的地狱众生将感召什么样的同行等流果呢？所有众生如同见到不共戴天的杀父仇敌一样，相互间生起嗔怒之心而奋力争斗。它们不需要兵工厂制造兵器，也不需要卡车运来兵器，而是像《入行论》所讲的，只要心念一动，即会以业力幻化出不可思议的兵器。它们手持兵器互相残杀，打得你死我活，最后全部丧命。死后若能一了百了倒可以，但实际上没那么简单，此时从空中传来“愿你们复活”的声音，随即所有众生死而复生，又一如既往地争斗不休。就这样辗转死去复活，轮番交替，极其痛苦。

有些经中说，地狱众生“一日一夜万死万生”，相比之下，我们人间实在太幸福了。有的人特别痛苦时选择自杀，当他死了以后，痛苦暂时就没有了。可是地狱众生业力现前时，死后马上就会复活，接连不断地感受这样的痛苦。

这是什么果报所感呢？多是触犯戒律、杀害众生[[19]](#footnote-19)等罪业，或按照《别解脱经》的观点，较轻的恶作罪若没有好好忏悔，最后都会堕入复活地狱。

再来看看复活地狱众生的寿量：人间五十年是四大天王天[[20]](#footnote-20)的一天，三十天为一个月，十二个月为一年，四大天王所在的天界五百年是复活地狱的一天，这样计算复活地狱三十天为一个月，十二个月为一年，此地狱众生自寿为五百年。若以人寿来计算，则是一万六千二百亿年[[21]](#footnote-21)。

这么长的时间，是我们根本无法想象的。或许有人很难接受，但你不得不相信，否则，就像乔美仁波切所说[[22]](#footnote-22)，对于造善业的功德、造恶业的过患，以及地狱的痛苦和寿量，你听到之后认为虚构不实，进而生起邪见，此罪业远远超过造五无间罪。因此，当你产生这类怀疑时，一定要好好地忏悔。

庚二、黑绳地狱：

阎罗狱卒把形如柴烬的地狱众生，带到炽热燃烧的铁地上，在它们身上用黑线划分为四份、八份、十六份、三十二份等，然后用火红的铁锯进行锯割。由于业力现前，这些众生刚被锯开的部位，马上又粘连在一起，就这样反反复复地感受剖割之苦。

在我们人间，身体如果被拦腰割断，绝不可能马上复合。但众生的业力不可思议，比如蚯蚓从中间切成两段后，上半截和下半截合在一起埋上，过段时间它又变成完整的一条了，黑绳地狱众生的业感也是如此。

那么，转生黑绳地狱的因是什么呢？《六趣轮回经》[[23]](#footnote-23)中说，对父母、亲友、眷属等加以损害，并通过妄语来欺骗他们，命终就会转生于黑绳地狱[[24]](#footnote-24)。扪心自问，我们堕此地狱的因其实造过许许多多，如果现在还不忏悔，人身失去以后，前面是什么样的归宿在等着我们，确实不难想象。因此，大家有时间一定要忏悔。

黑绳地狱众生的寿量：人间一百年是三十三天的一天，三十三天的一千年是黑绳地狱的一天，此地狱的有情寿量长达千年。若以人寿来计算，则是十二万多亿年[[25]](#footnote-25)。

堕此地狱的众生若没被超度，而全部感受完自己的业力，这个时间极其漫长。当然，中间若有人对它超度，就可以很快获得解脱。以前我看过西琼空行母的《地狱游记》，里面说她到地狱念观音心咒时，有些众生减轻了痛苦，有些已离开了地狱，有些则直接往生极乐世界。她还看到活着的人若对亡者超度，比如父母死后，子女把他的名字写上，交给僧众念观音心咒，那么此人虽在地狱受苦，但当下就能减轻罪业，得到人身或者直接往生，有各种各样的情况。

因此，我们父母亲友死了以后，有机会要把他的名字写上，交一些钱请僧众念经。当然，钱交多少可以随缘，有些人在寺院里讨价还价：“我交一千块钱，你可不可以念一百万心咒？钱可不可以再减一点？”还有些人说：“某某地方念一亿观音心咒比较便宜，我把钱拿到那里去。”好像把这当成做生意一样，可是便宜的不一定就效果好。其实只要你发愿为亡人念经，通过打卦、观察之后，在没有吝啬心的情况下，随缘交些钱给僧众，这样就可以了。或者，你有条件的话，请僧众超度地狱为主的六道有情，愿他们早日减轻痛苦，以此发愿力而做佛事，则功德更大。

跟地狱众生比起来，我们人间的痛苦实在微不足道。法王如意宝常引用麦彭仁波切的一个教言教诫弟子：“现在就是一颗小火星落在身上，你也会觉得疼痛难忍，那么将来真正在烧铁地上，无量狱火灼烧着你，又怎能忍受得了呢？”的确，我们有时候一天不吃饭，或者天气比较热，就感觉太难受了，但跟地狱的痛苦相比，人间简直是天堂。

刚才有个人抱怨：“我太苦了、太苦了！跟地狱没有任何差别，不如早点离开人间好，早点堕入地狱好！”说这种话，完全是不信因果的表现。其实人间再怎么痛苦，也绝对不及地狱的一丝一毫。《亲友书》中讲过[[26]](#footnote-26)，倘若一日之中有三百短矛不断刺入你的身体，这种痛苦简直无法堪忍，但与所有地狱中最轻微的痛苦相比，就连万分之一也比不上。

大家若是相信因果，就该知道轮回虽然全都是痛苦，人间也没有多大快乐，但比起地狱、饿鬼、旁生来，人间的任何感受都快乐。我下午看书时特别痛，但后来想想，我身上的这些病苦跟地狱众生的痛苦比，简直无法相提并论。此时此刻，正有千千万万的地狱众生在挣扎着感受无边痛苦，所以我们不论痛苦还是快乐，都要常想到将自己的善根回向给这些众生。

庚三、众合地狱：

众合地狱有两种，一种是：数不胜数的地狱众生，被关在大如地域般的铁臼内，狱卒们挥舞着须弥山般的铁锤，使劲锤打它们。所有众生哭哭啼啼，在无法想象气息分解的痛苦和万分恐怖的状态中死去。当阎罗卒举起铁锤时，它们又再度复原，依然如故地感受痛苦。（地狱众生从早到晚，没有吃饭、休息的时间，日日夜夜都在不断感受痛苦。你们不相信也就罢了，但相信的话，应当问一问自己：“我来世愿不愿意做这样的众生？”）

还有一种是：在川谷中所有相对的山岭，变成自己以前杀害的鹿子、黄羊、山羊等动物的头像[[27]](#footnote-27)，它们的角尖燃火，角抵角而相斗。地狱无量众生由于业力所牵，来到这两座山中间，当两山互相碰撞时，这些众生全部死去，漫山遍野都鲜血淋漓；当山分开时，它们就恢复如初，又像前面一样感受着众合等巨大痛苦。

那么，转生众合地狱的因是什么呢？《六趣轮回经》中说[[28]](#footnote-28)，若杀过猪、羊、兔子等许多动物，将来会转生到此地狱去。所以，我们生前一定要谨慎三门，莫造恶业。《毗奈耶经》里讲过一个比丘，他能忆起前世于五百世中，一直在地狱受苦，每每想起当时的场景，他就极度恐惧，全身毛孔都在流血，将法衣都染成了红色。于是佛陀特别开许：像他那样的比丘，允许穿着花色法衣。而且他每天都要泡几次澡，不然的话，身体、衣服上都是鲜血，没办法正常生活。后来他精进修行，获得了阿罗汉果位。

我们如果也能忆起曾在地狱所受的痛苦，或有神通亲见到地狱的状况，绝不可能每天都这么放逸，更不可能明知杀生过患却故意去造恶业。但因为我们太迷惑了，不知道前世后世、不相信业果关系，以致造下了无数弥天大罪还不自知。

尤其是现在的年轻人，像藏地、不丹国家那些从小在佛教氛围中长大的，可能好一点，至少相信善有善报、恶有恶报，但如果是伴随着无神论而成长起来的一代，很容易对地狱的存在生邪见，认为这是神话传说、凭空捏造。所以，当你有这种邪见时，应当反问自己：“我的分别念有什么可信？地狱的不虚存在，具真实语的佛陀早已告诉了我们，无数高僧大德也已抉择完了，那么像我这样被无明愚痴所覆的凡夫之观点，有什么可值得依赖呢？”要这样自我批评、自我谴责。

众合地狱的寿量：人间二百年是夜摩天[[29]](#footnote-29)的一天，夜摩天的二千年是众合地狱的一天。此地狱的众生自寿为两千年。若以人寿来计算，则是一百零三万多亿年[[30]](#footnote-30)。

庚四、号叫地狱：

这一地狱的众生，身陷无门的炽热铁室内，里面火焰四起，备受煎熬之苦，想到无有从此解脱之时，不禁失声惨叫。

转生号叫地狱的因是什么呢？《六趣轮回经》中讲了[[31]](#footnote-31)，身语意三门不如法，尤其是语言常说一些离间语，当面或暗地搞破别人的关系，其果报当堕此地狱。

这个其实很容易犯的，所以我们一定要忏悔，不然一讲起这些地狱的业因，我们大多数人造的业太多了，好像没有希望一样。因此，为了不堕入这些地狱，临死前务必要励力忏悔。

寿量：人间四百年是兜率天[[32]](#footnote-32)的一天，兜率天的四千年是号叫地狱的一天，此地狱众生自寿长达四千年。

庚五、大号叫地狱：

阎罗狱卒手持令人毛骨悚然的兵器，将地狱的无量众生，驱赶到双重铁门的炽热铁室中，（这里的门是双重的，跟前面有点不同。现在监狱可能也是这样，犯罪比较重的人，所住的监狱也更可怕。）然后用铁锤等锤打它们。这些众生想：内外两个门都是用铁水浇铸的，即便能逃脱内门，也逃不出外门。于是声嘶力竭地大呼大叫。

关于地狱的真实存在，现实生活中也有这类报道。2005年一则新闻说：前苏联著名地质学家阿撒哥夫博士讲过，他带队的一组工作人员在进行钻探工作时，用机器钻开了一个地洞。到了大约九英里深时，钻探机器突然转得异常剧烈，显示出地底下有一巨大的空间。极为恐惧的是，里面竟然飞出一头青面獠牙、长有翅膀的怪物。稍后，他们将一台拾音器送下洞去，收听到阵阵凄厉悲惨的惨叫声，仿佛有数不清的人正在受到极大的痛苦。

对此，阿撒哥夫博士说：“作为一个无神论的共产党员，我一向不相信有天堂或地狱之说。但作为一个科学家，我现在却不能不确信有地狱存在。”

他们公开了一小段所录到的地狱哀叫声，我以前在网上听过，大概有40秒左右。当时，前苏联官方对于此事，没有作出任何评论，既不否定也不肯定，只表示将会审查该盒录音带。不过，他们想否定的话，可能也没有这个能力，毕竟眼见为实；肯定的话，又与自己的无神论信仰有抵触，所以后来就不了了之。

这段录音，还曾在美国、加拿大等地的广播电台放过，英国BBC台也有一卷同样的带子。原本还有录影带，但这个一直没公布，只公布了一小段录音，里面确实有无数的众生在尖叫、哭号。然而，听过录音的人说法不一，有些甚至说那些歇斯底里的惨叫，是酒吧的狂欢声。但不管怎样，我在听的时候，觉得众生的业感不可思议，只有一边听一边念观音心咒。

其实这不一定是假的。就像以前的昼辛吉，以神通常到地狱里去；而没有神通的商主匝贺旺姆（匝哦之女），依靠业力，也在活着时见到了地狱。所以，有特殊业感的人，确实能感受到一些地狱现象。

《大唐西域记》中记载了一个印度婆罗门，他于辩论中败给贤爱和尚后，恼羞成怒，毁谤大乘佛教，蔑视前代圣人。话音未落，大地就裂开了，他活活地坠落下去，至今仍遗迹尚存。《协庆佛教史》中也讲过，以前拉萨那边有一位格西，因前世业力所感，他极力诽谤宁玛巴的大圆满法，还砸毁了莲花生大士等佛像，后来他也是活活陷入地狱。

《俱舍论》说过[[33]](#footnote-33)，在我们南赡部洲的地下，确实有地狱，即从复活地狱开始，依次向下直至无间地狱。所以当众生的不同业力显现时，直堕地狱的现象也是有的。从佛经中也可以看出，过去印度有许多持邪见者的外道，他们造下严重罪业后，也是大地裂开，堕入地狱里去，自古以来这种情况不在少数。

现在有些人，对佛经中说的不太相信，而科学家若印证了，或有人真正看见了，他们才开始有一点信。其实，佛经里也并没有说，所有人都看得到地狱。前段时间有一个居士，我感觉他应该有所证悟，他说：“佛经中讲的人道、旁生的痛苦，我们都感受得到，而饿鬼和地狱的痛苦，虽然看不见，但肯定是有，因为这是佛陀说的。你看佛陀描述的人间痛苦，一点都不差，生老病死的痛苦讲得如是好，甚至现在科学家和医学家，对这些痛苦的描述也没有这么确切。”

以前有位大德开示时也说：“现在的科学界，对量与非量根本没办法分析，对心识中贪心、嗔心等种种分类，也没有真正去研究。”的确，佛陀对我们的痛苦描述得那么细致、真实，那么地狱的痛苦，肯定也是同样。因此，很多人的邪见必须要推翻，明白地狱的可怕之后，对自己以前所造的恶业，在短暂的人生中一定要忏悔，后半生要变成一个名副其实的修行人。

听说许多道友最近都在发愿，我觉得这很有必要。你们听了一个法、接受一个法后，要改变自己的命运，否则，作为凡夫人，以前肯定造过堕地狱的业，现在不忏悔的话，更待何时？

那么，转生大号叫地狱的因是什么呢？《六趣轮回经》中说[[34]](#footnote-34)，盗窃佛陀、佛法、僧众等三宝的财物，以此而感受大号叫地狱的果报。因此，大家平时对三宝的财物务必要注意。

寿量：人间八百年是化乐天[[35]](#footnote-35)的一天，化乐天的八千年是大号叫地狱的一天，此地狱众生的寿量达八千年之久。

庚六、烧热地狱：

大如三千大千世界的铁器内，装满了沸腾的铁水，地狱无量有情就像被煮的肉一样，在里面遭受熬煮之苦。每当它们浮到水面，阎罗狱卒就用铁钩将它们钩住，用铁锤锤打它们的头部，于是它们昏迷不醒，此时已经全无苦受。当它们醒来之后，便以为那是一种安乐。（在我们人间，若有人被打晕倒地，醒来后会觉得特别痛苦，而地狱众生却觉得昏厥是种快乐。）这些有情始终处在水深火热中，苦不堪言。

那么，转生烧热地狱的因是什么呢？《六趣轮回经》中说[[36]](#footnote-36)，生前以火焚烧山川、森林、房屋、草原，乃至烧害众生，都会转生于此地狱。

寿量：人间一千六百年是他化自在天[[37]](#footnote-37)的一天，他化自在天的一万六千年是烧热地狱的一天，此地狱众生自寿长达一万六千年。

庚七、极热地狱：

在火势熊熊的铁屋内，阎罗卒用火焰炽燃的三尖铁矛，从地狱众生的两足掌和肛门刺入，又从双肩和头顶径直穿出，并且还用燃烧的铁片缠裹它们的身体，这些有情极度痛苦。

转生极热地狱的因是什么呢？《六趣轮回经》中说[[38]](#footnote-38)，主要是对别人作无因诽谤，因为自己对某人不满，就没有任何根据地故意造谣，以此果报会堕入极热地狱。

寿量：此地狱众生的寿命，长达半个中劫[[39]](#footnote-39)，因此无法用人间的年数衡量。

庚八、无间地狱：

周围有十六个近边地狱围绕的燃火铁屋内，阎罗卒将无量地狱众生放到堆积如山、好似木炭般燃火的铁块中央，借助豹皮和虎皮所制的皮火筒[[40]](#footnote-40)的风力，有情的身体与烈火燃成一体。（古代藏地烧火要用皮火筒，经典里有没有倒不清楚，华智仁波切可能用藏地生火的状况来描述地狱的。就像根登群佩所说，诸法以众生的业感而安立，比如你是汉族人，阎罗卒对你的种种恐吓和威胁，可能是用汉语；如果你是其他民族的人，就会以你本民族的语言；如果你是旁生，那就会是旁生的沟通方式。包括诸佛菩萨的显现也是如此，由于释迦牟尼佛在印度出生，故以印度国王的装束，作为佛的报身服饰；假如释迦牟尼佛生于汉地或藏地，则定会以当地的服饰来庄严佛身。所以，众生前所显现的阎罗卒或佛菩萨，可以是不同形象。）它们感受极其强烈的痛苦，只能发出凄惨号叫的声音，身体却显露不出来。

这些众生不断萌生想要解脱的念头，可是解脱之日却遥遥无期。有时候它们认为火门稍稍打开了一点而企图逃之夭夭，结果又遭到狱卒用铁弩、棍棒、铁锤子等一顿毒打，口中也被灌注沸腾的铁水等，需要饱尝前七种地狱的所有痛苦。故《亲友书》云：“如是一切痛苦中，无间狱苦最难忍。”

此地狱为何被称为“无间”呢？有几种解释方法：一、指强烈的痛苦无有间断，一直在不断感受；二、造此罪业的众生，死后不需要经过中阴，直接无间堕入此地狱；三、由于再没有比这更强烈的痛苦了，所以称为无间地狱。

寿量：无间地狱的有情，寿命长达一中劫。

那么，转生无间地狱的因是什么呢？造过杀父、杀母、杀阿罗汉等五无间罪；或者入密乘后对三恩德上师[[41]](#footnote-41)产生邪见、不恭敬，并进行毁谤，一直没有忏悔，这种人将投生于这一地狱，而以其他业力绝不会转生于此。

《六趣轮回经》中也说[[42]](#footnote-42)，杀害父母、师长、德贤者（上师阿阇黎）的人，会转生于无间地狱。还有些论典说，包括违犯密乘的根本戒，对金刚道友怀恨在心、制造矛盾，没有忏悔的话，罪业也很严重，跟无间罪基本上相似。

我们即生中杀父母、杀阿罗汉，这种情况不一定有，但有些人已入了密乘，今天找这个上师灌顶、听密法，明天找那个上师灌顶、听密法，到了最后却诽谤上师，这种行为很可怕。当然，有些情况可能是上师有问题，根本没有密法的传承，也不具备灌顶的资格，只为了达到某种目的而欺骗他人；但有些情况却是弟子有问题，对于具足法相的上师，没有在众人面前赞叹你，或者你相续中邪见深厚，对上师的种种行为不能接受，就开始肆意毁谤，不但自己生邪见，还通过语言的渲染让许许多多人也生邪见，这样你将来必堕无间地狱。所以，造恶业其实很容易，如果没有好好忏悔，无间地狱离你并不遥远。

前不久我们刚学了“寿命无常”，知道自己没把握五十年、一百年不死，甚至明天不死的保证也没有，今天活在人间非常幸福快乐，可是再过一天或下一个月，会不会已堕入无间地狱时时感受无量痛苦，这很难说。因此，我们应当经常监督自己、观察自己，尽量不要造毁谤、欺骗别人等不善业，在力所能及的范围内行持善法，并于有生之年中，精进念诵金刚萨埵心咒，观想在金刚萨埵为主的诸佛菩萨面前，将想得起、想不起的种种罪业发露忏悔，否则，恶业种子不烧毁的话，以后很容易堕入地狱。

因此，我们在观修“轮回过患”的过程中，一定要对这些教义有坚定不移的信心。有了这样的基础，再修一些密法窍诀也有希望。否则，你口头上说已证悟了大圆满，实际上自己造的无数恶业没有忏净，全部堆积在阿赖耶上，最后两眼一闭的时候，大圆满窍诀还没来得及用，就直接堕入了地狱，这岂不是自欺欺人？因此，每个人务必要谨慎！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十二节课

思考题

175、什么叫近边地狱？在本论中，它分为哪几种？请一一说明其受苦状况、转生原因。

176、这些地狱是否只是藏传佛教中才有？为什么？明白这一点，对你有哪些帮助？

177、修行人与世间人相比，他们重视的东西有何不同？你属于哪种人？你害怕地狱的痛苦吗？

178、明白八热地狱、近边地狱的痛苦之后，我们应当如何实地去观修？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

《前行》正在讲地狱的痛苦，其中八热地狱的痛苦已介绍完了，今天开始讲近边地狱：

己二（近边地狱[[43]](#footnote-43)）分五：一、煻煨坑地狱；二、尸粪泥地狱；三、利刃原地狱；四、剑叶林地狱；五、铁柱山地狱[[44]](#footnote-44)。

“近边地狱”在藏语中的意思，指无间地狱周围的地狱。而汉地有些经典中，将其译为“游增地狱”，意即地狱众生从无间地狱或八热地狱中出来以后，游荡到此，倍增苦恼。

按照此处的观点，无间地狱的四方，各有煻煨坑、尸粪泥、利刃原、剑叶林四个近边地狱。东方四个、南方四个、西方四个、北方四个，共十六个。东南有一座铁柱山，同样西南、西北、东北各有一座铁柱山。而有些经论中则说，不仅仅是无间地狱周围，而是八热地狱中每一个地狱的周围，都各有四个近边地狱。

关于近边地狱的种类，《观佛三昧经》中描写了许许多多，如十八寒地狱、十八黑暗地狱、十八小热地狱、十八火车地狱、五百亿剑林地狱、五百亿铜柱地狱、五百亿铁机地狱等等[[45]](#footnote-45)。由此，我想到了上师如意宝讲《前行》时提过：“这里所讲的十八大地狱，只不过是大致归类，实际上每个地狱众生的心识不同，所造的业不同，感受的果也完全不同，因此，地狱的景象应该有无量无边。就像在这个世界上，各个国家、地区对众生惩罚的法律都不同，故监狱的状况也千差万别一样。”

不过，此处所宣讲的地狱之苦，主要是根据《正法念处经》、《长阿含经》、《毗奈耶经》中的描述，故地狱的归类基本上相同。

前面讲了无间地狱的痛苦。其实，密乘中还有一种叫“金刚地狱”，它的痛苦和寿量，远远超过显宗所讲的无间地狱，转生于此的人皆为破密乘誓言者。

现在的人特别喜欢求密法，虽然这很好，但大多数人接受密法灌顶后，根本不问所需要守护的誓言。如果你是吃一顿饭，吃饱喝足就可以了，不需要担心还有什么，但听密法可不是这样，所以你们很多人寻找上师时，首先一定要观察，听了密法之后还要守护誓言，比如二十五条根本戒、八条支分戒，及大幻化网五条根本戒，这些誓言必须要遵守，否则确实很危险。

说实在的，现在有些显宗法师一直说不要学密宗，我觉得这也没什么不对的。如果你根基不够、不学誓言，就像在显宗中你只是受沙弥戒、比丘尼戒，却根本不去学戒，这样一来，你破了戒都不知道，最终这些迅速成就的因，反而是堕入地狱最快的因。所以，学密宗一定要先了解誓言，破了誓言的话，必定会堕入金刚地狱。《明誓言续》中讲了金刚地狱的各种痛苦[[46]](#footnote-46)，《大幻化网释》也说：“纵然这个器世界遭到毁灭，金刚地狱众生的痛苦也不会穷尽，它们一刹那又会转移到其他世界的金刚地狱中，继续感受痛苦。”

在密乘誓言中，有两条是最为重要的：一、凡是跟你一起接受灌顶的人，叫做金刚道友，金刚道友间必须和睦相处，不能对其天天毁谤、生嗔恨心，甚至打架斗殴等；二、对自己的根本上师或金刚上师要尊重、恭敬，假如你今天在上师面前听密法、受灌顶，过段时间又因一些私人小事，开始对上师进行毁谤，即是破了密乘誓言。

现在有些人的行为特别可怕，他们接受灌顶之后，又到处说自己搞错了，从此对上师不理不睬，好像对待仇人一样。其实这并不是世间的感情，你可以今天不理、明天理；今天结婚、明天离婚，过两天又复婚、再离婚，怎么反反复复都无所谓。而佛法中的师徒关系，不是想离就离、想诽谤就诽谤、想抛开就抛开的，一旦处理不慎，就会在你的阿赖耶上，种下对生生世世危害极大的种子，所以这一点不得不注意！

庚一、煻煨坑地狱：

无间地狱的众生，由于业力有所减轻，走出无间地狱之门。此时它们看见远处有一片黑漆漆的凉荫或妙壕，然后满心欢喜疾步前往，准备在那里乘凉休息，结果却陷入了剧烈燃烧的炭火坑里，被烧得骨肉焦烂，痛苦不堪。

那么，转生于煻煨坑地狱的因是什么呢？《六趣轮回经》中云：“依止出离道，而不护禁戒，堕煻煨狱中，肢体皆消烂。”主要是居士或出家人明明依止了出离道，受了居士戒或出家戒，但却不好好守护禁戒，以此即会转生于该地狱，整个肢体被烧得焦烂。

此外，《佛说立世阿毗昙论》[[47]](#footnote-47)中也说，往昔曾把众生活活扔进火坑、热砂、火炭中，或者出家后破戒之人，都会招致这种痛苦[[48]](#footnote-48)。

所以我们也该想一想，堕入煻煨坑的因自己造了没有？如果造了“因”，则“果”必定会成熟。因此，我们没死之前一定要忏悔，不忏悔清净的话，就像中毒之人若未解毒，迟早都会送命一样，我们所造的业早晚会给自己带来痛苦。

庚二、尸粪泥地狱：

从煻煨坑地狱中解脱出来的有情，看见远方有一条潺潺不息的河流，因为在前一大劫毁灭期间一直身处火堆中备受煎熬，所以感到口干舌燥、渴到极点，一见到水不禁喜出望外，飞奔前去饮用。可是到了近前，哪里有什么水啊？结果陷入了人尸、马尸、犬尸等腐烂尸体臭气冲天、到处弥漫昆虫的污泥内，淹没过头顶，具有锋利铁喙的昆虫群起而上、竞相啄食，真是苦不堪言。

那么，转生于尸粪泥地狱的因是什么呢？《六趣轮回经》中云：“矫现诸威仪，苟求邪活命，堕尸粪狱中，为蛆虫啄食。”主要是生前通过诈现威仪，在人前装出一副修行人的样子，欺骗众生享用信财，以邪命养活，那么死后一定会堕入尸粪泥地狱。

《佛说立世阿毗昙论》中还说[[49]](#footnote-49)，往昔把有生命的众生，扔进粪坑等不净处，或者转生为人时啖食生命，或令蜈蚣等撕咬其它小动物，也会招致这种痛苦。

现在大城市里的人，每天聚在餐厅里，欢欢喜喜地吃活蹦乱跳的虫类、鱼虾，以及各种动物的肉。即生中你倒是吃得很开心，但再过几十年，你死后变成这些众生，它们会来吃你的，这种冤冤相报是决定的。可遗憾的是，他们造了这么多的恶业，却从来感觉不到，还自认为有钱有势，过得特别快乐。

前两天我去红原等地放生，那里的藏族牧民比较富裕，但杀生的行为特别特别可怕。由于受到经济社会的冲击，很多年轻人的因果观念日益模糊，而金钱至上的原则，在他们脑海中显得格外重要。他们不管是买摩托车、买轿车、买房子，处处都觉得需要金钱，而这些金钱却建立在无数众生的生命上。现在藏地杀生现象极为严重，汉地大城市里就更不用说了，许多有钱人仅仅是活一天，也能造下无数年在地狱中拔不出来的业，没有好好忏悔的话，恐怕你闭了眼之后，在前面等待着的唯有地狱。

然而，现在人往往意识不到这一点，他们平时非常担心的，只是：“我老了以后怎么办？有没有医疗保险、养老保险？”甚至我跟有些佛教徒交谈时，他们也从不担心来世堕入恶趣，唯一贪执的就是今生。其实对真正的修行人来讲，今生短短几十年，怎么样过都可以，毕竟房子修得再好、轿车买得再贵，也不可能陪着你生生世世，一旦离开了这个人间，紧紧跟随你的只有业力。

所以，前辈的大德和修行人特别重视来世。最近，我在看智悲光尊者的弟子——无畏盔甲、无畏如来芽尊者的传记，他们在修行过程中，特别怕来世的轮回、因果，除此之外，觉得什么都不重要。相比之下，现在很多修行人，包括比较有名气、有财势的出家人，似乎从来不关心这些，平日里谈论的只是金钱、地位，这样的确不是修行人。

通过这次修学《前行》，希望更多的道友应该看破世间，从内心中对来世堕入地狱产生恐惧。若能如此，你即生中肯定会注意取舍因果，否则，什么怕的概念都没有，修行就会流于一种形象。

现在很多人喜欢攀大法，天天追求最高的窍诀，但你若没有修好加行，尤其是现在所讲的共同加行，再殊胜的法对你也没有用。假如高法真的对每个人有利，那我绝对不会吝啬的。尽管我自己修得很差，但以前在大恩上师面前得过很多传授，文字上、理论上应该会讲。只要对大家真正有利，我作为大乘修行人，即使自己堕入地狱，也愿意给大家大量地传密法、大量地灌顶。（灌顶，我有点不太会，但也不是特别难，学一两天应该就可以。）可是这样有利无利呢？以我这么多年的修学经验来看，没有基础而高攀大法，确实如修空中楼阁。因此，对你们每个人而言，现在最有利的是要打好基础，尤其是明白人身难得、寿命无常、因果不虚、地狱可怕之理，只有这样，修行才不至于误入歧途。

我认识一些老修行人，他们平时口口声声说的，就是“我会不会堕入恶趣啊”，一想起恶趣便特别害怕。而现在的修行人，对此好像没什么感觉，这是不行的！我个人修行虽然特别差，但也确实害怕堕地狱，有时候看到一些佛号功德中说，念了它能不堕恶趣，我就特别高兴，马上要念这个。前不久我翻了过去的笔记，里面讲到一个咒语，法王曾说念了就不堕恶趣，我非常兴奋，一直念了很长时间……因为我心里很清楚，不论是今生还是前世，自己肯定造了不少堕地狱的业，现在通过念佛号、念咒语或修行，就有办法不堕恶趣的话，这是最好的保障，一定要好好修持。

大家通过学习《前行》，希望以后也要有一种修行的愿望，不要去追求短暂无实的名利。同时，应当相信来世是漫长的，这个道路特别可怕、痛苦，因此，务必要依靠修行加以断除。

前两天有个发心人员说：“我在这个部门特别痛苦，实在是受不了，好折磨、好伤心啊！”但是你在那边吃得好、穿得好，跟地狱众生比起来，有什么痛苦的？真正的痛苦就在地狱中。现在有些人在感情上、地位上，稍微遇到一点点挫折，就认为天塌下来了，这样也没有必要。人间的种种痛苦，再怎么样也忍得了，而地狱里的痛苦，才是真正的苦不堪言，但又因业力现前不得不忍。所以，大家一定要注意！

庚三、利刃原地狱：

从尸粪泥地狱中解脱出来的有情，看到一赏心悦目的青青草原，便欣然前往。结果遇到的却是一片兵器所成的利刃原，整个大地长满了形状如草、锋利燃火的铁刺。右脚踏在上面，右脚被戳穿；左脚踩下，左脚被刺透。由于众生的业力所致，当脚抬起时又恢复如初，再度踩踏之时又如前一样被穿透，痛苦难忍。

《瑜伽师地论》中也描述过此地狱的惨状[[50]](#footnote-50)，比如下脚时，双足的皮肉筋骨全被刺烂，脚抬起来时又平复如初，连伤口的痕迹都没有，再踩在地上时又同样遭受痛苦。

那么，转生于利刃原地狱的因是什么呢？《六道伽陀经》[[51]](#footnote-51)中云：“若人说邪道，破正法为非，满道排锋刃，令彼往来行。”如果有人宣说邪道，破坏正法、为非作歹，那么当他死了之后，所踩的道路会排满锋利的利刃，由于业力所驱，不得不在上面踩来踩去。

汉文《大藏经》中确实有一些很好的教证，希望汉地的法师、学者、修行人尽量翻阅这些经论。从历史上看，不管在唐朝还是宋朝，许多著名的译师，如菩提流支、鸠摩罗什、真谛、法天、施护、法护等，都是印度人。除了玄奘等极个别译师以外，大多数都是从印度来中国翻译佛经的。不过，现在好像没有这种现象了，许多印度人来中国只是在这边开饭店，卖一些比萨、印度咖喱，或者在有些大宾馆里，专门负责开门、关门、开车门，而真正来这里传教布道、作思想上交流的，基本上看不到了。

记得80年代，印度的奥修大师曾轰动一时，当地人将他与佛陀、甘地、尼赫鲁等，并列为改变印度命运的十位人物之一。后来奥修去了美国，由于他的学说相当开放，融合了儒教、佛教等各派思想，故早期在美国特别受欢迎，短短几年时间里，他的信徒已达30万。然而，由于他极力鼓吹性自由，公开反对婚姻的承诺，破坏了许多家庭的和睦，并通过各种手段聚敛钱财，以致遭到了美国政府的驱逐和监禁，最终在西方声名狼藉。

我也看过他的一些观点，他声称耶稣、穆罕默德和佛陀只会使人背离正道，世界上只有他的宗教才是唯一正确、唯一可信的……从很多言论上看，好像跟有些邪教没有什么差别。1990年他在印度死去，有人说他的死因是在美国曾被下毒。

现在的印度，劳务性输出比较多，而思想性、技术性的输出，几乎没有了。在往昔，不管是汉传佛教、藏传佛教，均起源于印度。到了印度之后，且不说释迦牟尼佛，就是后来的二胜六庄严，以及千千万万智者们的思想，也是世界上其他任何学说、宗派都无法比拟的。在座的很多知识分子，以前也学过种种知识，但接触到释迦牟尼佛的智慧后，每个人不得不口服心服、恭敬接受，这是不可否认的事实。

因此对于印度，我们应该有份感恩之心。尤其是汉地的《大藏经》，大多数是印度人来中国学汉文，然后进行翻译的，这种恩德确实非常大——那天我看到有位仁波切，他召集了印度和西方的一些翻译家，准备用25年的时间，把《大藏经》都翻译成英文，这种发心也很伟大。

以前法王去印度时，我们跟印度人交流过，但感觉上，他们对婆罗门教、印度教比较熟悉，常有一部分智者定期、不定期地开些研讨会，除此之外，真正弘扬佛教的思想，把它传至中国、美国或其他国家的人却很少。所以，每个不同的时代中，出现的人物可能也不同吧。

相比之下，在当今这个时代，把佛法传至欧美国家的，反而是藏地的高僧大德。并非因为我是藏族人，就对藏族百般赞叹，而事实上，的确是藏地很多仁波切和大德，通过讲经等各种方式，让原来根本不懂佛陀真理的无数西方人，逐渐认识到了佛教的殊胜。

总之，在座的道友有时间应翻阅《大藏经》，尤其是了解一下宣说轮回痛苦、业因果的道理。那里面讲得特别好，而且都是佛语，若能背诵下来，经常提醒自己哪些业会堕入什么地方去，平时就会倍加小心，对自己也有一种约束。

庚四、剑叶林地狱：

从前面地狱中刚解脱出来的众生，又看到一片枝繁叶茂、舒心悦意的森林，（前两天我看了个《森林之歌》，里面介绍了新疆、云南的一些森林，并说现在市场上琳琅满目的水果，它们的故乡就是森林，介绍词写得很好。若是我们人间的森林，可以让人去休息乘凉，可地狱中的不是这样，那里是什么样呢？）当它们兴高采烈地狂奔而去，哪里有什么悦意的森林？遇到的却是一片剑叶林，只见铁树上长着许多叶状的利剑等兵器，随风摆动，将这些众生碎尸万段，之后恢复如初，又再度割截，它们就这样感受着被切割的痛苦。

《瑜伽师地论》中也说[[52]](#footnote-52)，地狱众生到森林里准备坐下休息时，业力的风就开始吹动，树上的枝叶统统变成利刃坠落下来，将它们的身体斩截成一段一段，感受无量的痛苦。

那么，这是什么果报所致呢？《六趣轮回经》中云：“若阴谋害他，堕彼剑叶林。”假如以不良的心行谋害别人，以此果报就会堕入剑叶林地狱。还有《立世阿毗昙论》里讲[[53]](#footnote-53)，生前喜欢打仗，用刀等兵器伤害别人，也会堕入此地狱中去。

现在很多人特别喜欢兵器，不过，汉地稍微好一点，要想身上别着刀、持着枪，国家法律也不允许。而藏地可能是业力现前吧，这方面比较差。前段时间，我家乡那边就有个人，跟别人也没有多大仇恨，就用刀子砍死了他。这种拿着兵器杀人的人，定会堕入剑叶林地狱，感受无数次的被斩杀，非常可怕！

庚五、铁柱山地狱：

这里是毁坏梵净行、破戒律的出家人或行邪淫的在家人转生的地方。由于业力的牵引，它们来到阴森可怖的铁柱山前，这时听到山顶上昔日苦苦爱恋的女人[[54]](#footnote-54)呼唤自己。《正法念处经》中说[[55]](#footnote-55)，她打扮得特别漂亮，用媚眼含情脉脉地看着你，用娇柔动听的声音喊你的名字，并说：“念在我俩昔日的情分上，我特意来这里看你，现在你也见到我了，为何不来亲近我、拥抱我？”听到这些甜言蜜语，地狱众生的习气复苏，实在是忍不住，冒着生命危险向山上攀登（有些众生明明知道危险，有些也不一定知道）。结果因为业力现前，山上的树叶全部变成朝下的兵器，身体被这些兵器刺穿，内脏、肠子挂得到处都是，从皮肉到骨髓之间均被切割斩碎。当它筋疲力尽地爬上山顶，身体恢复如初，此时乌鸦、鹰鹫等飞禽又前来啄食它的眼油，乃至身体的一切支分[[56]](#footnote-56)。

此时，又听到山脚下传来呼喊它的声音，它便一如既往地向山下奔去，所有的树叶又转向上方，从它的前胸刺入，径直穿透后背。到了山脚下时，等候在此万分恐怖的铁男、铁女，将它拥抱入怀，将它的头颅活活吞入口中细嚼慢咽，并不时从嘴角两边流出白色的脑浆……感受诸如此类的异常痛苦。

《正法念处经》中详细描述了于此地狱感受果报的种种痛苦，并总结道：“何因故烧？邪欲为因。”也就是说，这些燃烧身心的苦因是什么呢？即是邪欲。可见，我们的心特别可怕，若未以正知正念来守护，会让我们无数次堕入地狱感受无边的痛苦，故佛陀在最后提醒：“当知是心，不可信也。”

现在有些出家人、居士，愿意放下一切，利用短暂的人生，一心一意地精进修行，这种选择真的非常好。但有些人可能是业力现前，修行也不一定善始善终。以前就有一个人，她考虑三四年后出了家，结果出家没过几天，就因为遇到一些恶缘，一念之差又破戒还俗了。因此，众生的业力特别可怕，有些人很想自己的善心不断增长，但是由于业力深重，不但不能成功，反而成为堕入地狱的因。

所以，相信因果的人，要好好思维这些道理，之后应当注意取舍，用正知正念守护自己的戒体。现在人贪欲特别炽盛，很多家庭不和睦，不正当的行为太多了，其实这些在今生会给自己带来许多痛苦，来世将成为堕入铁柱山地狱的因，故不可不慎！

对于以上八热地狱、十六近边地狱和铁柱山地狱的痛苦，我们经过一番详细分析之后，要到一个寂静的地方闭目观想。其实修行需要这样，对前面所讲的道理要好好观修。前段时间有个人拼命求我：“您可不可以给我讲个观修法？”我说：“每天讲的共同加行，就是观修法。”“这个不行，您要给我讲另外一个观修法。”我说：“无论到了什么世界，我都没有更好的观修法了，这个就是最殊胜的观修法！”

因此，很多人要有一种修行的理念，不能只是理论上明白就可以了。佛教史中讲我们的传承时，有理论的传承、实修的传承、口耳相传的传承等多种。其中，仅有理论的传承还不行，一定要有实修的传承；仅有实修的传承还不够，还必须去真正实践、身体力行。

话说回来，我们了解地狱的痛苦后，应该怎么样观想呢？首先，观想自己如今已真真切切地转生在那些充满恐惧和痛苦的地狱中了。又转念沉思：“啊！我现在并不是真正生在那些地狱里，仅仅是内心意念，竟然那么恐怖、那么痛苦，而今真正堕落于地狱中的众生不可胜数，这些有情都是我前世的父母，也无法确定现世的生身父母、亲朋好友命终后不堕入地狱。其实，转生到那些地狱的主因就是嗔恨心，而我们这些人在前世和今生中，肯定造下了数之不尽的嗔恨烦恼恶业，由此后世一定会转生到上述那些地狱中。”（米拉日巴也说过：“恶趣主因为嗔心，舍命亦应修忍辱。”堕入恶趣的因主要是嗔恨心，故宁舍生命也要修持安忍，不能随便发脾气。有些道友说自己十二年中没发一次脾气，这个很好！有些人一年发一次脾气，有些是一个月一次，有些是一天一次，还有些是一小时一次，一会儿跟这个吵架、一会儿跟那个吵架，这是堕入地狱的因。）

接着观想：“如今我已获得暇满人身，并有幸遇到了具有法相的上师，聆听了甚深窍诀，拥有行持佛法成就佛果的机会，此时此刻务必要下决心：为了从今以后不转生于那些恶趣，一定要锲而不舍地努力修持！”每个人要有这样的决心。这个也没必要详细解释，只要你有心、有智慧，反反复复地读几遍，就会领悟到其中深意。假如你对华智仁波切的金刚语都没感觉，那我这个凡夫的胡言乱语，你就更不会相信了。

总之，我们要再再思维上述道理，对以往所造的深重罪恶诚心忏悔，并立下坚定誓愿：“今后纵然遇到生命危险，宁死也绝不造堕落地狱的恶业。”一方面这样忏前毖后，一方面对现在身陷地狱的有情生起强烈悲心而发愿：“但愿这些众生当下从恶趣中解脱……”

尤其是诚如华智仁波切所言，我们前世的父母亲友如今正在地狱中受苦，为什么呢？因为他们几乎没造什么善业。看看今生的父母亲友就知道，不要说往生极乐世界，就连下辈子获得人身的善业，他们也没造过，因此死后必定堕入恶趣。为了救拔这些正在受苦的地狱众生，我们共同念观音心咒：

嗡玛呢巴美吽……

**给瓦德意涅德达** 我今速以此善根

**贤瑞热望拉措哲嘉内** 成就圣者观音尊

**桌瓦秋将马利巴** 令诸众生无一余

**坛嘉德意萨拉括巴效** 悉皆安置于此地

以上的道理，要以圆满加行、正行、后行来修持。在《前行实修法》中，每一引导文都要求以三殊胜摄持，这样的修法在《前行备忘录》中也经常强调，但今天因为时间关系，后面这一部分我不广讲了。

不过，你们每次听到这些地狱痛苦，最好能去实地修持，观想自己若真转生于那些地狱，会感受何等的痛苦。然后看自己活着的时候，上述这些因造了没有，如果造了，不忏悔就定会成熟。所以，该忏悔的有些业，必须要好好忏悔。

确实，忏悔相当重要。《长阿含经》云：“云何二法趣向恶趣？一谓毁戒，二谓破见。”倘若你入佛门后破了戒，或者舍弃以前具有的正见，没有好好忏悔的话，势必会堕入恶趣。所以，我们佛教徒一定要相信因果，切莫因业力现前、环境影响，而造下可怕的恶业。当然，要想在什么环境中都不动摇，前提必须要精进实修，比如这次修学了《大圆满前行》，大家心里要有一种转变，这个很重要！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十三节课

思考题

179、八寒地狱有哪些？请具体说明其受苦状况、众生寿量、转生原因。

180、了解八寒地狱的痛苦后，应当如何结合自相续来观修？请说说你是怎么修的？

181、孤独地狱的众生，是如何感受痛苦的？明白这些，可遣除你的什么疑惑？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

关于地狱的痛苦，前面讲了八热地狱、近边地狱，今天开始讲八寒地狱之苦。

讲这些地狱的痛苦，旨在让四众道友了解，在这个世间上我们肉眼看不见的地方，存在着极为痛苦的众生。一旦了解了地狱的苦状，我们定会心生怖畏，回顾自己以往所造的恶业，谁也没有把握死后不转生到那里受苦。所以，每个人应该观察自己会不会堕入地狱，如果会，就要赶紧忏悔，不然，死亡何时到来是很难说的。

这一点每个人都要考虑。正如很多大德所言，我们获得人身本就不易，如今遇到了具相上师，得到了殊胜窍诀，更是多生累劫积累的福报，如果现在不精进修持，死后两手空空地往赴中阴，随业力之风而堕入三恶趣，这实在是太可惜了！地狱、饿鬼、旁生的难忍痛苦，并不是现在所能想象到的，但从我们行持的微薄善法、所造的无边恶行来看，谁也不敢保证自己将来不会感受那种痛苦。

如今不学佛的人特别多，学佛的人即使有一部分，但包括出家人，常观想轮回痛苦并心怀恐惧、随时随地害怕堕落的，也寥寥无几。大家不妨观察一下身边，真正的修行人又有多少？然后再看看自己：学佛之前你怎么做的？学佛之后有没有观过轮回痛苦？这些值不值得观想？该不该观想？……我们不是旁生，只要有吃有穿、生活有着落就可以了，而作为一个人，我们更需要考虑的，是自己要随业力前往后世，后世和现在一样害怕痛苦、希求快乐，倘若现在不用修行来维护自己，将来必定会感受漫长的痛苦。所以，修行确实十分重要，而若要修行，前提必须是通晓最基本的佛理。

现在大多数不信佛教的人，认为地狱不存在，即使有确凿的依据足以证明其存在，他们仍然置之不理，没有任何理由地去否认，这固然是一种愚蠢。而那些承认地狱存在的佛教徒，想当然地认为自己不会堕入其中，似乎地狱只是吓唬孩童、警戒别人的所在，与自己毫无关系，这种想法更为可悲。其实，不管是什么样的人，今生、前世、前世的前世……都曾在阿赖耶上埋下了无数恶业种子，一旦这些恶业成熟，那时只有规规矩矩地去感受痛苦。

所以，在我们有时间的时候，一方面要通过念百字明、金刚萨埵心咒等方法，好好忏悔以往的罪业，同时，以后尽量不要再犯。当然，凡夫人的习气根深蒂固，加之有时定业成熟，谁也没把握从此不造一点罪业，但从现在开始，至少不能再像以往那样放逸，而应小心谨慎地对待因果。否则，你造了业的话，最后只有自己去承受。

下面讲寒地狱的痛苦时，希望大家不要像世间学者或考古学家一样，只是字面上了解一下，而不认为自己包括其中。我们作为修行人，应将每一个道理对照自相续观察：“我犯过这种错误没有？如果犯过，下一辈子会不会堕入地狱？如果堕入地狱，能否受得了那些痛苦？现在我在人间时，夏天四五十度就特别苦恼，寒冬腊月在外面呆一会儿也难以忍受，天气稍微转凉时，不加衣服就冷得发抖……那地狱的痛苦比这严重无数倍，如果我真的堕入其中，该怎么办呢？虽然今天我还活着，但很可能突然出事就离开了人间，到那时，在业力的支配下直接堕入寒热地狱，会是怎么样的痛苦？”

每个人在修行的时候，一定要对地狱有种毛骨悚然、恐惧害怕的感觉，若能如此，说明你对轮回的痛苦有所领悟。否则，听到极乐世界的功德也无所谓，听到地狱的痛苦也无畏惧，那你的修行肯定出了问题。

己三、八寒地狱：

寒地狱的位置，据许多论典中描述，一般是在南赡部洲之下。如《瑜伽师地论记》[[57]](#footnote-57)中说：地面以下三万二千由旬，是第一个寒地狱（具疱地狱），依次往下，每隔两千由旬就有一寒地狱[[58]](#footnote-58)。不过，《阿毗达磨藏显宗论》[[59]](#footnote-59)中言，寒地狱并非在地面以下，而是在围绕四大部洲的铁围山之外的一个极黑暗世界[[60]](#footnote-60)。所以，各个论典的说法不太一样。

关于寒地狱的数量，《正法念处经》、《俱舍论》中说是八种，而《长阿含经》、《立世阿毗昙论》则说是十种。虽然寒地狱的位置、名称、数量说法不尽相同，但只要众生造了相应重罪，的的确确就会堕入其中。因此，我们先应了解寒地狱的受苦状况，然后再反反复复地思维、观修。

（一）具疱地狱：

通常而言，寒地狱处在雪山、冰川的环抱中，到处狂风四起、暴雪纷飞，居此地狱的众生赤身露体，遭受非常难忍的寒冻之苦，身体上不时长出水泡，由此称为具疱地狱。

我们学院的冬天特别寒冷，若不穿得严实一点，可能身上会冻出水泡。好像东北也是这样，以前我去的时候，就有人告诫我：“您一定要用衣服包好，不然会冻出水泡来。”在藏地，冬天确实非常冷，无畏盔甲在传记里说：“石渠的夏天美似天界，冬天则如寒地狱一般。”我们色达也是这样，夏天漫山遍野都是鲜花，可以与天堂相媲美；而在冬天，尤其是十二月份左右，简直可谓滴水成冰，许多道友都很害怕。

现在我们这里很多人已在准备过冬的衣服、牛粪了，还有些人在装修房子，这是很有必要的。否则，天那么冷却一直忍着，想做些事情也很困难。虽说人间的寒冷和寒地狱的无法相比，但有些地方也有相似之处，可以借此去启发思维。

（二）疱裂地狱：

水泡慢慢破裂而形成疱疮伤口，由此称为疱裂地狱。

具疱地狱、疱裂地狱二者，《大智度论》中称为“頞浮陀（少多有孔）地狱”、“尼罗浮陀（无孔）地狱”，《长阿含经》中称为“厚云地狱”、“无云地狱”，名称不太相同。但在《光明童子因缘经》中[[61]](#footnote-61)，寒地狱的名称与《前行》、《心性休息大车疏》中讲的基本一致。

（三）紧牙地狱：

有情难以忍耐寒冷的折磨，禁不住牙关紧咬，由此称为紧牙地狱[[62]](#footnote-62)。

（四）阿啾啾地狱：

有情不断发出呼寒叫冷的声音，由此称为阿啾啾地狱[[63]](#footnote-63)。

阿啾啾，意为好冷啊。以前有位大天比丘，曾造过三个五无间罪，他生前给人讲经说法，令很多弟子证悟了阿罗汉果。在他圆寂后，有次他的一个阿罗汉弟子到施主家应供，在洗手的时候，这个弟子想：“不知道上师转生到什么清净刹土去了？”于是以阿罗汉的神通来观察，结果发现大天比丘堕入了寒地狱，但他自己根本不知道，只是在不停地说：“阿啾啾、阿啾啾，我的房子怎么这么冷啊……”看到这些，这位弟子想马上做佛事，搭救上师。但等他洗完手后，再一观察，发现大天比丘因为传法的功德，已转生于三十三天了——这样很好哦！他自己都不知道堕入地狱了，只是觉得好冷，结果很快就解脱了。

大天比丘在世时，他的眷属多达十万。我讲《萨迦格言》时也说过，据历史记载：释迦牟尼佛涅槃之后，没有一个凡夫能像大天比丘一样摄受如此众多的眷属。

（五）矐矐婆地狱：

有情呼寒叫冷的音声已经间断，只能呼呼呼地长声叹息，由此称为矐矐婆地狱[[64]](#footnote-64)。

（六）裂如青莲花地狱：

有情的皮肤冻成青色，裂成四瓣，由此称为裂如青莲花地狱。

（七）裂如红莲花地狱：

皮下之肉冻成红色，并冻裂成八瓣，由此称为裂如红莲花地狱。

（八）裂如大莲花地狱：

皮下之肉冻成黑红色，裂成十六瓣、三十二瓣或无数瓣，由此称为裂如大莲花地狱。沦落在此地狱的有情，冻裂的伤口中爬入许多铁喙的昆虫咬噬着，同时还要遭受寒冻之苦。

上述有八种全然不同的痛苦，所以才安立了八种名称，这些统称为“八寒地狱”。

转生八寒地狱的因是什么呢？有些经论中说，让众生在寒冷的冰或水里冻死，即会转生于此地狱。我看海边那些捕鱼为生的人，很明显在造这种业。他们用机器从海里捞出无数鱼虾，然后直接放入冰箱，把那些众生活活冻死。以前我随法王去普陀山时，就看到船上放了好多特别大的冰箱，里面冰冻了不计其数的鱼。这些业，绝对是堕入寒地狱“最好”的因。现在，汉地这样的人特别特别多。

也有些经论说：若有人剥众生的衣服，令其受寒冷逼迫，死后将堕入寒地狱中[[65]](#footnote-65)。

《本生论》[[66]](#footnote-66)中还说：“断无见者于后世，当住寒风黑暗中。”持断见而认为因果、前后世不存在的人，死后将堕入黑暗的寒地狱，感受无量无边的痛苦。现在的持断见者，尤以无神论最为严重，其观点可让无数众生直堕寒地狱。你们有些当过老师的，尤其是讲过唯物论的，以前可能大力宣扬过因果、轮回不存在，天堂、地狱不存在，让成千上万的人受到影响，摧毁了他人相续中的善根，这些都是寒地狱之因。

此外，毁谤圣者也是寒地狱的因。《立世阿毗昙论》中云：“瞿伽离比丘，堕波头摩狱[[67]](#footnote-67)，诽谤大声闻，舍利及目连。”提婆达多的弟子瞿伽离比丘，之所以堕入大莲花地狱，原因就是毁谤了圣者舍利子和目犍连。这个公案，在《大智度论》中讲得比较清楚：

瞿伽离平时因受提婆达多的影响，对舍利子和目犍连的言行举止常生邪见。一次，舍利子和目犍连刚结束安居，云游至某个国家时，忽然遇到大雨，他们便到一做陶器的旧舍里过夜休息。当时他们不知道，已先有一女人在此舍的暗处睡下了。此女人在梦中生贪心，流失了不净，于是第二天一早去沐浴。

这时被瞿伽离发现了，便问：“你昨晚睡在哪里？”她说：“我住在陶师家。”又问：“当时还有谁？”她说：“还有两位比丘。”正在此时，恰好见到舍利子和目犍连从屋里出来，瞿伽离就认定他们做了不净行，并在僧众中及国内各处公开毁谤。

当时梵天劝告并制止他，说两位圣者绝不可能做这种事，但他不听。后来，佛陀也亲自劝他不要诽谤，并再三呵斥，但他仍固执己见，并起座离去。（可见，众生业力现前时，不要说其他人，就算是佛陀亲自去劝，有些人也听不进去。）

后来，他回到房中，浑身生疮溃烂，当天夜里就死了，死后堕入大莲花地狱。由此，佛陀对僧众们宣说了八寒地狱的寿量长短、受苦状况等。《大智度论》13卷中对此有详细描述，你们有兴趣的话，可以去翻阅。

总之，寒地狱的因主要有三种：一是持断见，一是毁谤圣者，一是让众生在寒冷中死去。《经律异相》[[68]](#footnote-68)中也说：如果毁谤圣者，死后会堕寒地狱[[69]](#footnote-69)。因此，毁谤像目犍连、舍利子那样的阿罗汉，肯定会堕入寒地狱。而从广义上讲，最初发了愿菩提心和行菩提心的人，也可以叫圣者，如《入行论》云：“倘若生起菩提心，即刻得名诸佛子[[70]](#footnote-70)。”因此，我们尽量不要毁谤任何人。

除非你是执事或管家，为了僧团的戒律清净等原因，不得不说。此外，即使你真发现了一些事情，没有特殊必要，也不要随便去讲。毕竟眼见的也不一定真实，以前我讲过，人们总认为“眼见为实”，但有时因心里先入为主的观念作怪，眼睛见到的可能并不是真相，若是随便乱说，很容易让自己造下恶业。

佛陀曾于经中再三强调“意清净，身清净，语清净”，我们三门若能得以清净，活在世间也有了意义。现在很多居士口口声声说别人过失，其实你根本没有资格，假如过失说得太多，受害的只能是自己。试想，那个人若是地地道道的凡夫，而且你说的也千真万确，从世间角度来讲也未尝不可。但对方若是圣者的化现，那怎么办呢？古往今来，许多圣者看上去疯疯癫癫，但他们的内证功德不可思议，倘若你因为短短几分钟的语言，就要在千百万劫中堕入寒地狱，遭受无量的痛苦，太不值得了！

所以，这方面大家应该好好思维，看在这个世间到底要怎样生活才真正有意义。现在大多数人不了解生活的价值，认为只要家庭快乐、腰缠万贯、吃穿不愁就可以了。其实这样的理念，不要说人类，就连蚂蚁都有。蚂蚁也想把窝做好，有吃、有穿——咦，蚂蚁穿不穿衣服？有点说错了，应该是有吃有喝。不过，有些年轻蚂蚁还是穿高跟鞋，你看，好多居士点点头，他们肯定见到过！（众笑）

言归正传，八寒地狱众生的寿量如何呢？二百藏升[[71]](#footnote-71)的大盆里装满芝麻，具疱地狱的每一百年从中取一粒芝麻，直到将所有芝麻全部取完，才是具疱地狱众生寿量结束的时刻。其余地狱次第呈二十倍递增，从上而下寿量越来越长，痛苦越来越强，也就是说：疱裂地狱的寿量是具疱地狱的二十倍，紧牙地狱的寿量是疱裂地狱的二十倍……依此类推。如《俱舍论》云：“芝麻器中每百年，取出一粒至穷尽，即是具疱地狱寿，余寿渐成二十倍。”《心性休息大车疏》中也引用《正法念处经》云：“此革萨拉城中秤芝麻之斗二百倍量之容器盛满芝麻，每百年从中取出一粒，取尽之时，起疱地狱之众生于此狱寿尽也。余地狱寿量渐次增二十倍，以此类推，需受剧苦也。”

接下来，我们还是像前面那样，结合自相续而观修这些寒地狱的痛苦。怎么样观修呢？首先观想：在我们人间，寒冬季节一丝不挂、赤裸裸地在外面停留一瞬间，尚且也无法忍受寒冷的痛苦，假设真正转生于那些地狱，又怎能忍受得了呢？所以，对于自己相续中的罪业，一定要忏前戒后，并对已沦落到地狱中的有情生起大悲心。

这样观修应该不难。以前有些上师也亲自修过，比如在冬天最冷时，不穿衣服或穿得很少去感受那种寒冷。实在忍受不了的时候，要么就想“我以后堕入寒地狱怎么办”；要么想“我正在寒地狱中亲身感受痛苦”；要么想“虽然如今我没转生于寒地狱，但从无始以来，我所造的业中肯定有许许多多寒地狱之因，没有把握将来不会堕落，我该怎么办呢”……在观修的时候，应该这样反反复复地思维。

之后，跟前面观修热地狱一样，再想：“噢，我现在并未堕入地狱，忏悔还来得及。如今我遇到了具相上师，听闻了殊胜佛法，并转生在业力之地的南赡部洲，如果修持就有机会改变，故我应当好好忏悔！从现在开始，以后绝不再造堕入地狱之因。”忏悔的同时，还要想到：“这样小小的寒冷，我现在都忍受不了，那么无始以来我父母、亲戚、朋友所造的业特别可怕，他们很多人肯定正在寒地狱受苦。”于是对他们生起难忍、强烈的悲心。然后一直闭目观修。

其实，《前行实修法》中的每一个引导文，若与这里的内容对应着修，效果可能比较好。当然分开修也可以，不管怎么样，你们一定要修。要知道，修行与理论完全不同，理论只是文字上懂了，知道寒地狱如何如何，但不观修的话，内心不会有很大触动。如果你能实地观修，到了一定时候就会感到：“这的确不是理论上的空谈，我死后真会转生到那些地方！”有了这种感受，你白天也会害怕，晚上做梦也会害怕。

前天晚上，我梦到自己堕入了饿鬼界，特别可怕，当时一直想办法转变，但这种业力怎样都改变不了……醒来以后，我的心还在怦怦跳，觉得自己可能即生或前世造了业，这是下一辈子要堕饿鬼的相兆。这两天也有点害怕，天天念金刚萨埵，但不一定能改变什么。

其实我们活在世间，一切就像做梦一样，没有多大意义。很多人把眼前的名闻利养看得特别重，为达目的不择手段，却不知死后在极为漫长的时日里，为此要感受种种果报。毕竟人的寿命特别短，死后会换成完全不同的世界，不一定再有蓝天白云、茵茵绿草，到了那时，哪怕你是国家总统、联合国秘书长也没有用，只有随业力而感受相应的果报。

那么，这一切可不可以挽救呢？若能在死之前，抓紧时间精进忏悔、修行佛法，将来即会给自己带来快乐，除此之外，亲朋好友也救不了你，财富地位也帮不上忙，唯一能依靠的只有正法。这一点，没修行过的人不一定感受得到，但假如你长期修行，到了最后关头，必定会明白此言不虚，这从很多传承上师的身上也看得出来。

所以，我们不要一味忙于毫无意义的琐事，尤其是大城市里的人，尽管生活压力很大，有时候也不得不面对，但心里不能没有一点佛法。现在有些人不学佛，有些虽然学了，但完全是形象上的，佛法根本没有融入心，只是做个样式罢了。这些人真的非常可悲，最终的命运会怎么样也不好说。

总之，刚才所讲的道理，每个人务必要思维，不然，光是字面上理解了没有用。而思维之后一定要修，一方面想自己转生到地狱里怎么办，另一方面，观想正在地狱受苦的众生很可怜，它们怎么能忍受得了？从而对其生起无法抑制的大悲心……如前一样具足加行、正行、后行来实修。

己四、孤独地狱：

孤独地狱的命名，有些论师认为：“因为独一无伴、孤苦伶仃，故称为孤独地狱。”但这种说法，无垢光尊者不承认。他在《心性休息大车疏》中讲过[[72]](#footnote-72)，曾有五百比丘共同感受孤独地狱之苦，因此，此地狱并不是以数量微少而安立的。

孤独地狱的处所没有固定性，痛苦也是变化不定。有的夹在山岩间，有的困在磐石内，有的冻在冰块里，有的煮在沸水中，有的烧在烈火内……

现在科学也证明，有些无情物是有生命的。我在《佛教科学论》中讲过：美国生物学家巴斯特通过实验发现，有些植物也有情感的反应。其实在佛经里，早就提到过这一类问题，如《毗奈耶经》中说，阿罗汉目犍连到海边去时，见到许多孤独地狱的众生，有些在石头里，有些在树木里，以各种无情物的形象感受无量痛苦，于是他悲哀地说：“三有无安乐，孤独地狱众，分别为苦迫，如住炽火中。”

以前我买过一本《奇趣大自然》，里面也介绍了一些非常稀有的事物。比如，在法国与西班牙交界处的比里牛斯山中，有一块会哭的岩石，天气晴朗的午后，它会发出像女孩一样的哭声，所以被称为“哭岩”。

还有1997年的一则新闻中报道：在缅甸北部的森林里，有一块会“哭”的奇异岩石，平时它寂静无声，与一般岩石没什么区别。但每逢阴雨，它就会发出像人类哀号般的哭泣声。

如今学院在修觉姆大经堂，最近几天总是阴雨连绵，影响施工，所以一下雨，我就很伤心，担心无法如期完工。有时候我想：如果我突然死了，会不会转生到石头里，一到雨季就发出哭声啊？毕竟业力不可思议，就算变成了那样的众生，也是不难理解的。

其实，孤独地狱的众生，现实生活中有时也能看得到。比如在2006年，山东有个姓李的石匠，他常上山开采石头，有次劈开一块大青石，发现在密不透风的石头中，竟然活着两只小虫。从科学角度来看，在密闭的石头里，生物根本活不了，但这两只虫却活得很好。根据《本草纲目》记载，石头里长的虫子叫“石虾（ha）虫”，据说特别值钱，能治疗眼疾。李石匠得知后，就悄悄将这两只虫藏了起来。后经医学界、科学界等各方研究，没有得出任何结论，至今仍是一个谜。（在我们看来，以世间的方式肯定也得不出结论。）



法王如意宝去加拿大时，海边也有许多奇怪的石头，这种石头的形状有点不同，当地人一看就认识。他们说，石头里面应该有生命，因为若把它静静放在一处，它自己慢慢会滚动。但这生命具体是怎么样的，他们也讲不清楚。

地狱众生除了夹在石头里以外，有些还冻在冰里，就像藏地有些鱼，冬天在冰里冻僵了，但夏天一到，它们又活过来了；有些煮在沸水里，如荣索班智达在《入大乘论》中讲过，有种火鼠生活在火里，或者有些众生活在100度以上的开水里，但始终烧不坏、烫不死；有些众生藏在树木里，当樵夫砍伐树木时，它们的肢体被千刀万剐，受尽苦难；还有些转生为人们日常使用的杵臼、笤帚、瓦罐、门、柱子、灶石、绳子等形象，以识蕴感受这些苦楚。

（我们平时的门、扫帚，表面上看是无情物，但也许是地狱众生变的，被使用时就特别痛苦。当然，也并不是所有的门都是孤独地狱众生，不然等会儿下课后，你们回去不敢开门了——“啊，这是地狱众生！”）

下面用这两个公案描述孤独地狱的众生：

1、大成就者卓滚朗吉日巴[[73]](#footnote-73)在雅卓耶湖中看到的鱼。

关于雅卓耶湖的来历，据说以前益西措嘉空行母在此修行时，苯波教徒投来一枚金币，空行母以神通将此变成一个湖。

另有一种说法是，雅卓耶湖原本只是九个小湖，空行母益西措嘉担心湖中许多生灵干死，就把七两黄金抛向空中并祈愿、诵咒，将所有小湖连为一体，变成了现在的雅卓耶湖。

也有历史说，在益西措嘉空行母还没来的时候，这个湖已经形成了。相传在很久以前，这里只是个泉眼，附近住着一家富人，家中的佣人叫达娃。一天，达娃在泉边救了一条小金鱼，小金鱼变成美丽的龙女，送给达娃一个如意宝。主人发现后，硬要达娃带他到泉边，把龙女叫出来。达娃不愿意，主人就将其推进泉里淹死了。此时龙女出现了，发起大水淹没了富人，从此这里就形成了雅卓耶湖。

从拉萨到雅卓耶湖，大概有一百多公里，从雅卓耶湖到尼泊尔边界有八百多公里。这个湖是四大名湖[[74]](#footnote-74)之一，面积为678平方公里。它的源头起自得龙刚亲（地名），尽头流入贼玛格热（地名），中间湖岸线有250公里，要历经数日的路程。

以前法王如意宝去印度时路经此湖，我看到它的第一眼，就觉得特别美，赶紧拿出照相机左拍右拍。法王见后训斥道：“你们这些人，天天拿个照相机拍什么？到一个圣地的时候，首先应该要发愿！”从此我再也不敢拍了。后来，法王在那里念一些经，并讲了《前行》的这个公案：

一次，大成就者卓滚朗吉日巴，向湖中观望，随后竟然悲泣着说：“哎哟哟，千万不要享用信财[[75]](#footnote-75)！千万不要享用信财！”

弟子迷惑不解地问：“上师，到底发生了什么事？”

尊者悲哀地说：“在这条湖泊中，一位享用信财的上师神识转生为孤独地狱的一条大鱼（有些旁生看起来是旁生，实则为孤独地狱的众生），它正在感受众多痛苦。”

弟子请上师示现给他们看。于是尊者大显神变，顷刻间使此湖干无一滴。这时，眼前出现一条巨鲸，庞大的躯体遍及整个湖泊，身上密密麻麻布满了数不胜数的含生在争相蚀食，只见它痛苦难忍而满地翻滚。

弟子问：“承受此恶报者，是谁的转世？”

上师开始讲述：“这是后藏黑马喇嘛的转世。后藏那位黑马喇嘛，咒力和加持力非同小可，对于鬼迷心窍的人，只需看上一眼就会立竿见影见效，成了前后藏四翼[[76]](#footnote-76)地区众所周知的供养处。他超度亡人只念一声‘啪的’，便开始收取大量牛马等牲畜，他死后转生为这条大鱼。”（这个人肯定很出名！不像有些大德，在拉萨一带比较出名，但康区、安多没听说过；有些在青海一带很出名，但是康区不知道。过去交通、信息不发达，就更不容易被发现了。但这个黑马喇嘛，整个西藏四翼无所不知，可见是非常出名了。）

因此，有些上师接受亡财之后，不好好超度的话，下场肯定很悲惨，因为死者的财富很难以消受。而我们作为普通的出家人，这方面更值得注意了，该超度的要好好超度，如果你接受了亡财，就应尽量用于三宝所依或有意义的方面，千万不要用来做非法之事，否则果报很可怕！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十四节课

思考题

182、什么是血肉供养？你对此持什么看法？你家乡有这样的传统吗？《法句譬喻经》中的故事对你有何启示？

183、对于吃素的功德和食肉的过失，请谈谈你的理解。你有短期或长期断肉茹素的打算吗？

184、寺院在管理财产时要注意什么？这有哪些必要？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

在共同加行的“轮回过患”中，第一个是讲地狱之苦。前面已介绍了热地狱、近边地狱、寒地狱及孤独地狱的一部分，今天继续讲孤独地狱的痛苦。

讲这样的轮回痛苦时，大家首先要认认真真地听。听了以后，千万不能只停留在字面上，认为字面上理解了，修行也就到位了，这种想法不合理。看看前辈大德的传记和历史，他们在修行过程中，哪一位不是一步步次第修持？而哪一次的修持不是满怀欢喜？他们那样重视修行、重视次第，确实让人极为钦仰。

上师如意宝一生的行持，也为我们作出了极好的表率。在上师毕生的事业中，讲经说法与听闻佛法始终是最重要的环节。这一点，我们作为传承弟子，务必要铭记于心。虽然现在因为众生福报浅薄，上师在这个所化世界示现了圆寂，但他的丰功伟绩仍留存于人间，让我们后学者可以去学习、去效仿。

我本人而言，自接受这个传承的教法以来，始终把学习佛法、修行佛法作为一生最重要的事情。学院很多道友也是如此，听闻佛法的意乐非常不错；而城市里的道友，我通过各种途径了解，大多数人也很好。尽管他们生活在红尘中，需要面对许多问题，压力非常大，散乱因素又多，但仍能抽出时间听受佛法，的确相当不容易。

不过，有些人也并不是因为那些客观原因，就以自己的事情影响别人学法，这个过失非常大！所以我再次希望，个别组长、辅导员或负责人，不要以自己的事情，耽误大家学法。有些人今天要参加一个会议，就放弃了组里二十几个人的学习；有些人因为要出差，就让大家自学一个月，其他什么安排都没有……这种现象，在个别负责人的身上比较多。如果你确实有特殊原因，我们也不会一概而论，所有的事情都不准许。但你们要想想，即使是一天的课受影响，过失也相当大，可以说断了人家的慧命。

若是我决定今天不讲课，首先要看是不是为了私人的事；如果不是，而是为了去放生，以更多地利益众生，那我会暂时取消当天的课。除此之外，因为自己的小事，或身体有点不舒服，我从来也不会缺课，这是历来的一贯原则。在我的记忆中，我每次若要下山，要么是身体实在不行了，不看病就会倒下去，要么是有其他非常特殊的原因，作了一定观察后才出去的，此外从不会无故断课。

但菩提学会的个别人，对安排好的课程，好像上也可以、不上也可以，想什么就做什么，全由组长一人决定，这样不太好。如果是世间的一件事情，比如你去上班，只要领导不扣工资、不批评，你过一天算一天也可以，但学习佛法并非如此，还是有极为重要的因果在里面。

在我们学院，就算有再大的事情，法师一般也不会断课，除非是病得实在太厉害，可能请一两天假，此外，他们永远把传法摆在首要位置上——这就是上师如意宝的加持和传承。所以，学院里的辅导和学习，希望要继续保持这一良好传统；而外面大城市里的人，即使不能跟学院一模一样，也要尽力去做。据我了解，有些小组还可以，一学期中一堂课也没有缺，好多道友都是如此；而有些小组可能是因果正见不够，或者是定力不足，总是随自己的意乐，三天打鱼、两天晒网，学习得有头无尾，这种现象比较危险。

所以，我今天在此特别强调，提醒大家珍惜闻法的机缘。虽然我讲得一般，但这部《前行》的内容对每个人来讲，是必须知道、非了解不可的。无论你的智慧或修行境界如何，也不管你再怎么忙碌，这次系统学习时，一定要传承圆满。

其实，学院的好多道友也并不轻松，他们要修行，要闻思，要发心，要念咒……有许许多多的事情。今天一个道友对我说：“加行也重要，闻思也重要，发心也重要，什么都重要，我哪个都想抓，但有时候时间来不及。”他这种想法的确很好，一个人若有了意乐，那干什么都有希望。反过来说，假如你对加行没兴趣，对闻思也没兴趣，觉得什么都是压力，反而对世间法极有欢喜心，那可以说你已趣向恶道了。因此，每个人的方向掌握在自己手里，上去或下去的关键，也在于自己。

这次讲《前行》，我个人而言，算是有史以来最广的，以后也不会这么广讲了。你们听受之后，要对每一层内容详详细细去思维，这样对你们只会有利益，而不会有任何害处。

下面继续学习孤独地狱的第二个公案：

2、大成就者唐东加波所见石头内的青蛙。

唐东加波尊者，是宁玛派非常了不起的大成就者。历史上说，他依止过五百位善知识学习显密经续，并获得一切成就，开取了许多伏藏，示现种种超越的圣者相。他在整个藏地造了58座铁桥（像现在的泸定桥，就是他以神通力建造的），并在各个关要之地修建了降魔佛塔。尊者于125岁示现圆寂，但其幻化身至今仍在各个地方出现。

有一次，尊者在一块大石头上修气脉瑜伽，以他巨大的修证力量，结果石头裂成两瓣，里面有一只大青蛙（这是孤独地狱的众生），身体上粘附了无数的微小生灵在蚀食，只见它张着黑洞洞的口，苦不堪言。

弟子问：“上师，这是怎么回事呀？”

上师告诉他们：“这个众生的前世，是一个作血肉供养的上师。”

往昔，藏地因受苯波教影响，确实有血肉供养的恶劣传统。记得莲花生大士来藏地时，国王赤松德赞问：“以血肉供养本尊、上师，这种现象是否如法？”莲师以极为不满的语气说：“这只会让无边众生堕入金刚地狱，不得解脱。”并宣讲了许许多多过失，比如今生以血肉供养，来世会变成恶鬼、厉鬼、凶神等等[[77]](#footnote-77)。

自华智仁波切等大德出世之后，在他们的大力号召下，藏地许多地方的血肉供养已销声匿迹。但时至今日，靠近内地的有些藏区，又恢复了这一传统。以前我去一个寺院时，它附近的村落中，逢年过节就会杀猪供神；人死后也要杀猪宰羊，然后大家集聚在一起，说这是对亡者的一种回向。

而在汉地，此习俗更是蔚然成风。虽说人类的脚步已迈入21世纪，文明的浪潮席卷了全球，可在有些偏僻地方，仍固守着一些特别不好的迷信传统，比如人死之后要宰杀一头猪，并认为猪越肥，对亡人越有利，这完全是一种愚痴邪说。《地藏经》中讲过[[78]](#footnote-78)：若为亡人造杀生恶业，不但对他无丝毫利益，而且危害性相当大。甚至即使他原本能转生善趣，但由于眷属为他造了这些恶因，他也不能自由自在投生，获得真实的快乐。因此，学了《前行》以后，各地一定要断绝这些不良习俗。

1995年，上师如意宝由于生病，在成都郫县的“国际大都会”住了好几个月。有一次，我见某户人家送亡人尸体时，带着一只公鸡。我问他们是干什么用的，回答是：“把公鸡宰了，让它陪伴亡灵渡过难关。”这简直是一种瞎说！在你们每个人身边，估计也有这类愚痴迷信的行为，希望大家能尽量帮他们纠正过来，毕竟家人亲友死了以后，即使我们做不了什么有意义的事，也千万不要做那些对他有害的事。

《法句譬喻经》中讲过一则杀生供神的公案：佛陀时代，有位国王名叫和默处，由于他的国家地处偏僻，从来没有见过佛陀，也没有听闻过佛法，所以一直信奉邪师外道，以杀生的方式来祭拜天神。

有一次，国王的母后生了重病，看了许多医生，身体还是不见好转。国王只好求教于两百位婆罗门，婆罗门出主意说：“你要准备一百只不同种类的旁生及一个小孩作为祭品，到城外偏僻的净地宰杀后，以血肉供养祭祀天神，这样太后的病就可痊愈。”国王听了，马上派人准备婆罗门所交代的祭品。一时间，大象、马、牛、羊等许多旁生从东门出发，前往祭祀的地点，一路上发出悲哀、恐惧的号叫，声音震动了天地。

佛陀得知这位国王为了要救一人的性命，竟要杀害这么多无辜众生，为其愚痴深感悲悯。于是带领弟子来到这个国家，在东门外的路上遇见了国王与婆罗门，以及那些被驱赶的牲畜。

佛陀问国王要前往何处，国王回答：“按照婆罗门的吩咐，我要把这些众生全部宰杀，以祭祀天神，为母后祈福，希望她能早日脱离病苦。”

佛陀告诉国王：“人们想要得到谷子，就应先耕田播种；想要富贵，就应力行布施；想要长寿，就应心存慈悲；想得智慧，就应努力学习，这四件事都是种其因、得其果。而你却背道而驰，以邪法为正，想要借由杀生获得长寿，这不可能有真实的利益。”然后说了一偈：“若人寿百岁，勤事天下神，象马用祭祀，不如行一慈。”意思是，若在一百年中精勤侍奉天神，杀害象、马等众生作祭祀，不如行持一次慈心的功德大。

佛说此偈时，身体放大光明，遍照一切苦难众生。此时国王生大欢喜心，当下证得圣果。他母后听闻了妙法，也心开意解，病痛消除。两百位婆罗门心生惭愧，忏悔过错，发愿跟随佛陀出家修行。从此之后，国王以佛法治国，国家日渐强盛兴隆。这是佛经中一个很好的故事。

现在有些人常为了长寿而杀生，比如为了孩子健康成长，就杀鸡宰羊给他吃，或者为了病人身体痊愈，杀生炖汤给他喝，这样做不但对健康长寿无益，反而会适得其反。因此，要想长命百岁，就千万不要杀生。前两天我讲过世界上最长寿的人，他活了256岁，一直都是吃素的。而在我们佛教徒中，有些人特别高寿，弘法利生也非常顺利，多是因为两种缘起：一是心怀慈悲，不会为自己杀害任何众生，甚至不损害众生一根汗毛；二是不食众生肉，所享用的食品非常清净，以此不会沾染上各种疾病。

吃素的功德和食肉的过失，在《入楞伽经》[[79]](#footnote-79)中有大量宣说。我们作为后学者，如果真看过、学过这些经典，那么不说为了众生，就算是为了自己，也会坚持吃素的。以前我写《藏密素食观》时，引用过《涅槃经》、《入楞伽经》等经论的教证，还引用了藏地许多大德的教言，记得其中有一段很感人：昔日，某集市上聚集着许多卖肉的商贩，正巧米拉日巴师徒二人前往该地化缘。当时，一位屠夫剖开一只山羊的胸部，那只羊竟拖着露出体外的肠子跑掉了。它战战兢兢地来到米拉日巴面前寻求庇护，尊者为它念经加持，它后来还是死去了。尊者悲伤地唱了一首道歌。惹琼巴听后，极为反感杀生吃肉之举，并深深生起了强烈的厌离心。

高僧大德遇到一件事情，往往能改变他的一生。而世间上的凡夫人，却对贪嗔痴的场面兴致勃勃，很容易深入内心，别人唱一首流行歌曲，他马上就唱得来；别人说些情感方面的故事，他马上记得清清楚楚，而佛教方面却正好相反，对自己生生世世有利的教言，记完就忘光了，犹如水过无痕。

所以，末法时代的众生，确有很多不好的地方，好的善根或习气一般很少。但不管怎样，我们都向往解脱，想趣入涅槃之道，不能因为烦恼重就随业缘而去，一定要维护自己、保护自己，尽量去行持善法。虽然我们不能像圣者那样不造一点罪业，但每天至少也要抽出部分时间，尽心尽力地修行。若能如此，心逐渐就会变得堪能，应付外境的诱惑也不再有困难。所以，学习佛法之后，调伏身心是非常重要的事情。

华智仁波切在世的那个时代，藏地由于交通不便等原因，喇嘛吃肉的现象随处可见。关于吃素方面，我在《藏密素食观》里也写过，藏传佛教确实不如汉传佛教做得好，正因为如此，至今仍饱受众多毁谤和指责，让藏地大德去澄清这些不理解，也颇为艰难。因此，在座入藏求法的道友，对此一定要注意，不要因为来了藏地，就非要学会吃肉。在我们学院，凡是来求法的汉族四众弟子，必须要长期吃素，这是多年以来的规定。如今，大家做得非常好，希望今后这不仅仅是我们学院的传统，而且也能为整个藏地的高僧大德渐渐接受。

当然，任何事情在刚开始时，都会有一定困难，但这毕竟对众生和佛法有利，希望大家还是要再三斟酌。尤其是藏地上师的汉族弟子们，对此也应该深深思维：假如你上师常常享用血肉，那对整个佛法、对你上师的事业、对你的修行有利还是有害？以前总有人说：“上师开许了，就不会有过失，上师加持了的肉可以随便吃。”不过，现在这种说法比较少了，虽然有些上师显现上还在继续享用血肉，但也没有特别公开，这应该算是一个进步。

对藏地很多上师和僧人而言，要像汉地寺院一样完全吃素，暂时恐怕比较困难。但近年来，因为学院及各地大德的影响，如今已不像十年前那样，当藏地大德去汉地弘法时，居士们公开说些特别难听的话了。所以，对众生、对修行有利的事情，我们就应该发扬光大。

以前，华智仁波切对吃肉极力反对，他曾生动刻画过有些喇嘛接受血肉供养的形象：“每当施主们宰杀膘肥体胖的羊只，在咽喉或脾脏等内脏里装上血肉，放在脊椎骨的精肉上来供养这些喇嘛时，他们则拉起披单甩到头后，接着便像婴儿咂奶一样，津津有味地吮吸着里面的东西，又从怀中掏出小刀，慢慢悠悠地吃着外面的肉。当饱餐完毕的时候，嘴上油腻腻的，头顶也是热气腾腾，简直与餐前判若两人，已成了红光满面、昂首阔步的形象……”

汉地在饭馆吃肉的人，其实也跟这一样，只是身份稍微改变一下就可以了。倘若今生这样肆无忌惮地享用血肉，那后世定要用自己的身体来偿还血债，到那时，孤独地狱中不堪设想的痛苦也会“恭候”着他们。

既然吃肉有如此大的过患，那么各方面因缘具足的话，作为居士，哪怕能断一年的肉食，也有非常大的功德。即使实在不能吃长素，但一年一年逐渐减少吃肉，对你的身体也有好处，对肉味的贪婪也会慢慢减少。

而作为出家人，不但不能接受血肉供养，就算是享用太多信财，也需用自己的血肉偿还。《释门自镜录》[[80]](#footnote-80)中讲过这样一个故事：以前有位禅师，他修行不好，却在一施主家接受供养多年。后来他死了，死后不久，那位施主院子里的枯木上，忽然长了一种软菌，味道与肉无别。他们每天都割来吃，割了以后又会长，很长时间一直如此，全家大大小小都欣喜万分。

日子久了，周围的邻居知道了此事。有个邻居就生了贪心，一天晚上，他翻墙过来，以刀割取软菌。忽听枯木以人声说：“谁在割我的肉？我并不欠你什么。”邻居听了很吃惊，问道：“你是谁？”答曰：“我是以前的某某禅师，因道行浅薄却享用了此间主人太多供养，自己无法消受，只有用身肉来偿还。你能否帮我还他一些财物，以减轻我的痛苦？”邻居听了很惊讶，将此事告诉那个施主，并送来一百硕米。从此之后，院里的软菌就不再生长了。

这是很值得现在修行人借鉴的！所以，我们接受财物供养时，一定要看享用它是否合理，不合理的话，哪怕自己再穷、再苦，也不能以诈现威仪的方式，或各种非理手段去欺骗别人。但现在有些出家人，根本不是圣者，也不是大成就者，却偏偏给自己戴上“圣者”的帽子，到处去蒙骗信众，从中谋取很多财物。这样的人，纵然即生中过得很宽裕、很快乐，但命终之后，正如华智仁波切所说，孤独地狱的大苦头会在前面等着他。

因此，真正想维护自己的人，一定要观察：“我是怎么样活着的？是否如理如法？”当然，过于害怕而不敢享用基本的生活资具，也没有必要。但是过于贪婪，靠欺骗别人来过活，打着各种旗号骗信众，说自己是大成就者的化现，“我有神通神变，知道你的前世”、“你的病我了解，你身上有个附体，只要我一加持、一瞪眼，它就被吓跑了”……以诸如此类的语言骗人，也是一种邪命养活，实在很不好！

我们活在人间，生活一定要清净，要对众生和自己负责，至少应做到来世不堕入恶趣。可是大城市里很多人，连地狱都不承认，故要制止他们的恶行，恐怕也无能为力。但不管怎么样，大家还是要努力，尤其在断肉吃素方面，应该多学习一些教言，尽心尽力地观察其中利弊。

关于孤独地狱，再讲一则公案：大堪布具德护法在德格期间，有一天对弟子们说：“你们今天去俄达河边，河里出现什么都不要放过。”许多僧人就去河边守候，一直到午后时分，才看到有一段树干随波漂来。于是他们打捞上来，禀告上师：“除了这一截树干，其他什么也没有发现。“具德护法让弟子劈开这段圆木，众人惊奇地看到，一分为二的圆木中有一只大青蛙，身上有许多含生在吃着它。上师为它做了沐浴仪轨，念经做了超度，并说这只青蛙是德格管理信财的监院——哦吉的转世。

所以，寺院在管理财产时一定要注意，按《毗奈耶经》的观点，供养僧众、供养经堂、供养佛像、供养佛经的财物，都应该分清楚。听说有些寺院接受供养后，随便让一个和尚做决定，这是特别可怕的事！我们在座很多道友，以后肯定有当大法师、大方丈、大知客的，到时候你一定要把信财用于三宝方面，千万不能私自处置，或者赠予亲朋好友。戒律中一再强调，僧众的财产，要由僧众决定。如果你想挪用任何财物，先要经僧众共同商量，而你个人再有权力，也不能自作主张，否则会感受因果报应。

上师如意宝在世时，对此也极为重视，在不同场合中都再再讲过：我们学院的财务科，动用任何财物时，必须先经僧众商量，否则果报非常严重。但我看到现在极个别寺院，包括汉传佛教、藏传佛教的，可能是没学过戒律吧，有些上师或方丈，把寺院的钱好像当成是自己的一样，今天买什么车，明天给什么领导，后天给哪里救灾……只要一句话，就可以动用几百万、几千万。如果这是你私人的，那怎么样都可以，但若是集体的财产，果报就比较可怕了。《百业经》、《贤愚经》中，这方面的公案比较多。所以说，如今有权势的法师或官员们，想到那些地狱的痛苦，举止言行也应小心谨慎，不能因为自己有权力，别人不敢说什么，就随心所欲、为所欲为，这在因果上是行不通的。尤其在这个世间上，还有一处肉眼看不见的地狱，这比人间最可怕的监狱，不知道要恐怖多少倍。因此，我们若有上述血肉供养和乱用信财等过失，一定要想尽办法改掉。

听说汉地某些地方，至今仍有血肉祭祀的传统，这特别不好！在历史上，商朝的祭祀最为残忍，祭品中不仅有动物，而且还有活人（主要是男人）。古印度也曾有这样的陋习，但后来逐渐消失了。在孔孟时代，人祭虽然不常见，但动物却被作为主要祭品，比较常用的有六种：牛、羊、马、猪、狗、鸡。这些不好的传统在有些地方还残存着，以后一定要断掉。我在《悲惨世界》里引用过《中本起经》[[81]](#footnote-81)的一个教证：“杀生祠祀，不得其福，天神不食，杀者得罪。”以杀生来作祭祀，绝得不到丝毫快乐、福报，因为喜欢善法的天神不会享用这种供养，而杀者自己却因此造下无边罪业。如此传统若不断除，将会导致地水火风的自然灾害，同时也会为自身埋下许多危害和障碍。

我们这里的道友，有些出家了，有些受了居士戒，可你们在此之前，恐怕造了不少恶业。究其原因，有的是由于传统所致，有的是因为无明愚痴，有的则是贪嗔烦恼太重。不说大的，单单是蚊子咬你一口，你以嗔恨心把它打死，这都是罪业。所以，每个人在临死之前，的确要好好忏悔。

所谓的修行，并非只是外在形象，而要在内心获得一种滋润、柔和。这跟学术研究不一样，学术研究只要了解到那个层面就可以了，而修行的话，最注重的是反观自心，看到一段文字，不能只停在书本上，而要把它的内容与自心对照：“我以前犯过这种错误没有？犯过的话，要想办法忏悔得以清净。以后还会不会再犯？若有可能再犯，那该怎么样制止它？……”如果这样去观察、去调伏自心，才是真正的修行人。

其实，不管在汉地还是藏地，只要是高僧大德、大成就者，都有这样的控制能力。而我们这些始终流转在轮回中的人，却总是随外境、分别念而转，从来不知道约束自己。即使偶尔看了一本好书、听了一位上师的开导，最多也只是一两天内有点改变，随后又会恢复成老样子，这样不好！毕竟上师无法拿棍棒永远护着你，一切都要靠自己。就像你小学读完了，不可能退回去再读一样，你在学院依止上师也有一个限度，不可能恒常不变。有福报的人，可以依止十年、二十年；而其他的，有些是五六年，有些只有几个月。但不管时间长短，都要将上师的教言融入于心，从有些大德的传记中看，即使是短时间内获得的法要，也会让自己受用一辈子。

所以，依止的时间长，也不一定就成就快。有些人依止上师很久了，却似乎越来越麻木不仁：“唉，天天在那儿啰啰唆唆，没什么可听的，还是做我的事吧！”于是，边听课边在锅里炒菜——有没有啊？可能有些人正在炒，听到我的话就停手了。害怕了？开玩笑啊！不过也有可能的。

最后，华智仁波切又讲了几则孤独地狱的公案：

往昔世尊在世时，所住城中有一位屠夫，晚上守持不杀生戒，而白天大开杀戒。他死后转生到孤独地狱，受的报应是什么样呢？夜晚身居舒心惬意的美妙宫殿，有四名花枝招展的美女供奉饮食、受用，快乐无比；到了白天，美宅变成了燃烧的铁屋，四名美女则变成恐怖的花斑杂色恶狗来啃食他。

另有一个邪淫者，白天守持不邪淫戒，晚上非法邪淫。死后堕入孤独地狱，与前相反，白天尽情享乐，夜间受尽苦厄。（可见，即使在短暂的白天或晚上守一分戒律，也有很大功德和利益。）

这些是昼辛吉尊者亲眼目睹的真事。

还有，在一座环境幽雅的寺庙里，居住着五百比丘，每天中午击犍椎[[82]](#footnote-82)集聚僧众供斋时，经堂即刻变成了燃烧的铁屋，钵碗等餐具则变成兵器，僧人们开始互相殴打。供斋时间过后，又依然如故地各自分开，恢复到原来的状态。这是什么原因呢？以前迦叶佛时代，这些比丘在午饭时争执不息，以此现前这种异熟果报。

以上八热地狱、八寒地狱，共有十六个，再加上近边地狱和孤独地狱，合计起来有十八个，这就是通常所说的“十八层地狱”。我们应深入了解这些地狱的数目、寿量、所受痛苦、转生原因等，进而对地狱有情生起悲心，并竭尽全力使自他一切众生从此不堕地狱。否则，仅仅是浮皮潦草地听一听佛法，便置之不理，而没有脚踏实地去修行，只会变成傲气十足的佛教油子之因，成为圣者呵责、智者羞辱之处。

此处讲的很多道理，实际上值得我们深深思维。诚如龙猛菩萨所言：“即便见闻地狱图，忆念读诵或造形，亦能生起怖畏心，何况真受异熟果？”对于有善根的人来讲，就算见到地狱的绘图、听到地狱的痛苦、忆念地狱的情景、读诵地狱的描述，也会特别害怕，毛骨悚然，更何况是去亲自感受那些痛苦了？因此，大家今后对因果一定要注意，同时对于这些道理，要踏踏实实去修持，不要有什么傲慢心。不然，连基本的佛理都不懂，会闹出很多笑话的。

从前，一位仪表庄严、趾高气扬的比丘，前去拜见上师扬仁波切。仁波切问：“你对佛法认识得如何？”

那位比丘自吹自擂地回答：“我对佛法无所不通、广闻博学。”

上师又问：“那么，十八地狱是指哪些呢？”

这时，比丘支支吾吾地答道：“八热地狱、八寒地狱共有十六个，嗯……再加上噶玛巴黑帽、红帽两个，总共有十八个。”

其实，这位比丘并不是因为不恭敬噶玛巴，才将他们列入地狱的数目中，而是忘记了孤独地狱、近边地狱的名称，由于当时噶玛巴黑红帽二位尊者大名鼎鼎，所以就随随便便算在了地狱的数目里。如果到了这种地步，姑且不论求法修行，甚至连字面意思还是懵懵懂懂，实在是令人感到惭愧之处。

这种不懂装懂之人，不仅在佛教中有，世间上也比比皆是。从前有个东北人到南方做官，当地乡绅请他吃饭，让仆人端上一盘菱角[[83]](#footnote-83)。他从来没吃过菱角，又不好意思问，主人一再请他先尝，无奈他只好拿起菱角，放到嘴里去嚼。

主人看他连壳也没剥就吃了，心里很诧异，问他：“这菱角要剥了皮才好吃，你怎么整个都丢到嘴里了？”

他明知自己弄错了，却一本正经地说：“我刚刚到南方来，有些水土不服，连壳都吃掉了，为的就是清热解火。”

主人摇摇头，说：“我怎么没听说过呢？你们那儿这东西很多吗？”

那人答道：“多得很，山前山后到处都有长！”

主人听后哑然失笑。

这种人明明无知，却硬充内行，最终只能使自己受辱。故萨迦班智达云：“愚者学问挂嘴上，智者学问藏心底，麦秸漂于水面上，宝石沉没于水底。”愚者常把学问挂在嘴上，似乎什么都懂，而智者却把学问默默藏在心底。正如麦秸总是漂在水面上，宝石却自然会沉没到水底。

又没有时间了，就讲到这里吧！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十五节课

思考题

185、弘扬佛法时，应当采用什么样的方法？避免哪两种误区？

186、饿鬼分为哪几种？它转生的因是什么？你造过这些业吗？今后打算怎么办？

187、隐住饿鬼分为哪三种？请一一说明其感受的痛苦。

188、有些人认为：“藏传佛教与汉传佛教的差别极大，所讲的内容完全没有共通之处”。对此观点你如何看待？请说明理由。

189、佛陀既然是一切遍知，那为什么没有详细描述我们所在的这个地球，也没有预言飞机、电脑的诞生？明白这个道理，对你有哪些帮助？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

下面继续学习轮回的痛苦，今天介绍饿鬼之苦。

在讲之前，我想跟大家说明一下：现在的宣讲方式，主要是采用古代的佛教修心方法。有些人把古代传统统统贬斥为陈旧、落后，全部抛开、全部舍弃，这种做法不合理。作为人类，只有立足于传统的基础上，才能接受新知识，否则，将过去的东西完全抛弃，这无疑是一种极端。还有些人认为，新事物并无可取之处，唯有古代的东西最有价值，故对新的理念、知识、技术都不承认，这种做法也不对。无论是什么样的人，都应跟随时代、与时俱进，不然就会被淘汰。我们作为佛教徒也是同样，应该在古代传统的基础上，增加一些现代方式，否则，即使佛教的思想再殊胜，不与时代接轨的话，也很难被人们理解、接受。

然而，现在很多人常会堕入两边：有些人在学佛时，除了佛经论典的内容，新的公案、科技都不愿接受，尤其是老一辈的修行人，许多观念比较保守；而年轻一代的法师却与之相反，他们对古代的修法、佛经的公案不感兴趣，唯一强调的就是，佛教思想要符合时代思潮，否则不易被人接受。我个人认为，这两种倾向都有点偏激，尤其是后者，若完全放弃佛经的内容，不提及寿命无常、轮回痛苦，只是讲些衣食住行的问题来应付，那么众生势必会因不明道理而造业堕落，从佛教的立场来看，这也是一种不负责任的态度。

因此，法师们今后传法时，再怎么把佛教人间化，引入一些所谓的系统化、信息化理念，也不能改变佛教的基本概念，不能不提三恶趣的痛苦、分类及转生原因。如果把这些都改了，没有交代清楚来世的苦乐状况，仅凭你一己分别念，就算讲得再好听，实际上也是把众生引入邪道。

所以这次宣讲《前行》和《藏传净土法》，我基本上是依照古大德的传讲方式，以佛经的公案和教证作为根本，有时为了活跃气氛、吸引大家的注意力，也顺便加了一些现代事例。这种方式，或许个别人觉得死板，比如讲饿鬼痛苦时，修行好的人可以入于其中，而修行不好的人，会觉得比较枯燥乏味，不如社会上的各种道理听起来舒服。然即便如此，为了对众生负责，我也不打算改变传讲方式，我会尽量把这些法的本意挖掘出来，以供养大家，相信这样会对大多数人有利。

同时，之所以给大家讲加行，也是希望不仅仅是我，你们在座的法师、居士，以后一旦有能力，想把佛法传给别人时，也最好不要直接讲些高深境界，而应先让大家打好加行基础，这是最稳妥的修行次第。

如今讲三恶趣的痛苦，是为了引发大家对轮回的厌离心。其实这种心并不难生起，有时依靠一种简单的因缘就可以。前不久有个道友问：“若想在相续中生起出离心，需要观修粗大的无常，还是细微的无常？”当时我回答：“粗大的无常。”事后我又再三琢磨了一下，确实，许多大德因生起无常观而出家，但他们当时不一定抉择过万法的微细无常。我们都知道，按照小乘的观点，最微细的微尘和最微细的刹那是实有的，不承许为空性，但即便如此，也并不妨碍他们厌离轮回而获得解脱。因此，观修粗大的无常，照样可以生起出离心。

例如，密宗大成就者小苏（色琼·西绕札巴），最初生起出离心就很简单。他在13岁时，家里给他娶了个童养媳。有一次，小苏在床上看经书，外面出现了洪水，妻子让他赶紧想办法。他就穿着妻子做的新内裙去挡水，辛辛苦苦弄了半天，累得汗流浃背。妻子见后，很不高兴地说：“你怎么把新衣服弄脏了？”小苏一听，心里有点烦，说：“你考虑的不是我，只是一件衣服，那我不要了！”把裙子脱下来扔给她，头也不回地就走了。妻子也很生气，然后回家去了。经过此事之后，小苏觉得轮回毫无意义，由此生起了强烈的出离心。（当时他也没观察过刹那刹那的细微无常。）后面还有一段内容：妻子回去后怎么样闹，两人家产是如何分的……虽然是大德的传记，但还是有很多细节的描写，显现上就像世间人吵架、离婚、复婚一样。不过这些方面，你们好像也没兴趣听，所以我就不讲了。

总之，不管是观寿命无常、轮回痛苦，一定要对轮回上上下下生起猛厉的厌离心，这就是我们修学的目的。若能如此，尽管你表面上在吃饭、走路、睡觉，离不开基本的生活资具，但心里对这些不会特别贪执，更不会执为实有，这是最为关键的！

戊二（饿鬼之苦）分二：一、隐住饿鬼；二、空游饿鬼。

饿鬼的分类方法很多，《前行》中分为隐住饿鬼、空游饿鬼；《瑜伽师地论》[[84]](#footnote-84)中分为外障饿鬼、内障饿鬼、无障饿鬼[[85]](#footnote-85)；《大智度论》[[86]](#footnote-86)中分为弊鬼、饿鬼；《大毗婆娑论》[[87]](#footnote-87)中分为有威德饿鬼、无威德饿鬼。

尤其在《正法念处经》中，饿鬼的分类最广，里面分了36种[[88]](#footnote-88)。我最近看了，讲得非常好，道友们一定要了解。学院里最好给每人印一份，到时候发给大家。看了以后你就会明白，有时候自己不注意，就会造下饿鬼之因。例如，里面讲了一种食法饿鬼[[89]](#footnote-89)，其因是为求财利而给别人宣说颠倒法；食肉饿鬼[[90]](#footnote-90)，其因是将众生的肉做成肉食买卖，并在经营中使用欺诈手段；食香烟饿鬼[[91]](#footnote-91)，其因是别人买香供养时不给好香，收高价而予人劣香；魔罗身饿鬼[[92]](#footnote-92)，其因是心存邪知邪见，不信正法，为人宣说种种邪道……诸如此类饿鬼有许多种，转生之因也各不相同，希望学院的道友们好好看一下。

而不在学院的道友，你们天天都上网，在“虚空”中漫游，可以下载这些在电脑上看，或者花点钱打印出来。若能如此，你必定会有很多收获，一方面能明白现在正有无量众生在饿鬼道受苦，同时也会提醒自己做人一定要注意，不注意的话，很容易造下堕入饿鬼之业。

我们随时都要观察：堕三恶趣的因是什么？自己造了没有？讲地狱时是这样，讲饿鬼时也是这样。那么堕饿鬼的因是什么呢？《成实论》[[93]](#footnote-93)云：“于饮食等，生悭贪心，故堕饿鬼。”对饮食、财物等生吝啬和贪心，就会堕入饿鬼。《正法念处经》云：“一切饿鬼皆为悭贪嫉妒因缘，生于彼处。”除了刚才讲的贪心和吝啬，此处又加了个嫉妒心。人与人交往的过程中，这些心态很容易产生，所以下面讲饿鬼的痛苦时，希望大家对照自己进行观察。

《定解宝灯论》中也说过，初学者修行时要观察修，不能闭着眼什么都不想，应该学会思维。比如观饿鬼痛苦时，要先从理论上认识，相信世间上有一个饿鬼世界，它们或在旁生里，或在空中，或在地下城市中[[94]](#footnote-94)；然后再了解它有什么痛苦，以何因而转生于此；最后愿自他一切众生断除这些业因，尚未转生为饿鬼的永远不要转生，已转生为饿鬼的，随时随地要为它们念经回向，哪怕倒一点点剩饭，也应念观音心咒加持，以悲悯心观想成千上万的饿鬼都能得到。很多古贤大德经常如此，这是非常有必要的！

己一（隐住饿鬼）分三：一、外障饿鬼；二、内障饿鬼；三、特障饿鬼。

这种分法，与《瑜伽师地论》的很相似。还有《佛祖历代通载》[[95]](#footnote-95)中说，饿鬼分为四种，即外障饿鬼、内障饿鬼、饮食障饿鬼、障饮食饿鬼[[96]](#footnote-96)。其中，外障饿鬼、内障饿鬼与此处讲的一样[[97]](#footnote-97)；饮食障饿鬼[[98]](#footnote-98)，是能看见美妙的食物，但被众多阎罗卒守护着，没办法得到；障饮食饿鬼[[99]](#footnote-99)，是得到饮食之后，一放进嘴里，饮食就变成铁丸、铜汁等，燃烧整个身体。

可见，汉传佛教所讲的内容，与藏传佛教的大致相同。你们不要认为《前行》只是藏传佛教的独有修法，汉传佛教中闻所未闻。我在讲《藏传净土法》时，里面引用的每一则公案，几乎都能在汉文《大藏经》中找到出处。而这部《前行》也是一样，除了极个别的藏地公案以外，只要是佛经、论典里宣说的，在汉文《大藏经》中基本上都有，只不过以前没这样强调罢了。

现在有些汉地的修行人，始终有种分别念，认为藏传佛教与汉传佛教的差别很大，这种想法不合理。麦彭仁波切在《三戒合一论》中讲过[[100]](#footnote-100)：原本各大教派互不相违，如同一个父亲的两个儿子，没必要为父亲是自己还是别人的，争得你死我活。因此，不管你随学某个宗派，或者以后摄受弟子，都要先建立起“各大教派互不相违”的观点，否则，分别念的力量有时特别大，若从中作怪而无法遣除，定会给暂时的今生快乐、究竟的来世安乐带来障碍。

庚一、外障饿鬼：

此类外障饿鬼以业力所感，在外境上找不到饮食，甚至数百年中连水的名字也没听过。它们整日饥渴交迫，常为寻找饮食而四处游荡，结果却是一无所获。

下面讲了几种情况：

1、有时候看到远处有清澈的江河，以僵直的肢体艰难支撑着巨大的腹部，异常痛苦又疲惫不堪地走去。可是到了近前，所有的水都干无一滴，仅仅剩下河床[[101]](#footnote-101)，让它们苦恼万分。

转生为饿鬼真的特别可怜，《业报差别经》中讲了堕饿鬼的种种因缘[[102]](#footnote-102)，《饿鬼报应经》中也记述了目犍连尊者通晓各类饿鬼业因之事。那么这里所讲的外障饿鬼，明明看到的是河流，但以业力所致，走到眼前，水就干了。在我们人间，看见的是饮食，到了跟前还是饮食，比如那边有个苹果，我很想吃，到了跟前，它不会变成其他东西。可在外障饿鬼的世界中，首先外境上根本看不到饮食，即使看到一点点，以其业力现前，食物要么飞了，要么变成另一种不能食用的东西。这是什么原因呢？经典中说，是往昔常给人不清净的饮食，以致转生为饿鬼后，美味佳肴也会变成特别肮脏的不净物。

2、有时候远远望见果实累累、郁郁葱葱的绿树，依然如前一样赶去。当到了跟前时，所有的树木已干枯成了树干。

3、有时候看见品种繁多的饮食、美不胜收的受用，可是到了近前，却遭到许多看守用兵器殴打、驱赶。

《佛说除恐灾患经》中也讲过这类饿鬼的痛苦[[103]](#footnote-103)。昔日，佛陀与众眷属一起过江时，见到八万四千饿鬼。佛陀故意佯装不知，问：“你们前世造了什么业，以致今生转生为饿鬼？”

饿鬼回答：“我们前世虽然见过佛，但不知佛的存在，也不信佛；虽然见过法，但不知法的存在，也不信法；虽然见过比丘僧，但不知比丘僧的存在，也不信僧。我们自己不造福，同时教他人也不造福。见人行善积福，常会嘲笑讽刺，而见人行邪法造业，反而极为欢喜。以这种恶业，如今生为饿鬼。”

佛陀问：“你们转生饿鬼多少年了？”

答曰：“七万年了。”

佛陀又问：“在这七万年中，你们吃什么？”

答曰：“什么也吃不到。有时看到一点小水流，马上就不翼而飞了；有时看到很多水，但到了跟前，又被鬼神罗剎所驱逐，无权饮用……”

因此，大家应多看一些经典，这对自相续有非常大的利益。然而现在的社会上，很多人对佛陀的智慧结晶不感兴趣，反而迷恋以分别念所写的文章，助长自己的贪心、嗔心，这真是业力现前！其实对修行人来讲，应该多翻阅《大藏经》。对我而言，每次看到一本好书，找到一些好的教证和公案，心里就特别欢喜，有种说不出的感觉；而关于战争、购物等方面，则觉得没有多大意义，毕竟这与解脱无关。

其实，从生死轮回中解脱是最重要的，佛陀之所以在经中没有着重宣说物质世界，原因也在于此。关于这一点，《法王经》中有个很好的比喻[[104]](#footnote-104)：一个人身中毒箭、剧痛无比时，若及时把箭拔出，疼痛会很快消失；但若不把箭拔出来，只是一味追究箭杆出自何山的竹子，箭尾出自什么鸟的羽毛，箭是谁射来的……这样一一观察下来，人早就活不成了。同样，我们在短暂的人生中，了脱生死最为重要，如果把这个弃之不顾，而去详细研究宏观世界、微观世界，那穷尽一生也不够用。所以，阿底峡尊者说：“生命有限知无涯，寿量几许亦难晓，当依所欲取精要，犹如鹅王取水乳。”在浩如烟海的知识中，我们应像天鹅从交融的水乳中汲取乳汁一样，取受对自己最有用的知识。那么，最有用的知识是什么呢？并非是器世界形形色色的显现，而是苦集灭道的道理。

当然，对于世间的种种学问，一点不了解也不行，毕竟我们活在这个世间，弘扬佛法也离不开世间，所以还是要大概懂一些。但最关键的是，务必要想方设法获得解脱，否则，将短暂的人生都耗在无意义的知识上，临死时对解脱没有做好准备，那其他知识懂得再多，也用不上。

所以，在一切事物中，了脱生死最重要。而若想了脱生死，就先要认识轮回的痛苦，认识之后，再想办法不堕入恶趣。如同一个人要开车去某地，之前应打听好路上的险阻，知道哪里有坑、哪里有悬崖，路过的时候一定要当心。我们修解脱道也是如此，要先弄清楚轮回的险地，然后想办法尽量避免，这样才能顺利抵达目的地。

4、对饿鬼来说，四季是颠倒的。夏季的月亮原本清清凉凉，但在它们感觉中，却是火烧火燎；冬季的太阳原本非常温暖，但对它们而言，却是寒气逼人、十分刺骨，实在是受尽了折磨。

诚如《亲友书》所言：“诸饿鬼界春季时，月亮亦炽冬日寒。”《四谛论》[[105]](#footnote-105)亦云：“月炙如夏日，风触如火焰，雨渧如洋汤，履地如热灰。”意思是，饿鬼以特殊业力所感，月光炙热犹如夏天烈日，风吹到身上如被火烧，雨滴到身上就像滚滚铜汁，在地上行走如同踏于热灰上。

这些饿鬼的痛苦，不太了解轮回、因果的人听了，可能不一定相信。但你若对这方面诚信不疑，必定会深信无边的众生正在受苦，极为可怜，自己行善后会主动为其作回向。

下面讲一个昼辛吉尊者[[106]](#footnote-106)去饿鬼界的公案：

很久以前，昼辛吉尊者到饿鬼境内，结果中了饿鬼的吝啬毒气，感觉口干舌燥。他看见一座铁城的大门前，有个令人不寒而栗的黑面红眼饿鬼，便急不可待地问：“哪里有水？”

他的话音刚落，居然集来了形似烧焦树干的五百饿鬼。它们争先恐后地祈求：“无比尊贵的大师，您行行好，给我们一点水吧。”

尊者说：“我也得不到一滴水，同样在求水，你们到底是谁呀？”

它们可怜巴巴地回答：“我们自从投生在这座山谷以来，已经有十二年了，可到今天才听到水的名字。”

这个公案出自于《一切有部毗奈耶皮革事》[[107]](#footnote-107)。当时昼辛吉尊者从大海取宝回来，不小心入了饿鬼城市，里面的情节与此一样，后来他问饿鬼：“你们为什么转生于此？”饿鬼异口同声地答道：“我们在人间时，吝啬惜财、不施与人，还常常嗔恨骂人，以此因缘生为饿鬼。”

一旦生为饿鬼，十二年中连水的名字都听不到，但它们因业力未尽，想死也死不了。对我们人类而言，不要说十二年不喝水，十二天都很困难。2004年印尼爆发海啸时，有个人被埋在海啸废墟中**，**不吃不喝十三天却能生还，这被称为一个奇迹。但在饿鬼界里，不吃不喝的时间比这长多了，可它们却死不了，只能年复一年地忍受饥渴之苦。

《百缘经》中也有一则公案，是讲优多罗的母亲堕为饿鬼，二十年未得到一滴水、一口饭。它的情节是怎么样的呢？优多罗降生后不久，父亲不幸过世，他与母亲相依为命，生活过得比较富裕。由于他天生对佛法心生敬信，于是向母亲请求出家。母亲坚决不同意，告诉他：“只要我活着一天，绝不允许你出家。等我死后，再随你的意吧！”

优多罗被拒绝后，准备自杀。母亲非常害怕，只好软言相劝：“你千万别这么做！不如这样，从现在起，只要你想供养修行人，我就准备一切所需，随你所愿供养。”优多罗听了，才不坚持出家，但经常邀请沙门到家里应供。

优多罗的母亲看这么多沙门在家中出出入入，觉得很厌烦，便辱骂他们：“你们这些人不事生产，成天靠在家信众过活，看到你们就令人生气！”

有一天，优多罗正好不在家，她就将准备好的食物全倒在地上，还撵走了前来应供的修行人。优多罗回来后，母亲骗他：“你刚才不在家时，我用上好的食物供养了好几位修行人。”优多罗信以为真，非常高兴。

过了不久，优多罗的母亲去世了，死后因生前的恶业而堕为饿鬼。优多罗则按先前的心愿出家修行，由于他非常精进用功，很快证得了阿罗汉果。

一次，他在河边的石窟里禅坐，突然看见一相貌丑陋的饿鬼，痛苦地走到他面前，对他说：“我是你的母亲，已变成饿鬼二十年了。”

优多罗说：“不可能。我母亲生前乐善好施，供养了许多修行人，不可能堕入饿鬼道！”

饿鬼回答：“我虽布施供养，但心却悭惜不舍，甚至对沙门等修行人，无恭敬心，横加辱骂，所以才遭此果报。你若能为我忏悔，广设斋食供养佛及僧众，我定能脱离饿鬼之身。”

优多罗听后，非常悲悯母亲，于是尽力为其供斋回向。第一次斋会之后，母亲转生为飞行饿鬼，第二次才投生于天界。

可见，沦为饿鬼之后，得不到饮食的时间极为漫长，而且很难以解脱。

庚二、内障饿鬼：

这类内障饿鬼，嘴巴小得像针眼一样，本想开怀畅饮大海里的水，怎奈水无法流进它那细如马尾毛的咽喉，而且在这中间，水已被口中的毒气一扫而光。就算有一星半点的水进了咽喉，也满足不了它那大如盆地的腹部。即使稍有一点饱的感觉，夜间腹内也会燃起大火，烧尽心肺等内脏。当它们想走动的时候，灰白色茅草般的肢体，难以支撑大如盆地的腹部，真是痛苦到了极点！

《经律异相》中讲过[[108]](#footnote-108)，曾有五百饿鬼在恒河岸边，因饥渴所逼而放声大哭。当时佛陀也在那里，饿鬼们对佛说：“我们现在特别饥渴，马上要死了。”佛说：“你们可以喝恒河水。”饿鬼回答：“如来眼中是水，我们眼中却是火焰。”佛说：“只有遣除你们的颠倒念，才能见到水。”于是为其广说悭贪的过失。饿鬼说：“我们渴得太久了，虽然听到佛法，却无法融入心，可否让我们先喝点水，然后再听课？”佛陀以神变和加持力，让它们饱饱喝了一顿，之后再宣讲佛法。它们都发起菩提心，舍弃了饿鬼身体。

所以，我们平时所见的江河，在饿鬼面前要么是脓血，要么是火焰。这些可怜的内障饿鬼，即使喝到了一点点水，但水进入腹中以后，也会变成火焰。

在我们人间，虽然见不到真正的饿鬼，但有些人跟饿鬼没什么差别。就像食道癌患者，什么饮食都吃不了，稍微吞下去一口，喉咙马上如火烧般疼痛，这就是相似的业感。当然，人间的痛苦再厉害，也无法与饿鬼的相提并论。有些人一天没吃饭，或者只晚了两三个小时，就感觉饿得受不了，可是你肚子再饿，也不如饿鬼痛苦。因此，我们应多观想这些痛苦，以增强自己的修行力度，这一点极为重要！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十六节课

思考题

190、你在观修饿鬼的痛苦时，是如何观修的？你自己有哪些收获？

191、汉地寺院在布施饿鬼时，采用的是什么仪轨？它出自哪个经典？具体应当如何施食？

192、汉地早晚课的内容，其来源是否可靠？为什么？为何说学了汉地早晚课之后，就知道不该随便毁谤密宗了？

193、请总结一下堕入饿鬼的因都有哪些？你以前是否造过？今后打算怎么办？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

下面讲“饿鬼之苦”中的特障饿鬼。

庚三、特障饿鬼：

所谓“特障”，是一种特殊的障碍。在每个特障饿鬼的庞大躯体上，居住着成群的小饿鬼，这些小鬼不停啖食着它。除此之外，还有许许多多不定的疾苦。

比如，在很久以前，一次昼辛吉尊者来到饿鬼的领域，他举步进入一座无量宫殿（《毗奈耶经》中说是园苑），发现里面有位相貌端严、婀娜多姿、十分可人的美女饿鬼，其珍宝装饰的宝座之四条腿上，各自拴着四个饿鬼。美女饿鬼奉送给尊者一些食品，并千叮咛万嘱咐道：“如果这些饿鬼向您要食物，一丁点儿也不要给它们。”说完就到另一个屋子里去了。

于是尊者开始享用这些饮食。这时，饿鬼们向他苦苦乞求：“我们好久都没吃到东西了，您发发慈悲，给我们一点吃的吧！”尊者实在不忍心，就顺手将食物扔给了它们。第一个饿鬼得到后，食物顿时变成糠秕；第二个饿鬼得到后，食物化为燃烧的铁丸；第三个饿鬼得到后，食物变成它自己的肉；第四个饿鬼得到后，食物竟然变成了脓血。（这些现象十分恐怖，若不是亲眼所见，根本想象不到。尤其现在有些人，邪见极为深重，再加上从小没有因果概念，一听到这些，难免会生邪见或怀疑。但佛经中讲得千真万确，饿鬼们以各自业力所感，食物会变成不同的形象。）

此时，一个饿鬼因吞食了燃烧的铁丸，身体燃烧起来，发出难闻的臭味。美女饿鬼闻到之后，大叫着跑了进来，不满地说：“我不是嘱咐您不要给它们食物吗？”

尊者回答：“本来我也不想给，但它们饿得不行，又一再向我哀求，我就生起了怜悯之心。”

美女饿鬼说：“难道您对它们的悲悯心，已经超过了我吗？”

尊者不解地问：“它们与你究竟是什么关系？”

美女饿鬼指着它们四个，一一介绍说：“这是我前世的丈夫，这是我的儿子，这是我的儿媳，这是我的仆女！”

尊者又问：“你们是以什么业力转生到这里的？”

美女饿鬼说：“南赡部洲的人生性好疑，很难相信，即使说了也不会有人当真，还是不说为好！”

尊者说：“我已亲眼见到了，怎么会不相信呢？你还是告诉我吧。”

于是，那位美女饿鬼开始讲了起来：“我前世是某某城市的一名婆罗门女，在一个佳节吉日的前夕，我准备了丰美的食品。第二天，正巧嘎达亚那尊者[[109]](#footnote-109)来到城中化缘。我怀着虔诚的信心供养斋食，不禁暗想：如果能让我夫君也随喜供养，那该是多么令人高兴的事。于是便告诉丈夫：‘我今天向佛陀的弟子嘎达亚那大尊者敬献了斋饭，但愿你也能随喜。’可万万没想到，丈夫听后火冒三丈，破口大骂：‘在没有供奉婆罗门、孝敬诸位亲朋之前，你居然先供养了那个光头，那个光头怎么不去吞糠秕？’

（如今这种现象比较多。有些人对大德和寺院作供养后，家人不同意，为此而吵架、砸佛像、毁谤出家人……真的很可怜！因果是不虚的，造了这样的业，若没有以忏悔对治，后世决定会堕入恶趣。但有些人却觉得无所谓，实在特别可悲。）

我又将此事对儿子说了，儿子也气急败坏地说：‘光头怎么不吃燃烧的铁丸呢？’

当天晚上，亲戚们给我捎来了美味食品，结果被儿媳一人独吞，反而将粗茶淡饭给了我。我质问她时，她妄言回答：‘我吃你的食物，还不如吃自己的肉呢！’

此外，我让仆女捎给亲戚的食物，她也悄悄地偷吃了。当我问她时，她信口胡说：‘我偷吃你的食物，还不如喝脓血呢！’

（一家人之所以处处跟她作对，可能就是因为她供养了嘎达亚那尊者，所以这些人不但不理解、不随喜，还对她的态度非常恶劣。）

面对这一连串的打击，我暗自立下毒誓：“但愿我将来转生在能看到他们感受报应的地方。”（发恶愿的后果很可怕，但心若不能转为道用，就很可能会发下恶愿。）正是因为这样的恶愿，才使我转生为大力饿鬼。否则，以供养圣者的功德，我完全能生到三十三天。您如果去我曾住的城市，请转告我那沦为娼妓的女儿：‘我已见到了你的父母等，这一业报是令人痛心的。’并劝她断除非法的恶业，改过自新。”

美女饿鬼稍稍停顿一下，又说：“如果她不相信，就告诉她：‘你父亲生前的房间里，有四个装满黄金的铜锅，还有金盘及金瓶[[110]](#footnote-110)。取出这些财宝时常供养嘎达亚那圣者，然后念诵我们的名字作回向，这样一来，可使我等的业力逐渐减轻，直到消尽为止。’”

所以，给亡人念经回向时，最好是提到他的名字。汉地有些地方跟藏地的传统一样，每次做佛事、放焰口，都把亡人名字写在纸上，其实这很重要。有些人只在亡者刚死时，写一次名字，以后再也不写了，这样不行。即使过了很多年，你若想起他，也应该写下他的名字，交些钱请僧众念经。倘若条件具足，超度时能念他的名字是最好的。

不知汉地有没有这种传统，但在藏地，念经时专门有个人花很长时间念亡人的名字——有些人只交5块钱，却写了50个人的名字，让僧众念半天，这样也不合适。但不管怎样，还是要写上名字，这样一来，即使亡人已堕入地狱、饿鬼，倘若在人间念他的名字作回向，马上即可脱离恶趣之身。这一点，从佛经的公案、大德云游恶趣的事迹、大成就者所见的状况中，都可以了知。因此，平时给亡人念经相当重要。

以上所讲的公案，出自《根本说一切有部毗奈耶皮革事》第一卷[[111]](#footnote-111)，是唐朝义净法师翻译的。只不过内容是古文，不太好懂，但讲的基本上一样。这次传讲《藏传净土法》和《大圆满前行》，凡是佛经中的公案，从汉文《大藏经》中几乎都能找到出处。所以你们在学习时，也不要认为：“这只是藏传佛教的观点，我又不学密宗，跟我没关系。”千万不能这么想！这些因果道理，并非只是某个教派的观点，大家学了以后，应当了解业力的可怕，今后注意自己的行为。以前你若反对过家人供养大德、寺院，甚至对其恶口谩骂，现在懂了这个道理之后，相信有正知正见的人，再也不敢轻毁因果了。

你们听一堂课，就要有一堂课的收获。譬如今天学了这个公案，就应以此来观察自己：“我以前造过这种罪业没有？造过的话，怎么样才能忏悔清净？今后遇到此类事情，又该如何面对？……”观察之后，对自己的言行举止要时刻谨慎、倍加小心。

下面再讲一则公案：

哲达日[[112]](#footnote-112)阿阇黎出游时，到了饿鬼界。一名带有五百个孩子、相貌丑陋的饿鬼母对他哭诉：“我丈夫去印度金刚座寻觅食物已有十二载，至今还没回来。尊贵的大师，您如果去印度金刚座，请捎个口信给它：‘如果还不快快归来，孩子们就要饿死了！’”

哲达日为难地问：“你丈夫长什么样子？所有饿鬼都一模一样，我能认得出来吗？”

饿鬼母满有把握地说：“您绝不会认错的。我的丈夫我心中有数，您看一眼就会认出来，它是一个大嘴巴、塌鼻子、小眼睛具足九种丑相的饿鬼。”

哲达日来到了金刚座。有一次，当一位沙弥大量泼洒供水、供施食子时，聚集了一大批饿鬼争食。尊者发现其中就有饿鬼母的丈夫，于是转告了它妻子的口信。

那个饿鬼也一筹莫展地向尊者诉说苦衷：“我背井离乡流浪到这里虽已有十二年之久，可只有一次在一位清净的比丘擤鼻涕时，众多饿鬼蜂拥而上争夺，我才得到了一点点，除此之外一无所获。而且我自己在争抢鼻涕时，被其它饿鬼打得鼻青脸肿、遍体鳞伤，现在回去也有一定困难。”

另有种说法是，它当时得到一点点鼻涕，一直在手里紧紧握着，甚至拇指穿透了手掌也没察觉。后来这些鼻涕全部干了，它才发现鼻涕不见了，就以为是从手掌漏出去的，于是四处拼命找，想把它拿回去养自己的孩子……可见，父母对孩子十分执著，即使是饿鬼也很强烈，然而孩子报答父母的却极为有限。

关于饿鬼的寿量，有些经中说最长的是七万岁，有些说是八万四千岁。在这么长的时间里，它们得不到任何食物，真的非常可怜。所以，我们活在人间时，一定要观修饿鬼之苦，要么观想其转生之因，要么观想它的具体痛苦，之后再看看自己：“我即生中造了多少饿鬼之因？来世会不会真的堕为饿鬼……”这样不断地思维、观想，是一种很深的修法。

现在极个别道友，一听说“修加行”，就认为要磕头，行为上的修行他愿意做，而内心中的观想则比较困难。还有些人对观明点、观咒语发光，特别感兴趣，而对今生来世有意义的甚深教言，他们实在观不来。其实从我讲《前行》以来，就一直带大家观《前行实修法》，这些内容很简单，没有什么不会修的。刚才我遇到一个道友，问他修了没有，他说：“我没按您的讲法修。”我问：“那你怎么修的？”“我是按中观的实修法，再结合我自己的体会来修的。”

他“爬”得倒是很高，按中观的境界来修，肯定已经“超过”了前行。但对我而言，虽然我的境界很低，可所传的法还是有一定缘起。假如你把这些全部放弃，以分别念创造另一个法，说是“在离一切戏论的中观基础上，再结合自己的观点……”，但估计这完全是你的分别念，加上一些世间的胡言乱语，这样恐怕不会有很大效果，修行上也不会有任何进展。为什么呢？因为你没有按圣者的教言去做。圣者的教言在文字上写得清清楚楚，比如无垢光尊者怎么讲的、华智仁波切怎么讲的、麦彭仁波切怎么讲的……这些道理若反反复复思维，一定会对你的相续起作用。但你如果把它置之一旁，自己非要挖个小洞洞作表演，圣者的境界不一定能生得起来。

如今我给你们传讲《前行》，有时候很高兴，因为许多人都在修；有时候也不欢喜，因为个别人对此不重视，我磨破了嘴皮，他也自修自的、无动于衷。甚至还有人劝我不要讲那么多，有一点点东西修就可以了，这种观点不太合理。你看世间上招公务员，文凭必须是本科以上，若没有这样的基础，很难进入这座象牙塔。世间这么一个简单操作，尚且需要坚实的基础，那佛教更为甚深、超胜的出世间境界，你不闻思就去盲修，能否达到效果呢？我是有所怀疑的。

常听有人说：“某某地方是闻思为主，我们这里以实修为主，是很高很高的！”甚至坐公共汽车时，也给旁边人这样宣扬。当然，你爱怎么说是你的自由，如果你真的“很高很高”，我们也非常随喜，可以对你恭敬顶礼。但是，佛教中修任何超胜境界都需要基础，如果你没有把握好这一点，只是钻一部分的内容，每天对此苦思冥想，最后肯定会发疯的。现在有些人修行经常出问题，原因也在这里。若没有好好观“人身难得”、“轮回痛苦”，一步一步打好基础，直接抓住一块就天天观修，忙于成就，这种心行很危险，一定要注意！

话说回来，我们观修饿鬼痛苦时，首先要了知转生饿鬼之因。《业报差别经》中讲了饿鬼的十种因，如云：“一者身行轻恶业；二者口行轻恶业；三者意行轻恶业；四者起于多贪；五者起于恶贪；六者嫉妒；七者邪见；八者爱著资生，即便命终；九者因饥而亡；十者枯渴而死。以是十业，得饿鬼报。”明白这一点后，我们要依据经典所言，观察自己造过这些因没有，如果有，就要通过持咒等方式忏除恶业。同时还要知道，现已堕为饿鬼的众生非常可怜，应当想方设法布施一些饮食给它们。

关于布施饿鬼的仪轨，汉地主要是《救面然饿鬼陀罗尼神咒经》[[113]](#footnote-113)中的施食法。经中记载：一次，阿难尊者在净处修行，夜间见一面然饿鬼告诉他：“你只有三天的寿命，死后将堕入饿鬼道。”尊者听后特别害怕，忙问：“有没有办法可以避免呢？”饿鬼回答：“你要对百千那由他恒河沙数饿鬼，及百千婆罗门、仙人等，以摩伽陀国斗盛装饮食，各布施一斗，还要为我供养三宝，如此才可以延长寿命。”

阿难尊者想：“这么广大的上供下施，我区区一介沙门，根本无力成办。”他越想越害怕，于是飞快跑到佛陀那里，五体投地顶礼佛足，身心战栗地说道：“世尊救我！有一饿鬼说，我三天之后会死，死后必堕饿鬼。我问它如何能得免，它说要做大量布施。世尊，我该怎么办呢？”

佛陀告诉阿难：“不要害怕，我有特殊方便，可让你布施饮食给那些饿鬼及婆罗门、仙人等。往昔我做婆罗门时，曾于观世音菩萨及世间自在德力如来前，得过一咒语。以此咒语，布施过千千万万的饿鬼、婆罗门、仙人。现在你也以此自护，便可不堕入饿鬼。”然后，佛说咒曰：“纳美萨瓦达塔嘎达 阿瓦洛格得 嗡 桑巴桑巴吽。”这是《喇荣课诵集》里《烧施仪轨》的咒语。汉文《大藏经》中则是：“南无萨嚩怛他誐多 嚩噜枳帝 唵 三跋啰三跋啰吽。[[114]](#footnote-114)”若持诵此咒施食，便可不堕饿鬼。



那么，怎么样施食呢？先准备好一些饮食放在干净的器皿中，诵此咒语七遍作加持，洒一点水之后，将饮食置于户外，或者把它烧掉，这些烟所接触的众生都会得到利益。若能常诵此咒并供奉饮食，可令无量饿鬼皆得饱足，亦为供养百千俱胝如来。

此外，在为饿鬼作《烧施仪轨》时，藏地通常会念四位如来的名号：“仁钦芒拉香擦洛、热贼丹巴拉香擦洛、格嘉利拉香擦洛、杰巴檀嘉永色抓沃拉拉香擦洛。”译成汉文则是：“南无多宝如来、南无妙色身如来、南无广博身如来、南无离怖畏如来。[[115]](#footnote-115)”持此四位如来的名号，可以救度无量饿鬼，令其从痛苦中解脱出来[[116]](#footnote-116)。尤其是人刚死时，若依此仪轨作施食，对中阴身有极大帮助，同时对鬼神、土地神、非人等，也有很大利益。

汉地寺院作施食时，实际上会念许多密咒，如普召请真言、解怨仇真言、开咽喉真言、变食真言、甘露水真言、供佛真言、施无遮真言等。这些仪轨和咒语，非常有加持力，我们学院的道友也要会念。现在极个别学显宗的人，口口声声说不能学密宗，但他的早晚课诵里，念的都是密咒，除了刚才那些以外，还要念楞严咒、往生咒、大悲咒、十小咒等，比我们学密宗的咒语还多。

其实，这些咒语也是有依据的，是经过历代大德认真推敲过的，对修行非常重要。最初佛教刚传入中国时，佛门弟子没有固定的课诵。自晋朝至唐宋，虽有早晚课诵，但各教派之间不一致。到了明朝，莲池大师、藕益大师为方便弟子修行，开始制定早晚课诵。直至清朝初年，才由玉琳国师固定下来，作为汉地寺院统一的日诵内容。

现在无论去汉地哪个寺院，早晚课诵基本都相同，都有《阿弥陀经》、《八十八佛忏悔文》、蒙山施食等。尤其是蒙山施食，是专门为饿鬼所作的施食仪轨，由甘露法师在四川雅安的蒙山所造，故名“蒙山施食”。蒙山施食有大小之分，小蒙山指每天晚课所作的施食，大蒙山则指放焰口。汉地施食的起源，最早应追溯至梁武帝时代。当时梁武帝依志公禅师建议，博览佛经，编成仪轨，举办水陆大法会，普济六道群生，后来又慢慢产生了蒙山施食等仪轨。

汉地寺院的课诵，跟藏传佛教的几乎相同，尤其在每天傍晚祈祷护法、布施饿鬼，这些传统，包括所念的咒语、四佛名号，都并无二致。所以，不管你是修显宗还是密宗，念课诵都非常有必要。有些学密的人觉得汉地课诵没有用，每次到寺院跟出家人一起做早晚课，自己就睡着了，这样不太好。其实，不仅汉地很重视日常课诵，在我们藏地，也要求一个人在出家后，必须先把课诵背下来，这样才有资格列入僧众行列。因此，不管是显宗的早晚课，还是密宗的日常课诵，都相当重要，你们不能以自己学密为借口，就随便轻视显宗的课诵。

汉地早晚课的真言和佛号，皆出自《大藏经》的金刚语，这是玉琳国师等大德编集时要求的。因此，课诵不分哪个教派、哪个上师，都是佛菩萨的金刚语，都值得我们恭敬受持。我以前去过汉地一些寺院，他们早上4点就唱起来了，音调全部是统一的。我自己也不会唱，只好躲在门口悄悄地看，在前面偷听一会儿，到后面偷听一会儿……确实很好听，让人很起信心！

因此，希望学藏传佛教的修行人，不论出家还是在家，也要学习这些早晚课诵，这是圣者的金刚语，每个人都应该好好念诵[[117]](#footnote-117)。同时，学显宗的道友也不要毁谤密宗，因为你每天早晚念的都是密咒，如果你一边念密咒一边说密宗不好，这样就不对了。

总而言之，无论转生于饿鬼哪一处，都要遭受以饥渴为主的各种痛苦。对于这种情形，我们应当诚心观修，悉心思维：“我们这些人，哪怕仅仅没有吃早饭，便会觉得特别痛苦，那如果真的生在长年累月连水的名字也听不到的地方，又将如何面对呢？而投生为饿鬼的主因，就是自己一毛不拔的吝啬和阻碍他人布施的悭吝，想必我们每个人以往都造过，既然如此，现在必须要下定决心，尽己所能地忏悔、布施，绝不能转生到恶趣中去。”

在这个世间上，有些人生来就喜欢布施，而有些人却特别吝啬，即使布施一点点，也像割自己的肉一样痛苦。《大庄严经》[[118]](#footnote-118)中有一则公案说[[119]](#footnote-119)：以前有个国王，外出游猎时见到一座佛塔，便随手供养了五枚小钱。此举恰好被旁边有个人看见，那人说了一句“善哉”，以称赞国王的布施之举。可是国王听了却心生不悦，当即令随从把他抓起来带回王宫。

国王问：“你见我布施五枚小钱就赞叹，是嫌我布施得太少，讥笑我，还是因为别的原因？”

那人匍匐在地乞求：“大王赦我无罪，我才敢说。”

国王回答：“好吧，我就赦你无罪。”

那人赶紧谢恩，说：“我过去曾在山里做过强盗，有一天捉到一个人，他紧紧攥着拳头不放，我猜想此人手中必有特别值钱的东西，于是口出恶语威胁他，令其张开拳头，可他不肯；我又弯弓恐吓他，他还是不放；我再搭上箭，作出愤怒欲射的样子，他仍不松开拳。最后我因贪心太甚，就射杀了他。当我费劲地掰开他的手时，却只看到一枚小小的铜钱。想到他宁舍生命也不舍一枚小钱，再对比大王您，在没有他人逼迫的情况下，自愿拿出五枚小钱供养佛塔，心中感到由衷的随喜，完全没有一丝讥笑之意。”

可见，无论是什么身份的人，若自愿对三宝进行供养，哪怕只有一点点，也值得随喜赞叹，而不应该挖苦、讽刺：“啊，他是个大老板，有那么多钱，怎么就拿这么一点！”不能这么讲。别人在没有吝啬的情况下，随缘拿出一点来供养，也是值得称道的。否则，连这种心都没有的话，为了自己的利益而不舍任何财物，很容易成为转生饿鬼之因。因此，我们作为修行人，应当从根本上断掉这种悭吝心。

其实，饿鬼之因是很容易造的。如《佛说护净经》云：“以不清净手，触众僧净器；以不净手，触沙门净食；以不净食，着沙门净食中；以不净食，食众僧故，后五百世中，堕饿鬼中。”还有《撰集百缘经》中讲过，尊者目犍连在树下遇到一个可怕的饿鬼，尊者问它前世造了什么业，饿鬼说：“我现在又渴又累，难以开口，您最好去问佛陀。”于是目犍连就问佛陀，佛陀说[[120]](#footnote-120)：“在迦叶佛时，有一沙门远路而来，口干舌燥，向一个打水的女人要点清水喝，那个女人却不给。以此因缘，她死后转生为饿鬼。”可见，堕为饿鬼的因，有时轻易便可造下。我们以后若遇到乞丐或可怜人，在不起吝啬心的情况下，就算给他一点剩饭，也是很有必要的，不然的话，会招致什么果报很难说。

对于以上道理，大家要圆满具足三殊胜而诚心诚意观修。也就是说，前行时要好好发菩提心；正行时，或者观想饿鬼的痛苦及转生之因，或者思维自己转生为饿鬼怎么办，或者忆念如今无数老母有情正在饿鬼界感受痛苦，对它们应该生起慈悲心……诸如此类的许多内容都可以观；后行时，将这一座的观修功德回向一切众生。这样修行，便可圆满前行、后行、正行，如此功德不可思议！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十七节课

思考题

194、你相信鬼的存在吗？如果有鬼魔对你作祟，阻碍你修行，你会怎么做？为什么？

195、为什么说自杀是最愚痴的行为？你周围若有这样的人，你打算如何劝导他？

196、鬼魔真正能伤害我们吗？能伤害我们的到底是什么？明白这一点，对修行有何帮助？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

下面继续学习《大圆满前行》，现在正在讲“轮回过患”中的饿鬼之苦。

观修这些共同加行相当重要。虽然我这次讲《前行》的时间，比其他上师要长得多，但很多道友因此打好了修行的基础，在有生之年对佛教的见解不容易退转，这是很有必要的！

有些人说自己见到了本尊、看见了明点，对此我不会特别羡慕，因为每个众生的脉络不同、根基不同，见到一些特殊的相也不足为奇。以前法王如意宝在课堂上就说过：“有些人虽未证达很高的道次第，但也可以看见一些道相。因此，判断一个人的修行境界，不能以是否见到道相为标准，而应该主要看他对佛教的基本认识和修持。”

学院的四众道友，及城市里很多修行人，这次通过学习《前行》，不仅不共加行上做了准备，对共同加行也有了稳固的定解——过去只是文字上知道地狱有十八大地狱、饿鬼有空游饿鬼等，从来也没有具体思维过，更没有反复观修过。而今通过再再观修，很多人才明白就像见到食物与品尝食物迥然有异一样，观修之后对自相续的作用，与只是耳边听听完全不同。因此，《华严经》、《宝积经》等诸多经典中都强调：闻思之后务必要实修。

在我们学院，最近让大家闭关一步一步修加行，效果还是很不错。我具体问过一些人：“你轮回痛苦观得怎么样？无常观得怎么样……”从他们的回答来看，很多人确实有感悟。这部《大圆满前行》，以前我用藏语、汉语传过多次，很多道友即使全都听过，也不一定融入于心，而此次通过闭关实修，再三思维其中内容，不少人的内心真正有了改变。实际上按华智仁波切、托嘎如意宝的传统，对《前行》不但要讲解，更重要的是实修。这次我们学修《前行》的人比较多，以此缘起，希望对后人认识藏传佛教的次第性起到一定作用。

再过几年，你们若把共同加行、不共加行修圆满了，对我而言，活在人间也有了意义。《前行》确实是诸佛菩萨的窍诀精髓，如今以最广的方式讲解，让你们从理论上认识、意义上修持，这种机会相当难得。在我的一生中，也许会做很多事，但传讲这部《大圆满前行》，是最重要的事情之一；而对你们来说，从降生直至离开人间，也会做很多事情，但若能认真学习并实修这部法要，将会给你这辈子乃至生生世世带来难以估量的利益。

因此，大家在学习过程中，不要觉得疲厌。有些人听一部法时间长了，难免会希望它早点结束。对大多数人而言，学一些简短的法，比如今天讲《亲友书》、明天讲《弟子规》、后天讲《菩提心释》，经常换个口味，可能比较喜欢。尽管这样的法我也会讲，且翻译过不少，但为了次第性地把藏传佛教最殊胜的法完整传给你们，我经过反复考虑后，还是选择了这部《大圆满前行》。

我来到这个人间，在短暂的人生中也做不了很多事情，这几年假如没有横死，自己很想为社会、为佛教做点什么。至于以后如何享受、过什么样的生活，这些从来也没想过，即使想了也不一定成功，所以没有任何必要。但若要真正为社会、为众生做点事，没有准备是不行的，没有大家的聚合也不行。以我现在的年龄来看，再过十年、二十年，肯定已经没力气了，即使没有死，也做不了什么，所以这几年还是很珍贵的，我想多做一些有意义的事情。

为了实现这个愿望，我经常祈祷诸佛菩萨、护法神加持，最好能把这几部法讲完，之后如果因缘成熟，再给大家不同程度地讲些密法。密法我在上师座下听得比较多，虽不敢说有大的开悟，但小的理解和认识应该会有，这些我想给真正打好基础的人讲一下。若能如此，就算我一辈子做不了很多事，只要对你们有点帮助，也已经心满意足了。

我常给学院的发心人员讲：“你们想一想，假如你用五年来发心，默默无闻地为众生做点事情，即使别人不知道，你来这里也有了意义，父母对你的付出也没有白费。在人的一生中，若是为了自己发财、成名，以偶尔的机会也可以获得，但能切切实实地利益众生，这种机会相当难得、极为珍贵！”

而对外面的道友来讲，在学习过程中也不要有疲厌心，学会的组织不能解散，应以集体的形式来闻思修行。在这个世界上，要想成办一件有意义的事情，离不开众人齐心合力。佛法也是同样如此，个人的修证可以各自成办，但要广泛地弘扬佛法，必须借助共同的力量，不是一两个人就能做到的。因此，希望大家乐于参加小组的学习，参加之后尽量不要退，否则，你随随便便想退就退，最终到底能得到什么，相信每个人都心里有数。

己二、空游饿鬼：

空游饿鬼，指妖精、王鬼[[121]](#footnote-121)、死魔、厉鬼[[122]](#footnote-122)、鬼女、独角鬼等。

一讲到这些，有人或许认为是民间传说、封建迷信，这种认识不对。以前我在《佛教科学论》中就曾以章太炎等人的亲身经历，说明过鬼神的真实存在。现在有些唯物论者、科学工作者，因为不了解诸法真相，只承认物质，而不承认此外的神秘现象。还有些修行人，宣称一切都是空性，以此否认鬼神的存在，这也比较过分。虽然究竟而言，在胜义谛中，抉择清净的本来面目时，不但鬼神没有，一切法都不存在，这从米拉日巴尊者、无垢光尊者的道歌中也看得出来。但是，在众生迷乱的分别心面前，上有天堂，下有地狱，中间业力深重的饿鬼也是不虚存在的。

佛陀在《灌顶经》[[123]](#footnote-123)十二卷中，就讲过很多魅鬼、山精，有些有头，有些无头，种种形象各异，而且山有山鬼，水有水鬼，火有火鬼，路有路鬼……就像夏天漫山遍野是小虫一样，我们周围到处都是鬼。有些佛经说，饿鬼的种类有八万四千种，有些则说是六千六百种。尽管说法不同，但饿鬼的数量确实很多，有些人知道以后，可能连路都不敢走了。不过，鬼也不一定都是害人的，有些虽以前世的业缘专门害众生，但有些只是享用自己的食物，不会伤害其他众生。

所以，佛教也不能太学术化了，稍微神秘一点就认为是迷信、传说，这是不合理的。在这个世间上，确有许许多多的可怜众生，当你了解到它们来自哪里、趋往何处、所受痛苦后，就不会对其恨之入骨了，也不会遇到一点违缘，就想尽办法把它们赶走或者灭掉。

因此，佛教的认识很重要，这会让我们对一切众生产生悲心。否则，假如不懂这些，一遇到鬼魔作祟，一有修法上不顺，就想用密咒害死它们，这种心态很可怕。以前上师如意宝讲过：“有些瑜伽士只有降伏的能力，却没有救度的能力。若是这样，你用猛咒害了鬼魔，而不能超度它们，过失会特别大！”因此，在修行过程中，我们不能害任何一个众生，而应该用慈悲心将违缘转为道用。

我曾看过一个故事：有个仁波切在闭关时，受到一个魔的危害。他当时忘了大悲心，先是用忿怒的形象，把自己观想成六臂玛哈嘎拉。谁知道那个魔根本不怕他，反而变成阿弥陀佛的样子，坐在他的头顶上。这时，他突然忆起了大悲心，觉得这个魔虽然神通很大，但却到处造恶业，真的很可怜。这种悲心刚一生起，魔马上就变成一只小鸟掉到地上，慌慌张张地逃走了。因此，密咒的力量皆归摄于悲心当中，任何一种降伏法，必须在大悲心的基础上才可以施行。

其实，对饿鬼来说，始终处于提心吊胆、担惊受怕、恍恍惚惚的错觉中，经常居心不良，怀有歹意，精勤于害他的恶业，死后的下场多数是立即坠入地狱等恶趣的深渊。我们平时总认为鬼会害人，千方百计去降伏它们，却不知它们因前世的恶业堕为饿鬼，即生以各种方式害众生，以此害心又将辗转于恶趣中，生生世世不得解脱，确实很可怜。所以，不管饿鬼怎么样害我们，我们都要用悲心对待，不能以恶意去降伏它们、驱逐它们。

悲心是一切修行的基础。前段时间，我请藏地著名的土登尼玛活佛作个开示，并录制了一张光盘。他在开示中说，以前“文革”期间，他见有些人对佛教徒不满，常常批斗他们，刚开始很生气，有点接受不了。但转念一想：“这些人特别可怜，竟然有这样的行为！”生起如是的悲心时，好像整个世界都变了……后来他在任何逆境中修行，均不会随违缘所转。即便是最困难、最紧张的时期，也能每天坚持念《文殊真实名经》，多则13遍，少则3遍以上，几乎从未间断过。可是政策开放以后，他被迎请至许多国家传法，名声、待遇相当不错，在这种顺境中，修行反而上不去了，《真实名经》也很少念了。他自己有这样的体会，我听后也感觉的确如此：很多修行人遇到磨难、行持苦行时，对轮回痛苦观得起来，悲心也修得起来；而一旦有了财富、名声、地位，原来的修行就捡不起来了，顺缘反而成了违缘。

但不管怎样，对于饿鬼的作祟，大家应该坦然面对，不能对其心生恶意，这也是我多年来的修行经验。有些人一生病就特别不高兴：“是不是鬼在捉弄我？我要念咒语害死它！”这样不行。《旧杂譬喻经》里有一个修行人，他在山里修行时，一个鬼准备害他，化作无头的样子，来到他面前。修行人见后，沉静地说：“没有头，就不会头痛。少了眼根攀缘色尘、耳朵听到是非、鼻子分别气味、嘴巴贪执美食，就会减少许多烦恼，多舒服啊！”

鬼没办法，又变成没有身体、只剩四肢的样子，再度飘向修行人。修行人看了一眼，开口说道：“少了身体就不会有痛痒，没有内脏就不会为病苦所折磨，这不是最快乐的事吗？”

鬼听了这番话，又化为没有手足的样子，忽前忽后、忽左忽右朝修行人而来。修行人说：“这样更好了！没有手脚，就不会盗取不义之财，这更是修行人所希望的。”鬼听完这话，立即消失不见了。

不一会儿，这鬼化作一名端庄男子，走近修行人，躬身向他顶礼，说：“您的求道意志如此坚定，实在令人佩服。不久后，您将成道证果。”说完恭敬顶礼而去。[[124]](#footnote-124)（真正的修行人要达到这种境界啊！但对很多人来讲，可能有一定的困难。）

实际上饿鬼很可怜，尤其最为难忍的是，不管它生前是因病身亡、利刃所毙，还是悬梁自尽等途径横死的，每隔七天，都要感受一次以那种方式死亡的痛苦。我故乡有个21岁的年轻人，好像也没发生什么大事，昨天还好好的，今天早上就吊死了。可能是他一时痛苦，想不开就自杀了吧。

自杀等横死，其实是很不吉祥的。世间上有些人经常选择自杀，这是极不明智的行为。《中观四百论》云：“有为苦所逼，现见求自死，时彼愚痴故，不能趣胜道。”有些人被痛苦逼迫，为摆脱苦恼而自杀身亡，这样的人因愚痴而舍生，不可能趣入解脱胜道。虽然叔本华说过：“当一个人对生存的恐惧大于对死亡的恐惧，他就会选择自杀。”但按照佛教的观点，自杀后痛苦也并不会消失，只会让自己堕为饿鬼，感受无数次的自杀之苦，不但不能趋入善趣，反而会一直往下堕。因此，自杀是最愚痴的行为。

尤其是学了佛以后，就更不应该自杀了。去年有个人对我说：“您讲了《入行论》后，起码好几个人没选择自杀。”不知道是不是真的？现在的年轻人，在生活中虽会遇到种种不顺，但学佛之后应该懂得，一切实际上都是因缘，没有必要去强求什么。你生意搞不好、婚姻不美满，自杀又有什么用？生命那么灿烂、可贵，应该好好地活着。你看，冬天有白雪，夏天有玫瑰——能不能说玫瑰啊？想自杀的人看到玫瑰，可能会更伤心。好吧，不说这些了。

总之，一旦选择自杀，则很容易堕入饿鬼，并且每七天就要感受一次自杀的痛苦。这些饿鬼想把这种痛苦转移给别人，所以无论到哪里，都是损人不利己。本来满心欢喜地来到昔日亲友面前，结果却使他们重病缠身、精神疯狂等，遭受各种不幸之事。所以，变成饿鬼的众生很可怜，我们平时应该多为它们念些《烧施仪轨》。

《涅槃经》中也讲过要布施饿鬼的道理。经中记载[[125]](#footnote-125)：一次佛陀游行到圹野聚落，那里有个圹野饿鬼，杀害了许多众生，并且每天要吃一个人。佛陀虽想度化他，但见它暴恶愚痴，心不堪能接受佛法，就先变成大力鬼的样子，震动它的宫殿，令其不得安宁。圹野饿鬼带着眷属出来，见了大力鬼后特别害怕，昏厥倒地，犹如死人。这时佛陀把它救醒，并恢复了如来身相，给它们宣讲种种佛法，令其受不杀生戒。受戒以后，圹野饿鬼问：“我及眷属向来以食用血肉为生，如今受戒不杀生，我们岂不要饿死？”佛陀承诺道：“从今以后，我会让声闻弟子无论在何处修行佛法，都为你们布施饮食。”所以在汉地寺院，每天午饭之前均会施食，并诵偈云：“大鹏金翅鸟，圹野鬼神众，罗刹鬼子母，甘露悉充满。”其中就提到了圹野饿鬼。

在藏地，通常会用烧烟供的方式，为饿鬼施食。烟供有素、荤两种，由于有些饿鬼只吃血肉，就像虎狼一样不可能吃草，因此只能给它们烧荤烟，放一些血、肉、酒等，以布施给专吃荤的饿鬼。（现在有些人也是这样，天天吃虾，不吃蔬菜。我就遇到一个领导，他说：“青菜我可吞不下，我不是牦牛，是吃肉的人！”这些人死了以后，很可能就变成这种饿鬼。）烧荤烟的仪轨，一般是在下午念，食肉饿鬼享受到荤烟以后，就不会再杀害众生了。所以，修行人要记得给饿鬼布施。

在施食的过程中，应当多念《救面然饿鬼陀罗尼神咒经》中的咒语“纳美萨瓦达塔嘎达 阿瓦洛格得 嗡 桑巴桑巴吽”，同时还要念一些观音心咒，及四位如来的名号，这是我们修行人应该经常做的。在我家乡那边，好多老修行人在日常生活中，时时刻刻想到利益众生，就算在方便时、扫地时、倒灰尘时，也会念一些咒语，回向给那些肉眼看不到的饿鬼。其实作为佛教徒，时刻有一颗善心很重要，若能如此，不论你做什么、到哪里去，周围都是可以帮助的对象。并不一定非要你成为国家总统，让全国人民都行持善法，才是利益众生，只要对地狱、饿鬼、旁生、人类等有一颗善心，随时发出你的光和热，就可以帮助无量众生。



反之，假如没有这颗善心，当自己遭受饿鬼危害时，则很容易想去报复它们。有些瑜伽士作诅烧抛[[126]](#footnote-126)仪轨时，将饿鬼镇压在地下黑咕隆咚的地方长达数劫，或者烧在作火施的烈焰中；还有些咒师抛撒驱邪芥子、石子或米，会使这些饿鬼粉身碎骨，头颅裂成百瓣，肢体断成千截……在大苏、小苏的公案中，这类现象比较多。我们作为修行人，没有悲心的话，绝不能用猛咒或降伏仪轨去害饿鬼。

有些人整天拿个金刚橛，看见一个病人就咬牙切齿地念“嗡班匝格勒格拉雅吽啪的（金刚橛心咒）”，怒目而视、连捶带打，甚至将病人的衣服也撕得破破烂烂，这种行为对众生不一定有利。虽然密宗的降伏仪轨和咒语不可思议，你若原原本本做到位了，威力肯定相当大。但前提是你必须要有悲心，不然的话，随便念些降伏仪轨，然后对着饿鬼抛撒芥子，那么依靠诸佛菩萨咒语的力量，马上就会伤害它们，令其多生累劫中饱受痛苦、不得解脱。这些饿鬼原本就已经很可怜了，冬季太阳寒冷，夏季月亮酷热，始终都摆脱不了痛苦。如果我们不但不能减轻它们的苦难，反而还火上浇油，增加它们的痛苦，这实在不是修行人的行为。

其实从大乘最高境界来讲，万法都是自心的幻化，这些饿鬼也不例外。因此，真正能伤害自己的，并不是外在的鬼魔，而是内在的我执。寂天菩萨也说：“世间诸灾害，怖畏及众苦，悉由我执生，此魔我何用？”世间一切灾害、恐怖、痛苦，全都是从我执而生，我执是最可怕的魔王，正是因为它，我们才会被鬼魔所害。因此，修行人应该对付的，不是那些饿鬼，而是根深蒂固的我执。

当然，从显现上来讲，鬼也是真实存在的，并不是一种传说。例如，英国查尔斯王子的前王妃戴安娜，死后一直冤魂不息，甚至出现在情敌卡米拉面前，令其精神陷入崩溃。卡米拉因与查尔斯的婚外情，对戴安娜所造成的伤害深感愧疚，失控落泪，恳求她的原谅。戴安娜的弟弟也承认，人们常能看到戴安娜的鬼魂出没，甚至有人见过她站在湖边哭个不停，似乎非常不开心。这类现象，现在科学无法解释，只能将其列为“世界十大神秘灵异事件”之一。（不过对我们学佛的人来讲，这个一点都不神秘，鬼肯定是存在的。）

还有美国好莱坞影星梦露，死于上个世纪60年代，至今虽已有几十年了，但她的鬼魂依然出没不息，尤其是常附在爱模仿她的人身上。比如，英国有个女人叫姬尔，她在模仿梦露成名之后，整个人变得像梦露一样，纵情酒药，最后更是步上她偶像的后尘，服食过量药物，香消玉殒。她的朋友透露，姬尔本是个洁身自爱的女子，从来没什么不良嗜好，但自从她一举成名后，变得喜欢饮酒，又爱与男人鬼混，跟原来的性格判若两人。她也不明白自己怎么变成这样，就仿佛梦露在背后操纵她一样，使她一步一步走进鬼门关。

姬尔自杀后几个月，几名在好莱坞扮演梦露的演员，也遇上了同样的事，感觉到梦露的鬼魂，正逐渐占据她们的躯体，使她们不知不觉变成另一个人。

以上现象，要么是有人亲眼所见，要么是有人亲身感受，故令人不得不正视鬼魂的存在，因为在科学的领域中，确实无法解释这些。然而现在有些人特别过分，什么都不承认，这是不对的。而有些人正好相反，在他的眼里，一切都是鬼魔作祟，整天提心吊胆、大惊小怪，这也没有必要。尤其是在一些殊胜道场里，以大成就者的威德力，根本不会有鬼的立足之地。不要说是鬼，就算是具邪见的人，在这里也呆不住，用不了几天就会离开的。

所以，现在人对佛教的认识，很多方面还不够。有些人过于“聪明”，什么都不承认；有些人又太迷信，觉得哪里都有鬼，这是两种歧途。我们作为修行人，首先应承认鬼的存在，同时若有鬼来害你，应观想一切的病魔、痛苦、屈辱等，统统都归罪于我执上，诚如《修心七要》所言：“报应皆归一。”若能如此，你的修行必定会成功。

当然，对于鬼魔作害，虽然应当心怀慈悲，但必要的时候也要遮止。《了凡四训》中讲过一个读书人，有天他听到两个鬼在说话，一个说：“某某女人，丈夫在外很久不回家，因此公婆逼她改嫁。她想不通，明晚会吊死在这里，我终于得到替身了。”读书人知道后，很想帮助那个女人，就暗中卖了田地，得了四两银子，以女人丈夫的名义写了一封信，并把银子寄到她家。

那人的父母见到信，虽然不像儿子的笔迹，但银子是真的，于是没有逼媳妇改嫁。后来，他儿子果然回来了，夫妻完好如初。

后来有一天，读书人又听到两个鬼说话。一个说：“我本来找到替身了，无奈这秀才坏了我的好事。”旁边的鬼问：“你为什么不害他？”这个鬼回答：“上天认为这人心好，任命他作阴德尚书，我哪里能加害呢？”

汉地有许多这样的精彩故事，以浅显易懂的方式阐明了佛教甚深之理，引导人们思维该怎么对待饿鬼，并培养自己的善良人格。我们作为修行人，不见得非要做特别大的事情，关键要看自己有没有一颗好心。如果通过学习这些论典，你的说话、做事、起心动念稍有改变，以前不如法的逐渐变得如法，这就是我们共同学修的目标。

此外，有些饿鬼还现为鸟、狗等旁生相，到处散播传染病，以令人讨厌的形象，遭受各种意想不到的痛苦。

譬如，以前加拿大爆发禽流感时，当时就杀了家禽1700万；埃及为了对付猪流感，下令将35万头猪一天内全部杀光；英国为了消灭疯牛病，共杀牛1100多万头……从佛教角度来看，这些行为十分残忍。人得了这种病却不杀掉，而其它众生，即使没有得病也要被杀，人类造的业太可怕了，这些瘟疫完全是杀生的果报所致。

现在有些人觉得旁生的死活无所谓，根本不懂生命的价值和意义，这种人就算形象上是人，他的行为也值得观察。当然，我们也不可能以佛教理念要求全人类，但是从行为上看，自己到底是人还是旁生？每个人应好好思维。在座的道友也想一想：你没有学佛前，行为怎么样？不知取舍因果前，是如何对待其它生命的？在那段时间里，你害过多少众生？从现在起，打算用什么方法来偿还？……仔细反省之后，相信每个人身上都有一些真实的故事。

就我而言，虽说生于佛教家庭，长于佛法兴盛之地，但因为时代和环境的原因，还是造了很多业。你们有些人可能也曾如此，但遇到佛教的光明之后，在上师三宝的加持下，现在已经从迷茫中醒过来了。那么从今以后，每个人都应该努力，尽量让下半生过得完美一些。虽然从根本上断除所有的烦恼、习气，对我们来讲不太现实，但从现在开始，行为上还是要有所转变。否则，自己以前造过无数恶业，就算没意识到，将来仍会堕入地狱、饿鬼、旁生，如同一个人吃了毒药后，不管自己是否知道，痛苦依然都会降临的。

我们即生中能遇到佛法，是很幸福、很幸运的。世间上人人都在追求幸福，口口声声说“为了幸福，付出什么代价都可以”，但他们所追求的幸福生活，与佛教所说的安乐有何差距？有智慧的人不妨比较比较。

总而言之，在这个世间上，有无量无边的内障、外障、特障饿鬼，也有不计其数的妖魔鬼怪，它们都在感受难忍的痛苦。我们了知之后，应怀着一颗慈悲心，发愿代受这些众生的痛苦，并尽量对它们给予帮助。哪怕你吐口水时，念一句观音心咒，也是极大的布施。就像夏天在草地上倒点饮料，不知不觉就会聚集无数蚂蚁一样，我们平时吐口水、倒洗脸水，也会招来大量的饿鬼，此时若以善心念些观音心咒回向，虽然水比较脏，但也能令其得到利益，而不会互相争夺、伤害。这些行为看似微小，但每个人都值得努力。

不管怎么样，对已堕为饿鬼的众生，我们一定要观悲心，同时，自己应尽量断除饿鬼之因（《正法念处经》中讲了很多）。其实所谓的修行，就是在行为上一点一点转变，而不是成天说些大话，或者在空中飞来飞去。因此，对于以上这些道理，大家应圆满具足加行、正行、后行来观修。

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十八节课

思考题

197、你对待动物时，跟对待人一样吗？为什么会有差距？请仔细找出其原因，并加以改正。

198、许多学校的课本中说：“动物的大脑结构非常低级，几乎不知何为痛苦，杀它们，它们也不觉得特别疼，所以杀动物没什么关系。”对此观点你怎么驳斥？

199、龙会感受哪些痛苦？你相信龙的存在吗？为什么？

200、无主人饲养的动物、有主人饲养的动物，分别有什么样的痛苦？了知这些之后，应当如何观修？

201、明白三恶趣的苦难后，对你的修行有哪些帮助？你今后打算怎么修持？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

共同加行的“轮回过患”中，已经讲了地狱和饿鬼的痛苦，今天开始讲旁生之苦。

在讲课之前，我想跟大家说一下：从这个新学期开始，每个佛友都应认识到听闻佛法的重要性。佛经中云：“由闻知诸法，由闻遮诸恶，由闻断无义，由闻得涅槃。”[[127]](#footnote-127)这一偈颂就阐明了闻法的四种功德：

1、“由闻知诸法”：通过听闻佛法，能知道取舍法与非法，通达世出世间的一切知识。在这个世间上，即便是一个普通的真理，也要学习很长时间。当今时代，各国如是重视教育，也足以说明听闻相当重要，否则，一个人从小对知识一无所闻，将来很难成就一番事业。既然世间学问对听闻尚且如此重视，那更为甚深的佛教教义，不听闻就更不能了知了。

2、“由闻遮诸恶”：听闻佛教的许多经论后，就会明白如何取舍，进而遮止自己的不善业。比如，以前你没有闻思之前，不懂杀生的过患、行善的功德，但通过听闻之后，就会清楚自己不能做坏事，至少不可以害众生等等。

3、“由闻断无义”：通过听闻佛法，可断除诸多无义散乱。散乱有外、内两种，外散乱指整天跟人说闲话，做些无聊琐事；内散乱则是内心经常掉举、昏沉，在无意义的状态中耗尽时光。依靠听闻，便可以遣除这些。

4、“由闻得涅槃”：通过闻法，了知暂时、究竟的利害关系之后，可对治烦恼而现前无我智慧，获得诸佛菩萨的圣果。

所以，听闻是相当重要的。现在有些人常说：“只要修行就可以，不需要闻法。”这种说法也许对极个别人有利，但就大多数人而言，由于自己的根基使然，必须要按次第来修行。退一步说，就算你是利根者，闻法也不会有任何障碍。真正能障碍你的，是世间种种非法行为，而听闻诸佛菩萨、高僧大德的教言，只会让你的信心、悲心、智慧日益增上，绝不可能将你的功德一扫而光。因此，大家平时要养成好习惯，多看一些佛经、教言，每天以听闻来“充电”，这样不断积累闻思所生的智慧，对自己会有非常大的利益。

以上简单强调了一下听闻的功德，希望大家始终不要放弃，务必要认真地对待！

戊三（旁生之苦）分二：一、海居旁生；二、散居旁生。

关于旁生，《大智度论》、《阿含经》、《正法念处经》中有许多分类，并对此有详细描述。一般来讲，旁生的愚痴相当严重，诚如《大毗婆沙论》所言：“增上愚痴身语意恶行，往彼生彼，令彼生相续，故名傍生趣。”按照《前行》的分类，旁生有海居、散居两种。《佛说十二游经》中则说：“鱼有六千四百种，鸟有四千五百种，兽有二千四百种。”我们从哪方面了解都可以。总的来讲，通过这次学习，大家一定要深刻认识到旁生的痛苦。光是认识还不行，还要再再观想它的痛苦，同时，自己以后的所作所为，不能伤害任何动物。

我常遇到一些人，特别漠视动物的痛苦。非佛教徒倒情有可原，因为他们没有因果观念，但学佛几十年的佛教徒，若对动物毫不在乎，不管它遭受何种痛苦，一点悲心都生不起来，这就很可悲了。所以通过这次学习，每个人都要知道：旁生和人是一样的。必须要生起这种观念！

前不久，在我的家乡炉霍县，一部分知识分子（主要是老师）和法师，大概有四五十人，在三天中，开了一个关于教育与慈善的研讨会。当时有个人问我：“您现在放生了很多动物，尤其是牛、羊比较多。如果放生的动物越来越多，就会使我们的生存空间越来越少，这不是对社会发展有害吗？”我回答：“作为一个出家人，动物再多我也要保护，在我的世界观中，对动物只有保护的理念，从没有伤害的想法。而你，作为有信仰的在家人，你说说，动物多的时候，该杀还是该保护？”他一时张口结舌，答不上来。此时，有个研究生接话说：“在我们藏地，自古以来就全民信教，动物和人必须一视同仁。倘若没有这种理念，说明人们不懂因果正理，这样的社会倒退也无所谓，我们不希求这种发展！”她的一番慷慨陈词，赢得了全场热烈掌声。当时学院比较有名的法师也在，大家都觉得她的观点很有价值。

所以，如果只懂一些理论却没有实地修持，对自相续帮助不是很大。我们学习《前行》时，一定要避免这种误区。否则，有些人的分别念特别重，没有真正观修过的话，很难遣除从小所受的教育观念。现在许多学校的课本中，都声称动物跟草木一样，虽然能动，但大脑结构不像人的那么发达，故对痛苦的反应很迟钝，几乎不知道什么是痛苦。正是基于这种理论，现在人杀动物，并不觉得有多残忍。假如他们看到一个人被杀，绝对不会无动于衷，定会全力以赴去救他；而被杀的对象若是动物，很多人就漠不关心、听之任之了。这种差别，跟各人前世的大乘善根有关，也跟今生所处的环境、所受的教育有关。

这种误区，我们现在务必要扭转过来，以强迫的方式再三观这方面道理，明白旁生的感受跟人的完全相同。假如说动物大脑反应慢就该被杀，那么人中也有特别迟钝的，读书时每个班里成绩好的连三分之一都没有，按照这种论调，那另外三分之二的孩子都该被杀掉了，但这肯定是不合理的。所以，对于有些观点，你们应当再三思维、观察、分析，然后在此基础上了解旁生的痛苦。若能如此，以后看到这些众生时，悲心会禁不住油然而生，这就是修学大乘佛法的目标。

己一、海居旁生：

在一望无际的大海中，鱼、鲸、螺、龟、虾等，就像酒糟一样密密麻麻。（我们乘坐海底观光船看海洋世界时，海里的确有无数众生。）其中，长蛇、鲸鱼等大动物的身量，可以围绕须弥山数周；小的水生动物，则如微尘或针尖一般。

迄今为止，世界上最大的动物是蓝鲸，其最长为33米，体重190吨。当然从佛经中看，有些动物的身量更大，如《大楼炭经》云：“海中有大鱼，身长四千里者，八千里者，万二千里者……三万二千里者。”所以，众生的业力各不相同，有些动物的躯体极为庞大。

这些海居旁生弱肉强食，大的吞食小的，小的径直刺入大的身体蚀食它们，每一个庞大动物的身上，都有成群小含生筑窝并以其为食。还有的生在暗无天日的岛屿上，多少万年中连自己屈伸肢体也无法看见[[128]](#footnote-128)，格外痛苦。

作为旁生，因前世的业力所感，几乎都是呆头呆脑、愚昧无知，根本不懂得取舍的道理，终日处在无边无际的痛苦之中。

己二、散居旁生：

散居旁生尽管身在人间天境，但也感受着愚昧和被役使的痛苦。譬如龙王，常要遭受大鹏鸟威胁、热沙雨降临[[129]](#footnote-129)的危害，而且愚痴呆笨、心狠手辣、毒气冲天等，非常可怜。

《长阿含经》、《佛说海龙王经》等经中，都讲了龙的分类及其痛苦。汉地的古籍，如《山海经》[[130]](#footnote-130)、《史记》[[131]](#footnote-131)、《淮南子》[[132]](#footnote-132)等中，也分别描述了龙的存在。

现在许多人认为，龙只是神话中的动物，或者它就是恐龙，现实生活中并不存在。包括藏地、汉地的知识分子和学者，也说因为没有看见过，所以龙完全是杜撰出来的。这种观点不合理，佛经中并没有说，所有人都能见到龙。即使在释迦牟尼佛时代，龙类众生到佛前闻法，大多数眷属也看不见，只是个别有神通或具特殊业感的众生才能看到。

不过，近几年来，世间上已发现了一些龙存在的依据：2004年，有个人乘飞机从拉萨返回内地时，在西藏上空的云海中，意外抓拍到了两条龙。从照片上看，虽然摄到的仅为局部，但龙的身形非常清晰，身上有鳞片覆盖，形状也跟藏地寺院柱子上画的一样。后来人们将其称为“西藏龙”。

（按藏地的民间说法，龙变化多端，是种特殊的动物。当它愿意显现时，可以在山川大地上飞舞，身躯相当庞大；当它不愿意显现时，可藏身于牛蹄印里，像一条小小的毒蛇。所以，龙的身体可随意变大变小。）



还有，2007年成都清江花园物管保安部红外线监控室的镜头中，也清楚地摄到一条飞龙。当时的成都电视台，对此作过报导及分析。许多气象专家和科学家都说：无法解释这一现象，太神奇了！

2007年6月11日，贵州90年代出土的一具龙化石，经专家精心剥离，龙首上惊奇地出现一对“龙角”，与古代神话中的龙非常酷似，于是被称为“新中国龙”。据古生物专家介绍，该化石保存得十分完整，此龙应生活在两亿多年前，而且是一条母龙，腹内孕有两条小龙，骨架完好无损、清晰可辨。



这些依据，都足以证明龙的真实存在。现在有些学者单凭分别念，就对佛经中描述的动物或境相一律否认，这是不合适的。其实，经典中并没有说，这些人人都能见到，而只有在比较特殊的情况下，个别众生才能亲眼目睹。当今这个时代，人们从不同角度也能证实龙的存在，因此，大家知道以后，应该了解龙所遭受的痛苦。

除了看不见的龙以外，我们在人间可以清楚看见的旁生，也非常可怜。比如，无有主人饲养的野兽等，时刻处于万分恐惧的心态中，即使吃一口食物也不得安稳，经常面临互相啖食、遭猎人捕杀、被猛兽吞食等险情。“鹞鹰捉鸟雀，鸟雀吃小虫”、“大鱼吃小鱼，小鱼吃虾米”，已充分表明了这些旁生以贪心、嗔心，无时无刻不在造互相残杀的恶业。

而且，猎人们精通残杀这些众生的技巧，如设陷阱、撒网罟、射火弩，瞬间可使它们丧命。尤其是现在科技比较发达，在沿海一带，听说有足球场那么大的网，撒进大海就能捞出无数鱼虾。此外，捕杀飞禽也有种种器械，手段特别残忍。所以对旁生而言，始终没有安全感。虽然人类现在害怕恐怖分子、害怕小偷，不关门担心出现意外，但跟旁生比起来，人类各方面还是比较安全的，不像旁生那样，时刻都要遭受那么多的侵害和威胁。

很多动物因自己的角、毛、皮等，往往会断送宝贵的性命。例如，人们为了珍珠采集海贝；为了象牙、象骨猎杀大象；为了兽皮而捕杀老虎、豹子、水獭、狐狸；为了麝香而捕杀獐子；为了获取血肉杀害野牛、野马……诚如《亲友书》所言：“有因珍珠有因毛，血肉骨皮而遭杀。”《心性休息》亦云：“因肉皮骨而遭杀，感受痛苦无边际。”可见，旁生所遭受的种种痛苦，是我们难以想象的。

在丹麦，每年夏季都会举行一项残忍血腥的“杀鲸大会”，人们围堵大量的鲸鱼，然后把它们全部杀死，整个海岸都被鲸鱼的血染红了。接着，他们还将鲸鱼肉一块一块割下来，平均分配给岛上的居民。更不可思议的是，当地人竟把这视为是全家参与的活动，就连幼小的儿童，也在现场目睹鲸鱼被屠杀的过程。这样的传统极其恶劣，试想：一个孩子若从小就熏染上这种观念，那他长大后的思想和行为会怎样？这个一点也不难想象。

在座的有些出家人，以前在家时不懂因果，曾杀害过无数众生，这是极其可怕的。我个人而言，记忆中故意杀生的，确实没有。也许是前世的因缘和三宝的加持吧，我生来特别害怕杀生，一见到这种场面，就躲得远远的，根本不敢看。但每个人的缘分不同，有些人恐怕也不是这样。你们到底是怎么样的？应该好好地扪心自问。

不说前一世或再前一世造的业，即便是今生中，有些人也吃过无数众生。如今特别无聊的广告中常说，吃活鱼对大脑好，可增强记忆力，使身体健壮。还有些地方杀猪烤肉时，手法特别残忍：先将待毙之猪捆严，再以一棍棒狠击猪身，直至其全身肿胀，每一毛细血管均充满血浆，然后人们随其所愿，割下猪肉用于烧烤，据说味道鲜美无比，极富营养，吃后可以延年益寿……这些广告特别虚假，但愚笨的人一听，马上就被吸引住了，然后兴致勃勃地踊跃尝试。所以有时候看这个社会，真的感觉地狱就在人间，许多动物特别可怜，它们的身体反而成了送命之因。

不但野生的动物痛苦至极，即便是主人饲养的动物也是如此。它们由于愚痴呆笨的缘故，就连屠夫拿刀来到面前，也只是眼睁睁地看着，根本不知道逃避。此外，这些动物没有一个不感受被人役使之苦的，尤其在牧区，常可以看到它们被人挤奶、驮运货物、遭人阉割、穿透鼻孔、辛勤耕地等，在不愿意的情况下，遭受百般痛苦。

包括一些马戏团，命令老虎钻火圈、猴子耍火棍、大象单腿站立、海豚打球，这些精彩表演的背后，也无不充斥着棍棒交加、惨叫连连等残忍手段。基于虐待动物的非人道性，现在许多国家已立法禁止马戏团使用动物表演，如巴西、新加坡、芬兰等都是这样，美国和加拿大的一些州、省也有类似立法。若没有如此，很多人在利欲熏心的驱使下，对这些动物毫无悲心，完全将其当成赚钱的机器，这是伦理的一种丧失。

如今在许多地方，对动物的虐待令人触目惊心。比如牛马等牲口，即使背上已伤痕累累，却仍要驮运货物、被人乘骑而艰难行路。当它们实在走不动时，狠心的主人就用鞭子抽打或用石头猛击，从来不曾想过身为动物的它们，也同样有辛苦疲惫、病患疼痛。

成群的牛羊，从身强力壮到老气横秋，只要还没到派不上用场或气绝身亡之前，就无有休止地被主人使用。一旦衰老得不成样子，或者被主人一刀结果性命，或者被卖给别人，无论如何都摆脱不了被宰的厄运，自然死亡的几乎一个也没有。

尤其在青海一带，每户牧民的家畜老了后，基本上都会被送至屠宰场。不像我们甘孜州，觉得年老的牦牛对家里恩德很大，还是让它自然死亡，不愿意把它杀掉。而青海那边，包括一些年轻藏人，觉得只要有块肉吃就可以了，除此之外根本没有悲心，这完全是道德沦丧的表现。

其实，旁生所感受的痛苦，是我们常人难以想象的，作为修行人，将旁生与人类同等对待非常重要。在这个世间上，从人道主义、素食主义的角度来讲，旁生跟人一样，也是有生命、有感觉的。英国学者彼得·辛格，曾于70年代写过《动物解放》一书。该书出版之后，引起的反响相当大，短短三十多年的时间里，就被翻译成二十多种文字，在几十个国家出版，英文版的再版多达26次。（我以前从头到尾看过一遍，但由于是西方的表达方式，跟我们的思维有一定差距，有时半天反应不过来，不过内容非常好。）他在书中告诫人们：人类宰杀、食用、虐待动物的行为，持久、过分，甚至太过头了！昔日，随着“黑人解放”、“妇女解放”等运动的出现，人们慢慢都能认识到：所有人都是平等的。那么，现在动物也应该有个解放运动，以使它们摆脱悲惨的命运。

不过，极个别国家和有些人看后，可能没有什么反应，但具有仁德、良知的人，还是觉得这本书起到了很大作用。方便时，希望你们也看一下，虽然我个人感觉，有些文字上的理解比较费劲，但它的内容特别好。现在人类的有些理念确实需要改变，不然的话，总以为“人吃动物天经地义”、“动物是上天赐给我们的食物”，自己的幸福始终建立在动物的痛苦之上，这种想法和做法非常不合理。然而，能明白这一点的人，如今可谓少之又少，因此从现在开始，大家一定要从自己做起，在有些行为上要逐渐改进。

当然，从佛教的角度讲，也可以不用这些世间理论，只要设身处地观想：一切众生都当过我的父母，当它们正在遭受痛苦时，我应当发愿替它们代受。或者想：倘若这些剧烈的苦痛落到我身上，那将如何忍受得了？从而发誓今后不害任何众生，一定要度化它们……这样再三思维就可以了。有些人总抱怨《前行》没什么可修的，其实你没修过的话，的确没什么可修的；但你若真正观修过，就会知道需要修的太多了，而且这些特别重要，比高深莫测的境界更重要。

如果你真能对动物像对待人一样，那么作为大乘修行人，其他很多境界都可以相继出现。到那个时候，你不仅会对总的旁生界生起强烈悲心，甚至对自己饲养的动物，也会多一分仁慈、多一分爱心，尽心尽力去保护它们。《梵网经》云：“若佛子常起大悲心……若见牛马猪羊一切畜生，应心念口言：汝是畜生，发菩提心。”我们平时无论看到什么动物，都应该心生悲悯，心里想着让它发菩提心，口里也这样说出来，这是大乘行人时刻要记住的事情。为什么呢？因为乃至虫蝇等细微含生以上的动物，都跟人类一样有苦乐感受，而且它们无一例外都当过自己的父母，对它们生起慈悲心理所当然。

其实作为旁生愚昧无知，没有福德，没有善根，没有行持善法的机会，始终处于愚痴的状态中，非常可怜。正如《大宝积经》所云：“傍生趣者无量无边，作无义行，无福行，无法行，无善行，无淳质行。”想到它们的转生因缘，我们务必要经常提醒自己，千万不要造这些罪业，以免不慎堕为旁生。

《辩意经》中讲了转生旁生的五种因，如云：“有五事作畜生：一犯戒私窃；二负债不还；三杀生；四不喜听受经法；五常以因缘艰难斋会。”堕为旁生的因，佛经里说得很清楚，所以我们随时都要注意，否则一旦不小心犯下，到时候后悔就来不及了。

对于上述道理，务必要具足前行、正行、后行来实修，即最初要发无上菩提心；中间观想时，观旁生总的痛苦也可以，分别的痛苦也可以；最后作圆满回向。希望你们在掌握理论的基础上，一定要去实地修持。倘若将这些加行修得很稳固、踏实，诸多境界自会纷至沓来。反之，假如你连“旁生跟人类一样”的理念都没有，那即使表面上是修行人，实际上什么法也修不成。

前面已讲了地狱、饿鬼、旁生三恶趣，下面是总结：由此可见，不管投生于三恶趣中任何一处，都必然要受苦受难，而且这种苦难的数量多不可数，程度无比剧烈，时间也极其漫长。更为悲惨的是，三恶趣有情由于愚昧无知、无有正法光明，以至没有机会造善业，所作所为皆逃不出恶趣之因，故只要转生于此，就很难有机会脱离。

我们作为人的话，修行再差劲，也能制止自己的恶行。比如不杀生，有毅力的人就可以做得到；只要你信仰佛教，再差也可以每天念一百遍观音心咒。但作为旁生，即使能活上万年，却连一句观音心咒也没办法念。因此，想到这些众生的痛苦，一方面要生起大悲心，同时也要认识到，人与恶趣众生的差距极大，一旦堕入恶趣，就很难再有出头之日了，到时想解脱实在是难之又难。

我们作为修行人，不管出家还是在家，今生或前世一定积存了许多转生恶趣的罪业，所以现在务必要诚心诚意努力忏悔，将以往所造的恶业尽量忏净，立誓今后绝不再犯；并对恶趣中的有情生起强烈悲悯心，发愿将自己三世一切善根，回向给沦落恶趣的这些众生，但愿它们能早日脱离恶趣。

这是每天都要观想、回向的，字面上也没必要多作解释。你们对于这段内容，从现在到离开人间之前，务必要时刻牢记。每次作一点善法，比如听一堂课、念观音心咒、放生、闻思、背诵，都要通过念《普贤行愿品》等长的回向文，或者一些短的偈颂，将善根回向给三恶趣的可怜众生，这是必不可少的修行。

同时，每个人还要思量：“我如今有幸遇到大乘正法，有了成办自他二利的机缘，一定要刻苦求法、精进修行，将来好接引恶趣所有众生到清净刹土，愿上师三宝加持我获得这样的能力。”并且祈祷上师本尊、念诵、发愿……最后将善根回向一切有情。

这段窍诀，我们平时必须要修。这没什么不会的，只要一行善、禅修，就可以这样观想。在座的修行人中，有些境界比较高，有些天天苦恼、散乱，但不管你是哪种人，总的来讲，在短短的时间中观修这些，应该谁都会。包括大城市里特别忙碌的人，也可以一边赚钱一边观想，常常这样思维非常重要。

以上这一段，希望你们在书上好好勾一下，然后在观修过程中，闭着眼再三祈祷：“但愿诸佛菩萨、本尊、护法加持，让我真正对三恶趣众生生起悲悯之心。”并将自己的善根全部回向给它们。每天若能这样行持，即是名副其实的修行人。

或许有人想：“生在三恶趣中，的的确确是痛苦之本性，那么人、天、阿修罗三善趣，该是安乐幸福的吧？”

实际上，善趣也同样无有快乐可言，这个道理下一节课再给大家讲！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四十九节课

思考题

202、人类有哪三大根本苦？请一一解释其定义。若要遣除这三苦，需要依靠什么方法？

203、在现实生活中，你经历过哪些变苦、苦苦、行苦？请举例说明。

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天开始讲三善趣的痛苦，首先是人类。

戊四（人类之苦）分二：一、三大根本苦；二、八支分苦。

己一（三大根本苦）分三：一、变苦；二、苦苦；三、行苦。

总体来讲，六道轮回中都有三大根本苦，但人类感受得更为明显，故将其安立在“人类之苦”里。

在学习的过程中，大家对此应细致地思维。毕竟地狱、饿鬼、旁生之苦，我们无法亲自感受，只能大致了解一下；而人类的这些痛苦，却是在自己身心上时刻发生的，每个人应该都有所体会。当然，你从来没有思维的话，那就另当别论了，但只要你稍加思索，就会明白佛陀所说的诸法无常、诸受皆苦之理，确实真实不虚。

所以，平时思维相当重要，这次大家共同修加行，不能只从文字上划下去。虽说这些内容很简单，只要你粗通佛理、懂些专用名词，就会明白它的意思，不过真正去思维、去修行，却不是那么容易的。就像看一两本书并不难，但把书中内容通过再三串习，让它自然在心里浮现出来，并应用于实际生活中，就不是那么轻而易举了。因此，古大德一再强调“学法容易修行难”，原因也在这里。

其实，下面所讲的三大根本苦，在日常生活中并不难发现。《法华经》云：“我等以三苦故，于生死中受诸热恼。”我们这些众生以苦苦、变苦、行苦，在生死轮回中受尽了折磨。那么，依靠什么方法才能遣除这三苦呢？唯有依赖于佛法甘露。世人都想趋吉避凶、离苦得乐，为此有人寻找灵丹妙药，有人追求钱财，有人渴望感情，有人寻求地位……可是真正能让我们快乐的，只有依靠佛教精神。如果佛法融入于心，则定可解除一切痛苦，就好比重病缠身的患者，必须依止妙手回春的良医，病痛才会彻底消除。

鉴于此，我很想将佛法教义，传播到每个人的心里。对有信心、智慧、善根、因缘的人而言，佛法不可不学，因为它能治疗人类的三大痛苦，诚如《无量寿经》所云：“以诸法药，救疗三苦。”我们常说“众生好苦”、“做人好难”，确实，不观察不发现，一观察的话，生活中每时每刻都在涌现痛苦，最终令幸福、舒适、快乐毁于一旦。所以，世间上最快乐的是谁呢？不是有钱的人，也不是有地位的人，而是佛教中看破放下、获得自在的人。这并不是我们自赞自夸，这一点，自古以来的历史都可以证明，众多修行人的体验也可以证明。

在当今时代，要想断除人们内心的剧苦，佛法是必不可少的妙药。因此，已发大乘菩提心的你们，不应对旁边的人置之不理，只顾自己独享佛法美味。一旦你有了能力、智慧、悲心，就应分享给有缘众生。当然这也需要一个过程，倘若你自己还没成熟，就贸然跑到城市里度化众生，很容易被环境所染污，结果不但度不了别人，反而自己也卷进去了。因此，在修行的过程中，既要想到利益众生，也要学会保护自己！

（今天是“三八”妇女节，我在网上祝贺所有女性佛友修行圆满、无碍自在、善妙吉祥、开心快乐。同时给智悲学校的女老师也发了一些东西。本来，今早还想给学院女众发些特殊的糖，但后来给忘了——可能你们没修黄财神吧！不过也没事，我从内心中祈祷上师三宝，加持你们每个人获得真实的快乐。

关于“三八”妇女节，我以前在《旅途脚印·女人》中也讲过，这个节日在国际上很受重视。虽然我们是出家人，放弃了世间的一切节日，但有些传统，随顺一下也是有必要的。）

庚一、变苦：

人们现在所拥有的片刻快乐，可谓瞬息万变，转眼就会变成痛苦。比如，身体本来健康无病，但突然就会感冒、流鼻涕，无有自在；或者，享用对身体有利的饮食，正当吃饱喝足、心情愉快之时，没想到胃肠生了寄生虫，突然染上严重的浪踏病[[133]](#footnote-133)，痛苦不堪。（我在十几岁时，也得过这种病。那时我还没有上学，一次在山上放牛忽然发作，差点就离开了世间，多亏旁边几个牧童发现，才把我救了过来。）这就是变苦，有些经典也称为坏苦，即世间上的快乐并不可靠。

《金色童子因缘经》中也讲过，妙耳商主财富盖世、举世无双，与多闻天子富饶相等。但他儿子降生之后，具足十八种丑相，家中出现诸多不吉祥，并且房子突然起火，将一切财物焚尽无余。本来这一家无忧无虑，快乐如天人，但一瞬间的变化，就让他们沦为最卑下的乞丐，过着极其凄惨的生活。[[134]](#footnote-134)

这种变苦，在生活中也常能发现。前几天我就遇到一个穷人，她说几年前家里房子起火，丈夫也被关进了监狱。多年来，她只有带着孩子四处流浪，孩子现在没办法读书，问我能不能让他入智悲学校，后来我就答应了。

现在许多人都是如此，本来家庭状况不错，自己也年轻、富有、聪明，但一瞬间什么都改变了。所以，大家学佛以后应该明白，不管是自己还是他人，谁的身上都可能出现变苦。《般若波罗蜜多心经幽赞》中也说：“世间诸乐，必归坏尽，缘合缠忧，俱名坏苦。”世间的一切快乐，最终必归于坏尽。看看一些名人、富人，他们昔日风光无限、一手遮天，最后却以非常悲惨的方式离开了人间。所以，变苦是每个人皆无法摆脱的规律。

在座的很多人，如今虽然身体完好无损，家里比较快乐幸福，修行等方面也不错，但我们毕竟转生于有漏的轮回中，总有一天，这一切都会灭尽的。正如有首道歌中所唱：“美色，宛如夏天的鲜花；财富，好似秋天的白云。”因此，表面上绚丽多彩的事物，实际上禁不起风吹雨打，很快就会毁坏无余。当然，学过大乘佛法的人，对于任何挫折、变化都能理解，也能坦然接受。而没有学过佛的人，面对这一切时，总会觉得老天对他不公、社会对他不公，以致怨天尤人。

其实，世间上处处都是变苦，一个人正当快快乐乐时，也许忽然就被怨敌赶走了家畜、大火烧毁了房屋、病魔缠身、听到别人恶语中伤等，顷刻之间乐极生悲，痛苦纷至沓来，想都想不到。例如，2008年的“5·12”汶川大地震，下午2点27分还一切正常，但到了2点28分，突然间风云变色、天翻地覆，短短几分钟之内，无数人就家破人亡，美丽的家园化为废墟，哀嚎遍野，惨不忍睹。

可见，人类的生命极其脆弱，身体和感受都不可靠，即便是暂时拥有的安乐、幸福、名誉，也没有一丝一毫恒常、稳固，终究都离不开痛苦。有些道歌中形容：“安乐如毛发般细微、脆弱，什么时候断掉，谁也无法确定。”《正法念处经》亦云：“于生死中，多诸过患，无坚无常，变易破坏。”因此，轮回中的痛苦、不顺多之又多，安乐、幸福、愉悦却少之又少，就算偶尔有一点，也是不坚固的，刹那间就会变成痛苦。

去年，全球爆发了一场金融危机，东西方许多富人纷纷陷入了绝境。比如，德国第五大富豪默克勒，以92亿多美元的身家在2008年《福布斯》全球富豪榜上排名第94位，但由于这场金融风暴，导致他的商业帝国一落千丈、经营惨淡。默克勒不堪投资失败、资产大幅缩水，最终扑向一辆疾驶而来的火车卧轨自杀，震惊了整个德国。还有，一度拥有5亿欧元身家的爱尔兰地产大亨罗卡，也因无法接受投资失败，致使爱尔兰第三大银行倒闭，而于豪宅内开枪自杀身亡。这样的现象不可胜数，去年一段时间里，好多有钱有势的上层名流，在短短几个月中倾家荡产，完全变成了另一种人。

当然，没有学过佛、不了解轮回状况的人，一遇到变故，就会觉得天昏地暗、万念俱灰，而稍有修行境界的人，则绝不会如此。所以，我们作为修行人，每天要好好思维这些道理，通过以上的比喻、案例，真正体会到人间的痛苦。倘若你能从心坎深处认识到“世间一切不离痛苦，没有一个安乐永恒不变”，从而息灭对世间万法的贪著，乃至对整个轮回都生起恐怖心、厌离心，那你的修行肯定会成功。否则，不了解三界轮回的真相，只是表面上用些高深莫测的术语维护自己、安慰自己、赞叹自己，恐怕没有多大意义。

所谓修行，一定要想方设法改变自己的心。只有对轮回生起出离心，刹那也不愿意呆在这里，就像胆病患者厌恶油腻食物、犯人厌恶黑暗的监狱一样，修行才会圆满成功。《四百论》中云：“于此大苦海，毕竟无边际，愚夫沉此中，云何不生畏？”轮回是一个无边无际的大苦海，愚昧无知的凡夫沉于此中，以苦为乐、把不净粪当美食，始终看不清万法的真相，对此应当心生畏惧。

放眼当今社会，说实话，许多人的行为没有丝毫意义，人生如此短暂，为了财富、名声而付出一切，到头来又能得到什么？只要一想，不少人应该有所领悟。然遗憾的是，还是有相当一部分人，想法与我们截然不同，你给他指出一条光明、快乐的金光大道，他反而认为你精神有问题，质疑你动机何在，对于这样的人，我们也无计可施。

但不管怎么样，愿意接受佛教的人，希望你们好好思维轮回的痛苦，并通过不断串习，发自内心对此有所认识。若能如此，佛法的许多境界，包括密法的超胜境界，自然会在你心里显现出来。否则，不经过次第修行就想开悟，除了个别利根者以外，一般人又谈何容易？

庚二、苦苦：

所谓苦苦，指前面的痛苦还未烟消云散，后面的打击又接踵而来，可谓一波未平，一波又起。比如说，麻风病还没有痊愈又生毒痈[[135]](#footnote-135)，毒痈还没好转又生脓疮；父亲不幸逝世，紧接着母亲也撒手离去，被怨敌抢劫一空又加上心爱之人命归黄泉。

曾有一则新闻报道，东北有户人家一天内连遭奇祸：孩子放学的路上，被一辆面包车撞死；父亲为了救他，拦车时被一辆轿车撞断腿；妻子难以承受这严重的打击，精神失常；老母亲听说后突发脑血栓，住进了医院。人们都说这家特别不顺，但其实也是前世或今生的业力现前，才导致了这些痛苦。

《贤愚经》中的微妙比丘尼，在家时痛苦屡屡发生在她身上，各种经历更是不可思议：一次，她因有孕在身，要和丈夫、儿子回娘家生产。途中在一大树下过夜，半夜时她突然临盆，流出很多污秽之物，结果引来毒蛇，咬死了她的丈夫。第二天一早，她爬去拉丈夫的手，才发现他已死去多时，当即伤心得昏厥过去。大儿子见此情景，大声哭叫，她又慢慢苏醒过来。无奈之下，她只好把丈夫的尸体丢在那里，肩上担着大儿子，怀里抱着小儿子，涕泣着上路。

半路遇到一条大河，又深又广。她就把大儿子搁在岸边，先抱小儿子渡河，回来再接大儿子。等她去接大儿子时，大儿子见她过来了，兴冲冲地淌进水里，不料竟被急流冲走了。她想去救大儿子，却力所不及，只能眼睁睁看着他随水而逝。她悲痛欲绝地返回对岸，寻找小儿子的踪影，岂料小儿子已被狼吃掉了，唯有血迹斑斑、残骸满地，她又一次昏厥过去，很久才醒过来。她继续向前赶路，正好遇到一婆罗门，是她父亲的朋友。她问起父母的情况，婆罗门说：“你父母的房子近日起火，一家人全被烧死了！”……

对我们而言，虽没有像她一样，有这么严重的痛苦，但平时还是能感受到很多。比如，今天感冒了，别人又说自己坏话，同时还丢了最珍贵的东西，路上也非常不顺……有些人遇到这些以后，就觉得很倒霉，但实际上也没什么，因为世间本就如此，我们如果心里有数，面对起来也比较容易。

关于苦苦，隋朝慧远大师在《维摩义记》中形象地解释为：“从苦生苦，故名苦苦。”“苦上加苦，故名苦苦。”这就像我们常说的“祸不单行”，一个人在众多业力的激发下，种种痛苦层出不穷，从苦中又产生苦，或者苦上又加苦，此即为苦苦。

总之，人间的这些痛苦，我们不但要从文字上了解，观修时也要有所体会，了知轮回中无论生于什么地方，都会一个痛苦接着一个痛苦，这个痛苦还没消失，那个痛苦又出现了，连一刹那安安稳稳、快快乐乐的机会也没有。此时，我们应当祈祷上师三宝，发愿代受所有众生的痛苦。就像《修心七要》中所言：“当我遭受痛苦时，愿众生的所有痛苦都加于我身上，以此善根，但愿消除一切众生的痛苦。”这是将痛苦转为道用的最好方法！

庚三、行苦：

我们这些自以为安乐的人，表面上好像没有亲身受苦，但实际上，也绝没有摆脱痛苦的本性。比如，吃饭穿衣、住房受用、装饰设宴等，都可能成为造罪业的因，所作所为完全是罪恶的伪装，这一切的后果无疑就是痛苦。

行苦的解释方法，《俱舍论》、《宝鬘论》等诸多论典中各有不同，但一般按大乘的观点，行苦是指变化，也就是说，只要是变动迁流的事物，即是一种痛苦。《入中论》讲义中也说，见“众生犹如动水月”，从而对其产生悲心。为什么呢？因为众生像水中月影般动摇不定、毫无实质，不由自主地随因缘变化，不可能有真实的快乐，所以要对其生起悲心。这方面的道理，在《中观四百论注释》、《中观根本慧论》等中也有阐述。

通常而言，行苦是很难体会到的。宗喀巴大师在《菩提道次第广论》中，用过一个比喻说[[136]](#footnote-136)：就像生了疮没有去碰它一样，当时虽然没有感觉，但只要这个东西在，痛苦就会随时到来。因此，行苦虽然暂时没有表现出来，但它始终以一种隐藏的方式存在着。

还有些经典中，用生、老、死对应三大痛苦：所谓的生，以行苦示现；所谓的老，以坏苦示现；所谓的死，以苦苦示现。[[137]](#footnote-137)大家在修行过程中，应该经常观察这些道理，以切实了解佛陀所讲的“轮回皆苦”。常听人说：“谁说轮回痛苦啊？我现在就过得很快乐，你看，我有钱、有地位，一点痛苦都没有……”但这种快乐，充其量只不过一两天，你敢保证永远能如此吗？你从小到大都是这样吗？答案必是否定的。其实，只要真正统计生活中的苦与乐，除了个别有境界的修行人以外，大多数人快乐的比例应该说很小。

下面，以茶叶与糌粑为例，进一步说明行苦的道理：

茶叶是汉地生长的一种植物，藏地以前不产茶，现在除了极少的地方外[[138]](#footnote-138)也不产。其实在茶叶的播种、剪叶等一系列过程中，杀死的众生不计其数。以前我去过云南、杭州等地，看他们在种植茶叶时，茶叶上有密密麻麻的虫，被农药一喷，就全部死了。

关于现在的茶，那天一个韩国人跟我讲：“好茶是不可能上市的，你们买的这些全部是垃圾，以后不要再喝了。您想喝茶的话，我来提供。”不过，有些情况也的确如此，据说好茶都被种茶人自己留着，而不好的茶，才会拿出来卖，明明是一年的普洱，包装上却写着“千年普洱”，差距特别大！

在藏地，茶叶在人们日常生活中必不可少。以前阿底峡尊者进藏时，为了给他洗尘，藏族信徒向他敬献了茶。尊者先是“献新”供养诸佛菩萨，然后开始喝茶。喝过以后，尊者非常欢喜，说：“藏地有这么好喝的茶，真是你们的福气！即使在我们印度，也没有这种茶。这茶喝了不仅解渴，还有明智、壮身、解困、乐行善事等诸多好处，如果印度有这种茶，我会不惜用金子买来。”所以，我们也应学习阿底峡尊者，有时间就好好喝茶（众笑）。不过在这里，华智仁波切要阐述的是，茶叶背后还隐藏着种种痛苦：

在过去，康定以下到雅安之间，道路只能徒步行走，茶叶要想运进来，必须完全靠人力。为了一次性多运点，每个人需要携带重达六十二卡[[139]](#footnote-139)的份量。而且在二郎山的森林中，常有强盗、猛兽出没，茶商每次路过之时，能安然通过的几乎很少。（当时的社会状况，从法尊法师、贡嘎上师的历史中也看得出来。）在运茶的过程中，人们将大茶顶在头上，久而久之，前额的皮肤被磨得一干二净，甚至到了白骨清晰可见的程度，但仍在不停地运送。（二十年前我去尼泊尔时，在尼泊尔的边界，见那里的人都用头顶着很多东西，就想起了华智仁波切的这段文字。）而从康定以上，虽然道路比较畅通，不需要依靠人力，但也要用犏牛、牦牛、骡子等驮运上来。由于路途漫长、风雨兼程，所有牲口都是腹背疮伤[[140]](#footnote-140)、毛脱皮烂等。

说到茶的来之不易，许多藏族老年人都深有感触，甚至有些人还经历过昔日运茶的艰辛。那时候得到一块砖茶，确实不容易，背后有许多的付出和痛苦。相比之下，现在交通发达，运输工具也很先进，是否就不会造那么多业了呢？也不是。如今制作茶叶及交易的过程中，人们造的罪业并没有减少，只不过中间有些过程省了而已。

不仅运输时人畜要感受无法想象的役使之苦，而且在经销茶叶时，买卖双方都要通过弥天大谎、不顾廉耻、发誓赌咒、背信弃义等欺骗手段或大吵大闹来销售，这一点势必在所难免。（现在很多居士经商，觉得不打妄语没办法做生意，不做生意，就没办法生活，他们为此非常苦恼。这个问题，是佛教因果与现实生活之间的矛盾，我们也找不到两全其美的方法，只能回答：“尽量真实一点，别的办法可能也没有了。”）

在藏地，人们以前喝的都是大茶，而现在逐渐有了普洱、龙井、茉莉花茶等。这些茶叶的背后，也照样隐藏着许多恶业。因此，我们平时喝一口茶，觉得好香、好舒服，但它却离不开痛苦的本性。当然，详细分析这些客观问题，并不是要求大家以后不吃不喝，而是让你们清楚地认识到：一切快乐的背后，还有无数的痛苦或痛苦之因。

其实有漏法不离迁流变化，这就是行苦，如《心经幽赞》云：“诸有漏法，性堕迁流，逼迫不安，皆名行苦。”所以，你觉得喝茶快乐，但它也是变化的，背后隐藏着诸多痛苦；你觉得吃饭很享受，但它仍离不开行苦，如诗中云：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这一点，你没有去过加工厂、市场，可能感觉不到，反而认为生活清净无比、充满阳光，但你真正去了之后，必定会有不同的感受。

我们平时修行比较差，原因也是从不思维这些道理。比如住在一所房子里，从来不想房子的来源是什么？用着信众的血汗钱，从来不想有没有对不起众生？一天换一件漂亮衣服，什么白的、红的、黑的、绿的、花的、上白下黑……虽然特别快乐，却从不想它的背后是什么？甚至只吃一顿简单的饭，也从不想这些柴米从哪里来？其实，思维这些就是修行，若能经常这样串习，即是很好的修行人。所以，我们平时要对起心动念、所作所为涉及的人和物多作观察，否则，像精神病人那样只顾自己，对眼前、未来、过去的一切从不分析，那对修行不会有任何帮助。

刚才讲了茶叶在运送、销售时，处处离不开行苦的本性。那么，除此之外是不是再没有其他痛苦了？并不是。在茶叶经销的过程中，按照藏地以前的规矩，基本上要用绵羊毛、羊羔皮来兑换，而这些绵羊毛、羊羔皮，背后也潜藏着许多罪业。

就拿绵羊毛来讲，夏季时，每只羊身上的虱子、吸血虫等，与它的羊毛数量不相上下。当人们用剪刀剪羊毛时，这些含生大多断头断腰、内脏脱出而亡，剩下来的也与羊毛绞在一起，憋得喘不过气，最后只有死路一条。

羊羔皮也不例外。小羊羔出生之后，身体正在发育成长，刚有了苦乐感受、能感受到生存的快乐时，主人为了羊羔皮，就立即把它宰杀了。虽是愚昧无知的畜生，但它也同样渴望生存、畏惧死亡，害怕遭受气息分解的痛苦。而且，小羊羔的母亲见孩子被杀，就像死了独子的慈母一样肝肠寸断，这些都是我们在现实生活中亲眼目睹的事实。因此，只要稍微思索一下诸如此类的商品买卖，就能深刻地认识到：仅仅是喝一口茶，也已成了恶趣之因。

所以，喝一口茶也不容易啊！现在人在买茶时，用的虽然不是羊羔皮、绵羊毛，而是钱，但这些钱的来源又是如何？大家也应该从各方面分析。

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十节课

思考题

204、华智仁波切说，糌粑的背后会杀许多虫，吃糌粑就如同在吃虫。对于这句话，你怎么理解？这样说有什么必要？

205、既然行住坐卧皆离不开行苦，一切都成了造罪业的因，那我们是不是要不吃不喝、什么都不能做？请说明理由。

206、人类具体有哪些生苦？你觉得这些描写得真实吗？你对此有何体会？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天继续讲三根本苦中的行苦。

这里讲了，我们所吃的食物、所喝的茶，背后都隐藏着各种罪过。但这样说，并不是让你不能喝茶、不能吃糌粑、不能吃米饭，真正的修行人必须饿死。藏地的措智让珠等大德，也讲过清净食物的诸多功德，因此享用饮食并不过分，关键是要明白：这些饮食的背后，还有许多不为人知的恶业。

自古以来，大德们对清净食物有很多赞叹。就拿茶叶来说，阿底峡尊者来藏地时对它赞不绝口，说喝茶可强身健体、神智清醒、遣除疲劳和睡眠、生起善心，尤其是来自汉地的茶，跟天人的甘露没什么差别，是供养三宝的极好供物。据历史记载，尊者还将茶叶当成最好的礼物，寄给印度的高僧和友人。同样，在汉传佛教中，许多大德也极为推崇茶文化，并将其与禅宗结合起来。由此，茶叶的殊胜可见一斑。

尽管茶叶背后有一些过患，正如前文所说，种植时会杀害虫类、销售时会说妄语等，但我们作为享用者，相续中若没有这种发心，过失应该不会太大。比如，一个人在喝茶时，并没有杀虫的意乐，也没有杀虫的行为，最终没有亲自去断绝虫的命根，那么按照佛经的观点，他不会有杀生的罪业。

任何经典中都没有说，你做一件事情时，如果间接导致了众生被杀，就要承担杀生的所有罪过。虽然每个人的日常行为中，不知不觉会牵涉许多恶业，但只要你来到这个世界，就难免如此，想完全清净也是不现实的。以前宣化上人说过，凡夫人走路会踩死虫蚁，而只有阿罗汉等圣者，行走时脚不沾地，离地总有三公分那么高，这样才不会把虫踩死。

因此，在这个世间上，不掺杂一点罪业的饮食，哪里都找不到。然尽管如此，大家也不要以无所谓的态度对待所有事物，而应关心它背后的一切，为那些相关的众生多作回向。比如，你每天早上起来应该想：“我今天所享用的饮食、衣服，或者所接触的任何事物，如果与哪一个众生有缘，但愿他的相续获得利益。”这样以菩提心摄持，自己的一切行住坐卧，全都成了功德，于菩提道有利，这对修行人而言至关重要。

下面就藏地生活中不可或缺的糌粑，华智仁波切再作一番剖析，以阐明行苦的道理：

糌粑，是青稞炒熟之后再磨成的粉，为藏族人数千年来的主食，就像汉地的面食、米饭一样。青稞一般生长在海拔3200米至3800米之间，3200米以下或3800米以上，都不会生长——我们学院就是3800米以上，坛城刚好是4000米，所以这里基本不长青稞，即使有人种一点，也长得不饱满。

历代许多高僧大德，对糌粑的赞叹非常多。譬如，金厄瓦格西说过：“修行人唯一不可缺少的殊胜食物，就是糌粑。”有人曾问一位著名的医生：“世上能治疗百病的灵丹妙药是什么？”他回答：“是糌粑。”有些大德也赞叹道：“食用糌粑，可祛除身体里的风寒，增长智慧。”而且历史中记载，糌粑是观音菩萨特意加持并赐给藏地的食物，谁若食用，相续中就能生起大悲心。

在藏地，从没有听说谁因吃糌粑中毒了，或者医生不让病人吃糌粑。一个人即使病得再厉害，其他食物都无法下咽（如患了食道癌），糌粑还是可以食用。甚至有些专家发现，糌粑对人体健康、寿命延长，有不共的功效。最近有学者研究后宣称：“在一百万人当中，能活到一百岁的，只占百分之六点几。但是高寒缺氧的青藏高原，百岁老人却非常之多，他们延年益寿的主要原因，与常吃青稞是分不开的。”尤其是与肉类、鱼类相比，糌粑绝对称得上是“清净食物”。但此处为了阐明行苦的道理，华智仁波切告诉我们：糌粑的背后也有很多罪业。

他是怎么讲的呢？糌粑的来源是青稞，青稞在最初耕耘时，地上所有的虫被活活埋到地下，地下所有的虫又被翻至地面上，耕牛不论走到哪里，随之而来的乌鸦、鸟雀，都会跟在后面不停啄食着小虫。当灌溉田地时，水里的含生会干涸而死，旱地上的含生则溺水而亡。到播种、收割、舂磨等时，所杀的含生也不可胜数。想到这些，我们吃糌粑就如同在吃虫蝇粉末一样。

或许有人认为：“既然吃糌粑如同吃虫，那吃素和吃荤就没什么分别了。”这种想法不合理。此处所说的“一样”，是让我们认识到糌粑的背后有许多罪业，并不是说吃一碗糌粑和吃一碗虫真的完全相同。措智仁波切也讲过：“吃虫跟吃糌粑有很大区别。吃了糌粑以后，可令修行人身体健康、长久住世，行持许多善法。而他身体好的话，体内两万一千条虫也会健康，不会死去。虽说种植青稞时难免会杀生，但这些众生即使没有被杀，到了秋冬季也会冻死。所以，只要不是故意杀虫，过失不会有那么大。”当然小的过失还是会有，所以，大家平时享用食物时，应回向与之相关的所有众生离苦得乐，这样的话，功德会远远胜于过失。

我们做任何一件事情，都要看看功大还是过大。倘若盲目地认为不能吃糌粑、不能喝茶、不能吃酥油，一直等着饿死，那过失会更大。佛陀在任何经中都没有说，所有修行人一定要等死。华智仁波切之所以讲食物的过失，也主要是为了提醒我们：修行要以正知正念来摄持，否则，到时候会偿还很多债务。

我曾看过汉地寺院的一个偈颂：“施主一粒米，大如须弥山，若不勤办道，披毛戴角还。”这跟藏地有些大德的说法不谋而合。施主所供养的任何财物，我们在修道过程中，都应随时念经回向，不要认为可有可无，对施主的供养一点也不珍惜。在过去，藏汉两地的高僧大德特别惜福，注意珍惜粮食，对供养随时作回向，否则，今生肆无忌惮地享用施主的财物，来世很可能要当牛做马，用自己的身体去偿还。

所以，这些因果观念，大家一定要学习。通过学习，对不同的观点认识之后，再去分析各个教言的究竟密意在哪里，这样一来，你的行持就不会偏堕。否则，一听到糌粑、茶叶的过失，就从此不吃不喝，什么都不敢做，这也没有必要。因此，行持善法的时候，大家先要了解大德们的不同意趣，只有这样，才能懂得诸佛菩萨的密意何在。

又有人想：“既然糌粑、茶叶都有过失，那被称为三白三甜[[141]](#footnote-141)的酥油、牛奶等，应该是无罪清净的食物吧？”但事实并不是这样。为了获得这些东西，大多数小羊羔和牛犊都会被杀，即使是未被杀的，也很难吃到一口甘甜的母乳。主人用绳子将它们拴在桩子上，行走时两个牛犊互相连在一起，吃一口奶的权利也被剥夺了，而主人则从牛奶中提炼出酥油。（藏地大德对酥油的功德也讲得特别多，但今天不讲了。因为最近酥油卖得比较贵，若讲得太多了，你们想买又没钱，可能会有点伤心！）

本来，母亲身体的精华，是孩子生命的源泉，但牛奶被夺走以后，牛犊会处于不死不活的地步——这些道理，当过牧民的人完全明白，而生长在汉地的道友，不一定特别清楚。其实在藏地有些地方，人们的行为极其恶劣，小牛刚生下来就被杀掉，如此主人在整个夏天中，就可以不断地取用牛奶。有些牛犊即使没被杀，也喝不到一口母亲的乳汁，这种遭遇，与人类的境况对比，真的相当可怜。而只有极少数信仰因果的牧民，在得到牛奶的同时不会伤害小牛，做任何事都能掌握分寸，这样他们生活上也没有太大罪过。就像汉地的一些农民，从来不去偷盗，也不故意杀生，完全靠自己的勤劳种庄稼，那他所享用的粮食，可以说是无罪的。就算有一些罪业，只要念些心咒作回向，即可得以清净。

下面讲母牛：虽是体魄健壮的母牛，但因主人日日抽取其精华，到了春季时，因绿草还没有长出，冬天的干草也吃完了，身体得不到食物的补充，此时它们从卧处爬也爬不起来，已是精疲力尽、奄奄一息。所以，牦牛的“金融危机”是在春天，这时候牛都比较瘦，尤其是一旦下大雪，地上的草全被覆盖住了，很多母牛和小牛会因此而饿死。即便侥幸活了下来，也是干瘪羸弱、四肢萎缩、步履艰难、濒临死亡，成了拔炒棍头一样。

“拔炒棍头”，是炒青稞时在锅内翻拨的木棍，棍头上还捆了一点东西。春天的小牛特别瘦，似乎轻飘飘的，牧民们一看就会说：“它像拔炒棍头一样，可能熬不过今年春天。”这是藏地对牲口瘦弱的一种比喻，你们可能不太容易理解。

以前我在读中学时，课本里有好多汉地的比喻。当时汉语老师是汉族人，他上课时一个人讲得很起劲，可是我们怎么也听不懂，虽见他在那儿拼命地表演，但心里一点影象都显不出来，这就是传统习惯不同所致吧。听说过去格鲁派一些格西讲《前行》时，也觉得有些比喻比较难懂，怎么样都想不出来。像这个“拨炒棍头”，我以前就做过，因为是牧民家的孩子，从小就会打酥油、炒青稞，家里的活儿都会干，现在若给我一块布和一个木棍，我也能马上做得出来。

总之，现在认为幸福的所有事物，包括口中吃的、身上穿的，一切财物、食品、受用，都唯一是通过造罪业才得来的。且不说无恶不作的有些行为，就算是看似清净的生活，阿罗汉等圣者去观察时，也直接、间接与罪业有密切关系。

“天眼第一”的阿那律尊者，曾用神通看一杯水，发现水里有无数生命，因此不敢喝。后来佛陀告诉他：不应以阿罗汉的神通观察，而应以肉眼所见，抉择某些行为的取舍。汉地《毗尼日用》中也说：“佛观一钵水，八万四千虫，若不持此咒，如食众生肉。”并要求出家人在喝水之前，念宝髻如来心咒“嗡哇西波拉牟尼娑哈”，这样才不会有过失。

如今随着科技的发展，凭借科学仪器观测，发现一杯水里真的有很多细菌，但早在两千多年前，佛陀及诸位圣者对此就已清楚照见了。那么，我们喝水会不会有过失呢？佛陀说，只要不是肉眼所见，没有故意杀生之心，则不会有过失。否则，我们肉眼看不见的东西太多了，包括所谓的“暗物质”[[142]](#footnote-142)，占了宇宙间所有物质的90%以上，所以，取舍应建立在看得见的层面上，不然的话，我们造的业就不计其数了。

其实，业的建立跟心有关。按照大乘论典所言，业分为不动业、非福业、福业[[143]](#footnote-143)，这些皆依无明而起。所以，业跟分别念有很大关系，倘若没有分别念的造作，只是无意中造了非福业，则不会成为堕恶趣的根本因。因此，对于这些问题，大家一定要分清楚。

当然，有时大德们为了强调某个道理，比如这里所讲的行苦，会再三告诫我们：任何一个表面的快乐，背后都有许许多多罪业，这一切的果报终将要感受漫漫无边的恶趣之苦。从而令我们认识到“诸行无常，诸受皆苦”、“三界犹如火宅”的真谛，这也是有特殊必要的。不过，现在人一听“三界皆苦”，经常无法接受。尤其是一些成功人士，总觉得自己很风光、很快乐，没有什么痛苦，却不知现在的一切所为，都将成为未来痛苦之因，只不过眼前还没有感受到而已，一旦用微妙的智慧来观察，现在的一切皆不离行苦的本性。

以上讲了三根本苦的最后一个——行苦。

己二（八支分苦）分八：一、生苦；二、老苦；三、病苦；四、死苦；五、怨憎会苦；六、爱别离苦；七、求不得苦；八、不欲临苦。

关于八种支分苦，《佛说五王经》[[144]](#footnote-144)中有广泛的描述。其实汉文的《大藏经》，收录了好多殊胜经典，但可惜的是，现在全部尘封在书架上，真正通达的人屈指可数。平时我接触一些佛教徒或法师时，发现他们常提起的只有几部经，除此之外，并没有大量阅经的习惯。我们藏地也是一样，《甘珠尔》（佛经）与《丹珠尔》（印度大德的论著）大概三百多函，但这些不要说完全通达，经常翻阅的，除了极个别高僧、格西以外，也寥寥无几。虽说许多信众特别虔诚，但如果问他：“什么是八支分苦？八支分苦在哪一部经里讲得很清楚？”可能大多数人都答不出来。

实际上，《前行》的很多道理，在《大藏经》中都能找到出处。这些经典，以前的译师都翻译过，但现在真正能了解的，不知道有多少。我曾遇到一位比较出名的法师，在与他探讨《前行》的过程中，他始终认为华智仁波切所讲的这些内容，只与藏族风俗习惯有关，跟汉传佛教毫无瓜葛。当时我就以七支供为例，从各方面给他讲了很多，以说明《前行》与《大藏经》并不相违。其实他只是没看过《大藏经》而已，如果看了，就会明白华智仁波切讲的许多道理，除了少数印度、藏地的公案以外，在《大藏经》中都能一一对应。所以，《前行》并非只是藏地传统所汇集的一本书。

如果你们有时间、有精力，希望也能好好钻研一下《大藏经》。尤其是城市里的年轻人，通过网络等方便途径，很容易读到这些经典。然而，有些人可能太忙了，每天忙于各种琐事，根本没有心思读佛经。但不管怎样，希望有缘的道友还是抽空翻阅一下，对这些道理认真去思维。

这次我讲共同加行，并不是要求大家在理论上有超越的认识，而是希望你们对每节课、每个道理，能一丝不苟、认认真真地去观察、去串习。这些没什么不懂的，只要辅导员念一遍，你就可以直接观想了。其实生老病死的道理很简单，如果你实在观不来，可以到医院去看看，那里是生老病死最好的现场。当年，释迦牟尼佛也是通过四门出游，看到一幕幕生老病死的景象后，真正生起了出离心，知道自己身为王子也逃不出死亡，逃不出轮回之苦，因而力求出家，前往寂静处潜心修行，终证佛果。学院的很多出家人，有些也是感悟人生苦短、琐事无边，于是舍弃一切而出家修道，但有些不一定有这么好的出离心。而作为在家人，即使你没有出家的缘分，也应该对生老病死有深刻认识，并在此基础上，再三思维这些道理。其实，生老死病谁都会思维，只不过很多人不去做罢了。如果你不去做，那修行境界永远也不可能提升！

庚一、生苦：

本来，人类有胎、卵、湿、化四生，但因南赡部洲的人大多是胎生，故此处主要是讲胎生之苦。

按照佛教的观点，有情生命的延续，要经历本有、死有、中有几个阶段。“本有”是从投胎后开始，直到死亡之前，即今生的整个过程；“死有”是指从死魔缠身到断气之间（也有说是死时断气的一刹那）；“中有”又称中阴身、寻香识，指此期生命结束到下期生命开始的过渡阶段。

《正法念处经》里说，中有寻香识[[145]](#footnote-145)是一种意识形态，具有他心通等有漏神通，就像梦中身体一样飘飘忽忽、晃晃悠悠的。一旦它为业力所牵，进入父精母血中，逐步会形成凝酪、膜疱、血肉、坚肉和肢节……从而出现身体。

所以，身体是以父母的不净种子而生。那它有没有开始呢？应该有。这个开始是什么样呢？这一世的身体，依靠父母的不净种子产生；而父母的身体，又依靠他们各自父母的不净种子产生……这样一代一代往前推，最后可推至人类祖先的身上。然后，再从人类往前追溯，若依达尔文的“进化论”，最早应始于一种蛋白质，由它形成单细胞生物，慢慢演变成如今的动物及人类。所以，这是身体的起源。

那心识有没有开始呢？也有。大家都知道，“我”是在五蕴聚合上假立的，五蕴即为名与色，其中名以识蕴为主，是一种心识的状态。这种明清的心识，对每个众生而言，从无始以来就一直跟随着，纵然这个世界坏灭，也会迁移到其他世界去，故心识可以一直往前推。它的最初起现，密宗的无上瑜伽中叙述得非常细致。

人类的心识入胎之后，一般要经历五或七个阶段，这在《大圆满心性休息》中有宣说[[146]](#footnote-146)，《大宝积经》[[147]](#footnote-147)之《佛为阿难说处胎会》[[148]](#footnote-148)中也讲得十分详细。方便时，你们应该看一下，以了解入胎、住胎的整个过程。

那么，住胎到底有什么痛苦呢？胎儿在肢节诸根齐全时，会觉得母胎非常狭窄、臭气扑鼻、漆黑一片，仿佛被关在监狱里一样。（如今我们虽然记不起来了，但实际上那时非常痛苦，又黑、又臭、又没自由，四肢蜷缩，饱受挤压之苦。）当母亲吃热的饮食时，胎儿会像置身火中烧灼一样痛苦；母亲食用凉的饮食，又会给他带来浸在冷水中一样的痛苦[[149]](#footnote-149)；母亲睡觉之际，他感到如同被大山压着一样痛苦；母亲饱足的时候，他又觉得像夹在山崖间一样痛苦；母亲饥饿的时候，他会有如堕入万丈深渊般的痛苦[[150]](#footnote-150)；母亲在行住活动时，他觉得像被狂风席卷一样痛苦。此外，佛经中还说，母亲吃酸、甜等食物时，胎儿皆会感受诸多痛苦[[151]](#footnote-151)。

曾有一个博士叫钟茂森，他在《因果轮回的科学证明》中，专门用现代的语言，讲了胎儿住胎的种种痛苦[[152]](#footnote-152)，我看过他的一些文章和光盘。不过现在的医学界，一般只研究母亲的痛苦，对胎儿之苦几乎没有描述，只有在佛经中，才对胎儿的诸多苦况讲得很详细，如《大宝积经》云：“难陀当知，处母胎中，有如是等种种诸苦。”

胎儿住胎圆满九到十个月后（当然也有特殊情况，如上座老生比丘住胎六十年；老子住胎八十一年，他将《道德经》写成八十一章，也是为了纪念母亲怀他八十一载），紧接着要面临出生的时刻。降生时，由于三有业风的吹动，迫使他头足倒转，大头朝下[[153]](#footnote-153)。当通过产门时，好似被大力士拉着脚拽出来摔在墙壁上一样痛苦。经过盆腔的整个过程，就好像通过铁斧上的铁孔一样痛苦。如果母亲产门过于狭窄而生不出来，可能胎儿就这样惨死在母亲肚子里，或者母子二人同归于尽。

当今时代，难产的现象也比较多。2009年，亚洲也门国家一12岁的孕妇，难产三天后因大出血死亡，腹中的胎儿也难逃厄运。（可能是众生的业力吧，这个国家未成年结婚的现象比比皆是，甚至还有八九岁的小孩子结婚、离婚。）

2007年，北京一所医院里，一位22岁的孕妇因难产，急需做剖腹产手术，但她丈夫拒绝签字，致使孕妻身亡、一尸两命。此事一时被炒得沸沸扬扬，媒体评论了很长时间，有人说医院不负责任，人命关天不该只等一纸签文；有人说她丈夫太过分，到了生死关头，连这个钱也不愿出……总之，母子二人在这时是很痛苦的。

或许是为了避免痛苦吧，如今许多有钱人在生产时，不惜一掷千金。2007年某香港明星生孩子时，包了一个六星级的豪华产房，七天就花了一百多万。所以，众生的业力千差万别，但无论你条件好坏，只要来到人间，就必定要经历难忍的生苦，即使侥幸没有送命，也感受到了接近死亡的痛苦。莲花生大士曾形象地说：“母子二人中阴迈半步，母除颌骨余骨皆分裂。”

原本我不太清楚，为什么生孩子时母亲除了颌骨外，其他骨头都会分裂？但后来听说确实如此。刚生完孩子的女人，骨盆、四肢关节，包括牙齿，都全部松开了，所以坐月子时不能受风着凉，否则，身体会落下病根。有一次我在住院时，一个护士给我讲了她生孩子的经历。在我们藏地，女人说这些会不好意思，但她却把自己从到医院挂号开始，到怎么生了双胞胎，乃至出院的整个过程，都详详细细叙述了一遍，大概用了一两个小时。当时我听后深深感觉到，当母亲实在不容易，那些痛苦不只是文字上的，而是非常真实的切身体会。

刚才讲了胎儿在住胎、分娩时要遭受百般痛苦，那么，他生下来后还有痛苦吗？有。婴儿出生之后被放在垫子上，这时他觉得像落到荆棘丛中一样[[154]](#footnote-154)；当护士剥脱背上的胎膜时，他感到似乎被活活剥皮一般；擦拭他身上的不净物时，也感觉好像在用荆棘鞭子抽打自己[[155]](#footnote-155)；当母亲满怀慈爱地将他抱在怀里，他反而觉得像雏鸡被鹞鹰叼捉一样痛苦；当在他头顶涂敷酥油[[156]](#footnote-156)时，犹如被捆绑起来丢进坑里；当把他放在睡床上时，他感到沉溺在粪尿里一样[[157]](#footnote-157)。

当然，作为婴儿，不管是饥饿、口渴、疼痛还是苦恼，也只能是嗷嗷啼哭，无法用语言表达。有人曾说，孩子初生时大哭，是在控诉轮回的痛苦；离开人间时，闭眼会流一滴眼泪，是说明苦了一辈子，从呱呱坠地到撒手人寰，一直在流泪。但按照医学的观点，婴儿落地时哭声洪亮，说明身体强壮、很有福气。以前他在母胎中，是由母体来供给氧气，但出生后要靠自己的肺呼吸，所以，第一声哭是肺已张开的表示，如果生下来没有哭，会引起多种疾病及后遗症。因此，婴儿哭声非常有力，母亲应该值得高兴；哭声又小又弱，则说明他可能有先天性的疾病——你们很多人听得特别认真啊，怎么讲中观时不是这样？（众笑）

随着岁月的流逝，昔日的婴儿在不断成长，小学、中学、大学、成家立业……韶华之年时，他表面上看来青春美满，但实际上生命却在一天天缩短，正一步步地走向死亡，最终必将空手离开人间。今生的琐事没完没了，就像水面的波纹般此起彼伏、不断涌现，而这一切，大多数与罪业紧密相联，结果也只能成为恶趣之因罢了。

我们活在这个人间，不论自己还是他人，造罪业的机会多之又多，造善业的机会却少得可怜，即使有一点也非常微薄，今天想依止上师精进修行，明天就坚持不下去了，这跟自己的习气、周围的环境有很大关系。但不管怎么样，对于以上的痛苦，大家应依照华智仁波切的金刚语，行住坐卧经常观想，看看是不是真的如此，这样久而久之，定会对轮回的过患有所认识，其实这就叫修行。

我看现在的很多人，不信佛的就不讲了，而信佛的人中，90%都在为了今生而奔波努力。虽说他们是在学佛，但对来世会不会堕入恶趣、轮回的生老病死是否可怕，从来都没考虑过，如此学佛则没有多大意义。其实轮回中的一切，根本没有快乐可言，若能从内心中有这样的认识，才说明你的共同加行修得比较成功！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十一节课

思考题

207、人到了垂暮之年时，具体会有哪些痛苦？对此你有何体会？请以你自己或身边人为例进行说明。

208、现在的世间上，许多老年人是如何面对衰老的？作为修行人，又应当如何面对？为什么？

209、学了这节课之后，你能理解老年人的痛苦吗？今后打算怎样帮助他们？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

人类生老病死的痛苦中，“生苦”已讲完了，下面开始讲衰老之苦。

庚二、老苦：

轮回中任何一件事情，都无有实质性可言，也始终没有完结的时候，人们正在吃喝玩乐、享受生活时，不知不觉就会步入老年，感受到了衰老的痛苦。

虽然世人都喜爱青春韶华，却不曾想暮年易至，诚如圣天论师在《中观四百论》所言：“韶华适落后，复又现于前，虽住此世间，现见如赛跑。”青春时光刚刚谢落，衰老就会现于眼前，虽然世人都想青春常在、永远不老，但青春与衰老就像赛跑一样，刹那不停地就流逝了。有些人一老就特别伤心，始终没有面对的勇气，这就是没有学过佛所致。真正对生老病死了解的人，当衰老甚至死亡降临时，内心会非常坦然，既不会忧愁，也不会难过。

现在大城市的许多人，思想极其空虚，故一定要用佛法来滋润，否则，他们对无常的很多环节都无法接受。其实，生老病死就像春夏秋冬一样，是种自然规律，每个人身上都会发生。然而特别愚痴的人，却不了解这一点，一旦衰老来临，他们就面对不了，痛苦万分。

因此，无常的理念，每个人都应该有，正如《劝世偈》所云：“任汝千般快乐，无常终是到来，唯有径路修行，但念阿弥陀佛。”我们的生活再怎么快乐，无常也迟早会到来，唯有修行佛法对自己最有利益，故应以念佛等方式度过一生，让生命有个真实的归宿。

在座各位，每个人都有弘扬佛法的责任，所以要在不同范围内，把佛法的教义与精神传播出去。当然，不同的人接受能力截然有异，也不一定非要让他皈依、作些形式不可，而应通过各种方式来传道。只要他们学了佛，衰老时自会坦然面对，知道这是正常现象，甚至还觉得很高兴：“噢，我现在老了，是不是贪嗔痴就没有了？我这一生戒律清净、修行圆满，最终肯定会往生极乐世界！”所以，对有境界的人而言，生老病死都是一种欢乐。反之，没有学过佛的老人，即使儿女给他买房子、雇保姆，吃的、喝的样样俱全，但看着自己一天天虚弱，心里仍会痛苦不堪。

因此，老年人最需要的就是佛法。倘若心灵有了归宿，懂得念佛的殊胜、了解佛法的基本教理，即使物质条件不具足，他也会快快乐乐、欢欢喜喜，脸上总是带着微笑。所以，引导老年人学佛非常重要，这远远超过金钱的供养。

那么，人老了以后，会有什么样的痛苦呢？

人到了垂暮之年，周身体力会逐渐衰退，再香再好的食品也消化不了，就算是自己年轻时最爱吃的东西，此时也没了胃口。医学中说，人的肠内有害细菌和有益细菌达到平衡时，肠胃是健康的。而人在55岁之后，往往会感到肠胃不适，这就是因为肠胃开始衰老，肠道内的环境日益恶化，不太适合有益细菌的生存，有益细菌的数量逐年下降，吃什么都消化不了。

随着年龄的增长，眼部肌肉也变得越来越无力，眼睛的聚焦能力开始下降，这时候视力减退，老眼昏花，根本看不清远处的景物或细小的物体。其实，人在40岁以后视力开始减退，近距离观察事物会非常费劲。所以，老人们不能怨天尤人：“我以前年轻时，什么都看得见，现在怎么看不清了？还要整天拿个放大镜，一个字一个字地看：嗡—玛—尼—巴—美—吽—舍。”

我刚来学院时，隔壁住了一位新龙的老喇嘛。他修行非常精进，每天一大早就起来念经，常年如一日从不间断，有时我就是在他念经声中醒来的。不过他的视力不行，每次会供时，都要拿一个大大的放大镜念经（他现在已圆寂了）。我们这里很多老菩萨也是这样，别的倒还可以，主要是视力模糊，只能看得见大白菜，其他都看不清——开玩笑，这是我编的！

老年人耳根衰退，无论别人说话多大声，都听不清楚。人的内耳中有毛发细胞，可接收一切声波的振动，从而使人能听到声音。但从55岁开始，这些“接收器”就开始减少，听声音变得异常吃力，出现老年耳聋的现象。（此处暂且不讲《俱舍论》中五根的说法。对于五种有色根，有部、经部观点各异，但这里不作阐述。）

如今医院的五官科，常有许多老年人就诊：“医生啊，您一定要想办法让我听得见、看得清楚！”但这是不现实的，你这个四大组成的“机器”，已经磨损老化了，再怎么恢复也无法像当年一样，除非你整个肉体换了，转为“第二世活佛”，这才有点希望。

此外，老年人舌根衰退，品尝不出饮食的味道，说起话来也口齿不清。人吃东西能品尝出酸甜苦辣，是因为舌头上分布着许多味蕾，它是味觉的感受器，成年人约有一万多个，但逐渐逐渐，可能是吃得太多了，味蕾慢慢就磨光了（众笑）。过了60岁，数目只剩下一半了。所以，老年人吃什么都没味道。

那天我炒了个菜，跟一位老菩萨共同享用。我问：“这菜好不好吃？”他回答：“还可以。”我说：“具体感觉怎么样？”他咂吧咂吧嘴，说：“反正感觉不出来，还可以吧！”我们到了一定时候，肯定也是这样的。以前读书的时候，吃什么都特别香、特别快乐，可是步入老年以后，吃饭时说没感受吧，也有一点，说有感觉吧，又不敏锐，这就是舌根退化的缘故。

老年人意根衰弱，神志不清、非常健忘，总是昏昏沉沉。从医学角度来讲，意根衰退与脑细胞有关。美国生物学家洛信博士说：“人刚出生时，脑细胞多达140亿个，但从25岁起，每天死亡约10万个（也有说是1万个），之后随着年龄递增，每年脑细胞的死亡数还要增加。”人在二十多岁时，脑细胞共有1000亿左右，但以后就开始逐年下降，有些人60岁会出现老年痴呆，有些则是80岁后患老年痴呆。此时他们的脑细胞锐减，记忆力和智慧大不如前。

但极个别的高僧大德，即使老了，脑细胞依然很旺盛，好像没有减少一样。比如，法王如意宝圆寂前两年，那时候已经七十多岁了，但讲《大圆满前行》、《宝性论》时，引用佛经、印藏大德的教证滔滔不绝，不信佛的领导从收音机中听到后，特别惊讶：“啊？七十多岁的老人，还能背出这么多教证，真是太精彩了！”

明朗大师造《三戒论注疏》时，也是年过七十了，他在此论结尾的小字中说：“尽管我年事已高、色身已衰，但智慧却有增无减，越来越炽盛。”

最近我看了一位大德的讲法，他年近八旬，但《中论》、《入行论》等的许多教证，都能信手拈来、朗朗上口。如果是世间老人，七八十岁时不要说背教证，就连说话都啰啰唆唆、条理不清，好多事情一不小心就忘了。但佛教的有些老修行人，依靠诸佛菩萨尤其是文殊菩萨、观音菩萨的加持，的确令人刮目相看，不得不佩服。

前不久，我看了本焕老和尚103岁时的一段演讲，感觉真的很了不起，世间人根本做不到。在过去，荣索班智达活了119岁，虚云老和尚是120岁，在这样的末法时代，这些高僧大德以其高龄，显示了对四大已获得自在。所以，对真正的修行人而言，脑细胞衰退得不是很严重。像德巴堪布[[158]](#footnote-158)，最近在写《窍决宝藏论》的注释，他什么资料都没参考，只拿了一本《窍决宝藏论》，在汉地某城市以闭关的方式撰著，这两天可能就写完了。这种造论方式，不像世间人写一本书，需要翻阅大量典籍，他们这些老修行人，一生中积累的智慧不可思议，以文字的形式留给后人很有必要。

因此，高僧大德住世期间，弟子们应多祈请、多提问，通过各种方式请他们传法、造论。以前麦彭仁波切身边有不少了不起的大德，经常请求尊者造论，尊者既然已示现为人的形象，也就顺应这些因缘，造了大量论典。法王如意宝身边也有一个人叫达吉，我特别感激他，因为法王的许多殊胜论典，都是应他请求而造的。所以，祈请上师传法、造论很有必要，否则，一旦他们离开了人间，智慧没有机会留给后人，真的特别可惜！

根登群佩也说过：“我离开世间时，肉身舍弃了倒不要紧，但我超越的智慧，谁都没有通达，这是最遗憾的！”他于1951年圆寂，享年49岁。根登群佩非常厉害，虽然造的论不多，但却是举世公认的。然而，他住世时并不出名，就像麦彭仁波切、无垢光尊者一样，他们所流露出来的智慧，是到后来才被人们发现的。当然，也有些大德住世时就被无数人恭敬，智慧甘霖滋润了无量众生。

刚才从诸根的角度，大致描述了年老的痛苦，下面继续宣讲：

人到了老年时，口中原有的两排牙齿脱落，嚼不动坚硬的食物，说起话来也吞吞吐吐。现代医学认为，人在40岁以后，唾液的分泌量会减少，唾液少了，就更容易出现牙周炎，致使牙齿腐烂、牙龈萎缩。

老年人体温失调，衣服稍微单薄，便感觉冷得要命，同时支撑力下降，无法承受沉重的衣服。他们穿少了觉得冷，穿多了又害怕重，真的很可怜，所以大家对老年人要特别关心。中国的老人节，是九月初九“重阳节”，怎么过的？（下面许多人摇头。）你们自己都不知道？那天学院一位大堪布到学校去，给老师们讲藏族母语的重要性，他问：“国际母语节是什么时候？”结果谁都答不上来，堪布十分失望。其实，国际母语节是每年的2月21日。

那么，国际老人节是什么时候？你们谁知道？（下面许多人面面相觑、仍然摇头。）10月1日。1990年联合国第45届国际会议上决定：从1991年开始，每年10月1日为国际老人节。所以，“十一”国庆节，就是国际上所有老人的节日。“六一”儿童节的时候，小孩子会穿最好看的衣服，那到了“十一”国庆节时，希望老菩萨们精进念阿弥陀佛，好不好？

人老了以后，皮肤、头发、骨骼等都会加速退化，他们虽渴望欲妙受用，怎奈心有余而力不足；由于身体的风脉衰退，以至于承受力、忍耐力极其薄弱；常受众人欺辱，感到万分绝望，徒生苦恼；身体四大紊乱，故要遭受百病萦身、多重损恼的折磨；行住坐卧、活动活动也是气喘吁吁，感到困难重重，做什么事都很费劲……年老的这些痛苦，不用多说，相信许多人也应该清楚。

下面讲一个米拉日巴尊者的故事，进一步阐明老苦的道理：

有一次，米拉日巴尊者到北马雪山去修行，当时正值秋收季节，路上遇到一个约十五岁的少女，具足空行母的各种征相，正领导着许多村民在收割庄稼。米拉日巴尊者向她化缘，她很高兴地答应了，并说：“请先到我房子的门口等一下，我马上就回来。”

尊者依言走到她门前，刚把门推开一道缝，突然从屋里跳出一个老太太，手中紧抓着一大把灰，怒声喝道：“穷要饭的游方瑜伽士，你们夏天来讨牛奶和酥油，冬天来讨粮食，现在你是不是见无人在家，又想趁机来偷我女儿和媳妇的首饰珍宝？”说着准备将灰撒到尊者脸上。

米拉日巴尊者平静地说：“老太太，请稍等一下，先听我唱一首歌，唱完你再撒灰不迟！”于是给她唱了一首道歌，讲了许多老苦的道理，并告诫她要好好修行。唱完以后，老太太就生起了信心，在尊者面前忏悔往昔的一切罪业，手中的灰也从指缝间落在了地上。后来少女回来了，听了尊者的一些开示，供养了很多食物，并皈依成为尊者的弟子。

下面引用一部分刚才的道歌，与华智仁波切的解释结合起来，讲述年老之后的苦状：

米拉日巴尊者说：“拔出牧桩之起式，悄捉小鸟之走式，重物落地之坐式，倘若具足此三时，祖母身衰心意败。”

正如尊者所形容的，年事已高的老人，站起来时，不能自然而然立即起来，必须要两手撑地，那姿势就像从坚硬的大地中拔出木桩一样。有些老年人下课时，穿鞋也要好半天，年轻人快快乐乐地出去了，只有他坐在那里起不来。包括平时走路、上厕所，很多方面年轻人都不理解，但也没办法，人到了这个时候，都是这样。

他们行走时，也是弯腰低头，双足不能速起速落，慢慢腾腾蹒跚而行，就像儿童蹑手蹑脚去捉小鸟一样。我们学院分了个老年净修班，专门把老菩萨们安排在一起，这样很好，毕竟他们的想法、意乐、行为都差不多。否则，老年人跟小孩子、年轻人一起上课，下课后可能就把他们撞翻了。那天我遇到老年班正在下课，看老菩萨们一个个很开心——“今天法师讲了什么？”“不知道，我听得不是很清楚，只不过一直傻傻地呆着而已。”（那个人已经感觉到了，当时我就在你的身边。）

他们坐下时，由于手脚关节疼痛难忍，不能轻缓坐下，有时候拄着拐杖，慢慢慢慢地坐下去，但到了最后，因无力支撑身体的重量，只能“砰”一声沉重落下，如同重物坠落到大地上一样。不过，有些小孩子也喜欢这样坐。2004年我讲《大圆满前行》时，正讲这一段的当天，我旁边的小西绕措坐下时，好像一个大口袋扔在了地上，我的整个法座都在震动。但今天还可以啊，我没有发现她这样。

米拉日巴尊者又说：“外皮集聚诸皱纹，内失血肉现凹凸，痴哑盲聋境迷乱，倘若具足此三时，祖母示现忿怒母。”

老年人由于体肉几乎耗尽、皮膜聚集，所以身上、脸上都是沟壑纵横，布满皱纹。又因体内的血肉减少，骨头和皮之间的肉慢慢干了，使得骨节暴露无遗，牙腮骨、关节头也全都凸出在外。同时意念减退，到了如痴如哑、如盲如聋的地步，内心始终处于迷迷糊糊的状态中。

很多老年人看到这种情景，心里特别苦恼，其实也没什么可苦恼的，这完全是自然规律。就好比到了秋天时，再怎么洒水、施肥，鲜花仍会慢慢枯萎，人老了也是同样如此，所以应当顺其自然，没必要去做什么整容手术。

前几年，有个六十多岁的老人，想为乳房做整形手术。医生担心她身体吃不消，手术可能有风险2耀她却执意坚持，非做不可。当记者问及原因时，她直言不讳地回答：“就是为了美丽，这样才会越活越年轻，越活越愉快，爱美并不是年轻人的专利！”

还有一个八十多岁的老人，去医院做了除皱手术。他告诉记者说：“我平时爱锻炼，身体没任何毛病，就是脸上皱纹实在太多了，看起来特别不舒服，所以我下决心求助于整容医生的妙手，毕竟爱美之心人皆有之嘛！”

另外，2007年62岁的陈姨也接受不了自己变老的事实，非要做面部拉皮、隆胸等多项手术，结果手术没有成功，整容让她离开了人间。而且，术前她没有把整容的事告诉家人，对老伴也只说是6000元的小手术，但实际上却花掉了25万人民币。

2008年，南京一位65岁的老太太也去整容。她告诉医生，自己老伴染黑了头发后，看起来年轻多了，两人一起上街时，总觉得别扭，心里不是滋味。与老伴商量一晚后，她决定到医院做全面除皱的手术。医生怕她身体不行，没有承受能力，劝她不要冒险，但她执意非做不可。

……

现在许多老年人，不懂生老病死的规律，一味做些毫无意义的事，真的特别愚痴！其实，衰老一旦已经降临，你再怎么躲避也无济于事。我认识一个很有钱的老年人，身边许多人常吹捧她越老越年轻、越老越漂亮，她听了以后美滋滋的，很受用。但实际上，谁都看得出来，这只是恭维而已。然而，就是为了这些恭维，她自己饱受了很多痛苦。所以，不懂万法规律的人，行为总是非常可怜。

我们作为修行人，应从内心中认识这些道理。以后一旦老年来临，遭受到了诸多痛苦，如《正法念处经》中形容的：“人为老所压，身羸心意劣，伛偻柱杖行，此苦不可说。”也会明白这是自然规律，每个人的身上都不可避免。因此，当自己五根慢慢衰退时，假如你是佛教徒，念阿弥陀佛、行持善法是最好的。否则，怎么样都不愿面对无常，非要靠整容来挽留青春，这完全是白费心机。你是年轻人的话，这样做我们也理解，而如今整容四分之一的都是老年人，这个问题就值得深思了。

米拉日巴尊者又说：“身著沉重褴褛衣，口进冰冷浑浊食，睡处四层皮垫褥，倘若具足此三时，人狗践踏似证士。”

老年人周身体力衰退，想梳妆打扮的念头已经消失，以至于穿的衣服总是破破烂烂，沉甸甸的。不过，现在的老年人，大多数还特别喜欢打扮。一般来讲，人到了这个时候，应该没有爱美的兴趣了。

我今天碰到两个中学同学，谈起往日的时光，我感慨地说：“我们都老了。”一个同学叫宁玛才让，生性就爱开玩笑，他说：“是啊，要在以前，你可是特别喜欢打扮的。”我惊讶地问：“我喜欢打扮？”“喜欢哦！你在上课时还照镜子。”“不可能！我又不是小女孩。”……我俩争论了很长时间，我想不起来有这回事，但也很难说。（众笑）不好意思啊！不过现在不要说上课，就算是下课也没那种想法了。这个同学以前在课堂上总爱说些话，逗得大家哄堂大笑，老师特别讨厌他，但他现在这种本性还没改，今天一起吃饭时，一直在说这个、说那个。

人老了以后，吃的也是残羹剩饭，再加上舌头功能退失，所有的食物都感觉冷冰冰、脏兮兮的。而且由于身体沉重，怎样都觉得不舒适，即便四周有依靠物，比如可以拉些绳子，也不能经常从床上站起来。

老年人的身体，真的跟年轻人无法相比。所以，我们身边有老人的话，应该照顾得周到一点，给他专门弄个楼梯，为他上厕所、起床等方面提供一些方便。如今许多高龄老人，不光是身体不便，内心也很失落。有时我去一些养老院，看到那里的条件不错，但老人们心里很落寞。如果你观想不来老苦，到了那里以后，看到老人们睡的地方、吃饭的状况，就会感悟到：“哦，总有一天，我也会变成这样。”所以，这个修法并不难。

人到了那个时候，外在的幻身老朽不堪，内在的意识完全颓败，昔日的美貌也消失得无影无踪，皮肤上皱纹累累，显然已示现了忿怒母的丑陋形象。有些老年人常夸耀自己年轻时如何漂亮，但现在再怎么讲，脸上也找不到一丝漂亮的痕迹。而且，平日里说话吞吞吐吐，走路颠颠倒倒，跟年轻时相比，简直相差悬殊。不仅如此，《佛说八师经》里还说：“念人衰老时，百病同时生。”人衰老时会百病丛生，精神也不好，心里也痛苦，此时若有人帮助他，真的非常感激。因此，希望你们有能力的话，应该为老年人提供各种方便。

听说老年班的法师很慈悲，老人们想什么都能理解，说什么也能去照办。我们安排法师时就是这样考虑的，挑一些脾气好、忍耐心强、慈悲心重的人，可以照顾老菩萨们，希望他们长久住世。据说重阳节之所以定在九月初九，也是因为与“久久”同音，取生命长久、健康长寿之意。但无论这个愿望有多好，关键还是要在各方面对老年人给予帮助。

同时，老年人也要知道，自己时日不多了，应该多修往生法，为来世做好准备。现在世间上很多老年人没有这个概念，整天迷迷糊糊的，跟家人吵架，怨天尤人：“儿子不管我了，媳妇态度不好……”每天说这些无聊的话，日子过得特别苦。

其实人老了以后，别人都会欺负他，而他自己衰弱无力，即使众人在他头上跨来跨去，也站不起来反抗，真好似无有净垢分别的证悟者一样。如果是个年轻人，从他头上跨过去，他肯定火冒三丈，骂你不长眼睛。但人老了就没力气了，任凭别人怎样侮辱，也无力争辩，似乎没有好坏的分别了。可是，还没到这个份上时，像刚才所讲的老太太、老公公，他们发疯一样地想抓住青春，不知死亡将至，实在很可悲。所以，作为修行人，年老时一定要服老，不要妄图以其他方式推翻这个规律。

以上所讲的内容，如果你能观想得来，是非常甚深的修法。其实人的一生，包括少年、中年、老年乃至死亡，都是很好的修行教材，若能对每一个道理进行思维，最终认识到无常等规律，并对此产生坚定不移的定解，这才是真正的修行！

《瑜伽师地论》中，还讲了老苦的五种状况[[159]](#footnote-159)：一、盛色衰退：身体、脸色的光华消失，不复年轻时的模样。二、气力衰退：以前力气充沛，年老后虚弱不堪。三、诸根衰退：眼、耳、鼻等诸根日益老化。四、受用境界衰退：过去可随意享受各种妙欲，人老后就有心无力了。五、寿量衰退：寿命日渐穷尽、有减无增，除了有证量的高僧大德，谁也无法增加一天的寿量。

不过，同样是衰老，修行人在面对时，与世人有天壤之别，甚至还能利用它导人向善。日本有一位良宽禅师，毕生精进修持，从未懈怠。晚年时，家乡的亲戚来找他，说他外甥不知上进，整日花天酒地、不务正业，希望禅师能用佛法开导他。于是禅师答应回去看看。

禅师回到故乡后，外甥对他的突然到来，有预感是来教训自己的，但仍然殷勤接待，并特地留他住了一夜。谁知禅师一句重话也没说，好像什么事都不知道的样子。

第二天，禅师临走时，对外甥说：“我老了，两只手老是发抖，你能帮我把鞋带子系上吗？”外甥很欢喜地照做了。

这时，禅师语重心长地说：“谢谢你了。唉，人老了，做什么都没用，连一个鞋带都不能系。你要好好保重自己，趁年轻的时候，把人做好，把事业基础打好。”说完话后，禅师就离开了，对他的非法行为只字不提。但从那天以后，他的外甥痛改前非，再也不去花天酒地了。

可见，有些老禅师因为一生修行，点点滴滴的行为都能感化他人。所以，我们学院的老年人回去时，跟世人接触的过程中，也不要动不动就示现忿怒相。本来你的年纪就已经大了，样子就是“忿怒母”了，如果再加上嗔恨心，那就更不好看了。所以，要以微笑的“忿怒母”来接近别人，切莫认为自己是老人，大家就非得尊重你。有时老年人脾气不太好，就算以前修行不错，但到了最后，经常对人大发雷霆，一直没完没了、啰啰唆唆，致使别人都不管他了。因此，老年人自己也要注意，如果你想度化众生，应当采用一种其他的方法。

总而言之，麦彭仁波切在《君规教言论》中讲过，生老病死是一种规律，谁也没办法超越[[160]](#footnote-160)。有些人因承受不了衰老的痛苦，故希望尽快死去，但实际上，所有的老人又非常害怕死亡……诸如此类的老苦，也相当于是恶趣众生的痛苦了。

其实，人一旦衰老，就应该坦然面对。不要像有些老人那样，明明已经80岁了，却非要年轻40岁，想重新过美好的生活，这是办不到的。萨迦班智达也说：“诸人羡慕得长寿，又复恐惧成衰老，畏惧衰老望长寿，此乃愚者之邪念。”一味地渴望长寿、畏惧衰老，这是愚人的邪念。因此，人也不要太愚痴了，怕老是根本没有用的，而应像藏地有些修行人那样，老了的时候特别开心，以这种方式来面对。即使你做不到这样，也不要总想着要长寿：“医生，你不能让我死啊！一定要想办法让我活100岁！”这是不现实的，医生又不是万能的。

当然，这一点口头上谁都会说，但衰老真正到来时，你到底会如何面对？这要看你肚子里有没有一点境界了。如果有境界的话，实际行动中就会做得出来。

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十二节课

思考题

210、人在生病时会有何种痛苦？面对病苦时，什么样才是正确的心态？

211、人在死亡时会经历哪些痛苦？明白这些道理，对你有什么帮助？今后有何打算？

212、修行人与世间人在面对病苦、死苦时，有哪些不同？这是什么原因所导致的？请谈谈你自己的理解。

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

下面继续学习“人类之苦”中的病苦。

庚三、病苦：

人这个身体，本是四大组合的性质，故当四大不调时，必将遭受风、胆、涎等各种疾病的折磨。

按照藏医续部的说法，我们无始以来由贪、嗔、痴三毒，产生了风、胆、涎三种根本病。广而言之，疾病的种类，有些经典说是八万四千种，有些说是四百零四种。如《大智度论》云：“般若波罗蜜亦能除八万四千病……淫欲病分二万一千，嗔恚病分二万一千，愚痴病分二万一千，等分病分二万一千。”《摩诃僧祇律》云：“病者，有四百四病：风病有百一，火病有百一，水病有百一，杂病有百一。”

关于疾病的成因，中医理论认为可分三种：1、外因：风、寒、暑、湿、燥、火等六淫；2、内因：喜、怒、忧、思、悲、恐、惊等七情；3、不内外因：包括饮食、意外事故、猛兽伤害等。这些道理，与《金光明经》所讲的三种致病因素[[161]](#footnote-161)，基本上都可以对应。经中亦云：“四大诸根，衰损代谢，而得诸病。”

因此，中医、西医、藏医当中，对疾病的来源、本质及所生的痛苦，各有不同的描述和分析。而这些疾病，有的是前世害过众生、打过众生所致；有的是气节变化或四大紊乱而引起的。如果想要治疗，有些是可以治的，即通过医药、佛菩萨明咒便可治愈，而有些则很难彻底根除。

世界卫生组织曾公布：人类已知的疾病，大概有30000种。其中约有10000种，也就是三分之一的病，可以得到有效治疗。而其他大多数疾病，现代医学都束手无策。因此，现在许多人得了病以后，不管到什么医院、看什么医生、吃什么药，都不一定见效，这也是很正常的。

不过，即使你的病实在无法根治，也没必要特别苦恼，因为任何一个病的消失，都要观待远、近两种因缘。远因是你前世、前世的前世……乃至无数劫之前，以三毒所造的业，一直留存在阿赖耶上，并于今生以疾病的形式显发出来；近因即是风、胆、涎三者过多或过少，从而产生损恼身心的各种疾病。所以，一旦你四大不调而出现病苦，观察、思维因果关系非常重要，这就叫做修行。

有了这样的修行境界，无论你面对身体、心灵的痛苦，还是修法的违缘、生活的困苦，都可以安之若素。否则，完全依赖外在的力量，想以医疗、药物来断除痛苦，有时恐怕是办不到的。甚至，就算一心一意祈求诸佛菩萨加持，对业障深重者而言，也不一定有立竿见影的效果。就像佛陀在世时，对某些病入膏肓的患者，只能是作作加持而已，除此之外，再没有其他办法了。当然，也有些具缘众生，通过佛菩萨或高僧大德的加持，最终病体得以痊愈，这种现象不在少数。所以，对不同的病情，要具体问题具体分析。

那么，人得病以后，究竟是怎样的情形呢？纵然是精力充沛、神采奕奕、精明强干的壮年人，一旦不幸染上疾患，也会像被石头击中的鸟雀一样身衰力竭，无精打采，甚至卧床不起，稍作运动也很困难。不要说大的疾病，就算是个小小的头痛、感冒、心脏不适、肝脏不舒服，也会让你什么力气和勇气都没有了。

最近我看望了一位大德，以前他身体很不错，但如今看了他的状况，确实觉得疾病太恐怖、太可怕了，这种感觉油然而生。在特别严重的疾病面前，除非是境界特别高的人，可以自在地将一切转为道用，否则，一般人的确很难面对。不过，纵然是有超胜境界的人，包括佛陀在内，显现上也会示现生老病死。所以，我们一定要懂得这些佛教真理，并从内心中真正有所感悟。

当一个人生病时，如果问他：“你哪里痛？”他可能连迅速回答的能力都没有，讲起话来也是有气无力、奄奄一息，似乎自己大限将至：“我好痛啊，已经不行了……”长期病魔缠身的人，每天睡觉时辗转反侧、夜不成眠，怎样躺卧也没有一个舒适的时候，而且觉得白天晚上都极其漫长，简直度日如年、生不如死。不过，有些人是太脆弱了，明明病得没那么严重，却喜欢添油加醋，弄得人心惶惶。这种人让他做事的话，他会借口身体不好，可是一旦让他吃饭，马上就睁开眼睛，生龙活虎地扑过去了。

关于病苦的描述，佛陀在经典中也讲了很多，我们对此理应有所认识。否则，如果没有学过这些，一旦你遭遇这种痛苦，势必很难面对。而只有通达了大乘教言，并从中获得真实利益，遇到病苦时才会游刃有余，对它有清醒的认识。因此，每个人要懂得人生到底是怎么样的，不然的话，连这一点都不懂，恐怕修行起来有一定困难。

在生病的时候，通常会食欲不振，不想吃、不想喝，虽有一百个不情愿，可万般无奈还是要服用又苦又涩的中药、藏药，并感受放血、针灸等痛苦。记得我在厦门治病时，天天都要做“小针刀”手术，用根小小的刺扎进脊椎里。每次一扎进去，好像插入了骨髓一样，我就“啊”一声，不得不叫。所以，每天我去治疗，都是自己一个人，不敢带熟人，生怕以后身体好了，人家还忘不掉我的胆小。后来在成都住院时，也做过多次这种手术。虽然自己很不情愿，但也没办法，为了早点好起来，甚至为了能多活一天，再不愿意也要做。因此，轮回完全是苦的本性。对于这个道理，每一个人应深深思维，并将理论与实践结合起来长期观修。只有这样，一旦病苦降临到了自己头上，到时才能坦然面对，甚至可以转为道用。

佛陀在《正法念处经》中讲过：“病苦害人命，病为死王使，众生受斯苦，此苦不可说。”确实，众生的病苦难以忍受，没得病时感觉不到，一旦不幸得了病，到医院里一看，自他都是苦不堪言。所以，对我们修行人而言，认识病苦的最佳场所就是医院。

那天我在成都的一家医院，看到一位八十多岁的老年人，非要让医生给他做手术。医生摇头拒绝道：“你现在体质特别差，最好不要做，还是回去休息吧。”但这个老人强烈抗议：“我一定要做！一定要活到90岁！”虽然我不是医生，只是个过路的，但看到他的身体状况，也觉得没有什么指望了。可是他自己却毫不自知，对自己身体的期望极大，非要永远地活下去。相比之下，我们修行人在这方面，的确比世间人强多了。

世间人在生病以后，想到死亡可能会突然来临，就心惊胆战、坐立不安。由于魔障、恶缘的牵制，以致在梦中甚至白天有许多迷乱现象，使得身心无法自主，那真是迷乱中的迷乱，也有人因此而自寻短见、自杀身亡的。其实人的病苦多种多样，也跟自己前世所造的业有关。假如你往昔打过众生的头，今生可能经常头痛，药石无效；倘若你曾伤害过众生的其他部位，这种果报现前时，自己身体相应的部位，也不得不承受这种痛苦。所以，《因果经》中说了，短命是杀害众生的果报[[162]](#footnote-162)，多病则是伤害众生所致。

佛经中就讲过一个老比丘，他长期卧病，无人照顾，以至于污秽不堪，散发出阵阵恶臭。佛陀以神通观察到后，亲自带五百比丘前往他的住所。比丘们见他屋内污秽脏乱，个个掩鼻皱眉，希望尽速离开。而佛陀却请帝释天取来香汤，亲自为病比丘洗浴身体，细心呵护。

众人问佛为什么要这样做。佛陀告诉大家：“生病的众生非常可怜，要关心照顾他们，此举会有相当大的功德。另外，他也跟我前世有缘：昔日这位病比丘是一行刑者，常以鞭子重重鞭打犯人，令受刑者痛不欲生。当时我被人诬陷，受鞭刑之前以实情相告，请他手下留情，于是他网开一面，行刑时没让鞭子落到我身上。后来他命终之后，因生前作恶多端，堕入恶趣长劫受苦，如今即使转生为人，也常身患重病，饱受折磨……”[[163]](#footnote-163)

所以，我们趁现在活着时，一定要好好忏悔前世或今生殴打众生的罪业，否则的话，将来可能生生世世都会病不离身。现在有些人之所以是“药罐子”，吃多少中药、西药都不见好，肯定也跟前世业力是分不开的。

当然，因果虽说是自作自受，但患了重病的人还是很可怜。有些人得了麻风病、脑溢血，就如同行尸走肉一样，活着跟死了几乎没有两样，甚至还被逐出人群。1986年法王如意宝到藏地各处弘法时，在道孚就见到一群麻风病人，上师为他们做了一些佛事。当时我们看到，他们的状况跟死人没什么差别，只不过身体能动而已。

前不久，我还看了一本书，名叫《岁月》，作者是程向阳。尽管他只有初中文凭，却搜集了十多年的资料，以自己的亲身经历，对河南“艾滋村”遭受的惨痛悲剧，进行了真实记录。他在书中讲述了，他们村子有多少人染上艾滋病，包括他妻子和十七个直系亲属都被感染，甚至因此而死去……他描写得特别真实。后来我跟他通了电话，在交谈过程中，他再再强调，外人根本不了解村里的真实痛苦。当时我在参加“国际慈善论坛”，还遇到一个发心帮他们治疗的人，他们让我去看看。本来我也准备去，但后来时间特别紧，只能临时取消了。我让北京菩提学会的一些道友去那边帮帮他们，事后他们也去了。

因此，得了绝症、毫无希望的人，真的跟死人没有两样。但如果你是修行人，对此应该坦然面对。检查结果一出来，医生说：“哦，你不用吃药了，也不用住院了，回去吧！”或者：“没事没事，你什么病都没有。”那说明可能已是晚期了。所以，你拿到检查报告后，还是要看看医生的表情，如果他让你先回去，紧接着又让你家人过去，那可能是有点问题，你应该跟去偷听一下。（众笑）

总之，病情严重的患者，连生活都不能自理，而且暴躁易怒，动不动就大发雷霆，对别人的一切都看不顺眼，性格要比过去固执得多。此时就算有人肯照顾他，他也时常挑三拣四，甚至破口骂人。以前学院就有这样的病人，各班法师、各区管家安排人轮流照顾他，他却天天发脾气，许多道友都感觉不舒服，甚至生恶心而离开了。当然，作为护理者，对病人的行为应该理解，毕竟他们因四大不调，心情难免异常烦躁。不过，作为病人也不能太过分了，听说有个人要求每顿炒三四样菜，这对照顾她的人而言，还是有一定的困难。其实，你生病了，有人照顾就不错了，不应该要求太高，否则，护理的人都会生起厌离心，不能一如既往地耐心照料你。

对我们自己而言，平时如果得病了，应像噶当派的大德那样，发愿代受一切众生的病苦。对真正会修行的人来讲，得病其实是个好事，这样每天都有修行的机会，尤其是病得越厉害、痛得越强烈，观修得就越成功。反之，若是一般的凡夫人，得了病以后，可能只会给周围的人添麻烦，假如他一直卧床不起，总要人照顾，甚至会希望自己早点死了好，以免拖累家人。

综上所述，大家应当充分了解到：身为病人，时刻遭受着疾患折磨，身心上都痛苦万分。这一点，许多病人从自己的感受中更容易体会。你们若想进一步认识病苦，则可翻阅《正法念处经》、《宝鬘论》、《入行论》等经论，其中对此都有详细的描述。

庚四、死苦：

人到了临终之时，躺在病床上不能起身，见到饮食无动于衷，面对美景视若无睹，甚至听别人开玩笑也毫无反应，最多只是皮笑肉不笑应付一下：“是这样吗？好嘛，嘿嘿……”他们因遭受死亡的摧残，郁郁寡欢、闷闷不乐，即使以往再有胆识、再有力量，如今也已消失殆尽。等候在他们前面的，唯有迷乱显现。

我曾看过一篇文章，是名在校研究生写的。他说自己本是个乐观主义者，后来突然想到死亡问题，觉得自己死后就会永远消失，现在所拥有的快乐也会烟消云散，因而感到极为恐怖，整日萎靡不振。同时，他一想起自己的爷爷、奶奶、爸爸、妈妈，觉得他们迟早都会死，谁也无法超越这个规律。想到这些就很难过，但又无法停止这种念头，于是他到处询问：“在这个世界上，谁能帮我消除这种忧虑和痛苦？”

我倒是很想告诉他：“如果你学了佛法，就会明白人死后意识是不灭的，它依然会跟随你的善恶业报不断流转于轮回中。”当然，他也算是不错了，至少有勇气正视死亡，不像许多人一样讳疾忌医，提起死亡就马上转移话题。然遗憾的是，由于他没有接触过佛法，一旦真正面对死亡，肯定无力摆脱这种怖畏。

死亡大限来临之际，即使亲友在四周团团围绕，也不可能延缓自己的死期，此时气息分解的痛苦，唯有自己一人感受。《入行论》亦云：“临终弥留际，众亲虽围绕，命绝诸苦痛，唯吾一人受。”这时候不要说一般人，即便是拥有几千弟子的上师，或者几亿子民的国家总统，在离开世间时，也是独自感受死亡之苦，他人根本不可能代受。诚如《无量寿经》所形容的：“人在世间，爱欲之中，独生独死，独去独来。”

不要说生死，就算是生病，别人想帮也帮不上忙。以前我在医院看到一些领导，他们条件很不错，住院时有许多特别豪华的轿车来送，可是一旦入了医院，只剩几个保镖帮他拿行李、拎包、背电脑，除此之外，谁也没办法代他感受病苦。生病尚且如此，死的时候更是这样了。纵然你拥有不可估量的财产、眷属，也无法带走一分一文、一人一仆，虽然对此难割难舍，但这些不可能随身而行。故《入行论》云：“魔使来执时，亲朋有何益？”死亡魔军来抓你时，就算你亲朋好友再多、再厉害，也起不到一丝作用。所以，我们在活着的时候，务必要尽量行持善法，不要去贪著毫无用处的亲友、地位、财产。

这些道理，大家在闻思时经常听得到，但法没有融入心的话，就会觉得这只是说说而已，并不会真正放在心上。只有到了临死的那一天，你才会恍然大悟，明白一切财产的确只能全留在世间，而那些亲友也帮不上忙，顶多只是在自己死后，他们伤心两三天，搞个仪式罢了，但随着你的身体化为乌有，他们的哀伤也就没有了。

我看过一个阿拉法特的纪录片，里面说他在生前非常风光，得过诺贝尔奖，并在世界各地获得许多和平奖。后来他在六十多岁时，娶了一个比自己年轻34岁的妻子。但婚后，妻子并不照顾他，只是一人在法国享受，过着挥金如土的生活。当他接近死亡时，妻子非要把他从阿拉伯迁到法国治疗，最终他死于法国一家医院里。从短片中看，他在临死的时候，周围的高级官员一个个束手无策，只有把他推进去抢救，灌氧气，护士们在他心脏上压一压，但最后仍然无力回天。

要知道，当死亡来临时，若是一个相信因果的人，忆及往日所造的恶业，定会痛心疾首，想到恶趣的苦难，又会异常恐惧。死亡这么突然地到来，令人措手不及，正如《地藏经》所云：“无常大鬼，不期而到。”想到来世的诸般痛苦，许多人只有在悔恨不已中，撒手人寰、往赴中阴。

不过，有些修行人比较不错。我以前也讲过，学院有个老喇嘛，他得了肝癌后，我送他去马尔康检查。医生一看结果，说是晚期了，已经不行了。虽然他不懂汉语，但看到医生的表情就明白了。他问我：“医生讲什么？”我说：“没事，不要紧，可能回去吃中药好一点。”他说：“不是吧？对我们修行人来讲，死也没什么，还是直接告诉我吧。”回来的路上，我还是没有告诉他，但他自己也猜到了。不过，他的反应跟普通人完全不同，一路上面不改色，情绪等各方面都很正常。如果是普通人得知这个消息，觉得生存的景象就这样化为泡影了，肯定伤心绝望、痛苦不堪。

尤其是罪孽深重的人，在弥留之际，忆起以前所造的罪业，此时一定害怕堕落恶趣。回想自己在自由自在时，没有修持对临终有利的正法，真是追悔莫及，禁不住手抓胸口，结果就在胸前留下深深的指印中完结了一生。曾经我就见过这样的人，他生前特别喜欢打猎，杀过的野兽不计其数。所以他在临死时恐惧异常，口里不断地喊着：“我杀过多少多少众生，它们就在这里向我索命……”我们在旁边听到这些，都觉得胆战心惊。

米拉日巴尊者说过：“若见罪人死亡时，为示因果善知识。”的确，罪业深重的人在临终时，是开示因果不虚的最好善知识。用不着上师天天给你讲《前行》、《百业经》，如果是有智慧的人，看到这些人死亡的恐怖，就可以深深体会到：人在活着的时候，不能造业太多了，否则，不说来世的恶趣之苦，就是今生临死时的痛苦也无法承受。

当他们奄奄一息时，恶趣的使者就已来到面前了，在他的迷乱显现中，会看到牛头马面等阎罗卒，所有景象十分恐怖，一切感受都唯生痛苦。此时身体的四大内收，呼吸窘迫，上气不接下气，肢体颤抖，意识迷乱，白眼上翻、直直不动，这时候说明他已离开了人间。旁边的亲友见此情景，会一边念“嗡嘛呢巴美吽”，一边呜呜地哭泣。

当然，我们每个人都要面对这种大苦，《正法念处经》云：“人为死所执，从此至他世，是死为大苦。”假如你有修行的境界，一旦四大隐没、迷乱显现时，会意念起密法的中阴窍诀，很清楚四大隐没、意识融入的整个过程[[164]](#footnote-164)。由于生前对此已了解过、准备过，故当这些迷乱现象一一呈现时，有些人就能把握住机会，获得解脱。

打个比方说，有个非常老实的人要出远门，你托他捎一个口信，他会牢牢记在心里。同样，我们离开这个世界前往另一世界时，曾经上师交待过的关键问题，自然而然会浮现出来。或者说，就像一个人乘火车去外地前，因为从未坐过火车，父母告诉他：“等会儿到了火车站，你怎么样买票，怎么样上车，上车后怎么样找座位……”提前都讲清楚后，到时这些逐一出现时，他就会想起父母的嘱咐。所以，我们在活着的时候，要铭记善知识所讲授的这些窍诀，若能如此，一旦死亡的各种景象出现，就可以一一认识，并行持相应的修法了。

面对死亡的修法，净土宗虽然也有殊胜的教言，但主要是观修阿弥陀佛，中阴窍诀讲得不太多。然而，众生的根基各不相同，现前的也不一定都是阿弥陀佛。相比之下，密宗有适合不同根基的各种中阴窍诀，若能生前对此有所认识，到时会有极大的帮助。否则，没有修过这些窍诀的人，随着阎罗使者到来，中阴境界全然呈现，那时无依无怙、孤苦伶仃，只能身不由己、赤手空拳地离开人世。

当然，大成就者则与此不同，他们生死是非常自在的。比如，后唐有位保福禅师，有一天他对众弟子说：“近来我感觉气力不继，想来大概时限已至。”弟子们听后，顿时躁动起来。有的说：“师父身体仍然很健康，请您不必多虑！”有的说：“为了教导我们，请您长久住世！”有的说：“您要加倍保重身体，常住世间为众生说法！”一时之间，寺中充满了喧哗之声。正在众说不一时，突然一位弟子说：“生也好，死也好，一切随缘由他去便好！”禅师听后哈哈大笑，满意地说：“我心里要讲的话，什么时候被你偷听去了？”说完便安详圆寂了。可见，成就者不受烦恼的束缚，死亡何时降临，都是无所畏惧的。

但作为凡夫人，我们谁也不能保证这种死亡今天不会临头。一旦死亡来临，除了正法以外，再没有其他可仰仗的对象了。因此，如颂云：“念法始从母胎生，初生之时忆死法。”我们对佛法必须要时时忆念、观修，而这种教育，最好是从母胎中开始。

现在社会很重视胎教，那什么是胎教呢？就是孩子入胎以后，母亲以自己的行为所实施的教育。现在大多数胎教，都是听些柔和的音乐、去些悦意的环境等，意义非常浅。其实真正有意义的胎教，应该是母亲在怀孕后，常去寺院、常做善事，这些外在的行善因缘，才会对胎儿有利。此外，孩子降生之后，还应从小培养他死亡无常的观念，并让他知道：对每一个人来说，不管是老是幼，死亡都可能突然降临，所以自己诞生到这个世界以后，必须要做善事、积福德，修持对命终有益的正法。

《杂阿含经》中也讲过：“老死之所坏，身及所受灭，唯有惠施福，为随己资粮。”衰老和死亡，定将毁坏我们的身体及所感受的一切，死时什么都带不走，唯有布施等功德才能相伴左右，成为前往后世的资粮。所以，佛陀在经典中常说，当我们死亡的时候，唯有功德才可以救护。寂天论师也曾感叹道：“唯福能救护，然我未曾修。”

不过这一点，现在世间人真的不懂，尤其是大城市里的人，整日忙于一些微不足道的小事，耽搁了最有意义的修行。在他们眼里，最有意义的修行，无关紧要；而毫无意义的琐事，却视为一生至关重要的大事。他们从来不忆念死亡无常，一直在扶亲灭敌、醉生梦死中虚度时光，整日为了住宅、财产等奔波忙碌，为了亲戚朋友，以贪嗔痴蹉跎岁月、浪费光阴，实在令人感到遗憾！

《法句经》里有一个非常好的偈颂：“命欲日夜尽，及时可勤力，世间谛非常，莫惑堕冥中。”意即我们的生命在日夜灭尽，无常也在不断出现，故应抓住机会精进修行，认清世间的一切无有实义，不值得追求，千万不要被它迷惑，从冥入冥，堕入黑暗的深渊。

因此，现在大家有了闻法的机会，务必要明白善知识的开导比什么都重要。就像一个没上过学的孩子，倘若任其发展，可能他一生都是文盲，但如果有人送他去学校，对他来讲是最有意义的。同样，我们处在这个迷茫的世界中，不学佛的话，最终就会像文盲般地离开人间，可是如今遇到了佛法的光明，让我们懂得取舍，能辨别什么该做、什么不该做，此时为了生生世世的大安乐，一定要选择最有意义的事情。

若能如此，一旦我们面对死亡，反省一生时会觉得：“过去我虽然造了不少恶业，但在后半生中，还是修持过一些善法，该醒悟的时候已经醒悟了，所以现在离开也无所谓，什么时候走都很快乐。”这就是修行人的境界——对世间一切看得很淡，得也可以，失也可以，名声、地位都放得下。这样一来，当自己离开人间时，因为积累了许多解脱善法，对来世的去处也会胸有成竹、很有把握。

以上所讲的道理，大家应当反反复复地深思熟虑，这就是所谓的观修。我一而再、再而三地强调过，观修共同加行特别重要，希望每个人都牢记在心！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十三节课

思考题

213、什么是怨憎会苦？何时才能断除这种痛苦？你对此有哪些体会？

214、《前行》中讲的“怨憎会苦”，主要是从哪个侧面分析的？为什么？你遇到过这种“怨憎会苦”吗？

215、财富在初、中、后分别有什么过患？你对“有一条茶叶，就会有一条茶叶的烦恼”这句话如何理解？你平时是怎么做的？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

“人类之苦”已介绍了变苦、苦苦、行苦三大根本苦，及八个支分苦中的生、老、病、死四苦，今天继续讲第五个——怨憎会苦。

什么是怨憎会苦呢？指所憎恶的人或事，欲其远离，而反共聚。比如，想见的爱人见不到，怨恨的敌人却总是狭路相逢；想听的喜讯听不到，不愿意听的噩耗却时时传来；非常希望身体健健康康的，可往往是病魔缠身，没有自由快乐之时……这些不悦意的外境经常出现，而特别希求的对境日益远离，令心产生强烈忧苦，这就是轮回的本性。《大毗婆沙论》亦云：“不可爱境，与身合时，引生众苦，故名非爱会苦。”意即不可爱的对境常出现在自己身上，或者自己面前，引生各种不同的痛苦，这就叫怨憎会苦。当然，怨憎会苦的定义，还有很多解释方法[[165]](#footnote-165)。

那什么时候能断除这种痛苦呢？只有证悟了空性，完全通达人我、法我不存在，那时候所有的痛苦将销声匿迹，一丝一毫也不可得。而在此之前，不管你转生于轮回何处，都难免要遭受此种痛苦。就算转生为三善趣众生，也常会遇到憎恶的对境，那堕入地狱、旁生、饿鬼就更不用说了。所以，要想远离这种痛苦，证悟空性非常重要。

《宗镜录》中云：“若未了无生，于所生之处，无非是怨，无非是苦。”假如没有彻底通达无生空性之理，不论投生到六趣中的哪一道，在那个环境里所感受到的，无非是怨恨，无非是痛苦。常有人抱怨：“这里的环境太复杂了，我要去个清净的地方。”说这种话的人，根本不了解轮回的真相。倘若你清楚轮回的实际状况，那自然会知道，无论到哪里去，都有不合意的对境出现。如果过于执著这些，自己就会万分痛苦，而唯有对它的本性有所认识，才会明白特别不值得为这些苦恼。

有一本书里说：“十年前我极执著的事情，今天想来觉得可笑；今天我所执著的事情，十年后再回忆时也将如此。所以，我们在每一阶段所贪执的东西，都要先去了解它的本性。”的确，这说得很有道理。然可惜的是，大多数人在执著的当下并不觉悟，只有多年后再回顾时，才会恍然大悟、后悔不已。

据有些老年人讲，他们在“文革”期间当过红卫兵，现在想来，那时的行为特别疯狂，自己都不知道为什么那样做。我们虽然不一定有这样的经历，但有些行为的性质其实也一样，比如，自己童年时对玩具执著，年轻时对感情、名利、财色执著，到如今才懂得此举特别愚痴，完全是在作茧自缚、自寻烦恼。此外，现在许多人对身体、外境等特别贪执，并且认为理应如此，其实再过一段时间，随着岁月的流逝，你的心态会不断变化，尤其是若了达无生之义，回想起往昔的所作所为、所思所想，就会明白以前的一切有多可笑。

因此，要了解人类的痛苦，观察生活很重要。现在很多人因没有掌握生活的规律，达不到预期的目标，内心深处就极其苦恼，甚至将自己推入绝望的深渊。其实这没有必要。就算你不能完全证悟空性，只要对无常法、人类历史稍有涉猎，再加上自己的人生经验，用智慧一分析也会知道：世人特别贪著的事物，实际上无一不是虚妄。当然，尚未了达诸法实相之前，我们对苦乐的执著也不可能抛弃。而只有断除了烦恼障和所知障，才不会如此耽著“我”和“苦”，也不会随业力趋入三恶趣。

这些道理，作为佛教徒一定要了解。但光是了解还不行，还要逐字逐句进行思维，从中得到一种感悟，这即是所谓的“修”。许多人常说自己不想闻思，只想实修。其实脱离了闻思的实修很危险，闻思基础都没有的话，你到底该怎么样修？有人认为，“修”是什么都不执著，每天就闭着眼睛打坐；还有人认为，“修”不需要经过前面的任何次第，直接把密宗或禅宗中最甚深的部分拿出来观想即可。当然，对极个别利根者来讲，这也并非完全不可行，但就大多数人的根基而言，还是需要次第性的修持。

这一点，从世间的学习就看得出来。我们在学校读书，要先读小学，再读中学，进而读大学，不可能一步登天，直接就跨入大学校门。出世间的修行也是如此，除非你是利根者，有超胜的五根[[166]](#footnote-166)，依靠上师简单的窍诀，当下便有顿悟的可能。但如果你通过详细观察，发现自己并非这种根基，那么最适合的修行之路，应该是先从理论下手，对此慢慢了解之后，再去实地修持每一个道理，如此内心才能渐渐改变，烦恼也会日益减少。

以前大多数的高僧大德，其实也是依靠这种次第一步步修持，最终认识了心的本性。所以，现在正在讲“共同加行”时，大家要好好观修六道众生的痛苦。尤其是人类之苦，佛陀在经典中讲述得特别广，大德们在论典中也描述得很细致。可作为后学者，我们有没有如实去思维、去修持？每个人反观自心就知道了。

庚五、怨憎会苦：

再来看看怨憎会苦是怎样的情形：很多人非常执著自己的财产，为了防止它被怨敌打劫，因而白天守护、夜间巡逻。

比如说，近年来阿根廷社会治安恶化，人人自危，为防止强盗入室抢劫，许多人都在房子的围墙上安装了电网，感觉就像监狱一样。虽然他们不愿意这样做，但形势逼人、迫于无奈，只能选择这种“极端”的方式来保护自己。汉地很多城市也是如此，为了保护财产、甚至生命，家家不得不装上防盗窗、防盗门，否则根本没有安全感。所以，深入思维便会了知，财产的本质是一切痛苦的根源，有了财产，痛苦自然而然就会降临。

华智仁波切讲的“怨憎会苦”，主要是阐述财产的过失。虽说从广义而言，遭遇任何麻烦、苦恼等不悦意对境，都是怨憎会苦，但此处着重讲的是财产。因为作为修行人理应知足少欲，而财产却能给自己带来极大障碍。

许多人为了养家糊口，一辈子忙忙碌碌，没有机会修行，可是到了最后，自己的财产会意想不到地落入仇人手中。譬如，白天土匪会明目张胆地抢夺，晚上盗贼偷偷摸摸地窃取，甚至自己所拥有的牛羊，也会被豺狼等猛兽吃掉，最终一无所有。

大城市里就更可怕了。据一则新闻报道：2009年12月，一女人准备在自助银行存款时，旁边突然出现一个男子，用枪对着她说：“把钱给我，不然就杀了你！”她一下子就懵了，在极度恐怖中，只好将身上的一万多块钱给了他。当时是晚上8点左右，那男子得了钱后，迅速就消失不见了。可见，现在的社会很不安全，许多人的金钱、房屋、车辆等财产，随时都可能被盗贼洗劫一空。

那天我家来了个老乡，他在色达某单位做门卫。他说最近一个月里，小小的色达县，就有十五家被盗。有的是门被撬了，有的是窗被毁了，多则被偷了七八万块钱，少则也丢了一些小东西。这些治安问题，足以说明现在人的贪心越来越大，道德素质日益下滑。即使人们想尽办法，安装各种防盗措施，但也是“道高一尺，魔高一丈”，盗贼以更先进的工具轻而易举就能攻破。

所以，现在的社会真的很可怕。不观察的话不觉得，但只要详细去观察，就会发现人们内在的悲心、利他心、知足少欲等精神财富越来越少，对外在的奢望、希求、恶意越来越厉害。这样一来，即使公安局等部门每年招的人再多，也无法力挽狂澜，甚至有时他们自己也贪污，变成了坏人。

相比之下，我们山里的修行人，除了简单的衣食以外，没有其他俗世的目标。也许在世人眼里，这种生活很痛苦，但实际上我们精神上的快乐，远远超过大城市里的大富翁。所以，道友们修行时要多反观自心：“在这个世间上，我活着的目标是什么？旁人的所作所为又是为了什么？我应当选择和坚持什么？……”用自己的智慧观察之后，相信不难得出正确的结论。

其实，无论你拥有多少财产，都免不了遭受最初积累、中间守护、最后增长等无尽痛苦。诚如佛陀亲自授记的怙主龙猛所言：“积财守财增财皆为苦，应知财为无边祸根源。”现在许多人日日夜夜绞尽脑汁，希望通过白手起家，有朝一日能变成富翁，这种愿望固然美好，可是真正成功的却屈指可数（积财）；即使中间有了点财产，也要拼命去守护，生怕一不小心就被偷了（守财）；光是守护还不够，还想在此基础赚更多的钱，并将其作为一生幸福的保证（增财）。因此，为了这些财产，人们始终非常辛苦，根本不了解它无有实义，是一切祸害、痛苦的根源。

曾有一个美国人叫富勒，他就是从零开始，积累了大量财富和资产。30岁时，他已挣了100万美元。但他觉得自己的事业才刚开始，下一步的目标是要成为千万富翁。然而，随着财富的不断增加，他不但没有感到丝毫快乐，反而身体一天天垮下去了，家庭和婚姻也岌岌可危。于是他再再反思后，决定变卖家产，把所得收入捐给教堂、学校和慈善机构。而且他还跟妻子一起，为那些无家可归的贫民修建“人类家园”。目前，“人类家园”已在全世界建造了6万多套房子，为超过30万人提供了住房。富勒虽放弃了所有的财产，但他觉得自己是世界上最富有的人。

可见，世间人中也有看破今世的。不过他们的“看破”，并非完全明白了财产的实义，只不过在某些因缘的触动下，知道财富不会真正带来快乐，从而放弃了对它的追求。既然世间人尚能如此，我们作为修行人，就更不应该耽著财产了。（那天有个人说：“别人跟我讲钱的过失，我就是想不通。钱是真正的如意宝，有了它，吃饭也可以，坐车也可以……现在什么都要靠钱，所以钱是赐予一切悉地的如意宝！”）当然在佛教中，修行人的生活应不堕两边，既不堕于极其穷苦的边，也不堕于极其奢侈的边，这即是所谓的中道。因此，我们平时要经常发愿：“不生过富家，不转贫穷家，唯生中等家，恒常得出家。”

关于财富的过患，米拉日巴尊者还说：“财初自乐他羡慕，虽有许多不知足；中被吝啬结束缚，不舍用于善方面，乃为着魔之根源，自己积累他人用；最后财为送命魔，希求敌财刺痛心。应断轮回之诱饵，魔之财富我不求。”

意思是，刚开始的时候，你会因财富而快乐，认为它可以满足一切，别人对你也极其羡慕：“啊，这个人有钱了，买房子、买车了！”（现在城市里的人，整天就这样互相攀比。）此时你纵然拥有再多钱财，对它的希求也不知餍足。

到了中间，因为有了一定的财富，就会被吝啬之结所束缚，舍不得用于上供下施，这些财富便成了着魔的根源，结果一旦怨敌等违缘出现，自己所积累的财产，全部会被他人享用。其实，稍微有点钱的人，有功德的善法做得很少，没意义的事情却做得很多。在他身边，总围绕着一大群人享用他的财物，贪心也一天比一天大，而他自己所享用的，反而少得可怜。

最后，因为贪得无厌，甚至希求敌人的财物，钱财反成了断送性命的恶魔。因此，我们应当斩断这一轮回的诱饵，不要去希求魔王的财富。

以前阿底峡尊者刚来藏地时，僧人们为了表示尊重，就身穿华服，佩戴珠宝饰品去迎接。尊者一见这些人，急忙将头蒙起来。在旁的弟子大惑不解，请教尊者其中缘故。尊者回答：“藏地的魔鬼来接我了！”僧人们听后十分惭愧，赶紧将身上的华丽饰品拿掉，换上出家的三衣恭敬迎请，尊者才欢喜地接受。

阿底峡尊者之所以如此，并不是害怕一颗珊瑚、玛瑙，而是怕出家人太看重金银财宝了。佛陀在诸多经典中，常将财富喻为毒药、猛火、魔障，以警示修行人切莫希求，否则，它就会像怨敌的利刃般刺入你心。因此，我们沉溺在轮回中的众生，千万不要受财富的诱惑，不然，自己将永无出头之日。

其实一个人修行好不好，跟财产也有很大关系。如果你财产不多，至少会有时间去修行，否则，成天忙于打理财富，根本不会希求解脱。我就接触过许多富裕的居士，他们善根倒不错，很想弘扬佛法或认真修行，但由于钱太多了，琐事也多，以致白天一直盘算，晚上睡都睡不着。甚至闭关修“人身难得”时，虽然眼睛闭着，心里却在琢磨：“我这笔钱怎么处理？今年公司会赚多少？下个月轿车怎么保养？……”想的全是财产方面的事情。相比之下，那些住在山洞或山林里的修行人，相续中除了佛法和解脱，几乎没有世间俗事，真的非常随喜。

所以，财富特别多的人，修行相当困难。听说有个富人去清净地方闭关，结果在21天里，根本不是在山洞修行，而是用三个手机一直在指挥。山洞里他都是这样的话，那下来后就更不用说了。这样“行持善法”，到底会有什么样的善根，相信大家也非常清楚。可见，修行人的财产多了，精力肯定会分散的。

寂天菩萨也说：“积护耗尽苦，应知财多祸，贪金涣散人，脱苦遥无期。”财富的积聚、守护、耗散过程中，充满着无边无际的痛苦，以此应知，财产是一切祸害的根源。那些因贪爱金钱而散乱的人，在他们心里，佛陀也显不出来，殊胜禅定也显不出来，一闭上眼就是人民币“哗啦哗啦”响，从来没有佛法的境界，如此一来，解脱之日势必遥遥无期。（有些人可能是前世的福报吧，即生中生活不是很困难，也不是很富裕，刚好具足修行的顺缘。我就很随喜这里的个别道友，吃得也不错，也没有过多积累，每个月的钱刚刚好。是吧？）

要知道，一个人拥有多少财产，就会有与之同等的痛苦。诚如《亲友书》所言[[167]](#footnote-167)，龙王有多少具宝珠的蛇头，就会遭受多少热沙之苦。少而言之，哪怕你只拥有一匹马，也会担心它被敌抢走、被贼偷走、草料不足，整天顾虑重重，给自己增添许多烦恼。那么同样的道理，拥有一只羊会有一只羊的苦楚，甚至仅仅有一条茶叶，也必定会有一条茶叶的痛苦。

因此，一个人的痛苦程度，往往跟财产多少成正比。假如财产只有一条茶叶，痛苦则不会太大，但如果是一幢房子、一辆轿车，甚至一架飞机，那就完全不同了。美国很多富人都有私家飞机，但事实上，他们内心的痛苦比飞机还大。以前法王去美国弘法时，就坐过一架私人飞机。这飞机是一对老夫妻的，他们的财产很不错，女儿跟一个活佛成家了。对于这飞机，那个老人天天唠叨：“我的飞机如何如何……”他妻子一听就有点烦：“你已经老了，头发都白了，还总说这些！”“不说那怎么办？你看我们的车、我们的飞机……”据说两人整天为此吵架。

可见，世间人的生活压力特别大。如果你有一辆普通轿车，维修和保养的花费不多，平时操心得也不厉害；但如果你的车是一百多万，那被刮伤了一点点，就要花好多钱去修，再加上加油费、过路费等，一个月下来需要不少钱。除了轿车以外，现在人还喜欢买最高级的房子。然而，房子越高级，各方面开销就越多，自己压力也越大。遗憾的是，现在人不明白这个道理，反而觉得痛苦越大，就越快乐，实在特别颠倒！

与之相比，真正的修行人对生活没有太多要求，他们唯一重视的，是内心的自在、安乐。以前华智仁波切和两位上师——如来芽尊者、晋美·陈雷沃热（菩提金刚）一起在外云游。他们衣着褴褛，沿路化缘，显得像乞丐一样。一次，一户牧民的家人死了，因地处偏僻，请不到其他出家人，见他们穿着僧衣，就请他们到家里做超度。

到了死者家中，三位尊者开始准备超度所需之物。这时他家的年轻姑娘回来了，看见在灶前做食子的华智仁波切，心想：“我家真是可怜，竟然叫这些乞丐来超度。”于是狠狠踢了他一脚，生气地说：“滚出去！”对于姑娘的恶言暴行，尊者只是笑了笑，好像什么也没发生，继续做他的食子。

做完之后，他们以慈悲心念超度仪轨。完毕时，亡人梵净穴开顶，出现了往生的瑞相。家人见此情景特别高兴，供养他们三匹马、一头牦牛。华智仁波切说：“我们不需要任何供养，有三匹马就会有三匹马的烦恼。”主人突然意识到这三位僧人非同寻常，忙追问他们的姓名。尊者向他们介绍了两位上师的尊名，但对自己却只字未提。（这些在《华智仁波切略传》中有，方便时你们看一下。）

从尊者一生的行持来看，他不仅教诫他人要知足少欲，自己也做到了“头陀行”。其实，知足少欲谁都会说，但真正能做到的寥寥无几。因此，我们应追随前辈大德的足迹，让自己的生活简单化，以成为一个名副其实的修行人。爱因斯坦在《我的世界观》中，有句话就说得很好，他说：“我强烈向往着俭朴的生活……我也相信，简单淳朴的生活，无论在身体上还是在精神上，对每个人都是有益的。”作为世间的科学家，他能有这样的认识，并让自己生活尽量简朴，的确很不简单。

最近，奥地利也有位富商，把300万英镑（约合人民币3201万元）的巨额财产，全部拱手捐给了社会，自己则搬进山里一座小木屋，过起非常清贫的生活。之所以如此，是因为他逐渐意识到财富不再使他快乐。这些世间人，并没有受过知足少欲的佛法教育，但他们以自己的智慧观察后，认清了财富的真面目，诚如美国总统华盛顿所言：“钱财和名声带给人的只有痛苦，不是快乐。”所以，最终舍弃了所拥有的一切。

然而，现在城市里大多数人，还没认识到这一点，他们百分之百相信：物质越丰富，生活越奢侈，人就会越幸福。假如跟他讲起钱的过失，他就会认为是在诽谤“如意宝”——“你说钱不好？不要说、不要说。这是钱啊，一百块哦！”他们并不知道，一个人若清贫如洗，就不会有仇敌的骚扰，不论去哪里都无牵无挂，门开着就可以，出去多少天也无所谓。如云：“若无财产远离敌。”有了这样的境界，才是一种莫大的快乐。

《缁门崇行录》中记载，唐朝有位玄朗禅师，他住在一个小屋子里，四十多年只穿一件七条僧衣，一辈子就只有一个坐卧具。若不是为了查阅经典，他绝不随便点蜡烛；若不是要礼佛拜佛，绝不随便走动一步；平时除了念经、诵咒，没有一句多余的闲话。

《窍诀宝藏论》也讲过[[168]](#footnote-168)，我们的身口意若能断除一切非法，所作所为都围绕着佛法，不造世间无义之业，那该有多好！可是这一点，很多人都做不到。他们说话80%无有意义，甚至在造恶业；行为80%没有功德，甚至非常颠倒；分别念80%为胡思乱想，不是外散就是内收。所以，凡夫人该改的毛病太多了，不要认为自己修了几天，就能马上成就了。常有人抱怨：“我已经皈依一百天了，怎么还没开悟？”这种想法非常幼稚，修行是一条漫长的道路，千万不能急于求成。

我虽不敢说自己修行很好，但长期以来，这方面还是有点经验，就像一个老师，教学二三十年后，对学生的心态会比较熟悉。因此，刚出家、刚皈依的人，心特别急，很想马上成就，我也能理解。但你们不能太过了——“昨晚我一直念金刚萨埵心咒，但今早起来想了想，好像没什么梦相，也没见到金刚萨埵，这是什么原因？是我业力太深重，还是行为不如法？上师您可不可以给我指点一下？”不能太着急哦！

总而言之，怨憎会苦非常多，说都说不完。诚如《正法念处经》所云：“怨憎不爱会，犹如大火毒，所生诸苦恼，此苦不可说。”怨憎会苦是一种不愿接受的痛苦，比如房子不愿被大火烧毁，身体不愿被药毒害，面前不愿见到关系最不好的人，正常闻思、工作时不愿出现不顺心的事……但结果往往事与愿违，这即是轮回的本性。

明白这一点后，大家也没必要怨天尤人，甚至诽谤因果：“好倒霉啊，为什么我做善事就碰得头破血流，别人做恶事却没有报应？说什么善恶有报，因果根本就不存在！”这种论调特别可怕。要知道，万法都有一种自然规律，只有因缘成熟时，果报才会呈现出来，而不能只看一时的苦乐感受。因此，我们作为修行人，在经常观察自心的同时，也要了解世俗的各种因缘，否则很容易对正法产生邪见。

当然，生邪见的人，往往是不明事理所致。正如《弥勒请问经》所言[[169]](#footnote-169)：不能因憎嫉某人，对法也憎嫉；不能因某人的过失，迁怒于法；不能因怨恨某人，对法也生怨。其实，佛法百分之百是正确的，只不过修行的人有时达不到那种境界而已。同样，即便是我们自己，若不认识佛陀所赐的珍贵教义，也只能算是名相上的出家人或居士。或许你自认为很了不起，但你所希求的道路，已经是另一个方向了。

如今，我们站在人生的十字路口，一边是永恒的黑暗，一边是光明福祉，今后要去向哪里，完全掌握在自己手中。在座的道友都发了菩提心，出家人当然是了无牵挂，唯一的任务就是行持正法；而即使是在家人，对世间的执著也要有所减轻。有位居士学了一些法后，说：“我现在已经是个无牵无挂、无著无碍、无有执著的清净居士了。我不是随便赞叹自己，因为我有几大优点：第一、自学佛以来，我从不跟家人吵架，包括父母和儿子；第二、自学佛以来，我从不看电视、电影、连续剧，包括新闻；第三、自学佛以来，我从不做无意义的事，包括逛街。通过这三点，我觉得自己是很了不起的修行人！”

城市里的人尚能如此，那我们山里的出家人，就更应该这样了。在座的道友看破今世，舍弃家庭等一切来学院修行，的确非常不容易。看到你们一张张面孔，我时常会想：“这些人还是很有善根，很了不起。你们在家时，一个个都是父母的宝贝。多年来父母把希望寄托在你身上，可当你长大以后，头发就飞到虚空中去了。这样的话，父母心里也许会有一滴泪水，慢慢融进自己的血液。但这滴泪水是有功德的，随着你的修行增上，他们一定会得到利益。”

所以，希望你们不管出家还是在家，都不要变成业际颠倒者。毕竟学佛的因缘非常难得，有时站在城市的十字路口，看着来来往往、熙熙攘攘的人流，其中学佛的连万分之一都没有；相续中生起闪电般的善念、放弃一切到清净道场行持大乘佛法的人，更是少之又少。因此，你们应珍惜这来之不易的机缘，一定要追随往昔出世的诸佛、圣者前辈的足迹，尽量根除对受用和亲人的贪执，像鸟雀寻找当天食物一样，无牵无挂地唯一修持正法。

当然，完全像鸟雀一样，修行一天就找一天的粮食，恐怕不太现实。但至少也要像前辈修行人那样，夏天准备好冬天的食物，冬天就一直闭关，第二年再出去化缘。对信心具足的修行人而言，《修心门扉》中说了，生活上不会有很大困难。所以，大家应以知足少欲的方式，尽量过一种清净的生活，如《亲友书》云：“佛说一切财产中，知足乃为最殊胜。”

对于上述道理，每个人要认真思维、反复观修。

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十四节课

思考题

216、什么是爱别离苦？怎样才能断除这种痛苦？

217、《前行》中讲的“爱别离苦”，主要是从哪个角度分析的？除此之外，世间上还有哪些爱别离苦？你对此有何体会？

218、若以智慧详加观察，为什么说父母、子女、亲友等不一定是真正“亲”，没有必要去执著？作为在家人，假如不能完全舍弃这些，那应该掌握什么分寸？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

“人类之苦”的八支分苦中，今天讲第六个——爱别离苦。

所谓爱别离苦，是指所亲爱之人，以某种因缘互相离别，不得共处，由此产生极大苦楚。如《大毗婆沙论》云：“诸可爱境，远离身时，引生众苦，故名爱别离苦。”这种现象在世间上比比皆是，两个相爱的人有时由于因缘穷尽，不得不劳燕分飞，其中一者若对此无法接受，甚至会因绝望自杀，做出种种无知的行为来。

其实，如果认识到这种痛苦的本体，就不会有那么沉重的打击了。要知道，爱有狭义、广义之分：广义的爱，是对一切众生不计回报的付出，这是一种大爱；而狭义的爱，只限于男女之情，这种爱完全是折磨，在没认识它的本性之前，只会给你带来痛苦。而唯有断除了对它的执著，才不会有那些忧愁、怖畏、悲愤。如《大般涅槃经》云：“因爱生忧，因爱生怖，若离于爱，何忧何怖？”

现在很多人都活在患得患失中，这种心态，往往是源于对某个人的爱执。正因为对所爱之人太过痴迷，以致醉生梦死、执迷不悟，耗尽了一生的时光。实际上若能明白这种苦的本质，相信很多人会对自己的追求重新定位。所以，在学习《前行》时，大家也要了解世间百态，只有这样，才能更好地引导众生。

如今许多人特别迷茫，当执著一个对境时，加上社会风气的推波助澜，自己很难从中解脱出来。尤其是一些年轻人，对人、财、物的执著相当可怕，尽管这些很折磨人，但他们却无力自拔、越陷越深。因此，要想摆脱这一切，只有依靠佛法的力量，若能认识心的本性，或对俗世的虚幻无常通达无余，一切的痛苦则很容易转为道用。

其实，对每个人来讲，精神财富远远超过物质财富。物质财富固然能解决一时的贫困，但却遣除不了内心的痛苦；而精神财富，尤其是佛教中看破今世、断除我执、证悟空性、了知无常等教义，不管你是什么身份，出家也好、在家也好，汉族也好、藏族也好，乃至任何民族、任何国家的人，只要拥有了这些理念，就会成为世间上最快乐的人。

在座的很多道友，从外在形象、服装上看，一个个都大同小异，但有些人因前世的信心和今生的努力，各种因缘聚合之后，将佛陀的大慈大悲与空性教义融会贯通，这样一来，无论他弘扬佛法、利益众生，还是自己面对生老病死，都会游刃有余，无论身在何处，生活都会非常快乐。

当然，作为凡夫人，尚未登地或成就之前，身心上难免会有恍恍惚惚的痛苦，但对于这些痛苦，我们不会像从未学佛的人那样特别执著——以前我家来了个老乡，他为了家人的事情，一直哭哭啼啼讲了很多。他走之后，旁边的一位堪布说：“这些世间人太执著了，执著得那么厉害呀！”的确，他们把名、财、情等完全执为实有，正因为执为实有，这些就会实实在在地伤害自己，实实在在地带来不便。

现在，很多人都徘徊在人生的十字路口，对左右两边犹豫不定、不知方向。所以，我们一定要引导他们通过学习佛法，从心坎深处希求人生的光明之路。当然，最有意义、最有价值的道路，无疑就是大乘之道。如果你们已入此道，就应该勇往直前、义无反顾，直至达到目的地为止。在这个过程中，就算遇到各种障碍、困难，每一个人也不应该退缩！

庚六、爱别离苦：

流转世间的一切众生，都对亲友等自方爱恋有加，对怨敌等他方恨之入骨，堕入亲戚、朋友、眷属的情网中，结果为了他们受尽苦难。其实，亲友之间的暂时相聚，同样是无常离别的本性。但大多数人却不明此理，对他们来说，亲人离开人世，或者流离失所、沦落他乡，或者被怨敌逼得走投无路，自己甚至比他本人还痛苦。

特别是，父母对子女十分爱执，一会儿担心他挨冻受凉，一会儿顾及他饿了渴了，一会儿又忧虑他生病死亡。（我们为什么要报答父母的重恩？就是因为他们为我们付出太多了，跟其他人完全不同。）即使是子女老了，父母仍会这样担忧。鸠摩罗什翻译的《佛说父母恩重难报经》中，佛陀就讲了父母的十种恩德[[170]](#footnote-170)，每一种恩德均由两偈阐述，其中有一偈云：“母年一百岁，长忧八十儿，欲知恩爱断，命尽始分离。”意思是即使老母年愈100岁，也会时时挂念80岁的儿子：“他在外面身体好不好？会不会遇到困难？会不会再不回来了？……”除非她撒手西去、离开人间，否则，再老、再病都不会断尽这份恩爱。如果是宝贝儿子或女儿生病了，父母宁愿以自己的性命换取子女健康，他们心里挥之不去的唯一牵挂就是孩子，为了孩子总是劳心费神，含辛茹苦。同样，与亲友之间如果情意缠绵、纠缠不休，势必也要感受这样的忧苦。

因此，人与人之间所谓的感情，不要说用中观的离一多因、有无生因观察，就算用简单的推理去分析，也都是痛苦之因。然而，众生因无始以来的执著所致，不知这种爱执是源于前世的恶缘，故很难不受它的束缚。

佛经中记载[[171]](#footnote-171)，昔有一婆罗门生了个儿子，7岁时便因病而死。婆罗门伤心欲绝，决定去找阎罗王，把儿子的命要回来。他到处打听如何才能前往阴间，一群婆罗门告诉他：“人活着的时候，通常见不到阎罗王。不过如果你执意要去，向此西行四百里有一条大河，河中的城是仙人行经人间停宿的地方。每月八日阎罗王将经过那座城，只要你守持斋戒，必定能如愿见到！”

后来，婆罗门历经千辛万苦，终于见到了阎罗王。他恳求阎罗王让他儿子重新活过来，阎罗王说：“你儿子正在东园玩耍，如果他愿意，你就可以带他回去。”他欣喜至极，立刻直朝东园奔去。结果他儿子见了他，根本不理他，甚至还呵斥道：“你这不明事理的愚痴老头，我只是暂时寄住在你家，所以被称为你的儿子。现在我在这里已另有父母，你还是打消妄想，早点回去吧！”婆罗门满怀悲痛，怅然离去。

他回家后实在想不通，就去问佛陀整件事的缘由。佛陀说：“你真的是愚迷无知啊！父子、夫妻只是暂时的因缘聚合，才聚到了一起，就如寄居一处的旅人们般，不久便会离散……[[172]](#footnote-172)”佛陀开示了爱别离苦的道理，婆罗门顿时心开意解，遂于佛陀座下出家，终证得阿罗汉果。

可见，佛经中有许多对人生的透彻认识，如果人人都能懂得，就不会有特别强烈的苦受了。否则，一旦与所执著之人别离，便会感到天崩地裂、极难忍受。即使这种苦发生在别人身上，自己也会难以释怀。世间上有好多故事和电影，之所以感人至深、流传千古，就是因为它的情节十分悲哀，而这种悲哀，实际上就是爱别离苦。

拿孟姜女的故事来说，当年秦始皇为修长城，到处抓人做劳工。孟姜女刚成亲不久，丈夫也被强行抓走了，从此两地相隔、音信全无。孟姜女日夜思念着丈夫，于是做好几件寒衣，亲自去千里寻夫。到了长城，她一站一站询问，结果终于打听到，丈夫已因饥饿、劳累而死，尸骨被埋在城墙底下。（据历史记载，修长城累死了好多人，死后大多被埋在那里。所以我去长城时一直念观音心咒，一边看着那些石头，一边想：“下面会不会有很多尸体啊？”）孟姜女哭了三天三夜，哭得天昏地暗，连天地都感动了。后来，一段长城突然倒塌，露出来的正是她丈夫的尸骨……

藏地也有类似的故事。果洛地方有个女人，丈夫去打仗了，再也没回来。她日日以泪洗面，久而久之，就疯掉了。她疯了以后，自然唱起很多悲歌，可能是发自内心的缘故吧，每一首悲歌的词都很优美。这是流传很广的一个故事，在我小的时候，老人们经常讲起，听后让人觉得这种执著很可怜。

前几年，有一部很出名的电影叫《云水谣》。我虽然没有看过，但别人给我讲了里面的情节：上世纪40年代，两个台湾年轻人一见钟情，并成了亲。后因政治动乱，男的辗转来到大陆，奔赴朝鲜战场当兵，并把名字也改了。此时他结识了一位战地护士，由于种种原因，最终与她结了婚。而身在台湾的那个女人，始终坚贞不渝，并以儿媳的身份主动担负起照顾他母亲的重任，开始了漫长而无望的等待。后来两岸关系有所好转，她有机会来大陆办画展，在养女的帮助下，终于打听到了丈夫的消息——他多年前在西藏雪崩中殉难了。此时，她已苦苦等了近60年。这部影片是根据《台湾往事》改编的，由两岸三地多位知名演员联合演出，2006年国内票房排名第八。据说很多人看了后，都感动得流下眼泪。

还有，以前法王去印度时，在香港停留过一段时间，当时很多香港居士都赞叹一部电影——《妈妈再爱我一次》。剧中讲述了一位精神病医生留学归国后，偶然发现院中的一名病人，竟是他失踪18年的母亲……该剧主题是“世上只有妈妈好”，刻画了母亲的崇高、母爱的伟大。这部电影十分感人，观众们看后哭成一片，是一部公认的“哭片”。在我们眼里，这片子最打动人的地方，其实是母子聚合与离别的场面，这即是佛经中讲的爱别离苦。

这样的故事还有很多，如牛郎与织女、梁山伯与祝英台、陆游与唐婉……讲的都是人和人之间的互相执著。由于他们没有证悟空性，不了解一切聚散都是因缘，所以一旦面临生离死别，就万分痛苦、肝肠寸断。这种痛苦被搬上荧屏之后，人们也觉得非常真实。然而在通达佛法的人看来，这一切只不过是因缘而已，没有什么好耽著的。

《法苑珠林》中就讲过一个人，丈夫被毒蛇咬死了，她并不悲痛，什么感觉都没有。旁人觉得奇怪，问：“你为何不伤心啼哭？”她说：“夫妻犹如林中的飞鸟，有缘即合，无缘即离，没什么可痛苦的！[[173]](#footnote-173)”后来，这就演变成俗话所说的：“夫妻本是同林鸟，大难来时各自飞。”可见，夫妻聚合只不过是暂时的缘分，因为各自业力不同，一旦大难来临，只有独来独去、各奔东西。《毗奈耶经》亦云：“一切恩爱久共处，时至命尽会别离，路宿树下且随飞，妻子眷属皆如是。”

同样，上师和弟子、老师和学生的关系也是如此。以前我读师范时，班里有九个凉山州的同学，他们只读两年，而我们读四年。所以，两年后他们离开时，全班三四十个同学抱着这九人不放，舍不得让他们走。大清早去送行时，一两个人抱一个，哭得稀里哗啦。后来老师批评说：“车马上就开了，车票都已买好了，你们不放不行！”于是，大家只好抱着、哭着把他们送进了车站，一路引来了许多人的围观。这是什么原因呢？就是因为当时没学过“爱别离苦”。（众笑）

其实，只要以智慧认真观察，就会发现亲友也不一定是真正“亲”。比如，父母自以为对孩子情深意切、甚为慈爱，可这种慈爱完全是颠倒的，最终只能害了他们。为什么这样说呢？你们想想：儿子小的时候，衣来伸手、饭来张口，父母为他做好所有的事，到了成家立业之时，又为他迎娶作为终身伴侣的妻子，这实际是把他捆缚在了轮回的绳索上。常有许多老居士说：“上师您加持加持，我家孩子快30岁了，马上过期了，一定要……”那天还有个人给我打电话：“上师啊，怎么办呢？我家‘传承’断了！”因为她开始是在讲学《入行论》的情况，我就以为是《入行论》的传承断了，结果弄了半天才明白，她说的是家族香火的传承断了。

而且，父母还教给孩子如何制伏敌人、扶助亲友、发家致富等造恶的方法。就现在的父母而言，常教孩子从小怎么杀生，怎么吃蛇、吃虾、吃青蛙……有时在餐厅看到这一幕幕，真的觉得很悲哀。父母虽然很想对孩子好，但他们的“专业”除了杀盗淫妄，也教不出对今生来世有利的行为，这无疑会导致子女无法从恶趣深渊中获得解脱，恐怕再没有比这更为严重的坑害了。

要知道，真正去害一个人，不一定是用武器当面刺杀，日积月累的错误引导，对生生世世才是致命的毒害。当然，父母也不是故意去害子女，只是他们太愚痴了，由于受环境、教育等各方面影响，所作所为无一不是恶业。因此，在这种环境中长大的孩子，所学也只有造恶而已，除此之外，不会有优良、高尚的慈悲理念。即使子女偶尔因善根萌发，想学佛、出家或做善事，父母也会心生不满、横加阻拦，千方百计去破坏。由此可见，很多父母确实可怜，他们思维是颠倒的，行为也是颠倒的，最终不但利益不了子女，反而可能会害了他。

现在很多人说父母是最好的，这一点我们也不否认，正如刚才佛经所言，父母为儿女付出了很多心血，应当报答他们的恩德。但另一方面，对父母也不能太执著。曾有个人说：“如果我母亲死了，我一天也活不下去，要么一头撞死，要么……反正肯定会去死。一想到母亲不在了，我的心就崩溃了！”话虽如此，但你母亲若真的死了，你会不会撞死也不一定。可单单是你这种想法，就是不懂轮回的本性所致。

当然，父母也是一样，不应该对子女太执著，以为他百分之百对你有利。要知道，真正孝顺的孩子为数不多，那许多子女是怎样对待父母的呢？最初吸取父母身体的精华，中间抢夺他们口中的饮食，最后夺取他们手中的财产。父母再怎么疼爱儿女，他们也会反过来与父母作对。父母将毕生不顾千辛万苦、罪大恶极、臭名远扬而积累下来的财富，毫不吝惜地全部给予子女，他们却觉得这理所当然，无有一点一滴感激之情。在这个世间上，就算只给个普通人一把茶叶、请吃一顿饭，他也会喜不自禁地连连道谢，可是对子女来说，哪怕给了他一大笔钱、一套房子，他也满不在乎，觉得这没什么，还认为父母的财物由自己来享用天经地义。

而且，兄弟姐妹之间，也常为了财产而你争我夺，互不相让。平时他们从不关心父母，一旦父母重病垂危，就一个个都跑来了，生怕财产落入了别人腰包。纵然父母把财产给了子女，他们也没有答谢之意。即使父母已倾囊相送，他们却仍是一要再要，甚至父母念珠里有一颗记数用的精致珍珠，他们也会死皮赖脸地要走。

这种情况不仅藏地有，汉地实际上也很多。听说有个人自己条件不错，却把父母安置在一所简陋的房子里。这还不算，别人送给他父母一台电视，他回来看到了，忙说：“你们眼睛不太好，看不了电视。还是给我吧，我们年轻人喜欢看。”然后，父母只能眼睁睁看着电视被他搬走了……

其实子女这样对待父母，父母最终也会有怨气的。最近我去了几家养老院，那里的条件有好有坏，但有一点相同的是，很多老人都有自闭症。我敲门的时候，他们先是不出来，就算出来了也是怨天尤人，说这个、说那个，一肚子都是牢骚。他们始终觉得，所有人都很虚假、不值得信任，即使我们慈爱地给他些东西，他也觉得是骗人的。为什么呢？因为他最信赖的子女，如今都抛弃了他，那还有谁值得去相信呢？

明白这一点后，父母也没必要执著子女。就拿女儿来讲，倘若她贤惠善良、聪明能干，迟早会成为别人家的媳妇，对自己方面起不到什么作用；倘若她性情恶劣，成天在婆家吵架，最后呆不下去了，只好抱着孩子回娘家，给家人蒙羞。

其他的亲戚也不例外。当你财力十足、幸福美满时，所有人会把你奉若神明，明明不需要，他们也竭尽全力地帮助你，将饮食财产主动送上门来；而一旦你身败名裂、身无分文，即便没做一点错事，他们也像仇人一样对待你，纵然你诚心利益他们，所得到的也是恩将仇报。

由此可见，子女、亲友等无有丝毫实义。故佛在《菩萨本行经》中说：“富贵荣禄，众苦之本；居家恩爱，犹如牢狱之中。”荣华富贵都是无常的，如果去执著，就会成为众苦的根本；家人恩爱也是如幻的，如果去贪执，只会将自己束缚在轮回的牢狱中。

尤其是当今时代非常现实，有些人退休前门庭若市，退休后门可罗雀；退休前一呼百诺，退休后呼天不应；退休前众星捧月，退休后鞍马稀少。现在世风日下、人心不古，许多人从官场上退下来后，常有“人走茶凉”的慨叹。所以，若能明白这些道理，自己对很多人和事就不会那么执著了。

《大庄严论经》[[174]](#footnote-174)中有这样一则故事：从前，有个人叫称伽拔咤，他家世代都是巨富，但到他这一代开始没落，财力衰耗，最后变得一贫如洗。这时所有亲友都不理他，反而轻蔑他，不把他当人看。他实在无法面对，只好痛苦地背井离乡，去往别的国家谋求生路。经过多年不懈的努力，他终于获得了大量财富，准备返回家乡。

亲友们听见他回来的消息，立刻改变态度，纷纷拿着食物、香花等到路上迎接。他得知后，故意衣衫褴褛，混杂在前头仆人的队伍里。他昔日贫困潦倒时还是青年，如今成了富翁已是老人，所以谁也不认识他。

亲友们向他打听道：“衣锦还乡的称伽拔咤在哪里？”

他说：“还在后面。”

亲友们又向后面的人打听：“哪一位是称伽拔咤？”

回答：“刚才前面那位就是。”

亲友们忙回头找到他，责问：“你为什么这样做？”

他冷淡地回答：“你们想见的称伽拔咤，坐在后面的骆驼上。当年我穷途没落时，诸位不理睬我，而现在却忙着来迎接。事实上，你们不是迎接我，只不过是为了我的财产，这些财产就放在后边的骆驼背上！”[[175]](#footnote-175)

可见，亲朋好友的恭维、尊敬，不一定是真心的，往往都怀有各种目的。原来某地一个活佛去了美国，五六十年没有回国，后来有一次他要回来，亲友们兴奋得不得了，里里外外张罗了很长时间。但那个活佛回到家乡后，可能因为是修行人吧，对所有人一分钱都没给，只是平平淡淡见了个面。结果他离开的时候，一个人都不去送。

所以，在现实生活中，亲怨有时很难分辨。以前阿凡提当州长时，来往于他家的人络绎不绝。一天，邻居冒昧地问：“你家每天有这么多客人，你到底有多少朋友啊？”阿凡提回答：“等我不当州长、削职为民时，那时候再告诉你。”其实他也很清楚，一旦自己下了台，就不会有这么多“朋友”了。所以，执著亲友没有丝毫意义。

关于断除对亲友的贪执，米拉日巴尊者就有很好的教言。当年尊者在光明洞闭关时，有一次去孟津化缘，被一对老夫妇请到家里应供。老夫妇见尊者长得不错，修行也好，就问他：“你从哪里来？有没有亲人？”尊者答言：“我舍弃了家乡，也没有亲人，我就是这样一个乞丐。”老夫妇听后，说：“我们也没有子女，你就做我们的义子吧！我们有块好地，你可以去耕耘；然后再找个好姑娘，生个可爱的儿子，这样一来，你不久就会有很多亲友了。”

米拉日巴尊者说：“这一切我都不需要，我舍弃他们还来不及呢。”于是以歌唱道：“子初悦意如天子，慈愍之心难形容，中间过分催索债，虽施一切无悦时。别人之女迎入内，大恩父母逐出外，父亲呼唤不答复，母亲呼唤不应声，后成冷淡之邻居。勾结狡者造恶业，自生怨敌刺痛心，应断轮回之耙绳，世间子孙我不求。”

意思是，儿子刚降生时犹如天子，可爱得不得了，但长大后就成了讨债鬼，即使给他一切，也没办法取悦他。待他把别人的女儿娶回家，就会把大恩父母逐出门外。父母怎么呼唤，他也不搭理，就像关系冷淡的邻居一样。甚至他还与恶人勾结，做尽坏事，刺痛父母的心。故应断除轮回的绳索，世间的儿子我不要。

老夫妇又说：“儿子的确可能会变成仇人，那么就要一个女儿吧，女儿还是很可爱的。”尊者又以歌唱道：“女初笑颜如仙童，掠夺财宝具大力，中间讨债无尽头，父前公开索要走，母前暗地偷偷带，施给不知报恩德，嗔恨大恩之父母，后成红面罗刹女。若善他人之荣耀，若恶自己祸害源，祸害魔女刺痛心，断除无觉之忧愁，祸根之女我不求。”

老夫妇不甘心，继续劝道：“没有子女也倒不要紧，但若连一个亲戚都没有，你会处处受人欺侮的。”尊者摇摇头，唱道：“亲友初遇见欢颜，密切来往漫山谷；中间酒肉如还债，送他一次还一度；后成贪嗔争吵因，恶友讼因刺痛心。舍弃乐时之食友，世间亲友我不求。”

汉地、藏地都有这种情况：开始的时候，亲友之间你请我、我请你，显现特别热情；到了中间，就开始讲条件了，你请一次，我才还一次，不像最初那样了；最后关系越来越僵，甚至还会互相争吵。这就是世间的亲友，对此也没必要希求。

总而言之，儿子、女儿、亲友等，都不应该去执著，这就是所谓的看破今世。尽管这一点很难做到，但作为修行人，只要懂得了爱别离苦，定能慢慢看淡这一切。否则，你天天想孩子、想父母、想朋友……心里装的都是这些，那根本不会有修行的时间，也不会有大慈大悲的位置。

当然，对在家人而言，将子女亲友完全看破并抛弃，也是不现实的。但即便如此，你也不能太执著。毕竟聚散离合是轮回的规律，明白这个道理后，修行自然比较成功。否则，你都修行很长时间了，亲人离去还特别痛苦，甚至不想活下去，那就不是修行人了。所以，大家要好好观修爱别离苦！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十五节课

思考题

219、什么是求不得苦？遇到这种痛苦时，什么样的人可以轻易化解？什么样的人会越来越痛苦？你属于哪一种人？

220、什么是不欲临苦？请引用《窍诀宝藏论》的教证详加说明。了知这个道理后，你应当如何发愿？

221、通过学习“人类之苦”，你最大的收获是什么？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

下面继续学习“人类之苦”中的第七个——求不得苦。

所谓求不得苦，是指世人欲望无有限度，因各自职业、地位、爱好、身份等不同，以致所求目标也各式各样，若对自己所爱乐的事物，如财产、地位、美色等，求之而不能得，这种痛苦即为求不得苦。如《大毗婆沙论》云：“求如意事，不果遂时，引生众苦，故名求不得苦。”

平时我跟许多人接触的过程中，常发现他们的苦受、烦恼、忧愁，大多数都是求不得苦。尤其是现在的世间人，因看得太多、听得太多，以致所追求的目标和花样也很多。他们见到别人穿高档衣服、吃美味佳肴，住奢华豪宅、开高级轿车，自己没有的话，就会特别伤心。而我们学佛的人完全不同，尤其是观过轮回痛苦的人，对世间一切不会特别执著。如果各方面因缘具足，你有这些外在条件，那去享用也可以；但若实在得不到，自己也能坦然接受，并不会苦苦强求。

所以，当今时代确实需要精神食粮，有了它，无论遇到什么情况，都有一种面对的勇气。否则，内心的欲望得不到满足，就觉得自己极其倒霉、一无是处，这样想的结果，只能产生越来越大的精神压力，弄得自己无所适从。

要知道，梦想与现实之间有距离，许多事情不一定如愿以偿，这是很正常的。《仁王般若经疏》也说：“事与愿违者，即是求不得苦。”但世人达不到自己的目标，心里往往会产生忧愁、悲伤，如《六度集经》所言：“事与愿违，忧悲为害。”这是没有必要的。如果你学过大乘论典，心胸就会非常开阔，所求的东西得到了，不会过于欢喜；得不到，也不会过于伤心。因为你知道这一切都是因缘，因缘具足时，不费力也会自然成功，而如果因缘不具足，再努力也无济于事。

因此，对很多心理不平衡的人来说，佛法是内心创伤愈合、防止再次受伤的甘露妙药，只要你心态健康了，即使身体上有病，状况也不会太糟糕。当然，最快乐的人，是身体健康、心理也健康，若能具足这二者，就算没有财富、地位、受用，也会活得快快乐乐。否则，纵然你天天住得好、吃得好、穿得好，可是心里的隐患不断发作，外在的物质条件再好也没用。所以，许多发愿文都提到要回向“身心健康”，这也是修行中不可缺少的顺缘。

其实，用佛教的慈悲观、人生观调伏自心，对心理健康会起到很大作用。有些人以前像发疯了一样，时刻都在为生活、感情所困，但学佛后明白一切都是因缘，想通了也就放下了，反而觉得过去特别疯狂，对自己经常呵斥——还是从文字上讲吧，不然我一直发挥的话，待会儿又该讲不完了！

庚七、求不得苦：

在这个世界上，不管是谁，没有一个不渴求幸福快乐的，趋乐避苦是人人与生俱来的天性，可真正能如愿以偿的却寥寥无几。有的人为了舒适安乐而建造房屋，没想到房屋突然倒塌，自己被埋在里面；有的人为了充饥果腹而享用饮食，结果却染上疾疫，危及生命；有的人为了身体健康而服用药物，结果竟发生反应，提早离开人间；有的人为了获取胜利而奔赴战场，结果一命呜呼、客死异乡；有的人为了谋求利润而拼命经营，结果被仇人毁得倾家荡产，沦为乞丐……

无论是什么样的人，虽然都有自己的目标，如农夫希望庄稼丰收，知识分子希望学业有成，公务员希望在政界中得到高位，但在所有的目标中，我觉得大乘佛教的目标最不可思议。为什么呢？一是它时间漫长，从初发心乃至成佛之间；二是它范围广大，利益三界的一切众生。相比之下，如今被称为“世界上最伟大的人”，也只是帮助了一部分人类而已，实无法与大乘的愿力同日而语。

曾有一位法师说：“愿大，力就大。”我特别喜欢这句话。的确，她在这种信念的支持下，利生事业不可思议，非常广大。可见，一个人能否有所作为，关键要看愿力大不大。如果愿力很大，想帮助全世界的苦难众生，那力量和机会自然会具足，短时间内这种因缘也可以成熟；反之，假如成天想的只是自己好好生活，那么，所作所为也就只能围绕着这个而已。

其实，求不得苦往往是源于狭隘的思想。倘若一味只为了自己，得不到预期的财富、地位，必定会因此而苦恼。对我们很多人来说，除了圣者以外，为自己流泪的人比比皆是，为众生流泪的却寥若晨星。由于每个人有强烈的我执，因而，感受求不得苦的人多之又多。

放眼周围，无数人为了今生的幸福、受用，尽心尽力地辛勤劳作，他们却并不知道，如果没有前世的福德因缘，今生再努力也无济于事，到头来不但得不到这些，甚至解决暂时的温饱也成问题。我就有这么一个亲戚，在我很小的时候，他就为生活而四处奔波，前不久我在一所寺院又见到他，他辛苦一辈子所追求的快乐和财富，到现在还没有得到。可见，就算是小小的希求，有时也需要前世的因缘。

这一点，出家人、在家人都一样。即使每个人拥有同等的缘分，但由于各自福报不同，最后的结果也会千差万别。就算是同一个老师教出来的学生、同一个父母所生的孩子，未来的命运也都有天壤之别。所以，我们不得不承认，若想得到梦寐以求的东西，除了勤奋努力之外，前世的因缘也不可或缺。

佛经中就有这样一则公案[[176]](#footnote-176)：从前，印度王舍城有很多富翁，他们中拥有一亿财产的，都住在“一亿里”这个富人区。当时有位商人为了能成为其中一员，拼命工作、缩衣节食，将毕生心力投注在累积财富上。经过数十年的努力，眼看着家产将近一亿了，商人却在此时积劳成疾而病倒。临终前，他告诉妻子，希望年幼的儿子将来继承他的遗愿，成为拥有一亿家产的富翁。

商人死了之后，妻子含泪将遗嘱告诉儿子。儿子听完母亲的话，让母亲把财产交给他处理，并承诺很快就能住进“一亿里”。母亲放心地将财产交给他，岂料他广行布施，供养三宝、周济穷人，不到半年光景，所有的家产全部散尽。更不幸的是，儿子此时得了重病，短短数日便死了。商人的妻子见财产没了，儿子也死了，悲痛欲绝、伤心万分。

儿子由于生前布施而种下善因，不久即投生在“一亿里”的首富家中。这位家财万贯的富翁，年过八十仍膝下无子，如今喜获麟儿，实在开心不已。但这刚出生的儿子却生性奇特，不论谁来喂哺都不肯进食，夫妻俩焦虑万分，到处探寻良策。事情很快就传开了，商人的妻子听到这个消息后，好奇地前去富翁家中尝试，没想到婴儿一到她手上，就马上开口进食。富翁见状大喜，于是和夫人协议，以厚礼为聘，请商人的妻子到家中居住，就近照顾儿子。

有一天，怀里的婴儿忽然开口对她说话：“您不认识我了吗？”她听后大惊。婴儿又说：“不要怕，我是您的儿子。因为上供下施的福报，所以投生到一亿里的首富家，这就是布施功德的不可思议啊！”

所以，前世的愿力和因缘，我们每个人不得不承认。现在有些佛教徒，从他们言行举止中看，只顾眼前及时行乐，对后世却漠不关心，这完全是唯物论者的做法，跟只管今天、不管明天的行为一样可怕。当然，这也与从小教育及成长环境有关，在这样的背景下，许多人即使表面上承认后世存在，也只是说说而已，并没有积极为后世积累资粮，这种做法不太合理。古大德曾一再教诫我们：“勤劳如山王，不及积微福。”一个人再怎么勤劳，也不如积累微小福德的作用大。所以，单靠勤奋努力不一定能成办大事，若在做事的同时，花钱念经或作些功德，顺缘的力量才非常大。

其实，我们从无始以来，将全部精力都放在世间琐事上，一辈子只关心成家生子，孩子长大后再成家生子……却从不为来世作任何打算，这样在轮回中没完没了地流转，上演种种恩怨情仇，可结果呢？只是痛苦而已。许多人为了今生的目标，上半生和下半生都在百般努力，这份精进若能用于修持正法，恐怕现在早已成佛了。即使没有成佛，也绝不至于再度感受恶趣的痛苦。

像我们学院的出租车司机，每天三四点钟就起来，晚上十一二点还在那边。他们一天的所作所为只为赚钱，甚至晚上都不回家，一直睡在车里，第二天一早就起来招客人：“阿可[[177]](#footnote-177)、阿可，到不到炉霍？”“阿可、阿可，去马尔康吗？”试想，他们若是每天三四点起来发菩提心，为众生而努力修行，那么短短十几年中，成就必定不可限量，即使没有成佛，至少也能看破世间了。还有《云水谣》的那个女主角，如果用近60年一直观想佛陀，而不是对一个男人朝思暮想，生起次第肯定早已修成了。

然而，世间人把心思和精力，全都用在没有意义的事情上。尤其是他们最执著的感情，正如一本书中所言，它是耗尽光阴、耗尽青春、耗尽钱财的魔术，最终只能是竹篮打水一场空。到头来，当你面对死亡时，究竟得到了什么？一无所有！纵然你是腰缠万贯的大富翁，离开人间时一分钱也带不走；纵然你是亿万人之上的国家总统，死时一个眷属也无法跟随。因此，佛陀所讲的生老病死等道理，完全是以理服人，不是以势压人，真正有智慧的人应该能接受，因为这也是他们有目共睹的事实。

明白这一点后，大家应当这样想：“如今我已经遇到了大乘佛法，依止了善知识，依靠经论也知道弃恶从善的分界。此时此刻，我千万不能再将精力放在轮回琐事上了，一定要修持真实的正法！”当然，要像以前噶当派和宁玛派的大德那样，将精力100%用于修行，我们恐怕也做不到。尤其是城市里的人，一个礼拜能空出一天或半天学佛，就已经很不错了。他们自己都特别惊讶：“以前我的时间全用来吃喝玩乐，现在一周还能抽出半天学习佛法、闻思修行，我的境界这么高啊！”确实，跟过去相比，你是有所进步。但七天中只用半天学佛，其余六天半都在散乱，而且你的“半天”也许只是听两堂课，就两个小时而已，这样的话，和真正的修行人比起来，还是差得相当远。

相较而言，我们学院的出家人，从早到晚除了闻思修行，散乱确实非常少，大多数的时间都安排得很紧。昨天有个道友就说：“哎哟，我们又听课、又背诵、又讲考、又辅导……耳朵一直都嗡嗡响。”其实这样也好，毕竟这些都是善法，若能一直这样下去，活多少年就学多少年，对世间沉迷得没有那么厉害，临死时也会有一点把握。所以，大家应当珍惜自己的时间，虽说完全舍弃世间有点困难，但最好能多用于修行方面，这对每个人来讲非常重要！

庚八、不欲临苦：

在现实生活中，可以肯定地说，希望自己受苦受难的人，这个世界上一个也没有。然而，即便不愿意受苦，痛苦也会自然而然降临，这就是不欲临苦。

比如，我们不想生病、不愿被别人束缚，但业力现前时，除了生死自在的成就者以外，我们想逃也逃不掉，就算不想感受痛苦，也很难如愿以偿。还有因往昔业力所感，成为国王的臣民、富翁的奴仆、老板的员工等那些人，完全是身不由己，不愿意也必然要受主人控制。他们哪怕只犯了微不足道的错误，也会大难临头，措手无策。即使当下被带到刑场，也只好硬着头皮跟着去，自己一点权利也没有。甚至他们不想犯罪或破坏纪律，但在业风吹动下，常常不由自主。包括有些出家人，很希望一生戒律清净，但在业力现前时，自己也无力抗拒……以此为例，我们就能明白所谓的不欲临苦。

拿苏东坡来说，很多人只知道他是北宋著名的文学家、书画家，曾任翰林学士，官至礼部尚书，却不知道他前世是个出家人。其实他自己也在《南华寺》中提过：“我本修行人，三世积精炼，中间一念失，受此百年谴。”意即我本来是个修行人，曾于三世中一直积累资粮，但因一念之差落入尘世，招来了这一生的忧患。

据说他的前世是五戒和尚，一目失明，为某寺院住持。有次他在山门外发现一丢弃的女婴，就带回寺中让一名和尚养大，取名红莲。红莲长大后清秀动人，五戒见到生了一念贪心，并因此而破了戒。他有一个师弟叫明悟，在定中察觉此事后，借机作诗点醒了他。羞愧之下，五戒坐化而去。明悟见后心想：“师兄错走这一步，下世可能会毁谤佛法，永无出头之日。”于是他也赶紧坐化，紧追五戒投胎而去，这就是后来的佛印禅师。

之所以说苏东坡是五戒和尚，也因为他这一世有许多迹象可寻。比如他母亲刚怀孕时，曾梦到一僧人来托宿，僧人风姿挺秀，一只眼睛失明。还有，苏东坡在抵达筠州前，云庵和尚、苏辙、聪和尚同做一梦：三人一起出城迎接五戒和尚。而且苏东坡自己也说，他在八九岁时，梦到自己前世是位僧人，往来于陕右之间[[178]](#footnote-178)。可能是前辈子的习气吧，他此世虽是在家人，却总喜欢穿出家人的衣服，平时在他的朝服下面，往往就穿着僧衣。（有人常问：“汉地怎么没有活佛啊？”其实是有的，苏东坡就是一例。）

通过这个公案可以了知，五戒和尚原本道行清净，修行不错，但因为那段孽缘，以至于不得不感受轮回的痛苦，并对后世有一定影响。当然也正由于他出家修行过，故而后世不同于常人，不管在诗学方面，还是佛教研究，都有相当深的造诣，并且利他之心非常明显。所以，善恶有报、因果不爽的道理，在他一人身上全都体现了。

关于不欲临苦，无垢光尊者在《窍诀宝藏论》中也有描述。如云：**“家人亲友虽欲恒不离，相依相伴然却定别离。”**亲朋好友相依相伴、难分难舍，希望能天长地久永不分离，但在无常的袭击下，到了一定时候，也会死的死、散的散，只有随业力各奔东西，最后留下来的，徒有思念而已。如李白在《静夜思》中云：“举头望明月，低头思故乡。”——你们好多出家人，想不想家啊？离开了家人亲友，独自回忆他们时，痛不痛苦？

**“美妙住宅虽欲恒不离，长久居住然却定离去。”**对修行人而言，最执著的寺院、茅棚或学院，自己希望恒时不离开，永远都住在这里，但也是不现实的。无论是由于共业还是别业，因缘散了的话，不要说永远，就算呆一刹那的机会也没有。世间人也是一样，买了一幢房子，就认为永远是自己的，这也不一定，无常一旦到来，即使你再不想离开，也不得不接受无情的事实。

**“幸福受用虽欲恒不离，长久享受然却定舍弃。”**幸福的生活、丰足的受用，虽想永远拥有，稍许也不愿离开，但无常来临之际，这些也必定要舍弃。《大庄严论经》亦云：“家中有财宝，五家[[179]](#footnote-179)之所共。”你认为是自己的财物，过段时间不一定还是你的，可能统统会被别人使用。有些道友认为“这是我的钱包”，但不小心在路上掉了，就成了别人的了。昨天有个人说：“我的手机掉了。打过去，刚开始是无法接通；再打一次，通了但没人接；又再打一次，就关机了。这是什么原因呢？”我说：“这是你的手机已经被别人享用了。”所以，我们对自己的财物虽然不想离开，但终究还是会离开的。无垢光尊者的这些窍诀非常甚深，大家要好好体会！

**“暇满人身虽欲恒不离，长久留世然却定死亡。”**有了暇满人身，就有了修行的机会，尽管我们很想长久留住，可是人生短暂、无常迅速，真正能闻思修的时间也不过几年。《杂阿含经》中云：“觉世无常，身命难保。”因而作为修行人，一定要珍惜学佛的机会。以前有个人生了邪见后，口口声声威胁别人：“那我不学佛了！那我不学佛了！”我们虽然没有像他那样，但就算自己想学佛，这个人身能用多久也很难说。

**“贤善上师虽欲恒不离，听受正法然却定别离。”**对慈悲贤善、唯有利他心的具相上师，很多弟子都想永远不离开，但这也是不可能的。有时候上师会圆寂，有时候是弟子圆寂，有时候师徒虽都未圆寂，但也会以各种因缘而分开。所以，上师如意宝常引用这个教证说：“我们师徒如今欢聚一堂享受大乘佛法，但再过段时间，这只能成为美好的回忆了，除此之外，一切都会烟消云散的。”确实，我们很想永远在上师面前听受正法，但这是不可能的，历史上没有永不分离的师徒。所以，有了听受正法的机会，每个人一定要珍惜！

**“善良道友虽欲恒不离，和睦相处然却定分离。”**具有出离心、慈悲心、菩提心的善良道友十分难得，虽然希望永远不要分离，与他在菩提道中恒时相伴、和睦相处，但这也是做不到的。

最后，无垢光尊者说：**“今起该披精进之铠甲，诣至无离大乐之宝洲。于诸生深厌离道友前，无有正法乞人我劝勉。”**了知这些无常的道理后，我们要立下坚定誓言：从现在开始，应披上精进的铠甲修持正法，以趋至永不分离的大乐宝洲——佛果。无垢光尊者还谦虚地说：“于轮回深生厌离的诸道友面前，我虽是没有修成正法的乞丐[[180]](#footnote-180)，但也真诚地以此教言进行劝勉。”

总之，一切万法都是因缘所致，若想避免求不得苦，获得财产受用、幸福名誉等善果，必须要有往昔积德的善因，有了这样的因，果才会不求自得。以前洛若寺的金旺堪布就常说：“有福报的人不管到哪儿，即使是监狱，也会自然得到快乐。”比如在“文革”期间，藏地许多大德身陷囹圄十几年、甚至二十几年，有些人因为有福德，在监狱里过得很舒服，有吃不完的东西；而没有福德的人，结果就饿死了。所以，具足福德的人无论在哪里，都会像慈力王子[[181]](#footnote-181)一样，时时处处遇到顺缘。反之，如果不具备这样的因，就算再怎样兢兢业业、勤勤恳恳，非但不会如愿以偿，反而可能适得其反，遭遇不幸。

明白这个道理后，大家应息灭自己的贪欲，依靠知足少欲这一取之不尽、用之不竭的财宝，尽量过一种安贫乐道的生活。否则，作为修行人，该舍弃的已舍弃了，该放下的也放下了，若还不集中精力修行正法，入佛门后每天放逸，忙于各种世间琐事，那只能是自寻烦恼、自讨苦吃，最终会受到诸佛菩萨、护法神的呵责。甚至，有些金刚道友也会谴责你：“这个人明明都报名学习了，却天天忙别的，今天这个借口、明天那个借口，始终不来学习……”

现在外面的个别道友，闻思特别精进，两三年来一堂课也没落，再怎么忙都能赶上进度，这种求法之心特别好。而有些人却与此相反，他们天天找借口不上课，今天是“我朋友要结婚了，请个假”，明天是“我们领导要出去玩，请个假”，后天是“我父亲生病了，请个假”，大后天是“我的胃特别痛，请个假”……这样把学佛时间都耽误了，其实欺骗别人就是欺骗自己！

或许是见到末法的这种现象吧，米拉日巴尊者也唱了一首道歌。这首道歌的缘起是这样的：当时有两个格西，分别是罗顿、达罗。达罗不好好修行，天天以因明的方式说人过失，后来在与米拉日巴尊者辩论中，因失败而于嗔恨心中死去。罗顿见了，一方面既怕又愧，一方面对尊者的修行生起了信心，于是到尊者面前恭敬求法。以此缘起，尊者为他传授了教言，并通过呵责的方式，先让他远离形象学法，待他的相续堪能时，又把密法甚深窍诀传给他。最终罗顿通过真实修行，也成为非常了不起的修行人。此故事出自《米拉日巴尊者道歌集》，你们最好是看一下。

那么，尊者是怎么教诫罗顿的呢？他说：**“本来佛陀世间主，为摧八风[[182]](#footnote-182)说诸法，如今自诩诸智者，岂非八法反增长？”**大慈大悲的佛陀宣说八万四千法门，本是为了摧毁众生的世间八法，可如今自诩为“智者”的某些人，打着佛教的幌子，拼命追求名声、财富、恭敬，世间八法岂不是反而增上了吗？此举完全与佛陀的教法相违。（曾有个领导说：“你们有些出家人去茶馆，这与释迦牟尼佛的教法相违。”我说：“去茶馆不要紧吧，佛陀也没规定出家人不能喝茶。但若是去茶馆做非法事，那就不太好。”可能这些人的要求太高了，只要在寺院以外看到出家人，就认为与佛陀的教义相违，这种认识也有待观察。在我看来，出家人若整天宣传自己，追求名利等世间八法，根本不想众生的利益，才是违背了佛陀的教义。）

**“如来护持诸戒律，为断俗事而宣说，如今持戒诸尊者，岂非琐事反增多？”**佛陀在《毗奈耶经》等中制定各种戒律，目的是为让修行人生起出离心，断除一切世间琐事。可如今持戒的诸位尊者，不论是在家居士还是出家僧人，世间琐事岂不是反而增多了？

**“往昔僧人之威仪，为断亲属佛宣说，如今僧人诸威仪，岂非过分顾情面？”**佛陀往昔规定僧人的威仪，是为断除对亲友的一切牵挂。可如今僧人们护持威仪，岂不是太顾及亲友的情面了吗？作为一个出家人，如果天天给家里打电话，边哭边说：“给我母亲听听，给嫂嫂听听，给姐姐听听……”对亲友的情况，比在家人还关心，这不太合理。

**“总之若未念死亡，修持正法徒劳矣！”**总而言之，修行人若没有忆念死亡、看破今世，修持正法必定徒劳无益。

综上所述，通过学习人类的三根本苦、八支分苦，大家应当明白：四大部洲的人类均无安乐可言，尤其是我们这些南赡部洲的人，如今正处于五浊恶世[[183]](#footnote-183)，没有一丝一毫的安乐，唯有感受痛苦。然而，许多人由于太过愚痴，不但不觉得轮回很苦，反而认为社会越来越发展，生活水平越来越高，这样的生活特别快乐。正如寂天论师所言：“轮回虽极苦，痴故不自觉，众生溺苦流，呜呼堪悲悯！”他们并不知道，在这些五光十色的科技背后，伦理道德日益下滑，贪嗔痴烦恼日益增长，人类的痛苦远远超过以往。

随着年复一年、月复一月、日复一日，这个时世会越来越污浊，劫时会越来越恶劣，佛法会越来越衰败，众生的幸福也会逐渐减灭，想到这些，谁还会贪图一时的快乐？再者说，就算我们暂时很快乐，但南赡部洲是业力之地，一切苦乐、凶吉、高低等都是不定的，执著这些只能带来无尽苦恼。因此，通过观察这些有目共睹的事实，我们今后一定要学会取舍。

诚如无垢光尊者在《窍诀宝藏论》中所云：“有时观察自现之顺缘，了知自现觉受现助伴；有时观察有害之逆缘，即是断除迷执大要点；有时观察道友他上师，了知贤劣促进自实修；有时观察四大之幻变，了知心性之中无勤作；有时观察自境建筑财，了知如幻遣除迷现执；有时观察他人眷属财，生起悲心断除轮回贪。总之于诸种种显现法，观察自性摧毁迷实执。”

意思是说，有时观察修行的顺缘，了知为自现之后，可以变成觉受的助伴；有时观察有害的逆缘，此时正是断除迷执的大要点（别人本想制造违缘害你，但在这个过程中，你一观心就开悟了。即使没有大悟，也会有一些小悟）；有时观察其他的上师或道友，就会了知贤劣差别，促进自己修行；有时观察四大幻变，见它一会儿显、一会儿无，自会通达心的本性；有时观察自己的房子、财产等如幻如梦，可以斩断对迷乱显现的执著（比如我刚开始是草皮房，然后是板皮房、绷壳房、水泥房……最后什么都没有了，死后全部留在人间，故没什么可耽著的）；有时观察他人的眷属、财产，则会生起大悲心：“这些变幻不定，为什么人们如此执著啊？”从而断除对轮回的贪执。总之，对于一切种种显现，理应观察其自性，以摧毁自己迷乱的实执。

如今你们各班正在学习《窍诀宝藏论》。在学的过程中，大家应好好思维这些殊胜内容，并依照尊者所说的去实地修行！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十六节课

思考题

222、非天要感受什么样的痛苦？请引用公案详细说明。

223、转生非天的因是什么？你相续中是否有这种烦恼？打算如何对治？

224、从欲界、色界、无色界的角度，分别叙述天人所感受的痛苦。明白这个道理，你还会希求人天福报或死后升天吗？请谈谈你的体会。

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天继续讲“轮回过患”中善趣的痛苦。人类、非天、天人这三界叫三善趣，虽比三恶趣快乐，但也不离痛苦，下面就叙述非天的痛苦。

非天，又名阿修罗。《楞严经》中说[[184]](#footnote-184)，阿修罗依胎、卵、湿、化四生而分四种，其中胎生者为人道所摄，湿生者为旁生道所摄，化生者为天道所摄，卵生者为鬼道所摄。还有《法华文句》中讲，阿修罗有两种：“鬼道摄者，居大海边；畜生道摄者，居大海底。”可见，各经论对非天的描述不尽相同。

通过学习非天的痛苦，大家就会明白，即使非天是善趣，那里也不会有快乐。尽管他们的受用、相貌、能力跟人类相比，远远超胜，但就像人类中有智慧、富裕、强势的人一样，虽为愚痴、贫穷、弱小之人所羡慕，但其身心也不离痛苦，同样要遭受三苦的逼迫、折磨。

所以，学了这样的大乘佛法，每个人要知道：三界中任何一处，都不会有真实的安乐。现如今，有些众生正在感受苦果；有些众生虽未感受现行痛苦，但却在造痛苦之因，时时处于行苦之中，苦果很快就会现前。因此，有智慧的人依靠学习经论，会深深认识到佛经中“三界无安，犹如火宅”的道理。

戊五、非天之苦：

本来，非天在前世造过布施等善因，今生的财富受用可与天人相媲美。但由于他们往昔妒贤嫉能、好争好斗，七种慢基本都具足[[185]](#footnote-185)，以此恶习、业力所牵，而感得阿修罗的身份。

就像人中的富翁一样，尽管有钱有势，但内心被嗔心之火燃烧着、被嫉妒心之水冲击着、被烦恼之风吹动着，在各种痛苦中不能自拔，根本无有快乐可言。同样，非天嫉妒心极为粗重，就是在自己的范围内，区域与区域之间、部落与部落之间，也总是争斗不息，格格不入，始终在战火纷飞中过日子。

在我们人间，像阿拉伯等有些国家，可能是非天的业感提前吧，十几年来硝烟弥漫，一直处于战乱当中，人们恐慌不安、特别痛苦。我们作为凡夫，人和人之间虽难免会有摩擦，但考虑到今生后世，还是应尽量与人和睦相处。

我常常在想：当今社会跟古代完全不同，现在人无论出家、在家，时时处处都离不开合作。假如一个人合作能力差，跟大家不配合，不管他到哪个集体，都无有容身之地。所以，人的性格很重要，如果待人接物时互相忍让、包容，有种宽厚的心态，不但自己不会苦恼，给别人也提供了自由的空间。否则，一个人若性格不好、修行不好、脾气不好，就会给周围带来种种不安和烦恼。我们平时也感受得到，有些人虽是人的模样，但内在却是阿修罗的心——也许他前世是阿修罗队伍里的一名士兵吧，暂时来到人间发心工作，等工作结束之后，还要回须弥山的阿修罗群体中，继续“上班”。

当然，阿修罗也是很有福报的。《六趣轮回经》中云：“常行于谄诳，乐忿恚斗诤，由昔行施故，而作修罗主。”可见，往昔如果作过布施，今生才有机会生为阿修罗。因此，我们身为修行人，务必要把握好自己的心态，如果一边积累福报，一边嫉妒心很强，特别争强好胜，学了佛还不能调伏相续，来世则很容易投生为阿修罗，经常与天人发生战争。

那阿修罗为什么要跟天人打仗呢？原因是他们看见居于上方的天人财富受用尽善尽美，一切所需都是从如意树而生，于是嫉妒得不得了。更令他们怒火中烧的是，如意树的树根竟然长在自己境内……在这种嫉妒心的驱使下，阿修罗忍无可忍，身披盔甲、手持兵刃，全副武装前去与天人决一死战[[186]](#footnote-186)。

与此同时，平时温顺调柔的诸位天人，也来到粗恶苑[[187]](#footnote-187)取出兵器，准备迎战。（原本天人整日沉溺于玩乐歌舞，没有什么嗔恨心，但一到粗恶苑后，嗔恨心马上就生起来了。就像我们有些道友，平时性格还不错，但一谈到某某人，脸色就变了，以致嗔心大发、面目丑陋。）天界有一头护地神象，力大无穷，帝释天只要想它，它马上就知道，并幻变出三十三个头，一一头上有宝池、花、玉女、侍女等，来到帝释天面前。其余三十二个小王也是如此，只要帝释天一忆念，他们就会立即感应到，然后前往帝释天身边，不用一个个打电话去通知[[188]](#footnote-188)。此时，帝释天骑在大象中间的头上，三十二小王则骑在其余三十二个头上[[189]](#footnote-189)，由不可思议的天兵天将围绕，发出震耳欲聋之声，威风凛凛，势不可挡，前往与阿修罗决战的地方。

在双方浴血奋战的过程中，天人的金刚、宝轮、短矛、铁弩等，好似雨点般降下，打在阿修罗身上。尤其是帝释天的金刚威力无穷，只要一出手，必定令对方当场丧命。天人依靠自身的神变，能将大山抱在怀里顺手抛出。以往昔业力所感，他们身材伟岸魁梧，高度相当于笔直站立的七个人，相比之下，阿修罗就显得又矮又小。而且，天人除了断头以外，其余部位再怎么受伤，只要用天界的甘露涂敷即会恢复，绝不会导致死亡。然而，阿修罗却跟人一样，只要击中要害便会丧命，所以他们经常惨遭失败。

尤其当天人在醉天象的鼻上系上宝剑轮、派出天象时，顷刻间可使数十万阿修罗死于非命。由于游戏海[[190]](#footnote-190)下面居住着许多阿修罗，所以天人故意将尸体从须弥山上滚下，落入游戏海中，整个海水被染成一片血红……非天就是这样始终以战争虚度光阴的。

以上介绍了非天因如意树与天人作战的情形，很多佛经中对此都有描述。不过在《观佛三昧海经》中，还讲了另外一种因缘：阿修罗的始祖，娶了天界乾闼婆（乐神）的女儿后，乾达婆女不久就怀孕了，经八千年才生下一女（舍脂），容貌极为端正，天上天下无有过之者。帝释天见后为之倾心并去求婚，阿修罗王很高兴地把女儿嫁给了他。

帝释天如愿娶得阿修罗女后，便为她赐号“悦意”，对她百般宠爱。一天，帝释天到欢喜园，和许多婇女在池中嬉乐。悦意见了醋意大发，妒火顿生，暗中派五位夜叉向父亲告状：“现在帝释天不再宠爱女儿了，竟然丢下我，和婇女在池中游戏。请父王替女儿做主！”阿修罗王听了很生气，立即率领大军，向天界进攻。经过一场大战后，他们打败了帝释天。

帝释天东躲西藏，非常狼狈。此时有位天人提醒：“您是佛的在家弟子，佛曾说若遇大难，只要念般若波罗蜜咒，就能战胜一切困难。”于是帝释天持诵“揭谛揭谛，波罗揭谛………”，空中忽然飞出四只大刀轮，阿修罗王的耳鼻、手足全被砍掉，落入海中，使海水都变得血红。阿修罗王惊恐万分，走投无路之下，只好钻入莲藕丝孔中藏身[[191]](#footnote-191)。第一次战争就这样结束了。

然而，天人与阿修罗的战争，并未自此划下休止符。多年后，帝释天又爱上阿修罗王的另一个女儿，便派乐神前去求婚。阿修罗王觉得他实在欺人太甚，立刻发兵攻打天人。就在阿修罗将要攻下天宫时，帝释天又忆起上次的神咒，凭借神咒的威力，阿修罗军被杀得节节败退，只好再次退入莲藕孔中躲藏。（我们平时吃藕时，要仔细看看里面啊！否则，一不小心就会躲着个阿修罗王。据有些经典描述，阿修罗王比须弥山还高，但依靠他的神变力，有时也可以变得像蚂蚁一样小。）

帝释天攻入阿修罗城后，不见阿修罗王，只见城中有许多阿修罗女，就把她们全部掳走了。之后，阿修罗王派出一位使者，前去和平谈判，指出帝释天身为佛弟子，不应犯戒偷盗。帝释天想想也觉得理亏，于是答应归还阿修罗女，并赠送天人的甘露作为回报；阿修罗王也将爱女献给帝释天，并自愿受持三皈五戒，成为佛弟子。非天的“第二次世界大战”就此平息，但“第三次世界大战”，不知道什么时候开始。

可见，阿修罗王的力量非同小可。在《正法念处经》中，就记述了阿修罗王两次手障日月，造成日食月食的故事。他之所以有这么大威力，是因为往昔生为婆罗门时，有一次见佛塔起火，他极力灭火而使塔不坏，以此功德，发愿来世得到大身。但由于他仍不信正法，常爱斗战，故死后堕入阿修罗道，成了阿修罗王。

通过这个公案亦可了知，咒语的力量不可思议，能令天人转败为胜，打败非天。说到咒语的力量，我想起青海的一个喇嘛。有一次，青海的堪布门色仁波切病得很严重，法王听说后，就派我们几个法师前去探望，并以学院和法王的名义，祈求仁波切长久住世。当时学院的条件不像现在，虽然有一辆吉普车，却没有人会开。后来我们找来找去，找了个青海喇嘛，他基本上会开，然后带着我和慈诚罗珠等几位堪布出发了。

回来的路上，没到色达那个地方，下了一场雪，路有点滑。那个喇嘛开车技术不太好，经常忘记刹车，路上遇到好多坑时，“咣”一下就开进坑里了。不过他的信心还不错，每当有状况出现，我们让他踩刹车，他不踩，就一个劲儿念莲师心咒，祈祷莲花生大士。最后车终于陷进坑里了，尽管没有完全翻，但车身都倾斜了。我们好不容易把车弄出来，跌跌撞撞总算是到了洛若。

当时学院上坡的路不好走，这回他不敢开了，说：“哎哟，车里的这几条命比较重要，我去找法王的司机吧。”我们劝他：“那么远的路都开过来了，还是直接上去吧。”“不行不行，这路非常陡，我一定要找人。”于是他走上去请司机，然后把车开上来了。这个喇嘛如今还在学院，他眼睛也不太好，有时在路上看见一些石头，就“啊”一声大叫，赶紧刹车停在那儿。所以，他开车时不用技术，虔诚祈祷就可以了。（众笑）

话说回来，转生为阿修罗的根本因，其实主要是嫉妒心。前面也讲过，若对超过自己的人无法忍受、心生忧恼，这就是嫉妒。清朝雍正年间有个白太官，是当时八大武术家之一。一次他在回乡途中，恰巧遇到个小孩正对着一块大石头练功，掌到之处，火光四溅，功夫非同一般。白太官心想：“我家乡竟有这样的小孩，现在武功就如此了得，长大后肯定会超过我。”在强烈嫉妒心的驱使下，他竟生起杀心，一掌把小孩打死了。在断气之前，小孩怒目而视，咬牙切齿地说了一句：“你杀了我，我爹白太官定会找你报仇！”白太官一听，如五雷轰顶，方知杀的是自己儿子，但悔之晚矣。

因此，以嫉妒心害别人，终究会害了自己。莎士比亚曾说：“你要留心嫉妒啊，那是一个绿眼的妖魔！”的确，人一旦有了嫉妒心，真像着了魔一样，很多事情不会去考虑。所以，在同学、同事、同修之间，倘若出现竞争对手，我们一定要观察自己的心。否则，今生嫉妒心太强，来世很容易转生为阿修罗。

在天界中，如果阿修罗的力量大，天人的力量就会削弱，双方一旦发生战争，天人若被打败了，人间就会出现种种晦气，产生四大不调、天灾人祸等诸多苦难。当然，天人力量的强弱，也跟人间是否行善有关，假如世人行善的多，不但人间风调雨顺、四时吉祥，天人的白法力量也会增上，从而战胜阿修罗。如《正法念处经》云：“若世间人，顺法修行，天众则胜，阿修罗军，退散破坏。”

我们作为修行人，若想不投生为阿修罗，一方面要多思维轮回痛苦，另一方面，也不要有好战的心态。有些人平时酷爱打仗、武器，喜欢看武侠小说和武打片，这种习气很不好。出家人应该不会这样吧，否则，你剃光头就没有必要了；而作为在家居士，倘若天天如此，常看跟打仗有关的电影、电视或书籍，对自己也有害无利。

其实，转生为阿修罗并不难。《杂譬喻经》中就讲过[[192]](#footnote-192)，阿修罗王的前世曾是个穷人，住在一条大河边，经常过河砍柴。由于水深浪大，他曾数次被河水淹没，幸而生还。有一天，他正好供养了一位独觉。独觉吃过斋饭，将钵扔到空中，腾空而去。他见后心生欢喜，默默发愿：“愿我以此功德，来世身形高大，一切深水无能过膝。”由于这个因缘，他后来转生为四大阿修罗王[[193]](#footnote-193)中的一位。

所以，我们不应随便发愿——记得以前在读书时，老师让大家写作文，题目是《我的理想》。有个同学就写他长大想当飞行员。但结果不要说飞行员，他连高中都没考上，现在只好天天骑着牦牛，成了“地行员”。

总而言之，我们每个人要发自内心地观想：非天也不离痛苦本性。

戊六、天人之苦：

跟人类相比，天人受用圆满、应有尽有，不是人间富翁所能相比的。但尽管如此，他们整天在散乱中度日，从来没有修持正法的念头，如佛陀在《诸法集要经》中云：“诸天多放逸，著乐痴所迷，不知大苦恼，决定自当受。”就像现在的有些领导、富人，每天要么在酒店里醉生梦死，要么游山玩水、吃喝玩乐，所作所为对自他没有丝毫利益，非常可怜。虽说天人的寿命长达数劫，但在他们自己感觉中，只是刹那显现，稍纵即逝。于散乱迷茫中，寿命很快就到了尽头，不知不觉已接近死亡的边缘。（我们得了人身以后，在短暂的人生里，不能像天人那样，整天都散乱放逸。否则，一旦死亡临头，自己定会不知所措、后悔莫及。）

天人所享受的快乐，诚如《正法念处经》中云：“如蜜和毒药，是所不应食，天乐亦如是，退没时大苦。”犹如蜂蜜与毒药混合在一起，虽然味道甜美，但却不应食用。同样，天人的快乐也是如此，一旦死亡降临，必会感受极大痛苦。因此，跟人间的快乐相比，天人之乐虽说大得多，但从其本体、因缘等各方面看，其实也没什么可执著的。

下面具体分析这个道理：

六欲天[[194]](#footnote-194)的天人，无论生在哪里，都要感受死亡的痛苦。每个天人临死时会有五种死相：

第一、以前身体的光芒可照射一由旬或一闻距，而当临近死亡时，这些光芒全然消失。

第二、以前怎么坐在宝座上，也不会觉得不乐，此时不愿意坐上宝座，而且甚感不适，心里也是老大不高兴。（有些修行人总是坐不住，今天到这里吃饭、明天到那里吃饭，一直不愿意呆在家里，也许这是人间的一种死相吧。）

第三、以前天人的花鬘多久也会不枯萎，但接近死亡时，这些花鬘全部凋谢。

第四、以前天衣穿多久也不会沾上污垢（不像有些人，新衣服穿一两天就脏得要命），但临死时，天衣陈旧、沾满垢秽，变得脏兮兮的。

第五、以前天人身上不会流汗，此时也开始出现汗水。（这些天人五衰，不同经典也有不同说法[[195]](#footnote-195)。）

当这五种死相现前时，天人知道自己的末日即将来临，内心十分痛苦。其他天子、天女也得知他将要死亡，于是不愿在他身边陪伴，只是在远处散花，祝福道：“但愿你从此死后，转生在人间，行持善业，再生天界。”这样祝福之后就纷纷离开了，只留下他自己孤孤单单，凄凄惨惨。（这些天人也比较坏啊！就像现在有些不孝子，在父母临死时，连个电话都不打，也不去医院看一下。）

而且，大多数天人死时会产生邪见，或因一生放逸无度，后世会下堕三恶趣。这时天人通过天眼观察，了知自己将转生何处。看到来世的痛苦之后，本来死亡的痛苦还没消除，现在又加上堕落的痛苦，实在是雪上加霜，无形中痛苦就增长了两三倍，他们禁不住放声哀嚎。这种悲惨的情形要延续七天，若是人间的七天倒不要紧，但天界时间非常漫长，仅是三十三天的七天，也相当于人间七百年，简直可谓度日如年。

《诸法集要经》亦云：“诸天耽欲乐，迅速如瀑流，寿命剎那间，愚痴而不悟。”意思是说，天人们始终耽著欲乐，这种快乐如瀑流般瞬间即过，但他们却执迷不悟。直到将要离开天界时，才幡然醒悟：“我太愚痴了！这么多年来只知行乐，不知行持善法。”

当然，天界很难行持善法，也是一种自然规律。除了菩萨化现的天子以外，对大多数天人而言，恐怕连一句观音心咒也不会念。所以《别解脱经》等中说，人身超胜于天身，原因即在于此。在我们人间，一个人再忙、再放逸，也可以作些布施、慈善或修行，为来世的安乐奠定基础。而天界则完全不同，天人们一直放逸度日，根本没有时间行善，最终只能被悔恨所摧毁。

因此，佛劝诫我们一定要感悟无常之理。如《诸法集要经》云：“一切诸有情，当悟无常法，生者死所吞，盛为衰所逼。”为什么呢？因为每个众生不管在天界或人间，凡有生者最后定会被死亡吞没，富贵荣华、兴旺发达也定会沦为一败涂地，终究只是一场空而已。

就拿天人来说，临终时忆起往日的快乐幸福，如今无有自主继续住留，即将面临死亡的痛苦；又看到后世生处的悲惨，感受堕落之苦。同时遭受这两种痛苦的折磨，内心异常忧伤，这种苦已经超过了地狱的痛苦。在我们看来，天人毕竟住在天界，应该很快乐，但事实并非如此。他们行将堕落时，就像有些贪污分子被发现后，即使还没入狱也格外悲伤，甚至会从二十几层的高楼上跳楼自杀。之所以这么做，是因为相较于以前的安逸生活，他们无法面对未来的痛苦。

不过，这些人之所以走上绝路，也是因为没有从佛法中找到出路。如果他们学过大乘佛法，即使下场是锒铛入狱，也会明白一切都是无常；就算昔日如众星捧月般被人尊敬，如今进了监狱又被人在背后撒灰，也知道这是正常现象。只要有了佛法的力量，无论遇到什么状况，自己都有面对的勇气。但遗憾的是，一般世间人在这方面，通常都很欠缺。

以上讲述了欲界天的痛苦。而欲界天之上的两天界——色界[[196]](#footnote-196)、无色界[[197]](#footnote-197)，虽然没有刚才所讲的现行的死亡痛苦，可是一旦引业[[198]](#footnote-198)穷尽，也会如梦初醒般堕入下趣。如龙猛菩萨在《亲友书》中云：“梵天离贪获安乐，后成无间烧火薪，不断感受痛苦也。”梵天等色界天人尽管暂时离开了贪欲烦恼，享受禅定的安乐，但引业灭尽之后，还是要堕入无间地狱，成为狱火的薪柴，不断感受各种痛苦。《摩诃僧祇律》亦云：“诸天及世人，一切众生类，莫不为结缚，命终堕恶道。”因此，众生只要被烦恼所缚，命终一定会堕入恶道。

当然，讲起天界、非天的痛苦，有些人可能很难理解，但若用人间的痛苦作对比，就应该很好体会了。比如，现在人追求房子、车子等各种资具，表面上似乎很享受，但实际上一点都不快乐。前不久我也讲过，20世纪是国与国、人与人之间流血冲突的世纪，而如今21世纪，是烦恼极为猖狂的世纪。在这样一个时代里，物质文明虽有长足发展，但精神文明却荒芜到了极点。不说其他的，光是大城市里今年修“二环”、明年修“三环”、后年修“四环”……就是人类贪欲不断膨胀的体现。

在这些物质发展的背后，人们所感受到的，往往是压力和痛苦，并不是快乐。对许多人来说，天天需要养人、养车、养手机、养房子……而这些，没有工作、没有钱是养不起的。拿买车养车来说，这并不是人人都能负担的。广州一项调查表明：月薪2000元人士，应列入“买不起车”行列；月薪3000元人士，可列入“买得起车，养不起车”行列；月薪4000元人士，基本上“买得起车，也养得起车”，但这车仅限于10万元左右；月薪6000元人士，车的档次在15万元左右；月薪上万元人士，拥有的车可以在20万元左右。由此，养车的难度可见一斑。

据了解，一辆车从购买到报废期间的所有费用，约为买车费用的两倍。打个比方说，你花20万元买了一辆车，以后在使用的过程中，加上保险费、养车费、过路费、过桥费等，可能要花掉近40万元。甚至有时单单买个停车位，也比买车的费用还要高。

而且退一步说，就算你买得起、养得起车，在城市里开车时，也常遇到堵车现象，特别烦恼。所以，2009年美国研制出一种“飞行汽车”，它能在空中飞行，以此可避免堵车的困扰。听说全世界都对它很感兴趣，订单多得不得了。该公司还对外宣称，两年后它将投入市场，开始进行批量生产。如果真是这样，到时“飞车”就像蜜蜂一样飞来飞去，估计撞车的现象会更多，人们也会更加痛苦。



因此，大城市里的人，各方面的苦恼数不胜数。在古代，人们只要住在山里，有吃有穿就可以了。但现在却不是这样，“有生命的”要养，“没生命的”也要养，这样一来，人类最终会被逼迫成什么样？大家可想而知。

上述人类的这些痛苦，我们触目可及、不难想象。而天界、非天、地狱的痛苦，尽管肉眼暂时看不见，但通过教证也能了知。所以，学习这些道理之后，大家应当明白：在三界轮回中，无论转生于何处，都不会有丝毫快乐，千万不要对轮回有任何指望。就像一个监狱里的人，生活条件再好，也毕竟是监狱，不如回家自由。同样，我们轮回中的众生，纵然生活富足，有房子、有地位、有权力、有家庭、有快乐，这些也迟早会离开自己，没有必要去执著，而应想方设法脱离三界轮回，获得佛菩萨果位。若能生起这样真实的出离心，你的修法才会圆满成功！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十七节课

思考题

225、为什么说轮回就像针尖一样，永远没有安乐之时？你怎样将这个道理真正融入自心？

226、通过学习难陀出家的公案，你收获最大的是什么？

227、什么叫看破世间？怎样才能看破世间？看破世间有何必要？观察日常生活中的行为，你有看破世间吗？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

《前行》的“轮回过患”中，已分别宣说了六道的痛苦。昨天讲的是最后一个——天人之苦，其中引用了龙猛菩萨的教证，说明天人虽有暂时的快乐，但最终也要感受下堕之苦。

记得《杂譬喻经》中就有一则天人沦为旁生的公案：一次，佛陀与诸弟子外出乞食。途中道边有一头老母猪，带着一群小猪崽，共卧在充满秽物的脏坑里。佛陀见后不禁微笑，然后齿间放光，光绕佛三匝后，融入佛的胸间。阿难见佛陀突然微笑，忙上前请问其意。（佛陀不像我们，无缘无故傻笑，又无缘无故痛哭。佛陀悲伤也好、欢喜也好，都是有原因的。）

佛陀告诉阿难及诸比丘：过去无量劫前有一个富翁，膝下无子，只有一女，此女生得庄严秀丽，且聪颖明慧，父母甚为疼爱。她长大后，不像世间的女人，只耽著吃喝玩乐、感情地位，而是一直观察生活的本相，沉思轮回之事。后来她向父母提出一个问题：“一切驶水流，世间苦乐事，本从何处出？何时当休息？”意思是，世间万法如水流般瞬间即逝、无常变迁，那痛苦和快乐最初从什么地方产生？最后什么时候才能止息？父母听了这样的偈语，很佩服女儿的聪明才智，但对她的问题，却无法回答。

由于疑问没有解决，此女整天闷闷不乐，愁眉不展。父母见女儿如此忧愁，便为她广设供养，请来各地的婆罗门及智者长老，并盛满一盘七宝，宣布谁能回答就送给他。

当时有个人长相端正，却少有智慧，但因贪得那些珠宝，就不顾一切地说：“我能回答。”此女于是重说偈言：“一切驶水流，世间苦乐事，本从何处出？何时当休息？”那人根本不了解此偈含义，就胡乱说道：“一切都是空无所有的。”此女依之思维，当下即得无所有定，便说：“这位真是大师，让我受益匪浅！”后来，她命终后生于无色界的无所有处，四十劫中一直住于这种禅定，天福享尽之后，下堕投生为这头老母猪。

当时也是她福报不够，没有遇到真正的善知识，假如有明师指点，当下即可证道，获得解脱。然而，虽然她修习禅定，却缺乏智慧，禅定的果报终了以后，还是堕入了恶趣。[[199]](#footnote-199)

可见，遇到善知识真的特别重要。否则，只是遇到一位普通智者，给你讲些世间的空性及禅修方法，即使当时感觉不错，以为这是真正的解脱道，但结果仍会变成旁生之因，没有多大意义。

因此，通过这个道理，大家应该明白：若想获得解脱，一定要听闻空性、证达空性。现在有些法师给别人讲法时，要么只讲《弟子规》、《千字文》等国学内容，要么只宣扬简单的人天福报，让人多放生、吃素、拜佛、念经，对空性法门却只字不提，这样的话，不可能令众生超离三界轮回。甚至还有人修持世间的瑜伽、禅定，虽说这可暂时止息一些分别念，但能不能让你永远从轮回中得到解脱呢？特别困难。因为你即使转生天界，终究还是在流转。马鸣菩萨在《佛所行赞》中也说：“生死五道轮，犹众星旋转，诸天亦迁变，人中岂得常？”意即五道[[200]](#footnote-200)众生的生死轮回，犹如群星在虚空中旋转，就算是福报再大的天人也会堕落，那么人间众生岂能长存？

所以，对包括天界在内的轮回，我们应从内心中生起出离心。世间上有些宗教引导人们往生天界，认为天界是最高的境界。尽管暂时这样发愿也未尝不可，但不能把它当成究竟的解脱。如今许多人只提倡十善，这不过是在修人天乘，即使你来世转生欲界天、色界天乃至无色界天，终究也还是要下堕。就像山上滚落的大石头，最后必定会落到地上，中间不可能停下来的。同样，只要你是凡夫人，烦恼障、所知障没以空性的智慧火烧毁，那么一旦因缘具足，就像种子在水土、阳光等滋润下会发芽一样，业力种子被我执、烦恼之水灌溉后，也会自然生长，让我们在轮回中不断流转，永不得超离。

因此，在座的道友要时时刻刻希求解脱。而解脱的唯一办法，就是要先生起出离心，放下对轮回的贪执和向往，发誓今生舍弃“头盖”以后，再也不来世间了。就好像一个人掉在不净粪坑里，出来后再也不愿意进去一样，我们对轮回也要有这种厌离心。

当然，这方面的最好典范，即是华智仁波切的上师如来芽尊者。他对轮回中的名声、财产、富贵，从未产生过一刹那的羡慕。如果我们也能有这样的智慧，解脱就有希望了。不然，很多人学习佛法只是一种形象，行为也只停留在表面上，如此不可能斩断轮回的根本。

下面开始讲今天的内容：

通过上述道理不难看出，三善趣也好、三恶趣也好，不管是投生在六道中哪一处，都离不开痛苦的本性，超不出痛苦的范围，自始至终被痛苦萦绕着，就像处于时时焚烧的火坑、被罗刹女啖食的罗刹洲、令人窒息的漩涡、锐利武器的刃锋、充满肮脏物的不净室中一样，根本不会有丝毫安乐的机会。

《佛所行赞》亦云：“犹毒蛇同居，何有须臾欢？明人见世间，如盛火围绕。”身处轮回中的众生，如同跟毒蛇同居般，不会有一刹那的快乐。明眼人看这个世间，好似被熊熊烈火所围绕，绝不可能有安乐可言，完全处于痛苦、恐怖之中。所以，有智慧的人谁不想早日摆脱生老病死，远离这个轮回？

关于轮回的痛苦，《念处经》总结道：“地狱有情受狱火，饿鬼感受饥饿苦，旁生感受互食苦，人间感受短命苦，非天感受争斗苦，天境感受放逸苦。轮回犹如针之尖，何时何地皆无乐。”地狱众生感受寒热之苦，饿鬼遭受饥渴之苦，旁生感受愚昧无知、被人役用、互相啖食之苦，人类不能避免生老病死及三大根本苦，非天饱受争斗之苦，天界感受放逸懈怠之苦。总之，整个轮回犹如住于针尖上一样，不可能有瞬间的安乐，恒时被痛苦的波涛所淹没。

弥勒菩萨也说过：“五趣之中无安乐，不净室无妙香。”五趣中毫无安乐，就像不净室中没有丝毫妙香一样。莲花生大士亦云：“佛说轮回如针尖，永远无有安乐时，稍许安乐亦变苦。”佛陀在有关经典中说，轮回就像针尖一样，永远没有安乐之时，即使偶尔显现一点点安乐，也是变苦或行苦的本性，很快就会变成痛苦。所以，《贤愚经》中言：“一切无常，生者皆终，三界皆苦，谁得安者？”

且不论看不见的天人之苦，仅仅是我们正在生活的人间，有时看到发生各种灾难，对轮回也不得不产生厌离心。不说多年前的灾难，仅仅是最近几个月，天灾人祸也层出不穷。比如前不久西南出现大旱，遍及云南、贵州、四川等五省，导致超过5000万人——也就是半亿人受灾。许多人没有水喝，无数动物缺水而亡，大家想尽办法缓解灾情，但听说挖了1000口井，最多只有20口井里有点水，可以说是杯水车薪。而且干旱的面积越来越广，旱情逐渐蔓延至其他省市。此外，3月28日的江西矿难中，有153人被困井下。如今部分人已安全脱险，部分遇难者的尸体已被发现，但还有一部分人仍下落不明，正在搜寻当中。

从全世界来看，现如今也是灾难频频。最近震惊中外的一则报道是：4月10日波兰总统专机坠毁，致使总统夫妇、央行行长、外交部副部长、武装力量总参谋长、陆军司令、空军司令、特种部队司令、海军副司令等96人遇难。事后人们评论时说，失事的这架飞机已使用26年了，波兰政府先前多次讨论更换新飞机，但因受限于《波兰公共基金法》，总统也无权更换。虽说前年、去年讨论过此事，但始终没有通过，只是前几个月对该飞机进行过大修。发生这起事件后，据说波兰政府决定立法：今后不能有许多重要官员一起乘机，否则，一旦遭遇不测，整个国家将处于瘫痪。

还有，今天早上7点49分，青海玉树州结古镇发生了7.1级地震，到目前为止，已造成400多人死亡，上万人受伤。而且受地震影响，当地通讯大部分中断，很难与那边取得联系。如今搜救工作正在展开，预计遇难人数将日益增多。今天下课后，我们僧众要为那些遇难者念观音心咒和阿弥陀佛名号。希望以后听到这节课的道友，也能为他们念这些心咒、佛号，祈祷依靠观世音菩萨和阿弥陀佛的加持，令其早日离苦得乐——这些人真的很可怜，突然就遭受灭顶之灾，完全出乎意料之外！

网上很多人传言，现在各种灾难此起彼伏，可能是世界末日的“前兆”。但我觉得，这也有点言过其实了。实际上这些灾难的出现，应该是有原因的。人类到了21世纪，外在物质发展日新月异，比以往任何时代都好，但人的欲望贪婪无有止境，杀害众生的量也触目惊心。我去青海那边放生时，当地人杀牛宰羊不像以前那样，只用手工的方式杀一两头，而是完全使用先进机器，几百头动物瞬间就离开了人间。所以，当人们的欲望越来越强盛时，种种灾难不断发生在所难免。

因此，从各方面来想，不说肉眼看不见的天界和非天，仅仅是我们耳闻目睹的很多事例，从中也可以发现：这个轮回没有真正的快乐，就算偶尔有一点，也像绿叶上的露珠般，瞬间即会破灭。明白这个道理后，大家应生起真实的出离心，好好思索诸如此类的教言，心里默默地想：在这个生死流转的轮回中，上至三有之顶非非想天[[201]](#footnote-201)，下到无间地狱，不管是转生在任何地方，既没有少许安乐，也没有丝毫实义。（如果没有得到解脱，整天为了生活而忙碌，那有什么意义呢？）我们务必要彻底断除对轮回的贪执，就像有胆病的人见到油腻食物一样，不生向往希求之心。

当然，对于轮回的这些痛苦，绝不能只限于表面听听。现在许多法师和居士都会说“轮回是苦海”，一般世间人也常讲“人生皆苦、五蕴皆空”，但他们对轮回到底有没有厌离心呢？这一点非常关键！我们作为修行人，务必要从内心深处去体会这些痛苦，明白轮回没有实义，对此要达到坚信不移的程度，并发愿来世千万不要再堕入轮回。

否则，如果再来轮回的话，不要说凡夫人，即便是圣者菩萨，也会染上一分痛苦。昔日很多菩萨都说：只要来到这个世间，不管怎么样，都会感受痛苦。例如噶陀派的帕丹巴德夏，在圆寂时坦言自己是八地菩萨，但从传记中看，他显现上在世间也受了不少苦。圣者尚且如此，我们凡夫人更不用说了。这就好比一个人入了监狱，别人再怎么说情，都会被狱警打的。前段时间，我家乡有些年轻小伙子打架，被抓时搞关系来找我，我就跟有关领导说了一下，他们答应只拘留15天，期间绝对不会打。前两天他们刚刚出来了，我问：“你们被打没有？”“哎哟，进了那里面，哪个会不挨打呀！打了打了，那些人坏得很！”同样，我们只要沉溺在轮回中，也定会感受无尽的痛苦，上至天界、下至地狱，都没有真正的快乐可言。即使有些人表面上很开心、很快乐，那也只是不显露而已，实际上在他内心深处，还是有诉不尽、道不完的烦恼和苦楚。

所以，我们生起出离心非常重要，若能对轮回痛苦深信不疑，没有必要刻意提防恶业、欢喜善法，自然就会断恶行善。有些人喜欢在人前装模作样，假装禅修、念经、行持善法，但在人后肆意妄为，所作所为耽著今生，这就是没有出离心的表现。如果真有了出离心，你肯定每天都会精进，不会睡懒觉。尤其是一些佛教徒，行善力量极其薄弱，磕几个头就累得不得了，这是为什么呢？就是自己出离心不够。假如出离心够了，行持善法对他来讲是不得不做的一件大事，自然而然就会去做的！

举个例子来说，《大宝积经》、《佛本行集经》中都有难陀出家的公案，故事情节虽略有不同，但都告诉我们一个问题：若对轮回没有出离心，纵然是出家修行、持戒，也只是一种形象而已。

故事内容是这样的：在很久以前，世尊的弟弟难陀，娶班扎日嘎[[202]](#footnote-202)为妻，两人感情非常好，发誓终生厮守，不愿意出家。有一次，佛陀知道度化他的因缘已成熟，就带着阿难到城中化缘，顺便去了难陀家，正好遇到他在给妻子化妆。难陀远远看到佛陀走来，赶紧起座下楼，接过佛陀的钵盂，盛上蜂蜜供养佛陀。但佛陀不接钵盂，转身走了。难陀又把钵盂给阿难，阿难也不接，说：“你从谁那儿拿来的，就还给谁。”难陀无奈，只好端着钵盂，准备跟佛陀去。班扎日嘎看到后，大声问：“难陀，你要去哪儿？”难陀说：“我把这个钵盂还给佛陀，送了就回来。”“快去快回，我的妆还没有干之前，你必须给我回来。”

到了精舍，难陀把钵盂交给一位比丘，就准备告辞回去。佛陀叫住他，宣说了五欲的过患，劝他出家。难陀虽然很不乐意，但由于佛陀因地行菩萨道时，对父母师长的话从无违逆，故感得难陀无法拒绝，只好不情愿地答应了。

佛陀让一个理发师来为他剃度。难陀不肯，挥舞拳头要打人，说：“谁敢剃我的头发，我就跟他拼命！”这时，佛陀对他说了一声“善来”，难陀须发自落，就现出比丘相了。也有经中说，佛陀亲自来到他身边，他因害怕佛陀，不敢反抗，不得不让理发师剃发。但不管怎么样，难陀总算出家了。

难陀天生福报很大，具有三十种大丈夫相，跟佛陀只差两相。他出家以后，觉得佛陀非常庄严，就把自己的袈裟做得和佛陀的一模一样。当他穿上袈裟，好多比丘从远处看，都把他当成佛陀，走近一看才发现不是。于是比丘们都有意见，就去告诉佛陀。佛陀制定：从今以后，不可以和佛陀穿一样的袈裟。

此后有一天，难陀穿上光鲜的衣服，涂上眼霜，脚穿皮鞋，左手撑伞，右手持钵，准备外出乞食。比丘们见了，又告诉佛陀：“像难陀那样的出家人不庄严。”于是佛陀规定：出家人要穿粪扫衣，行乞时不能撑伞、穿皮鞋、涂眼霜等。

虽说佛陀不允许再穿光鲜的衣服等，但难陀仍忘不了王宫里的享乐，还想着家中的美丽妻子。他一有空，就用瓦片和木板画妻子的形象，整天盯着画像度日。比丘们见后很不高兴，又向佛陀报告。佛陀召集难陀和比丘们，说：从今以后，不得绘画、观看女人的形象。

后来有一天，轮到难陀守护寺舍，他暗自高兴：“今天终于可以回家了。等佛陀外出化缘以后，我就立即回家看妻子！”佛陀知道他的想法，就跟他说：“你如果要出门，就先把所有的房门关好。”

佛陀和眷属离开之后，难陀想：“我还是为佛陀和僧众扫好地、打好洗澡水，然后再回家。”于是他立时动手打扫。谁知这边刚扫完，那边就出现灰尘了，一直耽误很长时间。澡瓶也是刚把一瓶盛好，另一瓶又打翻了，总不能把水盛满。难陀想：“算了，让他们回来后，自己弄吧。但我离开之前，要把僧房的门窗关上。”可他刚关好这一扇窗，那一扇窗又开了；刚关好这一间的门，那一间的门又开了……后来他想：“既然关不了，就不关了。即使僧众的东西丢了，我也有很多钱，我来赔吧！”

难陀想好后，立即走出僧房，准备回家。但他转念一想：“佛陀必定从大路来，那我就走小路吧。”佛陀知道他的心意，故意从小路回来。难陀从远处看到佛陀，急忙躲在一棵大树后面。哪知佛陀以神通让大树慢慢飞到空中，难陀一下子就露出来了。佛陀见到难陀后，把他带回了精舍。

还有一次，他又想溜之大吉，迎面见到佛陀，赶紧躲到山上的岩石后面。佛陀以神通将山石化为平地，他又露出来了，佛陀又把他带了回去。

经过这两次折腾，难陀对妻子的贪心还没有退减，尽管身已出家，可仍不学律仪，对佛法也不起欣乐之心，天天想着舍戒回家。佛陀知道他的想法后，依靠神变把他带到雪山（香醉山）上，指着那里的一只盲眼母猿，问他：“这只盲猿与你妻子班扎日嘎比起来，谁更美？”难陀回答：“当然是我妻子美，这盲猿不及她百千分之一，二者怎可相提并论？”佛陀又问：“你愿不愿意去天界看看？”难陀高兴地说：“愿意。”佛陀就让他拉着自己的法衣，一下子腾空到三十三天。

到了那里，佛陀悠然坐于一处，让难陀自己随便走走。于是难陀四处游览，观看一个个天宫。他发现所有天子都在各自的无量殿中，被成群天女围绕，享受着不可思议的安乐受用。只有一座无量宫殿有五百天女，却没有一个天子。难陀感到奇怪，前去询问原因。天女们回答：“在人间，世尊的弟弟难陀守持戒律，他将来会从人间转生天界，这是为他预备的无量宫殿。”

难陀一听，高兴坏了，忙说：“我就是难陀啊！既然已经来了，我就不走了。”说完想进入天宫。天女们说：“你的戒律还没圆满，不能呆在这里。你先回人间，命终后才可以来。”（要想转生天界，必须有长期持戒等功夫，这次他是依靠佛陀神变力来的，不可能长久呆在那里。就像有些旅游的人，进了寺院就想出家，但这是不现实的，还是要回去办理有关手续。）

难陀虽被拒绝，但仍满心欢喜，回到了佛陀身边。佛陀问：“你看到天境了吧？”他回答：“看到了。”佛陀又问：“天女与你妻子相比，谁更美？”他答道：“众天女美。相比之下，班扎日嘎简直就成了盲眼母猿，实在有天壤之别。”

返回人间以后，难陀就对妻子生起了厌离心，开始自觉守持清净戒律。佛陀告诉众比丘：“难陀出家只为得到善趣果报，你们是为了获得涅槃安乐，你们走的路完全不同，所以不要和难陀讲话，不要与他畅所欲言，不要与他同座而坐，不要与他同竿晾衣，不要与他一起诵经，不要将水瓶、钵盂与他的同置一处。”所有的比丘听后，都依教奉行。

难陀见僧众们不理他，非常苦恼。他想：“其他比丘舍弃了我，但阿难是我弟弟，应该慈爱我吧。”于是他到阿难跟前。阿难正在缝衣服，一见到他，也像其他比丘一样，从座位上起身便走。难陀追着问：“你们为什么这样对我？我到底做错了什么？”阿难一五一十地告诉他，说这是佛陀的教导。他才知道原来是佛陀教他们不要理睬自己，心里十分悲伤。

（僧众不理他，也是因他发心不清净。他以前贪著人间的美女，现在又贪天上的美女，贪心一直特别大。就像有些律典所说，在佛陀的弟子中，嗔心最大的是指鬘王，贪心最大的是难陀，但他们最终都证得阿罗汉果。其实对凡夫人来说，贪心确实是个大问题。有个居士就跟我说：“我其他方面都很好，就是感情放不下，感情始终在毁坏我，我特别恨这个感情！”）

这时，佛陀来问他：“难陀，你想不想去地狱看看？”他百无聊赖之下，回答说：“想。”佛陀又让他拉着自己的法衣，依靠神变把他带到了地狱，并让他自己去看。难陀见到地狱众生被砍杀、煎煮、扔进器皿中捣碎，特别害怕。最后他在一处看见一口空锅，下面燃烧着熊熊烈火，许多狱卒围绕在旁，他禁不住地问：“锅里为什么没有众生？”狱卒告诉他：“我们在等一个人。”他问：“等谁啊？”答言：“世尊的弟弟难陀。他为获得天人的安乐而守持戒律，将来转生天界享受安乐，但当善果穷尽以后，就会堕落到这里。”

难陀听后，惊恐万分，拔腿就往回跑。但狱卒认出了他，把他拦下：“你现在已经来了，就留下吧。”他忙说：“不行不行，我还要返回人间。”然后拼命跑到佛陀身边。（在天界，他很想直接呆，但呆不住。在地狱，狱卒们欢迎他提前来，他又吓跑了。）

佛陀问他：“你看见地狱的情况了？”他心有余悸地说：“看见了。”佛陀说：“你觉得怎么样？”“太恐怖了，我回去以后，再也不为人天福报而守戒了。”

从此，难陀深刻意识到即便上升天堂，最终也会堕入恶趣，善趣果报同样无有实义，不管在三界轮回哪一处，都没有真实的快乐，因而生起了真实无伪的出离心。

其实这个公案内容很深，每个人一定要懂得这样的道理。很多人刚出家受戒时，不一定有出离心，尤其是以前没闻思过的，出家也许只为了获得快乐。包括我最初出家时，只觉得出家人很清净庄严，根本没想过什么三界轮回，甚至还有人出家是为了转生天界。那么，出家人若没有出离心，受戒时能不能得到戒体呢？按有些律师的说法，应该能。为什么呢？因为难陀最初出家也没有出离心，只是迫于佛陀的威严，即使到了中间，持戒也是为求生天界，直到最后才生起坚固的出离心，但尽管如此，也没人不承认他的戒体。正因为他亲眼目睹了地狱，所以清规戒律一尘不染，细微的学处也从未违犯过。因此，佛陀说：“在我的教法中，难陀护持根门第一[[203]](#footnote-203)。”

原来他是贪心第一，但看到地狱的状况之后，从根本上改变过来了。很多道友也是如此，以前在家时烦恼炽盛，但出了家以后，不管心态还是行为，都有翻天覆地的变化，很多烦恼也自然息灭，这就是佛法的威力。尽管这个谁都可以得到，但若不知三界皆苦之理，恐怕也没有这种能力。

不过，作为圣者来说，了解这一点很容易。正如佛陀在《过去现在因果经》中说：“菩萨以天眼力，观察五道，起大悲心，而自思维：三界之中，无有一乐。”然而，许多人对此并不了知，就像酒醉的人一样，反而把疯狂当作快乐。如《大般若经》云：“愚夫贪著，处在六趣，生死火宅，不知出离。”在智者眼里，轮回就像火宅、漩涡、兵器林，见了就不愿呆下去，但凡夫人因为贪著一切，虽身处轮回的火宅中，却把它当作花园，认为这是快乐之所，一味耽著、不想舍离。

所以，通过这次学习《前行》，希望大家能发自内心地看破世间，真正做到看破、放下、自在。看破什么呢？就是看破今生和来世。如果你把今世看破了，却希求来世转生天界，或成为更漂亮、更富贵的人，那还是没有意义。因此，我们要像《三主要道论》中所说[[204]](#footnote-204)：修人身难得、寿命无常，以看破今生；修轮回痛苦、因果不虚，以看破来世。只有看破了今生和来世，才有机会生起出离心。有了出离心，修什么法都很容易。

然而，现在城市里的很多人，学佛不是想出离，而是求保佑。听说有个领导在佛前放一百块钱，就不停地念叨：“佛陀您一定要保佑我，我今天供养一百块，您要记住啊！无论我到哪里去，您都要时时看着我，如果我路上有些不平安的东西，您一定要给我扫除啊！”这样的人有没有出离心呢？肯定没有。他拜佛只求升官发财、平安快乐，甚至保佑自己贪污成功，不被发现——敢不敢这样说呢？应该是啊，现在腐败现象比较严重。

所以，发心出离轮回非常重要，但大多数世间人，对此麻木不仁、毫无感觉。甚至一些佛教徒，学佛也只流于表面，从来没有深入过，不说大圆满、大中观，就算是共同加行中的轮回痛苦，他们也一点感觉都没有。然而，这种人却常喜欢夸夸其谈，甚至把自己当成佛陀，做一朵莲花坐在上面，就觉得已经成佛了。在他们眼里，佛菩萨相当于成功的企业家或富翁，除此之外，也没什么功德可言。但我们作为深入佛法的人，一定要对佛陀有信心、对轮回有出离心、对众生有大悲心，在这样的框架内，修行才会有希望。否则，只是理论上了解一下，离真正的佛道还比较遥远。

总之，这些重要问题，口头上再会说也没用，关键是要扪心自问：看自己到底想不想解脱？如果你通过难陀的公案，最终定下修学的目标，那无论出家还是在家，都会明白只有超离三界才是永恒的安乐。《释门归敬仪》中也说：“天上天下，唯我独尊，三界皆苦，无可乐者。”在这个世界上，唯一的圣尊就是佛陀，“轮回皆苦、毫无安乐”的真理，也只有佛陀才宣说了，除此之外，其他任何宗教的教主，或者梵天、婆罗门都没有指出。因此，这个道理极为甚深，除了有缘者以外，其他人一般很难接受。

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五十八节课

思考题

228、什么是舍弃今世？它在修行中起什么作用？前辈大德们是怎么做的？对你有何启示？

229、通过学习“轮回过患”这一引导文，你最深的体会是什么？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天是“轮回过患”最后一节课。

前面已叙述了地狱、饿鬼、旁生的痛苦，又讲了人类、非天、天人之苦，总之，六道都是痛苦的本性。对于这种痛苦的认识，我们不能只是口头上说“啊！轮回太苦了，犹如火宅”，而要从内心中认识到：无论转生于何处，真的都不离痛苦。

现在学佛的团体中，表面上皈依、出家的形象修行人相当多，但实际上，从心坎深处看破世间的却寥寥无几。所谓“看破”，是指对世间一切美好毫不希求，而并不是因受精神挫折，见到外境许多丑陋，进而开始厌弃世间。只有真正看清了六道皆苦的本性，并对此生起稳固定解，修行的基础才算打好了。

不过遗憾的是，如今不管是刚入佛门的人，还是所谓的高僧大德，最缺乏的就是这种定解。好多人说轮回皆苦，只是一种人云亦云，并没有以修行来建立。所以，大家对这些一定要经常串习，每天尽量打打坐，反复思维所听闻之理。其实修行有两种，一是直接安住而修，一是观察法义而修。我们这里所说的思维佛教道理，以令自心与此境界相应，就是一种观察修，这样的方法也叫修行。否则，光闻思而不修行，算不上是个佛教徒。

当然，最关键的还是要先闻思。现在很多佛教徒缺乏佛教基础知识，连基本的道理都不懂，这是相当遗憾的。就像一个人不懂理论而要去实践，做任何事都非常困难。目前，藏传佛教可能稍微好一点，各个寺院都有闻思传统，但汉传佛教中，虽说也有个别的闻思道场，但这种习惯并未得到普及，不学佛法的人还是相当多。比如，在四月初八等佛教节日，寺院人山人海、头出头没，但这些人当中，真正学过佛法的屈指可数。不要说无我空性义，就连业因果、前后世等世间正见，有多少人能明白，大家也非常清楚。因此，我们作为佛教徒，一边闻思一边修行非常重要，这也是应当长期坚持的行为。

下面紧接着昨天的内容讲：

不要说真正转生地狱亲眼见到那些景象，哪怕是仅仅看到地狱的图画，也会令人恐怖、畏惧，萌发出离之心。因此，佛陀曾规定，在寺院门上应绘画“五分轮回图”。

关于五分轮回图的由来，《毗奈耶经》中记载[[205]](#footnote-205)：给孤独长者供养佛陀精舍之后，觉得没有彩绘不太庄严，于是就去问佛是否该画些什么。佛陀告诉他，寺院门上画五分轮回图[[206]](#footnote-206)；医院里画佛陀亲自照料病人的像（慈济医院就是这样，应该是按这个戒律来的）；自己卧室中画白骨骷髅，以断除对身体的贪执（泰国就有这种传统）；……

还有，《毗奈耶经》另一卷中说[[207]](#footnote-207)，目犍连游历五道时，见众生感受各种痛苦，回来为大众广为宣说。佛陀得知之后，告诉大家：“不是一切时处常有目犍连的，今后应在寺门上画轮回图，以令众生对轮回厌离。同时，比丘要坐在寺院门口，若见有人来朝拜，应为他们解说生死轮转的因缘。”

在我们藏地，几乎每座寺院的经堂门口，都有五分轮回图。而在汉地，大多数寺院没有画这个，只有九华山和普陀山的一些寺院，塑有令人毛骨悚然的地狱造型。你们以后住持寺院时，在门口画上好不好？这个真的很重要。至于怎么画，《毗奈耶经》里讲得很清楚。

龙猛菩萨在《亲友书》中也说：“即便见闻地狱图，忆念读诵或造形，亦能生起怖畏心，何况真受异熟果？”即便是耳闻地狱的故事，眼见地狱的图画、塑像，或者忆念地狱的痛苦，尚且都会心生怖畏，何况是堕入地狱亲身感受痛苦了？大家也知道，人间的监狱已经够恐怖了，但地狱远远超过这个。所以，有正知正念的人在了知地狱的痛苦后，一定要避免造恶业。

当然，也有人因为邪见深重，再加上前世善根薄弱、今生教育环境的影响，听了这些后不以为然，只是把它当成神话故事。但你相信也好、不信也罢，因果绝对是无欺的，只要自己造了恶业，必定会感受相应的苦报。因此，在座的道友应对地狱生起恐惧心，有了这种心，今后才会谨慎取舍。

对于上至天界、下至地狱的众多痛苦，我们一一思维之后，要发自内心放下今生的琐事，觉得世间八法、名闻利养没有多大意义，再怎么做也不过是轮回之因。汉地很多高僧大德，喜欢说看破、放下、自在，这在修行中确实重要。《开启修心门扉》的第一章，也是先讲了“舍弃今世”。这并不是我们特别消极，好像连基本生活都不会享受，而是以佛教更高深的智慧剖析时，这些享受都没有真正价值，所以才应该看破一切。否则，倘若死执不放今生的琐事，一直贪执各种世间法，那么即使表面上学佛、出家，装出一副修法的模样，也不可能踏上正法之路。

只有看破了今世，才明白世间所有事情的真相，此时哪怕懂一个偈颂的道理，即生也有解脱的机会。如《大集经》云：“众生若离五欲乐，亲近如来听正法，至心受持一偈义，是人解脱如先佛。”众生若远离了七情六欲的贪执，如理亲近佛陀般的上师并听受正法，那么即使至心受持一个偈颂，也会像迦叶佛、拘留孙佛等先佛那样得到解脱。因此，大家有缘分时，纵然听一堂课或一个偈颂的道理，对此反反复复去思维，也能改变你的人生，并逐渐趋入解脱之道。

以上宣讲的内容，其实就是出离心，这在佛教中很关键。有人认为：“出离心、菩提心太简单，我要希求最高的大圆满。”但你若没有出离心和菩提心的基础，大圆满法再殊胜，修起来也有一定困难。其实，出离心的要求还是很高的，你无论在家还是出家，可以想一想：自己修行是为了解脱，还是获得人天福报，或者只顾眼前利益？有些宗教追求死后升天，但你如果连这个都没有，仅仅是希求今生的生活平平安安、工作顺顺利利、家庭和睦相处……那连一个人天乘都赶不上。故而出离心相当深奥，每个人都不能小觑。

阿底峡尊者接近圆寂时，瑜伽士恰彻却曾问：“上师您圆寂之后，我去好好修行可以吗？”尊者不太满意，回答说：“你去修行固然好，但修行就能趋入正法吗？”

恰彻却见上师不赞叹，于是改变主意道：“那我给众生天天讲经说法，代表您转法轮可以吗？”尊者仍是态度如前，依然说：“讲经说法难道就能趋入正法吗？”

恰彻却实在大惑不解，问：“那么我该做什么呢？”尊者告诉他：“虽然讲经说法很好，修行也很好，但若没有看破今世，表面上你讲经说法，或者暂时在山里修行，但过段时间，可能就跟世人混在一起了，最终自己也无法解脱。所以，这两个都不是很关键，最关键的就是要舍弃今世，一切修行应当依止仲敦巴！”[[208]](#footnote-208)

阿底峡尊者的传记中说，就像宗喀巴大师来人间有两个目的一样[[209]](#footnote-209)，尊者来藏地也有一个目的，那就是度化一位居士——仲敦巴[[210]](#footnote-210)。所以，尊者在圆寂之后，要求弟子还是要依止仲敦巴，不能马上就离开，否则禁不起外在的风雨，会让自己再落入尘世。

仲敦巴尊者，其实就是从内心舍弃了今生琐事的典范。一次，色顿山谷的信众迎请尊者去传法。他对弟子吉祥自在说：“你代我去吧！我正在修持舍弃世间之法，故不允许我作出心行相违的举动。”之后，他终年穿着缀满补丁的旧衣服，在热振寺[[211]](#footnote-211)的森林中修行，常常口里念着“我是希求解脱者，莫为名闻利养缚”……可见，一心希求解脱的人，绝不会贪著名声、地位、财富，正因为他把这些看得很淡，故根本不会被此所转。然在末法时代，真正能抛弃世间八法的人，实在少之又少。

以前萨迦班智达面前，来了个叫宁莫的修行人，他问：“舍弃今世的因是什么？”班智达答言：“懂得轮回一切琐事无有实义。”

又问：“舍弃今世的缘是什么？”答言：“了知轮回的诸多过患。”

再问：“舍弃今世的量是什么？”答言：“对世间八法兴趣索然。”

最后问：“舍弃今世的验相是什么？”“不被世间八法所染。”

这四个问题，我在讲《开启修心门扉》时也提到过。所以对修行人而言，最关键的就是不被世间八法所转。

还有一则故事：一位僧人转绕热振寺时，遇到了仲敦巴尊者。尊者说：“你转绕寺院固然值得欢喜，但若修持一个卓有成效的法门不是更好吗？”

那位僧人想：读诵大乘经典，比转绕的功德更广大吧。于是他就到经堂的走廊，开始朗朗诵经。仲敦巴尊者又说：“诵经固然值得欢喜，如果能修持行之有效的一个法门不是更好吗？”

那僧人又想：可能诵经的功德也不大，修持禅定的功德应该更广大吧。于是放下经书，在床上闭目禅修。仲敦巴尊者又照样说：“参禅也是值得欢喜的，如果能修持一个行之有效的法门岂不是更好吗？”（“身”转绕、“语”诵经、“心”参禅，不管是汉传佛教、藏传佛教，都认为功德特别大，但尊者仍不是很赞叹。）

这时，那位僧人实在想不出别的修法了，只好问：“尊者啊，那我该修什么法呢？”仲敦巴尊者回答：“舍弃今世！舍弃今世！！舍弃今世！！！”

因此，在所有的修法中，这个法最为关键。《开启修心门扉》、《山法宝鬘论》中也讲过，如果没有看破今世，修什么法都不会成功。有些人只喜欢表面形象，剃个光头、穿个袈裟，就到处问：“我好看吗？”还有些人特别心急，一来学院就非要出家，我让他先观察四个月，但他死活不肯：“不行不行！不要说四个月，连四天我都等不了。可不可以今天剃呢？您看我僧衣都买好了，穿出家衣服太好看了，我一定要穿！”但你若没有看破今世，不要说剃光头，就算把耳朵剃了也没用。

前辈大德讲过，修行人无论出家、在家，对今生的名闻利养等没有兴趣，修行才会圆满成功。否则，一味贪著尘世间的琐事，永远无法从轮回的痛苦中解脱出来。所以，大家要彻底斩断此生的牵连，学修后世菩提，尤其是若想出家修行，一定要背离世间五欲。《本事经》云：“为厌背离欲，速证最上义，是真修梵行，非虚妄出家。”只有看破了今生欲尘，才会迅速证得最上义，这样才是真正的出家人，而外在的穿着、形象等，并不是出家人的追求。

我经常想：一个人传法若为了今生的钱财、名声，时时以自我利益为中心，那即使暂时有些出路，终究也会一无所成。所以，做任何一件事情，应当要么为了众生，要么为希求菩提，这是菩提心的两个条件。而要想获得这样的菩提心，首先一定要有出离心；要想拥有出离心，唯有依止具足法相的上师。只有上师，才能为我们巧妙开示了脱生死、证得圣果的出世间道理，除此之外，再没有任何人能做到这一点。就像学习世间知识，唯有老师才对自己有帮助，亲朋好友不一定有利。同样，在解脱的这条路上，依止上师至关重要，我们永远不能离开上师。明白这一点后，大家应断除对父母亲友、财物受用的贪著，将这一切弃如唾液，衣食住行也随遇而安[[212]](#footnote-212)，为了解脱而付出一切，全心全意地修行正法。

关于看破今世，印度单巴桑吉尊者有这样一段教言：**“此事此物好似过往云烟，千万不要执著为常有！”**世间的一切犹如梦幻泡影，一会儿就消失了，没有什么实在意义。当年特别执著的财物、衣服等，现在一看，已经没了丝毫感觉；而今天自己贪著的对境，过几年也会是如此。所以，万法无有任何实质，不要把这些一直耽著为常有。

**“一切名誉犹如空谷回音，千万不要逐名求利，应当修行法性！”**有些人特别爱重名声，为了美名远扬，付出自己的一切都愿意。其实这是修行不好的标志。出了名又有什么用？即使你在全世界无人不知，但当死亡来临时，名声又能带给你什么？诚如《不退转法轮经》所云：“若有重名誉，是名远菩提，是声犹如响，分别故多种。”假如特别重视名誉，此人则已远离了菩提，因为名声如空谷声一样，没有任何实义，只不过是人们以分别心扩大了它的价值而已。因此，作为一个修行人，不管出家还是在家，若要看破今世、希求解脱，最好不要特别耽著名声。

莲池大师在《缁门崇行录》中，就讲过一则非常好的公案：五代后汉有位恒超法师，他讲演经论二十多年，一直过着知足少欲的生活。郡守李公素来敬佩大师，想上章表奏皇帝，颁赐紫袈裟给大师。大师写了一首诗制止他，诗中有“虚着褐衣老，浮杯道不成，誓传经论死，不染利名生”的句子，表达了他誓愿讲经传法而终老，不想沾染世俗名利而苟活的志向。

各位也看看自己能不能这样——终生讲经说法，为众生做有利益的事，并且不被名声、财利所染？可是在五欲面前，一般人很难抵挡它的诱惑，假如最高领导赐给你很高的荣誉，可能你就动摇了，从此不再传法，整天跟别人到处跑，这可不是修行人的行为。所以，我们一定要效仿前辈大德，终生讲经说法，不染世间名利。

**“漂亮衣裳宛若绚丽彩虹，应当身着破旧衣衫而修行！”**衣服再好，临死的时候也带不走，所以，穿普通衣服修行也是一样的，几千几万块的高档名牌，跟一般衣服的价值没有多大差别。

**“自己的这个身体是脓血、黄水的臭皮囊，千万不要执著珍爱！美味佳肴也是粪便的因，千万不要整日都是为了充饥果腹而奔波忙碌！”**真正的修行人，对身体不会特别执著，以野草为食、树叶为衣即可过活。莲池大师在《²耀诗》中亦云：“草食胜空腹，茅堂过露居，人生解知足，烦恼一时除。”吃野草已胜过空腹，住茅棚已胜过露宿，人生若能知足少欲，烦恼当下即可摈除。

许多人常爱与人攀比衣食，尤其在大城市里，每个人都有各种追求。但欲望的无限与物质的有限之间差距太大，故这些追求往往无功而返，给自己平添了许多苦恼。因此，我们不应特别追求外在的名声、财富，有了这些去享用也可以，没有的话，则不必刻意去乞求。

**“感觉外界会招致怨敌四起，应当安住在深山等寂静的地方！”**倘若陷入混乱的人群中，种种分别念、违缘就会纷然而至。所以，我们应安住在寂静的地方，真正做个修行人。

**“迷乱的荆棘会刺入内心，所以应当修持平等性！”**《如来智印经》云：“不惜身及命，于亲不染爱，勤修空无我，是能成菩提。”若能不惜身体和生命，不贪爱亲朋好友，长期勤修佛陀的最高法要——无我空性义，那么必定能成就菩提。不过，就像财富并非人人都有份一样，有缘修持无我空性的人也极少，此甘露美味，只有个别人才可以享用。

**“一切需求都来源于自己的心，务必严加守护自己的这颗心！”**一切希求皆源自于内心，内心不满足的话，自己的需求会永远没完没了。正如萨哈尊者所说“心是如意宝”，所以我们要好好守护自己的心，依靠上师的窍诀来调伏它。



**“如意宝自身固有，万万不要一味贪著饮食财物！”**我们的心是如意宝，若依靠上师窍诀认识它的本性，一切智慧和悲心会自然流露，故万万不能让它迷失，去耽著一些无义琐事。现在人天天都吃喝玩乐，早上想着中午吃什么，中午想晚上吃什么，晚饭又想明天早上吃什么，似乎人只为了一日三餐而活。穿衣服方面也是如此。假如目光整天只盯着自己的衣食，那实在没有意义。

**“闲言碎语过多只能成为诤讼的根源，应当像哑巴一样默默不语！”**闲言碎语说太多了，对解脱等一切都有障碍。因此，要经常禁语为佳。

**“心本身显现种种业，千万不要围着饮食团团转！”**心可以显现各种各样的业，所以不要把心整天放在饮食上，除了饮食什么都不想。北宋的王安石，吃饭不辨味道是出了名的，饭菜对他来说根本没区别，只要能果腹就行，什么最便于下筷，他就吃什么。苏东坡的父亲苏洵，对王安石的这种行为很看不惯，为此还专门写了一篇《辨奸论》，“揭露”王安石的虚伪矫情。但也有人认为这是一种境界。不管怎么样，世间人对饮食不执著是个好事，否则，整天挑剔食物，随着饮食而转，确实没有多大必要。

现在许多人在吃饭上，要花很多时间和精力。为了中午吃顿饭，顶着堵车的压力，要坐三四个小时的车。吃了午饭又考虑：“晚上谁请客？是不是我来请？”然后下午又要坐车，晚饭开始后，饭桌上还要耗去两三个小时……其实人吃一顿饭很简单，没必要花这么长时间。但现在也没办法，因为人们已经习惯了。

**“加持原本是从内心生起，应当祈祷上师本尊！”**这一点很重要！一个人的修行要成功，心必须获得上师、诸佛的加持，否则，修什么法都难如登天。就像在春天时大地变暖，万物就可以生长一样，我们的心若得到本尊、上师、诸佛菩萨的加持，种种功德自然而然会生起。当然，如果想得到加持，就一定要依靠祈祷。有些佛教徒认为祈祷只是种形式，没有多大必要，这种说法很不对。只有对上师本尊经常祈祷，才会时时刻刻得到无形的指点，成为最后开悟的顺缘，因此祈祷相当重要。

**“长期住在一个地方，甚至对佛陀也会看出过失，不要长年累月地住在一个地方！”**长时间呆在一个人身边，就算他是佛陀，也会对他产生邪见。所以还是要经常换换上师、换换道场，到处走一走，这样会有新鲜感，否则，到时候就没什么感觉了。（众笑）[[213]](#footnote-213)

**“时时刻刻谦虚谨慎，万万不要骄傲自满！”**古代有一种欹器，是种汲水的罐器。它不能装得太满，灌入少量水时，罐身是竖着的，而一旦灌满水，罐子就倾覆过来，水一下都倒出来了。所以，孔子见到欹器后，颇有感触地说：“物满则覆。为人处世也是如此，要谦虚，不可自满！”

**“岁月飞逝，时不待我，一定要当机立断修行正法！”**时光不会等待我们，人生岁月也是有限的，因此，有机缘时一定要立即修行，不能一拖再拖：“我四五年或十年后，再来出家……”否则，到时即使你有这种发心，也不一定有这个机缘。所以，遇到这么好的正法时，理应抓紧时间修行。

**“今生的我们就像旅客一样，千万不要费尽心机苦苦营造作为暂时栖身之处的房屋！”**不要天天为了房子而辛苦，我们来这里不是搞房地产，而是来修心的，修心和修房不一样，这一点千万不能搞错！以前有个出家人，在学院修了好多年房子，但房子刚修完，人就离开了。他的法没修好，房子倒是修好了，但结果也没用上。

现在城市里的人，好多也是为房子而活。本来房子应该是为人服务，但分期付款买房以后，自己却成了房子的奴隶，一辈子都要为它忙碌。他们觉得“别人这么做，我也要这么做，不然好像赶不上时代”，但以佛教的观点来看，这样活确实太累了。所以作为修行人，虽说没有住处也不行，但还是应以修行为主，轻重务必要分清楚！

**“任何琐事都没有点滴的利益，应当脚踏实地修行正法！自己的身体总有一天要被小虫所食而消失无影，而且这一天什么时候来临也无法确定，万万不能一直庸庸碌碌散乱在此生的景象中！亲朋好友就像林中的小鸟，不要总是对他们牵肠挂肚！”**人们常执著“这是我的家人，那是我的好友”，其实亲友就像林中的小鸟，暂时聚集在一起，因缘分散时也就各奔东西了。因此，整天为了家庭、亲人担忧，实在没有意义。

**“虔诚的信心好似良田，切切不可置之不理让它变成烦恼的贫瘠荒地！”**信心特别重要，它是生长功德的良田。以前有一个人，专门负责打水给树灌溉，他对佛陀没有信心，但对舍利子有微小的信心。有一次，舍利子在化缘时天气燥热，那个人见后说：“比丘，您来树下坐坐，我浇树时也给您顺便洒点水，这样可以一举两得。”他命终之后，以此功德转生于天界，然后用神通一观察，知道了自己升天的原因，于是下来供养舍利子，最后获得了初果。所以，我们遇到非常殊胜良田时，小小的一个信心，也会起很大的作用。[[214]](#footnote-214)

**“暇满人身恰似如意宝，千万不能送给贪嗔的怨敌！誓言犹如瞭望楼，千万不能被罪业的过患染污！**（瞭望楼一坏，自他都会被毁坏。）**金刚阿阇黎住世时，万万不要懈怠修持正法！”**上师阿阇黎住世时，修行的因缘十分殊胜，此时千万不可随便放弃，不求正法，否则会非常可惜。

综上所述，看破今世十分重要。这一点，无论出家人或在家人、汉传佛教或藏传佛教，都可以修。若能明白这个道理，对身外之物根本不会去执著。譬如唐朝的庞蕴居士，他虽然是在家人，但对财物、名声看得很淡。后来，他通过参访道一等禅师，认识了心的本来面目。开悟以后，他把金银财宝、巨万家产装进箱子，用船运到湘江扔掉了。有人劝阻：“你不要钱，可以用它做功德、布施给别人，总比倒入江里强啊！”他就回了一首偈颂：“世人多重金，我爱刹那静，金多乱人心，静见真如性。”[[215]](#footnote-215)意思是说，世人多爱重金钱，而我唯独喜欢刹那的寂静，金钱多了会扰乱人心，入于寂静才能见到真如本性。到了最后，不仅仅是庞蕴自己，包括他的妻子、儿女也都成就了。

从传记中看，他就像傅大士一样，身份虽是在家人，却能看破今世，视金钱如粪土，对一切毫无执著。不像现在城市里有些人，将金耳环、金项链都锁进保险柜，以为从此就高枕无忧了，而一旦保险柜也被搬走，那简直是痛不欲生。其实，这些痛苦完全源自于金钱，大成就者们之所以能成就，也是因为他们对这些根本不执著，并依靠我们想象不到的另一种生活方式，获得了究竟自在。

因此，若想扎扎实实地修行正法，就必须认识到轮回万法没有任何实质。而若想生起这种观念，首先要观修轮回的过患。在没有深深生起这样的理念之前，我们一定要努力修行。

那么，观修轮回过患在相续中生起的标准是怎样的呢？

要像朗日塘巴[[216]](#footnote-216)尊者那样。一次，侍者对上师说：“别人都管您叫黑脸朗日塘巴，您还是高兴一点吧。”尊者回答：“想到三界轮回的痛苦、众生的痛苦，我怎么会有笑容呢？”据说，有一天，一只老鼠来偷尊者曼茶盘上的松耳石，可它怎么也搬不动，于是就“吱吱”唤来另一只老鼠，然后这两只老鼠一推一拉将“成果”搬走了。看到这副情景，尊者情不自禁露出了笑容。除此之外，他天天都愁眉苦脸，任何时候也没有现过笑脸。

这样观修轮回的痛苦，是心趋入法、诚信因果、舍弃今世、慈悲众生等一切功德的根本。释迦牟尼佛次第转了三次法轮，初转法轮时就先对众比丘说：“此乃苦，当知苦。”所以，没生起这样的定解之前，必须要踏踏实实地观修。不然的话，成天醉生梦死、抽烟喝酒，沉溺于此还觉得好开心，那真是迷失了本性。因此，对于轮回的痛苦，每个人务必要观修，如果没有这方面概念，修行不一定会成功。

最后，用一个偈颂来结尾：

虽见轮回痛苦仍贪执，虽畏恶趣险地仍作恶，

我与如我邪道众有情，看破放下今世祈加持。

华智仁波切谦虚地说：虽然我见到了轮回的痛苦，却仍不断地贪执它；虽然怖畏地狱、饿鬼、旁生等险地，却仍天天造恶业，不能制止自己的恶行。对于我和像我这般愚昧无知的众生，祈愿上师三宝加持，一定要看破今世，不要执迷不悟。否则，死时什么善法都没成就，唯有带着一大堆罪业离去，那实在“太划不着”了。

大家学了大乘佛法后，一定要知道轮回上上下下都不离痛苦。《六度集经》中有一则公案[[217]](#footnote-217)，很能说明这个问题：往昔有个国王叫察微，有一天他独自出行，遇到个补鞋的老人。他问：“你觉得这个国家谁最快乐？”老人说：“当然是国王。”察微为了让他认清真相，就把他灌醉，给他换上国王的衣服，送进王宫，并嘱咐嫔妃把他当国王侍奉。于是大家都恭敬承事他，大臣们也天天找他商量政事。但他什么都不懂，每天这事要处理、那事要处理，不但不快乐，反而特别痛苦。这时国王又把他灌醉，送回到以前的家中。他酒醒之后，以为自己只是做了一场梦，梦里当了回国王，可是当国王实在太痛苦了……（也有论师从前后世的角度解释说：他一个身体更换了见闻，如今尚不能自知，何况是隔世，舍去了亡故的身体，又受生新的躯体呢？）

可见，轮回中不存在真实的快乐。不过这样一说，没有佛法基础的人或许不接受：“生活如此美好，你却说它很痛苦，这不是故意歪曲事实吗？”所以，只有等他了解万法的本性后，才能渐渐领悟这些道理。

**【轮回过患之引导终】**

共同加行中的“人身难得”、“寿命无常”、“轮回过患”，这三个关键问题已讲完了，下面还要讲“因果不虚”。倘若懂了这四个加行的理论，修行佛法的基础就打好了。

我非常希望每个人都能修持《大圆满前行》，如果你想当个真正的佛教徒，有这部《前行》就足够了。在末法时代，用短暂的一生去翻阅千经万论不太现实，但你若能不管去哪儿，都随身带着一本《前行》，每天看十分钟或半个小时，对其内容反反复复思维，逐渐就会变成一个修行人。此时，别人对你赞叹也好，挖苦诽谤也罢，这些都不重要，最重要的是你心已融入正法了。就像无垢光尊者在《四法宝鬘论》中所言，对一个修行人来说，心入于法、法入于道、道遣除迷乱、迷乱转为智慧，这才是最关键的，这也是噶当派的修心窍诀！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

1. 颂云：“现见三有无常幻化相，舍弃今世琐事如唾涎，苦行修习追随先辈迹，无等上师足下我敬礼。” [↑](#footnote-ref-1)
2. 宗喀巴大师在《三主要道论》中云：“人身难得寿无常，修此可断今生执。无欺业果轮回苦，修此可断后世执。” [↑](#footnote-ref-2)
3. 《业分辨经》云：“三有之苦，无有清凉之时，故如火坑；恐怖悲惨，故如处于暴怒猛兽、野人之中；难有解脱时机，故如困于国王囹圄中；屡屡涌现，故如海涛；摧善趣命根，故如哈拉哈拉毒。” [↑](#footnote-ref-3)
4. 夺舍法：噶举派方便道“那若六法”之一，是让灵识进入尸体，使尸体复有生命的一种密法。由玛尔巴译师亲自从印度求取。 [↑](#footnote-ref-4)
5. 《观佛三昧经》云：“佛告大众，三界众生轮回六趣，如旋火轮。” [↑](#footnote-ref-5)
6. 《佛说无常经》云：“循环三界内，犹如汲井轮。” [↑](#footnote-ref-6)
7. 《入中论》云：“如水车转无自在。” [↑](#footnote-ref-7)
8. 《法句经》云：“舍身复受身，如轮转著地。” [↑](#footnote-ref-8)
9. 《大智度论》云：“业力故轮转，生死海中回。” [↑](#footnote-ref-9)
10. 《心地观经》云：“有情轮回生六道，犹如车轮无始终。” [↑](#footnote-ref-10)
11. 《佛本行集经》云：“众生流转烦恼海，犹如蜂在竹孔间。” [↑](#footnote-ref-11)
12. 《宝鬘论》云：“三道之轮回，无初中末转，犹如旋火轮，彼此互为因。” [↑](#footnote-ref-12)
13. 《大般涅槃经》云：“揣此大地犹如枣等易可穷极，生死难尽。” [↑](#footnote-ref-13)
14. 毗富罗：译曰广博胁山。在摩竭陀国，常人所见，故佛常常引之为喻。 [↑](#footnote-ref-14)
15. 《窍诀宝藏论》云：“死时抛弃今生之身体,以及受用亲友等一切,谁亦无用独自而前往。” [↑](#footnote-ref-15)
16. 五趣：又称五道，指众生由善恶业所感而应趣往之处所，即地狱、饿鬼、旁生、人、天。此中自天趣又别开阿修罗，故又总称六道。大乘多说六趣，说一切有部则说五趣。 [↑](#footnote-ref-16)
17. 《俱舍论》中说，太阳和月亮都属于天人，分别居于日宫、月宫之中，他们身体发出的光芒遍于四大部洲。 [↑](#footnote-ref-17)
18. 8×16+8=136 [↑](#footnote-ref-18)
19. 《六趣轮回经》云：“养已杀于他，当堕等活狱。” [↑](#footnote-ref-19)
20. 四大天王天，是六欲天的第一重天，其他的向上依次为：三十三天、夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天。 [↑](#footnote-ref-20)
21. 360×500×360×500×50=1620000000000年，即一万六千二百亿年。《念住经》中也说：“复活地狱众生寿量达人间十六万二千俱胝年。” [↑](#footnote-ref-21)
22. 乔美仁波切在《极乐愿文》中云：“闻善功德恶过患，地狱痛苦寿量等，认为不实仅说法，此罪重于五无间，发露忏悔无解罪。” [↑](#footnote-ref-22)
23. 《六趣轮回经》：一卷，马鸣菩萨集，赵宋日称等译。 [↑](#footnote-ref-23)
24. 《六趣轮回经》云：“于父母朋属，而生于损害，起妄语欺诳，当堕黑线狱。” [↑](#footnote-ref-24)
25. 360×1000×360×1000×100=12960000000000年，即人间十二万九千六百亿年。 [↑](#footnote-ref-25)
26. 《亲友书》云：“于此一日中感受，三百短矛猛刺苦，彼较地狱最微苦，难忍之分亦不及。” [↑](#footnote-ref-26)
27. 《瑜伽师地论》中讲了，还有铁马、铁象、铁狮子、铁老虎等动物的头像。 [↑](#footnote-ref-27)
28. 《六趣轮回经》云：“于猪羊狐兔，及余生类等，杀害彼无边，当堕众合狱。” [↑](#footnote-ref-28)
29. 夜摩天：六欲天之一，又名时分天、离诤天。因居于须弥山前上空，按时行乐，故名时分天；不与阿修罗作战，故名离诤天。 [↑](#footnote-ref-29)
30. 360×2000×360×2000×200=103680000000000年，即人间一百零三万六千八百亿年。 [↑](#footnote-ref-30)
31. 《六趣轮回经》云：“起恶身语意，谗构相离间，如是罪众生，当堕号叫狱。” [↑](#footnote-ref-31)
32. 兜率天：六欲天之一，又名喜足天、睹史多天。妙欲资具胜于以下诸天，身心安适，且喜具足大乘法乐，故名喜足天。 [↑](#footnote-ref-32)
33. 《俱舍论》云：“此下二万由旬处，即是无间地狱处，彼之上方七地狱。”意即南赡部洲下方二万由旬处属无间地狱，其上方依次是七热地狱。 [↑](#footnote-ref-33)
34. 《六趣轮回经》云：“若于佛法僧，及诸贪乏者，剽窃彼财物，堕大号叫狱。” [↑](#footnote-ref-34)
35. 化乐天：六欲天之一，自己任意变化欲界资生妙具，尽情享受，故名化乐天。 [↑](#footnote-ref-35)
36. 《六趣轮回经》云：“以火焚山川，林木及原野，烧害诸有情，当堕炎热狱。” [↑](#footnote-ref-36)
37. 他化自在天：六欲天之一，夺他所化妙欲资具而自享用，故名他化。 [↑](#footnote-ref-37)
38. 《六趣轮回经》云：“谓法说非法，无根而诽谤，令他生热恼，堕极炎热狱。” [↑](#footnote-ref-38)
39. 中劫：《俱舍论》云：“中劫即从无量岁，直至人寿十岁间，最终上增为一次，彼等寿即八万间。”也就是指从人类无量岁减至十岁，再从人寿十岁上增到八万岁之间，如是寿量一减一增，合成一中劫。 [↑](#footnote-ref-39)
40. 皮火筒：藏族烧火的工具，用动物皮制成，在火周围吹气可助火燃旺。 [↑](#footnote-ref-40)
41. 三恩德上师：赐予密宗灌顶、续部、窍诀的上师。 [↑](#footnote-ref-41)
42. 《六趣轮回经》云：“于父母师长，及有德贤者，起增上杀害，定堕无间狱。” [↑](#footnote-ref-42)
43. 按照《心性休息》的观点，近边地狱中除了以下四个地狱外，还有一个无滩河地狱。 [↑](#footnote-ref-43)
44. 有些佛经中，又称之为铜柱地狱。 [↑](#footnote-ref-44)
45. 《观佛三昧经》云：“所谓苦者。阿鼻地狱。十八小地狱。十八寒地狱。十八黑暗地狱。十八小热地狱。十八刀轮地狱。十八剑轮地狱。十八火车地狱。十八沸屎地狱。十八镬汤地狱。十八灰河地狱。五百亿剑林地狱。五百亿刺林地狱。五百亿铜柱地狱。五百亿铁机地狱。五百亿铁网地狱。十八铁窟地狱。十八铁丸地狱。十八尖石地狱。十八饮铜地狱。如是等众多地狱。” [↑](#footnote-ref-45)
46. 《明誓言续》云：“失毁根本破誓者，不勤恢复之方法，下堕金刚地狱中，所有普通之地狱，痛苦合一亦不及，彼狱十万分之一。” [↑](#footnote-ref-46)
47. 《佛说立世阿毗昙论》：十卷。陈·真谛译。又名《立世阿毗昙藏》、《天地记经》。收在《大正藏》第三十二册。本书叙述了天地世界之建立，及有情世间之相状。主要是宣说小乘的佛教观，跟《长阿含经》的旨趣大同小异。 [↑](#footnote-ref-47)
48. 《佛说立世阿毗昙论》云：“昔行何业受此果报。昔在人中取有命众生掷置火中。或热灰中或热砂中。或邪淫他妇过世法则入他境界。或出家破戒行住坐卧僧伽蓝中……以此业报于中受生。” [↑](#footnote-ref-48)
49. 《佛说立世阿毗昙论》云：“昔行何业受此果报。昔在人中取有命众生。掷置粪坑或不净处。乃至沟渎以此业报于中受……昔行何业受虫食啖困苦果报。昔在人中或令蛇狗蜈蚣鼍鳄之属。啮嚼有命众生。或起恶心受用五尘。由此业报于彼中生。受钻破食啖如是等苦。” [↑](#footnote-ref-49)
50. 《瑜伽师地论》云：“次尸粪埿无间有利刀剑。仰刃为路。彼诸有情为求舍宅。从彼出已游行至此。下足之时皮肉筋血悉皆消烂。举足之时还复如故。” [↑](#footnote-ref-50)
51. 《六道伽陀经》：宋朝中印度土沙门法天译。宣说六道相之偈颂，与《六趣轮回经》类似。 [↑](#footnote-ref-51)
52. 《瑜伽师地论》云：“次刀剑刃路无间有刃叶林。彼诸有情为求舍宅。从彼出已往趣彼荫才坐其下微风遂起刃叶堕落。斫截其身一切支节。” [↑](#footnote-ref-52)
53. 《立世阿毗昙论》云：“昔行何业受此果报。昔在人中行斗战事。与人刀仗遣令斗战。作如是言。汝等用此器仗取彼国土。长围四合聚集多人肆意杀害。由此业报于彼中生。” [↑](#footnote-ref-53)
54. 地狱众生若是女人，就会见到昔日苦苦爱恋的男人呼唤自己，下面也以此类推。 [↑](#footnote-ref-54)
55. 《正法念处经》云：“而此罪人。见彼树头。有好端正严饰妇女。如是见已。极生爱染。如是妇女。妙鬘庄严。末香坌身。涂香涂身。如是身形第一严饰。身极柔软。指爪纤长。熙怡含笑。以种种宝庄严其身。种种欲媚。一切愚痴凡夫之人。见则牵心……然彼妇女以欲媚眼。上看彼人。美声语唤。先以甜语作如是言。念汝因缘。我到此处。汝今何故不来近我。何不抱我。” [↑](#footnote-ref-55)
56. 《正法念处经》云：“炎嘴鹫鸟。即啄其眼。火燃刀叶。先割其耳。如是被割。唱声吼唤。刀叶炎燃次割其舌。次割其鼻。如是遍割。一切身分。欲爱牵心。如是到地。” [↑](#footnote-ref-56)
57. 《瑜伽师地论记》：又名《瑜伽论记》，二十四卷，收于《大正藏》第四十二册。乃糅录诸师有关瑜伽师地论之释文。 [↑](#footnote-ref-57)
58. 《瑜伽师地论记》云：“八寒地狱高广各十千。从此入地过三万二千量有初寒狱。向下复隔二千由旬有七寒狱周围傍住。” [↑](#footnote-ref-58)
59. 《阿毗达磨藏显宗论》：又名《显宗论》，印度众贤造，唐玄奘译。四十卷，收于《大正藏》第二十九册。 [↑](#footnote-ref-59)
60. 《阿毗达磨藏显宗论》云：“此寒地狱在绕四洲轮围山外极冥暗所。” [↑](#footnote-ref-60)
61. 《光明童子因缘经》云：“疱地狱。疱裂地狱。阿咤咤地狱。呵呵鑁地狱。虎虎鑁地狱。青莲华地狱。红莲华地狱。大红莲华地狱。如是等八寒地狱。” [↑](#footnote-ref-61)
62. 紧牙地狱：也叫安嘶咤地狱、呵罗罗（寒颤声）地狱。 [↑](#footnote-ref-62)
63. 阿啾啾地狱：也叫虎虎婆地狱、阿婆婆（患寒声）地狱。 [↑](#footnote-ref-63)
64. 矐矐婆地狱：也叫睺睺（亦是患寒声）地狱。 [↑](#footnote-ref-64)
65. 如《佛顶尊胜陀罗尼经教迹义记》云：“若人劫剥众生衣服。令他寒冻。受如是报在此狱中。”《佛顶尊胜陀罗尼经教迹义记》，唐代法崇撰，收于《大正藏》第三十九册。 [↑](#footnote-ref-65)
66. 《本生论》：由[圣勇菩萨](http://guanglungongxiu.net/glossary/shengyong.htm)所造，另有说前四卷由圣勇菩萨造，后十二卷由寂变、圣天造，现收录于《大正藏》第三册。属于《噶当六论》之一，其余的则是《庄严经论》、《菩萨地》、《学集论》、《入菩萨行论》、《集法句论》。博朵瓦尊者生前对《噶当六论》相当重视，修学这几部论后，必会树立起坚定的因果正见，法王如意宝对他们这一传统极为赞叹。 [↑](#footnote-ref-66)
67. 波头摩狱：即大莲花地狱。 [↑](#footnote-ref-67)
68. 《经律异相》：五十卷，梁代释宝唱等集。收在《大正藏》第五十三册。 [↑](#footnote-ref-68)
69. 《经律异相》云：“极寒风吹，受苦呻吟。以谤贤圣故堕彼四种地狱。于一切时受无量苦。是一切大寒地狱。” [↑](#footnote-ref-69)
70. 佛子就是圣者，在藏文中，二者是一个词。 [↑](#footnote-ref-70)
71. 藏升：为革萨拉城市所用容量单位。 [↑](#footnote-ref-71)
72. 《心性休息大车疏》云：“经中记载：昼辛吉尊者去往一处时，见到在一经堂内击犍槌后，有五百声闻相众生集中便互相争吵、以兵器残杀，死尽无余。午斋时过又恢复如初。” [↑](#footnote-ref-72)
73. 卓滚朗吉日巴（1128－1188）：修持七年七月七日证悟法相，并创立了拉朴寺。 [↑](#footnote-ref-73)
74. 四大名湖：马法木湖、纳木湖、青海湖、雅卓耶湖。关于这四大名湖，佛教有佛教的讲法，民间有民间的精彩故事。 [↑](#footnote-ref-74)
75. 信财：信众供养的财物，此中也有亡财之义。 [↑](#footnote-ref-75)
76. 前后藏四翼：古代藏文典籍中，藏地为上中下三区。上区阿里，中区卫藏，下区青康。 [↑](#footnote-ref-76)
77. 详见《显密宝库25—取舍明镜》之《烟酒杀生过患》。 [↑](#footnote-ref-77)
78. 《地藏经》云：“临终之日慎勿杀害及造恶缘。拜祭鬼神求诸魍魉。何以故。尔所杀害乃至拜祭。无纤毫之力利益亡人。但结罪缘转增深重。假使来世或现在生。得获圣分生人天中。缘是临终被诸眷属造是恶因。亦令是命终人殃累对辩晚生善处。” [↑](#footnote-ref-78)
79. 《入楞伽经》：又名《楞伽经》、《楞伽阿跋多罗宝经》。意为释迦牟尼佛降临楞伽岛所说之经。 [↑](#footnote-ref-79)
80. 《释门自镜录》：二卷，唐代怀信撰，收于《大正藏》第五十一册。搜集有关因果报应之故事，以警劝世人。 [↑](#footnote-ref-80)
81. 《中本起经》：二卷，东汉昙果、康孟详合译（一说康孟详译），收于《大正藏》第四册。记述释迦成道后教化之事迹。 [↑](#footnote-ref-81)
82. 犍椎：打木、檀板，义译声喝，集合僧伽的响器之一。《毗奈耶经》中所说尺度，木质为栴檀、木瓜树、巴罗沙、柴檀、醋柳、桐树等，长八十四指，宽六指，厚二指，削去四角成为八方，四角断口，各长二指，两端剖成蛤蟆头形。 [↑](#footnote-ref-82)
83. 菱角：一种水生植物，果有尖锐、坚硬的双角，其肉可食。 [↑](#footnote-ref-83)
84. 《瑜伽师地论》云：“饿鬼趣略有三种。一者由外障碍饮食。二者由内障碍饮食。三者饮食无有障碍。” [↑](#footnote-ref-84)
85. 《瑜伽师地论》云：“云何饮食无有障碍。谓有饿鬼名猛焰鬘。随所饮啖皆被烧然。由此因缘。饥渴大苦未尝暂息。复有饿鬼名食粪秽。或有一分食粪饮溺。或有一分唯能饮啖极可厌恶生熟臭秽。纵得香美而不能食。或有一分自割身肉而啖食之。纵得余食竟不能啖。如是等鬼。是名饮食无有障碍。” [↑](#footnote-ref-85)
86. 《大智度论》云：“鬼有二种：弊鬼、饿鬼。弊鬼如天受乐，但与饿鬼同住，即为其主；饿鬼腹如山谷，咽如针身，惟有三事黑皮筋骨，无数百岁不闻饮食之名，何况得见。” [↑](#footnote-ref-86)
87. 《大毗婆沙论》云：“于此洲中有二种鬼：一有威德，二无威德。有威德者，或住花林果林种种树上好山林中，亦有宫殿在空中者，乃至或住余清净处受诸福乐；无威德者，或住厕溷粪壤水窦坑堑之中，乃至或住种种杂秽诸不净处，薄福贫穷饥渴所苦。” [↑](#footnote-ref-87)
88. 《正法念处经》云：“何等为三十六种。一者迦婆离。镬身饿鬼。二者苏支目佉。针口饿鬼。三者槃多婆叉。食吐饿鬼。四者毗师咃。食粪饿鬼。五者阿婆叉。无食饿鬼。六者揵陀。食气饿鬼。七者达摩婆叉。食吐饿鬼。八者婆利蓝。食水饿鬼。九者阿赊迦。悕望饿鬼。十者[口\*企](区伊反)吒。食唾饿鬼。十一者摩罗婆叉。食鬘饿鬼。十二者啰讫吒。食血饿鬼。十三者瞢娑婆叉。食肉饿鬼。十四者苏揵陀。食香烟饿鬼。十五者阿毗遮罗。疾行饿鬼。十六者蚩陀逻。伺便饿鬼。十七者波多罗。地下饿鬼。十八者矣利提。神通饿鬼。十九者阇婆隶。炽燃饿鬼。二十者蚩陀罗。伺婴儿便饿鬼。二十一者迦(俱逻反)摩。欲色饿鬼。二十二者三牟陀罗提波。海渚饿鬼。二十三者阎罗王使。执杖饿鬼。二十四者婆罗婆叉。食小儿饿鬼。二十五者乌殊婆叉。食人精气饿鬼。二十六者婆罗门罗刹饿鬼。二十七者君茶火炉。烧食饿鬼。二十八者阿输婆啰他。不净巷陌饿鬼。二十九者婆移婆叉。食风饿鬼。三十者鸯伽啰婆叉。食火炭饿鬼。三十一者毗沙婆叉。食毒饿鬼。三十二者阿吒毗。旷野饿鬼。三十三者赊摩舍罗。冢间住食热灰土饿鬼。三十四者毗利差树中住饿鬼。三十五者遮多波他。四交道饿鬼。三十六者魔罗迦耶。杀身饿鬼。是为略说三十六种饿鬼。广说则无量。” [↑](#footnote-ref-88)
89. 《正法念处经》云：“观于食法诸饿鬼等。以法因缘。令身存立。而有势力。以何业故生于其中。彼以闻慧。见此饿鬼。于人中时。性多贪嫉。为活身命。为求财利。与人说法。心不敬重。犯戒无信。不为调伏诸众生故。说不净法。说言杀生得生天福。强力夺财。言无罪报。以女适人。得大福德。放一牛王。亦复如是。以如是等不净之法。为人宣说。得财自供。不行布施。藏举积聚。是人以此嫉妒覆心命终。生于恶道之中。受于食法饿鬼之身。” [↑](#footnote-ref-89)
90. 《正法念处经》云：“观于食肉诸饿鬼等。以何业故。而生其中。彼以闻慧。知此众生。嫉妒恶贪。自覆其心。以众生肉而作肉叚。脔脔称之。卖买欺诳。实少言多。以贱为贵。如是恶人。身坏命终。堕于恶道。生在食肉饿鬼之中。” [↑](#footnote-ref-90)
91. 《正法念处经》云：“观食香烟诸饿鬼等。以何业故。而生其中。彼以闻慧。知此众生。为嫉妒心恶贪所覆。商贾卖香。见人买香。速须供养。不以好香与彼买者。乃以劣香。价不酬直。心无净信。谓无恶报。不识诸佛真实福田。如是恶人。身坏命终。生食香烟夜叉鬼中。” [↑](#footnote-ref-91)
92. 《正法念处经》云：“见诸众生行于邪道谄曲作恶。行于恶因。说邪见法。谓是真谛。不信正法。如是之人。身坏命终。堕魔罗身饿鬼之中。受恶鬼身。” [↑](#footnote-ref-92)
93. 《成实论》：十六卷（刊本或作二十卷）。师子铠造，鸠摩罗什译，昙晷笔受，收于《大正藏》第三十二册。 [↑](#footnote-ref-93)
94. 《大毗婆沙论》云：“问鬼住何处。答赡部洲下五百踰缮那有琰魔王界。是一切鬼本所住处。” [↑](#footnote-ref-94)
95. 《佛祖历代通载》：略称《通载》、《佛祖通载》，二十二卷（或三十六卷）。元代念常（禅宗分支临济宗杨岐派僧）著。收于《大正藏》第四十九册。 [↑](#footnote-ref-95)
96. 《佛祖历代通载》云：“其类有四。一者外障。二者内障。三者饮食障。四者障饮食。” [↑](#footnote-ref-96)
97. 《佛祖历代通载》云：“一外障者。饮食音声亦不得闻。二内障者。获微饮食口若针窍不能得入。设能入口咽如马尾无能得过。设若过咽腹若山廓不能饱满。虽满腹中胫如草茎无能举动。受此大苦。” [↑](#footnote-ref-97)
98. 《佛祖历代通载》云：“三饮食障者。见饮食时。无量狱卒执诸器仗守御无获。” [↑](#footnote-ref-98)
99. 《佛祖历代通载》云：“四障饮食者。食饮食时。由业所感铁丸铜汁泻置口中从下流出。” [↑](#footnote-ref-99)
100. 《三戒合一论》云：“自他偏袒之说法，即如有一父二子，其二子执为异父而争论。” [↑](#footnote-ref-100)
101. 河床：大河两岸中间容纳流水的部位。 [↑](#footnote-ref-101)
102. 《业报差别经》云：“复有十业。能令众生得饿鬼报。一者身行轻恶业。二者口行轻恶业。三者意行轻恶业。四者起于多贪。五者起于恶贪。六者嫉妒。七者邪见。八者爱著资生。即便命终。九者因饥而亡。十者枯渴而死。” [↑](#footnote-ref-102)
103. 《佛说除恐灾患经》云：“佛将大众。乘桥度江。见八万四千饿鬼。佛亦知饿鬼先世所种。但为一切众生故。问饿鬼前。世所种行今为饿鬼。饿鬼曰。先身虽见佛。不知有佛。虽见法不知有法。虽见比丘僧不知有比丘僧。我亦不作福。教他人亦不作福。作福有何等福。不作福有何种罪。见人作福。言恒笑之。见人作罪。意常欢喜。佛问饿鬼。生此饿鬼之中以来。至今更历几百年岁。饿鬼报言。我生中七万岁。佛问饿鬼。生中七万岁。食饮何种。为得何食。饿鬼报言。我先世种行至恶。遇值小水。即化不见。至于大水。便为鬼神龙罗剎所逐。” [↑](#footnote-ref-103)
104. 《法王经》云：“譬如有人。身中毒箭于身受痛。当即拔箭其痛即除。若不拔箭痛则不除。待问箭毛羽是何鸟翼。复问其竹是何山出。复问其箭是谁之射。是人苦痛其命已终。然拔其箭终知无益。” [↑](#footnote-ref-104)
105. 《四谛论》：四卷。婆薮跋摩造，陈·真谛译。收于《大正藏》第三十二册。是解说苦集灭道四圣谛之义的典籍。 [↑](#footnote-ref-105)
106. 昼辛吉尊者：又名亿耳，因其降生时，耳朵上戴着金子耳环，可值纯金一亿，故取名“亿耳”。也有经典中说，他又名闻俱胝耳，因降生的时候，有宝耳珰珠庄严其耳，价值俱胝，故取名“闻俱胝耳”。 [↑](#footnote-ref-106)
107. 《根本說一切有部毘奈耶皮革事》云：“有大商主子。名曰亿耳。入海采宝。既得回还。与伴别宿。失伴慞惶。饥渴所逼。遥见一城。其城广大。墙壁极高。其中宽大。至城门所。见一丈夫。其身长大。黑色赤精。遍身有毛。其腹麤大。甚可怖畏。执杖而住。时长者子问其人曰。丈夫。此中有水不。彼默不言。长者子问已。即入城中。为渴所逼。迷闷东西。求觅水故。竟无可得。不称所求。遂即大声云。水水。时有五百饿鬼。一时而来。如烧木柱。自发覆体。咽如针孔。腹如大山。节节火出。赫然俱炽。告商主曰。汝大慈悲。与我水饮。我等渴逼。长者子曰。我为渴逼求水。故入此城中。饿鬼报言。此是饿鬼之城。何处得水。十二年中。我等不闻水名。长者子问曰。造何罪业。生在此中。饿鬼答曰。赡部洲人。多生难信。我今若说。汝亦不信。长者子告曰。我今对验。面前而见。云何不信。是时饿鬼而说颂言：我曾骂詈常瞋恚，悭吝惜财不与人，亦不曾行于布施，缘此业故生饿鬼。” [↑](#footnote-ref-107)
108. 《经律异相》云：“恒河水边有诸饿鬼。其数五百。于无量岁初不见水。虽至河边纯见流火。饥渴所逼发声号哭。饿鬼白佛。我等饥渴命将不久。佛言。恒河流水。鬼言。如来见水我常见火。佛言。除汝颠倒令得见水。广说悭贪过。鬼言。我今渴久虽闻法言都不入心。先可入河恣意饮之。以佛力故即得饮水。佛为说法悉发菩提心。舍诸鬼形。” [↑](#footnote-ref-108)
109. 《毗奈耶经》中译为迦多演那尊者。 [↑](#footnote-ref-109)
110. 《毗奈耶经》云：“彼若不信者，便当告：我先卧床下，有四瓶金并一金杖及金澡罐。”与此处略有不同，但其他的都一样。 [↑](#footnote-ref-110)
111. 《根本说一切有部毗奈耶皮革事》云：“时长者子领受此语，次复前行。去此未远，乃更遥见园苑，其中有师子座，座上有一妇女而坐，颜容妙好，人所喜见。座四脚下各有一饿鬼，缚著座脚而住。时此妇人遥见长者子来，告言：商主，无病少恼有饥渴耶？答曰：我甚饥渴。时彼妇人告长者子曰：与汝诸浆，汝可作盟，今所与浆，勿得与此四个饥鬼。长者子答曰：敬诺所言。既蒙设浆及妙饮食，时彼妇人欲现饿鬼业报之事故，便入一房，隐身藏住。诸饿鬼等即白长者子曰：汝大慈悲，愿赐少许饮食。其长者子心生怜愍，即掷食与。第一得食，变为炎热铁团。第二得食，变为麦糠。第三得食，变为脓血不净。第四得食，乃还食啖自身肉血。尔时饿鬼吞热铁丸者，烧身臭秽，妇人闻气，即出高声告长者子曰：汝所作者甚为非理，不应与彼饮食。其长者子答曰：妹子，彼见求我，心生慈悲云何不与？时妇人言：我心慈悲，更大于汝。然此饿鬼，一者是我夫婿，二者是我之子，三者是我新妇，四者是我家奴。是时长者子问曰：曾造何罪，生在此中？妇人告曰：南赡部洲人，难化难信，说有何益。长者子曰：我今现见，云何不信？时妇人言：我于往昔，于婆索婆村，曾为梵志女。因岁星节日家中设食，乃有圣者人天所奉迦多演那来乞饭食。我生欢喜，施满钵盂食。我复生念：今可告夫，冀生随喜施食之因。其夫嗔恚妇曰：尚未供养诸婆罗门，因何先施秃头之人，云何不与热铁丸？既不遂情，次当劝子，子复报云：何不食其麦糠？后时我遣一奴送食，与诸亲眷，奴得食已，在路自餐上妙好者。回至勘问，其奴便讳：我若在路食之，愿我当食自身脓血。后时诸亲又送食来，新妇盗食。我又问之，答言：不食。若食，愿我自食身肉。白言：商主，其夫婿、儿子、新妇及奴者，此饿鬼等是，并由自作，今受饿鬼。由我布施圣者迦多演那一餐之食，作如是言：汝若受报，我当眼见。我先布施天人所供迦多演那，应生帝释天宫，由发恶愿故，今堕饿鬼道中。商主，仁若往访婆索婆村，我有一女，在彼村中为淫女，幸可为报。云汝父母兄嫂及奴，堕在饿鬼趣中受苦，由先作恶今受此苦，汝今应可悔过，莫作斯恶，当受苦报。长者子曰：南赡部洲人多难信，不受我语。白言商主：彼若不信者，便当告：我先卧床下，有四瓶金并一金杖及金澡罐。汝当出取金瓶任意受用，复须时时供养天人所识迦多演那美妙饮食，并称我名令我得福罪当轻薄。时长者子既闻语已，即便辞别。” [↑](#footnote-ref-111)
112. 哲达日：全名为哲达日·扎雷南嘉，印度著名的中观论师，造过《胜敌论释》等论著。 [↑](#footnote-ref-112)
113. 《佛说救面然饿鬼陀罗尼神咒经》：唐于阗国沙门实叉难陀译，与《佛说救拔焰口饿鬼陀罗尼经》同，而无四佛名号。 [↑](#footnote-ref-113)
114. 即汉地寺院晚课放蒙山时念的“变食真言”。 [↑](#footnote-ref-114)
115. 汉地寺院晚课放蒙山时，都要持此四位如来的名号，以加持所施饮食。 [↑](#footnote-ref-115)
116. 南无多宝如来：能破一切诸鬼多生以来悭吝恶业，即得福德圆满。 南无妙色身如来：能破诸鬼丑陋恶形，即得色相具足。 南无广博身如来：能令诸鬼咽喉宽大，所施之食恣意充饱。 南无离怖畏如来：能令诸鬼一切恐怖悉皆除灭，离饿鬼趣。 [↑](#footnote-ref-116)
117. 在上师仁波切的倡导下，学院汉僧弟子已开始专门学习汉地的早晚课诵，同时上师要求大家将早晚课尽量背下来，并将此列为考试内容。 [↑](#footnote-ref-117)
118. 《大庄严经论》：十五卷。马鸣菩萨造，后秦鸠摩罗什译。又作大庄严论经、大庄严经、大庄严论、庄严论。今收于《大正藏》第四册。系广集佛陀之本生、佛陀在世之事迹，乃至于撰者之时代，有关诸种善恶因缘譬喻之故事，以导人入于正信为要旨之书。 [↑](#footnote-ref-118)
119. 《大庄严论经》云：“须和多国，昔日有王，名萨多浮。时王游猎，偶值一塔，即以五钱布施彼塔。有一旃陀罗遥唱：善哉。即遣使捉，将至王所。时王语言：汝今见我布施小故，讥笑我耶？彼人白王：施我无畏，然后当语。我于昔日，于险道中劫掠作贼，捉得一人，急拳其手。我即思惟：此人拳手必有金钱。语令开手，其人不肯。我捉弓箭，用恐彼人，语言放手，犹故不肯。我即挽弓向之，以贪宝故，即便射杀。杀已，即取得一铜钱。宁惜一钱，不惜身命。如今大王无逼恼者，能持五钱用施佛塔，是故我今叹言善哉。” [↑](#footnote-ref-119)
120. 《撰集百缘经》云：“此贤劫中，波罗奈国，有佛出世，号曰迦叶。有一沙门，涉路而行，极患热渴。时有女人，名曰恶见，井宕级水。往从乞之，女报之曰：使汝渴死，我终不能持水与汝，令我水减不可持去。于时沙门，既不得水，复道而去。时彼女人，遂复悭贪，有来乞者，终不施与。其后命终，堕饿鬼中，以是业缘，受如是苦。” [↑](#footnote-ref-120)
121. 王鬼：是厉鬼的一种。 [↑](#footnote-ref-121)
122. 厉鬼：又名魑魅，是一种魔鬼，梵音译作部多。 [↑](#footnote-ref-122)
123. 《灌顶经》：十二卷，全称《大灌顶神咒经》，又作《大灌顶经》。东晋帛尸梨蜜多罗译。收于《大正藏》第二十一册。 [↑](#footnote-ref-123)
124. 《旧杂譬喻经》云：“昔外国有沙门，于山中行道。有鬼变化作无头人，来到沙门前。报言：无头痛之患。目所以视色，耳以听声，鼻以知香，口以受味，了无头何一快乎。鬼复没去，复化无身，但有手足。沙门言：无身者不知痛痒，无五藏了不知病何一快乎。鬼复没去，更作无手足人，从一面车转轮来至沙门。道人言：大快无有手足，不能行取他财物，何其快哉。鬼言：沙门守一心不动。鬼便化作端正男子来头面著道人足言：道人持意坚乃如是。今道人所学但成不久，头面著足，恭敬而去也。” [↑](#footnote-ref-124)
125. 《涅槃经》云：“善男子，如我一时游彼圹野聚落丛树，在其林下。有一鬼神，即名圹野，纯食肉血，多杀众生。复于其聚，日食一人。善男子，我于尔时为彼鬼神广说法要，然彼暴恶愚痴无智，不受教法。我即化身为大力鬼，动其宫殿，令不安所。彼鬼于时将其眷属出其宫殿，欲来拒逆。鬼见我时，即失心念，惶怖躄地，迷闷断绝，犹如死人。我以慈愍手摩其身，即还起坐，作如是言：快哉今日还得身命，是大神王具大威德，有慈愍心赦我愆咎。即于我所生善信心，我即还复如来之身，复更为说种种法要，令彼鬼神受不杀戒。即于是日，圹野村中有一长者次应当死，村人已送付彼鬼神，鬼神得已即以施我，我既受已，便为长者更立名字，名手长者。尔时彼鬼即白我言：世尊，我及眷属唯仰血肉以自存活，今以戒故，当云何活？我即答言：从今当敕声闻弟子，随有修行佛法之处，悉当令其施汝饮食。善男子，以是因缘为诸比丘制如是戒，汝等从今常当施彼圹野鬼食。若有住处不能施者，当知是辈非我弟子，即是天魔徒党眷属。” [↑](#footnote-ref-125)
126. 诅烧抛：采用压胜（镇压）焚魔、抛掷朵马、食子等方式，以消灾祈福的一种密宗降魔方式。 [↑](#footnote-ref-126)
127. 《大宝积经》云：“多闻解了法，多闻不造恶，多闻舍无义，多闻得涅槃。” [↑](#footnote-ref-127)
128. 《大宝积经》云：“有诸傍生，若生、若长、若死，皆在暗中不净粪尿垢秽之处。或时暂明，所谓蜂蝶蚊蚁蚤虱蛆虫之类。自余复有无量无边，生长常暗。由彼先世是愚痴人，不听经法恣身语意，贪著五欲，造众恶事，生此类中受愚迷苦。” [↑](#footnote-ref-128)
129. 《正法念处经》云：“观龙世界雨热沙苦，以何业因，而受斯报？即以闻慧，知此众生，于人中时，以瞋恚心，焚烧僧房，聚落城邑。如是恶人，身坏命终，堕于地狱，受无量苦。从地狱出，生于龙中，以前世时以火烧人村落僧房，以是因缘受畜生身，热沙所烧。” [↑](#footnote-ref-129)
130. 《山海经·大荒东经》云：“应龙处南极，杀蚩尤与夸父，不得复上，故下数旱，旱而为应龙之状，乃得大雨。” [↑](#footnote-ref-130)
131. 《史记·夏本纪》云：“龙一雌死，以食夏后。夏后使求，惧而迁去。” [↑](#footnote-ref-131)
132. 《淮南子》云：“夫蛟龙伏潜于川而卵剖于陵，其雄鸣上风，其雌鸣下风，而化者形，精之至也。人不见龙之飞，举而能高者，风雨奉之也。” [↑](#footnote-ref-132)
133. 浪踏病：肠胃绞痛。由于寒热交攻，胃及大小肠中寄生虫动乱妄行，突发剧痛，如牛角尖压刺胸腹。 [↑](#footnote-ref-133)
134. 《金色童子因缘经》云：“是时城中，有一商主，名曰妙耳。止其城内，居家巨富，财宝广多，数量增盈，与毘沙门天王富饶相等，于满度摩帝城中家族最上无与等者。其妻于后生一童子，肤体麤黑，容貌丑恶，具十八种可厌恶相，身口秽污，恶气充盈。家人眷属，随风闻者，返面而去。又复童子当初生时，舍中火起，财宝资生，焚爇竭尽，无复遗余。舍中所有一切财物资生乐具，火既炽盛而竭焚爇，所焚无余，火乃自息……昔居富威，身著妙衣种种严饰，妙香花鬘庄严其体，口中常复含咀妙香，时咽津液，又如天女，而常游戏欢喜园中，饮食衣服诸妙珍宝庄严等具而悉丰足，奴婢眷属亲里知识内外昌盛，随应所与悉得丰赡。何故今时如是破坏？所睹仪容，诚堪伤痛，头发蓬乱，尘垢污身，众苦所侵，举体枯悴，片衣破弊，腻秽增多，蚤虱萦缠，恶气充塞，国城之内最下卑苦，佣力他家营食存养，此破坏相实可悲伤。苦哉福分速归破坏，苦哉富贵所成不久，苦哉业报种种差别。” [↑](#footnote-ref-134)
135. 毒痈：头疽，疮初起顶如粟米，后来根盘扩大，状如蜂巢。 [↑](#footnote-ref-135)
136. 《菩提道次第广论》云：“又如热痈，俱未触会二触之时，有漏舍受，为诸粗重之所随逐，故名行苦。” [↑](#footnote-ref-136)
137. 《缘生初胜分法本经》（隋达摩笈多译）中，比丘白佛：“大德，生以何苦示现？”佛言比丘：“行苦示现。”比丘白佛：“大德，老以何苦示现？”佛言比丘：“坏苦示现。”比丘白佛：“大德，死以何苦示现？”佛言比丘：“苦苦示现。” [↑](#footnote-ref-137)
138. 如炉霍县种植少量的茶叶，叫做俄色茶。 [↑](#footnote-ref-138)
139. 卡：藏地茶叶的计量单位。 [↑](#footnote-ref-139)
140. 腹背疮伤：指牦牛驮货时，背部被鞍子或货物磨伤，腹部肚带紧勒，行走时将腹部磨伤。 [↑](#footnote-ref-140)
141. 三白三甜：乳汁、乳酪、酥油为三白，冰糖、蔗糖、蜂蜜为三甜。 [↑](#footnote-ref-141)
142. 什么是暗物质？暗物质（包括暗能量）被认为是宇宙研究中最具挑战性的课题，它代表了宇宙中90%以上的物质含量，而我们可以看到的物质只占宇宙总物质量的10%不到（约5%左右）。暗物质无法直接观测得到，但它却能干扰星体发出的光波或引力，其存在能被明显地感受到。科学家曾对暗物质的特性提出了多种假设，但直到目前还没有得到充分的证明。 [↑](#footnote-ref-142)
143. 不善业，称为非福业；欲界所摄的善业，称为福业；色界、无色界所摄的善业，称为不动业。 [↑](#footnote-ref-143)
144. 《佛说五王经》：失译人名，附东晋录，收于《大正藏》中。内容为五王共相友善，四王各说世乐，惟普安王说出世乐，因引四王见佛，佛为说世间八苦，遂同出家修道。 [↑](#footnote-ref-144)
145. 寻香：食香者，欲界中有或中阴身，各依因缘善恶，吸食种种香、臭气味，故名寻香。梵语译作乾达婆。 [↑](#footnote-ref-145)
146. 《大圆满心性休息》云：“痴识风心明点聚，凝酪膜疱及血肉，坚肉支节鱼龟形，经七七日渐成身。” [↑](#footnote-ref-146)
147. 《大宝积经》：一百二十卷，收于《大正藏》第十一册。玄奘在临死前一年曾试译几行，感觉气力衰竭而辍笔。菩提流志从神龙二年开始编译，历时七年才译完。全经共四十九会七十七品，其中二十三会八十一卷余是过去不同译师所译，三十六会三十九卷半是菩提流志新译，故此经是旧译和新译的合编本。全经内容泛论大乘佛教之各种主要法门，涉及范围甚广。 [↑](#footnote-ref-147)
148. 《佛为阿难说处胎会》：藏文叫《阿难入胎经》；汉文还有其他几个译本，如《佛为难陀说出家入胎经》、《佛说胞胎经》（西晋竺法护译）。主要讲入胎之因缘及胎中三十八个七日生长之相貌，出胎七日后所生八万尸虫之名字，末说五阴皆无常、苦、无我我所。 [↑](#footnote-ref-148)
149. 《佛说五王经》云：“母噉一杯热食，灌其身体，如入镬汤。母饮一杯冷水，亦如寒冰切体。母饱之时，迫迮身体，痛不可言。” [↑](#footnote-ref-149)
150. 《佛说五王经》云：“母饥之时，腹中了了，亦如倒悬，受苦无量。” [↑](#footnote-ref-150)
151. 《大宝积经》云：“若母多食或时少食，皆受苦恼。如是若食极腻或食干燥，极冷极热，咸淡苦醋，或太甘辛，食此等时，皆受苦痛。” [↑](#footnote-ref-151)
152. 钟茂森博士在《因果轮回的科学证明》中说：“现在西方拍摄的技术很发达，能够隔着母体，用三维的角度来拍摄母亲体内胎儿的生活状况。胎儿在母体内真的是很痛苦，他是头朝下、脚朝上这么倒悬的，这么一挂就挂十个月。母亲如果动一动，他就会觉得像地震一样；母亲喝一口凉水，他就好像到寒冰里，冰窟窿一样；母亲喝一口热水，他就像到热汤里一样。胎儿在母亲的体内就像坐牢一样，一坐就坐了十个月。完了之后要出生的时候他也是很痛苦，像婴儿从母亲体内出生的时候，好像两座大山把他夹着夹出来。当他出来以后，因为在母亲体内的胎儿皮肤都很细滑、很细嫩，结果一出来之后接触到空气，就感到像针刺一样的痛苦。所以你看婴儿一出生他就哇哇大哭，为什么哭？就是因为他太痛了、太苦了。正因为这样的痛苦，这种折磨就把他前生的记忆给统统磨掉了，所以一般人都没有办法记忆自己的前世，这个有道理。” [↑](#footnote-ref-152)
153. 《大宝积经》云：“由业力故，风吹胎子，令头向下，双脚向上，将出产门。” [↑](#footnote-ref-153)
154. 《佛说五王经》云：“生堕草上，身体细软，草触其身，如履刀剑。” [↑](#footnote-ref-154)
155. 《正法念处经》云：“初生时，其身柔软，如生酥搏，亦如芭蕉，又如熟果。母人瞻产，以手捉之，其手坚涩，皴裂劈坼，厌恶蹙面，指甲长利，面目丑恶。以手捉之，犹如火烧，亦如刀割。如是婴儿，身体细软，母人触之，得大苦恼。” [↑](#footnote-ref-155)
156. 涂敷酥油：藏族以前的风俗，为小孩出生后祝愿吉祥的仪式，但现在不太常见了。 [↑](#footnote-ref-156)
157. 《大宝积经》云：“初生之时，或男或女，堕人手内，或在衣等，安在日中。或在阴处，或置摇车，或居床席，怀抱之内。由是因缘，皆受酸辛楚毒极苦。” [↑](#footnote-ref-157)
158. 索达吉堪布仁波切的上师，今年79岁。 [↑](#footnote-ref-158)
159. 《瑜伽师地论》云：“谓于五处衰退故苦：一盛色衰退故，二气力衰退故，三诸根衰退故，四受用境界衰退故，五寿量衰退故。” [↑](#footnote-ref-159)
160. 《君规教言论》云：“衰老疾病死亡等，众生共同之规律，岂能有谁超越此？” [↑](#footnote-ref-160)
161. 《金光明经·除病品》中，提到了三种致病的因素：1、四大诸根因素：人体本身的体质造成的问题。2、饮食时节因素：饮食造成的问题。3、四季时令因素：环境造成的问题。 [↑](#footnote-ref-161)
162. 如《佛说善恶因果经》云：“短命者从杀生中来为人。” [↑](#footnote-ref-162)
163. 《法句譬喻经》云：“昔有一国，名曰贤提。时有长老比丘，长病委顿，羸瘦垢秽，在贤提精舍中卧，无瞻视者。佛将五百比丘往至其所，使诸比丘传共视之为作糜粥，而诸比丘闻其臭处，皆共贱之。佛使天帝释取汤水，佛以金刚之手，洗病比丘身体，地寻震动[[火\*霍](javascript:showpic(%22fontimg/067056.gif%22))]然大明莫不惊肃。国王臣民天龙鬼神无央数人，往到佛所稽首作礼，白佛言：佛为世尊，三界无比道德已备，云何屈意洗此病瘦垢秽比丘？佛告国王及众会者：如来所以出现于世，正为此穷厄无护者耳，供养病瘦沙门道士及诸贫穷孤独老人，其福无量所愿如意，譬五河流福来如是，功德渐满会当得道。王白佛言：今此比丘宿有何罪，困病积年疗治不差？佛告王曰：往昔有王名曰恶行，治政严暴，使一多力五百主令鞭人。五百假王威怒私作寒热，若欲鞭人责其价数，得物鞭轻，不得鞭重，举国患之。有一贤者为人所诬，应当得鞭，报五百言：吾是佛弟子，素无罪过，为人所抂，愿小垂恕。五百闻是佛弟子，轻手过鞭，无著身者。五百寿终堕地狱中，考掠万毒罪灭复出，堕畜生中恒被挝杖五百余世，罪毕为人常婴重病，痛不离身。尔时国王者，今调达是也；时五百者，今此病比丘是也；时贤者者，吾身是也。吾以前世为其所恕，鞭不著身，是故世尊躬为洗之。人作善恶，殃福随身，虽更生死，不可得免。” [↑](#footnote-ref-163)
164. 详见《上师心滴》之《正行光明藏讲义》。 [↑](#footnote-ref-164)
165. 如《涅槃经》云: “何等名为怨憎会苦？所不爱者而共聚集。”《瑜伽师地论》云：“云何怨憎会苦？当知此苦亦由五相：一、与彼会生忧苦故；二、治罚畏所依止故；三、恶名畏所依止故；四、苦逼迫命终怖畏所依止故；五、越正法恶趣怖畏所依止故。” [↑](#footnote-ref-165)
166. 五根：指信根、进根、念根、定根、慧根，此五法是生圣道的根本。 [↑](#footnote-ref-166)
167. 《亲友书》云：“智者痛苦如财多，少欲之人非如是，一切龙王头数目，所生痛苦如是多。” [↑](#footnote-ref-167)
168. 《窍诀宝藏论》云：“断除身体颠倒之行为，断除口中无义之言语，断除意识妄念之散收。” [↑](#footnote-ref-168)
169. 《弥勒请问经》云：“不以憎嫉人故而憎嫉于法，不以人过失故而于法生过，不以于人怨故而于法亦怨。” [↑](#footnote-ref-169)
170. 一、怀胎守护恩；二、临产受苦恩；三、生子忘忧恩；四、咽苦吐甘恩；五、回干就湿恩；六、哺乳养育恩；七、洗涤不净恩；八、远行忆念恩；九、深加体恤恩；十、究竟怜愍恩。 [↑](#footnote-ref-170)
171. 此公案详见《法句譬喻经·道行品第二十八》。 [↑](#footnote-ref-171)
172. 《法句譬喻经》云：“佛告梵志：汝实愚痴，人死神去，便更受形。父母妻子，因缘会居，譬如寄客，起则离散。愚迷缚着，计为己有，忧悲苦恼，不识根本，沈溺生死，未央休息。唯有慧者，不贪恩爱，觉苦舍习，勤修经戒，灭除识想，生死得尽。” [↑](#footnote-ref-172)
173. 《法苑珠林》云：“譬如飞鸟暮宿高树，同止共宿，伺明早起，各自飞去，行求饮食。有缘即合，无缘即离。我等夫妇亦复如是，无常对至，随其本行，不能救护。” [↑](#footnote-ref-173)
174. 《大庄严论经》：十五卷，印度马鸣菩萨造，鸠摩罗什译。又作《大庄严经论》、《大庄严论》、《大庄严经》，收在《大正藏》第四册。主要是搜集佛陀本生，及诸种善恶因缘、譬喻等九十章故事，以供求道者参考。 [↑](#footnote-ref-174)
175. 《大庄严论经》云：“竺叉尸罗国有博罗吁罗村，有一估客名称伽拔吒，作僧伽蓝，如今现在，称伽拔吒。先是长者子，居室素富，后因衰耗，遂至贫穷。其宗亲眷属尽皆轻慢，不以为人，心怀忧恼遂弃家去。共诸伴党至大秦国，大得财宝还归本国。时诸宗亲闻是事已，各设饮食香华妓乐于路往迎。时称伽拔吒身著微服在伴前行。先以贫贱年岁又少，后得财宝其年转老，诸亲迎者并皆不识，而问之言：称伽拔吒为何所在？寻即语言：今犹在后。至大伴中而复问言：称伽拔吒为何所在？诸伴语言：在前去者即是其人。时宗亲往到其所而语之言：汝是称伽拔吒，云何语我乃云在后？称伽拔吒语诸宗亲言：称伽拔吒非我身是，乃在伴中驼驴驮上。所以然者？我身顷来，宗亲轻贱，初不与语，闻有财宝乃复见迎，由是之故在后驮上。宗亲语言：汝道何事不解汝语？称伽拔吒即答之言：我贫穷时共汝等语不见酬对，见我今者多诸财宝，乃设供具来迎逆我，乃为财来，不为我身。” [↑](#footnote-ref-175)
176. 《杂譬喻经》云：“昔王舍城中，人民多丰饶，九品异居，不相杂错。别有一亿里，有一亿财者，便入中。时有居士，规欲居中便行治生，苦身节用广诸方计。数十年中，九十万数未满一亿，得病甚笃，自知不济。有一子年七八岁，嘱语其妻曰：吾子小大，付与财物令广治生，使足满一亿，必居其中，全吾生存之愿矣。言竟终亡。丧送事毕，将子入示其宝物：父有遗教，须汝长大具一十万足满一亿，居亿里中。子报母言：何必须大？便可付我早共居之。母即付之。于是童子以财物珍宝，供养三尊，施与贫乏者，半年之中财物尽了。其母愁恼怪子所作，童子未几身得重病，遂便丧亡。其母既失物，子又幼丧，忧愁忆之。中有最富者，八十居而无子姓，于是童子往生其家，为第一妇作子。满十月生，端正聪明自识宿命，母自抱乳确不肯食，青衣抱养亦复如是。儿前母闻生子如是，偶往看见爱之，即抱鸣噈，开口求食，长者大喜重雇其价，使养护子。长者便与夫人议曰：吾少子性，他人抱养不肯饮食，此妇抱撮儿辄欢喜，吾今欲往迎取以为小妻，令养视吾子，为可尔不？夫人听之。便以礼娉迎来，别作屋宅分财给与无所乏短。儿便语母：为相识不？母大怖懅，而言不相识。儿白母言：我是母之前子，取母九十万分用布施，今共来作八十亿主，不劳力而食，福为何如耶？” [↑](#footnote-ref-176)
177. 阿可：藏地对喇嘛的称呼。 [↑](#footnote-ref-177)
178. 五戒和尚就是陕右人。 [↑](#footnote-ref-178)
179. 《六度集经》云：“所谓私财也，五家分者：一水、二火、三贼、四官、五为命尽。” [↑](#footnote-ref-179)
180. 无有正法乞人，也可解释为无有任何执著的无勤瑜伽士。 [↑](#footnote-ref-180)
181. 慈力王子：佛陀的因地，类似于福力王子。 [↑](#footnote-ref-181)
182. 八风：指世间八法。 [↑](#footnote-ref-182)
183. 五浊恶世：劫末寿等渐变鄙恶，如渣滓故名为浊世。五浊：寿浊，烦恼浊，众生浊，劫浊，见浊。 [↑](#footnote-ref-183)
184. 《楞严经》云：“阿难，是三界中复有四种阿修罗类：若于鬼道以护法力成通入空，此阿修罗从卵而生，鬼趣所摄；若于天中降德贬坠，其所卜居邻于日月，此阿修罗从胎而出，人趣所摄；有修罗王执持世界力洞无畏，能与梵王及天帝释四天争权，此阿修罗因变化有，天趣所摄；阿难别有一分下劣修罗，生大海心沈水穴口，旦游虚空暮归水宿，此阿修罗因湿气有，畜生趣摄。” [↑](#footnote-ref-184)
185. 《业报差别经》中列举了十种能令众生得阿修罗报之业因：1、身行微恶；2、口行微恶；3、意行微恶；4、起憍慢；5、起我慢；6、起增上慢；7、起大慢；8、起邪慢；9、起慢慢；10、回诸善根向修罗趣。 [↑](#footnote-ref-185)
186. 阿修罗虽然好斗，但这种争斗并不破戒，如《大智度论》云：“阿修罗恶心斗诤，而不破戒，大修施福。”所以，他们的戒与人类的有所不同。 [↑](#footnote-ref-186)
187. 粗恶苑：帝释天四大园林（众车苑、粗恶苑、杂林苑、喜林苑）之一，又名粗涩园。帝释天所居善见城南有一林苑，池塘、林木以为装饰，行至其地，即生粗暴之心。《阿毘达磨顺正理论》云：“粗恶苑，天欲战时，随其所须，甲仗等现。” [↑](#footnote-ref-187)
188. 《起世因本经》云：“其帝释天王，若欲向于波娄沙迦园及杂色车欢喜园等澡浴欢乐游戏行时，尔时心念伊罗婆那大龙象王。其伊罗婆那大龙象王亦生是念：帝释天王心念于我。如是知已，从其宫出，即自变化，作三十三头。其一一头化作六牙，一一牙上化作七池，一一池中各有七华，一一华上各七玉女，一一玉女各复自有七女为侍。尔时伊罗婆那大龙象王，化作如是诸神变已，即便诣向帝释王所，到已在彼帝释前住。尔时帝释天王心念诸小三十二天王，并三十二诸天众等。时彼小王，及诸天众，亦生是心：帝释天王今念我等。如是知已，各以种种众妙璎珞庄严其身，俱乘种种车乘，诣向天帝释边。” [↑](#footnote-ref-188)
189. 《起世因本经》云：“即便升上伊罗婆那龙象王上。帝释天王正当中央真头上坐，左右两边各有十六诸小天王，悉同乘彼伊罗婆那龙象王化头之上，各各而坐。” [↑](#footnote-ref-189)
190. 游戏海：与须弥山外围七重金山交相间隔的六重大海，充满八功德水，为诸龙王嬉游之处。 [↑](#footnote-ref-190)
191. 《观佛三昧海经》云：“释提桓因惊怖惶惧，靡知所趣。时宫有神，白天王言：莫大惊怖，过去佛说般若波罗蜜，王当诵持，鬼兵自碎。是时帝释坐善法堂，烧众名香，发大誓愿：般若波罗蜜是大明咒，是无上咒，无等等咒，审实不虚。我持此法当成佛道，令阿修罗自然退散。作是语时，于虚空中有四刀轮，帝释功德故自然而下，当阿修罗上。时阿修罗耳鼻手足一时尽落，令大海水赤如绛汁。时阿修罗即便惊怖，遁走无处入藕丝孔。” [↑](#footnote-ref-191)
192. 《杂譬喻经》云：“阿修罗前世时曾为贫人，居近河边，常渡河担薪。时河水深流复驶疾，此人数数为水所漂，既亡所持身又没溺，随流宛转急而得出。时有辟支佛作沙门形诣舍乞食，贫人欢喜即施。饭食讫已行澡水毕，置钵虚中飞行而去。贫人见之因以发愿：愿我后生身形长大，一切深水无过膝者。以是因缘得极大身，四大海水不能过膝，立大海中身过须弥，手据山顶下观忉利天。” [↑](#footnote-ref-192)
193. 四大阿修罗王：罗侯阿修罗王、勇健阿修罗王、华鬘阿修罗王、毗摩质多罗阿修罗王。 [↑](#footnote-ref-193)
194. 六欲天：四大天王天、三十三天、离诤天、兜率天、化乐天、他化自在天。 [↑](#footnote-ref-194)
195. 如《增壹阿含经》云：“当天子欲命终时，有五未曾有瑞应而现在前。云何为五？一者华萎；二者衣裳垢坋；三者身体污臭；四者不乐本座；五者天女星散。” [↑](#footnote-ref-195)
196. 色界：功德、住所皆胜欲界，虽离欲贪但能增上自地烦恼，色相善妙，名为色界，包括四禅十七处天。 [↑](#footnote-ref-196)
197. 无色界：无单独住所，以无色等持未退失而死后，立即形成四名蕴（受想行识四蕴）于该处转生，为无色界。包括空无边处、识无边处、无所有处、非想非非想处。 [↑](#footnote-ref-197)
198. 引业：引发总报，能令生于某处某趣之业。 [↑](#footnote-ref-198)
199. 《杂譬喻经》云：“此女本说偈问时，若遇明师，即可得道。此女虽行禅定，无有智慧，定报既终，还堕恶道也。” [↑](#footnote-ref-199)
200. 五道：天人、非天合为一道，再加上三恶道和人类。 [↑](#footnote-ref-200)
201. 非非想天：非想非非想天的简称。无色界的最高处。 [↑](#footnote-ref-201)
202. 班扎日嘎：又名白莲花、孙陀罗。 [↑](#footnote-ref-202)
203. 护持根门第一：即持戒第一。 [↑](#footnote-ref-203)
204. 《三主要道论》云：“人身难得寿无常，修此可断今生执，无欺业果轮回苦，修此可断后世执。” [↑](#footnote-ref-204)
205. 《根本说一切有部毘奈耶杂事》卷17云：“给孤长者，施园之后作如是念：若不彩画，便不端严，佛若许者，我欲庄饰。即往白佛。佛言：随意当画。闻佛听已，集诸彩色，并唤画工。报言：此是彩色，可画寺中。答曰：从何处作，欲画何物？报言：我亦未知，当往问佛。佛言：长者，于门两颊，应作执杖药叉。次傍一面，作大神通变。又于一面，画作五趣生死之轮。檐下画作本生事。佛殿门傍画持鬘药叉。于讲堂处画老宿苾刍宣扬法要。于食堂处画持饼药叉。于库门傍画执宝药叉。安水堂处画龙持水瓶着妙璎珞。浴室火堂依天使经法式画之。并画少多地狱变。于瞻病堂画如来像躬自看病。大小行处画作死尸形容可畏。若于房内应画白骨髑髅。是时长者从佛闻已，礼足而去。” [↑](#footnote-ref-205)
206. 五分轮回图：又名六道轮回图。图下方是地狱、饿鬼、旁生，中间是人与非人，上方是天界。 [↑](#footnote-ref-206)
207. 《根本说一切有部毘奈耶》卷34云：“尔时，薄伽梵在王舍城羯兰铎迦池竹林园中。时具寿大目乾连于时时中，常往捺落迦傍生饿鬼人天诸趣，慈愍观察。于四众中，具说其事……尔时世尊告阿难陀：非一切时处常有大目乾连，如是之辈颇亦难得，是故我今敕诸苾刍，于寺门屋下画生死轮……应差苾刍于门屋下坐，为来往诸人婆罗门等，指示生死轮转因缘。” [↑](#footnote-ref-207)
208. 恰彻却将上师教言牢牢记在心间，抛弃一切，前往热振的休色寺，像野兽一样地精进修持，未与任何人交往，如此穷其一生，直至圆寂。《果仓巴尊者传记》云：其为米拉日巴尊者前世。 [↑](#footnote-ref-208)
209. 一是为度化甲曹杰和克珠杰；二是撰著两部论典：《辨了不了义论》、《入中论·善解密意疏》。 [↑](#footnote-ref-209)
210. 仲敦巴：全称仲敦巴·嘉瓦郡乃，阿底峡的及门弟子，宋代西藏佛学家。 [↑](#footnote-ref-210)
211. 热振寺：噶当派第一座寺庙，离拉萨不远，为开创教派者仲敦巴所倡建。噶当派的教言中，描述过它的很多功德，据说比布达拉宫和觉沃佛的功德还大。1738年，七世达赖将其赠给自己的老师甘丹池巴阿旺乔登。从此，阿旺之历代转世皆称“热振活佛”。 [↑](#footnote-ref-211)
212. 因缘具足时，吃好穿好也可以；但如果因缘不具足，也不能为了衣食而天天奔波。 [↑](#footnote-ref-212)
213. 上师仁波切2004年讲《前行》这一段时说：“法王如意宝讲过，你见解稳固时可以到处跑，但如果见解一点都不稳，却说‘安住一个地方是不对的’，然后这里断传承、那里断传承，整天跑的话，可能更糟糕、更可怕！” [↑](#footnote-ref-213)
214. 《佛说杂藏经》云：“舍利弗夏盛热时，游行至庵罗园中。有一客作人，汲井水溉灌于树。此人于佛，无有大信，见舍利弗，发小信心。唤舍利弗言：大德来脱衣树下坐，我当以水浇之，不失溉灌，兼相利益。于是舍利弗，脱衣受洗，身得凉乐，随意游行。此客作人，其夜命终，即生忉利天上，有大威力，次释提桓因，便自念言：我何因生此？自观宿命，信心微薄，因客作溉灌计水，洗浴舍利弗。我若信心纯厚，知必有报。故设浴具，以为供养，自惟为功虽少，以遇良田，获报甚多。即诣舍利弗所，散花供养。舍利弗因其净信之心，即为说法，得须陀洹道。” [↑](#footnote-ref-214)
215. 此偈在《宗镜录》中有记载。 [↑](#footnote-ref-215)
216. 朗日塘巴（1054-1123）：阿底峡尊者六大弟子之一，博朵瓦格西二大高足之一。 [↑](#footnote-ref-216)
217. 详见《六度集经》之《 （九○）察微王经》。 [↑](#footnote-ref-217)