

本稿仅为方便内部学习所用，非正式文稿，仅供参考！

《前行广释》第55课辅导资料

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。

为度化一切众生请大家发无上殊胜的菩提心。发了菩提心之后我们继续一起来学习华智仁波切所造的殊胜论典《大圆满前行引导文》。

我们现在学的是轮回过患，学习轮回过患主要让我们了知轮回的痛苦，痛苦本身就是一种过患。讲轮回过患的时候，我们学习了六道各种各样的痛苦，在轮回的过患中除了这些苦果以外还有苦的因。这些因只要在轮回中存在，痛苦就会一直存在，这才是最恐怖的地方。如果只是苦果，将苦果灭掉或者感受完之后就不复存在的话，那也没什么，忍忍也就过去了。但若是苦因一直存在，对众生来讲就不是一个好消息。只要轮回存在，轮回的过患就会存在，它包括了产生轮回痛苦的因和果本身。我们在学习观修引导时，一方面要真正地观察轮回中各式各样的痛苦。一方面在观察轮回痛苦的过程中，要知道轮回过患的内容包括了果和因。

我们在观修时一定要想到，只要没有出轮回，或者说我们现在的思想和行为在没有和解脱挂钩之前，只要这些思想和行为还符合轮回的模式，那么过患就不可能远离我们。即便我们现在的生活比较好，显现上也没遭受剧烈的身心痛苦，但是我们不要忘了，只要在轮回中，因就在不断地生成。如果我们的思想和行为，没有致力于和整个轮回脱钩、和解脱道挂钩的话，那么一切都是轮回的模式，所以我们要观修过患。

这里讲到了很多的痛苦，与之相关联的则是苦的因，所以我们要观察轮回的苦因和苦果。从某个侧面来讲，苦因与苦果可能与第四个引导业因果直接关联。这个业因果主要是烦恼和我执，或是我们本身在轮回中，思想和行为都没有离开过创造轮回的话，那就很可怕。

为什么要生出离心呢？生出离心就意味着我们的思想要和耽著轮回的思想划清界限，要和轮回的思想说再见。不出离的心，就是耽著轮回的心。不管是耽著财富、有情，还是事业，只要是耽著轮回，都是和轮回密不可分的一些因素。我们在观修四加行的时候，一定要让自己的心引发出“这个轮回有很大的过患，无论如何我都要致力于求解脱道”的希求，这是一定要的。只有引发出这种心，才可以进入下一步五加行的修行。如果没有引发出来，五加行还是为轮回服务的。不管修皈依、发心、金刚萨埵或其它大圆满以下的法，在出离心没有生起来之前，目标没有确定，都不可能变成真实的解脱道，因为我们的的心还是耽著轮回的。因此在最初引发出离心是修行中重之又重的引导。华智仁波切在引导我们的心趋向成佛次第的一开始，也讲到了出离心的引导，讲到了四加行，其中观察轮回过患对我们而言非常重要。

在轮回过患中，现在学习的是人道的痛苦，属于三善趣的痛苦。前面讲到了苦苦、变苦、行苦这三根本苦，还讲到了生、老、病、苦四大苦河。现在讲八支分苦后面的四种。之前怨憎会苦、爱别离苦已经学习完了，今天学第七、第八两种苦。

第七种苦是求不得苦。原文中这样讲到：

在这个世界上，可以说没有一个人不希望自己幸福快乐，可是几乎谁也不能如愿以偿。

这就是求不得。求什么而不得呢？求就是希望的意思，希望自己幸福、快乐，但几乎没有如愿以偿的。显现上有这种安乐或者有那种幸福，然而一段时间过后又会变化，又会丢失。而且在此过程中也会有很多的痛苦紧邻我们，真正完全如愿以偿的有情是没有的。

每个众生的心就是想离苦、想得乐，这是每个众生都要追求的，但为什么没有一个人可以如愿以偿呢？最根本的原因主要还是因为他还在轮回中，就是刚刚讲过的轮回的发心、思想和行为，或者说在轮回中最基础的因素是什么？为什么我们在轮回中出离不了？最基础的因素就是因为无明、我执、烦恼。这些都存在，又怎么可能在没有远离轮回最基本要素的基础上，获得一个真实的、永远的幸福快乐呢？这是不可能的。

因为无明、我执以及烦恼无时无刻不在追随我们，通过它们所发动的所有的行为基本都和痛苦挂钩，即是苦苦、变苦、行苦，总之不离痛苦。虽然阶段性的显现上可能会有一些安乐幸福，即便不从严格意义上把它定义成变苦，而是从显现上承认它就是一种幸福和快乐，但这些都无法真正长期保持。因此在人生中、在轮回中，我们总会遇到一个又一个的痛苦，将我们的快乐夺走，几乎没有办法如愿以偿。

下面就举几个例子，其实求不得的痛苦非常之多，但是限于篇幅，这里无法一一安立、宣讲，只是讲几个例子，我们则可以通过举一反三的方式，自己去观修、去观察。

有的人为了舒适安乐而建造房屋，可没想到房屋倒塌自己丧命；

这就是一种求不得的情况。为了舒适安乐，这就是求。为了追求这种舒适安乐而建造房屋。但是有一种情况，没想到房屋倒塌令自己丧命。当然这里有很多因素，有些属于地震，有些属于其它的情况。如有时候我们看到的地陷，由于下面的根基不牢，一个大坑出现之后，房屋就被吞噬掉了，这种情况也有。此外，所建造的房屋质量、材料不过关或者偷工减料，也有可能致使房屋倒塌令自己丧命。

这时我们可能会想，地球上这么多人，有多少人是死于房屋倒塌的呢？的确，如果不是遇到大的天灾、大的战争等情况，很多人的房子都是好好的。于是我们会想这也不能确定为了舒适安乐建造房屋，就会遇到这样求不得的情况。

但我们要观想，在建造房屋过程中的痛苦是很多的，建造完之后，因为房屋导致的痛苦也特别多。比如现在的人，想要买一栋房子，或者买一套房子，然后在里面舒适安乐地生活。但现在大家都知道有一个术语叫房奴，本身他买房是为了自己舒适安乐，但是买了之后，房贷就会成为他的负担，在没有还清之前，一直是被它束缚的。如果生活在这样一种状态中，他会获得真实的快乐吗？这是很难想象的。

虽然当他忘掉债务的时候，上完班回到家里的时候，的确也可以获得一种舒适快乐，但是那种压力、痛苦确实还是紧紧跟随着。即便没有房贷需要还，但房子本身也会不间断地出现这样那样的问题，所以这不是一种纯粹的快乐。虽然在事例中我们可能没有所有的问题，但这其中总有一些问题是属于我们自己的。

还有即便是房子上没有出现问题，但是有可能在其它地方出现问题，比如下面这一组：

有的人为了充饥果腹而享用饮食，结果却染上疾疫危及生命；

有些人享用饮食是为了获得饮食带来的快乐，为了充饥裹腹，因为如果饥饿就会很痛苦。而饮食是为了获得吃饱喝足的快乐，所以说想要追求享用饮食得到的快乐。但是在享用饮食时，有时饮食本身也会成为痛苦的因，这里就讲到了一些例子。

“染上疾疫危及生命”以前有，现在也有。有些人随便乱吃东西，根本不注意食品安全，由饮食而染上疾疫危及生命。我们看到报导中有些人体内长很长的虫，因为有些膳鱼、青蛙等体内有虫卵，吃后在人体内寄生，慢慢长得很长，开刀拿出来之后，让人看到觉得非常恐怖。前几年非典流行，更早的时候甲肝流行，都是因为食用海鲜、动物导致的。有些饮食本身有毒素，吃的人不但没有获得快乐反而染上疾疫，最恐怖的会危及生命，即便没有危及生命，生病住院的痛苦也是难以忍受的。

有的人为了获取胜利而奔赴战场，结果一命呜呼；

有些人想在战场当中获得快乐，那些奔赴战场的人想法、目标各式各样。古往今来有些人投身战场，就是为了扬名立万，获得一个英雄的名称，或者在战场上杀死很多敌军后获得奖赏，可以得到大笔的财富。普通士兵奔赴战场就是为了养家糊口，希望得到一些军饷。他们抱着各式各样想要获得快乐、幸福的目的奔赴战场。

战场是个很凶险的地方，虽然一部分人因为战争获得了一些名利、快乐等，但是这个过程本身也很凶险，也会令人提心吊胆，甚至一命呜呼，根本无法让人获得真实的快乐。

有的人为了谋求利润而拼命经营，结果被仇人毁得倾家荡产，沦为乞丐等等。

有些人为了赚很多钱的快乐，拼命地经营。在这个过程中，商场也犹如战场一样，各式各样的勾心斗角、尔虞我诈，此处的“仇人”不一定指拿着刀枪砍杀的人，而是商场中的竞争对手，很有可能导致痛苦出现——被害得倾家荡产或者沦为乞丐等等。古人以前比较闭塞，只能在比较小的圈子中获得一些信息。现在互联网发达，我们可以看到因谋求利润而倾家荡产的人非常多，看得都麻木了，不觉得是很稀奇的事情，说明它出现的次数特别多。

有些人觉得你说的这些痛苦我没有遇到过，是不是没有求不得苦？我们要知道，这里只是举了一些例子，不是所有的情况，不可能把所有众生的痛苦完全放在此处宣讲。还有一些人不遇到这种痛苦，就会遇到那种痛苦，反正一生当中有很多的求而不得，这从孩提时代就开始了。刚生下来的时候，我们不知道自己小时候是怎么想的，也不知道现在哇哇大哭的婴儿是不是想要求什么而不得，很痛苦而哭？这是一种求而不得，他只不过没办法表达。

当他能够表达的时候，希望会不会完全得到满足呢？也不会。这方面也是一种求而不得。随着年龄的增长，他的追求变化了。小时候就是追求玩具、糖果等，大人也要考虑一些情况，即便他们在经济上没有问题，还要考虑这样吃下去哪能行，还要吃饭呢，牙受得了吗？所以不给他买，这就是求而不得。上学之后也有求而不得，我不知道现在幼儿园还有没有争取红旗、红花的活动，以前有很多这样的，小朋友们竞争得小红花，得不到也是求而不得。

上学之后，想考试得一百，得到很多荣誉，得不到也是一种求而不得；长大之后自己有了消费意识，想要独立自主地获得很多钱财去买自己喜欢的东西，这不可能，就是求而不得；或者想考一个很好的大学，考不上是求而不得；或者考上了没钱交学费，也是求而不得。即便上了好大学，毕业之后还要面临工作问题，想要毕业就找到一个月薪很高的工作，找不到是求而不得；工作之后，你想要升职、做一个没有压力、轻松赚钱，而且一年有很多假期的工作，这样的工作哪里去找呢？也是求而不得。

真正去分析，我们整个一生都是在求而不得当中度过的，有非常多的求而不得。不能认为法本讲的理论是不周遍的，只不过法本当中没办法把我们所有求而不得的痛苦，一一拿出来讲。

即便找到了工作，还会有很多求而不得。有时候世间人想找一个很好的配偶，也是求而不得。反正你想要得到的东西都没办法。以前计划生育，因为观念的影响想要生很多孩子，超生要罚很多钱。现在可以生两个了，你也没办法生了，还是求而不得，有很多这方面的问题。即便是成家立业以后，想要子女过上一个好的生活，或者希望子女很快给你生个孙子、孙女，他却不想生，这也是一种求而不得。

对我们而言，有很多求而不得的痛苦。有些人觉得你说了这么多求不得苦，对我来讲都是可以忍受的，人生毕竟还有很多安乐。关键的问题是这只是人道一生当中的求而不得，还有很多求而不得的痛苦，需要我们去承受。从这个侧面来讲，肯定是难以忍受的。

即便你今生当中感觉不到，其实在整个轮回当中求而不得的痛苦一直都是存在的。只要在轮回当中，就没办法离开求而不得，所以我们观修的时候，一定要非常详细地观想，否则会感觉法本当中讲的和自己没有关系。我们观修的范围一定要大，不然没办法真实地去观想。我们要把求而不得的痛苦扩及到整个轮回，也就是说只要我们没有从轮回中解脱之前，远离不了求而不得的痛苦。

如果我们真实地修持并相应了求不得苦，单单凭此苦就可以让我们生起对轮回的出离心。虽然求不得苦显现上只是在人道的痛苦中出现，但是我们要观想，只要还在轮回当中，求不得苦一定会一而再再而三地出现，这是没办法避免的，想要避免它必须要从轮回当中解脱。

即便我们把没钱这种求不得苦解决了，其它很多种类的求不得苦还是没办法摆脱，这个局限性太大了，我们再怎么努力挣扎，想去摆脱求不得苦也是不可能的。最根本的就是我们在轮回当中，本身的我执、无明、烦恼，所做的种种行为，都和求不得苦直接挂钩了，怎么摆脱呢？要摆脱就必须把求不得苦的因素全部灭掉，这是你在轮回模式中根本无法达成的。必须要走解脱道，才能从

根本上灭掉无明、我执、业和烦恼。这些应该灭掉的因素都在出世间道中，比如空正见、菩提心、六度四摄等等。如果不去修解脱道，拿什么去对治轮回中的因素呢？没有。

当我们把这些修法在内心当中观想得非常纯熟时，就会真实地生起强烈的解脱心——我一定要解脱。因为在轮回当中没办法摆脱所有的痛苦，所以我们要把轮回过患科判当中，每个种类的痛苦都认认真真放到内心去观想，努力体会轮回的过患、恐怖。很多东西表面上似乎风平浪静，我们觉得轮回中人道的痛苦是可以忍受的，为什么呢？因为还有很多安乐。但这是一个假象，除了要观察三苦之外，还要思维整个轮回的场所，以及导致轮回过患的因素、内心最根本的起源就是无明烦恼。

我们一定要深入到那个深度上去，如果没有深入到轮回过患的根本要素——无明、我执、烦恼、业等方面观想，就会觉得这个问题我可以解决，那个问题我也可以通过努力去解决。但是这样去解决问题，还只是在轮回的模式当中，根本就不究竟，不是真实的解决之道，我们一定要了解。

观修的时候一定要非常地深入、细致，才可以让我们在轮回过患的观修当中，得到真正的受用，或者产生感觉，才会真正地督促我们认真修行。这种修行不是修给谁看的，而是真实地想要出离轮回，发自内心地想要解脱的心，这个时候我们就有了出离心。有了出离心之后，再修皈依、修菩提心、修集资净障，就完全不一样了。因为你所有的修行都是在基于解脱轮回，这最根本的修法基础之上展开的。展开之后你可以在解脱的基础上，进一步发菩提心。不单我要解脱，轮回是如此的恐怖，我要愿一切众生解脱，这就是菩提心。真正的菩提心在此基础上就可以引生出来。

如果我们自己没有很深刻地想要解脱轮回，却说愿众生解脱，让众生离苦得乐，那到底你是愿众生离开什么痛苦？愿众生解脱什么？你自己都没有认识到要解脱，又怎么愿众生解脱呢？所以，只有当你自己对所有轮回的过患，有了非常清晰的认知之后，觉得轮回的确非常恐怖，然后把这种心态拓展到一切众生之上，这时你就会非常确定：众生很苦，为了他们的解脱我要奋发。这时菩提心就会生起来，在菩提心的引导之下修集资净障、修上师瑜伽等，就会变成真正让自己和一切众生解脱的修法。这方面是非常重要的。下面我们再看：

虽然人们为了今生的幸福、受用得到满足，而尽心尽力、勤勤恳恳地劳作，但是如果没有前世的福德因缘，甚至解决暂时的温饱也成问题，不仅自讨苦吃，而且连累他人，到头来，所得到的只是堕入恶趣深渊无法解脱。

这段话其实已经解释了，为什么众生会求而不得？求而不得的原因何在呢？这里面就是讲没有积累福德，或者没有从轮回当中获得解脱，当然没办法解决这个问题，而且会一而再，再而三地出现求不得苦。

“虽然人们为了今生的幸福、受用得到满足，而尽心尽力、勤勤恳恳地劳作。”人们也是为了今生当中获得幸福、受用，为了这些得到满足才非常努力。在世间当中想要发达、过上丰衣足食的生活，不可谓不努力。为了致富付出了十二分的努力，就足以说明他内心当中，对于这种幸福、受用得到满足的渴望，是非常高涨的。

所以尽心尽力、勤勤恳恳地去劳作。做很多，如上这个培训班、那个学习班；或者上学的时候，选最好的学校；一定要出国留学，去接受更先进的理念或者全新的教育方式，成为一个什么样的人，为什么这样呢？就是为了得到更好的机会，让自己能够赚更多钱，赚到钱之后可以得到幸福，受用得到满足。为了以后能很好地生活，很早就开始努力、开始注意了。在求职或者任何时候，努力地学习各式各样的知识，就是为了让自己的做得更好。当然很多人都在努力，但是有些人成功了，有很多人就是不成功。

这里讲“如果没有前世的福德因缘，单单靠今生当中努力的话，就会导致甚至连解决暂时的温饱也成问题。”很多时候，我们今生当中若要得到巨大的财富或丰厚的收入，也要观待前世是否造过这样的善根，是不是有这样的福德。如果我们自己相续当中有这种的福德，而这种福德又可以

在今生当中成熟，那么只要找对了正确的赚钱方式，也是很容易的。

因为只要你有福德，你的眼光就会很独到，这其实也是因为你内心当中的福报就要成熟了，它要找一个缺口宣泄出来。当你的福报挡不住地往外溢，变成财富的时候，你的眼光看这个也赚钱、那个也赚钱；你一投资就赚钱，别人看不到的你看到了；别人觉得这个不赚钱，而你觉得可以并且赚了钱，你就有这个福德，挡也挡不住。但是前提是要有很深的福德。

如果有很深的福德，如我们说的富二代根本就不用去做什么。不是他运气好，所以我们不用去仇富，他也是靠自己争取来的，他前世做过善根，该得的。从现在世间人的眼光来看，他们会觉得命运不公、社会不公，凭什么我的父亲就不是什么？凭什么我就不是富二代？如何如何……就会出现很多的心理问题。但是从佛法的方面来解读，没有什么可嫉妒的。就是因为别人前世修过，自然而然转生到富裕的家庭去了，这是别人争取来的，我们没什么说的。

有些人生来根本就不需要去勤做，而有些人可能稍微做一些勤做，就可以找到赚钱的路子，而且赚得非常多；有的人投资股市就看得很准，买这个就能赚钱，等抛售之后就开跌，这种情况也有很多。他就是有观察的眼光，其实更深层次的是来自于他的福德，福德要成熟了，怎么样做都能赚钱。所以说前世的福德很重要。

是否完完全全都是前世的福德呢？这也不一定。在《贤愚经》、《百业经》等。很多经典中宣讲：如果遇到了殊胜的福田，有些善根今生造作，今生成熟。比如说在《贤愚经》里讲，给僧众供斋，通过僧众的威德力，善根也会今生成熟。法王如意宝、大恩上师也经常说：如果我们今生能够给僧众供斋饭的话，这个善根今生就会成熟。

但是我来理解“这个善根今生成熟”的话，我是这样解读的，不一定正确。“今生成熟”是指成熟到什么阶段？是完全成熟，还是可以成熟一部分？我的理解是可以成熟一部分，为什么呢？因为供僧的功德太大了。真正按照佛经当中的解答，完全成熟的话，的确福德是非常巨大的。但是我们说供了斋的人，善根成熟了，到底怎么成熟？比如说一般情况下，我们做一些善根，完全要等到后世，乃至于再后世才成熟。然而就是因为对境很殊胜，有时候供僧的善根，在今生当中就会成熟。

在今生当中成熟，我理解就是比一般的善根成熟要快。这是他所有善根当中的一部分，在今生中的部分钱财、财富是因为供僧而得到的。但是你得到的是不是供僧的全部呢？不是。因为供僧的福德比这个要多得多、大得多。现在得到的部分财富，是供僧的福德成熟，但只是提前成熟一部分，还有很多会在后面成熟。从时间角度来讲，一般的善根一定要在后世成熟，而它不一定在后世、也不需要后世，今生就可以成熟，但不是说所有的都可以成熟，仅仅是一部分可以成熟。

而其它的善根可能一部分也成熟不了，只有等到后世去成熟。倘若你的善根很弱，可能拖得时间越长，而且成熟起来也不是那么多、那么大。供僧的这种善根，就会今生成熟，而且很大，成熟完之后，以后还会有更多。所以这样解读会好一点，否则的话，我们看经典中所描述的，供僧的功德那么大，怎么可能只是得到一点点，就没有了呢？这是不可能的事情。所以说可能是提前成熟一部分，对我们的分别念来讲可能更容易理解一些。

“没有福德的话就非常辛劳，就连暂时解决温饱也成问题。”有些人起早摸黑地摆小摊、卖很多的小商品或街边的饮食，有些时候通过这些才勉强维持温饱。还有些时候投资失败了，什么都没有了、连温饱都没有、血本无归的情况也非常多，就连暂时的温饱也解决不了了。不仅自讨苦吃，有的时候把他人也连累了，到头来，所得到的只是堕入恶趣深渊无法解脱。连暂时的温饱都解决不了，后世能得到什么呢？什么都得不到。因为这个过程本身不是善业，而且在这个过程中，若没有以解脱的心来摄持，在追求财富的过程中，他的思想、烦恼以及所造的业，其实直接或间接和恶趣的痛苦是挂钩的。

如果我们在轮回当中，没有以正确的方式去积累善根，今生后世在轮回当中是得不到安乐的。如果我们在赚钱过程当中，没有以殊胜的善心来摄持，不管你今生当中得到还是没得到财富，在后世堕恶趣的可能性非常大。这就是轮回的过患。求不得苦所引发的一系列问题，有表面的也有

深层次的原因。

我们在观修的时候，不单单要从字面上来观，还要从它深层次的意义中去观。比如说这里面讲“堕入恶趣”这一句，他凭什么堕恶趣？它和求不得苦有什么关联？这个方面就提到了和福德有关联。福德有有漏和无漏两种，如果是有漏的福德，今生当中可以很容易赚钱，但是即便是现在的首富、富二代这种很容易赚钱的人，他们在赚钱、使用的过程当中，会不会就没有烦恼、没有贪嗔痴呢？当然不会。因为他根本没有去对治贪嗔痴，贪嗔痴怎么会自动消失了呢？

所以他在受用财富的过程当中，不能保证所有用的财富是无罪的；不能保证这种幸福安乐是无罪、没有过患的。虽然说暂时得到了，但是长远来讲，只要在轮回当中没有解脱，还是会堕入恶趣深渊。而且有些时候相续当中若没有善心摄持，钱越多越没有办法驾驭。

有些人有福德，会拿很多钱去做慈善，他的想法比一般人要超前、先进一些。但很多人有了财富就挥霍，想办法去过最好的、最奢侈的生活。在这个过程中，一方面把财富、福德挥霍的很快，另一方面也沾染了很多烦恼习气、造了很多罪业。一旦财富、福德、生命穷尽了之后，就会堕恶趣。

下面是一个归纳：

所以，古大德说：“勤劳如山王，不及积微福。”

这两句是对前面内容做的归摄。针对这种情况，古代的大德们有一个非常精辟的归纳——“勤劳如山王，不及积微福”。“勤劳如山王”，就是我们今生今世非常勤劳地去聚集财富。有些人做生意早上三四点钟就起来了，忙到十一二点才睡觉。睡完之后又很早起来，每天都是这样，没有休息的时候，勉强能够糊口。“勤劳如山王”，非常勤劳还不一定能得到，得到的和愿望差得太远了。非常勤劳，但是又能得到多少呢？

“山王”就是须弥山王。须弥山大家都知道是非常高大的，几十万公里那么高，这么大的如山王一样的勤劳，但得不到很多。“不及积微福”，今生中做得像山王一样大的勤奋，还不如在前世造过像火星那么点大的福德。“微福”有些解释成像火星那么大的福德，火星很小，烧柴的时候一炸开，火星就飞出来。在前世造了这么一点点的福德，今生就不需要这么大的勤奋而得到。因为业果是不虚的，所以尽量要修善法。

我们今生已经是这样了，回不到过去改变未来的问题。但我们还可以现在开始精进修行、改变未来。就相当于从后世回到现在，改变未来的命运。如果今生可以选择，我们肯定穿越到前世去，拼命去修善法、积资净障，把所有的钱用来行持善法，哪怕一分钱也要找出来去供僧、放生。我们肯定愿意去做，但是回不去了。

今生是属于后世的前世。假如观想我们在后世很穷，就会想：“我为什么这么穷，什么都没有？别人都有这么多？如果我能回到过去就好了！”现在可以给我们一个机会，就是回到现在，现在就是我们未来的前世。那现在怎么办呢？拼命投资善业嘛！拼命去做善法、闻思修行、调伏自心，这样就可以改变我们未来的走向。到后世的时候不需要很勤奋，很轻松地就能得到很多财富。这就是“勤劳如山王，不及积微福”，积了一点点福德都会成为获得安乐的直接因。但这只是从轮回中获得财富的侧面来讲，如果放在整个轮回来讲还是不行的。

有漏的福德仍然不可靠，当然，有没有有漏的福德善根，差别还是很大的。有了有漏的善根，在今生乃至轮回中会过得好一点儿，追求财富会顺畅得多，没有善根就很辛苦。但只是有漏的福德，对于整个轮回来讲还是杯水车薪，解决不了大问题，只能解决一段时间的问题，因为有漏的善法是不可持续的。如果没有修解脱道，就没有办法持续地修善法，快乐幸福的生活也没办法持续性地出现。因为所有的果都是观待它的因，有因才有果。如果我们要让快乐、幸福这个果持续性地发生，就必须持续性地修善法。但是我们在轮回中一世又一世地转生，能保证每一世都是持续性地修善法吗？不行。因为我们内心的烦恼种子还在躁动、成熟，它还想翻身。

所以只有一个办法，就是从现在开始修解脱道，发愿、回向，把可以用的都用上。这能保证我们

生下来就遇正法，并对正法有兴趣；在善知识面前，对善心、善行也有兴趣；持续性地以很大的方便去修，即以菩提心、空性摄持。这样力量就很大了，就可以保证我们生生世世可以获得暇满人身、遇到善知识摄受、对善法都有高度的兴趣、都愿意去实践佛法。生生世世修善法，一方面可以保证每一世都获得善趣、人身、安乐、幸福；另一方面保证每一世的修行都是一步一步地远离轮回、走向解脱。这方面一定要去好好观察思维。

所以即便有漏的福德可以解决一些暂时的问题，很轻松地得到福德，但还是不够的。

无有终止的轮回琐事究竟有什么用呢？从无始以来直到现在，很多人将全部精力都放在这些轮回琐事上面，可结果呢？只是痛苦而已。

“无有终止的轮回琐事究竟有什么用？”暂时来讲，觉得得到财富、受用是有用的，但究竟来讲的确没有什么用。它是周而复始的，没办法保证永远是这样。

“从无始以来直到现在，很多人将全部精力都放在这些轮回琐事上”，为什么是全部精力？因为根本没有解脱道这种概念或思想。所有的思想、全部的精力就是和轮回有关，没有想到要解脱。即便听上师讲了解脱的必要性和功德，但是善根不具足听不进去，那也没办法。相当于还是把所有精力都放在轮回琐事上。即便他在祈祷、供佛了，但还是在为了轮回里过得更好，为了求财、为了健康。还是为了在这个轮回里过得更有质量而已，就仍然把“全部精力都放在这些轮回琐事上面”。但这样结果是怎样的呢？因是有杂染的，所以果不可能是真实的快乐。即便获得快乐，也属于变苦，所以只是痛苦而已。

“把全部精力放在轮回琐事上面，结果只是痛苦而已”，这句话包含两个方面：一方面，没有修有漏善法的人在造恶业，想要通过造恶业的方式得到财富当然是不可能的事情，没有有漏的善业摄持，最后的结果是痛苦；另一方面，修了有漏善业可以升天或得到人道的快乐，但究竟来讲还是痛苦。这就没什么出路了，不管造没造有漏的善根都没有出路，它的结果都是痛苦。唯一的出路就是努力地求解脱，没有其它可选。

这里非常清楚地告诉我们“轮回的事你做下去，不管怎么努力、怎么精进，还是一个结果，是没办法摆脱轮回本身的”这个事实。

以前为了今生俗世的目标，大多数人的上半生与下半生都在百般努力，如果把这份辛勤努力用在修持正法上，恐怕现在已经成就佛果了，即使没有成佛，也绝不至于再度感受恶趣的痛苦。

这句教言对我们来讲非常重要，必须要反反复复去思维、引发共鸣，一定要引发共鸣。因为这关系到我们思想的走向：要确定怎么样使用我们的下半生。不单单是下半生，下一世如果还在轮回当中，怎么样去过轮回的生活？

这里就讲到了，没有解脱观念的缘故，以前大多数人，上半生为了今生俗世的目标在奋斗努力；下半生仍然准备为了轮回的琐事而百般努力；或者有些人的下半生，已经浪费在了为今生俗世努力上面，一无所得、一无所持。其实我们无始以来都是这样走过来的，因为我们现在还在轮回，所以基本上可以肯定，我们以前大多数的时间，也就是为了纯粹地追求轮回中的快乐而已。

“如果把这份辛勤努力”，比如我们三、四点钟起来开始生炉子、准备早餐、卖早点等等，一直忙到晚上十一、二点关门、数钱、休息。就用这种勤奋来发菩提心、修持曼扎、观修或止观等等。如果这么勤奋、这么大兴趣的话，可能早就成就佛果了。如果在三个无数劫之前这样做，在三个无数劫之后就会成佛，而且很快就会成佛；或者在前世这样做过，今生就会成为利根者。

但话说回来，如果我们从现在开始精进努力的话，那么以后的种种走向也会和解脱道息息相关。所以如果把这份努力用在正法上面，可能已经成佛了，因为特别投入的缘故。即便没有成佛也绝不至于堕入恶趣，因为修了这么多善法，善法是对治恶业的，可以引导我们趋向于善道。还有一点，如果从现在开始勤奋努力，有可能在后世通过往生极乐世界的方式，解决我们在轮回中的过患。

但我们就是对于世间法太过于勤奋，而对于佛法的勤奋却严重不足，没引起重视。所以在修行

佛法的时候，一方面要精进学习、好好去观修。假如有足够的福德和善根，对于解脱道产生很大的兴趣，就是成功的第一步。而现在我们对于解脱道的兴趣，可能没有打一次麻将的大，别人说打次麻将或怎样，自己就兴趣很大。但是听堂课、修一座法就没什么兴趣，去外面逛街可能就很有兴趣。

像这样对轮回琐事的兴趣和对修行佛法的兴趣两相对比，我们对佛法、解脱道的兴趣是远远弱于前者的。这—是因为轮回的时间太长，二就是今生不够努力，上师要求我们做的没有做。做了之后我们对解脱道的兴趣会越来越高涨，这是肯定的。因为我们的心可以通过这种因缘而转变，而能转变心的因缘，就是不断地闻思修行。所以这方面是很重要的。

我们心中要这样想：如今已经知道弃恶从善的分界，此时此刻，千万不能再将精力放在成办没完没了的轮回琐事上了，一定要修持真实的正法。

了解完之后要想：如今我们已经知道了弃恶从善的界限在哪里，接下来一定要弃恶从善，而从善最好相应于无漏道的善根，不要相应于有漏道的善根。

相应于有漏的善根比不修善法要好得多，但是有漏的善法远远不及无漏的善法。虽然无漏的善法现在修不了，但是要去相应它。如何相应？就是要以出离心来摄持善法。这个善法一定是要解脱的，那才相应，当然还是属于有漏，但这种想法已经在靠近无漏道、靠近解脱，这是很重要的一步。

所以说不要再把精力放在承办没完没了的轮回琐事上。轮回琐事一是没完没了，二来就是无数次的从零开始努力，到头来又归零，归零之后又开始。承办轮回琐事的思想是没完没了的，没办法自动终止，即便没什么意义也不会终止。虽然想方设法去找一些新鲜的事情做，但都是和轮回相关联的，所以我们现在要修持正法，就必须要通过认真地观修轮回的过患，比如说求不得苦。要把它修得非常纯熟、和自心相应，修得真实地觉得这就是苦、是必须要摆脱的状态，这个时候修持正法的想法才会生出来。这是第七个—求不得苦。

庚八、不欲临苦：

怨憎会和爱别离是一对，求不得和不欲临是一对。这里是一一对地来阐述的。爱别离，是喜欢的离我而去，而不喜欢的总是碰上，所以爱别离和怨憎会是一对。求不得和不欲临也是一对，一个是求而不得，一个是不求而得。求而不得、不求而得体现出来的都是痛苦。把它们分组来看比较容易理解，因为有些道友以及我们以前在观察分析的时候，比较容易混淆，感觉怨憎会苦和不欲临苦差不多。

到底差别在哪里？首先要把它们分开，怨憎会和爱别离是一组，求不得和不欲临是一组。分析的时候从主要方面来看，在前面学的时候也有这样的观点。就主要的层面来讲，怨憎会和爱别离是针对人。爱的人总是生离或死别；怨憎即不喜欢见到的人总是遇到。主要从侧面观察其中的一个特点，就是从人方面体现的。求不得苦和不欲临苦主要是从事上面来讲的。求不得的是什么？安乐。想追求安乐却得不到，这里面可能和人有关，但主要还是讲安乐是得不到的。不欲临呢？即痛苦不想遇到，但是它总会不欲而临。如是分法不是绝对的，此处主要把爱别离和怨憎会从人上面来看，求不得和不欲临从苦乐上面来看，就比较容易把它们分开。

还有一种侧面可以把这四种苦比较清晰地区别开，前面提过爱别离和怨憎会，主要是喜爱的别离了，怨憎的遇到了，从这两个方面去将爱别离和怨憎会作为一组。求不得和不欲临作为一组，求不得是求而不得，不欲临就是不求而得。求不得苦换一种说法就是：欲而不得。欲而不得就是想要的得不到，不欲而得就是不想要的却得到了，也就是不欲临。一个是欲不临，一个是不欲临，换一下概念就比较容易理解。求不得就叫欲不临；欲就是想要得到的，不临就是没办法得到。不欲临是什么呢？欲就是想得到、求的意思，不想得到偏偏会遇到。求而不得的比如安乐，天天想、日日盼就是得不到，怎么样追求也得不到。而痛苦呢？不需要去追求、不想要痛苦，却天天碰到，这个叫不欲而临。一个拼命追求就是得不到，一个是根本不追求很自在就得到了，如此也可以解读求

而不得和不欲临。

不欲临和怨憎会这样一分就比较清楚了，求不得和不欲望临一个是很勤奋地去追求得不到，一个是不追求便得到，和怨憎会是有差别的。怨憎会当中没有体现出这个意思来。所以第七个求不得可以说成欲不临。欲就是求的意思，不得就是不临，就是欲不临，想要的降临。第八个不欲临就换一个词，不欲临就是不想去追求的、不想得到的就得到了。所以从这方面可以分得比较清楚一点。下面再看不欲临苦。

我们可以肯定，希望自己受苦受难的人在这个世界上一个也没有。但是，不愿意也要感受。

首先众生都是想要离苦得乐，没有一个人希望自己受苦的，但是不愿意也要感受，这个叫不欲而临。

不欲而临的是什么？是痛苦。求而不得的是什么？是快乐。所以它们的主体是苦和乐，即苦乐。即快乐是求而不得，痛苦是不求而得、不欲而临。快乐求而不得是因为什么？因为没有福报。痛苦不欲而临是什么呢？是恶业太多。众生的所思所想、种种行为都会和罪恶挂勾，自然而然的是这样。即使每天勤奋修法去对治，都很难压得住生烦恼、造业，何况根本不对治，那相续当中的罪业岂不每天都开了闸门一样？这么多的罪业怎么可能摆脱得了呢？所以不欲而临是很正常的，因为内心当中的痛苦、烦恼、罪业的种子每天都在成熟，每天都在种、都在加深，怎么可能不遇到痛苦呢？不欲而临是轮回当中众生的心态，就是善业很难造作。具足善业、发一个善心、修个善法需要很大的勤作才能够创造出。但是造罪业就很容易，罪业特别容易就可以承办了。通过这种条件、规律，也就决定了在轮回当中的安乐是求不得的，而痛苦是不欲临的。

想改变这种现状就必须取舍因果，这是一个苦差事，因为它和我们轮回的习气背道而驰。单单取舍因果还不够，为什么呢？取舍因果有可能是有漏的，取舍好、断了恶、修了善法有可能只能成为不堕恶趣得到善趣安乐的因而已，那又如何？即便得到人身，痛苦还是在这儿。得到天人又怎样？后面我们会学天人的痛苦，痛苦还是在这儿，这是没用的。所以想摆脱就一个选项—解脱道。唯有生出离心别无他选，没有办法一手抓轮回安乐、一手抓解脱道。

一心一意追求解脱道的过程中，如果真正放弃了对轮回的追求，世间的安乐会附带获得；但是追求世间快乐过程中，解脱的快乐却不会顺手获得，这个一定要分清楚。只有一心一意地放弃对轮回的追求，然后去追求解脱道。不断地发善心、积累资粮，乃至没有获得解脱之前，虽然还会在轮回当中流转，但在流转的时候，那些修行的高质量的善根会成熟，会帮助你获得人生、财富、庄严的相貌。虽然获得了这些，但是内心中有出世间的善法的支撑，不会被束缚。这种安乐、庄严的相貌不会和烦恼有染、不会和不善业有关系，它会成为一种无罪的安乐。而有罪的安乐是在轮回当中夹杂着烦恼的。追求解脱道获得的快乐是无罪的安乐，是极为稀有的。

因果规律一定要搞清楚，否则还对轮回的安乐抱有希望的话，那就错了。一心一意地修解脱道，不追求轮回的安乐，它自然而然找上门来，咚咚咚地敲门，“你是谁呀？”“我是快乐，请开门。”所以放弃对轮回安乐的追求，一心一意地修持解脱道的安乐，世间的安乐就会一直追随着你。但是如果你去追求它，它就不睬你了。这是由心态和修行善法的心决定的。因为抛弃轮回的思想，相当于以出离心来修持善根，这个善根很纯净，而且会对治烦恼，所有可以染污善根的东西，在出世间道当中都能得到对治。一心一意修持出世间道的时候，以出世间道的心所修的善根，本身就具足对治轮回过患的所有的要素。空性可以对治我执、无明；菩提心可以对治自私自利；出离心可以对治轮回的染污。

所修的东西都是纯粹的善根，不追求轮回的快乐，自然而然就会得到更多。但是如果去追求轮回的快乐，就意味着我执、无明、烦恼，所有的东西都在这里，一个都没有扔掉。通过这种心态去追求轮回快乐、去修善法，这些染污的东西在你的善根当中都存在，注定获得的快乐不会长久、不会纯净，而且你本身还是和轮回相应。

我们应抛弃对轮回的执著，大可放心地去追求解脱道。倘若担心一旦去追求解脱，我的快乐谁

来负责？尽管放心，只要用纯净的心去修解脱的话，快乐是永远不会离开你的。甚至于成佛的安乐、解脱道的快乐都可以得到，轮回的快乐更不在话下。在学《入行论》菩提心利益的时候，这些都讲了很多，所以我们一定要把这个问题搞清楚，现在是不想、不敢修解脱道，为什么？因为觉得一旦修解脱道，就意味着要和轮回的快乐说Byebye了，操心这个其实多此一举。如果去追求轮回的快乐它反而跟你Byebye，你不理睬它而去修习解脱道，它反而尾随着你后边跑，根本就离不开你，这种轮回的快乐是非常纯净的。

你可以得到很庄严的相貌、很多财富；虽然拥有享受，但是根本不会执著。它控制不了你，而是你控制它。现在我们追求的轮回的快乐，是完全受它控制的。它稍微变化一点，比如财富少一点点马上就开始揪心了，被它所控制，这很明显的。一定要把这个问题通过思维和观修的方式搞得很清楚，之后就会真正一心一意追求解脱道。这种修法善根非常纯净，直接和解脱道相应。表面上修善法实际上不相应的情况根本不会出现。前行的教义非常深，要认真思维、学习。一旦相应，我们就会变成非常标准的修行人，也可以变成很标准的求解脱道的人。这方面非常殊胜。

比如说，以往昔的业力所感成为国王的臣民、富翁的奴仆等那些人，他们完全是身不由己，不愿意也必然受主人人们的控制。

这就叫不欲而临。不欲而临是由于善根很薄弱、罪业很深厚。随着往昔业力招引，会成为国王的臣民、老百姓，或成为富翁的奴仆等等，或者在某个公司做事，必须要听顶头上司的话，这时就会感受到很多身心的痛苦。这些是身不由己的，不愿意感受但还是要受这些主人人们控制，也是一种不欲临。

不欲临苦浅层次的因就是恶业，深层次的因就是我执和无明。因为只要在轮回，就摆脱不了。即便这辈子是高高在上的国王和富翁，下辈子仍然会遇到这个情况。即便是富翁也有不欲临苦。《四百论》中讲得很清楚：“胜者为意苦，劣者从身生。”胜者的胜是殊胜的意思。这些富翁的苦主要是内心的，非常操心。劣者就是一般老百姓，主要是身体、受用上的苦，吃不饱穿不暖。都有各自的痛苦，都有不欲临，并非国王或富翁就没有不欲临苦。

所以轮回中没有十全十美。如果在轮回中追求十全十美，就走错路了，这里根本不是要进来的地方。要追求十全十美，就追求解脱道。如果认为找不到也可以，能够找到一部分就行了，但这在轮回里也没有。总的来讲，跳进火坑之后，没有什么快乐的地方，只不过变一个花样烧你而已。轮回当中变着花样让你受苦，其本身都是苦的地方，没有一个安乐之处。我们已在火坑中，现在要出去，不能留恋它。不是说这个地方的苦受够了，换另外一个火坑受苦，从甲号火坑换到乙号火坑，这不需要。都是苦，没什么留恋的。现在让我们彻底对轮回死心，不要再对它抱有什么幻想，那里没有快乐。轮回没办法保证我们任何东西。我们幻想它，它承诺过给我们快乐，但千万不要相信它的谎言，它承诺的都是不算数的。轮回本身就是痛苦，怎么承诺给你快乐呢？这方面一定要认认真真地观想，然后生起出离心。

哪怕仅仅犯了微不足道的错误，也会大难临头，措手不及，即使当下被带到刑场，也只好硬着头皮跟着去，根本逃脱不了。

这就是一些痛苦的具体表现。

以此为例，我们就能明白所谓的不欲临苦。

通过这个例子，就知道什么叫不欲临苦，以及不欲临苦的表现方式。下面引用无垢光尊者在《窍诀宝藏论》中的教言，看他老人家怎么诠释不欲临苦的。

如全知无垢光尊者说：“家人亲友虽欲恒不离，相依相伴然却定别离；

这里的不欲临苦是什么呢？“家人亲友虽欲恒不离”，一般的人都对家人亲友有很深重的感情，虽然想恒时不离开，相依相伴、一起感受快乐，“然却定别离”。这种别离也是不欲而临，不想要分开，但总有一天会分开的。

美妙住宅虽欲恒不离，长久居住然却定离去；

装修很豪华、居住很惬意舒适的住宅，虽然想永远住在这个地方，但“却定离去”，还是会离去的。或是房子出问题倒塌了，或者因为工作的关系要离开美好的家乡，或者要死去了、必须离开这个地方，没办法再拥有了。想要相依相伴、对这房子很执著，但还是会离去，这也是不欲而临。

幸福受用虽欲恒不离，长久享受然却定舍弃；

我们都想永远牢牢抓住幸福受用，想要长久，最好这种快乐保持到永远，但这是不可能的。虽然想长久享受这种快乐，但最终还是会舍弃。幸福受用也是因缘而生成的，因缘在不断变化，所谓的幸福受用也会变化。尤其是这个身体会死去、衰老，怎么可能永远获得幸福受用呢？生病了，这个幸福受用就感受不到了；死亡之后幸福快乐也感受不到；还有家里发生变故时，这种变故的痛苦也会顶替幸福和受用的快乐。所以长久享受也是绝对不可能的事情。

暇满人身虽欲恒不离，长久留世然却定死亡；

每个人都想长寿，最好是又长寿又年轻，但是这怎么可能呢？如果想要年轻就长寿不了，想永远年轻那就早早死去。想长寿肯定会衰老，哪有长寿不衰老的情况？想要永远十八、二十岁，那是不可能的。想要把人身长久留世，但还是会死亡。暇满人身是能够修行善法的人身，有些修行者可能想自己的暇满人身永远保留住、要修善法，但这也是不可能的。一般的人没有暇满人身的概念，就想自己这个身体最好能够永远不死，即便是在病中，只要不死就可以。但这不可能，还是会死亡，这是无常的规律。

贤善上师虽欲恒不离，听受正法然却定别离；

还有依止的很贤善的上师，想要生生世世永远依止不分开、永远要在上师座下听法、得到上师的加持，但还是会别离。就像米拉日巴尊者和马尔巴、冈波巴大师和米拉日巴尊者也是这样分离的。有时因为各自的事业或者要去修法，有些是生离或死别，不是弟子死了，就是上师入灭了。虽然想要恒时不离上师听闻正法，但还是会离开的。

善良道友虽欲恒不离，和睦相处然却定分离。

很多贤善的道友，相互提携、相互进步。虽然想要恒时都不离开，但还是一定要分离的。因为每个人有每个人的业，轮回当中是不可能永远不分离的。真正想要永远不离开上师的话，那就和上师完全相应，得到与上师无二无别的果位。如果想要和道友不分离的话，也需要证悟一切万法的本性，这时可能就可以，否则是不可能的事情。

今起该披精进之铠甲，诣至无离大乐之宝洲。

真正想要不离开就只有一个办法：披上精进的铠甲，然后“诣至无离大乐之宝洲”。无离大乐之宝洲就是解脱道、法界的尽地、真正的究竟实相。究竟实相是无为法，到了就永远不会离开的。而且这个法性和上师、道友的法性，和前面所讲的世间人的法性、财富等等的法性都是一体的。这是真正的永远不离的解脱道。

于诸生深厌离道友前，无有正法乞人我劝勉。

无垢光尊者说：“对于这些生起了甚深厌离心的道友面前，没有正法的乞丐我，向你们劝勉”。“无有正法乞人”，上师老人家解释说，一方面是无垢光尊者谦虚，他说我是乞丐一样的人，意思是没有正法、很贫穷；另一种解读是他很自信，无有正法乞人就是无勤作的瑜伽士之意，没什么可修的、不用刻意修正法，什么都不执著、安住在无勤的大圆满之道，这方面也是真正自信的表现。

上面讲到了不欲临苦的种种情况。

只有自己往昔积德的善因才能出生财产受用、幸福名誉等的果，如果有了这样的因，那么善果不求自得。相反，如果不具备这样的因，那么就算是再怎样兢兢业业、勤勤恳恳，非但不会如愿以偿，反会适得其反，遭遇不幸。

这也可以说把前面求不得和不欲临两种情况的因都讲了。只有往昔积累的善因才能产生财产受用和幸福名誉，这样就不求而得、所欲而得。想要得到长寿、财富，就可以心想事成。

如果想要更深层次的心心想事成，那就是极乐世界，想什么就有什么。当然，到极乐世界之后还

会不会想世间当中的这些东西？可能不会想了。一心一意全都是善念、善心，因为极乐世界的加持就是这样的。原则上在极乐世界想什么就可以得到什么，想炒白菜，肯定会得到炒得很好的白菜，那里有这个能力满足你。但是到那个时候哪里还会想这些？根本就不想了。因为到了极乐世界之后，思想自然而然被阿弥陀佛的愿力、极乐世界的环境摄持。去了之后会产生什么样的心态，阿弥陀佛早就发了愿了。所以到了之后思想就升华，这些东西不会再去想。真正圆满的心想事成，就是成就佛果。

一切心想事成都是善因而导致的。善因的层次有很多，有漏的善因可以在有漏的福德上心想事成，但这是相对的；无漏的善因，比如往生极乐世界的善因，也会在那个层次上让自己获得财产受用等等。圆满的无漏善因，会让我们成熟十种自在、成就佛的果位。所以有了这些，善果不求自得。如果不具备这样的善因，即便你很勤奋也得不到（不欲临），反而会适得其反，遭遇不幸。

这样，求不得苦不同的面，在这里都有表现。

所以，我们应当依靠知足少欲这一取之不尽、用之不竭的财宝。

所以，我们修行的时候应该知足少欲，心才会安住在相对的平静状态中。如果不知足、多欲，心就会躁动得很厉害，不知道自己应该如何取舍，完全迷失在多欲和不知足当中，会做很多违背因果、生起烦恼的事情。在世間当中，知足少欲的人容易过得非常幸福，会很满足。在修解脱道的时候，如果知足少欲，就会以更多的时间来精进修持。有了这个基础再修善法，就可以获得“取之不尽、用之不竭的财宝”。

知足少欲本身就是财富，可以让你获得幸福和快乐。你兢兢业业、勤恳去赚钱，就是为了获得幸福、受用和快乐。幸福和快乐是感觉，是心理上的满足感，会不会因为财富而多少呢？财富虽然有一定的影响，但是最根本最深层次的满足，还是来自于内心。如果你不满足，即便成了世界首富，仍然会很痛苦；如果你知足少欲，幸福和快乐的感觉很容易获得，甚至比国王的快乐还要大，还要满足得多。这绝对不是吃不到葡萄就说葡萄酸的心理，这种快乐是内心很深层散发出来的东西。他不愿意再去追求多欲，因为这种幸福感和快乐会丢失掉。所以知足少欲本身是一笔财富，而且以这种财富做基础，还可以获得更多圣者的“取之不尽、用之不竭的财富”，这就是一个从乐至乐之道。

如果我们没有集中精力修行正法，入了佛门之后还是忙碌今生尘世间的琐事，那只能是自我痛苦，受到圣者呵责。

如果我们现在还不明白这个道理，没有集中精力修行正法，进入佛门之后还是形象上的修行，还是忙碌今生尘世间的琐事，那只能是自我痛苦，受到圣者呵责。圣者并不是因为你没有听他的话、和他对着干，生烦恼呵责你了，而是你的行为是自我毁灭之路，呵责是为了让你警醒。不像世间人，“我是你的领导，你应该听我的话”，从这得到满足感。完全是因为你走错了路，让你回头，让你警醒的呵责，这和世间的呵责完全不同。

米拉日巴尊者说：“本来佛陀世间主，为摧八风（指世间八法）说诸法，如今自诩诸智者，岂非八法反增长？”

米拉日巴尊者对一个修行者做了这样的教言。“本来佛陀世间主”，佛陀就是世间的怙主。佛陀宣讲的佛法，都是为了摧毁轮回、摧毁我们对世间八法的耽著。“如今自诩诸智者”，现在很多人自诩是智者，通达佛法的这些人，“岂非八法反增长”。这就有很大的矛盾，为什么？你是精通佛法的人，是智者，你知道佛陀是为了摧毁世间八法而说了佛法。你现在精通了摧毁世间八法的佛法，反而世间八法的心修得更增长了，那就不是佛法了。我们要认真观想这个问题。

佛陀的佛法一定是对治轮回、对治烦恼的，如果我们学习了佛法，知识、认知增上之后，瞧不起道友，自我意识膨胀，你学的是佛法吗？佛法有这个功效？当然不是。佛法是摧毁世间八法的，我们也应该以摧毁世间八法为目的而学佛法。也许你学到了佛法的皮毛、几个佛法概念，但这不是真正的佛法的精髓和本意。佛陀为什么讲佛法？是为了摧毁我们对轮回的执著、摧毁世间八

法、摧毁烦恼。所以我们要用佛法摧毁烦恼，而不是增长我慢、增长世间八法。如果增长了，不是佛法不对，而是我们没有真正地理解佛法，没有实质使用它。

如来护持诸戒律，为断俗事而宣说，如今持戒诸尊者，岂非琐事反增多？

如来宣说护持六根的戒律（“如来护持戒律”不是佛陀护持戒律的意思），如来宣讲能护持我们身、语、意三门的戒律，是为了能让我们断除俗事、世间的琐事。“如今持戒诸尊者”，如今自诩自己守持的戒律很殊胜、很清净的诸位尊者，岂非他们的琐事反而增多了？不但没有用戒律减少琐事，反而持戒精严的人的琐事越来越增多了，这是不对的。

往昔僧人之威仪，为断亲属佛宣说，如今僧人诸威仪，岂非过分顾情面？

往昔僧人的威仪（就是行为）应该是断除对亲属的眷念。佛陀宣讲了僧人出家、剃头、远离亲人、远离故乡等，都是为了让僧人们用精进的心态来修学佛法。但是现在僧人很多行为“岂非过分顾情面”，不但没有断除对亲人的执著，反而过分地顾及情面，频频联系，这和佛陀宣讲的僧人威仪也是不相应的。

总之若未念死亡，修持正法徒劳矣！”

总而言之，如果没有忆念死亡，修持正法都是徒劳无益的。念死其实就是让我们的心调伏，让心和解脱道相应。如果没有，我们修持正法就是徒劳无益的。

总的来说，四大部洲世界的人类都无有安乐可言，尤其是我们这些生在南赡部洲的人们，如今正处在五浊恶世，没有一丝一毫安乐的时候，唯有感受痛苦。

“总的来说，四大部洲世界的人类都无有安乐”。四大部洲都是轮回的，所以它的人类都无有真实的安乐可言。南赡部洲的人虽然从修解脱道来讲是最殊胜的，但是从福德来讲，却是最弱的。南赡部洲的人们“如今正处于五浊恶世”，劫初的时候，人们的快乐、富足甚至可以与天人媲美。每百年减一岁，现在已经处于五浊恶世了。有些地方讲人寿在进入两万岁以后就进入浊世，就开始慢慢的浊起来，现在已经从两万岁减到人寿一百岁再往下，是五浊越来越严重的时候。没有一丝一毫安乐的时候，基本上唯有感受痛苦。

年复一年，月复一月，日复一日，朝朝暮暮，转瞬即逝，时世越来越污浊，劫时越来越恶劣，佛法越来越衰败，众生的幸福逐渐减灭低劣，想到这些，伤感之情就会油然而生。

一年一年、一月一月、一天一天，“朝朝暮暮，转瞬即逝”的时间，越来越靠近衰败。我们的时世越来越污浊——现在看起来虽然文明很发达、科技很先进，但总体趋势是越来越污浊。现在很多人也认识到了问题。表面上非常繁荣，交通工具、电脑、手机这些东西，的确比以前要方便很多。若去一个地方，以前嘴巴就是路，必须一路问着走，现在就不需要，导航打开就可以了，很精准地把你指引到目的地。这方面比以前便捷得多。

但是有很多问题越来越严重了，最不宜的不外乎就是环境，还有人心。人们心理的变化、精神世界的变化是很明显的。从这个侧面来讲，时世是越来越污浊，劫时越来越恶劣，天灾人祸越来越多。佛法也是越来越衰败，对闻思修行有兴趣的人越来越少。而且真实想要弘扬佛法的大德们，总是会遇到干预，或者因缘没办法集聚。如果做非法的事情，很容易就因缘集聚了；但是要讲法、共修，很多时候你刚开始，他那边就这不能做，那不能做，很多事情都容易出现。佛法越来越衰败，因为众生的福德越来越弱，能承办修行佛法的因素越来越少，而且众生的心识慢慢地不在佛法上，而是去追求世间八法的，也越来越多了。因为佛法越来越衰败，取舍因果越来越少的缘故，众生的心态越来越恶劣，所以导致众生的幸福逐渐地减灭、低劣。

“想到这些，伤感之情就会油然而生”，这就叫轮回，我们处在轮回中的状态就是这样的。

我们好好观察一下：我们不知道轮回的情况，是“不识庐山真面目，只缘身在此山中”。但是佛陀还有上师们处在旁观者的侧面，他们已经解脱轮回，用智慧看得很精准，告诉我们：你们正在轮回的迷魂阵当中挣扎。如果不给我们指出来，我们永远发现不了自己到底处在什么阶段、什么现状，该做什么都不知道。这些看似很简单的词句，其实完全就是佛陀乃至上师们的智慧、慈悲、善巧

方便，告诉我们现在是处在很危险的、很痛苦的状态当中，以此来点醒我们。否则只凭我们自己的认知，最多会发现环境越来越差了，人心也差了，以前那种幸福感越来越难寻找，全方位的认知是不会有有的。

佛陀还指出了我们应该怎么做。当然我们生在这个世界当中，也有义务对环境等方面做贡献，能节能就节能，能减排就减排。但是对我们而言，第一是要有出离心，从轮回里面出来；第二是尽量帮助别人来修持解脱道和取舍之道，而且要发一个很长远的愿。现在是五浊恶世，我们不能这样认为：到了人寿十岁自然会往上走的，然后超过两万岁又到了很快乐、幸福的时候了。它总是一增一减、一增一减，永远是这样，所以不管贤劣贤劣怎样不断地变化，有情总是处在这个状态中。我们还是有义务发起长期的利益众生的愿：他们这样随着时间增减、贤劣，我们有了智慧、有了能力之后，也要投生在轮回当中，跟随他们增减。在增减过程当中，把众生一个一个度化出轮回，一个一个让他们觉醒，这就是我们以后要做的长期工作。我们在思维过程当中应该引发这方面的思考和发这样的愿。

再者说，南瞻部洲是业力的地方，一切贤劣、苦乐、凶吉、善恶、高低、法与非法等都是不一定的。

南瞻部洲是业力之地，所有的贤劣、苦乐、凶吉、善恶、高低、法和非法都是变化的，都没有可靠的，我们只有非常、谨小慎微地做取舍。我们认为现在很好，可能就会变得很下劣；现在很安乐，可能就会变得很痛苦；现在很吉祥，可能就会大祸临头；现在处在善心状态，可能过段时间后恶心就会膨胀；也许我们现在处于高位，很快就会处于低位；现在我们正处在正法当中，可能过段时间非法的心就生起来了……这一切都是不一定的，所以要非常小心。其实就说明我们现在是身处险地，暂时的吉祥和暂时生起的善心不能代表什么，我们还没有完全到达可以松一口气的地方，所以每天都应该非常小心谨慎地对佛法进行闻思取舍，这对我们来讲非常有必要。

通过审视我们日常生活中有目共睹的这些事实，自相续必然会进行取舍。

这就是引导，就是窍诀，告诉我们处在哪里，应该怎么做。引导文就是引导我们的心逐渐生起对整个世间的认知，对自己当前现状的认知，然后进一步生起进行取舍乃至解脱轮回的心态。

全知上师无垢光尊者说：“有时观察自现之顺缘，了知自现觉受现助伴；

无垢光尊者说有时我们要观察自现的顺缘，就是有些顺缘是自现的。从哪里自现？从觉性当中自现。“了知自现觉受现助伴”，了知了这种自现的觉受之后就会成为生起觉性的助伴。因为我们知道，这些都是从觉性当中显现的，了知它是自现之后，就可以通过修行的顺缘了知它觉性的本性。

有时观察有害之逆缘，即是断除迷执大要点；

有时候来观察对我们、对修行、对生活有害的违缘。观察它的本性就是觉性，是空性的，观察之后就可以断除迷执，这是要点。我们通过违缘进一步了达实相，安住实相，迷乱执著就会消失，就不会因为违缘而产生很多烦恼。

有时观察道友他上师，了知贤劣促进自实修；

有时候要观察道友和其他的上师们，了知贤劣促进自实修。为什么观察其他上师和道友就可以了知贤劣呢？有些上师显现得非常功德圆满，有些上师显现有过失，有的道友很好，有的道友不好，因为他们所修的法、发心是不是贤善、行为是不是如法而导致了修行是否成功。通过这样的了知促进自实修。应该追随贤善上师们的足迹，好好地实修。看到失败的例子之后会想他为什么失败呢？他可能没有发菩提心，可能耽著世间八法，可能对其他上师生邪见，我不能这样，应该断除这样的过失。所以了知贤劣可以促进自己真实地修行。

有时观察四大之幻变，了知心性之中无勤作；

有的时候观察地水火风的变化，有的时候有，有的时候没有，“了知心性之中无勤作”。在变化时观察：它虽然表面上变化，但本性完全没有变化，心性当中一切都是无变化安住，当中没有勤作而

修。就是说表面上在变化，但它的实相没有变化，这是心的本性。

有时观察自境建筑财，了知如幻遣除迷执；

有的时候观察自己的境界、自己了知的外境，或者建筑物等财富，了知一切都如梦如幻，而遣除对它们迷乱的实执。

有时观察他人眷属财，生起悲心断除轮回贪。

有时候观察他人为了眷属而争执、耽著、造业，为了自己的财富也是在积累、维护、增长时都痛苦等等。这个时候对他们生起悲心而断除自己对轮回当中的眷属、财富的贪著。

总之于诸种种显现法，观察自性摧毁迷执。”

总而言之还有很多可以观察。通过观察种种显现，观察他们的显现法的实相本性，就会摧毁迷乱的实执。这就告诉我们要认真地修行心要法，耽著轮回法是没有用的，没有什么实质可言。我们要通过变幻不定的轮回的现象进一步了达它的实相（就是观察它的自性），通过了达实相，摧毁对轮回一切的迷乱实执。

所以比较高的见解，可以反过来帮助我们生起一个比较高层次的出离心——这些东西有什么可执著的呢？它们的自性就是空性，就是实相的，我追求这些现实反而显得很可笑。如果我们对法的本性，法的实相了知的越甚深越透彻，就会越觉得轮回的法是可笑的，越觉得它是虚无缥缈，如梦如幻的。但如果我们对法的实质了知的越浅，就越觉得值得我们执著、追求和拥有……。所以说见解越高修行越深，对于显现法的本性了知越透彻，我们越觉得它虚无缥缈，越觉得执著、追求、耽著它是很可笑的事情，就越对它没有兴趣了，就越对执著这些法的有情生起大悲心了。所以这高高的法对下面的基础的法也是有帮助作用的。下面的法可以帮助生起上面法的境界，但是从见解上面来讲，我们有更高的见解反过来对我们的出离心、菩提心，会有很好的提升作用。所以大恩上师经常让我们学习很多法，不管有没有达到那个程度，反正要去学。学完之后你返过头来看，以前所执著的东西你会觉得简直太可笑了。我们要依照尊者所说而实地修行。

今天我们的课就讲到这个地方。

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