

《大圆满前行》第7课笔录

诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，
离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

发了菩提心之后，今天我们再次一起来学习华智仁波切所造的《大圆满前行引导文》。

《前行引导文》让真实想要修行的修行者，成为一个能够了知闻法方式的、能够知道修行方法的、能够调伏烦恼的真正的佛弟子。否则只是做了皈依，什么都不懂，什么都不做，只是一个形象的佛弟子而已。如果要成为一个真正的佛弟子，必须要按照这些实修的教言去了知，去改变自己的相续。而改变的方法、修行的方法在前行当中非常多。在学习的时候，我们一方面要了知词句的意义，一方面也要习惯把这些意义对照自己的相续，去做一些调整、改变。已经有的功德，就再再地增上；欠缺的、不如法的方式，就要通过前行的加持力来真实地认知、改变。

现在学习的是闻法的方式。前面的发心已经讲完了，现在讲行为。行为当中有要断除的行为和要行持的行为，要断除的行为中前面讲到了器的三种过失。今天要学习的是：

丁二（六垢）

在闻法的时候，这些都属于垢染。如果具有这些垢染，我们就不清净了，必须要远离这些垢染。

分六：一、傲慢；二、无正信；三、不求法；四、外散；五、内收；六、疲厌。

依照《释明论》中所说：

以前大恩上师说，《释明论》是世亲菩萨造的，是将很多殊胜的意义归纳在一起的一部论典。

“傲慢无正信，于法不希求，外散及内收，疲厌皆闻垢。”

第一个垢染叫做傲慢。每个有情如果没有调伏烦恼，或多或少的都会有些傲慢。如果傲慢像钉子扎根一样，扎在我们相续当中，我们就永远产生不了清净的功德。我们现在还无法完全调伏傲慢，但是要了知傲慢的过患和对修行者的伤害。

第二个是没有正信。要学习佛法，必须要有一个清净的信心，这是非常关键的。

第三个垢染是于法不希求。如果不希求法，对法没有什么兴趣，第一就不会求法，第二不会修法，这样我们就永远得不到利益、解脱。要断除对正法不希求的过失。

然后是外散和内收，这是一对。六根往外散乱，或者六根过于内收，在闻法、修行的时候都是一种过患。

虽然这里讲的是闻法，但其实在修行、平常行持佛法的时候，不管是傲慢，还是无正信、不求法、外散、内收，都是过患。不单在闻法的时候是过患，修行的时候也需要做调整。

第六个就是疲厌，在听法、修法中产生疲厌心。如果有疲厌心，我们就不太愿意闻思修行了。

“皆闻垢”，以上六种都是听闻时候的一些垢染，必须要遣除。这是略说，引用了教证的出处《释明论》，下面做略释，后面再做广释。略释是这样讲的：

闻法时必须断除的六种垢染，一、傲慢：傲气十足，认为自己已经远远胜过了说法上师。

此处的傲慢主要是针对听闻佛法的时候，认为自己的理解远远超过了说法者，自己的见解比说法者高。或者是说法者这个字也不认识，那个音也读错了，很容易观察过失，认为自己了不得，已经远远超胜了说法上师。这主要是在闻法的时候，当然在工作、生活、修行过程中，傲慢也会体现出来。此处只是针对在闻法的时候，对于讲法上师产生傲慢心，傲气十足。

二、无信：对上师、正法不起信心；

上师是我们修行佛法最殊胜的助缘，如果没有上师，虽然有些人有智慧，但是也没有办法真实地了知佛法的要义。我们要和正法相应，信心是必不可少的。对正法也是——正法能不能调伏我的烦恼，能不能给我带来殊胜的解脱？对正法也是有怀疑，产生不了信心。上师是殊胜的助缘，正法则是道。上师讲法之后，是让我们安住在上师所诠释的意义当中去思维，去修行，产生一种证悟。如果对上师、正法不起信心，这就根本无法做到。

三、不求法：不慕求正法；

对正法没有希求心，没有兴趣，就好像在狗面前放青草一样，没什么兴趣。如果不求法，法虽然非常殊胜，很多成就者、无数的佛菩萨都是因为希求正法、修持正法，获得了殊胜的解脱，所有世间出世间的安乐都已经获得了。但如果没有希求心，这些都是得不到的。如果我们想要真实地利益自己，对自己负责任，最好的方式就是希求正法、修行正法，因为在正法当中讲了所有安乐的关要。不慕求正法也是对于真实的解脱、对于得到利益的方法不了知，有些是因为没学习，有些则是缺少福报——虽然讲了能够听得懂，但是没有福德的缘故，种姓没有苏醒，所以他也不会希求正法。

四、外散：心思旁骛，散于外境；

比如自己的眼识散于外在的色法，耳识也是缘于外面的声音，意识也是胡思乱想，这些都叫做散于外境。如果心散于外境，那还有什么可以去追求的呢？就没什么可追求的，因为他对正法根本就听不进去。

五、内收：五根门向内收敛；

外散对听法是一种障碍，但是过度内收也不行。我们想，外散不行，那内收总可以吧，觉得这是一个合理的状态。但是过于内收，就会容易昏沉、打瞌睡。有的时候很紧张、很专注，但是过于专注，听了一句之后他就没办法听到第二句。因此，不松不紧是最好的。听法时最佳的状态就是不要散于外境，也不要过度地紧张、内收。过度的内收很容易打瞌睡，眼根也往内收，耳识、意识也往内收，慢慢就昏沉了、睡着了，听不到法义。过度内收的时候，虽然听到一点声音，但是根本不知道听什么，这也是过度紧张的一种内收，听完之后也记不住。

我自己的感觉就是这样的。有的时候大恩上师交待一些事情，我就特别紧张，一定要记住，就特别特别地专心，但上师讲完之后就忘掉了。我就问旁边的道友，上师到底交待了啥问题？他说，你不是听得很认真吗？我说，我可能是太认真、太紧张了，反而听完之后就忘掉了。所以在听法的时候高度紧张也是记不住的。这是内收——五根门向内收敛。

六、疲厌：因讲法时间过长等而生厌。

讲法的时间太长了，有的时候肚子很饿，或者很热、很冷等等，总而言之时间太长时自己就不想听了，对正法产生厌倦心、厌烦心。如果对正法产生厌烦心，就容易想要舍法，不想听，内心中有一种类似于想要舍弃这个法。当然并不是从根本上舍法、谤法，主要就是不想听，对法产生一种厌烦心。如果对法产生厌烦心，就像对某个物体、某件事情产生厌烦的时候，你肯定就不愿意接受了，你就想赶快结束。像这样，对正法也产生不了恭敬心，这种心态也是得不到听法的意义的。

讲法的时间过长，主要是对弟子——听法者来讲的。反过来说，传讲的上师如果有必要调伏弟子的相续，他也会故意把时间讲很长很长，弟子越着急，他就越不着急。从这个角度讲，有时上师在调伏弟子的时候，也不会完全由着这些弟子的心思走，他就是要调伏你的执著——你想赶快下课，在上师看到的地方看一下表，看一下又看一下，意思就是说“差不多了吧，差不多了吧。”有的时候上师看到之后就打住了，就想时间可能差不多了，弟子不想听了。但有些时候弟子越看，他就越不着急。

以前的大德们，大恩上师经常讲，像以前麦彭仁波切的弟子根霍仁波切，他也是讲很长的时间，基本上每次都是讲几个小时。他给下面说，你们不要着急，你们越着急我讲得越慢。像这样，弟子也不敢表现得特别着急。但是有的时候装又装不了，因为实在不想听的时候，你的眼神、你的姿态都会表现出来的。所以有些时候，若是有必要，上师们也会专门做这些示现。

但是如果针对普通人来讲，也没有什么调伏弟子的必要性，把时间控制在比较合适的程度是最好的，不要太长了，也不要太短了。如果太短的话，别人跑过来听几分钟就走掉了，这也是浪费时间。太长的话，他就容易生厌烦，生了厌烦就会导致他舍法的一种过失。如果每次都这样的话，他对法就慢慢不愿意听了，就觉得这样听下来没什么收获。

所以我觉得，大恩上师的的确确值得我们学习——大恩上师讲课的时候，就是一个小时，讲完之

后正课就结束了。所以，我们还是要懂得控制时间，有的时候是没办法，但有的时候还是应该有一个时间标准，在大家能够接受的时间范围中结束。

弟子应该对正法有一种希求心，如果对正法很有希求心，时间再长他也不会觉得厌烦。但是弟子的根基也是参差不齐的，有的时候讲得太多，可能会让弟子生厌烦心。

下面就是广说。

戊一、傲慢：

下面这句话也是华智仁波切很著名的、我们平常也经常引用的：

在所有烦恼当中，傲慢和嫉妒这二者可谓最难认识。

贪、嗔、痴、嫉妒、骄傲——这叫五毒，贪、嗔、痴是比较容易认知的。我们生贪心了——对某个东西生贪心，对某个人生贪心，这种贪欲心一产生，基本上都能认识到，因为这是比较粗大的，比较容易认识。平时我们在调伏烦恼的时候：这个不对，生贪心了，这是一个烦恼。自己马上就会认识到，就会想要对治。发脾气这些嗔恨心也很粗大，也比较容易认知：我在发很大的脾气，这是不对的。然后就是愚痴心，这个地方的愚痴心很多地方解释为打瞌睡，这是一种痴心的状态，也是比较容易认识的。

所有的烦恼在这里主要是以五毒来讲，在五毒当中贪、嗔、痴比较容易认识，嫉妒和傲慢比较难认识。无著菩萨有一个大乘《俱舍论》——《大乘阿毗达磨集论》当中也有讲三毒、五毒，三毒是根本的，五毒属于分支。其中，傲慢是属于贪欲的分支，它不是纯粹的贪欲。傲慢就是觉得自己内心当中有什么了不得的功德，这也是对自己内心当中功德的一种贪，所以傲慢是属于贪欲的分支。嫉妒是嗔恨的一种分支。嫉妒是不高兴、不欢喜的状态，对别人的功德他很不舒服。这是不是纯粹的嗔恨呢？也不是，但是它附属于嗔恨，属于嗔恨心的分支。

所以真正来讲，根本的就是三毒，通过三毒延伸出傲慢和嫉妒。傲慢和嫉妒在《集论》讲：三毒、五毒中的任何一个都能够让我们堕恶趣。因为它叫毒，毒你食用之后，你的身体要么生病，要么丧命。五毒的烦恼也是一样的，贪欲能够让我们堕入恶趣，嗔心、愚痴、傲慢和嫉妒都能够让我们堕入恶趣。所以我们要知道，傲慢和嫉妒心其实是一种毒，如果不认知、不调伏，而是让它发展，它就会让我们堕入恶趣。

但是五毒当中，贪、嗔、痴比较容易认知，傲慢和嫉妒二者比较隐蔽、不太容易认知，因为它毕竟是分支，不像根本那么粗显。

所以，我们应当详细审视自相续。

所以我们平常要非常谨慎、非常详细地观察自相续。当然，前提是必须要知道傲慢和嫉妒的法相。我们也不是完全不知道，只不过我们疏于观察，以及它比较细微的缘故，我们难于察觉而已。如果我们有警觉性，我一定要在任何时间都认识嫉妒和傲慢、调伏它，有了心理准备，那么在平时生傲慢的时候，因为它有一种提示的作用，就会比较容易认知。

所以，如果我们做一件事情之前，提前给自己心里做一个提示：今天一定要注意这件事情，如果强烈提示自己的话，当到了那个场合的时候，这种提示就会起作用。就像大恩上师讲的，如果晚上睡觉之前说，我明天早晨五点一定要醒！一定要醒！这样反复提示几次之后，到那个时间自然就会醒来。只不过醒来之后，你是起床，还是继续睡，那就是另外一码事了。反正醒来是可以的。以前我也试过很多次：明天早晨一定要在这个时间醒来！这样强烈作意几次之后，那个时候自然而然就有提醒的作用。

平时调伏烦恼也是一样的，如果我们作意：当我生起傲慢的时候一定要发现！一定要发现！经常这样作意，当真实生起烦恼的时候，它就有一个作用，我们就会想：这是不是傲慢啊？是不是生贪欲了？有这样的提示方法。

所以我们应该详细审查自己的相续。我们修行要不断地进步，就要不断地学习。智慧越深，认识傲慢和嫉妒的能力也就越强。我们要经常观察自己的心，观察起心动念。如果我们经常修正念，

也就是在打坐的时候，让自己的心静下来之后，就观察念头：这个念头生起来了，它又灭了。如果能够训练自己总是安住当下正念的话，当念头产生的时候，就容易发现；容易发现之后它也容易调伏。所以，要调伏烦恼，第一必须要认识它，发现之后才能调伏。如果第一步都不发现，第二步也没办法调伏。

如果因为自己在世间或出世间某些方面有少许功德，便认为“我已如何如何了不起”而产生执著，这样一来，势必见不到自相续的过失，也发觉不到他人的功德，因此理当断除傲慢，恒时谦虚谨慎。

生起傲慢，总是因为自己在世间方面有少许超胜的地方，有少许功德，或是在出世间方面有少许功德、少许超胜的地方。比如在世间当中，自己有更多的财富，觉得我很有钱，就会有傲慢。有些富翁很低调，但是很多富翁在别人面前自然而然就显得很傲慢，尤其是被人前呼后拥，很容易产生傲慢心。还有一些官员，因为位置很高，也容易产生傲慢心。在世间当中有些名声、名誉的，有些智慧的，都比较容易产生傲慢。因为在某些方面有些功德，他把这个功德夸大放大，之后就产生傲慢心，觉得自己了不起。这主要是从世间的角度讲的。

还有出世间的角度，当然并不是已经出世间了，而是随顺于出世间的修法方面。真正出离世间的圣者是不会有傲慢的，如果有傲慢，就没办法成为圣者。成为圣者之后，当然就不会有傲慢心了。在出世间方面，比如闻法，我们觉得自己听了很多法，《入行论》《前行》《心性休息》都听全了，而且我还听过大圆满，就比较傲慢。很多大顶我都得过，大圆满的顶也得过，尤其是得过大宝伏藏，这里的顶都得全了，这时候就会在其他道友面前显得比较傲慢。

有些是思维法义，他解决一些难题，有一些定解，也会产生傲慢。尤其是在别人不太懂这些问题的时候，他就会显得比较傲慢。有些是暂时的一些修行功德——其实真实的修行功德产生了也不一定有傲慢——念过一些心咒，念的佛号比较多等等，也比较容易产生傲慢。有少许功德之后，就认为自己如何了不起，而产生执著。

其实傲慢对我们的伤害很大。因为这样一来，势必会见不到自相续的过失。他的注意力都放到了自己的功德上面，而且不自觉地把自己的功德放大了，然后安住在这种飘飘然的状态当中。他正处于傲慢的时候，自己相续当中再大的过失他也注意不到。他不会去发现、去观察，就导致自相续的很多过失根本看不到，他人的功德也发现不了，就会导致很多问题。

我们平时说，别人的功德要去发现，自己的功德要隐藏，自己的过失必须要发现，只有发现自己的过失才能改正过失；只有发现别人的功德，我们才恭敬别人，不会产生傲慢心。“因此理当断除傲慢”，华智仁波切告诉我们，我们应该要断除傲慢，恒时谦虚谨慎。

话是这样讲，我们平常要怎样去做，才能够真正断除傲慢呢？第一是要认识傲慢的过患：一是见不到自相续的过失，二是发现不了他人的功德，这是个很大的过患。

还有，傲慢是五毒之一，你产生了之后，它就会让你堕入恶趣，那我们还保持它干什么呢？我们把它牢牢地抓在自己相续当中干什么呢？我们要把它当成一个很不好的东西来对待，这样就会千方百计的想要遣除它。如果我们都没有觉得它是不好的东西，就不想把它断除掉。而且很多人还比较享受这种傲慢的状态，这肯定是不对的。

所以对于学习佛法者来讲，要知道傲慢是五毒之一。任何一个毒被我们吃到肚子里面，我们都想赶快把它排出来，否则的话，毒在身体里面就不好了。

现在人特别担心一些各式各样的毒素——这个食品有什么毒，那个食品有什么毒，像这样经常观察。但是我们没有观察过，这些烦恼的毒在我们的思想、相续当中存在很多种、很多年了，而且持续地伤害我们。对于这些我们不太注重，但是身体上面的毒却特别重视——这个食品是不是过期了，吃了之后会不会产生毒素啊，这个食品和那个食品搭配起来就变成毒等等，我们对这方面就很精通，也很操心，很关注。对于傲慢、贪欲这些毒，在我们相续当中是怎样延续、增长，怎样伤害我们的今生、后世，反而不是太重视。

我们一定要知道傲慢烦恼对我们的严重伤害。既然它不好，我们就一定要把它去除掉。第一，要产生知道它不好、除掉它的心，这很关键；第二要知道，断除傲慢应该怎么去做。怎么样去做呢？平常我们不能让傲慢延续，经常要反观自相续，也就是在《入行论》中的正知、正念。首先观察自己的三门，观察自己的心是不是在傲慢；如果处在傲慢，就马上忆念善法，把它去除掉。

傲慢很微细，而且它的力量比较强，要马上遣除也很困难。所以我们要想自己的过患，傲慢产生的时候，要想另外的东西把它压住。想另外的什么呢？当认为自己了不起的时候，要刻意地想内心的过失、自己很明显的烦恼。我虽然听了几句法，但也没什么可傲慢的。为什么呢？因为听了法之后，我的烦恼还没有调伏，我的贪心嗔心还这么重，还有什么可以傲慢的呢？像这样，当我们觉得自己了不得，就想自己相续当中欠缺的东西，而且一直要专门去想，刻意去想。

当我们想自己的功德的时候，心自然就往上走了；当想自己过失的时候，就低沉了；越想自己不足的地方，心越低沉。傲慢是往上走的，它是一种自高自大的状态。这时我们去想自己的过失：我内心的过失只不过别人看不到而已，真正反观，其实自己内心充满了各式各样的烦恼、过失。经常这样想，自己的傲慢心就会被打消掉。

以前上师们给我们讲，作为凡夫人来讲是没有什么可以傲慢的资本的，为一点点东西傲慢，只不过是我们坐井观天，眼界太小了。如果真正去观察，这一点功德完全不值一提。上师们经常讲，真正有资格傲慢的就是佛菩萨。佛最有资格傲慢了，他功德最圆满。但是很奇怪，功德越圆满他就越没有傲慢。菩萨们有很多功德，也不傲慢。

因为傲慢和过失是同等的，打破傲慢和生起功德也是同等的。所以越有功德，就说明他调伏烦恼、傲慢成功之后才产生功德，因为傲慢是障碍生起功德的法。真正有资格、有资本生傲慢的就是佛菩萨，他们的功德特别圆满，智慧、神通、福德都非常圆满。

但是有资格生傲慢的人不傲慢，没有资格生傲慢的就是我们。我们这一点非常可怜的功德，摆在佛面前根本就看不到了。摆在菩萨面前也是不值一提的，有加行道菩萨的功德，资粮道菩萨的功德。就算是没有进入加行道资粮道，别人还有很多各式各样的功德。这样，自己的功德就会越来越小，最后就觉得这一点功德没什么，不值一提。

我们经常这样去观想，还有什么资格生傲慢呢？根本没有资格，这是一种纯粹的烦恼，是不能够产生的，但是我们现在产生了。如果存在傲慢，我们就看不到自己的过失，也改正不了；看不到别人的功德，我们也没办法产生恭敬心。

如果自己很傲慢，就像提婆达多一样——当然在共同乘当中，提婆达多基本上都在作反面典型。在有些了义的经典当中，提婆达多也是佛的示现、幻变。我们就按照共同乘的讲法，从反面典型的角度来讲。他的傲慢心产生起来了，最后连佛都不放在眼里，他觉得自己连佛都超胜了。善星比丘也是这样。他对佛陀说，我当了您24年的仆人，除了您头上的一句光之外，其他啥都没看到。他认为佛什么功德都没有，而且看到佛是很狡诈的人。连佛的功德都看不到，他就不可能产生恭敬心，他也不可能对别人产生一种好的心。

如果我们能够发现别人的功德，自己自然而然心就很贤善。当我们和别人接触的时候，越看过失，就会觉得这个人越差劲；如果我们懂得看别人功德，就能在自己认为很差劲的人身上，看到他的亮点、发光的地方，看到他的优点。如果看到优点，我们就能够找到恭敬对方、尊敬对方的依据。是不是恶人一点功德都没有呢？绝对不是，就看我们怎样去看待。如果要看过失，通过我们的分别念，连对佛都能找出过失来，何况说其他人呢。但是找出来对我们有啥用呢？看他的过失，对我的修行有用也可以，但是对修行除了产生一些更加看不起对方、更加傲慢之外，并没有产生额外的功德。而且，对圣者、上师们发现不了功德的话，自己怎么样从他们那里得到加持呢？怎么样随学圣者、修行者们的功德呢？随学不了。

所以，当我们看到他的功德的时候，我认同他的功德，就愿意去随学：这个人性格好，我应该随学；这个人有智慧，他处事比较好，我就要学习他。看到了功德之后，自己就会认可，认可之后，自己

就会去随学。并且认同功德本身就是一种善心，愿意随学也是增长自己功德的一种方法。

要反观自己的过失，把自己的过失和别人的功德去对比。不要把自己的功德和别人的过失去对比，虽然看起来差不多，但是效果完全不同。当我觉得自己有所谓功德的时候，就应该把自己的过失拿出来和别人的功德去对比，一对比就觉得自己和对方差得很远。不要把自己的功德和别人的过失比，否则就会觉得自己了不起了。

所以，我们要经常观察自己的过患，观察别人的功德，要养成习惯。一旦养成习惯，自己得到一些小的成就、利益的时候，也能够习惯性地反观自己：其实自己没什么了不起的，只是在某个方面做得比较好，而在其他方面还差得远。

当我们看不起别人、批评别人的时候，就是因为我们自己在某些地方做得好，就把这个拿出来：你这个不行。这样说的时侯，往往是自己能够做到的，就把它拿出来。自己做不到的就永远不说。别人做得很好，自己做不到，找个理由就过去了。但是自己做到了，马上就拿出来，把它扩大，然后就开始说别人的过失。这对我们相续的调伏，对认识自己的烦恼方面，不会有什么改变。所以，我们必须经常反观自己的过失，认识自己的不足，这样就更容易看到别人做得好的方面，自己的心就会很贤善。

修行佛法的第一点就是心要贤善。如果心老是处在观察别人过失的状态，我们的心也贤善不了。心贤善不了，想再上升一个层次，比如说菩提心，那就很难了。因为菩提心是非常清净的善心，如果连基本的善心都没有，那高级的善心菩提心就更没办法了。

所以，这里讲要经常观自己的过失，不要观察别人的过失；自己的功德不要去反复关注，如果反复关注自己，就会觉得自己真的了不起了。要断除傲慢，恒时谦虚谨慎。

这些修行非常好的圣者们，他们并不是没有智慧，并不是真的看不到有情的过患。他们的智慧是非常敏锐的，但是他们内心不会产生傲慢心，他们看到很多人会自然而然很恭敬——当他越来越没有傲慢的时候，对其他人也会越来越谦虚。这并不是装出来的，而是他内心当中的确已经折服傲慢了。他已经没有傲慢心，自然而然很谦虚，不是故意要去造作，而是他的确就是这样。

有些修行者虽然傲慢心还没有调伏，但是他懂得方法，经常观自己的过患。凡夫人找自己的过患太容易了，每天都摆在这的就有这么多的烦恼。只是关注这些，心自然而然就往下走了，就不会显得非常傲慢，因为他知道没有什么值得傲慢的。即使有一点点功德，但过患比功德还要多，这个时候他就可以压制住傲慢。当他压制住傲慢的时候，他就越来越发现自己的过失，功德方面就不去观察，这时功德就开始增长了。当他功德增长之后，他自然而然傲慢心越来越弱，越来越谦虚了。

在世间当中和《广论》当中，对谦虚打比喻都是这样说的。在春天的时候，最早发芽的并不是很高的地方，而是很低的地方，因为很低的地方比较湿润，水容易积聚，容易生长草木，但是很高的地方是留不住水的。大恩上师在注释当中也讲，傲慢的山岗上留不住功德的水，就是说很高的山顶上水根本留不住，它全部往下流了。越低洼的地方越容易存水。

我们的心很谦卑的话，很多的功德容易在这聚集，所以我们不能够傲慢。傲慢之后，根本没有办法生起功德，因为一点点的功德都被傲慢的烦恼浪费掉了，而且新的功德很难生起。即便是生起一点点，也因为傲慢的缘故，它也微不足道。

我们学习佛法的时候是这样，世间法也是一样。在世间法中，当一个人刚刚进入一个很陌生的系统的时候，基本上很难傲慢，因为不懂，所以也不敢说话。当他越来越熟悉，在他自己不注意时——并不是百分之百，就会慢慢变得容易傲慢。

学习佛法也是一样的。这有两种情况：刚开始的时候可能很傲慢，因为他不知道，他觉得佛法很简单，就是烧个香、磕个头，寺院里面的人就是这样，这就是佛法。他就觉得自己了不得，自己没有迷信，所有其他人都是迷信，这时他会容易产生傲慢。开始学佛法之后，这种傲慢就会被打破。但是不注意的话，另外一种傲慢就会产生。

当他真正开始学佛法时，就觉得很多东西都不懂——这个也不懂，那个也不懂，他就很谨慎。我们会发现，以前刚开始学佛法的时候，进入一个陌生环境当中，站也不敢站，坐也不敢坐，观察别人怎么做的，自己非常担心犯错误。现在很多道友刚刚学佛的时候，到团体当中来，也是非常小心翼翼：到底磕头磕对没有，或者站位站错没有，非常担心这些。

但时间长了之后，慢慢他懂了，不注意的话，傲慢心就会起来，尤其看到更新的人来的时候，他就会傲慢。对佛法的法义不懂的时候，也是觉得没什么傲慢的，这么深，搞不懂。但是当我们开始理解经论的时候，不注意的话，傲慢心也会产生。所以，我们要把傲慢的问题当成一个很重要的事情来看待，要认识傲慢，调伏傲慢。如果不调伏，虽然我们可能在累积一些福德、智慧、知识，但是这些智慧、福德能不能成为解脱的因，还不好说。因为你还没有真实认识到自己的问题，能不能成为调伏烦恼的因还不好讲。这里讲，理当断除傲慢，恒时谦虚谨慎。

戊二、无正信：

无正信也是一个垢染。

如果不具备信心，就已阻塞了迈进正法的大门，为此，要具备四种信心中的不退信心。

学习佛法并不是学习一种知识，而是为了解脱，为了内心得到调伏。真正要调伏内心，你必须要对所学的法产生一种非常清净的信心。要相信它能调伏自己的烦恼，相信这个道能起到作用。

信心是进入正道的大门。在《华严经》等经典中讲：“信为道源功德母，长养一切诸善根。”信心就是道源——一切修道之源，所有修道的源头就是信心。“功德母”——所有功德的母亲，如果有了有信心，所有功德就不断产生，就像有了母亲就会有儿女一样。如果有了信心，很多功德就会自然产生。“长养一切出善根”，可以生长、养护，没有功德就让它升起，有功德就让它增长。所以功德也需要信心的培养，通过信心摄持之后，自己的功德不断圆满。信心对我们来讲是非常重要的，我们要具备信心。

当然有些信心是属于前世的善根，他前世修学过，今生他的信心很容易产生，产生之后也不容易退失，这是一种福报的体现。如果没有这样的话，或者虽然有但还没体现出来，就要不断地学习。通过不断地学习、闻思、祈祷，让信心逐渐升起来；升起来之后，要让它变得纯正，让它增长而达到圆满。

其实学习佛法也是一个信心不断增长的过程。首先我们要信佛陀的功德，信三宝，信四谛——苦谛、集谛是属于轮回的因果，灭谛、道谛是属于涅槃的因果；相信自己可以成就，相信我们本来是佛，等等。这些信心都要产生。当我们的信心达到圆满、达到极致的时候，就能够和正法、法界相应。修上师瑜伽时，当信心圆满的时候，就能和上师相应，得到上师无二无别的加持。

如果不具备信心的话，进入佛法的大门就被堵住了。就好像把门封住了，你怎么样都是在门外转，永远都是个门外汉。我们要进入殿堂之中，信心就是钥匙。你要把大门打开，必须要有信心，如果没有信心，就像门被封住一样，你总是在外面转，你觉得好像通达了很多。有些学者，一方面缘佛法，把佛法当成学术问题来专研，有的时候也是很严谨，也是很好的。但是如果缺少了信心，他总是在佛门之外，永远进不了佛法的殿堂当中，因为很多很多佛法并不是纯粹的学识，而是内心要改变、调伏的，内心要如是如是的生起佛经描绘的境界，但是没有信心，永远没办法达到，已经堵塞了迈进正法的大门。所以，信心对我们来讲是非常重要的。

“为此，要具备四种信心中的不退信心。”四种信心，后面在讲皈依的时候还要讲，此处大恩上师讲到了四种信心。

第一种叫清净信。清净信是初级的信心，其实没有什么根据，是内心当中某种意义上善根的苏醒。什么是清净信呢？当他到了一些寺院，或者到了殿堂当中，或者看到壮观的佛教建筑，自然而然有一种震撼，然后产生一种信心，觉得这非常好，不知不觉开始流泪，这就叫清净信。没有什么根据的，他看到之后就这样。有的时候是看到上师、有的是看到佛像。有些道友、游客到了佛学院之后，以前佛学院山顶上很多的经旗，他看到那么多旗帜，立马感觉很震撼，产生一种信心：要哭

等等感觉，这就叫做清净信。是不是信心呢？是信心，但是，这种信心比较容易退。

有的时候到很多僧众的行列当中，看到之后，信心就好像很清净，但是，第二天、第三天、第四天，过了几天之后，这种感觉也习以为常了。新奇感过去之后，这种信心就逐渐要退出去，没有这种感觉了。我们也是一样，在某个圣地朝拜的时候，第一次进去，很震撼，再进去几次之后，慢慢这种感觉就会退失。如果我们只是保留在这个层次，我们的这种信心还是会退失的。这种信心叫清净信，它没有什么其它的根据，看到佛像的时候，看到僧众的时候，自然而然产生的一种信心。第二种叫欲乐信。想要得到或者想要远离，比如听闻正法的时候，放生的功德非常大，我一定要去放生。如果说供灯的功德很大，一定要去做。想要得到功德就是欲求。第一是相信功德，之后就想要得到这个功德，欲求。讲到杀生的过患特别大，他马上想：杀生过失这么大，我一定要断除。欲求心，第一个是想要得到功德方面，第二是想要远离过失方面。

他听到了法，这个层次要比第一个层次要高一些，第一个层次他只是看到震撼的景象，可能是某种意义上善根的苏醒，但是它可能不稳固的，时间一长之后，它又隐蔽住了。第二种是听到法之后，听到上师、法师讲，看到法本当中说，这样做有这样的功德，那样做有那样的过失，他就相应地生起了：我要去做，我要断除的一种信心。这种信心叫做欲求信。

欲求信就是第二等的，比第一个要好一点，但是它也容易退失，毕竟没有经过思考，只是听闻，当时有一种震撼，听到心里面去了，觉得我要这样做。很多时候听法，他的心容易变，如果听完之后不再巩固，他的信心没办法保持得很稳固。这叫做欲求信，又叫欲乐信。

第三种叫胜解信。听完法之后，反复思维，思维之后有一种定解：的确三宝的功德是这样的，自己一定要解脱，一切万法是空性的。他通过思维之后产生一个信心。通过思维产生的信心就叫胜解信，真正产生一种殊胜的定解。胜解信是通过长期思维、遣除怀疑之后得到的，所以它很稳固。一般来讲，思所生慧的定解是比较稳固的，当然也不是完全不退，如果遇到很强烈的违缘，也有可能退失的。

比如文革的时候，当时在藏地有一些学得很好的学者，一方面是整个大环境变了，一方面他的内心当中可能也有习气、业习，他的心变化了，退失了信心。他通过教理已抉择的很清楚，一般来讲不容易退失，但是那种环境太厉害了，不是一般的环境，耳闻目染的对他的影响特别大，这种信心也会退失，但是它不容易退。如果不是遇到强烈的对境，是不容易退的，但遇到了也不好说。这叫做胜解信，大恩上师在注释当中也说，这也是有可能退的。

第四种叫不退信。我们要具足四种信心当中的不退信。无论如何，他不退，要不然就是他的种性、善根完全苏醒了，他就真实不退了。不管遇到什么样的情况，他也不退。要不然通过修法生起了觉受，就不会退失了。这里面不退失，不一定是觉受，通过闻思也有可能达到不退信。

这里面不退信心是最高的，胜解信不容易退，但有可能退。大恩上师从这个角度解释四种信心，华智仁波切在此处说，四种信心当中要具备不退信。

还有一种观点，全知麦彭仁波切在《中观庄严论》注释当中也讲到了信心。他是把胜解信和不退信列为同一个程度，胜解信也不会退的。这是从另外一个角度讲的，当你达到胜解信的时候，你已经产生了殊胜的定解，是从正面讲的。反方面讲就是不退，胜解是不退的。从正面认定，叫胜解信，它也是一种很圆满的信心。从它没有违品的角度，安立叫不退信。具有同品是胜解，遣除违品就叫不退，它是一个信心的两个方面。也有这种解读方式。

不管怎么说，要稳固信心，一方面要不断学习，知道很多的道理之后，就不太容易受自己邪见的影响。虽然我们现在还会产生一些分别念，有的时候还会产生一些邪见，分别念产生之后，还不算是邪见，但是它加固了再加固，没办法解决，累积到自己相续当中，慢慢就变成邪见了。刚开始的时候，它可能只是一个想法而已，如果你通过智慧把它化解了，它就不会再加固。但这个想法产生了，你解决不了，慢慢就定型了，定型之后就会变成邪见。

这个时候，我们必须要认真地学佛经论典。因为佛经论典当中，告诉了我们打开智慧、从不同

角度看问题的很多智慧。一方面我们要听，一方面要善于思考，反反复复思考，思考之后产生定解，有了定解之后，自己的分别念产生了，自己也可以解决。如果别人的说法来了，我持这种观点，别人持另外一种观点，如果我化解不了他的语言，他的观点对我有影响，我就有可能接受他的观点。如果对方的观点恰好是一个不好的观点，我们就容易退失信心。所以我们自己的智慧一定要非常稳固，这就要不断地学，产生殊胜的智慧。

我们要生起信心，也需要不断地祈祷上师三宝加持。我们现在有一定的信心，要以这个信心为基础。以前我们有一次在龙多活佛的地方，聊天的时候，上师也是这样讲的：现在我们内心当中有个基础的信心，以此为基础，我们就去祈祷上师加持，得到加持之后，信心会增长，再以这个为基础再去祈祷，这样良性循环，信心就越来越稳固了。这也是我们平常祈祷、观修的时候，上师给我们的一个窍诀。

还有就是要远离恶友，经常和善友接触。因为善友是有信心的，他有智慧，可以帮助我们化解掉邪见，树立信心。我们要经常接触学习佛法的一些有智慧、有悲心的善友，这对我们信心的稳固、提升、清净是有帮助的，一定要长时间的去依止。佛的传记、正法的功德，要多去看，对我们生起信心、稳固信心都是必要的。总而言之，在好的环境当中熏习，尽量地远离不好的环境，要经常接近好的环境，这对我们修行佛法，增长信心都是有很大帮助的。

戊三、不求法：

希求正法可谓是一切功德的基础，

不求法也是一种过患。希求正法是一切功德的基础，所以我们要希求正法。所有功德包括了善趣的功德、小乘的功德，还有大乘凡夫、圣者的功德，乃至佛功德。所有的功德来自于不断地实践。

比如，在正法当中讲到了取舍因果之道，如果我们对善恶业、因果做取舍，善法我们经常去做，恶业我们断除，这样做善恶取舍，就可以得到人天善趣，远离痛苦，得到安乐。这种得到善趣的功德法，来自于取舍业因果的正法。取舍业因果的来源是什么呢？就是希求正法。你听闻正法之前是希求正法，我们希求正法才愿意听闻，听闻之后，我们才愿意去实践，实践完之后才可以得到相应的功德。

小乘的功德也是一样的，如果我们希求解脱，就愿意去学习、去实践，学习、实践之后就可以得到小乘的有学道乃至无学道的功德。

大乘功德也是一样的。我们要得到大乘的功德，必须要修持六度四摄。修持六度四摄，它最早来源于闻思，听闻了六度四摄，然后思考产生定解，再去实修、实践，大乘的功德就会产生。闻思最早的时候，就是希求正法，你必须要对大乘正法有希求心，你才愿意去寻找；如果你没有希求心，你也不愿意去寻找。有些道友不需要寻找，正法就送到你的手里面，如果没有希求心，他也不愿意学。有希求心是大乘道的基础。

因此，所有功德——离开痛苦、得到快乐，暂时的安乐、究竟安乐，所有的安乐都来源于修行正法，修行正法的来源就是希求正法。如果你希求正法，你愿意去寻找、听闻、修行。希求正法是一切功德基础的原因就是这样的。

求法有上中下三品，所以修行人也有上中下之分。

对正法的希求、意乐，有上品、中品、下品。因为他对正法的希求有上中下的缘故，所以如应修行者也分为上中下品。有上等希求的人，他是大修行者；有中等希求的人，他会成为中等修行者；有下等希求的人，他可以成为下等修行者；完全不希求的人，没办法成为修行者。我们到底要怎么样呢？当然，一方面我们的意乐、根基有差别，另一方面通过学法，他也会有变化的。

大恩上师经常给我们讲，有些上根利智的人，你不跟他说，你不督促他，他也会去做的。该看的书他也会看，该念的咒他一定会念，不讲什么他也会做。如果是最下等的人，你再给他怎么讲，他也不会有什么改变的，反正觉得上师每天会这样讲的，没有什么，你再跟他说，给压力也好，给鼓励

也好，讲功德也好，讲过患也好，反正他的心就如如不动。他不会有什么改变的，这种没什么变化，没什么利益的。

还有一种中间的人，你跟他讲，督促他，他就会去做；如果你不讲，不督促他，他就不做。这种情况我们就需要讲希求的必要性等等，因为他是可以改，他是可上可下的。可上可下的人就要经常讲法，经常督促。大恩上师经常在讲课的时候，给我们督促。上师也很清楚，有些修行很好的人，不讲他每天都会做，一定会做的。有些没有善根的人，再怎么讲也不会有什么作用。但是，上师也不会说：反正这些人不讲，他也会做的，所以我不讲了；反正这些人讲了也没用，我也不讲了。

有很多中间的人，如果给压力，他就精进，如果给他讲，分辨清楚了他就精进。我们很多都是属于这种人。如果持续地讲，持续地强调，我们的心就慢慢变了。如果长时间不看书、不学习，慢慢心就下去了，这个时候就需要有人在旁边督促。所以，有团队互相帮助也是很有作用的。当我们情绪比较低落时，修行比较差的时候，旁边的人就会鼓励你，提醒你，有的时候看别人的眼光，你也觉得是不是我这段时间修行不好，道友的眼光看我都不对了，也会有压力，有压力就会做些改变。有的时候虽然不想学了，但是团队在这，他跟着走，跟着走一段时间之后，他的低谷过去了，他又重新开始精进了。

但是，如果你彻底地脱离，就没人帮助你，错过了之后就没办法短时间再站起来。不管怎么样，我们学习的差也可以，你一定要往下走，走的慢也不要紧，千万不要停，一停了之后，再要想跟上来就非常麻烦。我们自己这样，对别人也应该这样鼓励，鼓励也是很有必要的。以前，我们在爬山、远足的时候，也是这样的，不怕慢就怕站。你不怕慢，反正在走就行了，你千万不要站，你站了之后，再走的时候，两三步你又想站，再走又想站，你可以慢慢地往前走，你不要停下来。只要他不停下来，他的相续就不会中断。

世间的经验也是这样的，我们修行佛法也是这样的。有些地方就讲细水长流。一下子得到一个大神通、大功德，有些人有这样的想法，得不到他就一下子垮掉了。有些人他也没什么想法，慢慢在走，慢慢在学，不显山不露水的，但是他慢慢地聚集他的能量，一段时间之后，他越来越优秀，他的功德、积累资粮到一个量的时候，他慢慢地成熟起来，他的相续就会彻底转变。大恩上师也看到很多的必要性，在不同的情况不同的对待，不同的处理，这就是大恩上师慈悲和智慧的表现。

希求有上中下三品，修行者也分上中下。如果对正法特别希求的，他就会成为上等修行者，如果没有这么大的希求，他可能就是下等修行者、中等修行者。

如果对正法从来也没有向往希求之心，当然也就根本谈不上成就正法了。

这是最下等的。如果对正法从来没有向往，一点都没有希求，当然就谈不上什么正法的修行了，也谈不上正法的成就，一定是这样的。有没有成就啊？成就的大小、快慢，其实都和希求心有关，如果你特别希求，你的兴趣就很大，你就很愿意做，很愿意做的同时，你还会很关心做的质量，因为你的确很关注这件事情。你热情很高涨，同时你会关注：我付出了这么多的时间和精力，质量如何？他会看让它质量好的因缘，到底办到了没有？如果这方面条件欠缺，他会去想办法，很积极地自己去想办法，去改变它、弥补他。我们要发愿成为上等的希求者。

虽然我们可能还没有达到这样的状态，但是我们要发愿，要回向，请上师三宝加持，让我变成上等修行人。并不是说，反正以前我都是这种因缘，现在已经变成中等、下等了，再怎么努力可能也没啥用了。佛教不是宿命论，你前世怎么样，现在永远不变，虽然变起来没那么容易。我们也不要说：佛教当中不是宿命，比如袁了凡怎么怎么样。也不能想得太简单了，是可以改变，但是你随随便便念几个咒就改变了，这也不现实。

我们要客观的看待问题，的确是可以改，但是你必须付出很大的精力才可以改。一方面，我们要付出精力，一方面我们要祈祷上师三宝加持。当我们自己的能力不够的时候，在世间上打架也是这样，当一个人打不过的时候，我可以叫很多人来。你不能说，反正我打不过就算了。世间上

他打不过，他就叫很多朋友。当我们在修法的时候，不能说我自己一个人努力，如果做不到，我就放弃。不是这样的，还可以有方法的。

上师三宝告诉我们，如果你有困难的时候，修行可以祈祷上师三宝加持的，如果有，为什么不用呢？我们在修行的过程当中，也是要精进地祈祷，每天都要祈祷，祈祷上师三宝加持我，我需要你的帮助。每天呼唤，每天祈祷，慢慢地加持力就会融入到我们的相续，修行就越来越有力量，这是非常非常重要的。上师三宝告诉的让我们修行增上的方法，一定要善巧使用的。

通过发愿、回向，每天把这当成很重要的事情，我一定要成为一个对正法有希求的人。因为这地方讲了，所有的功德来自于希求正法，你要成为上等修行人，你就是上等希求。你没有上等希求，只有中等希求，只能成为中等的修行者。我们一定要让我们的相续变成一个最好的法器，一方面我们要积资净障、认真学习，发愿回向，一方面还要祈祷上师三宝加持，都需要做。

如世间俗语所说：“法本无主人，谁勤谁得大。”

世间俗语当中也是讲了，正法是没有主人的，谁精进谁就得多、得到的利益大。正法的确没有主人的，只要你精进就可以得到，哪怕你精进的越多，你就得到的越多，没有说：正法已经被谁承包了，你再怎么精进也得不到了，今天的餐厅都被我们包掉了，你到其他地方去。没有这样的。正法是没有主人的，只要谁精进，谁就得多。

藏地还有一种说法，甘丹寺的法座是没有主人的。最高的格鲁派教主的宝座在甘丹寺里面，甘丹寺的法座没有主人，意思是说，谁精进谁都有希望得到。很多下面的人，他十几二十年开始学显宗，把显宗精通之后，考一个头等的格西，考完之后就进入密宗院，再学密宗，学完之后就通过密宗的考试，考完试之后，还要一种财力，给三大寺的所有僧众供斋。因为他需要很大的福报，所以他还要供斋，如果你供不起斋，对不起，也不行，说明你的福报不够。它也有这样的说法。当你所有的做完之后，最后还是有机会登上最高的法座。

甘丹寺的法座是没有主人的，所以很多人都很精进。其实也是一个好事情，反正最后法座就一个人，一期当中只有一个人当甘丹赤巴，他已经上去了，其他的就没有，但是大家都觉得还是有希望的、有机会的。此处正法并不是这样的，并不是说最后只有一个人成佛。谁精进谁就得多，道理有点相似，谁勤谁得大。

下面举个例子，谁到底是上等希求者，谁是“法本无主人，谁勤谁得大”呢？我等大师释迦牟尼佛，以这个作为例子，这里面就体现了本师他老人家在因地的时候，怎么样成为一个上等希求正法的人，到底是怎么样呢？我们就举几个例子。

我等大师释迦牟尼佛也曾仅仅为四句正法，而经历了挖出身肉做成千盞灯后插入千根灯芯、纵身跳入火坑、身上钉入数千铁钉等百般苦难，真可谓“越过刀山与火海，舍身赴死求正法”。

释迦牟尼佛在因地的时候不是一次、两次，无数次为了希求正法，可以把自己的身体舍弃掉。大恩上师在注释当中也讲了，“挖出身肉做出千盞灯”，也是以前他当国王的时候，虽然世间物质的财富已经圆满了，因为他是国王，不管是大国王还是小国王，反正世间的物质没有什么稀缺的，但是内心当中因为以前无数次串习正法的习气，他对正法非常非常地希求，当时的世间也不是佛陀出世的时间段，他就很苦恼，就想找正法，千方百计地找，找不到，最后好不容易找到一个懂得正法的人。其实都是天人的化现，因为整个世间都没有佛法了，那你这个婆罗门从哪里得到的佛法？

有些帝释天住世的时间很长，他的寿命很长，当以前的佛出世的时候，他在佛面前听过法，佛入灭之后，他又是天人的身份，寿命是比较长的。当世间没有佛法的时候，帝释天他听过佛法，他还记得住佛法，所以他看到这位国王这么强烈希求正法，他就下来想要考验他：我这有佛法，如果你能够把自己的身肉挖出来，挖一千个窟窿出来，而且每一个窟窿里面灌上酥油，插上灯芯，然后点燃，这样我可以给你讲四句法。因为这位国王对正法太希求了，太希求的缘故，这个条件对他来讲不是什么难题，他就太高兴了，马上就开始实行，把自己的身体挖出一千个窟窿，灌满油，插上灯，点着之后求法。

实际上所讲的法，上师在注释中讲的，它就是讲无常的四个边，“生际必死、高际必堕、聚际必散、积际必尽”四个法。

首先，积际必尽——“际”是边际的意思，它到头了。如果积累到达边际的时候，一定会消散，一定会穷尽的。比如说攒钱，我们攒很多钱、很多物资，攒到最后的时候它一定会消失，要不然就是人去世了，你攒的钱，最后的时候什么都带不走，不就啥都没有了。还有积累很多东西，这些也是有为法，慢慢它也会消散、穷尽的，这就是积际必尽。积累的边际，到头来会完全穷尽的。

高际必堕，“高”指高位，很高的位置。现在很多人追求高位，因为到了高位之后有权利、有名声。高位的边际是什么呢？高际必堕，最后一定往下走，一定堕下来。世间的官员、总统、国王，到达了高位之后，最后的结果还是往下走，一定会扔掉高位的。

从另外一个角度来讲，比如天界，比我们人间还要高，他的福报也大，你转到天界之后，它还是往下走。转到色界天之后还是往下走，乃至最后达到了非想非非想——有顶（三有之顶），你的业力穷尽了还是往下堕。在世间当中没有一个恒常的高位的，所以说高际必堕。

这样讲之后，就让我们知道：追求这些高位，暂时来讲好像是很好的，但从它最后的结果来看，它的边际到头之后还是穷尽的。追求这些其实没有什么实际的意义，如果我追求的高位，它永远不变化也可以，但是实际上最后还会抛弃掉的，没有什么真正的意义，应该修持正法。对我们来讲，也要打破对高位的执着。

一方面是高际必堕，最后一定会下来；一方面从它的支分来考虑，在高位的时候也会有很多的痛苦，《四百论》当中也讲了，下面的人主要是生活所迫，找不到饮食之具。有钱有势的人虽然饮食不欠缺，但是他的内心很苦，高处不胜寒。

高际必堕，一方面讲到了高位的边际一定会堕落的。你把箭射得再高，它也有穷尽的时候，力量穷尽就掉头往下。这是有为法的规律，不是谁在后面操作。你造了善业是一个有为法，也是因缘法，因缘法就会不断地变化，当它的力量穷尽了，一定往下走。

我们在高位上，如果对众生有利也可以，并不是说一定要马上抛弃掉，但是，我们要正确地认知到它的实际状态，知道之后就不会太执着，他可以看得破、放得下。他虽然在高位上，也能够知道：最终还是要抛弃的，内心当中早就放下了。一旦真正让他放下时候，没有什么任何障碍，就可以接受。

聚际必散——集聚的边际就是分散。“积际必尽”主要是财富方面的，“聚际必散”主要是人方面的，一家人、一个团队聚集在一起，只要是聚集的法，终归要消散的。以前佛学院在93、94年的时候，大法会几十万人在一起念阿弥陀佛和阿弥陀佛心咒，人特别多，但是再过几天、十几天，一个人也没有，全部走得干干净净。

集市的人也是一样，很多人汇集在集市当中，但它也会分散的。夫妻、家庭成员、同学、同事等等，通过前世的善业、恶业等因缘走在一起，它是一种有为法，最终会分散，要么生离，要么死别，这是客观规律。佛陀把世间的客观规律给我们讲，我们知道之后放下不必要的执着。并不是说不要让我们有亲情，而是说不要有过度的执着，过度的执着就会变成痛苦。如果你对这个问题看得很清楚，在一起的时候也互相尊重、互相利益，但是要知道：这是通过前世的因缘聚在一起的，所以，在聚集的时候不要争吵、制造违缘。这在后面讲无常的时候会讲的。

最后一个是生际必死，“际”就是终点，生的终点就是死亡，没有一个人人生而不死的。现在我已经生了，住在世间当中，但最后终究一死，这就是无常，这是有为法的规律。

佛陀把这些讲得特别清楚，让我们能够对自己的生命、身体、财富，对高位，对暂时聚集在一起的亲朋好友，能够持一个比较公正、客观的观点。有了这些客观的观点，把问题了知了，就不会产生很多额外的痛苦。当然，痛苦肯定会有，因为在世间不可能没有痛苦，但是不会产生额外痛苦。因为很多额外痛苦，除了我们通过业引发的痛苦之外，有些是心加进去的痛苦，我们看破之后，这些额外痛苦就不会再有了。即便是遇到了痛苦，我们也不会那么的难受。

就像我们修空性一样，虽然你修了空性，你的痛苦也不会马上消失，但是我知道它是无自性的，心上面额外加进去的痛苦就不会有，也比较容易接受。这并不是很消极的、很悲观的，而是很积极地引导我们去掉额外痛苦的一种方法。一方面，它的确是客观事实；一方面，也能够帮助我们减少一些执着、痛苦，不必要把很多的时间精力浪费在这上面。

他(帝释天)就讲了这四句话，国王特别特别欢喜。后面也有说，通过谛实力的加持，他身体恢复了。

记得《贤愚经》第一品当中，释迦牟尼佛成佛之后不讲法。帝释、梵天劝请的时候就讲了很多：佛陀，你老人家在因地发了这么多的愿，为了成佛，为了求一句法，做了这么多的苦行。他就一个一个复述：佛陀，你以前是这样做的，为了四句话，你把身上的肉都挖出来了；为了四句话，你身上顶千钉；为了法，你可以从火坑跳进去。现在你已经功德圆满了，你居然不讲法。反正是督促佛陀讲法，通过他的复述，很多公案就从那里面出来。我们就知道：佛陀以前为了度众生，为了把法给众生，为了求法，做了很多苦行。现在你所有的法都圆满了，所有法的功德都得到了，你应该给众生讲法，……反复劝请，反复劝请，讲了很多佛陀因地的故事。

我们在祈祷的时候也是一样的，莲花生大师您老人家，你发过愿的，现在我来祈祷你，您千万不要忘记了。金刚萨埵发过愿的。也是类似这样，其实他们并不需要我们去提醒他，但这是个缘起，你这样去呼唤、去祈祷，他的力量来得很大。

插入千根灯芯、还有纵身跳入火坑，在讲记当中也提到了。“身上钉入数千铁钉等百般苦难”，身上钉入千根钉子，为了求四法印“诸行无常、有漏皆苦、诸法无我、涅槃寂静”。有的时候只是两句话、半个偈颂，有的时候是一个偈颂、两个偈颂，不像现在整部地听，但他对法的希求心特别的大，他也不感觉到特别痛苦，反而特别欢喜。

“真可谓‘越过刀山与火海，舍身赴死求正法’。”为了求正法、利益众生、超越轮回，完完全全抛弃了自己的生命，他有这么大的希求心，最后得到什么呢？成佛。

所以，上等的希求者就得到最上等的成就。中等的就得到阿罗汉果，对正法还是有希求的。像这样都有如应的，如果你对正法特别希求，像释迦牟尼佛一样，为了求正法能够舍身赴死，最后就得到最上等的成就。

还有《辨中边论》当中讲，三地菩萨也是对求法非常希求，即便是要越过刀山与火海，他也是完全不顾，要去求法。三地菩萨知道法是法界实相的等流，实相流露出法义。我们平常说的经典，就是佛陀所证悟的法界当中流现出来的文字，指导我们修行的方法。我们说，经典能有啥用，很轻视经典。其实经典讲到了实相、修行的方法，讲到了实际的很多状况，和修法、成佛都有很大关系的。三地菩萨完全懂得了正法是法界实相的等流，所以他对法特别特别地希求。

从这个方面看，对法越希求的人，证悟越大。反观我们，如果我们对正法不是那么希求，你得到的果也很少；如果你对于因果取舍之道不希求，可能连下世善趣都得不到；如果你对菩提心不希求，就进不了大乘道。这是平等的，没有人在后面操纵，不是说谁的关系好，谁的关系不好，这些都是自作自受。自作自受除了讲业因果之外，也是你自己作自己受，你越精进得到的越多，越懈怠得到的越少。我们了解道理之后，应该达到一种自然的、无勤的精进状态，自然去求法。

同样，作为追随者的我们，也应当以强烈地希求之心，不顾一切艰难困苦、严寒酷暑而听闻正法。佛陀作为上等的修行者，最后得到了最上等的成就——成佛。同样，我们作为佛陀的追随者，也应当以强烈的希求心。讲这些公案的必要性，也是让我们的善根能够苏醒，能够让我们对于求法产生希求心。虽然我们现在还有障碍，但是通过教授、教言也能够超越障碍，让我们产生对正法的希求心。这个时候应该不顾一切的艰难困苦、严寒酷暑而听闻正法。一切的艰难、困苦，很冷、很热，有时候很困，不管怎么样，要不顾一切困难而听闻正法，只有这样，我们才能得到最大的受益。大恩上师在讲记当中讲到了能海上师以前入藏的一些经历，也是经历了很多苦行。还有我们熟知的米拉日巴尊者，他也是为了求法完全不顾自己生命的一个典范。他以前造了很重的业，他就想：

这个业如果不通过正法来清净，必堕地狱无疑。他对能够净除自相续的罪业、能够在即生成办佛果的法义，非常非常希求。他到有宿缘的上师玛尔巴尊者面前的时候，显现上他的罪业很重，他的上师为了清净他的罪业，让他成为真正的法器，也是百般的考验，这么多苦行米拉日巴传里面讲了很多。有的看起来是让他造罪业，有的看起来是做一些没有意义的事情：房子建了拆，拆了又建，反反复复做这些事情。但最后，经过很多苦行考验之后，他求法的心依然没有减退过，对正法的希求依然没有转变过。有时为了得法，甚至和师母一起配合伪造文件，在其他上师面前作个证明，好去听法，但是没有得到上师开许的缘故，也没有起到什么效果。

他什么都尝试了，最后实在不行了，他就发愿：后世一定要得到一个人身，准备自杀的时候，被摄受了。他对法的希求达到了极致。最后一给他讲法，马上就相应，而且求法之后，一辈子都在修，他对法强烈希求的缘故，最后成就了圆满的果位，度化了这么多的众生。

这些都是我们的前辈，都是典范，我们看了之后应该有所触动。我觉得传记不单单是讲一个故事，它讲了很多我们要做的，通过他们的行为、经历把修法描绘出来，如果你要成佛，就应该这样。他就开始给你示现，把他的一生变成一部正法，变成我们应该做的东西，真实版的把正法演绎出来。他交待了，第一，你要成就那么高，要对上师有信心。无论怎么样折磨，他也曾经灰心过，但是他没有生邪见，他的信心是这样的。还有对正法的希求心，如果你要成佛，像我这样的希求心也应该有。然后专注地实践。还有，你要修行正法，对世间八法应该怎么样放下。它传递了大量的依止上师、修行、业因果的取舍等信息。他完全确信：我做这么多恶业，必堕地狱，所以才会引发他后面对法的希求，引发他后面无与伦比的苦行。

我们现在对业因果还差。我们不觉得造了这么多的罪业，是不是一定要堕地狱，好像还没有确定。你当然就觉得有可能堕，有可能不堕，也有可能侥幸躲过去。我们对清净罪业的念头不强烈，希求正法也不强烈。求到之后，对实践正法也不强烈。这一系列不强烈下来，最后我们就没办法成就。它要传递很多信息，我们看传记的时候，要去看到底在传递什么。有些是描绘了大德们菩提心非常强烈，它给我们传递：你必须修菩提心。有些传递出来无常观很强烈。反正大德们都要给我们传递出某种信息，对我们修行都有用。传记其实是一个活生生的教法，有很多窍诀在里面。所以，我们千万不要把传记当故事看，里面有很多和我们修行有关的东西。《释迦牟尼佛的传记》《贤愚经》，它里面有很多：作为一个修行者来讲，应该怎么样修行。大量信息都在故事里面，都在公案当中，我们要懂得去看才行。应该不顾一切艰难困苦、严寒酷暑而听闻正法，有了这样一种希求心，正法对我们才真正起了它的作用。

今天我们就学习到这里。

所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智
托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌
杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛
哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情