前行广释之二暇满难得

Contents

[第十八节课 1](#_Toc494809807)

[第十九节课 14](#_Toc494809808)

[第二十节课 28](#_Toc494809809)

[第二十一节课 42](#_Toc494809810)

[第二十二节课 56](#_Toc494809811)

[第二十三节课 71](#_Toc494809812)

[第二十四节课 85](#_Toc494809813)

[第二十五节课 98](#_Toc494809814)

[第二十六节课 112](#_Toc494809815)

[第二十七节课 125](#_Toc494809816)

# 第十八节课

思考题

80、什么叫做根德圆满？诸根不全之人对修法有何影响？请一一说明。

81、“业际颠倒”主要是指什么？间接可引申为什么意思？要想不成为业际颠倒者，在实际行动中应注意些什么？你是怎么做的？

82、怎样才能对如来教法生起不退转信心？通过闻思修行，你在这方面有哪些转变？

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！

我们学《前行》一定要修。讲“人身难得”时，对每个引导文应再三思维，之后真正体会到：人身极其难得，尤其是修习佛法的人身，更可谓寥若晨星，自己如今遇到佛法和上师，懂得取舍的道理，现在不修的话，死后堕入恶趣或转生天界，就根本没有这样的机会了……生活中要常常这样想。

以前宁玛派、噶举派、嘎当派的许多大德，对人身难得的修法非常重视，始终把它当作长期的修行内容，以此修法，最终圆寂时示现了种种成就相。大家如今也需要加行的基础，从开头到现在，我反反复复说过许多次，但今后还要不断地说，只有说得多了，你们才有一些印象。

上师如意宝在世时，基本每年都要讲《前行》，以至于当年跟随上师的老弟子，对佛法的定解、信心，现在的修行人望尘莫及。学院如今有很多年轻人，有些没见过上师如意宝，有些虽然见过，却在他老人家身边呆的时间很少，平时跟他们聊天、接触可以看出，他们对佛法的诚挚心还是有差别。原因是什么呢？主要是过去上师特别强调加行，很多弟子在这方面下了一定功夫、花了一定时间，最后修行上取得相当的把握。

要知道，高深莫测的修行境界，不可能平白无故就产生，尤其是末法时代的众生，不说无始以来，仅仅是这一辈子，从小到大就造了许许多多恶业，对贪嗔痴等五毒烦恼熏习得太久，若只是偶尔想想佛法的内容，得一点上师加持、佛法开示，就希望一反常态，以前的习气立即断掉，这很困难。凡夫人心态的改变要一步一步来，不能一下子立竿见影，除了极个别印藏汉的大成就者，因前世的善根非常深厚，遇到有缘上师稍加指点，当下即可开悟见性外，通常而言，大多数人还是要下一番功夫。因此，每个道友无论在家还是出家，修行上必须增加力度，要勇猛精进，时间上也是越长越好，在正规的佛学院或佛教团体中呆得久一点，否则，只学几天几个月就想改头换面，肯定难于上青天。

你们有缘修学《前行》，应当值得非常欢喜。就我而言，每次要讲这部法，都特别高兴。此法确实特别殊胜，而且是传承上师的教言，虽然我修得不好，但对它信心极大，这不是口头上说，而是把上半生的时间、精力都用在这上面了。现在也有很多人对希求解脱兴致勃勃，你们依靠这样的法，哪怕得到少许利益，我付出一切也心甘情愿。

希望道友们理应发愿，有生之年尽量地闻思修行，这样对众生有利，对你个人也有利。作为修行人，就是要调伏相续、帮助众生，我前两天也发了这个愿：在今生乃至生生世世，以闻思修行来度过，调伏自相续，以佛法饶益众生。除此之外，作为凡夫人，虽然遇到好吃的也会欢喜，得一件漂亮衣服也会高兴，但并不是永远的目标，这些就像是孩童的游戏，再过几十年看，全是假的。现在人对钱财、地位特别耽著，但几十年后回顾一生就会发现，确实没有什么实质。其实人生要有一种目标，假如每天除了吃喝玩乐，其他什么都不管，就跟旁生没有差别了。

因此，对于加行，大家一定要时时串习。现在虽然零下20多度，但也不算太冷——上师如意宝曾求学过的石渠，比这里冷多了，我有一次去那里，当时还是夏天，感觉都寒风刺骨。在学院，我几乎没有这种感觉，即使有，也是初来求法的那段日子。那个时候的闻法条件，比你们现在的条件差多了。每天早上七八点钟，我都在院子里辅导，大家坐在冰冻三尺的地上，个个穿得很单薄。我的院子只是一块平地，没有什么垫子，大家都坐在地上学习，到了十点钟左右，太阳才出来。接着又讲第二节课、第三节课……一上午都是这样。

平时吃饭也很简单。拿我来说，五六点钟起床后，吃点糌粑，烧壶茶，把暖瓶灌得满满的，一天就不用生火了。到了中午，再吃点糌粑，喝一半瓶里的水。下午一两点钟，上师如意宝传法，多年保持不变——现在每每回想，心里都很空，那样的时光一去不复返了。上师下了课以后，有时跟弟子开玩笑，我就在上师身边呆很长时间，有时我回去辅导，下午再讲一些课。到了晚上，把瓶里的另一半水喝光。所以，我每天通常只烧一次水，这种生活对修行确实很好。学院有些道友，生活上也比较困难，但这对修行帮助很大。否则，条件特别好的话，不管住在城市里还是山上，对修行都会有影响。

我们现在这种学习机会，只是偶尔的，能否长期很难说。所以，对上师如意宝的许多教言，大家务必要认真对待，对佛法也要生欢喜心，天气冷一点、生一点病、家人说这说那，没必要特别去管，心要全部用在佛法上。只有清净、平静的心，才能对佛法全盘接受，就像镜子擦得纤尘不染，影像才会一点不漏地显现，不然，镜子上沾满油渍污腻，什么也显不出来。因而，你们听受甚深佛法，必须以信心、恭敬心专注谛听，时间也是越长越好，别认为学一年就够了，假如对闻法得过且过，对吃穿却要求很高，就纯粹成了世间人，不是求解脱的修行人。

顺便讲这些，也许跟法义无关，可还是要提醒大家：冬天虽然寒冷，却不要退失信心，对佛法的信心要稳固，否则得不到真实法义。只有得到法义，这辈子才不会退转，不然，表面上学得再多、闻思得再久，心若没有调化过来，就算暂时跟佛教徒一起生活，但过段时间遇到违缘，还是会激流勇“退”的。

己三、根德圆满：

学佛法要诸根具足，这里的“诸根”不包括意根，主要是眼、耳、鼻、舌、身五种有色根。五根中任何一根不具足，也不能成为出家持戒的法器。出过家的人知道，释迦牟尼佛曾规定，出家必须要诸根齐全，否则，没有资格加入僧团。之所以如此限定，一方面是为避免招致外道、非佛教徒讥毁，令人对佛教不起信心，另一方面，也是其本身无法圆满地接受佛法。所以，不摄受这些残疾人，并非是佛陀不慈悲。其实考公务员也是如此，要一一观察智慧及不及格、面试过不过关、体检有没有问题，假如你眼睛不行、耳朵不行，则很难被录取。（鼻根和舌根好像不怎么用检查，这方面得病的相对较少，医学仪器的检测能力也不太发达。）

具体而言，

（一）眼根不具足

如果眼根不具足，则无法亲见上师、佛像、佛经、论典等。盲人真的很可怜，现在国家虽然想办法为他们找出路，办些按摩学校，以令其有一技之长，但仍有诸多困难和不便。他们连白天还是晚上都不知道，亲人还是仇人看不见，白色和红色也分不清，且不说闻思修行，即便是基本生活也不能自理。

（二）耳根不具足

如果是耳聋之人，则无法听受传承上师的教言、窍诀，闻思修中的“闻”与自己无缘，不要说有意义的佛号等声音，甚至世间的唱歌、说话也听不见。就算是聪明一点的聋子，懂得看口型辨别发音，仍和正常人有很大差距。记得小时候，我家旁边住了一位老喇嘛，他年纪大了，耳朵不好使，不过有时会读唇语，我总喜欢故意逗他：“你好不好？”他回答：“好。”为了看他能不能反应过来，我大声地喊：“我要杀你。”他点头说：“好好好。”——我小时候很坏的！所以，如果转生为聋子，恐怕没办法学习佛法。

（三）身根不具足

倘若身根不具足，像卧床不起的植物人或瘫痪者，身肢麻木，对各种刺激无反应，大脑也丧失了意识活动，只能维持心跳和呼吸，则不可能听闻、思维佛法。

2005年，美国发生了一件备受广泛瞩目的事情：女植物人泰里多年处于脑死亡状态，长期依靠进食管维持生命。她丈夫向法院提出诉讼，要求停止给妻子进食，对其实施安乐死，但她父母坚决反对。从此，双方开始了一场旷日持久的官司。泰里的进食管曾两度被拔除，随后又被恢复。关于她的生死权问题，国际上多次引发了激烈争论。后来泰里第三次被拔除进食管，她双亲提出上诉，结果法院做出裁决，拒绝为她插上进食管以维持生命。美国总统布什签署了国会通过的法案，要求联邦法院重审此案，但联邦法庭拒绝了这个诉请。最终，在进食管被拔除13天后，泰里停止呼吸而死亡。（根据医学经验，一般人不进食只能生存7天，她却活了13天。）当时，有些基督徒等宗教人士认为，不管怎样，她毕竟是一个生命，有自由生存的权利。但有部分不信宗教的人觉得，最好让她早点死去，以免拖累家庭。

所以，我们平时应当发愿：临死前不要变成这样的植物人，否则，不但给家人朋友添麻烦，自己也是生不如死，到那时，可能对三宝起信心的念头也生不起来。

当然，成为植物人或瘫痪的因素有很多，有些是某些疾病引发，有些是车祸、地震等意外事故所致。例如，在汶川大地震中，有些人被断壁压伤，半身丧失了知觉；我认识一个藏族人，前不久发生车祸，脊柱受损而下半身瘫痪，但上半身跟正常人一模一样，反应、思维相当敏捷。

现在有些人偶尔生个病，就觉得特别痛苦，其实你能看、能听、能活动，想到哪里、想做什么都自由自在，有什么好抱怨的？若把那些病痛观到自己身上，就会觉得自己一点也不苦，否则，你若眼睛看不见了，肯定会感到双目失明之前的生活多美好；身体瘫痪了的话，就会知道没有瘫痪时有多快乐。

（四）鼻根、（五）舌根不具足

如今的人们，对视觉、听觉的研究相当深入，然而对味觉、嗅觉的探索，尚处于“学步阶段”。近年来，千奇百怪的嗅觉病、味觉病在世界各地出现，患者人数也在急剧增加，令人不得不把这方面的研究提到日程上来。比如，英国有名大学生患了“失味症”，在他嘴里，无法分清盐水和清水味道有什么不同，红烧排骨竟然和烂土豆无异。另有一名美国人得了“味觉紊乱症”：苹果在他口中变为类似米饭的滋味，而喝起新鲜牛奶来，却如同喝变质啤酒般难受。

其实，人在品尝美味时，除了依靠味觉外，很大一部分还要靠嗅觉辅助。我们都知道，舌头上的味觉，按《俱舍论》的观点，只有甜、酸、辣、咸、涩、苦六种，而嗅觉却可分辨几百种气味。所以，失去嗅觉时，吃东西大多分不出是什么味道。

一般而言，现代医学认为，年轻人的嗅觉、味觉比较敏感；到了60岁左右，就有明显减退；尤其是过了80岁，四分之三以上的老年人，丧失了凭味觉和嗅觉辨别食物种类的能力。学院有许多老年人也是这样，年轻时吃什么都很香，而现在牙齿没有了，吃什么似乎都一样，只要是软趴趴的食物，感觉就可以。

假如我们鼻根和舌根坏了，对学习佛法是否有影响呢？应该是有。尽管这跟不具足耳根和眼根不相同，但对于全面掌握、领会佛法，势必会有一些障碍。

如今我们诸根齐全，尽管不是特别聪明，能把好多经论记得清清楚楚，但令人欣慰的是，依靠诸佛菩萨加持，基本上诸根没有大毛病。拥有这样的身体时，一定要精进修行，一方面了知诸根不具的众生很可怜，同时不幸中的万幸，自己现在各方面殊胜、圆满，必须要精进修行正法。

己四、意乐圆满：

所谓意乐圆满，指没有步入业际颠倒之道。真正的业际颠倒，主要是生于猎人、妓女、屠夫等种姓中，从小就搞这个行业。在古印度，种族制度十分严格，种姓划分是按出生而定，如果是国王种姓或商人种姓，子子孙孙都会享受优越的待遇；但若转生为屠夫、妓女等低劣种姓，则祖祖辈辈都要行持下贱之事，业力不可能牵引他往好的方向去，这就叫业际颠倒。

很多地方的市场上，每天都有杀鸡、杀羊、杀猪、杀牛，那些屠夫实在很可怜。重庆有一个宰鸡的，外号叫“快刀小李”，他动作特别麻利，宰一只鸡收费2元，每天要宰好几十只，生意最好时超过200只。谈起自己的职业，小李和老婆都很自豪：“这个还是可以，只要不怕累，每天能收入一百多块。”还有很多屠宰场的屠夫，一辈子天天杀牛杀羊，我原来放生时也采访过一些，他们说几个人在一个肉联厂中，从早到晚一直不断地用刀砍牦牛脖子，多的时候一天可杀400头牦牛。这样的行为，想想都觉得非常残忍，他们却反而当作一种炫耀的资本。

跟他们相比，我们虽在修法行列中不太精进，修行也不是很成功，但没有天天干这行当，还是挺不错的。有一位我熟悉的出家人，他就说：“尽管我出家很懈怠，非常惭愧，可是没有出家的话，按家乡习俗，我可能杀好多牦牛了。”一般来讲，藏地在家人免不了杀牦牛，就像汉地家里杀鸡宰鱼一样，尤其是不信佛的家庭，这种现象尤为严重。而我们没有转生成这样，以此避免了业际颠倒。

不过，华智仁波切说：“凡是三门违背正法的所作所为，事实上都属于业际颠倒。”这个要求就高了，在座的不是业际颠倒者，可能没有几个。但依我的理解，他的意思应该指身口意唯一造恶、不行任何善法的人，像妓女、屠夫，天天心里产生恶念，口中说的都是恶语，身体做的没有一件善法，这才叫真正的业际颠倒。

通常而言，许多上师在教言中说的“业际颠倒”，指以前出家，后来还俗了，造下百般恶业；或者以前是虔诚居士，后学外道而不学佛了，放弃一切修行。所以，上师跟弟子们常说：“千万不要变成业际颠倒者啊！”意思就是：你千万不要还俗，不要今天在我面前听受教言，过段时间就统统抛之脑后，到不如法的场合里造种种罪业。

在座的道友依靠上师三宝加持，现在有接受佛法的机缘，是千百万劫行善的果报，你们应像盲人抓住大象尾巴一样，不要随便放手。诚如有首歌中唱道：“不论我分配到哪个岗位，永远不会忘记亲爱的母亲。”同样，不论你身居什么道场、去往哪个地方，宁可舍弃宝贵生命，也不能舍弃珍贵佛法和利他大事，每个人要有这种决心。

要知道，一切都是无常的，今天这么多人欢聚一堂，再过两年以后，或许就各奔东西了。前不久，我看上师如意宝与我们几个在印度金刚座拍的照片，里面好多人都离世了，堪布秋巴、巴诺活佛，还有个老喇嘛，都纷纷圆寂了，我们现在活在人间的，再过几年可能也快了，无常就是这样，不吞没的众生和事物是没有的。但只要你有这种决心，无论到哪里去，都能随时散发出善心、智慧的光芒，驱除周围的无明黑暗，这就是佛法的威力。

大家若想不成为业际颠倒者，就应常在上师三宝前祈祷，哪怕是供一盏灯、点一支香、磕一个头，也祈愿诸佛菩萨时刻加持自己，今生乃至生生世世，行持善法、利益众生，切莫转生为业际颠倒之人。发愿的力量非常非常强，每个人这样调伏内心的话，身体和语言很容易调柔，毕竟身体和语言是心的仆人，只要跟“董事长”搞好关系了，下面各部门的“项目经理”不在话下。

所以，即便起初没有生于业际颠倒的种姓中，将来也很容易变为业际颠倒之人，故而，我们必须尽心尽力使自相续不违背正法。上师如意宝对此也着重强调：我们依靠上师三宝的加持，暂时有一种善心力，听法时规规矩矩、如理如法，好像比弥勒菩萨还庄严，但外境的诱惑特别强，自心的承受力极其薄弱，种种外缘在面前出现时，很有可能今天穿着出家人衣服，再过几年以后，变成连因果都不承认的在家人，自己生存都成问题。在这个世间上，坏人变好人很快，好人变坏人也很快，即使一个出家人现在非常精进，但他以后会不会变成屠夫、妓女呢？如果没有好好地祈祷、发愿，也很难说。

为了不变成这样，大家必须不能离开修行的团体。倘若你是出家人，就要经常呆在寺院，跟具有清净威仪的僧众在一起，否则，常常远离出家群体，与在家人接触的时间长了，慢慢就会变成在家人；倘若你是在家人，也要经常接触佛教团体，最好跟志同道合的人共同放生、共同闻思、共同修行，不然的话，一旦自己业力现前，在这个过程中掉下去了，那时就像大海捞针一样，谁都救不了你。现在社会非常乱，人们日夜忙忙碌碌的是什么？就是世间琐事，除此之外，真正希求解脱者可谓寥寥无几，如凤毛麟角。因此，在这种环境中，大家一方面不要离开清净的修行团体，另一方面，正如我刚才所说，应当经常祈祷上师三宝。

己五、信心圆满：

如果对本该诚信的对境——佛法不起信心，那无论对大力天龙或外道教派是何等虔诚信奉，也不能救度自己脱离轮回和恶趣的痛苦。

记得法王如意宝去马来西亚时，曾在马六甲的噶玛噶举中心，讲过一段殊胜教言：“我毕生中一直认为，佛教中最重要的是智慧、悲心和信心这三者。如若无有信心，则始终不会证悟佛陀的究竟密意；倘若没有智慧，在如今科学技术飞速发展、外道极其猖獗的时代，对层出不穷、错综复杂、名目繁多的外界事物，很难明辨是非、如理取舍；如果没有慈悲心，也就称不上是大乘种性的佛教徒了。这三者相辅相成、缺一不可……”我后来独自一人思维：确实，有佛法修证经验的上师们，表面上只是寥寥数语，却把修行人需要具足的窍诀完全归纳出来了，若不具备此三者而想成就，简直是一种天方夜谭。

尤其是信心，麦彭仁波切讲过：“信心乃为佛法根，信心能增福资粮。”信心是佛法的根本，信心能增上福德资粮，有了信心，才有得菩提的机会。现在很多学问比较高的人，每天刻苦钻研佛教，可最后得出的结论，对自他并无多大意义，这是为什么呢？因为他们缺乏信心。《华严经》中云：“信心微小诸众生，难知菩提微妙法。”信心微小之人，纵然聪明绝顶，日日夜夜绞尽脑汁研究佛教，也难以了知菩提的奥义，唯有凭着信心和精进，才有可能获得解脱利益。

我们这里信心大的居士或出家人，短短的时间中，即可解决终身大事。（现在人认为，终身大事是两个人成家，而我们指的是解脱。）当然，要想对佛法生起信心，最好的方法莫过于了解它的功德，否则，信心再大也只是流于表面形式。而若想了解佛法功德，我们首先要知道，外道再怎么兴盛，大仙、天龙八部再怎么受供奉，他们自己也沉溺在轮回中，并未超离苦海，又怎能帮我们解决生死大事呢？要想真正脱离生死轮回，其他宗教都一筹莫展，只有暂时行善的见解和行为。而超离轮回、了生脱死的妙药，唯一在释迦牟尼佛的教法中有，所以，我们应对佛陀的教法、证法有虔诚不移的解信[[1]](#footnote-1)。只有这样，才是真正无谬的法器。

因此，大家要再三思维：遇到佛法，尤其对佛法有信心，真的十分难得。寂天论师也说：“如值佛出世，为人信佛法，宜修善稀有，何日复得此？”意即像现在一样，既值如来出世，自己也获得人身，对佛法有信心，这些修善法的条件非常稀有，一旦失去了，哪一天才能重新获得呢？很多道友都认为，自己以偶尔的机会信了佛教，其实并没有这么简单，应该说你往昔做了不计其数的善事，今生才有缘学习佛法。所以，现在一定要抓住机遇，对佛陀的教法和证法，生起稳固如山王般的不共信心，不但自己行持，还应全力以赴地让众生懂得。

自利利他，不仅是出家人应有的责任，作为在家佛教徒，也同样应当行持。无垢光尊者讲过：“修行山王极稳固，彼等仙人胜幢相，无论在家或出家，即是珍宝之人身。”这句话务必要牢记。意思是什么呢？我们应行持自利利他的行为，这并非是两三天的热情——今天发菩提心帮助别人，再过几天又写“辞职报告”，坚决不发心了，这种人如山上经旗般随风飘动，一点也不稳定，我们不能做这种人，而应像山王一样稳固。若能如此，尽管外在没有穿仙人的装束或僧人的袈裟，但无论你在家还是出家，也获得了名副其实的珍宝人身。因此，学习佛法的时候，调伏自心和帮助他人非常重要。

同时，对如来教法一定要生起不退转信，不要人云亦云、盲目信从。大家不妨观察一下：学佛这么多年，如果有人宣扬外道如何如何好，讲得口若悬河、天花乱坠，你心会不会动摇？会不会放弃佛教跟着他去？若是如此，说明你没有稳固的定解。如果有了根深蒂固的见解，即便成千上万个人来宣扬，你的心也绝不可能动摇。

所以，每个人对佛教应生起理性的信心。诚如《胜出天神赞》所云：“我不执佛方，不嗔淡黄等，谁具正理语，认彼为本师。”我们既不偏执佛陀，也不嗔恨淡黄派等外道，谁具有符合宇宙人生的真理，就向谁皈依，认定他为本师。结果通过智慧观察和理论剖析可知，在无数的导师里，唯有佛陀宣说了究竟真理，对他皈依的话，生生世世不会欺惑，故可以放心地依止。就像一个打工的人，到处找老板，最终发现某人百分之百可靠，不会过一段时间欺骗自己，这样就高枕无忧了。因此，我们对“佛陀是天下第一”若从骨髓里生起信心，这种信心不是皮肤上的，擦一下马上就没有了，而是深深地发自内心，那自己永远不会改变。

总而言之，信心是五种自圆满的根本，若对佛有坚定不移的信心，才算是真正的佛教徒。有了信心，一切都好办，没有信心的话，就像进房子没有钥匙一样，无法享受里面的美好。所以，每个人要增强自己的信心，即生遇到这样的佛法，理应生起欢喜心！

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

# 第十九节课

思考题

83、佛法在你心目中到底占有何等地位？在修学佛法的过程中，什么样的人会被魔有机可乘？什么样的人则不会？你属于哪一种？

84、什么叫五种他圆满？请大致作个解释。为什么叫“他”圆满？对照自己，你是否具足？

85、自之缘分圆满，是属于自圆满还是他圆满？请说明理由。

86、为什么说佛陀出世极其难得？请从过去、现在、未来三世具体分析。明白这个道理，对你有哪些帮助？

87、今生能够遇到密法，为何说这种福报不可思议？请引用教证说明，与密法结上善缘的功德。你对密法的信心如何？

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！

现在正在分析“人身难得”，前面八无暇和五种自圆满已讲完了，今天讲五种他圆满。

大家学习“人身难得”时，光是对理论或传统说法了解一下并不够，对此必须要实地修行，最终产生这样的定解：人身不可能经常得到，得到之后一定要珍惜，切莫随随便便空耗。

我们在闻思过程中，对法有希求心很重要。现在人特别喜欢唱歌跳舞，听说来了个明星、歌星，成千上万的人争先买票，想一饱眼福的心情十分踊跃。同样，听受佛法也要有这种希求心，为了听一堂课，付出多少都心甘情愿，自己要有如此心态。否则，你听也可以、不听也可以，不听又怕别人说什么，以这种动机闻受佛法，给你带来的利益不一定很多。

世人读名牌大学要几十万元，有一个人留学读国际金融会计，四年下来将近花二十万人民币，但他们所学知识的价值，跟佛法比起来，有天壤之别。就《大圆满前行》这部论而言，如果说学会计需要二十万，那把这部法圆满地听完、学完，从世间价值来讲，花八十万也应该值得。这样一说，可能有人目瞪口呆：“哪用得了这么多！如果是真的，那我宁可不学它，把钱留下来好好享用。”其实你们不妨想一想，从今生来世获得利益的层面来衡量，钱到底花在哪方面更有意义？如果你懂得了《前行》的每一个道理，之后如理如实地行持，则是生生世世的一种收获；而读世间学问或留学回来，也许大多数知识都用不上，如今很多大学生、留学生、博士生找不到工作，甚至在扫马路、扫厕所，这也是有目共睹的事实。当然，我并不是说自己讲得好，在这里拼命打广告，而是从内心中确实觉得，现在很多人为了生活、为了暂时的名利而倾尽所有，但这样付出到头来有什么帮助？这是值得考虑的。

你们能够听受佛法，一方面是前世的善根成熟，另一方面也是看破了很多，今生才有这种缘分。假如没有好好护持，很容易被种种违缘所摧毁。就像一个人，他一无所有时平安无事，而一旦拥有了如意宝，邪魔外道、人与非人都会来抢夺，制造危害。比如你正在闻思时，可能有人来劝你：“这样学习没有多大意义，我想出另一个办法，你要照着去做。”以前我建议有些居士念一些课诵、每天都闻思，但后来有人不断地说些似是而非的话语，最后他们就统统放弃了，实在很可惜！

不过，对有智慧的人来讲，魔是无法左右的。记得《般若经》中说：“有菩萨着魔，有菩萨无魔。”发了菩提心的菩萨，有些会着魔，有些不会着魔。对此，无垢光尊者引用《宝积经》的教证解释道：有智慧、有精进的菩萨，因为通达了空性，安住于无我境界中，魔众不会有机可乘；而无智慧、有精进的菩萨，由于没有证达空性，表面上看似精进，实则希求自我利益，对此魔众可侵扰损害；无智慧、无精进的菩萨，是魔众最欢喜的类型，根本不会制造违缘。所以，没有智慧、不精进闻思修的懈怠者，做什么事都顺顺利利，没有任何障碍，可是一旦他精进起来，各种违缘往往此起彼伏，这说明他有精进而无智慧，此时若披上无我的盔甲，魔众便无计可施了。

因此，大家现在听课，不要像为了生计而上班那样勉强，应当像病入膏肓的患者，为了治疗自己疾病，正在享用无死甘露一般欢喜。若能如此，通过诸佛菩萨、上师、护法的加持，自相续定会获得佛法的利益。不管你亲自在上师面前听课，还是通过电视等方便手段接受佛法，首先要有无比的欢喜心和恭敬心，有了这样的心态，无形中佛法对你会有真实助益。否则，表面上在闻法，实际上是无所谓的态度，那获得的利益也不大。所以，平时接受佛法的时候，不能离开恭敬心和欢喜心。

戊二（五种他圆满）分五：一、如来出世；二、佛已说法；三、佛法住世；四、自入圣教；五、师已摄受。

首先，对五种他圆满作概括性略说。龙猛菩萨云：“如来出世与说法，佛法住世入圣教，为利他故心悲愍。”所谓的五种他圆满，即如来出世、佛陀说法、佛法住世、自己入于佛教、善知识慈悲摄持。讲授这五种他圆满时，大家要认认真真地观察，看每个道理是不是这样？人身是否真的很难得？主要从这上面思维。

（一）导师殊胜圆满：

如果转生于暗劫，而未生在佛陀出世的光明劫，那连上师三宝、四谛十二缘起等殊胜法语的名称也听不到。而今我们值遇佛陀出世的贤劫，所以为导师殊胜圆满。

（二）佛教正法圆满：

尽管佛陀已现身于世，但若没有宣讲正法，我们众生也得不到收益。而如今佛陀已循序渐进转了三次法轮[[2]](#footnote-2)——初转四谛法轮、中转般若法轮、后转分别法轮，因此佛教正法圆满。

释迦牟尼佛成道之后，起初也是沉默不语，后经梵天和帝释天祈请，才开始宣讲正法。假如没有广宣佛法，佛不可能像独觉一样，身体示现神变度化众生。要知道，佛陀出世就是以转法轮来利益有情，因而，后代高僧大德也应秉承如此传统。

当然，转法轮的方式并非千篇一律，有时候让众生把法宝带在身上或者念诵，也是一种转法轮。比如，我要求大家经常携带《般若摄颂》，事先没有说的话，你们就不懂，认为携带法本不属于转法轮，但我强调了以后，你们就懂了。同样，使用转经轮，很多人都会，但我刚开始若没有讲，你就不一定知道。所以，开示真正的因果取舍，这是极为切要的。

（三）时间圆满：

虽然佛陀转了三次法轮，但佛法如果已经隐没，果期、教期、形象期全部圆满了，对众生也起不到什么作用，就像学校虽然摄受学生，但若学校已经关闭，孩子也得不到任何利益。而今佛法住世期尚未完结，所以时间圆满，或叫佛法住世。

（四）自之缘分圆满：

虽然佛已出世，并宣说佛法，佛法没有隐没，但假设自己没有皈入佛门也无济于事。就像我们身边的很多人，宁死也不皈依佛门，这种人就像在河边干渴而死一样，佛法再殊胜对他也起不到作用。而如今我们已步入佛门，尽管最初的原因有种种：有些是对佛陀真正生起正见，有些跟家里闹矛盾而学佛，有些为了发财等今生目标而入佛教，但不管是什么初衷，最后都能懂得佛法意义，这就是自之缘分圆满，或者叫自入圣教。

那么，它是不是应摄入自圆满呢？并非如此。这主要是从入教讲的，因为佛教存在，自己才能入教，故还是属于他圆满的一种。

（五）殊胜悲心圆满：

即便已具足前四种因缘，但若仅是形象上的皈依，没有被善知识所摄受，那对正法的真理也将一无所知。有些人出家二十几年了，连基本的戒律都不懂；有些人皈依好多年，可是皈依、发菩提心、修人身难得也不太会，由于没有遇到具有修证、精通佛法的善知识，即使具足前面的因缘也没有用。而今我们已承蒙善知识慈悲摄受，所以为殊胜悲心圆满，也叫殊胜善知识摄受。

以上这五种圆满，需要观待他缘才能具足，因此称为五种他圆满。

下面进行一一广说。

己一、如来出世：

有些人觉得佛陀出世很简单，其实并非那么容易。如《妙法莲华经》云：“诸佛兴出世，悬远值遇难。”《大般涅槃经义记》亦云：“一佛出世难，二得人身难。”但到底是怎么样难呢？下面我们就了解一下。相信学了这段以后，有智慧的人都会明白佛陀出世难遭难遇。

学过《俱舍论》的都清楚，世间的成、住、坏、空四个阶段称为一大劫，每个阶段有二十中劫，也就是说，八十中劫合为一大劫。“劫”的时间概念很长，不像区区几十万年、几百万年，或人类五千年的历史。现在有些人对佛教广大的时空概念一无所知，所以不一定相信，但不管怎样，我们还是应该给他介绍，刚开始他可能有点怀疑，但慢慢地，怀疑也会转成正见。你们不懂的时候，千万不要随便毁谤否定，不然，诚如莎士比亚在《仲夏夜之梦》中所说：需要以生命为代价，来偿还你所犯下的错误。

每当讲到“三千大千世界”或“一个大劫”，我都担心有些人信口开河。就像夏天的蚊子，它的寿命只有短短时日，给它讲人类寿量有一百年，它肯定接受不了。同样，对于如此广大的时空概念，有些人势必会存有疑问，但是这也情有可原，毕竟凡夫的智慧非常狭隘。

在无数个大劫中，佛陀出世之劫称为明劫，佛陀没有现身于世的劫称为暗劫。（这里“暗”与“明”，并不是有没有太阳的日光，而是有没有佛法光明。）下面看看在过去、现在、未来，有多少暗劫、多少明劫。

（一）过去：

过去的现喜大劫是个明劫，有三万三千佛出世，此明劫过了以后，出现一百个暗劫。后于具圆劫中，有八十俱胝（千万或亿）佛出世，随即又有一百个边鄙劫（暗劫）。其后具贤劫中，有八十四俱胝佛出世，在此之后又有五百暗劫。接着在见喜劫中，有八十俱胝佛出世，其后又出现七百暗劫。随之具喜劫中，有六万佛出世。

这样算起来，总共有五个明劫、一千四百个暗劫。虽然明劫出世的佛比较多，但有那么多的暗劫，连一尊佛都不出世，倘若转生于此，又有多少时日根本遇不到佛法？因此，我们现在的人身委实难得。

（二）现在：

一千四百个暗劫结束之后，第六个明劫——现在的贤劫便出现了。在此劫形成之前，整个三千大千世界变成一大海洋，海中生出千朵千瓣莲花。净居天的众天人以神通观察其原因，得知在此劫中将有一千尊佛出世，他们不禁感叹说：“如今此劫可谓是贤妙之劫。”于是便将此劫取名为“贤劫”。对此，《大悲经》中也有说明[[3]](#footnote-3)。

从人寿八万岁时拘留孙佛出世，直到最后人寿无量岁时胜解佛出世，在此期间，有一千尊佛来到娑婆世界南赡部洲中央的金刚座，现前成就圆满正等觉果位，随即转妙法轮，所以此劫是光明劫。

按照《俱舍论》观点[[4]](#footnote-4)，从人寿无量岁减至十岁，又从十岁增至八万岁之间，算为一中劫。住劫共有二十中劫。通常而言，佛是在住劫人寿下减时才出世的。

那么，贤劫千佛是如何依次现世的呢？

第一至第八中劫：无佛出世。

第九中劫：

人寿八万岁时：拘留孙佛出世，为贤劫第一尊佛。

人寿四万岁时：拘那含牟尼佛出世，为贤劫第二尊佛。

人寿二万岁时：迦叶佛出世，为贤劫第三尊佛。

人寿一百岁时：释迦牟尼佛出世，为贤劫第四尊佛。

第十中劫：

人寿八万四千岁时：弥勒佛出世，为贤劫第五尊佛。

第十一至第十四中劫：无佛出世。

第十五中劫：有九百九十四尊佛相继出世。

第十六至第十九中劫：无佛出世。

第二十中劫：胜解佛（楼至佛）出世，为贤劫最后一尊佛。

至此，贤劫千佛已圆满出世。关于这方面的道理，可参阅《贤劫千佛名经》及《贤劫经》。

如今，我们正处于第九中劫人寿百岁之时，刚好释迦牟尼佛的教法没有隐没，此时来到这个世间，值遇如此殊胜的正法，你是怎么想的？应当扪心自问。我经常想：我们前世的确造了很好的善缘，不然，那么多众生都没有趋入佛门，我们却有这样的福报，实在是不容易的事！

（三）未来：

贤劫之后，又是何种情景呢？这一劫过后，有六十恶种边鄙劫。再后于具数劫中，有一万佛出世，其后又有一万恶种劫……

以上全部加起来，暗劫有一万一千多个，明劫只有六七个，想想这之间的差别，简直太悬殊了。所以，遇到佛陀出世容不容易？你自己应该好好琢磨。这次讲《前行》不赶进度，不要求大家马上听完，只要将每天讲的内容贯穿于心，在心里再三地思维，定会对修行有非常大的利益。

总之，暗劫和明劫就这样轮番交替出现，如果遇到了暗劫，连三宝的名号也听不到，更不要说行持佛法、转绕、合掌、顶礼了。有些道友常抱怨自己太笨、太懈怠，其实你再怎么懈怠，每天还是能行持一些善法；再怎么笨，念“嗡嘛呢巴美吽”、“南无阿弥陀佛”应该没问题，与广大漫长的时日里身处暗劫的众生比起来，你的因缘已经相当殊胜了。

尤其是密咒金刚乘的佛法，只是偶尔出现于世，我们现在遇到了，的确福报非浅。这次传讲的《前行》，其实就是密法。有些人问：“您什么时候传密法啊？”真是有点笨哪，现在传的就是密法，难道你认为《大圆满前行》不是密法吗？还有些人一直祈请：“您今年可不可以传个密法？”《前行》涵摄了显宗和密宗一切法的精要，它既是显法又是密法，既是理论又是修行，上师如意宝为主的大德都交口赞叹，这样殊胜的如意宝，在整个人类历史上相当罕见。当然，如果你问：“什么时候传密法正行啊？”我会有另一种回答方法，不然你问何时传密法，这种说法有待商榷。

更有甚者还问：“我有没有学密法的因缘？您观察观察。”你现在不是在修加行吗？难道还有另一个密法可修？我曾经也说过，在释迦牟尼佛的教法中，只要对密宗有信心，这种人就与密法有缘，或者对般若空性有信心，也是密法的有缘者。无垢光尊者在《禅定休息》的开头也讲了，中观般若实际上就是大圆满。尽管二者不能完全等同，还是有不同窍诀的差别，但能遇到如此甚深之法，并对这样的法有信心，就已具备了值遇密法的种种因缘和功德。

大家要清楚，光明劫中虽然佛法兴盛，但传密法的现象并不多见，即生中能遇到像《大圆满前行》这样的密法，真的非常稀有难得。正如邬金莲花生大士所说：“往昔初劫普严劫时，先生王佛的圣教中已广弘密法，现在释迦牟尼佛的圣教中也有密法出现，（佛陀在世时，宣说过《时轮金刚》、《文殊真实名经》为主的密法，又授记于其涅槃后，革格燃匝、国王恩扎布德等弘扬密法。如今密法就像阳光普照大地一样，在世界各地非常兴盛，我们对密宗有信心的有缘者，务必要修一些密宗法要，尤其在末法时代，其他教法不能调伏分别念时，密法有其不共的殊胜能力。今天我跟一个堪布聊佛法的过程中，彼此也有这种感觉：密宗的直断要诀，包括《前行》等殊胜教言，对末法众生而言，能很直接地斩断分别念。无垢光尊者也讲过密法的许多功德，说末法众生的分别念和烦恼难以调伏，但通过密法的窍诀和方便，就像需要漫长时日的事情一蹴而就一样，成就会非常快速。）再经过千万[[5]](#footnote-5)劫以后，到了华严劫时，与现在的我姿态一致的文殊师利佛出世，他将广泛弘扬密法。因为只有这三劫的众生才堪为密法的合格法器，其他任何时候都不会出现密法，因为众生不能作为密法法器。”这句话大家要记住！

本来，显宗的法也很难得，但密法却更为难得，在这么多劫、这么多如来中，只有三尊佛弘扬密法。如今正逢释迦佛圣教中的密法，拥有这样修学的机会，我合掌诚劝大家不要舍弃密法，即使生不起很大信心，也没有资格加以毁谤，一定要想到：“密法特别甚深，像我这样的凡夫人，虽然修得不好，但它必定是我恭敬的对境、顶礼的对境、供养的对境！”若有这样一分恭敬心，按照有些续部的观点，你也有解脱的机会。

最近我在看《普作续》的讲义，后面阐述了密法的许多功德，看了以后真生信心！虽然要完全通达密法中本智的涵义，可能有一定困难，但与之结上善缘的功德也非常大。里面引用《宝积续》的教证说：如果把密法带在身上，则此人与金刚持如来的化身无别；如果尽量念诵密法的咒语、经文，就能现前它的真正意义；如果书写续部或密法的道理，那他有享用如来言教的善缘。

密法的见修行果极为深奥，即使你不能彻底通达，但只要起信心，对密法的法本和仪轨，始终以恭敬心来接受，这种功德也不可思议。如《了义集续》云：“于此生信而受持，一切诸佛皆加持，获得无尽福德藏，今生成就来世果。”意思是说，倘若对密法起信心而受持，所有佛陀都会对你赐予加持，如此可获得无尽的福德宝藏，即生也能成就来世之果。比如，原本你再过百千万劫才能解脱，但依靠密法的加持力，提前便可现前圣果。

还有《虚空广界续》中言：“何人若对了义的密法生信，通达符合教理之义，即使微尘许也没有修，但所得果位就是佛果。”所以，有些人比较懒惰的话，只要听到密法教义、得到密法灌顶，其功德也无法衡量。为什么大城市里的人对灌顶特别希求？可能原因也在于此。

当然，并非所有人都有灌顶的资格，故对上师务必要观察。昨天有位法师跟我说，他今年传讲密法的续部，但真正得一个灌顶很难。我开玩笑说：“你学习续部这么长时间，现在对自己得不到灌顶生起定解了是吧？”不过他说得也没错，得一个灌顶真的很难，因为对上师有很多要求，弟子也要具足很多条件，随便拿个宝瓶在你头上灌点水，水倒是能得到，但密宗三昧耶戒的戒体能不能得到，这还值得观察。你们以后学了《大幻化网》等教言，就会发现——“我曾去过很多灌顶场合，可是不具备这些因缘，当时是不是得不到灌顶呀？”也许会有这种疑问。

但不管怎么样，对密宗有信心十分重要，千万不要随便诋毁，这种资格对凡夫人来讲的确没有。有些人不懂密法的殊胜教理，也不懂它的来由和历史，随随便便就人云亦云，听别人说有些修密法者行为不如法，就把这个罪过加在密宗头上，肆无忌惮地说密法的过失。假如这个人是法师，他下面有很多弟子，那人人都会对密法颇有微词。不过现在比以前好多了，无论是汉地还是其他地方，以前说密法不好的法师们，现在通过各种因缘，自己的语气完全改了，纷纷赞叹密法的殊胜。当然，如果你能帮我们弘扬密法，那非常感谢，但即使不能，大家也要共同对密法起恭敬心。

密法真的相当甚深，你学后自然就会明白。如果你实在不信，那可以跟我们沟通，我们已经学了二十多年了，不敢说有非常甚深的证悟，但是教理上，跟从没有学过或者学过两三年的人交流，应该是没有问题。只要你有非常可靠的依据，则可面对面地提出：“你们密法的教理不合理，仪轨不合理，修法不合理，佛像不合理，降伏双运不合理……”不过古往今来，有多少智者曾对这些问题澄清过，也解释过，除了极个别不讲理的持邪见者以外，真正讲道理的有些人，印度也好、汉地也好，最终都能对密宗生起信心。

要知道，在究竟义上，显宗与密宗的观点圆融无违、融会贯通，达到这样的境界，才算是佛教各派互不相违。若能如此，无论学显宗、学密宗，大家都开开心心的，互相不会有隔阂。如果你有缘分，对更殊胜的密法教义和窍诀，自己也可以行持。历来很多大德都是这样，真正有智慧、有修行、有成就的，根本不会排斥密宗。而孤陋寡闻的凡夫人，经常接受不了别人的宗派，为了避免自己造下不可挽回的恶业，这时候一定要广闻多学。

总之，对于上述的内容，大家要再三思维，佛法不是口头上说说，只有找到了感觉，给别人讲、自己平时修才很容易。倘若没有找到感觉，修起来会很累、很痛苦——上师不让你出门，你一直呆坐在家里，出去怕被管家逮住，在家又呆不住，坐一会儿，什么感觉都没有……这样真的很受罪。但如果你一直安住于法义中，时间会过得很快，闭关两个小时一眨眼就过了，而且自己有很大收获，由于法真正融入心了，即使再过二十年，这些定解也不会退失。否则，你今天闭关坐坐坐，表面上的修持明天就没了，这样修行不好，还是要多想一想道理！

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

# 第二十节课

思考题

88、解释颂词：深寂离戏光明无为法，吾已获得甘露之妙法，纵于谁说他亦不了知，故当默然安住于林间。

89、佛陀和高僧大德利益众生的主要手段是什么？如果不用这种方法，只是呆在大德身边可以吗？为什么？请引用公案说明此理。

90、什么叫做圣教空世？转生于此的众生，是否根本听不到佛法？请说明理由。

91、释迦牟尼佛的教法，为何又叫普贤密意圣教？它会住世多长时间？请具体说明各个时期的特征。

92、何为五浊恶世？你对此有哪些体会？在这种环境中，你打算如何修持佛法？

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！

今天接着讲五种他圆满的第二个。

己二、佛已说法：

佛陀虽已出世，但若恰巧赶上佛没有说法示道，而安住于入定境界中，那尽管佛陀在世，也不会有正法的光明，众生依然不懂取舍之理，如此与佛未出世几乎无有差别。

有些佛虽然来到人间，但因众生福报不够，佛长时间入于等持，或者暂时没有宣说佛法，在这种情况下，众生就得不到真实利益。比如，我等大师释迦牟尼佛因地时历经三大阿僧祇劫，积累广大的福慧资粮，最后在尼连禅河畔苦行六年之久，方于印度金刚座菩提树下现证菩提。然而，佛陀成道后说：“深寂离戏光明无为法，吾已获得甘露之妙法，纵于谁说他亦不了知，故当默然安住于林间。”（此教证在《方广庄严经》，亦即《广大游舞经》中也有。）佛陀证悟的境界具有五种特点：1、甚深：本体无相；2、寂灭：自性无思；3、离戏：远离一切常边；4、光明：远离一切断边；5、无为法：远离一切是非等诸边。佛已获得犹如甘露般的这五种境界，能治疗八万四千烦恼疾病，可由于它太过甚深，对任何众生揭示都难以了知，所以，佛陀安住在鹿野苑林中，七七四十九天没有讲法。龙猛菩萨在《宝鬘论》中亦云：“此法甚深故，知众难领悟，故佛成道已，默然不说法。”如果我们恰好转生在那时，即使得了一个短暂的人身，佛陀也已经出世，但佛陀并没有说法，佛法对自己有没有利益呢？并无真正利益。

后来，大梵天、帝释天依前世的殊胜发愿，前者在佛前供养千辐金轮，后者供养松石曼茶和右旋海螺进行祈请，佛陀才开始给五比丘为主的有缘众生，先后在鹿野苑、灵鹫山、广严城等处转了三次法轮。因此，从这个道理可知，纵然佛陀已出世，但若没有说法，众生也难以得到受益。

我们平时念诵的偈颂中有一句是：“无上救护即法宝。”法宝是什么呢？就是救护众生之法。要想救护众生，必须生起佛法的智慧，以此才能遣除无明黑暗，治愈自他的烦恼疾病。而若想生起佛法的智慧，现在务必要修行。当然，修行时不能像有些道场所提倡的，什么前行都不需要，直接就趋入最高修法。比如密法的直断、顿超，在整个修行次第中至高无上，可是自己根基还没成熟的话，上面砌得再高，对你帮助也不大。

所以，对于《前行》的每个道理，大家应该反复思维。例如，佛未出世对众生无有利益，字面上看似简单，实际上真正生起这样的定解，是极为困难的。若能对此有深刻的认识，自相续就会慢慢调柔。好比春天种庄稼一样，只有把地耕耘好了，种下青稞或麦子，很快的时间才会成熟；反之，假如地既没有平好，也没有开垦，又没有洒水，就算把最好的种子播下去，也不可能发出苗芽。我们修行也是如此，必须先耕耘自己的心田——对基本道理再再修持，直至得到感觉为止。至于入无想定、观风脉明点，或观修精脉、血脉、中脉是什么颜色、粗细如何，我们还没有达到这个境界，可先暂时不谈。暂时要谈的是什么？就是最基本的人身难得。自己要真正懂得：“无常的到来那么快，人身又是如此难得，因此一定要修行！”这并不是别人说的，而要发自内心时时有这种理念，只有这样，一辈子的修行才会成功。

《悲华经》中说：“投生为人极难得，逢佛降世极难得，于善法心生好乐[[6]](#footnote-6)，发起善愿亦极为难得也。”我非常喜欢这个偈颂。我们每个人务必要记住：投生为人、值佛出世、对善法心生喜乐、发起善愿，这四者确实相当难得。虽然口头上谁都会说，可这样的感受，你们能不能生起来，还是有待观察。若能明白自己在那么多暗劫中，今生值遇佛陀出世的明劫，实在非常不容易；佛陀虽然出世了，但佛法住世十分短暂，自己不早不迟正好遇上了，则更为不容易。若有如此想法，说明你对加行还是有比较好的认识。

不仅佛陀不传法对众生无有利益，就算是诸位持教大德，如果没有展开正法的讲闻事业，也很难以直接利益众生。因此，若要帮助众生、利益众生，就一定要讲经说法。我经常想：与法王如意宝同一时代的很多大德，藏地也好、汉地也好，其内在证悟非常了不起。但这些境界相当高的人之中，有些不知道是什么缘起，一生中几乎没有广传佛法，也没有广摄弟众。尽管这么了不起的开悟者哪怕住世一天，对全世界也能带来和谐快乐，对众生也有无比利益，但从直接利益他众的角度看，每天跟在他旁边的有些人，好像并没有通达他的境界，基本上没有真实证悟。所以，作为高僧大德，没有以佛法饶益众生的话，就跟佛陀没有说法无有差别了。

如今，佛陀的教法虽未隐没，但若缺少善知识的传授与引导，对许多道理，我们不一定会懂。就如同教育厅允许在各地办一些学校，可一个老师都没有的话，乡村里的孩子就算有这么好的机遇，也依然难逃文盲的命运。为什么呢？因为没有老师来讲课，孩子们不可能无师自通。且不说佛法这么深奥的内容，就算是开车、画画，没有老师带着的话，恐怕也很难自学成才。因此，现在各大寺院、佛教团体中，一定要请利他心强的人来传法，如果没有这样，对众生的利益将微乎其微。

举个例子来说：美德嘉那尊者，是印度极为著名的大班智达。他有一次经由神通得知，自己过世的母亲已投生为青蛙，被困在藏地一户人家的灶石中，正感受着无量痛苦。（孤独地狱的众生因业力不同，受苦方式也不相同。像悬崖或海里的石头中，就有许多有情转生其中。）于是为了救度母亲，他不顾年纪老迈，且需由翻译伴随，翻山越岭千辛万苦地从印度赶到西藏。当时随同前往的，还有另一位班智达——察那忍摩。

正当他们越过尼泊尔和西藏的分界线时，不幸的是，他的翻译竟患急症死了（也有说拉肚子而去世）。他们两位班智达都是印度人，一点藏语都不懂，察那忍摩只好修夺舍法，转生为藏地的荣索班智达；而美德嘉那尊者，则孤身从西藏漂泊到康区，最后终于找到了那户人家。

在那间房子里，住了一个老妇人。由于语言不通，他只好在那家打杂当仆人，没有人知道他是印度最博学的班智达。老妇人让他天天放羊，担负着最艰辛的杂役，甚至坐在他身上挤牛奶，以代替坐垫。这样过了很长时间。

那个老妇人信仰佛教，经常外出寻找上师。美德嘉那尊者就在她家提了一些诗，其中一首的大意是：“天空皎洁的月亮在某人家中，但某人却不知，反在他处寻找水月。”意即像他这样明月般的印度大班智达，正好住在她家里，她却根本不知道，还整天到处找水月般的相似善知识。（记得《藏文文法》中有这首诗。）

关于尊者的后来，历史上有两种说法：

一、他为了救度母亲而忍受了一切苦难，最终成功地超度了母亲。要离开的时候，他通过神通发现，当地的山马上要崩塌，于是用蹩脚的藏语警告老妇人和邻居们尽快离开。

老妇人早就觉得他的行为超越一般人，绝不是普通的流浪汉，于是听从他的劝告，把家当都驮在牛背上，跟他一起离开了村子。但其他人都想：“那么高的一座山，怎么可能塌下来？那人连藏语都不会讲，一定在胡说！”没想到第二天，果如尊者所言，整座山塌了下来，将村子埋在了下面。据说在石渠滇阔附近，山崩塌的裂缝至今仍清晰可见。

二、尊者的一位弟子恰罗扎瓦，得知尊者在那里，就迎请他到寺院作了小范围的讲法，之后尊者便示现圆寂。

美德嘉那尊者生于藏地前弘期与后弘期的交界之时，在当时非常著名。他不但是阿底峡尊者的上师，据历史记载，格萨尔王也依止过他。他来到藏地以后，好像宣讲过《俱舍论》，后来藏文学得不错，还写了一些藏文文法方面的书，这些法的手抄本至今仍流传在那一带。但纵然是这么了不起的大成就者，没有传法的话，不要说整个藏地没有得利益，甚至是他朝夕相处的那户人家，也没有得到什么法益。

历史上还说，当他接近离开时，因为做了很久的仆人，那家准备给他付“工资”，结果他什么都不要，只要那个灶石——那家肯定高兴坏了，一块石头就把他打发了。他把灶石带到别处去，给它沐浴、供灯、念诵，最后不但是转生为青蛙的母亲，还有跟青蛙一起的无数小虫，也都超度到清净刹土去了。他来藏地救母的任务倒是完成了，但除此之外，并没有大范围地广利有情。

后来阿底峡尊者来到西藏，正好路经那一户人家，发现那家有梵文写的诗，其文笔跟印度美德嘉那上师的非常相似。于是他到处打听，得知他上师曾来过这里，但整日被人役使放牧，未能以正法广利有情。听到此事后，尊者不禁感慨万分地说：“呜呼，你们西藏人的福报实在太浅薄了！在我们印度东西两方如群星般的班智达中，无有一人能胜过美德嘉那大师。”（这样的一位班智达，竟被当作挤牛奶的坐垫！）说到这里，他情不自禁地双手合十，流泪满面。

据说，阿底峡尊者准备示现圆寂时，说道：“你们藏地人福报浅薄，我如果在这里圆寂，可能藏地的大地承受不了，我还是回印度去。”他身边有些人说：“应该承受得了。像无与伦比的菩提萨埵尊者，就是在藏地圆寂的。”尊者答言：“菩提萨埵虽然戒律清净，但他智慧不如我，所以他跟我不相同。”有些人说：“应该可以吧。无与伦比的莲花生大士也是在藏地示现消失，前往邬金刹土的。”尊者还是摇头道：“莲花生大士的成就虽了不起，但智慧也肯定比不上我，还是不行。”又有些人说：“应该没问题。像美德嘉那那样的大德，都是在藏地圆寂的。”尊者思索片刻说：“嗯，他还是很了不起。既然这样，我就留在这里吧。”

其实，如果没有译师，有时候语言隔阂还是很麻烦的。曾经有位居士说：“我的上师非常慈悲，他每次笑眯眯的，我就感动得要命。但上师一直动嘴巴，我不知道在说什么。”所以即使上师特别慈悲，有时也没办法跟弟子沟通。以前法王如意宝刚摄受汉僧时，没有进行同步翻译，偶尔在课堂上开个玩笑，藏族僧众全部哄堂大笑，极个别汉僧左看右看，不知道在笑什么。直到第二天我翻译出来，他们才恍然大悟，但故事好像也不那么精彩了。因此，译师之所以被称为“世间明目”，原因也在这里。

假如没有译师和上师，虽然佛法很殊胜，上师的密意和智慧很高深，可末法众生完全以自力接受不太现实。尤其是一些高僧大德，没有讲法的话，想利益众生特别困难。我寺院有一位拉雪堪布，他八十多岁了，修行真的很好，听说他小时候前往很远的地方，依止了许多上师，对教理相当精通，但遗憾的是，寺院里的人对他没有特别重视。去年，我让部分出家人在他面前听了一个白玉派简短的前行法，由于该法的持有者比较少，为了传承能延续下去，我算是强迫他们去听，时间大概一个月。堪布年纪很大了，文字基本看不见，我就让人打印特别大的字，在眼前把字稍微读一遍，他马上便了然于胸，一会儿用这个教证，一会儿用那个教证……我事后听了一盘磁带，感到万分惊讶，这样的大德竟被埋没了这么久，太可惜了。他讲完以后，给我捎口信说：“非常感谢，这次给我这么好的机会传授佛法！平时我很想讲一些《前行》、《入行论》，可惜实在找不到人。有时候看寺院里的小和尚，行为不太如法，应该给他们讲些道理，可他们都不来听。我也跟有些人说过：你们有兴趣的话，我虽讲不来甚深法，但关于修行方面、菩提心方面的，我这辈子也串习过，还是有一些感觉，可以给你们传。但那些小僧人都不来。”

我听到之后，的确感慨良多：这个世间上，也许还有很多这样的老修行人，他们相续中充满悲心、慈心，有非常好的境界，可是很多人往往不屑一顾。人们追随的是什么？就是口头讲得非常漂亮、内容却很空洞的东西。一点境界都没有的人面前，弟子常常多如过江之鲫，而真正具实修实证的人座下，去求法的却屈指可数。假如没有求法的话，这些大德表面上只是一般人，根本无法显露其内证功德。

对我们普通人而言，上了七八十岁后，很多教理都忘光了，但有些老修行人真的不可思议。拿上师如意宝来讲，他老人家接近圆寂时，虽然已有七十多岁，但传法时不断引用大量教证，如行云流水般滔滔不绝。不信佛教的公务员听了，都感到十分惊讶——“那么多丰富的教证，法王全部能背下来，好精彩呀！”“哇，好可怕！”每个人有不同的感觉。这些老修行人的一辈子，不像我们一样，每天看得多、听得多、想得多，所有精力不专注于研究佛经论典，都耗费在无意义的琐事上了，以至于脑海里有一堆乱七八糟的知识，各种流行歌可以信口唱来，而佛法的甚深道理不一定显得出来。

所以，遇到真正的上师很重要，倘若只有法而没有上师，修行无法趋入正途。当然，假如语言不通，则还需要一些译师。我平时喜欢翻译法本，有人说翻译得太多了，但静下心来想一想，现今毕竟时处末法，若能译出一个好法本，令后人从中获得利益，哪怕只有一点点收获，我付出再多也值得。有时候观察自己的发心，还是比较清净的，所以不管别人说什么，我都会尽心尽力多翻译一些，在短暂的人生中为佛法多做一点事，这样得个人身也没白费。

总而言之，佛已说法非常重要。如今释迦牟尼佛依次转了四谛法轮、无相法轮、分别法轮，应机示现不可思议的身相，以九乘次第[[7]](#footnote-7)法成熟解脱所化众生。不但佛已说法，善知识也已说法，故第二个条件完全具足，大家应当生起欢喜心。

己三、佛法住世：

尽管佛陀出世说法，但佛法住世很短暂，假设住世期已圆满，教法、证法已湮没，那么就与暗劫没有两样了。比如释迦牟尼佛的教法，再过几千年便会消失，而弥勒佛还没有出世，在这么长的时间里，前一佛陀的圣教已经结束，后一佛陀的圣教尚未出现，这期间就称为圣教空世。众生若转生于此，虽然出生在贤劫，但依然得不到佛法的利益。

大家一定要再三思维，今生得个人身并不容易，看到街上熙熙攘攘的人群中，大多数都不行持善法，真的对他们生起大悲心。这次我们有这么好的机会，佛法大门一直长期敞开，有缘者随时可以进入，假如没有好好修学，一旦错过了，以后就会很难以复得。

要知道，倘若生于圣教空世，除了具有因缘的福德刹土中，偶尔有独觉出世以外，根本不存在讲闻修行。诚如《中论》所言：“若佛不出世，声闻已灭尽，诸辟支佛智，从无依而生。”佛陀不出世、声闻已入灭尽定的时候，诸辟支佛[[8]](#footnote-8)在不依靠善知识的情况下，凭借前世修十二缘起的善根，即生于一座中获得圣者果位，然后身体示现燃火、发光等神通，度化小部分有缘众生。我们若转生于此，会不会是独觉的所化对象呢？谁都没有把握，毕竟这个范围很小。

有时候看看，佛法的住世期其实很短，中间又有那么多暗劫，假如在那时转生，就连三宝的名号也听不到。从道理上再再思维之后，每个人应产生这样的定解：“今生的机会确实很难得，所以我必须要修行！”这就是修行的一种境界。否则，你天天修拙火定，肚脐热乎乎的，我觉得并不重要，你热也好、冷也好，头上有气也好、有光也好，这些都没有什么，因为灯泡也有光，夏天的阳焰也有气，但并不是什么成就相。不过，现在人特别颠倒，非要追求一种外相，才认为自己成就了，而对人身难得生起定解，却不觉得这很殊胜。所以，大家今后要换一种方式来思维，真正的修行是在加行中得到感应，这个很重要。

那么，佛法住世期到底有多长呢？拿当今释迦牟尼佛的圣教来讲，《月藏经》中说是两千五百年[[9]](#footnote-9)；《贤劫经》说是一千五百年[[10]](#footnote-10)，即正法五百年、像法一千年；汉地还有些法师说，正法一千年、像法一千年、末法一万年；藏地普巴派、萨迦派、格鲁派等，也有各自不同的观点（藏地对普巴派的说法比较公认）。尽管种种说法不尽相同，但一般而言，世界上公认的是《俱舍论》的观点，也就是说，佛法住世总共五千年。按世界佛教联合会的推算，今年是佛历2553年，这是小乘上座部的观点，与《俱舍论》也非常相合。

释迦牟尼佛的教法，其实又叫普贤密意圣教。为什么呢？因为普贤如来的报身雪海大日如来（毗卢遮那佛），手中持的宝瓶中有一棵菩提树，树有二十五层叶子，第十三层——释迦牟尼佛的娑婆世界，刚好对准普贤如来幻化的毗卢遮那佛之心间。故而，释迦牟尼佛的教法因此得名。

按照藏传佛教的观点，普贤密意圣教也是住世五千年。具体而言，

1、果期：一千五百年。其中，第一个五百年得阿罗汉果的最多；第二个五百年得不来果的最多；第三个五百年得预流果的最多。

2、修期：一千五百年。其中，第一个五百年修戒学的最多；第二个五百年修定学的最多；第三个五百年修慧学的最多。

3、教期：一千五百年。其中，第一个五百年学经藏的最多；第二个五百年学律藏的最多；第三个五百年学论藏的最多。

4、形象期：五百年。只有出家人的形象，没有清净戒律，也没有实修者。甚至到了最后，这种形象也难以维持。因为众生福报已尽，出家人剃头时，刀没办法刮下头发；袈裟染色时，染料也无法把衣服染成红黄色。（有些法师认为现在已过了形象期，这种观点不太合理。依照我们的分析，还是《俱舍论》的说法比较对。）

在最初的果期，也就是佛陀在世时，以及佛涅槃后不久，得果的人比比皆是。看过《百业经》、《贤愚经》就会明白，那时听法后获得圣果特别快，马上就能得预流果、阿罗汉果。前不久有一位道友说：“那个时候证果这么快，好羡慕啊！我也想马上得阿罗汉果，您可不可以给我传四谛法门？”我说：“现在肯定不行，因为不是果期。”

过了一千五百年之后，就是修期，主要以修戒定慧为主。翻开那时的历史，汉地禅宗、净土宗中，大成就者特别特别多；藏地宁玛巴等各大教派中，虹身成就、飞往清净刹土的也不胜枚举。而如今越是接近形象期，成就的人就越少得可怜。尽管现在不是真正的形象期，毕竟还有教法存在，人们受持经律论的教理，相续中可以生起悲心、菩提心，但跟佛陀时代众生的根基比起来，还是很差劲的。

佛法住世期共有五千年，按普巴派推算，现在已过了三千五百年，或者近四千年之际，也就是说，正处于教期中。如果再过五百年，佛教恐怕就不是这样的了。大家在漫长的轮回流转中，今生有幸遇到佛法，这是相当不容易的。尽管眼下正值五浊恶世，但教法与证法仍存在于世，这说明圣教正法圆满也已具足。

那么，何为五浊恶世呢？

1、时劫浊：指时代遭逢恶运，灾难频生。就拿财富而言，一会儿是世界经济危机，一会儿是金融风暴，每天不是“刮狂风”，就是“下暴雨”，人们犹如水泡般的财富极不稳定，今天富可敌国，明天就可能一贫如洗。

2、众生浊：指众生资质低劣，福报日减，苦多乐少。佛陀时代或在此之前，人们的身高、体力都非常殊妙，而现在，一年比一年不行了。有些道友以往在学院过冬，没有任何问题，可如今走几步路就喘得厉害，冬天一到就忙不迭地要下山，这也说明越来越浊世了。

3、寿命浊：指众生因恶业受报，寿命短促。佛陀在世时，人寿百岁并不稀奇，而今若有人活一百岁，好多新闻记者就扛着照相机、摄像机，“嚓嚓嚓”地使劲拍，觉得这是一个怪物。人们活到五六十岁，就认为自己该“圆寂”了，赶紧要做好准备。昔日人寿可达二万岁、八万岁，但好景不长，现在已成了寿命浊。

4、见解浊：指出家人善心越来越失坏。在过去，出家人自觉护持戒律，始终不离戒定慧三学。而现今，诚如佛在《像法决疑经》[[11]](#footnote-11)中言：“我灭度已千年后，恶法渐兴。”经中还说，譬如有些出家人没有参禅，反而自称禅定功夫不错，在众人面前宣扬；有些不解佛意，却执己所见宣说十二部经，还认为讲得很精彩；有些不修道德，专求财物，整日忙于做生意等，致使俗人皆轻贱三宝……这些都属于见解浊。

5、烦恼浊：指在家人行持善法日渐退失。

（当然，见解浊与烦恼浊，还有不同解释方法，但此处暂以出家和在家进行区分、讲解。）

尽管现在五浊横行、浊浪滔天，但教法证法并没有真正隐没，我们拥有如此良机，自己一定要行持善法。其实每个人只要把时间用上，行持善法谁都能做到。今天中午我家来了一位藏族喇嘛，他有79岁，曾是我父亲的朋友，后来出家了。他跟我讲了自己二十年的修行经历：截至昨天，他共念了三亿遍观音心咒，今天又在我面前发愿，说还要再念一亿。我问：“你三亿遍心咒念了多少年？”他说：“整整十七年。在此期间，有时候念得多，每天十万遍左右，有时候到拉萨等地去，就念得少一点。我平时很少跟人接触，还念了一万遍《普贤行愿品》……”他以前在我家乡炉霍那边，还是很出名的，我父亲常讲他怎么打仗、杀牦牛、偷盗，所以我印象比较深。他也承认自己年轻时，不太相信因果，没有一个不造的恶业，二十年前遇到一位上师，后又遇到法王如意宝，让他一心一意念观音心咒忏悔。如今三亿遍已经完成，今天又发愿再念一亿。我觉得人的心力确实不同，心力大的话，即使往昔造业比较深重，现在精进也不算太迟。

总之，希望大家通过以上分析，真正觉得佛陀说法很难得，佛法住世更难得，现在自己各方面顺缘具足，这是非常大的福分。有些人今天没买到菜、做饭时没有煤气、需要的东西买不着、家里出现一些事，就认为自己违缘重重。其实这不值得大惊小怪，真正的大违缘，是佛教隐没了，若如此，这个世界会暗无天日，我们来到人间也没有意义。而如今并不是这样，佛教的光明依然存在，关键要看我们接不接受，假如在自己的余生中，对佛法既闻思又修行，这样得到人身才有价值！

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

# 第二十一节课

思考题

93、为什么说自己趋入佛门非常重要？趋入佛门分为几种？你是哪一种？

94、什么样才是真正的佛教徒？扪心自问，你自己是不是？假如你身边有许多相似的佛教徒，你打算如何正确引导他们？

95、修学佛法的过程中，为什么善知识的摄受相当关键？你对此有哪些体会？

96、怎样依止善知识才如理如法？你以前是怎么做的？今后有何打算？

97、学习阿底峡尊者与库鄂仲三人之间的问答，你有哪些收获？其中哪一段最触动你？为什么？

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！

《前行》中正在讲五种他圆满，现在是第四个。

己四、自入圣教：

我们虽具足生逢明劫、佛已说法、佛法住世这三个因缘，但关键是，自己还要入于圣教。倘若你出离心等具足，则可以出家；倘若这方面因缘欠缺，则应守持五戒，不能全部守的话，至少也要守一部分。在此基础上，进行闻思修行，如此方可称为佛教徒。

如果你没有进入佛门，尽管佛教存住于世，依然不能得受教法和证法，佛法中无边的智慧和大悲将与你无缘。就好比周围有一所好学校，老师每天不断地授课，一个孤儿如果想去，学校会收，但他自己不愿上学，整天在校外游荡，懂道理的人一看，就会觉得他很可怜，可是他反而认为，这种生活无拘无束、非常自在。同样，我们若没有入于佛门，纵然佛教极其兴盛，对自己也毫无利益。

如今，无论是出家人、在家居士的身边，都有很多不信佛教的人，看到茫茫人海中无数的迷失方向者，我们即生有缘了知取舍之理，的确很有福报。假如没有趋入佛门，就像光芒万丈的太阳虽已高挂空中，照耀广大无边的世界，但在盲人眼中，始终是一片漆黑，太阳东升西落对他无利无害；或者河水虽然清澈甘甜，但口干之人不喝也无法解渴一样，佛教再兴盛对自己也无有利益。

我们今生虽有因缘进入佛门，但旁边还有千千万万糊里糊涂的人，尽管他们有学问、有地位、有财富，然从生生世世的角度来看，都是可怜的迷茫者。因此，我们要发起广大心，尽可能地去帮助他们，哪怕令一个人生起一瞬间的悲心或出离心，自己也要全力以赴。当然，这并非一日之举，而是需要长期发心。有了这样的发心，利他因缘可能会出乎意料地实现，不管你去哪里、住在何处，都能以佛法的智慧帮助众生，依靠种种途径使有缘者趋入佛门。对他人来讲，这种利益不可思议，将其安置于高位、赐予巨额财富，并不是一种恩惠，只有助其断除恶行、行持善法，对今生来世才有意义。所以，首先自他趋入佛门非常重要。

当然，趋入佛门有两种：一种不太究竟，充其量只是相似的佛教徒；一种则是真实的佛教徒。那么，这两种是什么样的呢？

一、相似的佛教徒

1、救怖之发心：

如果进入佛门不是希求解脱，而是要么为了避免今生的感情挫折、身患重疾、缺衣少食、灾祸重重、走投无路；要么是看了佛经论典之后，害怕来世堕入地狱、饿鬼、旁生，感受恶趣痛苦。一者担心今生违缘，一者畏惧来世痛苦，如此只为了驱除怖畏、救护自己而皈依，并不是真正的皈依。纵然你已趋入佛门，在寺院或上师前办了“皈依证”，法也只能称为救怖之法，人也不可能真正趋入正道。

现在有些国家说，自己国内有佛教徒几百万、几千万，但我很担心这些人虽已皈依，自己也办了证，不过大多数只是怕出违缘才皈依的，这样的话，只能算是相似的佛教徒。我有时候坐出租车，看很多司机在车里挂观音菩萨像、释迦牟尼佛像，就问：“你为什么挂这个？”“因为我怕出车祸，挂它可以保平安。”还有时候问：“你是不是佛教徒？”“是啊。”“你为什么皈依呢？”“因为别人说我命短，为了长寿才皈依的。”当然暂时来讲，这也无可厚非，是趋入佛门的一种方便，但究竟而言，他们并没有明白皈依的目标。

2、善愿之发心：

如果单单为了今生的丰衣足食、升官发财、身体康泰、获得名声、生儿育女，或者仅仅追求来世的出身富贵、转为天人等善趣乐果，那么即便已皈入佛门，法也只能称为善愿之法，人也没有真正趣入正道。

暂时追求这些，佛陀虽然也开许，因为对欲望强的众生而言，可先通过满足他的所欲，最终引导其归入解脱道。古大德常言：“先以欲勾牵，后令入佛智。”可是现在很多人，被前面的“欲”已经钩上了，但后面的“佛智”一辈子中还没有摸到。这种现象，如今可谓比比皆是、不乏其数。

我就有个熟悉的人，怎么劝他为了解脱而皈依，他就是不肯：“上师，我家里平安很重要。我有两个孩子，大的要找到个好对象，小的要好好读大学；我自己也要平平安安；我老婆身体不好，应该让她健健康康；还有她爸妈经常吵架，以后不要再发脾气；我爸妈平安就可以，其他什么也不求。南无阿弥陀佛、南无阿弥陀佛……”我说：“你求这些也可以，但还是要想一想解脱，这个很重要。”“不不不，只要平安就够了！解脱没事、解脱没事，这些都不求。”这样的人，并没有真正皈依佛教。

二、真实的佛教徒

只有真正认识到生死轮回皆无实义，六道犹如火宅、罗刹洲、剑叶林般可怕，为求自他解脱而趋入佛门，才能称得上是真实的佛教徒或者入道者。（我们是不是佛教徒？也应该好好扪心自问。）

现在很多人依靠上师的加持和恩德，修行虽有种种情况，但理论上应该比较明白。在整个六道轮回中，三恶趣谁都不会羡慕，而三善趣——人间、天界、非天，也没有必要去希求。那天有个人跟我说：“如果有来世，我就……”我听后有点生气：“你学佛这么长时间，还对来世贪求啊？”他马上说：“不是不是，我不是这个意思。我今生肯定能解脱，只是说这辈子‘万一’没有虹身成就，‘万一’有来世怎么样。”

世间人常说：“如果有来世，我就……”好像是另一种语气。但是作为修行人，我们应该想：假如即生没有解脱，来世一定要继续修行，诚如《极乐愿文》所说，要像重罪的囚犯从牢狱中解脱出来一样，义无反顾地想逃离轮回。有了这种想法，才算是真正的佛教徒。否则，不要说居士，就算是出家人，身披三衣、袈裟，头剃得光光的，平时住在寺院里享用信财，若还特别羡慕世间八法，根本没有解脱的意念，也不是真正的佛教徒。

当然作为凡夫人，想长期保持出离心不退，有一定的困难，但即便如此，至少也应偶尔生起解脱的念头，知道轮回没什么可贪的。不然，这么长时间以来，你若从来没想过超离轮回，就肯定不是佛教徒。不是佛教徒的出家人是什么样的？不是佛教徒的居士是什么样的？有时候真的要观察。有些人认为自己不但是出家人，而且境界很高很高。其实且不谈你很高很高的境界，首先你是不是个佛教徒，就值得好好观察。

学习这部《前行》，意义真的非常大。如果不懂这些道理，表面上你特别精进，实际上你的所作所为，可能根本不属于佛教范畴。所以对《前行》的这些词句，不要随便划过去就可以了，应当一边读一边细心思维，逐字逐句、详详细细地琢磨，与自相续结合起来再三观察。若能如此，一方面可认清自己的过错，同时也能明白今后该怎么做，以此作为修行道路中的一盏指路明灯。

有些人觉得：“我是大学生，学历那么高，像《前行》这么简单的法，还有必要学吗？”实际上世间学历不算什么，《前行》中讲的有些境界，才是最为重要的。假如你有信心、有精进，这些境界就可以在心中出现；但如果你既无精进，也无信心，即使学识渊博、德高望重，内心也很难与法相应。因此，希望大家再再地思维，这不是往外观察的法，而要将每一句与自心进行对照。

己五、师已摄受：

即便已经皈依佛门，在寺院办了皈依证，正式加入居士团体，自己也认为是佛教徒——“我是6月25日早上7点钟皈依的”，但如果善知识没有摄受，对佛法教理一窍不通，那不管过了多少年，你还是原来的你，佛法对你没有多大利益。

故《般若摄颂》中云：“佛法皆依善知识，功德胜主佛所说。”一切佛法依靠善知识而得，这不是凡夫信口所说，而是圆满一切功德、大慈大悲的释迦牟尼佛亲口所言。《般若八千颂》亦云：“若菩萨摩诃萨欲得无上正等正觉，必先于善知识恭敬承事而依止之。”还有《华严经》中言：“佛法无人说，虽慧莫能了。”佛法要是没有善知识讲解，世间再聪明、再有智慧的人，凭借自力也不能通达。

为什么呢？因为佛经浩瀚无垠、圣教多之又多、所知无穷无尽，假设没有上师的窍诀，就不会懂得总结诸法的要领而加以修行。

以前，我曾去过香港、纽约的佛教大书店，那里各种书籍琳琅满目，一进去就不知方向了。大乘、小乘，藏传、南传、北传……表面上看一本本都非常好看，自己对每本都爱不释手，但全部买又不可能，真不知该买什么才好。

还有《大藏经》也是那么多[[12]](#footnote-12)：就拿乾隆皇帝的《龙藏》[[13]](#footnote-13)来说，全藏共724函，分为正续两部分——正藏485函、续藏239函；而著名的《永乐南藏》[[14]](#footnote-14)和《永乐北藏》[[15]](#footnote-15)，各自都是636函；如今广为流通的《大正藏》[[16]](#footnote-16)，也共有100册，其中正藏55册，续藏30册，别卷15册。藏地《大藏经》也是同样，经典100多函，论著200多函。还有许多高僧大德的著作不计其数，甚至一位大德撰著的，就将近有上百函。

这么多的法本，初学者乍看会云里雾里，不知道该如何取舍：到底是一转法轮好，还是二转法轮好，或是三转法轮好？南传佛教好，北传佛教好，还是藏传佛教好？但如果有了上师教言，这一切经论和教典的内容，都可通过上师的窍诀来领受，即先要有出离心，在此基础上有菩提心，然后以无二慧来抉择空性。（无二慧在显宗中是中观，在密宗中是证悟自知自明的心识本体。）归根结底，就是以出离心和菩提心为基础，破一切人我相、法我相。大概这么几句话，就把所有经教的内容都概括了，如此修持也会非常圆满。

因此，上师教言相当重要。如果没有的话，你不一定皈依；即使皈依了，也根本不知方向，完全凭自学很困难。我经常都会想：“倘若没有上师如意宝当年的摄受，我不一定出家。即使出了家，也许现在会像有些出家人一样，表面上看来挺不错，威仪也很庄重，但内心跟在家人没什么差别，对佛法根本一无所知。所以，真的非常非常感恩上师！”

要知道，上师的窍诀确实很重要，假如没有上师的窍诀，就不会懂得将经论要点与自心融为一体而修行。因此，有了佛法也不行，自己皈依了也不行，还必须有善知识摄受。《戒律花鬘论》中有一句话是：“六十岁也孩童。”意思是说，即使六十岁皈依三宝，但不懂教理的话，也跟孩童没有差别。而要想懂得教理，就一定要依止上师。

戒律中规定，如果弟子没有通达三藏，十年中要依止上师。十年以后，假如你学得可以，则可离开上师，出外弘法利生；假如学得不行，还要继续依止。但现在人可不是这样，只要上师给你剃了头，第二天就无影无踪了。很多人都是如此，从很远的地方来这里，口口声声非要依止我，结果我把他的头剃完后——“谢谢，拜拜了！”第二天就背着包走了。他自己也没想过怎么依止，只是把这当作一个形式而已。

其实，依止善知识务必要长期。世间人读小学和中学，尚且需要九年义务教育，那我们学佛的人若不受九年佛法教育，则达不到真正佛教徒的资格。我们不仅需要佛法的基础教育，更重要的是不能离开上师。学院中极个别稳重的道友，长年一直住在这里，每天坚持闻思修行，已将近二十年了，真的很随喜。如果没有长期在这种环境中熏习，凡夫人的坏习气特别多，只是蜻蜓点水般地在一个道场，或者上师面前小住几天，然后就离开的话，恐怕是不行的。

以前的布玛莫扎和嘉纳思扎，历史中记载，曾五百世转世为班智达，纵然如此，他们也分别于21年、9年中承侍上师。圣者尚且如是显现，我们业障深重的凡夫俗子，可能刚从地狱、饿鬼中爬出来，好不容易有了依止善知识的机会，就更应值得珍惜了。虽然依止的过程中，也许有点辛苦、有点累，但求法没有一个快乐的，此时必须要有耐心。

在我们学院，成绩较好、戒律清净、人格不错的道友想离开时，我通常会劝阻他们。有些人认为我怀有私人目的：“那——我过段时间再回来帮您发心，可不可以？”其实，我并不是想你给我发心，而是想到你自己刚学不久，就这样离开的话，不管是居士还是出家人，到了社会上，很容易跟以前的贪嗔痴混为一体，没有能力自拔。所以，首先不能离开善知识，这一点非常重要。

关于此理，《华严经·入法界品》中讲了很多，与密宗的窍诀大致无二。比如，善财童子依止文殊菩萨时，文殊菩萨说过：“于善知识善巧方便，勿见过失。”这一教诲与密宗对上师观清净心如出一辙。还有善财童子依止观世音菩萨时，心中作念：“善知识者则是如来，善知识者一切法云，善知识者诸功德藏。”与密宗中视师为佛，视师为佛法之本、功德之源的含义也完全相同。因此，亲近善知识乃修持佛法的全部，并不是密宗的一家之言。

若想获得佛法的最高境界，依止上师必不可少。有些人以为离开上师后，自己就自由了，此时定有成才的机会。这种念头，就像小孩子逃学一样，当时有许多美好的愿望：“我从学校逃出来之后，肯定能买一个很棒的玩具，然后玩得特别开心。”实际上，这种想法特别愚痴。所以，依止善知识的时候，要长期依止才有真实收获。

下面讲一段阿底峡尊者的故事，以说明上师的教言与摄受尤为重要：

从前，阿底峡尊者在印度时，度母授记说：“希望你尽快前往雪域，那里有与你前世有缘、三怙主[[17]](#footnote-17)化身的三位弟子正等着你，如果摄受他们，将有利于弘扬佛法。”而这三怙主的化身，就是库鄂仲三人，即库·尊珠雍中、鄂·勒巴协绕、仲敦巴·杰瓦穷乃。

后来，阿底峡尊者来到藏地弘法，仲敦巴问了很多问题，记录下来汇集成《祖师问答录》；库和鄂两人也问了一些教言，记录下来成为《弟子问答录》。这两部问答录，总称为《嘎当问答录》，其中涵摄了修心的殊胜窍诀，与《扎嘎山法》和《修心门扉》一样相当殊胜，同时，里面还讲了阿底峡尊者与库鄂仲三弟子之间的前世因缘。

（这些问答录，我很早以前便想翻译，但苦于没有时间，就这样一直拖着。大概二十多年前，我去马尔康的温古寺，给那里的二十多名僧人安居、传法。每天上午传完法，下午我就带上《弟子问答录》和《祖师问答录》，坐在旁边的森林里看。那时候，我刚出家没几年，出离心非常强，对阿底峡尊者、仲敦巴的行为特别有信心。现在每当路过那个寺院和森林，心里也感觉很舒服。这两本书确实非常好，可能有些老道友也记得，法王如意宝以前经常引用，讲他们师徒之间生生世世的殊胜因缘，内容十分精彩。）

阿底峡尊者一生中有不可计数的弟子。他来藏地之后，在康区一带，主要是库鄂仲三人；在卫藏一带，则有大译师仁青桑波、那措·赤诚嘉纳、菩提光。尊者在尼泊尔也有不少极为出色的徒众，在印度也有许多班智达弟子。不过在藏地，尊者主要是与仲敦巴他们几个弘扬佛法，而且极为成功。现在虽说过了这么多年，但后人听到他们的教言、窍诀，尽管语言很短，可是对内心的作用相当大。

记得有一次，库鄂仲三人向尊者请教：“修行人若想获得解脱或遍知佛果，经论教典与上师窍诀哪一个更重要呢？”

尊者不假思索地说：“当然是上师窍诀重要。”

三人又问：“这是为什么呢？”

尊者答道：“即使你对读诵传讲三藏无所不知，对诸法的法相无所不晓，但如果实地修行时不具备上师指点的实修口诀，就会造成正法和行人互相脱离的结局。”

（像世间的文学家，或学因明辩论的寻伺者，他们对法相讲得特别清楚，将色法的法相、五蕴的法相说得头头是道，可是若缺少上师的窍诀，即使讲得天花乱坠，实际上要真正修持时，也根本无从下手。

前段时间，学院全体僧众闭关二十天左右。这个时候，过去没有修行过的人，整天就在家里憋着，很辛苦。我遇到一个法相师，他就说：“修行真不好过，讲法倒还可以。无论让我讲《因明》、讲《现观》，都没有问题，但是闭关的话，就有点力不从心了。唉，我讲法这么多年，很惭愧哦！”

所以，大家理论上虽然要精通，但这些理论若要结合自己的相续，必须依靠上师窍诀。否则，佛教经论多得不可胜数，在短暂的一生中全部都修，恐怕不太现实。倘若没有上师的实修口诀，就会导致法是法、人是人，人与法根本无法相融。但如果有了上师指点，法融入了心，就像《前行》这部法，最初怎么样发心、中间怎么样入定、最后怎么样回向，必定会了了分明。所以说，上师的窍诀很关键。）

三同门继续请教道：“假如完整地归纳上师窍诀，能否概括为净持小乘戒、菩萨戒、密乘戒三种律仪，以及身口意三门日日夜夜勤修善法呢？”

尊者回答说：“这样概括还不足够。”

三同门问：“这又是为什么？”

尊者答言：“即便三戒守护得一尘不染，但若对三界没有生厌离心，仍然是轮回之因。

即使三门勤勤恳恳地奉行善法，但若不懂将善根回向圆满菩提，善法也会被颠倒分别念一扫而光。

（有些人身体天天在佛堂磕头、打坐；口中不断地念诵佛号、观音心咒、《金刚经》；心里也不生贪嗔痴，尽量地行持善法。或者来学院开法会，闭关一个月念百万佛号，非常非常精进。但他坐车回去的路上，生起一个大嗔心，跟金刚道友打架、吵架，结果辛辛苦苦一个月的善根，都会被一扫而空。现在很多人不知道回向，不懂以菩提心来摄持，纵然精进地闭关、禅修、苦行，可是分别念一生起，以前的善根还没来得及保存，一下子就全都没了。不但没了，还可能造下很多罪业。

但若有了上师的窍诀，做任何善法结束时都会回向，以菩提心摄持此善根。就像你好不容易赚了一笔钱，出门时要把它锁在保险柜里，或者存在银行里。同样，你所积累的一切善根，如果以回向来摄持，乃至菩提果之间也不会空耗。这一点特别重要，可惜很多人都不知道。）

纵然具备智慧超群、戒律清净、讲经说法、观修境界等一系列功德，但如果没有舍弃世间八法，一切所为也只能成为现世的生计，而不可能获得来世解脱之道。”

（有些人为什么修行很成功？主要因为他能看破今世，不管对名也好、利也好，都看得很淡，一心一意向往解脱。而有一部分人，表面上看来很不错，但由于贪著今生的名闻利养，以致修行一败涂地。我们学院培养的法师，也有这种情况。所以任何一个群体中，很难做到百分之百非常圆满。）

总之，得到上师的摄受非常非常重要。如果没有上师窍诀，则生不起出离心，即使清净三种戒律也没用；如果没有上师窍诀，不懂善根以菩提心来摄持，三门日夜精进也收效甚微；如果没有上师窍诀，不知看破一切而以解脱为目的，纵然戒律、智慧无与伦比，也只能成为人天福报之因。

然而，一般人对此根本不明白，他们一生中皓首穷经，翻阅了无数佛经论著，最终仍然茫然迷惑。例如，鲁迅先生读了佛经之后，知道极个别经典很殊胜，于是开始捐钱刻印，但遗憾的是，他缺少真正的窍诀，否则，像他这么聪明的人，肯定能达到更高的境界。我还写过一些文学巨匠和明星的佛教情结[[18]](#footnote-18)，很多人因为没有上师窍诀，结果只是与佛教结个善缘、种个善根。要知道，佛教甚深窍诀的钥匙，唯一在上师手中，上师若没有为你打开宝藏之门，你在门外只是走马观花而已，内在精华并不能得到。故《真实论》中云：“欲成一切智，即依善知识，仅凭自精进，无能成圣佛。盲人依自身，不能攀高峰。”世间上虽然也有自学成才的现象，但在佛教当中，上师的窍诀不可或缺，不然，仅凭自己的精进，想获得成就难如登天。

当然，依止善知识，并不是非要找一个人。很多人总抱怨找不到合适的上师，有个人就跟我讲：“我寻找好多年了，但一直找不到非常合适、与我相应的上师。”倘若你实在找不到，可以将《大圆满前行》当作上师，它又叫“无嗔阿阇黎[[19]](#footnote-19)”。一般的上师，不管古代也好、现代也好，显现上有时还会有嗔心，不那么好依止。而《大圆满前行》这个法，永远不会对你生嗔，你随时都可以祈祷、翻阅。

以上已经分析了十八种暇满，我们要认认真真一个一个观察，看哪些具足、哪些不具足。假如你完整无缺地具足八闲暇、十圆满，自己的身体就称为具备十八暇满的人身；假如只具备一部分，则对已经具足的，应当生起欢喜心，对尚不具足的，要尽量想一切办法令己具足！

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

# 第二十二节课

思考题

98、为什么说先不要急于求高法，一定要打好前行基础？你平时是怎么做的？

99、佛法未来以何方式生存于世？怎样世世代代相传下去？请谈谈你自己的认识。

100、学习暂生缘八无暇和断缘心八无暇，有何必要？它与十八种暇满是什么关系？

101、什么是暂生缘？暂生缘八无暇包括哪些？具体怎么样对治？

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！

大家每次听法时，一定要想到两点：其一、佛法难得，千百万劫难以值遇，今生既然有幸遇到，就要依靠佛菩萨的加持，通达如来真实密意；其二、我听这堂课，不是为了今生利益，也不是为了来世快乐，而是为了度化无边无际的众生，以令其脱离生死轮回，获得佛法的如海功德，此念即是所谓的菩提心。这是每堂课都要想到的。

一般而言，上根者前往听法场合时，就会发起菩提心；中根者听到传法的海螺声、击鼓声，便开始发心；下根者听到上师提醒大家发菩提心时，才会想到为利益众生而听课。但不管你是哪一种，都要经常这样串习，久而久之，菩提心定会发得起来。

发了菩提心之后，就要修习“暇满难得”，详细观察自己是否具足十八种暇满。如果具足，一定要生起欢喜心；不具足的话，则要想方设法令自己具足。倘若真正具有暇满人身，有了修持佛法的机会，那么活在这个世间上，才有重大深远的意义。如《中观藏论》云：“依靠正法光明，了知十八暇满，真正修持佛法，人身方具意义。”

在六道众生中，得人身的少之又少；即便得了人身，修持正法的也寥若晨星；即使修持正法，具足十八种暇满的更是如凤毛麟角。可见，暇满人身极为难得。而若要使暇满不空耗，就一定要修好前行，否则，修其他法非常困难。因此，大家先不要急于求高法，一定要打好前行基础。当然，这个基础也不是一朝一夕便一蹴而就的，必须要长时间串习才能实现。我以前刚求学时，上师就强调前行的重要性，但我当时的认识并不深刻。后来接触佛法久了，在这个过程中，见到很多人修行半途而废，甚至一败涂地，寻找原因才发现——他们没有打好前行的基础。所以，大家对前行务必要重视，修的时间不能太短。

要知道，佛法那么深奥，不可能轻而易举就精通。世间人获得一个最高学历，都要努力三十年左右：上幼儿园要三年，学前班一年，小学六年，初中三年或四年，高中三年，大学本科四到五年，研究生两到三年，博士三到四年，之后才称得上是真正的知识分子。而佛教是更为甚深的知识，若想它的境界在相续中呈现，或者完全通达它的内容，当然需要更长的时间。

现在很多居士、出家人认为，只要办个皈依证就是佛教徒了，其他没什么可学的、没什么可做的。其实并不是这样。佛法远远超过世间法，世间法并不难，尚且都要花那么长时间，甚深的佛法就更不用说了。我们学院有很多研究生、博士生，他们初来乍到时，在我面前一一打开证书，“这是我的硕士证”、“这是我的博士证”……结果学了一段时间因明、中观，自己什么都不懂，对许多推理雾里云里，那些证书再也不敢打开了。所以，大家不要认为佛教的知识很简单。

也正因为佛法深奥，佛陀的无垢智慧才让人不得不佩服。龙猛菩萨的《般若赞》中有一句是：“您身皆无过，无过者得见。”也就是说，般若佛母是无过失者的行境。的确，佛教最高的无我境界，具足贪嗔痴分别妄念的凡夫俗子难以通达，只有平息了世间之心、不被各种贪执扰乱、遣除了自相续的障碍、拥有最高智慧的人，才能真正趣入。

其实，关于空性之理，学术界也非常认可。前一两年，有位著名人物写了一本书，名为《心的世界》，它主要介绍了佛教的无我空性，语言比较通俗易懂。据说该书受到了高度赞扬，一百多个国家的人都在学。原因是什么呢？很多佛教徒研究后发现，原来他所讲的无我与佛教的教义完全吻合。很多西方人因此对佛教越来越有信心了。然而现在的东方人，相当一部分没有感受到佛教最甚深的空性无我，从而难以生起诚信。

当然，学习佛法也需要实修实证，不然，光在理论上作学术研究，要对治烦恼非常困难。因此，像《前行》这类窍诀书，不管什么身份的人，一定要重视。前段时间，我遇到一个修行人（以前在学院呆过），她学佛很精进，她说：“十几年以来，《前行》、《入行论》、《大幻化网》从未离开过我的身体。”我看了一下，她的法本都黑黢黢的。确实，一个人如果得受到了加持和法利，必定不愿离开这些法本，而她从中获得的利益，却又是平常语言无法描述的。

尤其是莲师的教法，大家务必要起信心，若能如此，定会受到猛厉的加持。如今西方人对莲师的教法极有兴趣，一提到莲花生大士，无数人会生起极大信心。之所以如此，也是源自20世纪20年代《西藏度亡经》译成了英文，在西方引起巨大轰动，此后，传承自莲师的《西藏生死书》等诸多教言，切实让人们得到了密法的利益。但可惜的是，现在汉地个别居士，包括寺院里的出家人，尚未感受到莲师的殊胜加持。

我个人而言，从小就天天念诵、祈祷莲师，哪怕做了个噩梦，梦见放牦牛的路上遇到豺狼、老虎，唯一祈祷的就是莲师，至今也从未间断过。现在末法时代，魔障违缘极为猖狂、猛烈，此时，祈祷其他佛菩萨并非不灵验，但因为莲师于末法时代有特殊因缘，出现再大的滔天浊浪，依靠他的发愿和加持，也会全部销声匿迹。像菩提萨埵那样的大菩萨，刚来藏地弘扬佛法时，也遇到人与非人的百般刁难，那个时候，他显现上唯有借助莲花生大士的威力，方才遣除了一切障碍。

所以，以后有机缘的话，我很想讲一讲《莲师七句祈祷文[[20]](#footnote-20)释》，这是麦彭仁波切结合生起次第、圆满次第、大圆满而撰著的一个注释。1990年，法王如意宝去印度南方南竺高级佛学院时，经众人祈请，曾传授过；去五台山时，也给我们讲过。它的内容比较多，再过一两年，若因缘具足了，我想给大家讲一下莲师七句祈祷文的重要性。如果世界各民族的佛教徒异口同声地祈祷莲花生大士，必将能遣除末法时代弘扬佛法及个人修行的种种违缘，从而令佛法久住世间。

现在的佛教，越来越多地感受着多方面的冲击：不信佛教的许多人，故意对佛教制造违缘；而其他宗教的人，也想把佛教的空间全部侵占。据西方报道说，再过五十年，中国将变成信仰基督教的国家。很多人都有这样的预测。虽然这是一个估计，但也许有真实的理由。因为基督徒的人数，每年以几百万、几千万直线上升，而皈依佛教者，并没有如此明显的趋势。大多数佛教徒只顾自己修行，根本不考虑佛教的弘扬。佛法未来以何方式生存于世？怎样世世代代相传下去？……在这方面作规划的大德有是有，但并不多。很多人只是忙于多方化缘，想在山沟里建个庄严的寺院，这种发心虽然值得随喜，但更重要的是，应当多考虑如何让佛法如意宝在全世界得以广泛弘扬。

因此，我们平时遇到任何人，只要有因缘，就应把佛教的殊胜教义传递出去，让他们接受。不但自己要明白佛教的道理，而且应全力以赴地让身边的人接受佛法如意宝，真正感受到佛教不可思议的微妙法理。我想，这是每个三宝弟子应有的责任。

接下来，继续讲“人身难得”的道理：

全知无垢光尊者在《七宝藏》之《如意宝藏论》中，还讲述了暂生缘八无暇和断缘心八无暇。这十六种无暇虽不常见于经传，不像前面讲的十八种无暇，是一般经典和论典公认的，但却是无垢光尊者智慧与悲心的流露。一个人真正要修行佛法，不被这些逆缘所转也同样至关重要。

懂得前面的十八种暇满后，我们要详细观察自己具不具足，被违缘控制了没有？假如被违缘[[21]](#footnote-21)控制了，也就失去了暇满。阿琼堪布在《前行备忘录》里有个比喻：十八暇满就好比有十八只羊，一旦被豺狼吃掉一只，那就剩下十七只；又被吃掉一只，只剩十六只了……全部吃掉的话，也就没有羊了。同样，即使你十八种暇满已经具足，但出现一个违缘的话，十八暇满中的一个就退没了，再出现一个的话，一个因缘又不存在了。因此，大家要分析这十八种修法条件是否真实具足。假如一个不具足，表面上问题不大，但它很重要的话，也会让其他条件全都失去意义。例如，倘若你没有趋入佛门，就算其他条件都具足，也没办法修行。

若不明白这些道理，纵然你自认为修行很了不起，是从极乐世界或莲花刹土派下来的，相续中有不可一世的增上慢，恐怕你也只是形象上的佛教徒而已。所以，学习佛法、修行佛法，最重要的就是要懂得次第，而不是奢望一步登天。

那么，对于十六种违缘，《如意宝藏论》是怎样讲的呢？如颂云：“五毒愚痴魔所持，懈怠恶业如海涌，随他救怖伪法相，暂生缘之八无暇。”这是暂生缘八无暇。又云：“紧缚现行极下劣，不厌轮回无少信，行持恶业心离法，失坏律仪三昧耶，断缘心之八无暇。”这是断缘心八无暇。下面我们一一讲述，在此过程中要弄清楚：什么是暂生缘、断缘心？哪些是暂生缘八无暇、断缘心八无暇？怎么样对治？主要从这三个方面了解。

一、暂生缘八无暇

什么是暂生缘呢？指在修行过程中，暂时或偶尔、时时或经常[[22]](#footnote-22)出现的修法违缘。这样的违缘，尽管今天在自相续中不存在，但明天很容易出现；即使今年没有，明年也可能会有；就算这几年没有，但过几年或许会遇到。时间短一点来说，在上午没有，可是下午又易产生；修法入座时没有，出座时还是容易冒出来……总之，它随时随地找你麻烦，断除你的修法因缘，所以很可怕。

现在许多修行人，包括经堂里在座的道友，每个人都想成为好修行人，甚至认为自己的心比较堪能，对治烦恼没有问题。虽然你有这样的信心，但过一段时间，各种违缘出现时，你能不能还呆在佛教团体中也很难说，毕竟有些违缘不是像你想得那么简单，所以，我们要周密地观察自相续，依靠对治来遣除一切违缘。就像你有一个如意宝，为了防止被人抢走、偷走，始终都要时时保护。同样，我们这样的暇满人身，为避免遭受违缘的伤损，断了修行的善根，也要懂得下面所讲的道理，尽量采取种种防护措施，不要被那些违缘控制。

以前的修行人，完全了解哪些是违缘、哪些是顺缘，一直用正知正念守护根门，所以修法无论遇到什么障碍，始终不会被束缚，而能做到善始善终。我们今后也要如此，不但对违缘要学会分析，更要时时保持警惕。

无垢光尊者的智慧真的非常高深，道理上的点点滴滴开显得明明白白，只要是有心之人，肯定会关心这些问题。以后一旦遇到违缘，便会立即认识到，并想方设法遣除所有违品。其实暂生缘的对治方法，在《前行备忘录》中也有，希望大家抽时间看一下。

下面详细解释暂生缘八无暇：

1、五毒粗重：对怨敌恨之入骨、对亲友爱恋贪执等五毒烦恼十分粗重的人，虽然偶尔会生起修持正法的念头，但大多数时间都被强大的烦恼所控制，而不能修成正法。

烦恼深重之人，尽管位于修法的行列中，但也很难修行。比如说，有些人嗔心极重，一发脾气就无法控制，好几个人都拉不住，他面前放着什么锅、碗、茶杯，统统都会砸毁，窗户也挡不住他，跟恐怖分子没有差别。而有些人贪心炽盛，不论对亲友还是财物，一生贪就没有羞耻心，诚如无著菩萨所形容的：“贪恋亲方如沸水，嗔恨敌方如烈火。”此时，上师劝不住，佛法也对治不了，其结果难以收拾。

当然，他们心情好一点的时候，也会有想好好修行的念头，但因烦恼过于强盛，偶尔生起的修行念头，犹如半夜的闪电般转瞬即逝，大多数时间还是被烦恼所转，根本没有修行的自由。

个别发心人员也是这样。本来我对他期望很高，他心情比较好、烦恼平息时，信誓旦旦地说要如何如何发心，讲得特别好听。我也很相信：“可以可以，让你发心。”但他过段时间就不行了。当然，一次也就算了，谁都能原谅，可是他屡教不改，今天生嗔心，明天又生贪心……这样的话，自己的事情都解决不了，还发什么心哪？

不过，这种人也很可怜，毕竟他身不由己，或许是前世业力所致，或许是今生不能对治，总之，强大的烦恼让他的修行无法圆满成功。而有些人虽然工作效益低、发心能力不强，但相续中的烦恼不重，即使生嗔心，也不会大发雷霆，不像这种人，一生气就面目狰狞、怒发冲冠，别人一辈子都忘不了，不要说是人，魔众见了也会一逃而光、不敢接近。所以，一个人若烦恼粗重，不论自己修行、还是利益他众，都相当相当困难。

对治：贪心的对治法是修不净观，或如《宝鬘论》所说，用剖析无常和无我来对治；嗔心的对治法是修慈心，或以《入行论·安忍品》里的教言来观察；痴心的对治法，则是观修缘起法……不管怎么样，当这些烦恼刚刚萌生时，要以正知正念及时对治，立即根除，以防毁坏自他一切善根。如云：“贪等烦恼初生时，立即铲除佛子行。”

只要能对治，纵然自己烦恼非常深重，依靠佛法的加持，也能完全变成另一个人。比如，有些人以前被贪心左右，在社会上臭名远扬，贪欲的生活一刹那也不能离开，但后来深入了解了佛教的殊胜道理，觉得所做的一切非常丑恶，从此改过迁善，归入正道。有些人嗔恨心相当严重，身上总别着几把长刀，每天找人打架，像奔公甲格西在家时一样，但后来入于佛门，修大慈大悲心，最后即使自身被人砍割，也不会生一瞬间的嗔恨。

当然，每个人的因缘不相同。有些人学佛很长时间，也不一定有什么感觉；有些人一修法就马上相应了，如同病入膏肓的患者一吃药，当下药到病除、立竿见影一样，烦恼依靠佛法立即能对治，他的变化别人也看得出来。所以，只要用心去对治，烦恼是可以遣除的。为什么呢？因为对治之道符合心的实相。

2、愚昧无知：毫无慧光、极其愚痴的人，虽然已经步入佛门，受了居士戒，甚至出了家，但对正法的句义丝毫不能领悟——听法不懂其句、思维不解其意、修行不悟实相，法与相续互相脱离，这种人没有闻思修行的缘分，无法品尝到佛法的美味。

有些人太愚痴了，不要说中观、大圆满等甚深法，即便是人身难得，听完也就忘了，对基本法义一无所知。这种人徒有人的形象，却没有修行佛法的能力，即生中难以与佛法结上殊胜之缘。当然这不能一概而论，像周利槃陀，刚开始也很愚笨，但后来依靠殊胜的因缘，及凭着自己的信心，最终获得了开悟，这种情况也是有的。

对治：要对治愚昧无知，必须进行忏悔。有些人常抱怨自己太笨，什么都记不住，背了半天，一考试就忘了，其实这都是因为往昔的罪障深重。为此，自己一定要加以忏悔。同时，还要祈祷智慧本尊。八大菩萨每一位都有不同的加持，而文殊菩萨是开发智慧的圣尊，故当诚心诚意祈祷文殊菩萨，念诵他的名号和心咒，若能如此，生生世世必将不离智慧光明。所以，以前上师如意宝曾要求：凡是皈依他的信众，最少要念一亿遍文殊心咒。并保证说：“只要念了，有智慧的人，即生中智慧定会越来越增上；没有智慧的人，也将于未来生世变成智者。”

其实，愚者更需要求智慧，即生中若再不好好闻思、求知识，生生世世将难以摆脱愚痴的命运。有些人说：“反正我太笨了，听不听都一样，干脆不听课吧。”然而萨迦班智达说：“愚者因无智慧故，彼等不愿求学问，若善观察无智故，愚者更应勤求学。”按照他老人家的意思，正因为你“太笨了”，所以更要精进求学。

现在的人很颠倒，觉得自己没智慧，就不愿意去闻法。其实恰恰相反，你没有智慧的话，就更应该听法了。就如同有钱的人不急于赚钱，而没有钱的人才需要赚钱一样，愚者是因为前世没有求学，今生才变得愚不可及，为避免后世继续成为愚昧之人，今生再困难也要精勤地闻法。如云：“是因前世未求学，今见终身成愚者，因恐后世成愚昧，今生再难亦勤闻。”因此，希望大家利用现在的机会，为来世创造好因缘，否则一旦错过了，到时后悔也来不及了。

3、被魔所持：有些魔知识宣扬前后世不存在、因果不存在等邪见倒行，不管他是什么形象，出家人也好、外道徒也罢，如果被他所摄受，自心将与佛陀的教法背道而驰，入于歧途而无法趋入解脱正道。

现在世间上鱼龙混杂、真伪难辨，许多佛教徒被魔知识左右，充满邪知邪见，纷纷对佛法退失信心。这些人却自认为了不起，觉得见解、修行很不错，但实际上与佛法的教义一点也不接近，别人劝也听不进去。

对治：要对治被魔所持，首先要观察所依止的上师具不具足法相，是魔知识还是善知识？如果是善知识，就要生起欢喜心，并以三喜来依止；如果是魔知识，最初就不能接近他，这是很关键的。

当然观察善知识，并非观察外在的神变神通等，而要观察他是否具足菩提心。倘若具足，就可以依止；若不具足，即使他讲的法再高妙，也不应该接近。对此，堪布阿琼等许多上师也持相同观点。华智仁波切在《窍诀金钥》中说：“不具菩提心窍诀，浊世多诩学密者，口头高法漫虚空，纵称善妙亦魔宗。”意即在末法浊世，很多人不具足菩提心，却自诩为密宗行人，甚至声称已开悟了，但就算他自我标榜的语言漫布虚空，别人对他再赞叹、再恭敬，然由于不具足菩提心，他的法跟魔法也没有差别。

当然，上师有没有菩提心，不具备他心通的人很难以彻知，只能从他的行为中略知一二。假设他的所作所为一味地为自己、为自宗，这不一定很好，对其还要观察；假如他无时无刻不在利益众生，这样的善知识就可以依止。所以，断定魔知识、善知识的唯一方法，即是看有无菩提心。

4、懈怠懒惰：尽管渴望学修正法，但每天都懒洋洋的，丝毫也不精进，这样懒惰的人明日复明日，对求学一拖再拖，绝不可能实现修法的心愿。

对于懈怠，有一本书里说，西方人和东方人截然不同：东方人的懒惰是每天晒太阳，或一直躺着、卧着，而西方人则是整日忙忙碌碌。但现在，东西方的懒惰几乎差不多了，都是城里人以忙忙碌碌而懈怠，山里人天天以睡懒觉而懈怠，皆不求善法。世间人懈怠还可以理解，但修行人如果很懈怠，对解脱确实有影响。

对治：要对治懈怠懒惰，必须忆念死亡无常。只要一观修无常，发现自己的时间不多了，又岂敢轻易懈怠？见别人啰啰唆唆聊些琐事，自己也会想：“啰唆这些干什么？还是修法重要。人生如此短暂，何必浪费时间呢？”所以，无常修得好的人，时间掌握得非常合理；而无常修得不好的人，自己时间也掌握不好，这从他的言行举止中看得出来。

5、恶业涌现[[23]](#footnote-23)：罪障深重之人，恶业的大海波涛汹涌澎湃，即使兢兢业业地修法，可是自相续却生不起功德。他本人不知这是自己所造恶业的果报，反而对上师和正法心灰意冷、大失所望。

对治：学法一定要有恒心。像无著菩萨那样的圣者，在鸡足山修学时，六年、九年乃至十二年中，连一个好梦都没出现，最后万念俱灰地下山时，因生起悲心才见到弥勒菩萨。我们业力深重的凡夫人，更不用说了。一旦在修行过程中生病了、出违缘了，绝不能认为自己修不成，或对三宝起怨恨之心，而要知道：“正是佛法的殊胜加持，使我来世的恶报在今生成熟了。”诚如《金刚经》所云：“是人先世罪业，应堕恶道，以今世人轻贱故，先世罪业则为消灭。[[24]](#footnote-24)”

所以，我们修行遇到大违缘、大障碍时，不要怨天尤人，应当想到这是在消业，务必对因果不虚生起坚信，进而对以往的恶业进行忏悔。只有这样，最终才能认识心的本性。千万不要像有些人那样，修了很长很长时间，但因业力深重，没有出现任何境界，就离开道场而断了法缘。

6、为他所转：有些人非常可怜，父母不让学佛，子女不让学佛，家属不让学佛，领导不让学佛，甚至佛堂也不能摆。（我们藏地不同，只要学佛法，家人会尽量支持，如果不支持，别人还会说他、笑他。所以，家人即使不情愿，为了面子，表面上还是会赞叹学佛。）这些身不由己被奴役之人，虽有修法的愿望，但由于受到他人控制，而得不到修法的机会。

对治：对被他所转、无有自由的人而言，必须要找一个良策，力求摆脱这种处境。汉地曾有位法师说：“只要想学佛，办法总是有的。”确实如此，只要自己有这颗心，平时可偷着学，实在不行，也可以离开那个环境。父母若天天控制你，到一定时候，你就跟他说清楚：“你们这样逼我，不要后悔啊！你们的恩德，我只有来世再报了。学佛并不是忘恩负义，我会好好地回向给你们。”个别出家人走投无路时，只有用这个方法，给家人默默地回向。许多经论中也说：实在不行的话，就只好离家出走了，去过自由自在的修行生活。

7、求乐救怖：有些人最初步入佛门，是为了今生的温饱，或者害怕灾难临头，这种人虽然学佛了，但由于对正法没有深信不移的定解，一旦旧习复苏、故态复萌，又会重操旧业，行持非法。

有些人出家是因为自己出违缘，暂时生起了出离心，但因为对佛法教义没有深入领会，后来遇到了以前的恋人，便毫不犹豫地破戒或舍戒，又回到了原来状态。这就是佛法没有融入心的表现。其实，佛法融入心非常重要，倘若没有感受到它的美味，你做再多形象上的善法，到了一定的时候，违缘一出现，你还是没办法面对。

对治：要对治求乐救怖，就应想尽一切办法生起出离心和菩提心。

8、伪装修法：贪求资具、名闻利养的人，虽在他人面前诈现威仪、道貌岸然，装腔作势地摆出一副修行人的模样，可是自心所追求的目标唯是今生今世的利益，而距解脱正道有千里之遥。

对治：要对治伪装修法，必须认识到谋求现世利益的过患，进而予以断除。

上述这八种人，无有修行正法的机会。

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

# 第二十三节课

思考题

102、断缘心与暂生缘相比，哪个更可怕？请说明理由。为此，我们应当怎么做？

103、什么是断缘心？断缘心八无暇包括哪些？你认为应该怎样对治？你有这些违缘吗？

104、麦彭仁波切说：“孩提时随父母转，韶华时随朋友转，年迈时随子女转，愚者恒时无自由。”你对此偈颂有何体会？今后有什么打算？

105、有些人自诩为大乘行人，口口声声看不起小乘的法。对此现象你如何看待？你平时是怎么做的？

106、在听受密法、得受灌顶之前，首先必须要具备什么誓言？明白这一点，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！

暂生缘八无暇已讲完了，今天开始讲断缘心八无暇。

二、断缘心八无暇

作为修行人，一旦有了断缘心八无暇的任何一个，那就断了修行的因缘，三菩提的苗芽就会凋谢，以至于离开解脱种性，为此叫做“断缘”。从某种程度来讲，它比暂生缘更可怕，暂生缘只是偶尔影响修行，断缘心却能让你从此无法修行，从解脱道路上完全退失。所以，我们一定要观察，看自己有没有这些违缘，有的话，应立即依靠对治来断除，同时祈祷上师三宝：以后千万不要遇到，一旦遇到了，也不要让它留存很长时间。

有些人极其可怜，虽然很想修法，自己也舍弃家庭而出了家，可是因为业力现前，或者烦恼非常深重，违缘出现时，自己没办法面对，最后又被卷入红尘俗世中。所以，学佛过程中，要经常祈祷上师三宝，这一点至关重要。因为上师三宝的威力和加持不可思议，人没办法解决的问题，上师三宝确实有力量。因此，无论你在哪个道场，行住坐卧都要不离上师三宝的光明，这是真正修行人的行为，大家一定要切记！

下面一一阐述断缘心八无暇：

1、为今束缚：被今世的财产受用、子女亲属等紧紧束缚，为了他们的利益精勤劳作而散乱度日，荒废光阴，没有时间去修法。即使偶尔有修法的念头，也很快被种种外境所转，不可能付诸于行动。

许多人从孩提一直到老年，根本没有修行的自由。诚如麦彭仁波切所言：“孩提时随父母转，韶华时随朋友转，年迈时随子女转，愚者恒时无自由。”我非常喜欢这个颂词。现在人的确是这样：孩童时，父母天天都管着，自己也耽著一些玩具，把假象执著为实有，没有修法的空闲；年轻时，始终被亲眷好友捆缚着，修行的时间一刹那也难以空出来；老年时，只有随着子女转，对他们言听计从，更没机会去修法。总之，自己一辈子都在他人控制下，没有修行的真实机缘。所以，前辈的高僧大德舍弃今生，将这一切全部抛之脑后，原因是什么呢？就是他们深深地认识到：今生若一直被这些所转，自己的修行绝对无法成就。

现在大城市里的人，尤其对感情、美色特别执著，以至于带来的损害层出不穷，更不要说能去如理修行了。唐代诗人温庭筠说过：“王孙莫学多情客，自古多情损少年。”然而很多人不明白这个道理，有时看到他们的荒唐之举，大悲心不禁油然而生：“这些人对无实的虚假幻象，竟然耽著得如是强烈，实在可怜！”

若对今世的一切贪执不舍，这个人肯定没有时间修行，甚至还会为了微薄利益而丧命。正所谓“人为财死、鸟为食亡”，有些人为了一点蝇头小利，不惜与人勾心斗角、大打出手；鸟儿为了一个小虫尸体，也会互相啄得头破血流、你死我活。在我们眼里，这些众生所追求的，实在是利益微薄、不值一提。可是也没办法，“旁观者清，当局者迷”，他们由于执实不悟，只能沉溺在痛苦的漩涡中无力自拔。

对治：我们作为修行人，首先要观察自己有没有看破今世。《开启修心门扉》为主的修心窍诀中，都强调第一要看破今世，原因就是：如果对今生的一切能看破，无论居士还是出家人，修行必定会成功；反之，假如对现世的名利十分耽著，即使你表面上修行特别好，也不一定有很大收获。因此，每个修行人务必要了解轮回的过患，真正生起出离心。

2、人格恶劣：性情恶劣之人，连芝麻许的善良人格也不具备，言行举止没有丝毫可信度，所作所为始终不会有长进。这种人从头到脚没一点好的，就像人们所说：头顶长疮，脚底流脓——坏透了！

学佛先要做好人，在好人的基础上，才能变成好修行人。如果人品下劣、恶行昭著，却妄图在佛教中做出一番大事业，这是不现实的。一个人倘若修行好，则一定是好人，因为佛法融入内心之后，与坏人会有很大差别。反过来说，假如坏人的行为一点都不舍弃，那他会不会变成大成就者呢？恐怕很困难的。

古大德在教典中也说：“弟子学识诚可改，秉性下劣实难移。”弟子没有智慧、比较愚笨，倒不要紧，在老师的督促下，只要他肯学，慢慢也会变成智者。但如果他人格特别下劣，那就无药可救了，一两天中你对他教育，可能稍微好一点，但“江山易改，本性难移”，过段时间他又会故态复萌。

以前，博朵瓦格西对前来依止的人，首先要观察他人格如何：人格不好的，就算智慧出类拔萃，他也不会接纳；如果人格很不错，但智慧有点欠缺，他还是会摄受的。我们上师如意宝的很多教言，比如《胜利道歌》、《教诲甘露明点》等中，也经常提到人格的重要性。我们平时跟众人接触的过程中，确实对法王和古大德的这些教言深信不疑。正如《格言宝藏论》所言：“劣者无论再改造，性情不会变贤善，煤炭无论再改造，其色无法变雪白。”人格低劣之人，即便遇到佛陀般具有德相、有无限大悲和智慧的善知识，也难以获得上师一点一滴的意传加持，反而会与正法背道而驰。所以，这种人没有修行的机会，可称之为转生于无暇处。

对治：要想对治人格恶劣，有些大德在教言中说，有一定的困难。不过，极个别人由于善根、种姓比较不错，刚开始时虽然为人很坏，但后来依靠上师的教言和道友的劝导，也能变成善良之人，这种现象偶尔会有。

因此，我们要好好观察，看自己究竟是不是个好人。凡夫人都有这样的毛病：每个人相信自己是好人，就算是最坏的人，也认为自己很了不起。其实假如人人都觉得你很坏，你可能真的是坏人；但若大多数人觉得你不错，那也许只是有些人看不惯你的行为而已。总之，大家不要对自己太相信了，不要认为“在这个世间上，我跟文殊菩萨没有差别，只不过个别人嫉妒我罢了，实际上我是个大好人”，也不能这么想。每个人在所难免都有毛病，故于求法过程中，在上师和道友面前，一定要改正自己的过失。智者常会观察自己的不足，而愚者只看别人的缺点，所以要想真正变成修行人，必须要有完善的人格，摄受弟子时如是，自己修行时亦如是。

3、无出离心：对于地狱、饿鬼、旁生三恶趣的剧烈痛苦，或者人间的生老病死、天人的死堕、非天的战争之苦，或者生存于世所饱受的种种身心痛苦，如果生不起一丝一毫的畏惧感，还觉得这个世界多么美好幸福，那根本无法产生作为趋入佛法之因的出离心。

我原来也讲过吧，美国一个道友曾给我打电话说：“我们这里特别快乐！美国旧金山多么美丽，波士顿如何如何壮观……”当时我就开玩笑：“你不要天天贪著这些啊，不然，你一刹那的出离心也生不起来。”

的确，现在有些人身体没有病，地位、事业、家庭各方面不错时，觉得这个世间还是很美好，却不知一切有为法皆为痛苦的道理。这些人看三界轮回不像火宅，反而像天堂，由于缺少出离心，根本没有趋入佛法的机会。尤其是缺乏因果观念的人，一讲起地狱、饿鬼、旁生的痛苦，内心一点感觉都没有，就像无垢光尊者所批评的，这种人的心真如铁球，或像石头一样没有心[[25]](#footnote-25)，已经断了解脱的因缘。

假如没有出离心，我们是否会生起更高的境界呢？这很难说。有些人声称：“出离心是小乘法，我修的是大乘密法，绝不用靠下乘的出离心。”这也有点言过其实了。为什么呢？因为没有基础的话，你的高楼大厦不会很稳固。佛陀在《地藏十轮经》里也说：“无力饮池河，讵能吞大海？不习二乘法，何能学大乘？”意思就是，若没有能力饮用池水、河水，又岂能吞下整个大海？同样，假如不修习小乘法，又岂能学习大乘法呢？

现在很多人看不起小乘的出离心、比丘戒、居士戒，一提起这些就头痛，不愿意听，自认为是大瑜伽士，安住于自然本智中，什么都不执著。但这些人就像电影里的坏人一样，对善法不执著，对恶法却执著得很，由于自己还要干坏事，因而对法律一概排斥。其实这是不合理的，以别解脱戒或出离心为基础，真的很重要。修行人也应该观察自己，看愿不愿意从轮回中脱离出来，若连这种心都没有，那你学法的方向并没有搞定。

不过，现在大城市里的人，耽著今生的比比皆是，不说无上密法和大圆满的境界，甚至一讲起出离心，许多人也不能接受。所以，凡夫人最好不要高谈阔论、自以为是，平时听到简单的教言若都接受不了，那么更高的见修行果，对你来说更会遥之千里。

华智仁波切的每一句话，希望大家务必要记住。那天学院个别人已发愿背诵《大圆满前行引导文》，希望你们一定要善始善终，如果真能背下来，我敢保证你会变成很好的修行人。其实能背诵这个的话，里面所有教言都记得住；如果不能背，光是在书上走马观花、囫囵吞枣，其中很深的教言无法深入体会。我经常想：“这每一句所讲的，要是能永远记在心里多好啊！”二十年前我刚听这部法时，就这样认为，现在仍有这种感觉，这里面的金刚语，跟世间的任何语言都不相同。

前不久我看了一本书，是个很有学问的人写的，里面说每天至少要看十分钟的书，让自己的智慧充充电，否则，你的思想会停滞不前。既然世间人都这么认为，希望大家也对出世间这么好的法——《大圆满前行》，每天能看一点、记一点，这样久而久之、长期下来，脑海中就会有非常深的印象。所谓修行，并不是一步登天，而需要长期的熏习，这一点，从那些修行非常成功的老修行人身上，也可以看得出来。

4、无有正信：如果对佛陀的教法、证法，还有给我们传讲真实不虚教言的上师，连一丝一毫的信心都没有——比如说，《大圆满前行》的法本来了，你觉得跟一张报纸没什么两样；给你传讲最甚深法要的上师来了，你就随便应付一下：“噢，您来了，要不要吃点东西？好，拜拜！”那显然已封闭了佛法的入门，这样一来，也就不能踏上解脱正道。

在修行的过程中，信心和智慧相当重要。若没有智慧，不可能通达一切万法的实相；若没有信心，则无法趋入这样的法门。正如龙猛菩萨在《中观宝鬘论》中所言：“具信故依法，具慧故知真，此二主为慧，前行即信心。”有了信心以后，我们才会希求佛法；有了智慧以后，才能通达人无我、法无我，或是佛教中四法印的道理等。而在智慧和信心这二者中，智慧是占主要地位的，因为依此可通达万法世俗谛和胜义谛的真相。但要入于这样的境界，必须依靠信心来推动，就像《宝性论》中所说，殊胜的胜义空性也要依靠信心方可证悟[[26]](#footnote-26)。如果你点滴信心也没有，绝不可能入于佛法之门；假如你信心很不错，像有些老修行人、老居士一样，那即使不具足通达万法的智慧，也永远不会在佛法的光明中退转。

一个人若对上师有信心，五年前在上师身边，十年后还会在上师身边，纵然有时受赞叹、有时挨批评，经历了各种风风雨雨，但怎么样都能挺过去。假如你没有信心的话，今天上师说你的饭做得不好——“哼，不好？那你就找个做得好的人吧！”马上背着包就走了。其实，依止上师也好、为众生发心也好，心眼不要太小了，稍微说一点点，立即就离开，这样不是很好。我们所住的娑婆世界，又名具诤世界，在这个世界中充满各种争论、你争我夺，不比极乐世界每天都是散鲜花赞扬，故要学会修安忍。有些人忍耐力特别弱，别人稍稍说一点，从此再也不理他了，更有甚者，再也不去那个道场了。有些发心人员也如此，别人说他这样做不好，他马上甩手不干了，把工作交待一下就离开。这种人真的很可怜！

要知道，发心或修行十分圆满的人，肯定会遇到很多很多违缘、障碍，最后之所以他能成功，就是因为忍得下来。像法王如意宝，不管是摄受弟子、建立道场、弘法利生，都曾遇到很多人不理解，甚至无端诽谤、说种种过失，但上师只要觉得自己的原则和方向没有错，就不在乎这些。所以，大家今后学习也好、弘扬佛法也罢，有坚强的忍耐心非常非常重要，这也是信心的一种标志。看过《中观宝鬘论释》的人都知道，里面讲了智慧的标志和信心的标志，其中，不会离开法、不会离开上师，就是具足信心的标志。

因此，有信心的人最好不要离开上师，也不要离开法。倘若你今天学这个，明天信心就退了，把法本寄回去，又跑到另一个道场去，如此反反复复、来来去去，终将一无所获，没有多大意义，故还是要长期依止，一门深入。所谓一门深入，并不是只看一部《阿弥陀经》，此外什么都不能看，而是对所依止的法门和宗派不要换来换去。不然的话，你依止一位上师，他的仪轨好不容易学下来了，结果又看见更胖一点的上师——“这个上师多庄严、多可爱啊！我闭着眼睛，对他都有无比的信心。今天一定要在他面前，五体投地皈依、祈祷，他是我永远的怙主！”可一两年以后，这个怙主又变了，这样不好。

5、喜爱恶行：喜爱不如法恶行之人，身口意三门桀骜不驯、刚强难化，远离闻思修行、恭敬供养三宝等一切功德，拒正法于千里之外。

有些人可能是前世的业力吧，对善法没有多大兴趣，对恶法却兴致勃勃、极有信心，这种习气很难对治。阿琼堪布在《前行备忘录》中也说：“喜爱恶行，无以对治。”这种人真的很恶劣，对行持佛法一点兴趣都没有，整天在社会上造恶业，做些不如法的行为，如上网、打麻将、喝酒、抽烟、杀生，甚至吸毒等等。《格言宝藏论》专门有一个“恶行品”，就讲了很多恶劣的行为。

喜爱恶行的有些人，也跟自己的业力有关，今生中怎样也无法调柔。如云：“恶人住林亦粗暴，正士住城亦温顺。”恶人住在寂静的山林也会显得异常粗暴，口口声声说要闭关，跟谁都不接触，可是一接触人，就差点把人家吃掉，哪怕在寂静地方住一万年，性格也没办法变得调柔。而正士即使住在喧嚣的城市里，仍然是温雅又善良，如同骏马一样，纵然身处闹市也非常温顺。

很多恶人好像没有善根一样，所有的罪业、恶行方面，他有能力、有兴趣、有欢喜心，而善法方面，一点希求都没有。按弥勒菩萨《经庄严论》的观点，这种人就是断绝解脱缘分者，如颂云：“一向行恶行，普断诸白法，无有解脱分，善少亦无因。”一心想造恶、喜欢恶行的人，完全断绝了一切善法，从而没有解脱的缘分，善法方面一点因缘都没有。但后来麦彭仁波切解释时说：所谓“一点因缘都没有”，只是低劣加否定而已，说明此人距离解脱极其遥远，并不是他永远不能解脱，否则就有不具如来藏的过失了。

对治：喜欢造恶业、喜爱恶事的人，哪怕来多少佛陀或者善知识，也很难以救度。对于这种人，有没有方法对治呢？阿琼堪布说“无以对治”。我也想不出好办法来，因为跟这些人怎么讲，他也当成耳边风，觉得自己喜欢的是最好的，所以善知识说了也没用，法本看了也生不起兴趣，这种人还是很难调伏的。一旦我们转生成这样，对佛法肯定无力希求，故也是一种无暇处。

6、心离正法：（刚才是从喜爱恶法的角度讲的，此处是从对善法没兴趣的侧面讲。）对不具备善法功德与正法光明的人来说，就像在狗面前放青草或牦牛面前放骨头一样，对闻思修、放生、听经等正法毫无兴趣，一听上师讲这些就兴趣索然，结果自相续也不会生起功德。

当然，不信佛教的人，我们暂时不谈。而信佛教的人当中，有些得到一个法本，就非常欢喜，好像获得如意宝一样，但有些人得到法本时，从表情上也看得出来，他一点感觉都没有，“没事，就放那儿吧！”这种人即使活了一百年，恐怕也生不起什么功德。《法句经》云：“若人寿百岁，邪伪无有智，不如生一日，一心学正智。”意思是说，有些人活了一百岁，但邪见伪装的不如法行为，不可能产生真实的智慧，倒不如只活一天，一心接受真正的智慧。

有些人活的时间很长，可是每天浑浑噩噩，一辈子没有什么实义，这在当今社会上数不胜数。有时候看这些人，一生只是吃饭、睡觉、与人交往，在轮回中生了又死、死了又生，一直不断地流转，自己却不知寻求解脱，真的很悲哀。如果我们跟他们一模一样，这叫做心离正法，没有修行的机会，即使你修了，也不会产生任何功德，因为一切功德和境界皆依信心、恭敬心而来，这一点很重要。比如说，你今天求密法，若觉得密法是诸佛菩萨宣说的微妙精华，自己有缘听闻极为难得，有这样一分恭敬心，那么依靠传承上师的加持，你的相续定会有所改变；如果只把它看做一般的教言，则什么利益也得不到。不要说正法，连世间参加培训班也是如此，若对老师所讲的知识一点兴趣都没有，恐怕你只是混时间而已，根本得不到任何收获。

对治：大家首先要观察自心，如果对法信心不大，一定要想方设法对诸佛菩萨和上师的功德产生兴趣；假如实在生不起兴趣，也要对法产生“这很了不起”的感觉。昨前天有个居士说：“我现在对密法生不起信心，怎么办呢？”我说：“《圣行集萃》[[27]](#footnote-27)中有《密宗大成就者奇传》，还有德钦朗巴的《莲师刹土云游记》，你去看一下。”结果有几个人看了以后说：“哎，真是很了不起啊！这些上师简直不可思议！”我告诉他：“如果你对密宗和密宗大德，不是假装的，而是真正产生‘这很了不起’的一颗心，这就是具足信心的标志。然后慢慢地，你的境界便会出现。”

现在有些人对佛法的功德生不起信心，若能多翻阅上师们的传记、多了解前辈大德的行为，就会逐渐产生仰慕之情，这个时候你的想法，跟原来的想法是不相同的。否则，你天天看电视、看报纸，脑子里装满世间乱七八糟的知识，这对今生来世没有任何意义。

7、毁坏律仪：倘若进入小乘后失坏了别解脱戒，或者趋入大乘后退失菩提心，失毁了菩萨律仪，那么只会堕入恶趣而别无出路，脱离不了无暇之处。

破戒之人今生来世都痛苦，且对将来获得佛果有障碍。如《沙弥五十颂》云：“破戒则痛苦，亦障获佛果。”所以，守一分以上的戒律极为切要。受了戒以后，应当尽心尽力地护持，假如没有护持好，自相续很容易与恶法相应。

作为凡夫人，一般不愿意被束缚，没有束缚就觉得很快乐，但这并不能成为功德的所依。《心地观经》中也说：“入佛法海，信为根本；渡生死河，戒为船筏。”如果没有守别解脱戒和菩萨戒，那么显宗共同乘的功德无法获得；如果共同乘的功德所依都没有，更上一层楼的密法超胜境界，对你来讲更是遥不可及。所以，一个人若毁坏了别解脱戒和菩萨戒，自己又没有好好忏悔、重新恢复，则也属于无暇之处。

对治：《前行备忘录》中说，倘若破了戒律，一定要如理加以忏悔。一开始受戒就没有失坏过的人，是树立佛陀法幢者，又是摧毁魔幢者；即使失毁了戒律、但能如理忏悔的人，也是树立法幢者、摧毁魔幢者。

在这个世间上，有些高僧大德、护法居士，不管是别解脱戒、菩萨戒，一直没有毁坏过，这种人就像莲花般出淤泥而不染，非常清净，来世会直接前往清净刹土。而有些人由于种种原因，戒律有所损坏，但自己有惭愧心、后悔心，后于相关所依面前又再次受戒，这也属于具戒者。否则，戒律毁坏若一直没有恢复，就不可能有真实的修行机会。

8、失毁誓言：（这是讲密乘戒。）自己接受密乘灌顶之后，就有守护誓言的要求。一旦进入了密乘，以对自己有三法恩[[28]](#footnote-28)的金刚上师，及同行道友为对境，而破了三昧耶戒，那么不仅会自食恶果，而且也将殃及他众，当然也就断绝了成就的缘分。

密宗的誓言有千千万万，有些教言里说，把石头、土粉等执为自相实有也是破誓言。但有些上师认为，不执著的凡夫人是没有的，如果是这样，那凡夫人中不会有清净誓言者。所以，法王如意宝为主的很多上师说，从不严格的角度来讲，对事物的实有执著不算破誓言。然而，你若对密宗金刚上师有严重矛盾，后来一直没有忏悔，或与金刚道友之间互相抵触，把他当成不共戴天的怨敌来对待，这就叫做破誓言。

这个一定要注意！虽然密宗有无数的誓言，包括身口意的誓言，还有二十七种誓言、十四种誓言等不计其数，但是法王如意宝每次灌顶、传密法时都强调，倘若金刚道友之间发生口角，或者不说话，按理来讲，没过夜之前必须忏悔；如果没有做到这样，平时若有互相不说话的情况，则不能进入密宗的坛城，或者共同闻受密法。

最近我在学院中，也准备给大家讲《大圆满愿文》，在这个过程中，希望道友们应该注意：假如有人互相不说话，情况非常严重的话，最好在这之前忏悔，于法师或其他人面前，彼此把事情说清楚；倘若没有这样，这两个人绝对不能进入密宗的坛城和场合中，对此我今天再次重申。因为这两天就要传法了，人多的话，会不会有这种情况也不好说。虽然在我心目中，我们这里的金刚道友和睦相处，应该不会有这种现象，不过有时候也很难讲。希望我这次传密法，最好不要有；一旦真的有，后来被发现的话，要么我停止传法，要么你当场离开，肯定会这样的。

当然，你跟其他人有没有严重矛盾，这一点也没必要问别人，自己应该最清楚。如果有，你应亲自找他一下：“我们俩是不是不说话？我看见你的时候，你好像经常绕着我走。那天我上来时，你正好下来，一见到我，就从那边过去了，你是不是对我有意见？假如有意见，这几天我俩说话好不好？传完法以后，我们再看看，否则可能听不到法了。（众笑）”的确，上师如意宝一再讲过，尤其对上师和道友有矛盾的，绝对不能听密法，历来都是如此，这个大家一定要记住！

上述这八种无暇远离妙法，也称为“解脱灯灭”，一旦具足这些违缘，解脱就没有希望了。所以，作为有正知正见的修行人，务必要仔细观察，千万不要让这些邪行与自相续并存。若能如此，行住卧一切行为都会快乐，不仅今生快乐，乃至生生世世都不会有任何隐患。如佛经中云：“勿随邪业，行住卧安，世世无患。”《法华经》亦云：“长夜安隐，多所饶益。”因此，修行好的人，包括他的面容、语言等，都没有什么忧愁，而修行不好的人，始终会有焦虑、痛苦、悲哀、伤心。所以，大家要想尽办法令佛陀的教诲甘露与自心完全相应，这样一来，才会过着快乐悠闲、非常有意义的生活。

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

# 第二十四节课

思考题

107、判断一个人修行好坏的标准是什么？请说明理由。

108、怎样做才不会草率进入形象上的修法？假如你周围有人注重表面上的修法，你会如何引导他走出误区？

109、在修行过程中，什么才是真正的魔障？你对此有哪些认识？

110、为什么说暇满中只要有一种不齐全，就不具备真正修法的缘分？请用比喻加以分析。

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！

这次讲《前行引导文》，讲得比较广，时间上会很长，内容上，我也尽量增加一些自己所了解的，对你们修行有利益、有帮助的教言。所以大家一定要把《前行》放在重要位置来学，更重要的是，必须要实地修行。尤其在今年的学习中，务必要对共同加行部分生起定解。

以前在藏地或汉地，虽然《前行》有人讲，也有人学，但真正带着实修的，却比较罕见。因此，经过长时间考虑之后，我决定花一定的时间带大家修行。否则，光是口头上会说，而没有将每一句贯彻到相续中去，想要调伏烦恼相当困难。所以趁这个机会，我再三要求有机缘、有时间的道友，以闭关方式好好地修，尤其是对人身难得、寿命无常、轮回过患、因果不虚这四加行，一定要打下非常稳固的基础。当然，这个基础能否打好，关键也要靠自己，而不是用一种制度约束你，用强迫的手段逼你——这样或许有点作用，但最重要的，还是你能自觉修行。

倘若没有打好前行基础，表面上修任何法，暂时可能有一些验相、些许成就，但在今生来世的重大问题上，由于你相续与四加行不相应，故很难得到真实利益。这一点是可以肯定的。毕竟我们学佛那么长时间了，就我个人而言，虽说不是真正的修行人、大成就者，但对佛教经论、尤其是宁玛巴教法，算是比较了解的，有时候也观过心。通过长期的经验和观察，我切实体会到，若没有真正了解前行法，长时间串习每一个道理，修行不可能圆满成功。如果离开了前行，你依止多少上师、看过多少法本、学了多少宗派，也只是在自相续种下善根而已，要断除轮回之根非常困难。

所以，这次有了修行因缘，大家千万不要放过。你暂时不关注其他法也可以，但一定要把自己的心放在人身难得、寿命无常等修法上。前段时间，我在二十几堂课中，附带讲了《大圆满心性休息三处三善引导文》的实修法。如今人身难得虽已观完，但我要求再继续观修两三个月，此外磕大头也在进行着。今年和明年中，我的原则是：专门给大家空出时间，让金刚降魔洲和菩提学会的道友们，把主要精力放在修行上，同时也要不间断闻思。

人身难得，转瞬即逝，希望大家用这两年的时间，对共同加行真正有所体会。假如只是停留在口头上、书面上，不要说知识分子，即便是三四年级的孩子，一看内容也讲得出来。东北那一带就有许多学佛的小学生，《大圆满前行》可以随便讲，比我讲得好多了。不过我相信，他们修行肯定不如我。尽管我修得很差，但至少一直在修，而他们只是口头会说人身难得、八无暇是哪些，与内心却没有一一对照，看自己到底具不具足——不具足，要想尽办法使它具足；具足了，则要观察它是暂时具足，还是有生之年不会离开。这些不共的观修方法，有修行经验的人才会有。

因此，我近期要求你们，包括为僧众、为众生发心的道友在内，每天早上要观修人身难得。这一点并不困难，只要对佛法生起了定解，就不会喜欢睡懒觉，也不会忙于其他琐事。你过去之所以贪执那些，就是没有对来世存在、人身难得生起坚定的信念，所以总找各种理由不学佛，即使学了，也只是敷衍了事。这是值得羞愧的。我就认识一些居士，天天用“忙”为借口，把学习佛法推掉，既然他们没有学，修行更不用说了。

现在全世界学佛的本来就少，即使学了佛，大多数也是流于表面形式，真正依次第修行的屈指可数。很多人一开始就高攀大法，平时谈论的也是：“你得过上师心滴灌顶没有？得过大威德灌顶没有？……”在他们心目中，获得大灌顶就意味着即生成就，可马上飞往清净刹土，今天去极乐世界，明天去红色铜山，这样飞来飞去，非常快乐自在，却根本不想从基础修起，不知道前行法才是最重要、最根本的。

不久前，我给大家传了“项袋金刚橛”，很多人的信心倒不错：当天，学院里的金刚橛卖完了；第二天，色达县的金刚橛卖完了；那时正好放假，据说成都武侯祠、北京等地流通处的金刚橛，也被统统请光了。甚至有些出家人，像康巴汉子别着藏刀一样，把长长的金刚橛别在腰间——这说明你们在这方面很耽执。尽管金刚橛的功德不可思议，但有些人真的很可怜，什么是金刚橛都不知道，如何修生起次第、圆满次第也不明白，只是觉得这个好看，用它可以降魔，凡对自己制造违缘的，就穿破他的肚子——是不是这样想的？我没有他心通，具体也不清楚。

遗憾的是，没听说谁对《大圆满前行》有这么重视，觉得这是一生中最重要的法本，出门时也随身携带，有时间就翻一翻。这样的人恐怕没有，不信可以举手看看。所以你们对前行的重视程度不够，跟我们学佛完全不同：你们是利根者，从果往下来；而我们是钝根者，最初遇到《大圆满前行》，就从人身难得开始修，让这些境界一点一滴生起来。但事实证明，由于有了前行的基础，至今二十多年过去了，我们还是呆在学院中，而当年和我们共同出家的，因为喜欢高攀大法，最后修行一败涂地。

所以，大家应当把握好这次机会。我自己虽然修得不好，但还是决定亲自带你们，安排的时间也相当长。在这么长的时间里，希望每个人对共同加行打下稳固的基础。人身真的很难得，在这么短的一生中，有多少机会修这个法？恐怕并不多。也许在你们这辈子中，广修前行是第一次，也是最后一次。而我带你们修，也是如此。

在修的过程中，大家要真正生起一种觉受，明白人身确实难得，这不是假装的，要从心坎深处有感而发。若能产生这种感觉，看到芸芸众生不学佛时，就会觉得他们很可怜，自己也会利用这个人身精进修行，不会让它白白空耗——这就是我的目标。我自己是低劣的凡夫人，不敢承诺你们修了前行后，几百人会当下开悟，马上成为一地菩萨。再说末法时代，果期早已经过了，也不可能如此。但只要每个人打下扎实的基础，修行在有生之年就不会变来变去、退来退去，这对生生世世也是极殊胜的缘起。

在汉地，我有时跟学佛多年的居士、出家人交谈，往往听不到对来世的关心，听到的只是今生利益，或者神通神变，甚至一讲到政治，他们许多术语就自然流露出来，而提到佛法，尤其是甚深因果，基本上都不说话了。这种现象不太可取。因此要知道，我们学习佛法，为的是把佛法融入内心，而这一点，也正是历代上师传承佛法的目的所在。

下面开始讲课。《前行》每天讲得不一定多，讲的过程中，我经常在中间顺便发挥，可能有内容不通顺的，也有次第不连贯的，但华智仁波切的《前行》具有相当殊胜的加持，希望你们常常带在身边。如果说学习《入菩萨行论》，让我们从总体上对大乘有所认识，明白了发菩提心的功德和利益，那么学习这部《大圆满前行》，将会令我们在对治烦恼、断除我执方面，更具有实修性窍诀。同时，依靠传承上师的无形加持，因缘聚合之时，我们相续中必定会生起慈悲、智慧等一些暖相。

接下来继续讲：

如果没有善加观察无垢光尊者讲的十六种无暇，那么在当今乌烟瘴气的五浊恶世，众生的见解、行为日趋低劣，表面上看很多人暇满无不齐全，也持有出家人或居士的外相，然而，包括高高座上的大法王、精美伞盖下的大上师、久居深山的苦行者、云游四海的舍事者等自我感觉良好的人在内，一旦落入了这些无暇的控制中，即使矫揉造作地修法，也终究不能迈入正道。

这一段非常的重要！倘若没有好好观察，许多修行人会自欺欺人。他们自认为不一般——不是一般的居士，不是一般的出家人，而是高高在上的大上师、大法王、大活佛、大成就者，一生处于众人的恭敬、赞扬、鲜花和掌声中，被视为真正的善知识。可是，假如自相续被十六种无暇所束缚：要么愚昧无知，要么五毒粗重，要么失坏律仪、毁坏三昧耶戒……那不要说度化众生，他自己都没有步入正法之门。

现在汉地有些居士对我非常恭敬，但我时时观察自己，很清楚自己到底是什么样的人，所以，那些人很可怜，我也很可怜。类似的事情肯定还有许许多多，只不过自己没发现而已。例如，我们住在僧团中，戒律却不清净；坐在法座上，对僧众的事情安排不好……在这种情况下，来世势必只有一条路，就是堕入恶趣，也许是地狱，也许是饿鬼、旁生。

其实，修行人堕落的现象非常多。《五台山志》中就有一则真实的故事：在唐朝，五台山有位叫法爱的和尚，他做监寺二十年，私下以僧众的财产买了一大片地，留给弟子明慧。法爱死后，生在明慧家做牛，力大能独耕。三十年后，牛老了，庄头准备卖掉它。当晚明慧做梦，梦到去世的师父哭着说：“我用常住僧物为你置办田地，现在堕落为牛，既老又瘦。愿你剥我皮做鼓，再把我的名字写于鼓上，凡有礼拜念诵，当击这面鼓，我的苦才有解脱之日。不然，这块地变成沧海，也未必能脱免。”

第二天，那头牛自己撞死了。明慧非常害怕，马上集聚僧众，把事情具体向大众说了。并按梦中嘱咐，把牛皮剥下做鼓，再把师父名字写在上面，而且变卖田地，将所得钱财供养僧众。后来，这面鼓被送到五台山文殊殿，叫“人皮鼓”。可以想象，法爱在生前肯定受人尊重，可死后为何堕落为牛呢？就是因为他没有人身难得、业因果等观念，以致肆无忌惮地做了很多恶事。

《高僧传》中还有个故事说：拾得[[29]](#footnote-29)曾在国清寺放牛。一天，寺院的僧众在做布萨[[30]](#footnote-30)，拾得赶牛到堂前，站在门口拍手大笑，扰乱戒堂，被一位和尚杖逐出去。

拾得说：“我从今以后，再也不放牛了！”

有个和尚问：“你不放牛，要做什么？一个人总不能只吃饭而不做事。”

拾得说：“是啊。这些牛，就是只吃饭而不做事的人转世来的，它们前世都是本寺大德和执事。”

众人都不相信。于是拾得当着他们的面，一一吆喝那些牛：“弘靖律师站出来！”一头白牛作声而至。又叫：“典座光超站出来！”一头黑牛应声而出……僧众见此都惊骇不已。

拾得指着这些牛，说偈道：“前生不持戒，人面而畜心，汝今遭此咎，怨恨于何人？”僧众听后胆战心惊，方意识到因果确实不虚，从而改往修来。

也许有人怀疑：“修行人是否很容易堕落，而一般世间人则不会呢？”并非如此。其实一般世间人更危险，因为没有修行机会，造的恶业更是可怕。

要知道，如果没有生起人身难得之心，就会牵扯到后面的修行，乃至延误生生世世的重大问题。所以，我们首先慢慢去观察很重要，对前面讲的十八种暇满，应像小学生做作业那样一一分析，看这个具不具足、那个具不具足……这就是所谓的修行。有些人这样修时，好像感觉不到什么，这说明你没有专心。假如你将每个道理与自相续逐一对应，必定会对佛法产生信心。所谓的修行，并不是闭着眼睛，非要看到有面有相的本尊，刚才讲的就是真正的修行。

有些人对共同加行的修行能力特别差，前段时间修是修了，但没有什么感受，这说明你的修行只是表面形式，今后很容易变质、甚至退失。因此，大家绝不能匆匆忙忙、草草率率提前进入形象上的修法，必须要仔仔细细观察，看自己到底具不具足三十四种（18+16=34）暇满的自性。

我们这里有些道友，出家时特别迫不及待，本来按规定要观察四个月，但他过了两三天后，就一直在催：“我可不可以现在出家啊？我实在是忍不住了，您能不能早一点给我剃了？”结果还不到两三个月，他就剃了头发，然后特别高兴：“谢谢您，好舒服啊！我现在没头发了，可爱吗？”他觉得没有头发就是出家的标志，却不知内心中真正生起定解，才是最关键的。有些地方还非常重视办皈依证、取法名、做仪式，虽然这些外在形式也需要，但最根本的，是要先好好观察，看自己是否具足十八种暇满，及无垢光尊者所讲的远离十六种无暇。

因此，希望大城市里的人，通过这次学习要真正认识到，自己有些修行不过是形象而已，法并没有融入于心。其实，法融入于心的感觉，与只追求表面形式完全不同，这一点从很多大德身上也看得出来。他们一旦生起人身难得的理念，无论是说话、做事、言谈举止、日常威仪，对后世的修法相当重视，根本不会忙于世间琐事，也不可能爱看电视、电影、动画片，对他们而言，这些散乱的形象完全是骗人的，没有什么实在意义。

当然，末法时代，具足上述暇满相当困难，如果一个人真正具足了，实在是值得高兴的事。可是大家扪心自问，你自己观察过没有？假如以前没有观察，从今天起，务必要将这些与自己一一对照。这不是口头上说说，也不是我自己从来不观察，只是一味地要求你们，像无垢光尊者在《三十忠告论》中所云：“呜呼虽知无修自欺自。”而是遇到这个法门之后，一直到现在我经常观修。否则，只说而不做的话，方向就已经搞错了，修行很难出现奇迹。倘若具足了这些暇满，我们一方面要值得欢喜，同时应当诚心诚意地想：“如今获得了如此难得的暇满人身，我一定不能白白空耗，必须要尽心尽力地修持正法。”

这个人身的确非常难得，从因方面来说，需要守持清净戒律、具足清净信心，如《中观宝鬘论》云：“由信离无暇，依戒生善趣。”从缘方面来说，必须具备布施、发殊胜愿等因缘。从比喻方面、体性方面看，也都极不容易获得。今生有幸得到这个人身，要想来世转生善趣，则要护持清净戒律，而要断除无始以来的贪嗔痴烦恼，就一定要修行。正如世亲论师所言：“为得善趣戒重要，为离烦恼修重要。”有些人总抱怨自己烦恼深重，看了很多书、读了无数遍《金刚经》，贪心、嗔心还是有增无减，这是为什么呢？就是因为没有修行。如果你真正修行了，相续中的烦恼绝对会远离，这是一个必然规律，因为二者是相违之法，就如同火非常猛烈时，微小的寒冷自会驱除一样。

因此，大家要发自内心对修行有强烈意乐。华智仁波切说过，正法就在身边，不必外求。有些人修法始终不成功，到这个上师那里去、到那个上师那里去，今天在这个寺院求法、明天又到那个寺院求法，有时候听他们的故事，我只能默默地笑。为什么呢？因为他基础没有打好，从来也没有向内观，只是一味向外求法，那不管到哪里去，肯定都没办法修成。其实，每个人修行都能成功，关键要看能不能下功夫。比如，你对观修人身难得，下了一定的功夫，那么再过几十年，修行若仍能保持稳定，没有什么法是修不成的。但如果你修行马马虎虎，修一点点就半途而废，平时没有耐心、恒心，那修什么也修不好。

尤其在闻思修行的过程中，故意断传承，或者不愿意修行，就是所谓的魔障。以前莲花生大士对空行母益西措嘉传过一个殊胜教言：“凡是对修行做障碍的，不论影响内心也好，制造外缘也罢，都是魔障。”譬如，你本想听一个传承，有人劝你不要听，应该离开这个地方，这就是一种魔障。魔障不一定非是面目狰狞的恶魔，有时候它也会显现为语言亲切的道友，或者慈悲体贴的上师，表面上对你非常关心，你听到他的话语后，三四天都睡不着觉，心里非常舒服、温暖，一闭眼就浮现出他的音容笑貌。但如果对你的修法造成违缘，那不论他是什么形象，按照莲花生大士的教言，都叫做魔障。道友们对此理当谨慎！

言归正传，刚才说了，我们必须要观察自己是否具足三十四种暇满，假设没有具足，就应全力以赴使自己具足，务必要集中精力来观察自相续有没有此等暇满的功德。

当然，这不是观察一两天就可以了，而是在有生之年、随时随地都要观察。很多老修行人真的是我们的榜样，他们修行并不固定时间或环境，在深山里，每天不断地念功课、修法；到城市中、医院里，这些仍然从不间断。任何环境、任何时间，对他来讲都没有影响。可是有些道友，在寂静山里的时候，修行挺不错，就像玻璃做的阿罗汉一样，非常稳重、如如不动，而到了大城市以后，好多天都不做功课。你们这次出去的人也想一想，原来要求每天念《普贤行愿品》、发菩提心仪轨，但听说有些人下山以后，两三天中根本没有诵经，这说明环境对你的影响很大，你的修行并不精进。说实话，我很喜欢修行不受环境和时间影响，就像吃饭一样，无论处于何时何地，都坚持自己的修行，这才叫真正有恒心。

总之，上面所讲的暇满道理，大家一定要时时观察，甚至这些暇满中只有一种不齐全，也不具备真正修持妙法的缘分。如同开车一样，纵然司机技术很好，其他因缘也都具足，但如果前轮坏了，或者没油了，车也无法安全行驶。现在有些人修行不成功，就到处打卦算命：“为什么我最近修不上去？验相出不来？本尊不现前？”实际上，这是因为你因缘不俱全，而在所有因缘中，三十四种暇满是最关键的，假如其中一种不具足，你的修行因缘也会中断。因而，你没必要问东问西，问题肯定出在这上面，如果这上面没问题，那你修行绝对顺利。所以，掌握这些窍诀也很重要。

其实，就算成办世俗中的一件平凡小事，也需要许许多多因缘聚合，那作为长远目标、成办自他二利的修行正法，又怎能不需要具足众多因缘呢？打个比方说：在古代藏地，出远门常会在途中烧茶，烧茶的过程中，需要具备茶器、水、火等众多因缘，其中单单生火也是一样，必须要有火燧[[31]](#footnote-31)、火石、火绒等许多条件。（我小的时候，藏地大多数人用火器来生火。火器包括：火石——一块小小的白石头；火绒——草地上的一种白花，秋天晒干后，揉成非常软的绒状物；以及火铁。藏人把这些装在口袋里，需要引火时，就拿出火铁与火石摩擦，火星散落到火绒上，马上会冒出烟，然后再加一点草或纸，火就开始燃烧起来。）如果仅仅是火绒不具足——用完了或被雨打湿了，就算火石、火铁样样齐全也无济于事，只好从根本上放弃烧茶。

同样的道理，假如这些暇满的功德中，仅仅是一种不具足，也不具备真正修法的机缘。比如，你烦恼粗重的话，在一个团体中，本来修行好好的，后来烦恼无法控制，自己开始发脾气，跟金刚道友不和，然后就离开了，从此，你后面的一层层修行只能全部放下来。所以，有智慧的人只要一观察，无论从自身的经验还是别人的经历，都可以看出这些条件缺一不可。

一旦失去了修法的机缘，的确非常可惜，所以，我们现在具足顺缘、自由自在的时候，一定要把握机会，以免将来后悔。月称论师在《入中论》中有个偈颂，上师如意宝特别喜欢，如云：“若时自在住顺处，设此不能自摄持，堕落险处随他转，后以何因从彼出？”意思是，如果在自由自在、具足人身顺缘的此时，没有以正知正念摄持根门、调伏烦恼而精进修持，一旦堕入地狱、饿鬼、旁生之险处，到时全然随他力所转，又将以何因缘从中度脱出来呢？大家对此教证要反反复复思维。

有些人常说：“我太忙了，没有时间修行。”其实只要你珍惜人身，修行时间肯定抽得出来。否则，光阴荏苒，稍纵即逝，如经云：“人身难得而易失，光阴易往而难追。”一旦浪费了这个人身，或者以此人身造下恶业，今后想重新获得则难如登天，《梵网经》也说：“一失人身，万劫不复。”

所以，我们要依靠善知识的教言，和圣者的殊胜窍诀，有种自我挽救的心态。每个人都观察一下，看自己要不要修人身难得？不修的话，表面上听法是不够的。听与修有很大差别，了知与感受也有很大差别，若想将这些差别区分开来，自己必须要实地修行！

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

# 第二十五节课

思考题

111、如果详细观察自相续，为什么说即使单单具足十八暇满也有很大困难？请具体说明。

112、除了转生为猎人、妓女等以外，什么样的人也叫做业际颠倒？你是否属于这一行列？

113、作为一名佛教徒，大小乘的信念如何在相续中生起？假如这一点力所不及，那最起码要做到什么？你做到了吗？

114、请引用比喻说明：暇满人身极其难得。并细心体会此比喻的含义，以令自己生起暇满难得之感。

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“人身难得”中暇满之自性：

通过以上学习可知，如果详详细细观察自己有没有远离十六无暇、具足十八暇满（八种闲暇、五种自圆满、五种他圆满），就会发现即便单单具足十八暇满，也有相当大的困难。而在十八暇满中，八种闲暇虽容易获得，比如自己没堕入三恶趣，也没有生于长寿天，依靠人而安立的四种闲暇也不难具足，但完整无缺具足十圆满的人恐怕寥寥无几。

为什么呢？

首先，从五种自圆满来分析：尽管对大多数佛教徒而言，获得人身、诸根俱全、生于中土并不难，但如果业际颠倒（变成妓女等低劣种姓，或不信因果的持邪见者）、不信佛教，那五种自圆满中就只具备三种了。如同车有四个轮子，倘若三个轮子都具足，而前轮爆了的话，不可能在高速公路上奔驰。同样，假如其他三圆满都具足，但相续中生起了邪见，或者不信仰佛教，那学佛一事也无法成办。

退一步说，如果具足了四圆满，业际颠倒与不信佛教中只有一者不具足，这行不行呢？也不行。尤其是生为业际颠倒者，即使没有造诽谤佛法、摧毁佛教等滔天罪业，但假设身口意三门无恶不作、为非作歹，或修行、念经、转绕、朝拜神山等一切所为只为了今生利益，那虽然被称为贤者、智者，实际上也属于业际颠倒之人。

我见过有些所谓的高僧大德，他们言谈举止中，关心的全是眼前的事情，一提到来世，脸上就流露出不在乎的神情，认为即使来世存在，也不应该为此奋斗，而应当为了现世奋斗，如今有这种想法的大有人在。而作为一般老百姓和普通信众，多数学佛也是为了求平安、家庭和睦、升官发财，所作所为唯一贪执今生利益。若如此，即使你是大和尚，或者大居士、大施主、大慈善家，实际上也入于了业际颠倒之流。为什么呢？因为你的目标只是今生，相续中不可能有出离心和菩提心。

在座的道友们，无论是出家人还是居士，每个人都想一想：自己学佛到底是为了什么？倘若只为了今生保平安，逃避现实的一些困扰，或者没有任何目标，在无记状态中得过且过，从不希求来世解脱，这样的话，就算你被公认为了不起的智者大德，实则连十圆满中“业际无倒”这一条也不具足。

这一点，或许很多人都难以避免，故务必要再再思维。这次讲《前行》确实很重要，非常希望汉地信众要懂这个道理。形象上的学佛、做法事，我们不大赞叹，我们赞叹的是成为名副其实的修行人，否则，一生中全是为了今生利益而奔波忙碌，这没有太大意义。

上师如意宝常谆谆教诫说：“今生和来世相比起来，我更重视来世。虽不敢说百分之百是为了来世，但大多数都是为来世的解脱做准备。”所以作为一个修行人，对来世的重视应当大于今世。你们不妨也看看自己：追求的目标是今生还是来世？在这二者之间，你打的是什么符号？大于号、小于号，还是等于号？

“希求今生就是业际颠倒”这句话，对很多人来讲也许是当头一棒，理应值得深思反省。一个人若不懂得自我反省，就跟旁生没有差别了，旁生除了吃草喝水，根本没有思维辨别能力，可是人对自己的所作所为一定要观察：“我出家这么多年了，求学的目的究竟是什么？”假如只为了今生，那就是业际颠倒者，绝不能这样。以后为了来世的解脱，还是要做些准备，否则，只盯着人生几十年，目光就太短浅了，应该想到：我是希求解脱者，名闻利养没有什么价值。

然后，从五种他圆满来分析：五种他圆满中，虽然佛已出世、传讲妙法、佛法还没隐没，但如果自己没有皈入佛门，一种圆满就不具足了；既然没有皈入佛门，善知识慈悲摄受也就谈不上，这样一来，两种圆满都不具足了。五种他圆满中若只剩下三种，学佛绝不可能成功。

有些人虽已皈依佛门，被善知识也已摄受，可是心经常反复不定，一旦对法失去了兴趣，天天靠外力来约束，也是不现实的，到了一定时候，你的“老虎皮”就会脱掉，显露出原有的丑陋面目。因此，在座的法师也好、居士也好，内心中对法要有所认知，否则，整天都依赖上师或道友提醒，自己却没有坚定的信心，最终会不会从佛教团体中退出也不好说。

尽管你皈入了佛门，若只是表面上得点法，也算不上是真正的佛教徒。很多人认为，自己办了皈依证、取了法名，在某某上师面前得过灌顶、求过法，就是实至名归的佛教徒。其实这也不一定。为什么呢？因为大乘法和小乘法并没有落实到你的行动上，你内心中尚未生起这样的信念。所以，你自认为是佛教徒，也不一定是佛教徒。

我以前在某地坐出租车时，问那个司机：“你信不信佛教？”他说：“信啊，我很信佛教。”我说：“怎么看得出来？”“你看，我车里挂着观音菩萨像，这说明我信佛。”我又问：“除了这个以外，你还有没有什么让我相信的？”“没别的了。反正我就是求观音保佑，所以是佛教徒。”从严格角度来讲，他并不是佛教徒，因为他连观音是神还是佛菩萨都不清楚，求观音菩萨的目的是什么呢？就是让自己多载些客人，每天多赚一点钱。

世间上这类现象比较多，包括出家人中，可能也有混饭的。有些人在社会上遇到种种挫折后，才加入佛教群体，但他对佛陀没有敬仰、对轮回没有出离心，这种人是不是佛教徒呢？只是名相上的佛教徒，实际上并不是。很多人喜欢说“真理永远是真理”，但这个真理是名相上的，还是实际上的呢？如果是名相上的，那肯定不是真理。同样，名相上的佛教徒，也不是真实的佛教徒，为什么呢？因为在他相续中，大小乘的信念并没有生起来。

从小乘角度来讲，作为真正趋入解脱道者，必须要了知轮回一切无有实义，如梦幻泡影，《法华经》云：“三界无安，犹如火宅，众苦充满，甚可怖畏。”若有如是定解，则生起了无伪的出离心。当然，这种信念并不是口头说说，而要从内心中真正发起，就像监狱里的犯人想早日脱离那种环境一样。我们在轮回中，无论是人道、天界，若能生起这样的意念，才算真正发起了出离心。

只要能通达轮回虚幻不实，不管是依靠上师的教言，还是其他善知识的威力，什么途径都可以。从前有位出家人，跟一个幻化师是好朋友。有一次，他们在喝茶闲聊中，出家人对幻化师说：“我想看看你的幻术，能表演一下吗？”幻化师不置可否，出去牵了一匹高头骏马，说：“你想要这匹马吗？我可以卖给你。”出家人一看，这马果然不错，忙问：“这么好的马，要卖多少钱？”（藏地很多出家人特别喜欢马，就像现在有些出家人特别喜欢车一样。）幻化师说：“你先骑一下试试马的好坏，然后再谈价钱。”出家人未加思索就骑上了马，幻化师把缰绳递给他，在马屁股上使劲一拍。马像箭一样冲了出去，跃过高山谷地、草原河堤，穿越千山万水，走了几天几夜，最后把他摔在了一个陌生的旷野上，头也不回地消失在前方。

出家人跋山涉水，艰难地走出了旷野，来到了一个村庄。在这里因为人生地不熟，他当过乞丐、做过仆人，受过许许多多苦，像狗一样流浪了许多日子。后来，他还俗和当地一位姑娘成家，生了三个儿女，在饱尝了无数担心和折磨后，孩子们被渐渐养育成人。没有想到，儿女稍大之后，个个都不孝顺，不听父母的话，令他非常苦恼。为了照顾家庭，他还不得不出去打猎，全然不顾痛苦和罪过。就在这样的岁月中，他渐渐变老了。

有一次，他照例上山去打猎。走了很久之后，在山坳里发现一头刚产下幼崽的母羚羊，身体十分虚弱、动弹不得。他非常无情地杀害了它们，然后以枪作为拐杖，一瘸一拐地背着羚羊尸体往家走。

走到家的河对岸时，小儿子看见他带着猎物回来，非常高兴，一边喊着爸爸，一边兴冲冲地跑过来，不慎一个失足从桥上掉了下去，立刻就被湍急的河水冲走了。哥哥、姐姐看见弟弟掉到河里，赶紧跳下去救，结果也被河水卷走。妻子目睹这一切，大哭大叫，不顾一切地跳进河里……眼看一家人转眼间都被河水冲走了，他伤心欲绝、昏倒在地，不知过了多久才清醒过来。他倚着枪想站起来，却又倒了下去。

就在这时，突然间他感觉像天亮般清醒过来，一看自己正在朋友家里，拿着一根棍子，倒伏在地。幻化师笑着对他说：“起来喝茶吧。”他爬起来，发现刚才倒的那杯茶还是热的。他感到十分惊讶，在短短几分钟的时间里，竟然经历了一生的坎坷和沧桑！他无法相信这一切，愣了好一会儿才回过神来。回想这些幻觉带来的酸甜苦辣，他深深感到轮回毫无实义，生起了强烈的出离心，毅然抛开眼前的一切，一心一意隐入山中精进修行，最后成为伟大的开悟者。

所以，依靠幻化可以认识轮回的本性。我看很多道友到了城市以后，特别喜欢看电视，通过电视里的故事，他也许会认识到轮回的本性，也许反而产生贪心、嗔心等烦恼。不管怎么样，相续中真正生起出离心时，对世间一切的一切，名声也好、地位也好、美丽可爱的对境也好，绝不会生起羡慕之心，这是小乘最基本的要求。而身为步入大乘道的行者，还必须生起无伪的菩提心，发愿利益天下无边的一切众生。

对我们而言，尽管生起真实的出离心和菩提心有一定困难，但最起码，也要对上师三宝有纵遇命难也不退转的坚定信心。若没有这种决心，仅仅是装腔作势地诵读经文、身上穿着僧衣等等，也不一定是真正的佛教徒。

上师如意宝以前传《文殊大圆满》时讲过：皈依的含义，用世间话来说就是投降。表面上这个词似乎不太好听，但实际上你与烦恼作战的过程中，假如始终觉得：“三宝是我终生的依怙，今后无论快乐、痛苦，我的一切全部交付您、委托您，除此之外也不依靠谁，唯一您才有能力救护我。”有了这样一种信念，然后向三宝诚心投降，就是所谓的皈依。

这种皈依的决心，不论何时何地都要有。有些人皈依，只是办个证、取个名而已，稍微遇到一丁点违缘，随时可以舍弃三宝。这时候不要说皈依，连出家僧衣都可以脱掉，这是非常可怕的。

拉萨一带有位格鲁派的格西，叫阿旺彭措，被人们称为“兰仁巴[[32]](#footnote-32)”。他前几年刚圆寂了，留下的著作有好几本，我曾有幸拜读过，里面的内容很感人：1959年，他和七个弟子在一个山洞闭关时，被莫名其妙地逮捕并关进大牢。于监狱做苦役时，领导命令他必须脱掉僧衣，但他坚决不肯，说：“我可以把命给你，可出家僧衣绝不会脱下。”到了六十年代，尤其是“文革”期间，红卫兵逼迫他带头烧佛经，他当众说：“你们可以逮捕我、枪毙我，但作为一名僧人，让我烧经毁佛，做不到！”在那样恶劣的环境中，他表现出不屈不挠的勇敢意志，实在令人钦佩。

而我们呢，现在过得快快乐乐时，觉得自己是不错的佛教徒，可是一旦遭遇违缘，那个时候还有没有这样的信念呢？会不会想到：“只有三宝是我的依怙，纵然为此而付出生命，我也没有任何怨言。”每个人可以扪心自问。如果没有的话，就算你剃除须发、身披袈裟，看起来非常威严，别人也说这个和尚、这个法师、这个堪布很了不起，但你也不算是佛教徒。

有些居士特别虔诚，整天念经、磕头、放生，参与众多慈善事业，尽管这些也有功德，但若对三宝的信心只停留在表面上，没有真正深入内心，那不一定是佛教徒。就像你在蚂蚁群前念释迦牟尼佛圣号，它们也能种下善根，可它们算不算佛教徒呢？并不算。所以，说实话，在座有些道友可能不是佛教徒。虽然你剃了光头，在寺院出家多年，自认为不要说佛教徒，甚至还是大比丘，但遇到一些大违缘时，你若没有不舍三宝的念头，那不一定配得上“佛教徒”这个名称。

我平时经常提醒大家，最好具足菩提心；如果不具足菩提心，也要具足出离心；如果不具足出离心，对三宝的虔诚信心也一定要具足。假如这三者都没有，那你已超出了佛教的行列，可以说最基本的约束点都没有了。

这段文字相当关键，大家务必要铭记于心，把它当作一面镜子，时时观察自己到底是大乘行者，还是小乘行者，或是一般的佛教徒？倘若连佛教徒都不是，那到底是什么啊？说你是外道徒吧，你可能对外道也不懂，这样既不是佛教徒，也不是外道徒，不伦不类的，只好属于另一种人类了。

总之，如理如实地了知、观察暇满自性至关重要。然而，现在很多人不知道暇满难得的道理，每天随世间八法转，空耗了这个人身，非常可惜。汉地有一个故事记载：在明朝，有个人叫罗洪先，他特别有才华，二十多岁就高中状元。（以前中状元极不容易，比现在考上清华、北大还难。）他为人正直，因看到官场黑暗腐败，感念人生之无常，于是辞官隐居，断然出家，世称“状元和尚”。

状元和尚在寺院出家后，假装愚钝，甘心承担最苦的杂役，劈柴挑水、烧火煮饭，无所不做，以此来磨练自己的心性。就这样过了十三年。

他出家前原有妻室，并有一子。十三年后，其子又高中状元，父子同科，世间稀有，一时传为佳话。此时妻儿很想念他，无奈他出家后音讯全无，根本无从寻起。

可能是亲人思念真切的缘故，有一天状元和尚忽然起了回家探亲的念头，于是返回家乡。及至状元府，刚站在门前，仆人以为是和尚化缘，便入室禀告夫人。夫人生性善良，让仆人施米一斗。状元和尚未接受，希望求见主人。仆人认为和尚贪心，又报夫人。夫人又让仆人出来施钱一贯。状元和尚还是不收，即索纸笔，题诗一首：“斗米千钱我不收，十三年返故乡游。儿孙自有儿孙福，莫为儿孙做马牛。”（这个偈子很适合现在许多人，他们一辈子为了儿孙操劳，自己也不学佛，天天耗费人身。其实，儿孙自有儿孙的福分，有福报的话，你根本不必为他担心；没福报的话，你操心也没有用。所以，不要一生为儿孙当牛做马。）仆人将诗稿入呈夫人。夫人见后惊讶万分，急速跑出门外，但和尚已经离去。夫人即刻派人四处寻找，再也不见其踪影。

后来，状元和尚投归福建龙裤禅师，朝禅暮净，终于大彻大悟。他感念世人之迷茫，遂作《醒世诗偈》，广为流传。记得其中一句是这样写的：“劝君早办修行路，一失人身万劫难。”可见，人身难得的教言，在汉传佛教中也特别重视。

概而言之，以上讲了暇满难得的自性，希望大家好好观修。

丁三、思维难得之喻：

佛于《花丛经》[[33]](#footnote-33)、《欢喜入胎经》[[34]](#footnote-34)、《正法念住经》[[35]](#footnote-35)等经中都说过：在波涛汹涌的海面上，漂浮的木轭孔与海底盲龟之颈相遇极为困难，而得到人身与此相比，更是难上加难。

具体而言，假设整个三千界变成一大海洋，海面上有一连接耕牛角用的木材，通称为木轭，在它上面有一孔隙。木轭随着波浪，刹那不停地四处飘荡。而在海底有只盲龟，每一百年升到海面上一次。可想而知，这两者相遇必然十分困难，因为无心的木轭没有寻找盲龟的念头，盲龟也不具备能看见木轭的眼睛。（即使盲龟有能见之眼、木轭有寻找之心，在整片汪洋大海里，盲龟颈和木轭孔也很难相遇。）

这不过是一种假设，以此说明人身难得。假如真有一只盲龟和木轭孔，二者相遇虽极其困难，但也不能完全否定它们相遇，就算用因明三相推理，也举不出充分理由证明其永远无法碰到。当然，假如木轭静止于一处，有可能与龟颈相遇，然而它却一刹那也不停留；同样，假设盲龟经常游在海面，也有与木轭相遇的可能，但它每百年才浮出海面一次，所以这两者相遇相当困难。可是凭着偶尔的机缘，盲龟颈也可能正好钻入木轭孔内，而获得暇满人身比这更为困难。

大家不要认为这是一个神话，或者只是一种说法，而要用心去体会其中含义。从前，有位法师讲经时，以盲龟值木之喻说明人身难得。当时有个童子听后，内心虽有感悟，但为证明此事不虚，回家后把木板穿一个孔，掷于门旁水池中，亲自作相似之试验。不料跃身跳入池中，虽经时时低头抬头，欲钻入木孔，但因水漂木荡，始终未能做到。

此时他越发对佛语生起信心，暗自思维：“深广大海惊人浪涛，浮木孔小，盲龟无眼，而且百年才出头一次，二者相遇简直是不可能。我如今池狭浪小，又有两眼，数数出头，仍无法值遇木孔，更不用说大海中的盲龟了。”于是说偈云：“盲龟遇浮木，相值甚为难，恶道复人身，难值亦如是。我今求出家，愿离三有狱，恒时善修习，必使得解脱。”（此偈就像大成就者的教言一样，写得非常好。）他后到寺院出家，一直观修人身难得，最终获得了真实成就。

对有缘者而言，佛经的这个比喻非常好，如果你到了大海边，应以此观想人身极为难得。当然，倘若你成天只是造恶业，什么佛法都不学，这个人身也不一定难得，就像米拉日巴对猎人衮波多吉所言：“本来佛说暇满人身珍贵难得，但看见像你这样的人，便会觉得人身没什么好珍贵的。”因此，造恶业的人身并不难得，而造善业的人身，才极为难得。

尤其是通过此处的比喻，要明白从恶趣中获得人身特别不容易。有些教言书中，对这个比喻作了进一步引申：盲龟，指我们这些众生；一百年出头一次，指偶尔才获得一个善趣之身；大多数时间都在海底，指长期呆在三恶趣里，即便有时得到天人、阿修罗的善趣身体，也根本遇不到真正的佛法、善知识。

所以，大家在观修时，一定要细心琢磨。你什么时候感受到了人身难得，什么时候修后面的磕头、供曼茶才会轻而易举，因为你相续中有人身难得作动力，有了动力的话，什么事情都好办。但如果没有人身难得的理念，你就会觉得做生意很重要、赚钱很重要、睡懒觉很重要。

我以前住院时，认识一个医生，她每天早上坐两三个小时的车上班。我问她：“你不累吗？路途那么远，早上两三个小时，晚上回去也两三个小时，但你每天都来得那么准时。”她回答说：“哎，虽然累一点，但还是能克服。现在工作不好找，我这个工作太难得了，再怎么累也不能放弃。只要早点起来就没事了，我每天在路边买一个馒头，边吃边坐车，没有任何问题！”

如果我们对自己这个人身，也能像她对待工作那样觉得很难得，早上肯定起得来，对忙碌的世间琐事也不会感兴趣，有了这样的动力，修什么法都没有问题。反之，假如你觉得人身并不难得，尽管法师说了、佛经里讲了，但你仍睡得特别香，日上三竿才爬起来，而且天天以工作忙为借口，把修行一直往后推，觉得自己的事业很重要，而人身修行不值一提。这种价值观就完全颠倒了，在此理念的推动下，你短暂的人生中，肯定不会好好修行。以前是忙忙碌碌的，以后也是“忙盲茫”，此外不会有“明明明”。

依据经中的人身难得之义，龙猛菩萨在《亲友书》中，曾对乐行王教诫道：“大海漂浮木轭孔，与龟相遇极难得，旁生转人较此难，故王修法具实义。”意即在大海里漂浮的木轭之孔，与盲龟相遇极为困难，而旁生为主的三恶趣众生，转为人身较此更难，所以国王你应修持正法，令此人身具有实义。寂天论师在《入行论》中亦云：“人身极难得，如海中盲龟，颈入木轭孔。”还有《正法念处经》中说：“人身难得，如海中龟值浮木孔。”盲龟值木的比喻在诸多经论中都用过，故有相当甚深的意义。大家今后见到大海、见到乌龟、见到木轭，应该想起这个比喻，经常思维人身如何难得。

不过现在的很多人，因为没有修行，只是把这当成一个神话，好像与自己无关。其实对我们来讲，这是最有关系的，每个人对此应该有一种感觉。然而没有修行过的人，文字就是文字，自己就是自己，文字的内容在自相续中无法显现，即使偶尔显现，也不可能长久留存。只有修行好的人，才能真正体会到人身多难得，于是在有生之年不愿意空耗，把一切时间、精力全部用于对来世有益的修行上。所以，大家要观察自己这颗心，假如有了人身难得的概念，那寿命无常等引导也很容易修；可是若认为人身没有什么难得，那你修行肯定不好。

鉴于此，我要求大家闭关一百天修共同加行。出关时就算你没开天眼，没看见普贤如来、文殊菩萨，也没梦到哪位法王给自己授记，但如果产生了人身难得的观念，明白不能空耗人身而要精进修行，对你一辈子的利益也非常大。因而从现在开始，大家要千方百计生起加行的境界，否则，人生几十年匆匆而过，也许你在临死时，穿的虽是出家衣服，却连佛教徒都不是，一闭眼就直接堕入恶趣，这是非常可怜的。

此外，在《涅槃经》等佛经中，佛陀还以“光壁撒豆，颗粒难留[[36]](#footnote-36)”及“针尖堆豆，颗粒不存[[37]](#footnote-37)”等比喻，对人身得之不易进行了说明，我们对此要产生深刻的认识。

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

# 第二十六节课

思考题

115、为什么佛陀说“得人身者，如爪上土；失人身者，如大地土”？你对此怎么理解？

116、为什么得到修学佛法的人身并不容易？请以现实生活中的现象进行分析。

117、名词解释：珍宝人身 普通人身

118、明白六道众生的数量比例，对你今后修行有哪些帮助？

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！

继续学习人身难得，现在讲第四个问题。

丁四、思维数目差别（修行人的数目跟不修行众生的数目进行对比，之后懂得修学佛法的人非常稀少）：

最近一直要求实修，这对大家来讲非常重要。若没有依靠人身难得的修法，断除对今生的贪执，修行定然不会成功。所以，我们首先不强调得什么高法，或者获得最殊胜的灌顶，作为初学者，刚开始一定要把加行修好，把基础打好。如果你对加行的内容有所感悟、有所体会，自然会有一种强大的力量推动你，让你不得不修其他法。相反，倘若这样的基础没有打好，表面上得了许多甚深高法和境界，但这些不一定长期存留在你相续中。这是我们的经验之谈，也是前辈大德留下来的教诲结晶。

所以，大家一定要把《前行》的内容搞懂，搞懂之后再进行思维。虽然它的文字浅显易懂、一目了然，但要想对它的内容有感受，并长期贯穿于自相续中，恐怕不是一朝一夕之举。

在修行的过程中，得到定解相当关键。比如“人身难得”这一修法，凡是学佛的人都会讲，可是有多少人并非人云亦云，而是通过自己修证得来的？谁又能在白天做事、晚上睡觉，乃至行住坐卧等威仪中，始终对此念念不忘？如果你真正体会到了人身难得，那就像亲手摸到了熊熊烈火，即使别人说它很凉、不烫，你也不会随他而转。同样，假如人身难得在心中油然生起，哪怕成千上万的人来到你面前，说人身容易得、人生很快乐，你也不会被这些谎言所惑，不可能耽执眼前的享乐，而会马不停蹄地追求解脱。这就是所谓的体悟。“悟”字，是“心”和“我”结合起来的，所以不是别人说的，或者外境上的，而必须是自己内心的感受，这才是真正的悟。

因此，佛教不是迷信，而是智信。若想对佛教产生信心，首先要有一种怀疑，然后通过观察遣除疑惑，生起稳固的定解。现在喜欢自然科学或世间学说的人认为，做什么都离不开兴趣，没兴趣则不可能成功。但这种兴趣可能带有盲目的成分，而佛教中最究竟的信心，是通过仔细观察之后，得出来的无误结论，就像提炼黄金一样经过了千锤百炼，而不是因盲目崇拜就一概接受。对于佛陀的金刚语，佛陀也允许我们加以观察，如果觉得不合理，则可提出自己的辩驳。所以，符合实际的真理，才是我们希求的目标，这种希求何时得以成熟，方称为真正的信心。

人身难得表面上是共同加行的基础修法，但如果更深层、更细致地去思维，其内容涉及方方面面的修行境界。所以，最初的时候，大家应该像孩童学习b、p、m、f，若没有从拼音入手，长大后就会像我这样，讲汉语时你们都笑，我自己也不好意思。同样，前行基础没有打好的话，即使你得了很多高法，但因为入门不对，修起来也很麻烦，想转又转不过来。包括有些上师，显现上也没有好好修加行，以此原因，带弟子时不是特别有次第性，最后致使有些弟子舍弃佛教，被引入其他宗教中去，这一点确实很遗憾。

现在有些上师，对系统性、次第性的法门不太重视，见弟子很认真地在学，甚至会劝他去某某地方闭关，说那里加持很大。我觉得这有点可惜，但也没办法，毕竟弟子是他的“私有财产”，我没有权利去干涉。不过，有些上师只把有才华、有智慧、有财富的弟子，当作自己的“私有财产”，而没财富、没才华、没能力的，经常会介绍给我，写一篇长长的介绍信说：“这是我的弟子，你要来保护，包括他的生活、他的住处、他的修行……”奇怪，他最好的弟子怎么不给我介绍啊？开玩笑！

下面开始讲课：

若稍加审视众生的数量及次第，就会发现，获得人身的实在是微乎其微。如佛经中言：“地狱众生犹如夜晚繁星，而饿鬼则如白昼之星；饿鬼众生犹如夜晚繁星，而旁生则如白昼之星；旁生众生如夜晚繁星，而善趣众生则如白昼之星。”此外，还有经典中说：“地狱众生犹如大地微尘，饿鬼众生犹如恒河沙，旁生犹如酒糟，阿修罗犹如弥漫大雪，而人及天人仅仅似指甲微尘。”可见，六道众生的数量呈金字塔形，地狱最多，人天最少。

我们也可以体会得到，现在造恶业的人比比皆是、层出不穷，行持善法者可谓少之又少。不信你到大城市的十字街头，或者商店、餐厅里看一下，多少人没有发菩提心、没有行持清净戒律、没有念佛经？而身口意造恶业的又有多少？毕竟因果始终不虚，恶业的果报肯定只有成熟于恶趣。

以前初劫或圆满劫时，人们不会造十不善业，据历史和《俱舍论》的观点，那时候根本没有地狱众生。后来随着道德败坏、人心腐化，造恶业的现象愈演愈烈，尤其是当今末法时代，众生造的罪业极其可怕，诚如《地藏本愿经》所言：“南阎浮提众生，举止动念，无不是业，无不是罪。”故而，大多数人死后会堕入恶趣。《四百论》也说：“由于诸人类，多持不善品，以是诸异生，多堕于恶趣。”

如今跟大城市的人交往就会发现，他们每天都在造恶业，不说一辈子，即便是一天所造，比如杀生吃肉，也令自己千百万年不得解脱。包括在座许多出家人，以前在家时造了不计其数的恶业，这样的恶业跟你现在的善业比起来，到底孰轻孰重？你有没有希望来世得人天福报？有没有把握不堕恶趣？如果说厌离世间的出家人都没把握，那更何况是不信佛教、持有邪见、毁谤三宝的世间人了？现在很多地方充满“人间地狱”，有时一走进大餐厅，几百人一大桌一大桌在吃活生生的鱼虾，纵然我们没有神通，但通过这种行为也能断言，他们死后必定堕入恶趣，这没什么可说的。因此，之所以地狱众生那么多，其原因由此可见一斑。

《杂阿含经》中有一个比喻说：“如甲上土，如是众生，人道者亦复如是。如大地土，如是非人亦尔。”《涅槃经》也记载道：有一次，佛陀从地上沾了一点点尘土，问迦叶尊者：“我手上这些尘土多，还是十方世界大地的土多？”迦叶尊者答言：“当然是十方世界大地的土多。”佛陀说：“得人身并行持善法者，如同我手上的尘土般稀少，而未得人身、行持恶业者，犹如十方世界大地之土般众多。”此外，佛经中也说：“得人身者，如爪上土；失人身者，如大地土。”

对《大圆满前行》，你们不要认为不会修，其实这个修起来很容易，只要对佛经中的比喻细心琢磨，就能明白人身有多难得。毕竟佛经千真万确，故我们要有虔诚的信心。当然，这不是一种盲目崇拜，而是通过智慧再三观察，对佛的金刚语找不出任何缺点，最后不得不承认佛经无谬，它所讲的比喻非常正确。然后在此基础上，应结合实际加以修持，对六道众生的数量，能比的就比较，实在不能比的隐蔽处（如肉眼看不见的地狱、饿鬼众生），依靠对圣教的信心引生定解，这才是正确的修法。

其实善趣众生少之又少，对此不光是理论上明白，当下我们也可以观察：比如在夏季，仅仅一方草地上的含生，或一个蚁穴中的蚂蚁，其数量就超过了南赡部洲的人数。（夏天草地上的虫蚁非常多，正因为如此，佛在戒律中规定：夏季三个月中，出家人要禁足安居，不能随便在草地上游行，以免踩杀地上虫类。虽然，若不是故意踩死，佛经中说罪业并不大，但还是会伤害其它生命。）

夏天的时候，你不妨到山上观察一下，看佛经中说的是否正确，人与旁生的数量是不是真有那么大差别。我小时候放牦牛时，到了夏天，经常在山崖上、山顶上看到无数小虫，尤其是下毛毛雨或飘雪花时，不管是路坎、岩石、草坪上，到处遍满了密密麻麻的小黑虫，在巴掌大的一块地方，可能就有几万亿只。我看见后都不敢走路，生怕不小心踩死无数众生。到了冬天，我去一些森林时，看到蚁穴里的蚂蚁也非常多。据说海洋里有一种太阳鱼（又名翻车鱼、月亮鱼），它具有强大的繁殖力，一次可产三亿多鱼卵，这样几次下来，就远远超过全世界六十多亿人口的数量了。所以触目可及，无论是高山上、虚空中、大海里，人类与旁生的比例多少显而易见。

以前我去香港等地，曾跟很多佛教徒去海底世界，当时看到周围的鱼游来游去，内心中确实感觉人身难得，佛陀说得一点不虚，对众生特别起悲心。可是有些居士好像没什么感觉——“哎，这个鱼好漂亮哦！”“你好可爱啊，过来过来，亲一下……”（众笑）

单看人类其实也一样，若观察无有佛法光明之边地的人数，就会认识到生在有佛法光明地方的人极为罕见。现在有些大城市里，说没有佛法吧，也不是完全没有，还是有人信佛、有人出家，但佛法兴不兴盛呢？一点也不兴盛。像上海、北京等地，人越多的地方，佛陀的教法证法越稀少。而藏地虽然人不多，佛教却非常兴盛。不说别的，就拿我们甘孜州来说，据前几年统计，总共有18个县，人口不到100万，但开放的寺院有515座，没有开放的也有很多。其中色达县有4万多人，炉霍县也有4万多人，康定县可能12万人，这些小小的县城里，有些就有三四十座寺院，99%以上的人都信佛教。

不过，佛教兴盛的藏地，可以说人迹罕至，有时候要坐好半天车，才看见一户人家。相反，像成都，市区人口就460多万，加上周围统辖的几个县，总人口有1000多万。上海有1800多万人，北京有1600多万人。我以前找过一些资料，想查查大城市有多少出家人，结果没有找到。但我们基本上也清楚，上海有几座寺院，北京有几座寺院，差不多有多少出家人……

当然，除了出家人以外，佛教徒中居士占相当一部分。但是有些居士学佛，只求家庭平安，完全是为了今生，想获得解脱、行持善法的寥寥无几。比如上海1800多万人，希求解脱者又有多少？有时候可以观察一下。你们许多人来自于大城市，想一想自己的家乡，有多少人行持善法？他们若没有行持善法，造的恶业大如山王，死后会不会堕入恶趣？1000多万人中，有没有1万人有把握转生人天？如此推算，恶趣众生是不是很多？通过各方面观察，就会明白得一个修学佛法的人身多不容易。

尤其是具足十八暇满的人身，在当今更是绝无仅有。例如，甘孜州515座寺院，共5万多出家人，这些人当中，具足暇满的有多少呢？一个一个经过筛选，就会发现剩下的人并不多。

当然，真正的高僧大德肯定具足，他们白天晚上行持善法，实在令人羡慕。以前金旺堪布讲《大圆满前行》时说：一看有些大德的传记，就觉得跟我们凡夫人差别极大。比如麦彭仁波切，看他造了那么多论，觉得他似乎一辈子都在造论典；看他弘法利生的事迹，觉得他一辈子都在讲经说法；看他行持了那么多善法，又觉得他好像一辈子都在做善事。

作为真正的具相大德，不但利他的发心和能力十分广大，自利的修行也从不松懈。像华智仁波切，一生中听受《前行》二十五遍，基本上每听一次，都会圆满修一次五加行。可是我们现在修一次五加行费多少力啊？前不久有个居士给我打电话：“我绝不可能磕满10万大头，因为我刚磕了100个，就喘了三天三夜。”真的没办法，凡夫人行持善法的能力太微弱了。我们现在每天磕15分钟头，很多人都觉得吃不消，巴望着闹钟快点响，但如果让你行持恶法或散乱放逸，不要说1个15分钟，10个15分钟也一晃就过了。因此，凡夫人行善如爬山般费劲，造恶业却如下坡般轻松。

不管怎么样，我们上半生虽已迷迷糊糊过了，但从今以后的下半生该以何种方式度过，权力完全在于自己。正如藏地有句俗话说：“重新穿衣服，重新系腰带。”所以，我们从现在起要重新做人，让自己下半生变成真正的修行人，否则，得个人身却白白耗费掉，实在太可惜了！

对此深思一番之后，想到自己如今已获得了真实暇满，拥有修行佛法的机会，应当感到无比欣慰、喜悦。假如暇满的所有功德完整无缺，那从今天起，就已实现了所谓的珍宝人身。（当然，这个要长期具足，不要十八暇满暂时全部具足，过两天又一个一个掉了。）什么是珍宝人身呢？无垢光尊者在《心性休息》中说：“自在闻思精华义，调己劝他行善法，修行山王极稳固，彼等仙人胜幢相，无论在家或出家，即是珍宝之人身。”意思是，闻思佛法的精华教义，调伏自己的三门，劝勉别人行持善法，修行如山王般稳固——不是这两天修个法，一离开上师和道友的监督，就像发疯一样完全变了，真正的修行人始终如一，十年前是这样，二十年后依然不变，这才是具有珍宝人身。

反之，倘若你对具足十八暇满、远离十六无暇还有缺憾，即便在世间法方面聪明伶俐、智勇双全、地位显赫、智慧超群、美名远扬，但也称不上是珍宝人身。世间有许多成功的国家领导、商业巨子，看似呼风唤雨、无所不能，可这种福报也许会让他造很多业，反而成为堕入恶趣的前兆。古人言：“堕恶趣之前当人王。”所以，得这种人身并不稀有，充其量只能算是普通人身，或者称为相似者、灾祸者、无心者、空返者。

有些大学教授、博士生导师、博士后、院士，自认为非常了不起，对佛教一直嗤之以鼻，其实他最多只是对某个领域有贡献而已，并不一定对善恶取舍通达无碍。无垢光尊者曾说过：“不知善恶行非法，根虽具足相似身，纵然转生于中土，亦为边鄙野蛮性。”因此，不相信因果的人，纵然在某些方面再有智慧、再有能力，也不值得我们赞叹。

总之，作为一个出家人，对其他最好不要希求，即生中既然有缘出家，就要守持清净戒律，精进闻思修行，以令正法融入于心；而作为在家人，也应该护持净戒，同时好好地闻思，这样无论在家还是出家，都拥有了珍宝人身。否则，每天只希求世间八法，从来不行持善法，连最简单的转经轮、念观音心咒也不做，来一趟人间什么意义都没有，这种人就像手握如意宝却无义空耗，或者到珍宝金洲却空手而返一样，简直愚不可及。

对于这些人，我们理当生起悲心，有能力的话，尽量施以帮助。否则他们非常可怜，觉得自己智慧很不错，口口声声叫嚣“越堕落越快乐”、“越堕落越美丽”、“越堕落越英雄”……言行举止颠倒疯狂，根本不理会恶趣的痛苦。就像一个精神病患，拼命地赞叹监狱快乐，然后故意去触犯法律，正常人一看他的行为，就知道他精神失常了，任谁劝也无济于事。我们身边就有许多这样的人，说他笨，他不高兴，也不会承认，但实际上他的所作所为一直造恶业，违背因果规律的下场，不管他承不承认，来世必定都要感受无量痛苦。

我们能遇到这么好的佛法，是值得庆幸，但身边还有千千万万众生，处于极度迷茫的状态中，不知取舍，为此，我们要经常祈祷上师三宝，加持自己早点有能力去帮助他们。实际上，度化众生需要佛菩萨、护法神加持，否则，很难成办一切所愿。前段时间有个道友就说：“我很想度众生，可是路上‘哗’——就滑下去了，现在无能为力，我要回来了。”不知他讲的是双关语还是什么，我也不太懂。总之，如果没有诸佛菩萨的加持，我们利益众生时，也会在路上滑下去的。

下面通过几个不同的对比，进一步说明虚耗人身者的愚痴：

（一）如颂云：“获此人身宝，得摩尼难比，诸无厌离人，岂不见空耗？”

获得人身与得如意宝比起来：如意宝只能满足即生中饮食、生活等一切所需，比如中奖一千万美金，只能在今生中购买房屋、轿车，享受短暂的幸福而已，对来世的快乐却无计可施，故钱财的能力非常有限；而得到人身与此截然不同，依靠它行持善法，完全可以超越三界、自度度他，所以如意宝与人身宝无法同日而语。然可惜的是，有些人对轮回没有厌离心，致使此人身宝白白空耗，非常可惜！

因此，得到人身之后，不能随随便便空耗，一定要把每天的时间用上。其实珍惜人身就是珍惜时间，应将时间看作生命，在有限的时间里，尽量行持善法。比如这里的发心人员，天天发心不能缺，此外有空余时间的话，也没必要懈怠懒惰、睡懒觉，否则修行绝不会成功。虚云老和尚的传记中说：有两个和尚，认为大方丈不在，就一直睡懒觉，结果鬼怪来了，把他们狠狠处罚了一顿[[38]](#footnote-38)。可见，不珍惜时间好好修行的人，鬼怪也会找你麻烦。而善法意乐特别强的人，无论对生病、出违缘都不在乎，非人即使想为难你，也无从下手。

（二）如颂云：“遇殊胜上师，得王位难比，诸无恭敬者，岂不视等伴？”

即使登上帝王之位，也难与值遇具相上师相提并论。但是无有恭敬心的人，只把上师视为普通朋友，以至于无法获得上师相续中的甚深境界，非常可惜！

无垢光尊者在《窍诀宝藏论》中说：“上师视为凡夫离加持。”如果把上师当作凡夫人，绝对得不到上师的意传加持。要知道，加持源于自己的信心，若把上师看作佛，就能获得佛的加持；若把上师看作菩萨，就能获得菩萨的加持；若把上师看作上等人，就能获得上等人的加持。比如上师说一句“不能散乱”，假如你把这四个字当佛语来对待，那有一分恭敬得一分法利，你肯定能得到不同的加持；如果你觉得：“什么不能散乱啊，上师你天天都在散乱，还说我！”则必定得不到任何加持。对我们而言，如今可谓“人身难得今已得，佛法难闻今已闻，此身不向今生度，更待何时度此身”，因此，遇到殊胜的佛法和上师之时，要想方设法令自己获得解脱。

（三）如颂云：“求发心律仪，得官位难比，诸无悲心者，岂不见抛石？”

我们即生中发了菩提心受菩萨戒，得局长、处长、科长等官位根本没法与之相比。可是没有悲心的人，不珍惜自己的菩萨戒，常对众生恶心相向，将菩提心像石头一样抛弃，非常可惜！

（四）如颂云：“得续部灌顶，轮王位难比，诸无誓言者，岂不付东流？”

获得密宗续部的灌顶，得到转轮王位根本无法与之相比。但密宗的根本就是誓言，那些不守誓言的人，所有的加持功德、意传智慧都将付之东流，自相续不但得不到任何利益，最终反而会堕入恶趣，非常可惜！

现在许多学密宗的人，根本不重视守誓言、修加行，求的只是得这个灌顶、得那个灌顶，可能想灌顶时有点吃的喝的吧，不一定是希求加持和成就。假如你想得到加持和成就，其根本就是要修加行、守誓言，若没有考虑这两者，光是参加个仪式，相续不一定有大的改变。

这一点也看得出来：任何一个修行人，倘若对誓言特别重视、对加行特别重视，修行势必蒸蒸日上，越来越有进步；如果他对这些不屑一顾，成天只是东奔西跑，求一些新鲜法，最后自相续定会与法背道而驰。这也是我们亲眼所见、有目共睹的事实。

（五）如颂云：“见心性本面，见诸佛难比，诸无精进者，岂不见迷乱？”

依靠上师窍诀现见心的本来面目，比亲见诸佛菩萨更加难得。可是没有精进的人，即使认识了心的本性，后因种种散乱，没有继续护持，就像智悲光尊者所说，初学者虽明心见性，但就像云间出现的阳光一样，一会儿又被分别的乌云遮住了，心很快会恢复到迷乱的状态中，非常可惜！

因此，我们修密法时，若依靠上师窍诀见到了心的本性，则还要不断地修行、一直修行。有些人得了很多修心教言，对心性肯定有所体悟，此时必须持之以恒地串习，不然到了一定时候很容易退失，故千万不能舍弃精进。

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

# 第二十七节课

思考题

119、暇满人身是侥幸获得的吗？请说明理由。为什么说得到人身后却无恶不作，这比恶趣众生还下劣？

120、在汉地历史上，有哪几次大规模的灭佛运动？究其原因是源于什么？你对此有哪些感触？

121、为什么说今生是决定永善或永恶的关键？明白此理后，你有何打算？

122、生起暇满难得的界限是怎样的？如果做不到这一点，最起码应该怎么做？如何把握这其中的度？

123、学习“暇满难得”这一品，对你最大的帮助是什么？

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！

前面通过六道众生的数量进行对比，得出了人身难得的结论。下面进一步阐述这个道理：

这样的暇满人身，并不是平白无故或偶尔侥幸获得的，而是多生累劫中积集福慧二资的果报。正如《前行备忘录》所说：“要得到闲暇，需要守护清净戒律；要得到圆满，必须大量累积布施等福善。为了获得暇满人身，还要以清净的发愿来衔接……”

佛经中讲过四种难得——人身难得、佛法难遇、正法难生信、菩提心难发，而我们如今四者已一一具足，这完全是往昔积累过智慧资粮和福德资粮，即生中才有如此殊胜的因缘。有些人赚到很多钱，就觉得福报真大，其实钱即使赚得再多，也只能得一些暂时利益，不像获得人身一样，能够解决生生世世的大事。

所以，大家对此应当再三思维，这就是修行人身难得。所谓修行，不一定非要闭着眼修出什么，也不一定要看到明点，若对此道理反反复复观察，最后不是假装的、也不是改造的，而是自然生起“修学佛法的人身来之不易”的定解，并对自己得到人身感到庆幸，这说明你对人身难得有所感悟。这种修行其实没什么不会的，有些道友说：“我早上起来观半天，不知道业力深重还是什么，一直观不出来，非常痛苦，只好又睡下去。”其实你再怎么笨、分别念再怎么涌现，对此道理也可以反反复复读、反反复复思维，这没什么不懂的。

大智者称幢[[39]](#footnote-39)说：“得暇满人身，非由力强得，乃是积福果。”我们能获得远离八无暇、具足十圆满的人身，并不是因为自己力量强大，也不是因为有地位、有钱财、有名声，（不像世间有些领导一样，官位是用钱买的、凭关系得的，）而唯一是因为往昔多劫中积累过福报、做过善事。你们不要认为自己出家纯属巧合，是偶尔对家庭产生了出离心，实际上它有非常奇妙的因果。很多人喜欢说“命中注定”、“命运不可改”，其实若以《俱舍论》和因明的观点来解释，你不得不承认前因后果，如果懂得了深奥的因果，就会明白一啄一饮莫非前定，现在的一切皆有因有果。明白这个道理后，只要是有智慧的人，对未来漫长的生死问题必然会考虑，如此一来，就不得不关心人身的价值，不可能将其随意空耗。

然而，对无有正法光明的人来说，虽然得到了人身，可是杀盗淫妄无恶不作，这比恶趣众生还下劣。为什么呢？因为如果是一个旁生，由于生性愚笨，所造的恶业毕竟有限，而人类在某些领域很聪明，能制造核武器、原子弹等各种武器，瞬间即可毁灭地球上的所有生命。有些人虽没有能力这么大面积地造业，可是他从小养成非常不好的习惯，天天杀鸡宰鱼，吞食无数生命，以滋养自己的血肉之躯。相比之下，旁生尽管身处恶趣，却不会如此无所不为、罪业滔天，就拿山上的牦牛、山羊来说，它们一辈子都吃草喝水，生活非常清净。

有些人真的特别可怕，造恶业无所不专、无所不精，造善业却一点能力都没有，对三宝根本不相信，连磕一个头、供一盏灯、烧一支香，一生中也从来没做过。我们周围就有这样的人，他们随处可见、比比皆是，用不着我们在屋里使劲观想，通过其所作所为也可以看出，他们的人身毫无价值。诚如米拉日巴尊者对猎人怙主金刚所说：“本来佛讲暇满人身珍贵难得，但看见像你这样的人，便会觉得人身并没有什么珍贵难得的。”

大家可能也看过米拉日巴的传记，当时尊者住在西藏与尼泊尔交界处的尼香古打山上，有一天，突然听见猎狗的狂吠声，随即又有“砰”一声枪响。不到片刻，只见一只黑鹿，通身汗如雨下，显出极度惊骇的样子，战栗栗地跑到尊者面前。尊者见状，不觉生起难忍的大悲心，对它唱了一首道歌，平息了它身心的恐惧和苦痛。黑鹿快乐地走近尊者，在尊者的左边卧下。

过了一会儿，追擒这黑鹿的一只红色母狗，气势汹汹、大声狂吠地飞奔而来。尊者对母狗也生起极大的悲心，对它唱了一首道歌，平息了它的嗔恨心。母狗向尊者摇着尾巴，作出各种亲善的样子，随即在尊者的右边卧下。

尊者忖道：“在这两个众生的后面，一定还有个罪业深重的人正在追寻，恐怕就要来了。”片刻间，只见一个凶狠残暴的猎人[[40]](#footnote-40)，眼露闪闪凶光，背着猎枪和弓箭，急急地跑近前来。他看见自己的猎狗和黑鹿竟像一对母子般静卧在尊者两旁，不禁想到：“这个瑜伽士一定是在我的狗和黑鹿身上施了什么法术！”于是将弓弦拉满，一箭射向尊者，谁知一向百发百中的他，竟没有射中。这时尊者又对他唱了一首道歌，其中有一句就是：“经云人身贵似宝，汝之人身不值钱。”（确实，猎人、渔夫、屠夫一生都在造恶业，真的非常非常可怜！）

唱完以后，猎人觉得这个瑜伽士比较奇妙，或许是位与众不同的大成就者。于是他走进尊者的崖洞，到处仔细查看了一番，发现除了一些荨麻和野草根外，什么粮食和用具都没有。他不禁生起了无比的信心，马上把弓箭、猎物全部供养尊者，祈求尊者收他为徒，并发誓今后再也不造任何罪业。原本他想回去向家人交代一下，然后就回来依止尊者，（可能是办离婚手续吧。）尊者没有答应，让他立即斩断对家人的爱恋，当下就随自己修行……从历史上看，后来猎人怙主金刚成为很了不起的大成就者，而母狗和黑鹿也永远摆脱了恶趣的痛苦。

米拉日巴生平有很多精彩的故事，有些人如果没有看过，还是应该看一下。米拉日巴在藏传佛教历史上，是非常了不起的修行者，他的道歌、金刚教言对后人有着深远影响，包括我自己在内，对此传记的信心也非常大。记得二十多年前在读初中时，我有一次生病在家，当时乡里有一位喇嘛，每天晚上给我们读《米拉日巴尊者传》，我就在他面前用了十几天的时间全部听完。那时候记性比较可以，许多故事能复述得下来。

我病好上学以后，有一年夏天，跟同学索朗泽让去宗塔草原，那里遍地开满鲜花，非常美丽。我们先在河边洗了脚，然后坐在草地上，我给他讲了《米拉日巴尊者传》和一些故事，大概讲了一下午。他听着听着，眼泪就流下来了。虽然他成绩不太好，之后没能考上师范学校，但至今仍记得有些故事。去年他碰到我时，说：“我们读中学时，你就给我传过法，我的印象还是很深，当时对佛法生起了很大信心。”其实小小的一个故事，有时就能改变人的一生。我以前编《智海浪花》时，有些大学生读了米拉日巴的《传记》和《道歌集》后，开始对人生有了新的认识，最终踏上舍俗出家之路，这种现象不乏其数。

言归正传，大家有时间、有机会的话，应该多观修人身难得。现在很多人，要么因为心力不够，要么因为没有机会，懂得人身难得的寥寥无几。放眼整个世界，许许多多人根本不像一个人——当然，在他们面前这样说，他们肯定不高兴，但实际上，他们的人身并没有丝毫意义。

当今全球人口急剧膨胀，短短五十多年的时间里，其数量已从1950年的25亿，迅速增加到60多亿，预计再过几十年，人口将突破100亿大关。由于地球空间和资源有限，人口的急剧膨胀将会带来一系列资源问题、社会问题、经济问题、政治问题，人类的生存环境也会变得日趋狭窄。之所以导致这种局面，并不是因为行善的人越来越多，给世界带来了一片光明，而是人们不行善法、不信因果，造恶业的越来越多，以此原因，未来人类将面临着诸多问题和磨难。

我们作为佛教徒，对这些现象不得不深思。现在人这么爱造恶业，其手段跟古人比起来有增无减，甚至超越无数倍，如今的伦理道德、人文教育也日渐薄弱，根本无法跟古人相比。所以，这个世界看似科学技术日新月异、不断向前发展，无数人对此纷纷歌功颂德，可是由于人心日益恶化，到了最后，生存在地球上的人类肯定越来越迷茫、越来越危险。

因此，大家应多思维人身难得的道理，不要像这些世间人一样，整天鼓吹及时行乐。当然，我们也不是悲观主义者，对真假黑白看不出来，盲目地认为人生皆苦。毕竟佛教的智慧无比敏锐，超过任何世间学问，如果享乐真有一个亮点，佛教中可以发现得到，但佛陀从来也没有提倡过享乐，可想而知究竟是为什么。

其实，如果造恶业，人身完全超过余道众生，再没有比人身更容易成为恶趣坠石的了。有些人一辈子所造的恶业，令自己万劫不复，多生累劫都在地狱受苦，比如一个领导发动战乱，或者毁坏佛法，其下场确实不堪设想。汉地历史上就有几次灭佛运动，其中规模最大的，莫过于“三武一宗[[41]](#footnote-41)”。

北魏太武帝：他脾气暴躁、为人凶残，曾三次下诏打击佛教，令全国各地碎佛像、焚佛经，佛像经典无复遗存。同时，佛教沙门无论少长，全部坑杀，绝不留情。若有逃窜者，一经捕获，必将斩首示众或坑杀。因而，当时国境之内，看不见一个出家人。

北周武帝：破毁寺塔，焚烧经像，勒令僧人还俗。后来他灭了北齐，又对北齐实行排佛政策，焚毁一切经像，废4万所寺庙，赐王公大臣充为地宅，300多万僧尼被迫还俗。佛教一时之间销声匿迹。

唐武宗：下令焚烧皇宫内所有佛经，将宫中所供佛像皆深埋地下。令寺院停止讲经说法。在全国共废大、中寺院4600余所，废小寺庙近4万所，还俗僧尼约26万人。

后周世宗：虽没有大量屠杀僧尼、焚毁佛经，但废减寺院3万多所，数万僧尼勒令还俗，销毁佛像用来铸钱，以充实国库。

这几个朝代的皇帝，跟藏地的朗达玛灭佛差不多。他们一个人在一辈子中造的弥天大罪，非常非常可怕。像唐武宗，是唐代21位皇帝中唯一反对佛教的，他在位只有短短6年，却因看不惯佛教而下令灭佛，如果当时科学发达，他可能会对全世界的佛教进行破坏吧。

根据历史分析，三武灭佛与道教有关，一宗灭佛跟儒教有关。不过也有人说，灭佛的根本原因是经济问题，这四次灭佛事件都如出一辙。由于之前几个朝代大兴佛教，如此加大了财政支出，使国库空竭。遇到外患，僧尼不能出征打仗，平时也不用缴纳赋税，给社会带来很多压力。出家人本当艰苦修行，现在都坐拥大量地产，成为了大地主，寺院经济恶性膨胀。再加上皇帝认为佛教是印度的外来文化，与汉地土生土长的宗教有冲突，鉴于种种原因，之后采取措施灭佛。

为此，宋代宗颐禅师也作过检讨：“天生三武祸吾宗，释子回家塔寺空。应是昔年崇奉日，不能清俭守真风。”意思是，天上降下来的三武毁灭我们佛教，寺院和塔庙都被毁坏，释迦牟尼佛的弟子无家可归，但究其原因，也是因为昔日佛教备受推崇时，许多出家人不能安贫乐道，守持清净道风，以至于为今日种下了祸殃。

禅师的这番话语，我们后学者不得不反思。现在有些出家人或修行人，知足少欲、生活简朴，行持真正的佛法，这很值得称道。但也有一部分人，游手好闲、好吃懒做，对社会和佛教没有任何贡献，反而引发世人对佛教的误解。作为一个佛教徒，倘若自己行持善法，对国家、社会会有非常大的利益，即使没能力做一些事，以清净心发愿的话，无形中也会给众生带来幸福安乐，这是毫无疑问的。反之，假如没有这样做，而是对钱财非常贪婪，从不守持清净戒律，行为也不如法，这种人泛滥成灾的话，确实给社会带来压力。所以，大家在了解人身难得的同时，对历史也有必要回顾，当前状况要跟以前佛教毁灭的因素进行对比。

刚才说一个人若造下大罪，多劫中不能从恶趣解脱。因此，获得这样的人身时，无论是行善还是造恶，主权都掌握在自己手里。有些人说：“我没办法学佛，被家庭监视着、被单位控制着、被业力牵引着……”其实跟别的众生比起来，你还是有自由的。假如你变成一个旁生，想行持善法也力不从心，但现在你有了宝贵人身，面对社会、家庭的压力，肯定可以想出方法应付，关键看自己心力够不够。有一篇文章叫《握住自己快乐的钥匙》，里面就说了，一个成熟的人能掌握自己快乐的钥匙，他不必期待别人使他快乐，反而能将快乐与幸福带给别人。同样，未来快乐的钥匙，也握在我们手中，关键看自己选择什么样的方向。如果对因果循环深信不疑，则不会眼睁睁地跳入深渊，但有些人因为环境、业力等的影响，对恶趣痛苦半信半疑，这样一来，难免行为中会有一些偏差。

颂云：“此身行善即是解脱舟，此身造恶便是轮回锚，此身一切善恶之奴仆。”我们这个身体若行持供灯、磕头等善法，它就是解脱之船，依此可离开烦恼和痛苦的生死大海，趋达解脱和涅槃的彼岸；这个身体如果造杀生等罪业，那么它就是轮回之锚，会让我们永远在恶趣中不能解脱。此身就像是一个奴仆，可以把家里打扫得干干净净，也可以弄得乱七八糟，所以，对于它的利害，我们不得不分析。人人都有一个身体，做任何事皆由它来实施，所以作为身体的主人——心识，必须以正知正念来守护，看身体到底在干什么，始终要有这样一种监督。

我们因为往昔的善业，如今获得了暇满人身，故一定要利用它，求得殊胜妙法的精华，《入行论》亦云：“故应惜此身，独为修诸善。”除了修持善法外，身体做无记事、甚至造罪业，我们千万要制止。虽然见身犹如怨仇是众苦之源，然也应善加保护，因为此身如果具足戒律长久存活，依靠它能作广大福德。如云：“虽见身如怨，然应保护身，具戒久存活，能作大福德。”因此，行持善法之人，在世上就算住一天，也有很大的利益；而天天造恶业的人，倒不如早一点离开好，即使变成旁生也比现在强，至少不会像人一样造恶业。很多人成天吃喝玩乐、贪图钱财，在追求今生的衣食住行和世间八法中，无义虚度了宝贵人身。假如我们修行人也是这样，一辈子中没有好好行持善法，那么在临终时，只能手抓胸口、追悔莫及，这是多么令人痛心疾首的事啊！

当然，极个别人不知道前世后世存在，死时就像牦牛一样，只有痛的感觉，此外对以前造业没有后悔心，对后世的恐怖也没有警惕心。其实有时看来，人类并不像所宣扬的那样聪明，一些科学家和文学家自以为有智慧，可他们连有没有来世都不清楚，对未来的事情漠不关心，这样的人会不会很聪明呢？可想而知。《入行论》也说：“既得此闲暇，若我不修善，自欺莫胜此，亦无过此愚。”我们获得了这么好的人身，如果没有修持善法，再没有比这更愚笨的了。别人骗你倒没什么，但若自己骗自己，哪有比这更过分的？遗憾的是，现在很多人因前世业力和后天教育所致，已经到了愚不可及的地步，非常可怜。

在座的道友，如今获得了信仰佛教的人身，理应生起欢喜心。无垢光尊者在《大圆满心性休息·人身难得》中，专门讲了以欢喜心来随念人身[[42]](#footnote-42)。说实话，你们有没有这种感觉？是否觉得在茫茫人海中，成千上万的人不知后世存在，而幸运的是，自己对来世还是有点准备，虽不敢说修行非常好，但对造恶业有种恐怖感，看身边人造恶业也觉得触目惊心？如果有了这种感觉，就会知道珍惜这个人身，用它来渡越生死苦海。

要知道，今生是决定永善或永恶的关键。就像孩子的读书时代，是决定将来能否找到好工作的关键，我们现在也是如此，获得暇满人身的短短几十年，可决定自己来世是永远快乐，还是永远痛苦。所以，大家要深深思索：如果今生没有依靠人身得到坚固地（佛果），来世很难再获得这样的人身，一旦转生于恶趣中，到时根本没有正法光明，对取舍之处也懵然不懂，则很难从恶趣中出来，只会越来越向下堕入无边深渊，故从现在开始就必须百般努力。

观想的过程中，一定要以加行发心、正行无缘、后行回向三殊胜来摄持。即最初要为利益天下无边的众生发菩提心；之后在观想时，不一定非要闭着眼睛，你可以对法本再三阅读，最后自会产生定解。有些人正听课时，觉得人身真的难得，但这种感觉就像黑夜的闪电般，很容易就消失了。堪布阿琼也比喻道，如同在火里烧得通红的铁，一取出来就会马上变黑，这些人也是同样，正在观想时眼泪簌簌直流，但出座之后，一点感觉都没有了，这就是没有长期串习的缘故。若能长期串习、一直思维，就会觉得人身实在难得，在这个世间上，除了好好地修持善法，其他一切名声、地位、悦意外境都不可靠。正如有些大德所说，就像你本来非常信任一个朋友，结果有一天他骗你了，从此之后你很绝望，对他会生起极度厌恶之心。我们若对世间一切也像这样极度厌恶，说明自己真正产生了厌世心。

四种厌世心中，第一个就是人身难得。一旦这种定解在心中生起，便会长期有种出离心，除了希求解脱外，对什么都没兴趣。诚如米拉日巴尊者所言：“无人山谷岩洞中，恒具出离厌世心，上师乃为三世佛，强烈坚信永不离。”我非常喜欢这个偈颂。米拉日巴在无人的岩洞里，并不是一两天，而是恒时对轮回一切毫无兴趣，就像男女感情破裂后，觉得整个世界没有意义一样，始终有种厌离心；同时，坚信上师与三世诸佛无二无别，不是今天看见上师特别高兴，过两天就舍弃上师、诽谤上师，而是对上师的强烈信心永不退转，这是修行中特别关键的两个要点。

我们提过以上学习，对于暇满难得的道理，必须屡次三番地观修，并付诸于实践。经过实地修行，对此生起定解的界限到底是怎样的呢？应当像金厄瓦格西[[43]](#footnote-43)一样。金厄瓦格西从来都是彻夜不眠，全心全意修持善法。见此情景，善知识仲敦巴怕他身体受不了，不禁关切地说：“弟子呀，身体的疲劳还是要消除，否则会导致四大不调。”金厄瓦格西回答：“身体健康固然重要，但我一想到暇满难得，就觉得无有空闲休息。”金厄瓦格西终生没有睡眠，总共念了九亿遍不动佛心咒[[44]](#footnote-44)。

这个界限比较高啊，要像金厄瓦格西一样，永远不睡觉，连一个小时也不行，我们可能很难以做到。华智仁波切应该是有不同层次的要求，最高层次是像金厄瓦，如果实在不能达到，至少也要很精进、不偷懒。

一个人一辈子念了九亿遍心咒，真的非常了不起。上师如意宝讲过，他老人家也念了九亿遍不同本尊的心咒，有一个字的，也有十几个字的。但即便是一个字的，念一亿遍其实也不容易，以前我们发愿念“阿”字时，我就念得不是很多。最近我也一直念某个咒语，但每天都念十万遍，很费劲的，平时这个事情、那个事情也多，只有起得早、睡得晚，才能挤出一点时间，否则，像我这样琐事多的人，修行非常困难。

你们若想好好修行，千万不要偷懒，否则，假如睡得太厉害，几个小时不知不觉就过了。《入行论》中说：“此筏难复得，愚者勿贪眠。”我们这个人身船筏，可渡过生死轮回的大海，一旦失去了就很难再得，故愚笨的人不要天天睡懒觉。萨迦班智达也说：“诸人寿短其一半，夜间入眠如死亡。[[45]](#footnote-45)”我们这个人身本来就短暂，如果一半都入于睡眠，则非常可惜。

像金厄瓦格西那样从来都不睡觉，对我们来讲非常困难，但即使没有这种境界，也要尽量生起人身难得的定解。假如这个理念非常强，确实不容易睡懒觉，比如你明天一早要办大事，要去北京、香港、美国，肯定想睡也睡不着；如果一点感觉都没有，便会睡得很香，人身难得修得越不好，睡的时间就越长。所以说，现在很多人特别贪睡，主要是因为修行特别差，这个一定要想方法解决。

当然，完全不睡恐怕也不行。以前上师如意宝讲过，该休息的就要好好休息，当时我比较年轻，有点不理解，心想：“晚上的时间这么珍贵，最好只睡一点点就可以，怎么上师这样说呢？”可是自己到了一定年龄，就能明白上师的苦心，该睡的时候是要睡，不然的确不行。但也不能像世间人一样，整天浑浑噩噩的，什么善法都不做。这个“度”一定要把握好，不能走极端。

总之，没有生起人身难得的定解之前，大家务必要精进修持。

下面是这一品的总结偈：

虽得闲暇而乏真实法，虽入佛门而耽非法行，

我与如我愚痴诸有情，获得暇满实义祈加持。

华智仁波切谦虚地说：虽已获得暇满人身，可修法上还是特别欠缺；虽然早就入了佛门，但仍耽著贪嗔痴所引发的种种非法行。对于我和像我这般愚痴的有情，祈愿诸佛菩萨、传承上师、护法神加持，一定要生起暇满难得的境界。

其实祈祷很重要。《前行备忘录》后面对四种观修专门有祈祷和发愿，没有好好祈祷的话，光是想一想绝对不够。你们修的时候，一定要合掌念诵，闭着眼睛忆念：“依靠上师诸佛菩萨加持，让我生起暇满难得的境界。”对此要有强烈的希求心，对上师也要有不可思议的信心，在这种状态中开始观修，修行势必会成功。否则，以无所谓的态度随便想想，不可能生起任何境界。

希望大家能真正生起人身难得的定解，这比什么都重要。有了这个为基础，那上面一层层的修行，一点困难都没有。相反，假如基础没有打好，上面的建筑再富丽堂皇、光彩夺目，到了一定时候也会轰然倒塌。所以，打基础对每个人来讲至关重要！

**【暇满难得之引导终】**

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. 解信：由明白其有颠扑不破的理由而生起的信心。 [↑](#footnote-ref-1)
2. 汉文有一部《佛说三转法轮经》，唐朝义净法师翻译。该经的“三转法轮”与此处不同，主要是从不同角度，三次宣说了四谛之理。 [↑](#footnote-ref-2)
3. 《大悲经》云：“阿难，何故名为贤劫？阿难，此三千大千世界，劫欲成时，尽为一水。时净居天，以天眼观见此世界唯一大水，见有千枝诸妙莲华，一一莲华各有千叶，金色金光大明普照，香气芬熏，甚可爱乐。彼净居天因见此已，心生欢喜，踊跃无量，而赞叹言：奇哉奇哉！稀有稀有！如此劫中当有千佛出兴于世，以是因缘，遂名此劫号之为贤。” [↑](#footnote-ref-3)
4. 《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。” [↑](#footnote-ref-4)
5. 此处的“千万”，指很多的意思。 [↑](#footnote-ref-5)
6. 乐：此处音ｙàｏ，喜爱之义。 [↑](#footnote-ref-6)
7. 九乘次第：显宗的声闻乘、缘觉乘、菩萨乘，密宗的事部、行部、瑜伽部，无上密宗的玛哈约嘎、阿努约嘎、阿底约嘎。 [↑](#footnote-ref-7)
8. 辟支佛：又名中佛、独觉、缘觉。 [↑](#footnote-ref-8)
9. 在此经《分布阎浮提品》中，提出著名的“五坚固”说。谓在佛法的流传史上，每五百年为一阶段，共有五大阶段。各阶段所具之特征不同，即解脱坚固、禅定坚固、读诵多闻坚固、塔寺坚固、斗诤坚固。五个五百年，各具其中之一特征。 [↑](#footnote-ref-9)
10. 《贤劫经》云：“佛涅槃后，正法五百年，像法一千年，此千五百年后，释迦法灭尽。” [↑](#footnote-ref-10)
11. 《像法决疑经》：一卷，译者不详，收于《大正藏》第八十五册。内容叙述佛灭一千年后佛法衰变之相，并劝导修布施大悲行。 [↑](#footnote-ref-11)
12. 现今流传之佛典，从语言上可分为：巴利文、梵文、藏文、汉文、日文、蒙古文、满文、西夏文、西洋文等数种。单单是汉文《大藏经》，自佛教传入中国后的千余年间，仅经录即近50种之多，流传至今尚有20余种，收录的经籍数量不等。各个时代编纂的《大藏经》，形式和内容互有不同。 [↑](#footnote-ref-12)
13. 《龙藏》：中国清刻藏经，是清代的官版。雍正十一年（1733），清世宗命王公大臣、汉僧及喇嘛一百三十余人，广集经本，校勘编稿。十三年开刻，至乾隆三年（1738）完成（故又称《乾隆大藏经》），仅仅费了四年工夫。版片现还完全存在，国内各寺院所藏印本也极多。 [↑](#footnote-ref-13)
14. 《永乐南藏》：为明永乐年间据《洪武南藏》的重刻本，编次有所改动。全藏636函。经版藏于报恩寺，由南京礼部祠祭清吏司主管批准，供全国各地寺院请印，平均每年约刷印20藏，所以流传的印本较多。该藏虽系根据《洪武南藏》重刻，但书写和镂刻都不及《洪武南藏》工整。 [↑](#footnote-ref-14)
15. 《永乐北藏》：继《永乐南藏》之后，于永乐十九年（1421）在北京雕造的大藏经。全藏636函，大批刷印分赐全国各大寺院。后在明万历十二年（1584）又续刻各宗著述36种，41函，410卷，并入该藏，并附《永乐南藏》4种经卷和目录，计5种，15函，153卷。 [↑](#footnote-ref-15)
16. 《大正藏》：全称《大正新修大藏经》。日本大正13年（1924）由高楠顺次郎和渡边海旭发起，组织大正一切经刊行会；小野玄妙等人负责编辑校勘，1934年印行。收入佛籍总数冠于各种《大藏经》，计正藏、续藏、图像和总目录共3493部，13520卷。 [↑](#footnote-ref-16)
17. 三怙主：观世音菩萨、文殊菩萨、金刚手菩萨（大势至菩萨）。 [↑](#footnote-ref-17)
18. 详见《妙法宝库15—唤醒迷梦》之《仅有借鉴与研究是不够的》、《红尘中的佛光》。 [↑](#footnote-ref-18)
19. 华智仁波切在《大圆满前行·结文》中说：“是故此论易懂摄要义，如浅慧者心室具金宝，劣慧者意暗处有明灯，妙义自现无嗔阿阇黎。” [↑](#footnote-ref-19)
20. 莲师七句祈祷文：吽！欧坚意吉努向参，巴玛改萨东波拉，雅参乔革俄珠尼，巴玛炯内写思扎，扣德夸桌忙布果，切杰吉色达折吉，新吉拉些谢色所，格日巴玛思德吽。 [↑](#footnote-ref-20)
21. 指下面要讲的暂生缘八无暇、断缘心八无暇，即修行中的十六种违缘。 [↑](#footnote-ref-21)
22. 上师仁波切2004年讲《前行》时说：以前有些上师对暂生缘的解释是“暂时、偶然产生”。但实际上，有些人的违缘并不一定是暂时出现，也可能是即生中比较漫长的时间里出现的。 [↑](#footnote-ref-22)
23. 这就是所谓的业力深重。业力深重和烦恼深重还是有差别：烦恼深重，指贪嗔痴粗大；业力深重，指往昔造业严重，即使今生中没有造重罪，前世也是在所难免。 [↑](#footnote-ref-23)
24. 藏文的《金刚经》是：“行持波罗蜜多之菩萨，受到损恼或受极大损恼，此乃未来所受之苦业，于此世成熟。” [↑](#footnote-ref-24)
25. 无垢光尊者在《大圆满心性休息》中云：“虽已如是作开示，然却毫不生厌离，我心真如巨铁球，或如石头无有心。” [↑](#footnote-ref-25)
26. 《宝性论》云：“自生诸佛之胜义，唯是依信所证悟。” [↑](#footnote-ref-26)
27. 《圣行集萃》：即《显密宝库18》。 [↑](#footnote-ref-27)
28. 三法恩：赐予密法、灌顶、窍诀。 [↑](#footnote-ref-28)
29. 拾得：普贤菩萨化身，小时候被丰干禅师（阿弥陀佛化身）捡回国清寺，故取名“拾得”。 [↑](#footnote-ref-29)
30. 布萨：同住之比丘每半月集会一处，请精熟律法之比丘说波罗提木叉戒本，以反省过去半月内之行为是否合乎戒本，若有犯戒者，则于众前忏悔，使比丘均能长住于净戒中，长养善法，增长功德。又在家信徒于六斋日受持八斋戒，亦称布萨，谓能增长善法。 [↑](#footnote-ref-30)
31. 火燧：即火铁，一种引火之物。 [↑](#footnote-ref-31)
32. “兰仁巴”，是菩提道修行者之义。因尊者一生学修菩提道，人品行为符合菩提道教义，因此人们称他为“兰仁巴”。 [↑](#footnote-ref-32)
33. 《花丛经》云：“诸佛出有坏现身于世亦难得，转成暇满人身亦极难得，故当以比喻详说此理。舍利子，譬如，此大地亦成一大海洋，其中有一具孔木轭，另有一盲龟，木轭随风漂于海面，海底盲龟每百年方浮到海面一次，此盲龟颈入于快速漂荡之木轭孔中，而从恶趣再次转生为人并非如是，堕入恶趣者转生为人极其困难。” [↑](#footnote-ref-33)
34. 《欢喜入胎经》：即《阿难入胎经》。梵语阿难，译为汉语即欢喜、庆喜。经中说：把芥子层层叠放在针尖，或撒大豆令粘附在水晶壁上，可以说极为困难，然从恶趣生于善趣中比这还更困难。 [↑](#footnote-ref-34)
35. 《正法念住经》云：“人身难得，如海中龟值浮木孔。” [↑](#footnote-ref-35)
36. 向光滑的墙壁上撒豌豆，必定统统掉在地上，但凭借万一的机会，豌豆也可能在墙壁上存留。而获得人身较此更难。 [↑](#footnote-ref-36)
37. 在针尖上堆豌豆，一般不可能成功，但凭偶尔的因缘，也有可能堆起来。而获得人身较此更难。 [↑](#footnote-ref-37)
38. 《虚云老和尚的足迹》中说：民国三十四年（1945）春，虚云老和尚从云门到南华传戒。此时，云门寺有两位僧人，一名古根，一名传真，同住一个寮房。一天早上，晨钟叩响了，两人还没起床，他们商量：“方丈不在，就暂且偷懒一回吧。”又继续睡。一会儿，门突然自己打开，随着阴风一个黑影冲进来，只见一眼睛圆鼓、獠牙毕露的鬼怪，将传真从床上拖出，扔到地下，训诫说：“菩萨开道场，成就你们修行。你们却不上殿念经，不知惭愧，该打！”说着举起巨掌，狠打他屁股十几下。古根见状惊喊：“救命啊！鬼来打人了。”用凳子猛敲床板发出巨响，鬼怪飘然而去。寺僧听见大喊救命，拿着木棍跑来，看古根已被吓得脸色青白，而传真趴在地下，屁股被打得黑瘀浮肿，大家拿药来擦，医治一个多月才好。当天，二人即搬出来，不敢再住那个房间。

    ……

    四月，虚云老和尚从南华寺回来，众皆告之有鬼。深夜，虚云老和尚禅坐，见一青袍白衣老翁前来，恭敬地说：“弟子住在后山，已有几百年。前段时间师父到南华传戒，弟子也刚好外出，孙辈不肖，吾已责诫之，今特来向师请罪。”虚云老和尚说：“既已现形异类，彼此相安，不要多现扰众。”老翁告谢而去，从此不再发生此类事情。 [↑](#footnote-ref-38)
39. 称幢：札巴坚赞，译言称幢（1147－1216）。宋代藏传佛教萨迦派高僧，萨钦衮噶凝波之第三子，26岁继承萨迦法位，为萨迦五祖之第三祖。 [↑](#footnote-ref-39)
40. 即怙主金刚（衮波多吉），后成为米拉日巴尊者的心子之一，觉受和证解都臻于究竟。 [↑](#footnote-ref-40)
41. 三武一宗：北魏太武帝、北周武帝、唐武宗、后周世宗。 [↑](#footnote-ref-41)
42. 《大圆满心性休息》云：“今生具义来世果，皆自暇满人身生，故当数数生欢喜。”“故赞暇满胜天身，已获人身当生喜。” [↑](#footnote-ref-42)
43. 金厄瓦格西：本名楚逞巴，曾师事仲敦巴，得秘密指授，又曾师事南交钦波、滚巴瓦等，得二谛指授，对性空义有所悟解。他通梵文，能翻译，颇有影响，开噶当派教授一派。 [↑](#footnote-ref-43)
44. 不动佛心咒：嗡 占扎 马哈 若卡那 吽啪的。此心咒功德非常大，能息灭天龙夜叉所造的一切违缘，治愈世间的各种疾病瘟疫。即使念一遍，也可消除五无间罪等一切罪障，息增怀诛的事业皆能成办。 [↑](#footnote-ref-44)
45. 世间诸人的寿命非常短暂，其中一半时间是夜里像死去一般地睡眠。 [↑](#footnote-ref-45)