震醒常执迷梦

无常三法合集

警策篇　要诀篇　觉醒篇

益西彭措堪布　译讲

目 录

警策篇

显示寿命无常之厌患道歌原文 1
显示寿命无常之厌患道歌讲记 4

要诀篇

无常要诀原文 99
无常要诀讲记 101

觉醒篇

此世现相厌患歌原文 129
此世现相厌患歌讲记 133

显示寿命无常之厌患道歌

——潺潺涧流妙音

晋美彭措法王　著
益西彭措堪布　译

放收无量曼荼天作者，无等恩师法王麦彭尊，
住于吾心莲花盛妙垫，唱起零星自然悟道歌。
夏有洁净草木花娇艳，心喜犹如天界之美景，
秋冬瑟瑟风霜降临时，唯是无喜反增厌患心。
美妙布景繁花丛园中，音声悦耳相竞可爱蜂，
彼欲久享欢愉之嬉戏，然无法遮前世业显现。
茂密林中杜鹃之欢唱，婉转悦耳优美之供品，
寒秋来临细想彼情境，岂非显示无常善知识?
细雨氤氲生长七彩虹，飘浮云前似现极绚丽，
瞬间消失不知何所踪，若能细想无常极明显。
秋季白云堆聚如雪山，非坚无迹消失天空中，
现世快乐无有可信处，此喻如是教诫厌患人。
广阔坚固三千大千界，终被火水风灾所毁坏，
几人所建房屋及院墙，必知此等无有可信处。
寿命长达大劫具五通，禅悦为食天神与仙人，
无法躲避死主阎罗敌，无有自身死想即邪念。
昔有四洲权势圆满者，某些闻名转轮圣王尊，
如今思时唯名无其他，微弱自身定无坚实性。

断证圆满诸佛及佛子，曾如空中群星般出世，
揭示诸行无常现涅槃，深知此例亦念皆无常。
寂静净土桑耶大殿中，师君三怙主眷圆满相，
当时思彼真是甚欢喜，如今思忆实乃极悲伤。
若未如理闻思清净教，仅估计心不能断无明，
年迈时成家眷九人主，临终老者无善转恶趣。
舍弃实修经幻心三续，唱诵吹奏敲等计深法，
无有厌足贪享黑信财，临终命断自罪极明显。
机灵聪慧求法青年僧，心中贪著讲辩之名望，
苍螺白发或得博学位，然汝人间得乐亦短暂。
轻视三学不修道功德，谋取今生积财伪僧徒，
临死之时欲心仍无际，然阎罗王铁律无延缓。
身体衰败白发之老人，心中筹划多年之生计，
然汝已如即灭之油灯，岂非应备中有之路粮？
身色韶华倨傲之青年，心中不念自己定死亡，
不知何时来之阎罗卒，绳索捆脖时生大懊悔。
相互爱恋同龄之男女，无尽密语印刻彼此心，
妄想终身不离常相伴，寿命长短如何皆不知。
去年家世圆满富裕人，今年众多变迁受苦人，
无常情景现于心镜时，于诸有漏生起厌患心。
白牙三十颗颗自散落，满身皱纹犹如盘山路，
死神传送临死之信号，然仍不知岂非真黄牛？
再过一年至明年今日，定有多人已赴黄泉路，
无法断言此中无自己，是故来世并非很遥远。
再过百年如今所有人，不余一人决定皆死亡，

短暂迷乱显现如梦境，追求现世有何实义否？
与己同龄友好之伙伴，至今多数各奔不定处，
其中众多已走中阴路，彻底断定不剩我一人。
难遮阎罗使者来到时，不坏密闭固铁堡中躲，
持刃十万勇士作护卫，然终无法人间停一时。
纵有遍满三界之财物，阎罗眷属卒众不受贿，
纵聚所有世主梵天等，定无尘许免死之方法。
身色美如空中彩虹般，精通百种诱人之技巧，
夺取性命阎罗大军队，汗毛许亦不为汝所动。
昔人有病无病皆死亡，请你静心慎重细思惟，
真乃自己必死之鞭策，勤修解脱妙道莫拖延。
统治万户群众之官员，死时无权带走一伙伴，
亦无权带一口食物故，修持有利正法莫推迟。
今生灭尽业力受诸苦，虽多亲友不能替一分，
泪流满面无可奈何故，如今勤修佛法莫懈怠。
若能思惟一切内外法，皆为指示寿命无常书，
是故自然道歌虽无尽，然仅此歌供品献心友。
志同道合密友再谛听，轮回万物皆不可倚故，
为得恒时无漏之圆满，现今应当修法披誓甲。
愿我从今乃至虚空尽，顶戴一父文殊怙主师，
同时为度苦众传深法，誓同文殊勇士大誓愿。

后跋

此同于三十二妙相数之颂，乃以心友邬金丹增数数劝请为助缘，自心极为厌患为近取因，如此因缘和合之时，依心中所现般，阿旺罗珠聪美作于藏历十六胜生木龙年一月二十七日。愿增吉祥！

器情皆非恒常之警策篇

显示寿命无常之厌患道歌
——潺潺涧流妙音

晋美彭措法王　　著
益西彭措堪布　译讲

法王上师以彻见实相之智，撰著的本首道歌，令轮回罪魁祸首常执无处遁形、昭然若揭，以此警醒众生，并策励其勇猛奋进力践解脱之正法，直入本真法界！全篇大悲起现，为众生揭示无常真相，解救众生于常执，去执予智，发人深省！

全篇，非重在推理，而让事实说话！事实胜于雄辩，何去何从，何取何舍，顺势而成！结篇誓成文殊怙主师尊之大愿，广度众生！

全文分三：一、初善首义　二、中善论义　三、后善末义
甲一、初善首义　分二：一、道歌名　二、顶礼及立誓

乙一、道歌名

显示寿命无常之厌患道歌——潺潺涧流妙音

本首道歌，几年前上座丹增诺吾堪布给喇荣道场藏族修行班讲过，本次讲解是在此基础上结合了我自己对原文的理解。

道歌名直解

体裁，是道歌。宣说方式，是通过内外器情世界现相的无常，来揭开世人执常的虚假。副标题，将本首道歌比喻成山涧溪水潺潺流淌之悦耳妙音。

释题

显示寿命无常

一、题眼

（一）“显示”

动词用的是“显示”，是为了突出一切有为法本来就是无常。

（二）“寿命无常”

“寿命无常”，界定了动词“显示”的内容，所要显示的是“无常”，并不是“常”。

二、既然器情万法都在显示无常，为何还要特意给众生指示出无常？

虽然一切有为法都在显示无常，但是，众生长期以来已经串习成常执，被其蒙蔽，对显示出来的无常却视而不见，仍然执著一切都是常有、常存的。由此，只能特意为众生直接指示出无常，使一直被常执欺骗愚弄的芸芸众生，能够幡然省悟，不再作茧自缚、自欺欺人，不再继续世人所谓的追求拼搏、打造人生的无常悲剧，能从此回头，寻求出离、解脱，而回入真正的大常法界。

三、为何我们必须修行无常正见呢?

救度不是成就者单方面的事情，是双方的事，成就者开示出真理是为了救度众生，如果众生不按真理去做，还是不能得度，所以我们众生自己必须修行无常。只有正视一切都是无常的事实，我们才能主动中止以永恒美好继续自欺，才会为自救而修行佛法，这样才有解脱的可能，也才会将心比心地发起菩提心，去解救被无常密密围困的其他众生。法王上师，给大众开示时曾谦逊道：“我没有什么高的智慧，也没有什么大的功德，但是，即使在过去动荡年代特殊时期也没有退失对佛法的信心，并且精心护持了自身别解脱戒、菩萨戒、三昧耶戒，能够如此做到的主要原因，就是对一切有为皆是无常已经生起了定解。”

厌患

“见患而厌”之义有两种：

法王上师，见一切有为法都是无常而厌，对众生把无常反执为常的心态和行为见患而厌。

潺潺涧流妙音

“潺潺”是流水声悦耳、舒心，“涧流”是从山谷深处源源不断、缓缓自然流出的水流，以此为喻，法王上师自然流现的本首道歌，是能令闻者舒心悦意的“妙音”。

道歌全名结义

能显示：

狭义是此首道歌中揭示无常的32个偈颂，广义是指显示无常的一切有为法。

所显示：

是寿命无常，广义而言，有为法生灭的一期相续之寿命，是缘聚则生、缘散则灭的无常自性，狭义而言，特指以业惑因缘所成的一切有情，皆为生则必死的无常自性。

道歌的作用：

令常执众生的尘虑顿消，道念增长。

修无常的胜利：

以此会迫切勇悍地修法，而速证果位法身。《大般涅槃经·寿命品》中言“……无常想……于诸想中最为第一”，帕当巴祖师亦言：若于相续中生起无常，初作入法之因，中作精进之鞭策，后作证得光明法身之助。

本篇“无常”“道”歌，揭示出无常，从而砸碎我们众生常执的枷锁，摧毁我们众生步入解脱正道的障碍，令我们众生法道的正念破茧冲出！

乙二、顶礼及立誓

放收无量曼荼天作者，无等恩师法王麦彭尊，
住于吾心莲花盛妙垫，唱起零星自然悟道歌。

颂文直解

首先，是法王上师晋美彭措祈请他的无等大恩上师——放射和收摄无量寂静、忿怒曼荼罗圣尊天的作者法王全知麦彭尊，安

住在自心的莲花妙垫上，以这样的方式顶礼。其次，立誓句，唱起零星未经分别念造作而自然流露的悟道歌。

释义

放收无量曼荼天作者

此句是法王上师如意宝晋美彭措，礼赞一切归处总集的自己上师全知麦彭尊。“天”，是《毗奈耶》所讲的转生天、世间天、清净天中的“清净天”，也就是：已证悟了诸法空性、已断除了业惑一切过患的断证功德圆满之天尊。“曼荼”，曼荼罗的简称，是梵文的音译，直译成汉文是“中围”，“中”是指以寂静、忿怒主尊为中心，“围”是指以其他圣者勇士、勇母眷属众围绕，例如：寂静的毗卢遮那佛作为主尊，其他十六圣尊勇士、勇母众围绕。“无量”，寂静、忿怒的曼荼罗无量无边，例如：宁玛派的续部及伏藏法门中有八大法行、上师密意集、大幻变网等无量无边的曼荼罗。“放收”，无量寂静、忿怒曼荼罗的圣尊天，唯独是从三世诸佛总集全知麦彭尊的无分别智慧中“放”射出来的，所有五种性、百种性乃至无量种性的寂静、忿怒曼荼罗圣尊天，也全部“收”摄于全知麦彭尊。“作者”，义为无量曼荼罗圣尊天的所有加持、悉地、功德等的一切，全部基于全知麦彭尊——源于他、收于他，因此称他为放射和收摄无量曼荼罗圣尊天的作者。

无等恩师法王麦彭尊

“无等恩师”：

全知麦彭尊，总对法界一切众生有不思议恩德，特别对藏地前译宁玛派恩德比任何人都更大，尤其对法王上师个人恩德最大！法王上师曾说，一切生生世世当中，无论全知麦彭尊是以智慧身摄受也好，还是以师徒身份亲身摄受也好，自己心相续中即使生起一刹那的信心悲心都来源于全知麦彭尊。法王上师十五岁时获得了全知麦彭尊的大彻大悟心传加持而师徒心心相印，以此超越凡夫境界而完全入到了圣者不可思议的开悟境界中，因此，全知麦彭尊对法王上师的恩德比三世诸佛更大！

作为法王上师传承弟子的我们，等于也是全知麦彭尊的传承弟子，我们心相续所生起的信心、慈悲心、菩提心、证悟实相智慧等，直接是源于法王上师的加持，间接则是源于全知麦彭尊的大悲加持。对自己提供世间财物等帮助的人，我们都很感恩，但是世间事情上给予再大帮助也算不上无等恩德，出世间上令我们心相续即使只生起一刹那的信心、悲心、智慧等，也是无等恩德，因其不仅能让我们脱出生死轮回而且能让我们成佛。

修法方面，全知麦彭尊对我们同样有重恩！我们喇荣道场需要念修具光佛母、度母等仪轨做一些佛事时，法王上师会告诉大众，先找找全知麦彭尊著作中有没有相关的仪轨。喇荣道场主要念修的都是全知麦彭尊所造的仪轨，其加持和悉地都尤为迅速，例如：依据“丹哲传记”所说调伏魔王前提需要修一个马头明王仪轨，基于此，喇荣道场当时就念修了全知麦彭尊所造的马头明王仪轨，七天就遣除了喇荣道场当时的一切违缘障碍。其时，堪钦齐美仁增满怀感激郑重赞叹：“所有佛菩萨和伏藏法门当然都

有加持，但因为全知麦彭尊是法王上师如意宝的不共上师而且师徒之间已经完全心心相应，所以念修全知麦彭尊所造的仪轨以缘起力自然会有极大加持。”总之，无论是法王上师自身，还是总的喇荣道场，或者传承弟子的个人修行，都首选全知麦彭尊！

全知麦彭尊的不共传承及垂赐加持，使法王上师传讲金刚密法有不可思议的缘起，就如传讲显教那般没有非常严格的要求和很高的门槛，也没有护法神进行惩罚等，反以护法神护持从始至终都会非常顺利圆满。对此，法王上师曾亲口证实：“我的上师洛珠曾说：‘你晚年时主要传讲全知麦彭仁波切和遍知龙钦巴的法门，《大幻变网》和甚深光明大圆满法类在内，无论你按照顺序从前往后传讲，还是倒着从后往前传讲，不管怎样传讲，护法神都绝对不会不欢喜或惩罚。’”

综上所述，对法王上师而言，生生世世的不共种性主就是无等全知麦彭仁波切。某一尊佛对一位菩萨，首先劝其发菩提心，中间教其行持六度，最后赐予大光明灌顶令其成佛，对这位菩萨来说这尊佛便是其不共种性主，如是，无等恩德的全知上师麦彭仁波切就是法王上师的不共种性主，就如同阿弥陀佛是观世音菩萨的不共种性主一样。

“法王”，“法”指一切万法，“王”指获得自在，是说全知麦彭仁波切，实际已是于一切万法获得自在的真实佛“法王”。

“麦彭”是“麦彭降措”简称，全名为“麦彭蒋扬南嘉降措”，藏文音译“麦彭”，汉文义为“不败”，亦是弥勒菩萨众名之一。全知麦彭仁波切传记中记载，尊者的根本上师蒋扬钦哲

旺波，在德格宗萨寺安置法座并在法座背面摆放许多经书，然后当众请麦彭仁波切上法座并且亲手赠予了一幅白度母唐卡，背面写有：“圆证弥勒之密意，遍知诸法如文殊，尊胜十方即法称，愿其誉遍海洲界。”此偈含了麦彭尊全名：“弥勒”对应麦彭，“文殊”对应蒋扬，“尊胜”对应南嘉，“海”对应降措。“麦彭（不败）”还有另一层解释：一次，全知麦彭仁波切出游路途中遇到一群强盗，他们由于被魔控制而不断朝仁波切尊者开枪射击，看起来明明射中了但尊者却毫发无伤，并从自己怀里把子弹一个一个地掏了出来，不仅如此，每一颗子弹上还都现有一尊文殊像，尊者当时即说：“石棍击打我不败，教理辩论我不败，我乃尊胜不败者。”（世间用石头棍棒击打，我不会败，出世间用教证理证辩论，我也不会败，我就是能胜过一切世间出世间的不败者。）

颂中的“尊”，是把三界生死轮回有情引导至出离轮回的解脱和一切种智佛果的人。

住于吾心莲花盛妙垫

此句含有两种礼敬方式：一是、把上师观想在自己心间来敬礼上师，二是、祈请上师安住在自己“盛开莲花”信心的中央来敬礼上师。要而言之，法王上师如意宝晋美彭措，以对自己上师全知麦彭尊的无上真实信心，祈请麦彭尊上师安住在他自己信心“莲花盛妙垫”上，如是而礼敬。

唱起零星自然悟道歌

“零星”，少许。“自然”，无需分别念分析观察，没有任何造作，于智慧境界中任运流现，而不是如凡夫写作时需要考虑所诠义是否相违、修辞是否优美、上下是否连贯等。“悟道歌”，泛指实证修行者于实证境界中无勤自然流现之证悟歌，此句特指本道歌，是法王上师从一切内外相皆已现为能表无常的觉受中直接脱口而出，就如大持明者晋美朗巴的器情事相皆已现为能表大圆满的那般境界。

本颂要点

为度苦众，法王上师用真实的信心，对自己上师法王麦彭尊，以住心莲的外和内的双重方式，致以至高无上的礼敬，从而融通了度生根源的上师法界。

全偈结义

如何礼敬？表相上，法王上师，是以迎请自己上师全知麦彭尊安住在自己心间的方式而礼敬，究竟上，是以自心与全知麦彭尊智慧无二一味的方式而礼敬。又是如何立誓宣唱此道歌的？即：全知麦彭尊加持融入法王上师自心后，法王上师观照被常执所欺而背离正法妙道、沉沦苦海的可怜众生，从智慧中自然流现出本篇的无常道歌。

本颂中讲了顶礼上师的必要：以真实信心顶礼上师，就能感召上师加持融入，自心就会现起大悲为众生宣演正法，所以礼敬上师是能任运度生的源泉。这也是教诫我们，要重点随学法王上师的“信”与“悲”：一、以真实信心上连三宝三根本总集的根

本上师而接获不可思议法界的加持，二、以真实悲心下连苦海群生而誓拔他们出苦。

甲二、中善论义　分七：

一、以大自然事例揭穿常执真相　二、以对比方式反揭坚实真相

三、从涅槃及终别角度揭示诸行无常真理　四、以寿命无常劝诫

五、警示寿命无常　六、无法遮止死亡警示必死

七、警策速勤正法

乙一、以大自然事例揭穿常执真相　分二：

一、由毁灭结局而揭穿　二、由变化迅速而揭穿

丙一、由毁灭结局而揭穿　分三：

一、以草木鲜花凋零而揭穿　二、以蜜蜂惨死而揭穿

三、以杜鹃献歌消失而揭穿

一切有为，性本无常。本科，是如实讲述了器情现相最终结局皆为毁灭的实际情况：花草树木由起初茂密繁盛到最终枯败凋零，蜜蜂由起初花丛竞舞到最终挣扎惨死，杜鹃鸟由起初夏林欢唱到最终迁徙他方。由此，我们众生认为感觉享受全是永恒美好的，这种常执的骗局便会自动曝光、不攻自破。

丁一、以草木鲜花凋零而揭穿

夏有洁净草木花娇艳，心喜犹如天界之美景，

秋冬瑟瑟风霜降临时，唯是无喜反增厌患心。

颂文直解

盛夏时节，空气洁净，草木生长繁茂，遍地盛开的鲜花娇艳美丽，犹如三十三天美景一般让人不禁心喜，然而等到秋冬瑟瑟冷风吹来、冰霜降落之际，唯一成了不仅之前欢喜荡然无存还徒增厌患的状况，此外没有任何实义。

夏有洁净草木花娇艳　心喜犹如天界之美景

这两句，是讲夏季草木争荣、郁郁葱葱的繁荣景象。“洁净”，法王上师是针对藏地夏季天气来说，这期间没有春天的雪雨弥漫，没有秋季的尘土飞扬，也没有冬季的大雪纷飞，空中非常清洁、干净。“草木花娇艳”，是说盛夏时节的树木枝叶繁茂，盛开的鲜花娇艳绚丽。“心喜”，夏季繁盛美景让人不由自主地由衷欢喜，就如同一些信仰浓厚的藏人看到清澈流水、绿色草原，会欢喜到忍不住想把这份美好上供的那种踊跃心情。“天界”，三十三天，此句把人间夏天美景比喻成天景。

秋冬瑟瑟风霜降临时　唯是无喜反增厌患心

这两句，是秋冬季节时草木鲜花枯败凋零的状况。“瑟瑟”是形容秋冬风霜萧瑟、清冷，秋冬之瑟瑟风霜降临，大地全都变成了一片灰色，寒风席卷着枯枝败叶随处杂乱，一片凄凉，之前美丽娇艳的鲜花被冰冷的霜冻摧残得凋谢、枯萎、腐烂。此时，夏季盛景已不复存在了，草木干枯的干枯、败落的败落，满眼萧条凄凉，阵阵寒风吹来。此情此景，怎能令人心生欢喜，反会让

人厌患而已。

本颂要点

大自然的草木鲜花，在从夏季到冬季的时间中，从生机繁盛而趋向枯死，而且这种必然趋势不能逆转，以此揭穿了：草木鲜花所代表的一切有为现相之真面目——寿命无常。

大自然一直在原封不动地显示着有为法的定律——寿命无常：高山从巍巍耸立到崩塌，江河从波浪滚滚到干涸，草原从绿草茵茵到荒漠，大地从鲜花遍野到荒芜，森林由繁荣茂密到荒凉，参天大树由生机勃勃到枯死，花草从争奇斗艳到衰亡……原来都是无常！但是，我们众生却视而不见，反而因为俱生及遍计的常执，条件反射地认为所有一切都是常恒不变的。

全偈结义

全偈，通过从茂密到凋零、从鲜艳到枯萎、从娇美到萧瑟、从繁盛到破败的极端反差，以及前后心情的落差，由此，揭穿了我们耗尽精力追逐不舍的无限荣光之人生，原来只不过是常执的花言巧语！

百花争艳，绿草如茵，青水长流……夏季欣欣向荣的美景，在时间的摧逼下，终成了秋冬的枯枝败叶、衰草连天。本偈，是以自然界夏季的茂盛终成了秋冬的“残局”这种实际现象，揭穿了常执所掩盖的无常真相——不会完好如初，不会持恒，都会毁灭。其实，只要我们不固守常执，那么我们众生自身，乃至所追逐的情爱、名利、财色等的本质都是无常，就自然显出来了。以

此来警醒我们自己：不要再不顾无常的事实，继续被常执杜撰出的无常是常的戏码所欺骗，而无穷尽地流转轮回受苦。

丁二、以蜜蜂惨死而揭穿

美妙布景繁花丛园中，音声悦耳相竞可爱蜂，
彼欲久享欢愉之嬉戏，然无法遮前世业显现。

颂文直解

景色布局巧夺天工、繁花锦簇的丛园中，可爱的蜜蜂们宛如相互比赛一样，嗡嗡地飞来飞去，发出悦耳动听的声音，虽然它们欲求长久享受这样的欢愉嬉戏，但是难以遮止自身前世业的不可避免之结局——到了秋冬时不得不惨死在寒风之中。

美妙布景繁花丛园中

“美妙布景”，夏季山河大地姹紫嫣红，繁花似锦，百花齐放，天然而成的景色布局美丽、妙好。“繁花”，各色各样的鲜花数量繁多，黄色、白色、红色、紫色……五彩斑斓的一片片花海。“丛园”，是花草树木聚集、茂密生长的花丛、园林等。

音声悦耳相竞可爱蜂

“音声悦耳”，是把蜜蜂飞舞时发出的嗡嗡声音，喻为心情愉悦的欢唱，非常动听。“相竞”，蜜蜂为采取花蜜而四处飞舞，这边的蜜蜂嗡嗡地飞落在一朵红色的花上，那边的蜜蜂又嗡嗡地飞落在一朵黄色的花上，它们在花丛中欢快地舞蹈，不停地

你追我赶宛如藏地男女对歌那样相互竞争比赛。“可爱蜂”，顾名思义就是讨人喜欢、可爱的蜜蜂，藏文直译是“六足”，这是运用了小五明的词藻学，因蜜蜂有六只脚而称其为“六足”。

彼欲久享欢愉之嬉戏　然无法遮前世业显现

“彼”是蜜蜂，“欲久享”是说它们内心非常渴望能够长久地尽情享受，“欢愉之嬉戏”是指蜜蜂们在花丛中欢快地飞舞、歌唱、采蜜等的嬉戏。“前世业显现”，是说蜜蜂以前世业力所致终究无常死亡：如果突遇冷风、冰雹等几刹那就死了，即便没有遇到突如其来的死缘，蜜蜂的寿命最多也只有夏季三个月，到了寒冷的秋天，蜜蜂就不再有力气飞了，冬天就枯干、霉烂，或者因贪恋花蜜久久不肯离去而被闭死花中。“无法遮”，被自己前世业牵制住了的蜜蜂，最终不自主死亡的结局难以避免，蜜蜂虽然很想在花丛中长久地享受欢愉的嬉戏，但无法阻止冬天的到来，无法阻止鲜花的凋零，更无法阻止自己最终的惨死。

本颂要点

在花海中翩翩起舞、饱尝花香的享受者蜜蜂，随着夏季过去，结局却是在寒冬中活活地被冻死了，而且这种必然趋势不能逆转，以此揭穿了：蜜蜂所代表的我们有情乃至一切有为法之真面目——寿命无常。

五光十色、欢歌笑语氛围中的蜜蜂遍采群花，尽情地飞舞，忘情地歌唱，乐不可支，根本不想还有死亡这回事，也早忘了还有寒冬这个无情杀手依然如故等在终点。这么多鲜花，乐都乐不

够，哪里会想死不死的，但是，终究没能如愿而一直乐下去，仍然不可避免地在寒冬中被冻死了。

大自然从来没有隐藏过有情世界的真相——寿命无常，从始至终都在原样传递着“有命咸归死”的无常事实：蜜蜂、蝴蝶、蜻蜓、飞蛾、知了等生机盎然的夏虫们，全部在凛冬中褪去了生命的色彩，蜉蝣们的朝生暮死，动物们的被食惨局，人们活时的攒棺材买墓地，永不失业的入殓师，永不亏损永远暴利的火葬场，价位越来越高的墓地……然而，被常执蒙骗了的我们众生，竟然无视摆在眼前的无常事实，不假思索地认定自己乃至所有众生都是长生不死！

全偈结义

我们众生就如花丛中的蜜蜂一般，有唱不完的歌，跳不完的舞，沉浸在生活的绚丽多彩当中，好似整个天地都是欢乐的，每一个人都是笑的，空气都是甜的，人生是多么的诗情画意，热切向往着美好常在，希望久享欢快，憧憬着甜美的未来，然而，我们人生的结局却是如寒冷冬天的蜜蜂一样死去。为何生的结局却是死，欢快的结局却是苦痛，福乐的结局却是灾祸，向往的结局却是失望，追求的结局却是失去，巅峰的结局却是谷底，全方位成功的结局却是一败涂地？……因为我们有情世界乃至一切有为法，都不能恒常不坏，本就是无常毁灭的自性。

丁三、以杜鹃献歌消失而揭穿

茂密林中杜鹃之欢唱，婉转悦耳优美之供品，

寒秋来临细想彼情境，岂非显示无常善知识？

颂文直解

夏季茂密的树林中，杜鹃鸟不断地在欢唱，它们的啼鸣声宛转悦耳、优美动听，这样的供品自然令人内心充满欢喜，然而寒冷秋天时再仔细回想夏季杜鹃鸟曾经欢唱的情境，这难道不正是为我们显示寿命无常的善知识？

茂密林中杜鹃之欢唱　婉转悦耳优美之供品

夏季时枝繁叶茂的树林中杜鹃鸟宛转欢快的歌声，悠扬动听，圆润柔和。这是按藏人习惯讲的，老一辈藏族人如果听到杜鹃鸟的叫声就会很开心，觉得一整年都会幸福快乐，会停止交谈、放下手头工作、甚至摘下帽子专注聆听，尤其是当年杜鹃鸟啼鸣第一次出现时，有些人还会特意跑到杜鹃鸟出没的地方去听。让人欢喜愉悦、忍不住想去聆听的杜鹃欢唱，就是“供品”。

寒秋来临细想彼情境　岂非显示无常善知识

寒风吹起、寒冷袭来时杜鹃鸟就会迁徙他方，这时再去回忆夏天杜鹃鸟欢唱的情景，一切已不复存在，曾经的茂密树林中再也找不到杜鹃鸟和它悠扬的欢歌。“显示无常善知识”，不是说有一个上师直接给你讲寿命无常，而是见到杜鹃鸟一开始没有来、中间时出现、短暂停留后又飞走了这样的情况，而悟到无常，这样，则与通过上师讲解而悟到无常的作用相同，因而称之

为显示无常的善知识。

本颂要点

夏时杜鹃鸟的歌声令人们如闻天籁，到寒秋就再也听不到了，这种由有变无的必然趋势不能逆转，以此揭穿了：杜鹃欢歌所代表的一切所喜之境乃至一切有为法之真面目——寿命无常。

客观实际上，人们追求、向往的一切美好，都是无常的自性：庞大的僧团散了而不会再聚，那烂陀寺成了历史遗迹而不会再现，我们的诗意青春一去不返，如歌的岁月逝而不回，修行的因缘失去了就再也得不到……

生命的真相，是步步走向坟墓，只是藤蔓般的常执把我们缠住，连续不断地蛊惑着我们：你喜欢的这个是常恒的，你追求的那个是不变的，你向往的美好是永恒的，你感官所迷恋的一切都是常有不坏的，你大可尽情地去追，不用有所顾忌，追到的越多越好，尽管肆无忌惮地享受，这样你才算得上人生永远的赢家。

全偈结义

以杜鹃鸟欢唱的无常为代表，我们所喜欢的一切美好乃至一切有为现相，都是生即向死、现必趋灭，由变而毁灭殆尽。

今日如花似玉时，就会是他日人老珠黄！今日家庭美满时，就会是他日家破人亡！今日生意兴隆时，就会是他日倒闭破产！今日年少健康时，就会是他日衰残老病！今日得意风光时，就会是他日穷途末路！今日挥金如土时，就会是他日贫病交加！今日有权有势时，就会是他日无权无势！今日活着时，就会是他日死

亡！……

“丙一由毁灭结局而揭穿”科总结

本科，是通过观察“毁灭结局”，来揭穿常执下的器情世界无常之真相——变坏、毁灭。

生活的精彩，奋斗的意义，成功的光环……这所有的一切，全都是常执骗人的花招，我们的人生只是自趋灭亡的单程飞行，没有回程，不能复制延长，活到最后，人生的结局就是归于死亡，终于死亡。我们的一生就是一路失去的过程，拼命赚来，丢失，再拼命赚来，再丢失，赚取了一路，也失去了一路，到了终点时一无所剩，喘息未定，还未品出活着的感觉，又已投身在死亡鳄鱼的口中！健康长寿、千秋万代、未来可期，只不过都是走在死亡的悬崖上。

换一种眼光，往诸法结局的衰败毁灭上看，就能察觉到：现时正现、正有的一切居然都是无常——终归三更梦醒、大厦倾倒。既然如此，那么，似乎无所不能的我们是什么，我们所谓实现自我人生价值又是什么？我们众生只不过是常执的提线木偶，所谓人生的价值只不过是无常、死亡。

丙二、由变化迅速而揭穿　分二：

一、以彩虹迅速消失而揭穿　二、以白云刹那消散而揭穿

器情世界、万千事物，都是无常。钢铁、巨石之类，似乎坚固不变，然而，瀑布、流水、夕阳、闪电、彩虹、云雾等这类事物变化非常迅速，能让人很容易从中见到无常。

丁一、以彩虹迅速消失而揭穿

细雨氤氲生长七彩虹，飘浮云前似现极绚丽，
瞬间消失不知何所踪，若能细想无常极明显。

颂文直解

蒙蒙细雨，水气弥漫，以阳光照射而出现七种颜色的彩虹，挂在飘浮云朵的前面好似极其绚烂，然而这美轮美奂的雨中彩虹一瞬间就消失得无影无踪。对此现象用心仔细地想，无常面目便显而易见。

细雨氤氲生长七彩虹　飘浮云前似现极绚丽

“氤氲”，形容空中水气弥漫的样子。“七彩虹”，赤、橙、黄、绿、蓝、靛、紫七种颜色的彩虹。“似现”，虽然显现却非真实，宛如镜中的影像或水中的月影一般，只是水气、折射反射的光线等因缘和合的虚假现相。“极绚丽”，七色彩虹色彩鲜艳绚烂。

瞬间消失不知何所踪　若能细想无常极明显

“瞬间”，时间极短，非常迅速而又出乎意料。之所以说“不知何所踪”，变化非常迅速，刚才还横挂天际，一会儿便原地消失了，没有了。彩虹忽而出现、忽而消失的急速变化，认真想一想，从中很容易知道无常。

本颂要点

耀眼夺目、璀璨的彩虹迅速消失，这种必然趋势不能逆转，以此揭穿了：彩虹所代表的光辉灿烂现相乃至一切有为法之真面目——迅速毁灭无常。

全偈结义

横贯长空、璀璨绚烂的彩虹，所代表的金榜题名、大红大紫、荣登高位等这些人生高光时刻、巅峰时期，乃至一切有为现相，都是无常，最终都会消失一空。

我们的人生，像极了走悬崖峭壁间的钢丝，危机重重！

丁二、以白云刹那消散而揭穿

秋季白云堆聚如雪山，非坚无迹消失天空中，
现世快乐无有可信处，此喻如是教诫厌患人。

颂文直解

秋季天气晴朗，白色的云朵堆聚在一起犹如层层洁白雪山一样，但它并非坚实不变，而是一会儿就无有踪迹地消失在天空中，与此相同，现世的快乐没有任何可信赖之处，此譬喻就是这样教诫具有厌患心的人。

这个偈颂是法王上师的所见所想，也就是：对法王上师这样的成就者们来说，一切现相都是在开显佛经而引人悟入，“秋云非坚无迹消失”这个自然界现象，对法王上师而言，就是直接在宣说诸行无常。

秋季白云堆聚如雪山　非坚无迹消失天空中

“秋季白云”，以藏地为例来说，冬天时空中有灰尘不够洁净，夏天时空中有水气容易形成乌云，春天时空中有雾常常出现雨水，而秋天时空中没有这“三种阻碍”，秋高气爽，晴朗清澈，云朵看起来也更洁白。“堆聚如雪山”，一层层的白云仿佛是堆聚的洁白雪山，冬天时贡嘎、玉龙、西岭等雪山的山顶常常被大雪覆盖，非常清净洁白，再加上山体结构的层层叠叠、参差不齐、错落有致，就会出现一层层堆聚的样子。“非坚”，白云不是一直固定不变，而是不断地迅速淡化、消散、灭尽。“无迹”，白云突然消失，没有留下任何可以追寻的行踪和足迹。“消失天空中”，白云起初宽广，没一会儿就逐渐泛散，不知何时已完全没有了。

现世快乐无有可信处

“现世快乐”，拥有财富、权势、名誉、恭敬、赞叹等世事的愉悦快乐。“无有可信处”，看似幸福快乐，实际上留不住靠不住，就犹如：秋天白云忽然堆积成布满天空的各种各样美妙图案一般，令人欢喜雀跃，但是，白云片刻便消散殆尽了，除了那空空的本来天空，什么都没有，就如同不曾出现过一般。

此喻如是教诫厌患人

白云瞬间变化、消散的比喻，是在警诫世人：一切的显赫风光，终是一世浮云，会消散殆尽，一无所剩。具有厌患心的人，也就是，心中有上师窍诀而对诸行无常有信解的人。常执重者，不信无常，无论怎样规劝，依然会固执己见地认为一切都是永恒

不变的。

本颂要点

显赫的秋季白云迅速消散，这种必然趋势不能逆转，以此揭穿了：秋季白云所代表的宏伟壮观现相乃至一切有为法之真面目——迅速毁灭无常。

全偈结义

无论是器世界的壮丽山河，还是有情世界的飞黄腾达，都是由现趋灭、由生趋死，被无常迅速毁灭。

所谓的一帆风顺之人生，原来是一波三折！

人们向往的永恒，原来只有过往，没有未来！

我们没有福寿绵长，只有戛然而止！

“丙二由变化迅速而揭穿”科总结

被常执欺骗了的我们众生，总认为一切都是恒常不坏的，但是事实却是，所有的一切都如同彩虹和秋云迅速消失一样，都是无常而走向毁灭。我们奋斗、努力，力求社会高层，极力想活出人生品味、价值，然而，事过回首，老后回首，死时回首，我们何曾活过，似乎前一刻才刚出生，后一刻就已在感受死亡，似乎还未活过，就已经走到了人生的尽头——断气、抽离光明和温热、骨灰、阴冷漆黑的坟墓！

原来，我们所谓的不同凡响的人生、风风光光的存活、闪闪发光的事业、晃人心神的爱情、大放异彩的自我，居然都只不过

是狡猾常执的粉饰手段！

而被常执蛊惑了的我们众生，竟然毫不怀疑，信以为无常真的是常，把毁灭奉为永恒不变，大错特错！

乙二、以对比方式反揭坚实真相　分三：

一、对比外器世间而反揭　二、对比世间天神及仙人而反揭

三、对比世间转轮王而反揭

此大科，用天差地别的三个对比来反揭无常：广阔坚固的三千大千世界、神通广大的天神和仙人、拥有四大洲圆满的转轮王，最终都被无常毁于一旦，那么，与这三者根本无法相比、不能相提并论的小小、低低的我们，为什么反而能常存？

丙一、对比外器世间而反揭

广阔坚固三千大千界，终被火水风灾所毁坏，
几人所建房屋及院墙，定知此等无有可信赖。

颂文直解

广阔且坚固的三千大千世界，最终全部被火、水、风劫末三灾所毁坏，既然广阔坚固的整个大千世界都不能恒常存在，区区几个人所建造的狭窄、松垮的房屋及院墙等，又如何能坚固不破而永远完好无损？

广阔坚固三千大千界　终被火水风灾所毁坏

有情共同善业增上时世界形成，共同善业下衰时世界坏灭，

有成、住、坏、空四个阶段。以空轮、风轮、水轮、金轮等逐渐形成器世间，面积非常广阔。“坚固”，坚实、稳固，不是土石草木所成。“三千大千界”，分为小千、中千、大千三个层次，一千个四大部洲、一千个日月、一千个须弥山、一千个六欲天、一千个初禅天，叫做一个“小千世界”，一千个小千世界叫做一个“中千世界”，一千个中千世界叫做一个“大千世界”，由于大千是“三个千”构成，故而称为“三千大千世界”。住劫结束后到了坏劫，不仅仅我们所在的南阎浮提，乃至整个三千大千世界都会被火、水、风劫末三灾所毁坏。“毁坏”，具体情形在《俱舍论》中讲到：人、天、旁生、鬼趣、地狱的众生渐次迁移，“劫末火”使色界初禅天及其以下皆成灰烬，“劫末水”使色界第二禅天及其以下全被漂荡殆尽，“劫末风”使色界第三禅天及其以下全被吹散，这样，相续不断安住了二十个中劫的器世界毁坏一空。（欲详细了解成、住、坏、空的具体内容，可参阅《华严经》《起世经》《增一阿含经》《俱舍论》等显密经论。）

几人所建房屋及院墙　定知此等无有可信赖

一砖一石堆砌起来的低小、松散不结实的民居住房就宛如鸟巢穴一样，遇到稍微大一点的风雨就会被吹倒、淋塌。即便是高科技所建造的摩天大楼的建筑材料，也只是钢筋、水泥，看起来似乎很坚固，但是遇到地震等灾害也同样毁于一旦。再好的房子经过几十年上百年，本身也会逐渐破旧、倒塌，最终变成一堆土石。“无有可信赖”，住房、生活设施等建筑物，常年累月会变得破旧，不知何时就不能住人了，不可能永远坚固不坏。人间住

宅，在天人眼中就如同人类眼中的蚁穴，小得可怜，蚁穴稍以水淹、脚踩便“全国”覆灭了，人间住宅又何尝不是如此，震一下、淹一下、烧一下便没了。既然连广大、坚固的大千世界，最后都会变成虚空而不剩一尘，相比之下，人类如同小小蚁穴一样不坚固的房舍庭院，又有什么保障可言呢?

世人都凭空以为自己能够久住世间，而对房屋设施等生活资具增生执著，尤其现在社会，一生都在为一套房子奔波劳碌，用自己辛苦几十年和父母一辈子的积蓄才凑齐首付，然后便是几十年不停地还贷、还贷，然而，变坏毁灭的无常推手，终使我们一生血汗劳而无获，无常而时时坏灭，最后片瓦不留。

本颂要点

此处为了有助于大家理解本颂中，是如何通过天渊之别的对比来显示无常的，从而能更好地把握住本颂所要表达的无常之义，而生起无常正见，用形象的方式来解释说明:

此颂的三个对比物是：广阔坚固的三千大千世界、我们的房屋、无常铁律。现在的情况是：对面的无常铁律急速地向这边的广阔坚固的三千大千世界和我们的房屋直撞过来。撞的结果是：广阔坚固的三千大千世界被撞的粉碎。得出无常的结论：与之相比，我们的房屋却能完好无损吗？这样作了比较后，与三千大千世界根本就不能比的我们小小、低低的房屋，更会被无常铁律碾压得粉碎，这种无常感便会在心中油然生起。

全偈结义

真正能把握住本颂的无常法义，从而遍推一切有为法的无常，需要分两步骤来把握：

第一步：用我们的房屋与广阔坚固的三千大千世界作比较，要比出它们之间的高低悬殊，要体会到这两者之间根本就没有可比性：

选取我们地球上最高建筑——摩天大厦，它能与须弥山比吗？它能与四大部洲比吗？它能与整个地球比吗？它能与四大洋比吗？它能与七大板块比吗？它能与其中任何一个板块比吗？它能与一个国家比吗？它能与一个省比吗？我们地球人的最高建筑摩天大厦若连这些都比不了，没有这些广大，也没有这些坚固，甚至都没有一个县来得广阔、坚固，那么，它又如何能与一个日月四洲世界相比，又如何能与一个小千世界相比，再往大，它与三千大千世界还有可比性吗？更何况与摩天大厦相比，只不过宛如小小蚁穴般的我们住宅，又凭什么能堪比不仅广阔而且坚固的三千大千世界？！

与三千大千世界相比，我们人的住宅连一个小小的微尘都算不上，但是，无边无际、坚稳长达二十个中劫的三千大千世界，终究还是没能一如既往地坚固常存、完好如初，而依然坏灭成空！试问，我们这个连小小的微尘都算不上的蚁穴般住宅，为什么反而却能不坏、完好独存？

也就是：一定要体会出我们的住宅与广阔坚固三千大千世界的极度悬殊，至少心中要对两者“绝无可比性”的悬殊度有所触动，因为反差愈明显愈容易生起无常感。

我们地球人的住宅与三千大千世界的差距，已完全超出了我

们人的想象力，不可能让两者直接实物相比而认识，只能采用层层相较的方法：用我们最高建筑，先与自己熟悉的一个小地方相比，再与自己熟悉的一个大些地方相比，再与更大地方相比……以此种方式，层层向三千大千世界上比，然后再把摩天大厦换成我们的住房。这样，太大了、太坚固了……实在太大了的三千大千世界，最后竟然还是全部毁灭无余，相较之下，我们的住房又太小了、太不坚固了、实在太小了，比高倍显微镜下的微细浮尘还小，小到完全可以忽略不计，此时，无需刻意，无常感会油然而生！

概而言之：从两端掌控——

一端：广阔坚固的三千大千世界，太大了、太坚固了、实在太大了……竟然不能久住，仍然要被无常铁律彻底毁灭一空！

另一端：我们几人所建造的住房，又实在太小了、实在太不坚固了、太小了……竟然能稳固久存，仍然不会被无常铁律毁坏？

第二步：由广阔坚固三千大千世界的无常毁灭，推知我们在世间所追求、想拥有的一切美好也必定无常毁灭，会知道我们所处的器情世界也必将毁灭，只要是有为就必定无常毁灭，这样，就会促生出我们的厌离心而转向正法。

丙二、对比世间天神及仙人而反揭

寿命长达大劫具五通，禅悦为食天神与仙人，
无法躲避死主阎罗敌，无有自身死想即邪念。

颂文直解

寿命长达大劫、具有五种神通、以禅悦为食的帝释天、梵天等天神和仙人们，尽管具足如此广大的福德与受用，却也无法躲开避掉死主阎罗王，当引业穷尽时仍会死亡而堕落。这些天神和仙人们尚且如此，寿命短暂、无有神通、需要以粗劣食物滋养身心的我们，却丝毫没有自己会死的想法，这是不正的邪念。

寿命长达大劫具五通　禅悦为食天神与仙人

天神和仙人比我们人类的超胜之处，有三：

一、“寿命长达大劫”：天神和仙人的寿命远远超出我们人类想象力的长久，能安住非常漫长的时间，寿命甚长者以劫来计数。最低的第一层欲界天“四王天”，一天相当于人间五十年，其寿量是天年五百岁相当于人间九百万年。越往上的高层天，其寿量越长。对比我们自身，正处于五浊恶世，寿命短促，现在能活到八、九十岁已算长寿了。因此，双方寿命的长短差距非常大。

二、“具五通”：天神和仙人都具有天眼通、天耳通、他心通、宿命通、神足通，他们于下界能以天眼彻见，天耳彻听，彻知宿命，彻知他心，能在虚空中无碍地飞行，以神足通刹那间遍游四大洲。对比我们自身，当今人类跳高的最高记录是2.45米，跳远的最远纪录是8.95米，一百米短跑的最快纪录是9.58秒，这已经是人类目前跳高、跳远、短跑的极限，所以不必说腾空自由自在地飞行，甚至都跑不起来、跳不起来。借助飞机、网络、卫星，但是这些外物的科技手段，如何能与天神和仙人的广大神

通相比。

三、“禅悦为食”：天神和仙人们，以禅定所得的内在喜悦，作为滋养自己身心的饮食。对比我们自身，人类的食物仅仅是地上生长的五谷杂粮等外在粗劣物质，而且，随着减劫末世的五浊日益加重，人类的生存环境每况愈下：维持生命的水和空气等资源污染得越来越严重，食物越来越没有营养，更为糟糕的是，我们人类被迫不得不依赖危害健康的转基因粮食作为主食来滋身养命，有目共睹，我们人类的生存环境在日益恶化。

无法躲避死主阎罗敌　无有自身死想即邪念

之所以说“无法躲避”，是因为在死主阎罗敌来临时，即使是神通广大、命不赖物、长劫活着的天神和仙人们，也没有能力躲开避掉，也就是：具有五种神通、受用禅定之食、寿命能住大劫的天神和仙人，到了寿量结束时也都只能死堕，无法以神通飞到一个地方躲避死亡，也无法安住禅定而不死，这正如《除忧书》所示:“大仙具五通，乘空极远行，然无力行至，无死之行境。”拥有长寿、神通、禅定的天人，也只不过是昙花一现的美梦，当福业力穷尽时也只有死亡，别无选择！与诸天和仙人相比，我们只有几十年可活，不用说五种神通，连一种神通也没有，心神又一向涣散、不定，居然还心安理得认为我们自己会永远不死?

本颂要点

为了大家能更好地理解此颂中，又是如何通过天渊之别的对比，来反揭出无常的，仍然与上一颂相同，采用直观形象的说明

方法：

本颂的三个对比物是：寿命长达大劫、具有五种通、禅悦为食的天神和仙人，我们自己，无常铁律。现在的情况是，仍然与上一颂一样：对面的无常铁律，急速地向这边的，寿命长达大劫、具有五种通、禅悦为食的天神和仙人以及我们，直撞过来。撞的结果是：寿命长达大劫、具有五种通、禅悦为食的天神和仙人，当场被撞死。得出无常的结论：既然如此，与之相比，样样都不如他们的普通凡夫的我们，却能超出常规地没有被撞死？以此，无常感便会迸发而出。

全偈结义

透彻地掌握本偈所要表达的无常法义，从而生起一切有为都是无常的正见，仍然需要两个步骤：

第一步：

需要对比出我们与神通广大的天神和仙人之间，境界上的高低差别，一者是具有五种神通的天神和仙人，一者是什么神通也没有的我们，对这两者的悬殊差别，一一进行具体详细比较，认识到两者之间天壤之别的差距。

这种认识确定了之后，再与无常铁律相比。当无常铁律急速直撞过来的时候，神通广大的天神和仙人，也无法施展神通逃过撞击而不死，但是一点神通都没有的我们、甚至连跑都跑不快的我们，却撞不死，出人意料地活下来了？这种情况就如同：我们和神通广大的神仙，一起并列站在铁轨上，一辆火车飞速地直面撞来，神通广大的神仙却没能飞走，而被火车撞死了，但是，与

神仙并列站在一起没有任何神通的我们，却竟然没有被飞速直撞的火车撞死，意外地活了下来，可能吗？这样一比，我们自身非死不可的处境，便暴露无遗，显而易见。

第二步：

由寿命长达大劫、具有五种通、禅悦为食的天神和仙人的无常、死堕，从而确定我们自己也必定无常，由此遍推器情世界的一切皆是无常毁灭，只要是有为就必定无常毁灭，以此我们的厌离心不得不生起，而自然转向正法。

丙三、对比世间转轮王而反揭

昔有四洲权势圆满者，某些闻名转轮圣王尊，
如今思时唯名无其他，微弱自身定无坚实性。

颂文直解

往昔人类福德普遍增上的时代，曾出现过誉满四洲的声名卓著金轮王圣尊，统摄东胜身洲、西牛货洲、北俱芦洲、南赡部洲四大洲，权势、受用、眷属等一切皆极尽圆满，然而如今缅怀追忆他们，竟然只剩下名字。除此，其余不复存在，一干二净，一无所留。与名闻遐迩的圆满金轮王相比，势单力薄微弱的我们，决定没有不灭亡的坚实性。

昔有四洲权势圆满者　某些闻名转轮圣王尊

无论增劫还是减劫，只要众生福德、因缘具足，就会有转轮王出世。转轮王有金、银、铜、铁四种等级，分别统领四大部

洲、三大部洲、两大部洲、一大部洲。“四洲权势圆满者”，是指统摄四大部洲、具有四洲一切圆满的金轮王，是四种转轮王中的最高级别。“圆满”，是指转轮圣王权势、受用等一切悉皆圆满，具足七宝和四殊胜。七宝，分别是轮宝、象宝、马宝、玉女宝、摩尼宝、主藏宝、主兵宝。四殊胜，分别是：一、大富，珍宝、财物、田宅等众多而为四天下第一富，二、相貌庄严端正具三十二相，三、身体健康无病并安稳快乐，四、寿命为四天下第一长久。“某些闻名”，是指个别金转轮王非常著名，广为人知，名垂青史。

如今思时唯名无其他　微弱自身定无坚实性

“唯名无其他”，除了史书上记载的名字，昔日转轮王住过的宫殿、用过的资具、在世时的诸般情况等丝毫痕迹都没有留下。对其情形，如今也只有凭借史书上的记载去推测想象。“微弱自身”，以业力所感、血肉组成、没有福德的我们身心，碰一下撞一下就会坏，非常地微小、脆弱。

本颂要点

依然采用上面的直观形象的说明方法，来把握此颂的无常法义：

本颂的三个对比物是：四洲权势圆满的金轮王、微弱的我们自己、无常铁律。现在的情况依然是：对面的无常铁律，急速地向这边的，四部洲权势圆满的金轮王和微弱的我们，直撞过来。撞的结果是：四洲权势圆满的金轮王，被撞死当场。得出无常的

结论：既然连四洲权势圆满的金轮王也被撞死当场，那么与之相比，微弱的我们却能反常地抗住无常铁律这剧烈的撞击，而不死吗？如此一比，我们自身的无常就不言而喻了，明显地现出来了。

全偈结义

到此颂，我们不再是与本刹土最大化的三千大千世界，进行无常的对比，也不再是与境界远远超胜人类的天神和仙人，进行无常的对比，而是与四部洲人间的转轮王，更贴近地进行无常的对比。

掌握本偈的无常法义，而生起无常正见，仍然需要两步骤：

第一步：统治四洲、拥有四洲一切圆满的金轮王，结果依然是没能长生不死，他以四洲的权势和圆满也没能阻止死亡无常的到来，既然如此，与拥有四洲最高权势和所有圆满的金轮王相比，什么都没有、微弱的我们必然死亡无常，便一览无余了。

这需要详尽了解金轮王出生、承接轮位、十善护养人民、七宝威加四洲……乃至死亡凄凉的细节、七宝怎样一一消失，以此为基础，与我们作对比思惟，这样无常正见很容易生起。这就如同：浮在水面上的船，如果下压力不够而不能下沉一样，对转轮王无常的具体情况了知太少，心也很难进入无常。

第二步：由不仅微弱的我们，甚至统治四洲、拥有四洲一切圆满的金轮王也没有丝毫的坚实性可言，也必然死亡无常，以此推知，这个世界乃至一切的器情都会无常毁灭。只要是有为就必定无常毁灭，从而转心。

“乙二以对比方式反揭坚实真相”科总结

为了能对无常法义融会贯通，还是用形象比喻的方法，对本大科的无常法义作个总结：

站在这一边的是：广阔坚固的三千大千世界，寿命长达大劫、禅悦为食、具有五种神通的天神和仙人，四洲权势圆满的金轮王，我们浊世人。站在对面一边的是：无常铁律，而且只有这一个。现在的情况是：无常铁律一个人，直接向这边庞大的阵容，急速地直撞过来。撞击的结果是：无常铁律丝毫没坏、完好无损，但是，广阔坚固的三千大千世界，寿命长达大劫、禅悦为食、神通广大的天神和仙人，拥有四洲一切权势和圆满的金轮王，这些却都被无常铁律撞得土崩瓦解、化为乌有了！得出无常的结论：不同凡响的这些尚且如此，那么与其相较，我们自己、我们的尺寸之地，在无常铁律的巨大撞击下，岂不是更不堪一击？由此，微乎其微的我们及其一切，也必然会无常灭尽，就能清晰地一目了然了。再进一步的无常结论：广阔坚固的三千大千世界会无常毁灭，寿命长达大劫、禅悦为食、神通广大的天神和仙人会无常毁灭，拥有四洲一切权势和圆满的金轮王会无常毁灭，能毁灭这一切的无常铁律，不仅会毁了我们，也会毁了一切的有为法，会毁掉一切的器情世界，由此转心。

本大科，以三次强烈的无常对比，反揭出了：我们认为的坚固不坏，原来都是无常坏灭的自性。认识到这一点，关键要把无常正见用在我们自身上，用到我们的修行解脱上。因缘给我们所设定的人生，都是死局，三界没有出路，六道都是死路。

乙三、从涅槃及终别角度揭示诸行无常真理　分二：

一、总——以诸佛佛子示现涅槃而揭示

二、别——以师君三尊主眷终别而揭示

此大科，承接上面的乙二科，继续用强烈的方式给我们揭示无常：以出世间、超出生死的诸佛和佛子及师君三尊的无常涅槃，也就是，彻底超越生死的圣众、圣佛、圣尊，全部无常殒落，以这种极其震憾人心的方式，来揭示出一切有为法必皆无常的法则，以此对我们众生的常执没有留余地，一破到底。

丙一、总——以诸佛佛子示现涅槃而揭示

断证圆满诸佛及佛子，曾如空中群星般出世，
揭示诸行无常现涅槃，深知此例亦念皆无常。

颂文直解

断证功德圆满的诸佛以及声闻、缘觉、菩萨诸圣者佛子众，在娑婆世界中曾经出世者，数量众多犹如天空群星一般，然而，为了向所化众生们揭示一切有为法都是无常，诸佛及佛子们一一示现涅槃。明白了这个事例所昭示的无常之理，也就能了知内外一切有为法悉皆无常。

断证圆满诸佛及佛子　曾如空中群星般出世
揭示诸行无常现涅槃

“断证圆满诸佛”，断除烦恼障、所知障一切障的断功德，及证悟无我的证功德，都已达到究竟圆满的无上正等觉佛。“佛

子”，断证不圆满的三乘修道圣者。“如空中群星”，以群星比喻出世佛和佛子众的数量多得不可计算，如：毗婆尸佛初会有十六万八千圣众、第二会有十六万圣众、第三会有十万圣众，尸弃佛初会有十六万圣众、第二会有十四万圣众、第三会有十万圣众，迦叶佛初会有四十万圣众、第二会有三十万圣众……释迦佛教法下，地道功德获得自在的佛子众亦数不胜数。

本已获得生死自在的无上正等觉佛，仍然一一示现涅槃，三乘所有圣众，仍然一一入灭，以此给所化众生揭示了，一切有为法都不会永久不变、永恒长存，而是会无常消尽。无上正等觉释迦牟尼佛在《阿含经》中，亲身向我们众生垂教无常：此色身为老死所迫……诸比丘，世间无一法可依靠，应当舍弃世间，寻求不生不老、不病不死的寂灭涅槃，汝等应常念无常迁变之理。又在《华严经》中讲到佛示现入涅槃的必要：1、示现一切有为法皆是无常之故；2、示现一切有为法是不安稳之故；3、为执著色身的人天众生，示现色身是无常之法，以令彼等希欲安住清净法身之故；4、示现无常之力无法转变之故；5、示现一切有为法不随自心而住，皆无自在之故；6、示现一切三有如同幻化般，无有坚牢、稳固之故；7、示现一切有为法，积聚、散坏之相故。

深知此例亦念皆无常

“此例”，本已超越生死的圣众和正等觉佛，仍然要入灭、涅槃。“深知”，不是表面浮浅了知，而是深入地了知。“亦念皆无常”，因缘合成的一个有为事相本身是无常，以此类推，所有的有为法都必然是无常。

本颂要点

本已超越生死的三乘圣者众和无上正等觉佛，为何还要入灭、涅槃？以及，到底是什么，居然值得所有圣者与所有的佛，齐齐付出无以复加之代价？！

诸圣众和诸佛，明明都已了断生死，明明都无需入灭、涅槃，为何面对众生却依然还要示现涅槃？为了给我们众生揭示真相。何等的事实真相，竟能让不仅诸圣众，甚至连全法界最高境界的诸佛，齐心合力用圣法界的涅槃来示现？

——有为必皆无常，无一例外！

全偈结义

此偈，不是平铺直叙地泛泛而谈诸行无常，而是以圣者众和无上正等觉佛波澜壮阔的涅槃画面，以这种诸圣诸佛竟也无常的方式，给我们众生揭示了，一切有为必然无常的法则，以此来打破我们坚固成习的常执。

本已生死自在的圣众和断证圆满的佛，面对众生居然仍要不自在地入灭、涅槃，究竟为何？只是为了向我们众生揭示一切有为法的事实真相——不会永恒存在，必定无常灭亡。连断证圆满、境界最高的无上正等觉诸佛，都要涅槃无常，那么，还有什么有为法能不无常的？

宇宙时空的无常规律从未改变过，自然、人文、社会一切现象的全部过程，也都是老老实实按照着无常规律在显现，但是，我们众生却人为地硬把无常执著为恒常，从而误入歧途，一错再

错，离正法之道越来越远……

因而——

已超生死的圣众和无上正等觉诸佛，若不涅槃无常，不足以撼动我们久成的麻木！已超生死的圣众和无上正等觉诸佛，若不涅槃无常，不足以警醒我们正视无常的事实真相！已超生死的圣众和无上正等觉诸佛，若不涅槃无常，不足以震醒我们坚固的常执！已超生死的圣众和无上正等觉诸佛，若不涅槃无常，不足以激发出我们对无常有为彻底的厌患！已超生死的圣众和无上正等觉诸佛，若不涅槃无常，不足以激起我们勇猛的出离！……

丙二、别——以师君三尊主眷终别而揭示

寂静净土桑耶大殿中，师君三怙主眷圆满相，
当时思彼真是甚欢喜，如今思忆实乃极悲伤。

颂文直解

寂静净土吉祥桑耶寺的大殿当中，师君三怙主——邬金莲花生上师、大堪布菩提萨埵、法王赤松德赞，以及他们的眷属众，在世时的情形具足了导师、弟子、法、处、时五种圆满，当时想到这些盛况让人不禁由衷欢喜，然而如今回忆起当时的圆满盛况，却是让人感到非常地悲伤。

寂静净土桑耶大殿中

“寂静净土”，总指雪域藏地，特别指圣境桑耶寺。总的来说：《毗奈耶》中将“中土”分为地界中土和佛法中土，从地界

来说只有印度是中土，从佛法兴盛来说，一千多年前，莲师和大堪布菩提萨埵来到藏地使小乘、大乘、金刚密乘都非常兴盛，所以藏地也是佛法中土。对此，《噶当子法》中讲到，王子贡秋邦在禅定境界中去了邬金莲花空行洲，那里的桑瓦益西空行母说："印度金刚座北方，雪域观音之所化，乃为清净悦意刹。"也就是，印度金刚座的北方，观音菩萨所化的雪域藏地，是非常清净、令人悦意的刹土。还有，阿底峡尊者看到藏地有许多金刚密续，说印度在"二胜六庄严"时期，金刚密法也不如藏地这么兴盛。特别来说：在清净者的境界中，藏地桑耶寺就成了真正寂静净土——吉祥山莲花光明宫，对于这一点，法王上师在一首道歌中如是讲到：他朝拜桑耶青普时，见到一切境相皆现为清净的佛身、佛语、佛心，没有净秽不同。

"桑耶"是藏文音译，汉文义为"不可想象"或"不可思议"。建造桑耶寺时，由于莲师和大堪布菩提萨埵等圣者威慑神力，使众多人和非人一起建造，白天人类建造，夜晚天人为主的非人建造，所以非常不可思议，因此，藏王赤松德赞赐名为"桑耶"。"大殿"，桑耶寺的中心大殿共有三层，亦名"三样不变殿"：顶层是印度风格，因佛法来源于印度；中层是汉式风格，因藏王赤松德赞的母亲是汉族人；底层是藏式风格，因藏王赤松德赞的父亲是藏族人。

师君三怙主眷圆满相

"师君"，是指莲花生上师、大堪布菩提萨埵、国王赤松德赞师君三尊。由于往昔他们三人共同发愿，将来一起护持弘扬显

密圆融的佛法，于是在业愿成熟时而会聚藏地。在因缘成熟时，莲师来到藏地。大堪布菩提萨埵，先来过一次藏地，但因当时赤松德赞还没有出世便返回印度，他通过特殊修法延长了自己寿命，等待其降世，直到法王赤松德赞大愿成熟在藏地诞生，他们三人这一世才如愿于藏地相聚。

藏地又为何尊称他们为“三怙”？在藏地师君三尊也被称为“三怙主”：列绕朗巴大师的伏藏法中有莲花生上师、大堪布菩提萨埵、法王赤松德赞“三怙主”各自的修法，修法中说，大堪布菩提萨埵是金刚手菩萨的化身，莲花生上师是观世音菩萨的化身，法王赤松德赞是文殊菩萨的化身，是三怙主为方便度众，特意现为师君三尊之相降临世间。

“主眷”，“主”是莲花生上师、大堪布菩提萨埵和法王赤松德赞三尊，“眷”是师君三尊的眷属众，例如：莲师的弟子众，仅仅桑耶青普的弟子，于藏地刚开始赐予灌顶、传授圣法时的弟子有十七位成就者、中期有二十一位成就者、后期临近去往罗刹洲时的弟子有二十五位成就者等。常说的“二十五君臣”，就是藏王赤松德赞和王子穆赤赞普等二十五位成就者，当时以法王赤松德赞作为施主，莲花生上师对二十五位君臣等诸多密乘根器者赐予殊胜四级灌顶，令弟子们心相续彻底成熟，并传授玛哈约嘎、阿努约嘎与阿底约嘎的甚深密法，令弟子获得解脱，当时获得成就的人很多，例如：南卡酿波能够骑在日光上，桑吉益西能以金刚橛直接插入山崖中……皆有不共的殊胜成就。

大堪布菩提萨埵，则于当时藏地传授中观与戒律等显教法门，给国王、王妃为主的众人传授十二缘起、十善业道、八关斋

戒等法，尤其重要的是，依照“一切有部律”，让“预试七人”出家并为他们传戒，创立了西藏出家僧团。

法王赤松德赞，选取贝若扎那等一百零八位智慧超群的译师人才，派他们前往印度学习翻译，并且译出了当时印度十分兴盛的经、续、论，他又从印度迎请了以莲师和大堪布菩提萨埵为主的一百零八位智者班智达，同时会聚吉祥桑耶寺。法王赤松德赞创造了藏地显密佛法兴盛的大缘起，虽然拉托托日年赞和藏王松赞干布时期也曾有佛法降世，但是，显密一切教法和各种明处，都是在法王赤松德赞时期，迎请了大堪布菩提萨埵和莲师才真正得以兴盛。并且，法王赤松德赞在桑耶青普山洞中闭关，修持莲师所传的密法而获得成就，所以他本身就是一位了不起的大成就者，故而称之为“法王”，列为师君三尊之一。

“圆满相”，即师君三尊主眷具足五圆满：导师圆满——师君三怙主，眷属圆满——二十五位大成就者等众，法圆满——迎请、翻译、传授了大圆满等显经密续，处圆满——吉祥桑耶自成寺，时圆满——因缘聚合之时。

当时思彼真是甚欢喜　如今思忆实乃极悲伤

当时，一想到如此一切圆满之相就让人抑制不住地欢喜：即使大圆满十二大导师的佛刹，也没有比莲师所传大圆满更殊胜的一个法，也遇不到比莲师更殊胜的导师，也没有比二十五君臣更圆满的眷属。如今，莲花生上师早已飞往拂尘洲铜色吉祥山，大堪布菩提萨埵、法王赤松德赞及成就眷属众全部已经入灭，曾经盛极一时的桑耶寺，早已冷冷清清。现在回忆起当时的无限隆

盛，只有令人徒增伤悲而已。

大圆满传承祖师晋美朗巴尊者，所撰著的《三身净土发愿文》后跋中，记载了本法之所以现世的无常因缘：

他在桑耶青普山洞闭关时，某一天，从洞口看到了对面下方的桑耶黑波热神山，以此引发而忆念起前世：莲师曾带着法王赤松德赞和王子穆赤赞普等眷众一起到了桑耶黑波热神山，为他们传讲了甚深妙法，赤松德赞涅槃后，莲师又带王子穆赤赞普等眷众到神山，并安慰王子说一切有为法都是无常，大地上哪里有生而不死的情况呢，这样讲了很多无常教言。想起这些时，大祖师持明晋美朗巴尊者非常悲伤，面朝向莲师所在的西南方哭了很久，又想着哭也没有什么用，便发誓一定要好好修持显密妙法，死后直接去莲师所在的铜色吉祥山莲花宫殿。

本颂要点

繁星闪烁的诸佛及佛子汇聚于师君三尊主眷，以他们也无常了的事实，再次向我们揭示了诸行无常。

师君三尊，单论今生修证就已超出生死，更何况他们本为三怙主的垂迹化现。极乐世界飞来的莲师，本就是无死虹身的大成就者，本具转变一切的能力。何故已是如此境界的师君三尊以及皆已彻证不死果位的弟子众，竟也生离死别地无常了？因为诸行无常。

全偈结义

本偈，以师君三怙主眷前后的对比，来揭示出有为法的无

常：

昔时，师君三尊依前世宿愿，在藏地实现了划时代的大聚会，显密正法的利生事业如旭日东升蒸蒸日上，眷属弟子众纷纷从四面八方如云集聚，获得殊胜证悟的成就者不计其数，当时的情形是具足五圆满的盛况。

今时，师君三怙主眷，护法藏王赤松德赞、大堪布菩提萨、已达圣境的眷属们，都已接二连三地谢世而去，莲师也已离开了藏地，当时的弘法盛况消失而不再。

“乙三从涅槃及终别角度揭示诸行无常真理”科总结

本大科，以出世间的诸圣佛子众、境界最高的断证圆满之诸佛、令雪域藏地显密佛法极其兴盛的师君三怙主，这些法界全圣涅槃、终别等的无常，极其有力地向我们众生揭示了，一切有为法必皆无常的法则。至此，我们众生的常执再也没有一丝侥幸的可能。

乙四、以寿命无常劝诫　分七：

一、劝诫未闻思清净教之实修人

二、劝诫舍弃实修三续之经忏人

三、劝诫贪著讲辩名望之青年僧

四、劝诫不修三学反积财之伪僧徒

五、劝诫身已衰仍筹划生计之老人

六、劝诫倨傲不念死之年轻人

七、劝诫妄想常相伴之恩爱男女

丙一、劝诫未闻思清净教之实修人

若未如理闻思清净教，仅估计心不能断无明，
年迈时成家眷九人主，临终老者无善转恶趣。

颂文直解

如果对以三量观察而清净的圣教海没有如理闻思生起智慧，仅仅是以一种模棱两可的估计、揣测，断不了生死轮回之根的无明，这样，年轻时是一个出家僧人，而年迈时却成了九个家眷的主人，这位老修行人临终时，因为没有积聚善法资粮，而只能随着恶业转生到三恶趣。

若未如理闻思清净教　仅估计心不能断无明

“清净教”，是以现量、比量、教量观察而清净的三藏、六续部，泛指所有的显密佛法。“估计心”，没有定解，似是而非的揣测、估量。“无明”，我执，为轮回生死的根本，其正对治是证悟空性的智慧，并不是不能确定的估计。

年迈时成家眷九人主　临终老者无善转恶趣

有些出家人年轻时，心高气傲，认为自己不需要经过如理闻思清净圣教，就能修行。这样自视甚高，自己根本没有如理闻思生起定解，仅仅凭着一种估计心修行，以致于没能压伏或断除相续中的烦恼，遇恶缘时便会现行粗猛烦恼，贪执世间法，甚者修行很多年，不仅没有修成，反而在年老时成了子孙众多的在家人。“九人主”，成了家中九口人的家长，形容家眷众多。

由于前面没有修行成功，后面又没有忏悔恶业和修积善法资粮，反而为了维持家庭不断起烦恼造恶业，因此，临终时他只能背着罪业，堕下恶趣。

本颂要点

此颂强调：修行一定要正确，需以闻思的正见为基础，不能脱离正见而盲修，否则，极易被违缘所转半途而废，落入世间法中，甚至后世会堕入恶趣。

全偈结义

有些修行人自认为，长期勤苦闻思经律论，没有必要，认为到某个寂静处按照自己所理解的安住，这就是实修。这样不喜欢学教理，反而认为自己是个特别根基的大修行人，终究学也没有学到、修也没修成，时间就这么过去了，自己的心相续也没有调伏，烦恼反却越来越粗猛，最后竟然还俗成了众多家眷的家长，为维护家庭和生活不得不违心造下很多恶业，致使今生来世都毁了。相反，智者会从根本上入手，先以闻思生起无我空性正见，串习坚固形成定解，最终以空性慧断除生死之根的我执无明。

人生非常短暂，而修持正法又往往需要一个艰辛漫长的过程，所以，一定要将自己有限的生命、精力完全投注于闻思修行，尽快如理如量地完成这个过程。倘若年轻时未能如理闻思修行，一旦错失良机，相续中固有的凡夫知见未能转化，仅仅是外表上剃了头、披了袈裟，这很危险，因为，一旦遇到强势境缘则极易起惑造业，又陷入世间法迷网当中。有闻思修的时机，一定

要好好把握。

丙二、劝诫舍弃实修三续之经忏人

舍弃实修经幻心三续，唱诵吹奏敲等计深法，
无有厌足贪享黑信财，临终命断自罪极明显。

颂文直解

如果舍弃实修经、幻、心内三续的甚深妙法义，自认为敲打唱念等是甚深法，而利用有口无心的唱念敲打，来贪享信众供给的信财，则临终命断或身体四大次第融入时，自己的罪过一定会极明显地显露出来，也就是，会出现下堕的恶兆，那时只有以痛苦来偿还这笔业债。

舍弃实修经幻心三续

“经”是阿努约嘎《总经密集续》，“幻”是玛哈约嘎《大幻变根本续》（《幻变秘密藏续》），“心”是阿底约嘎大圆满续。《总经密集续》的源流，过去宿喀派泽波迦等成就者曾对其讲解、引导并广弘，而且噶陀寺初祖德协当巴师徒时也护持、广弘过，并有噶陀堪钦尼登撰著了此续注释。法王上师说自己没有得过《总经密集续》灌顶和传承，所以法王上师自己没有亲自给喇荣大众传讲和引导此续，而是迎请多芒寺帝察活佛赐予喇荣大众《总经密集续》的灌顶和传承，又迎请多芒寺堪钦德巴传讲了堪钦尼登对本法的注释。《大幻变根本续》，从金刚持如来一直到法王上师之间传承从未间断，本法的灌顶、传承、讲解、窍诀

引导，在喇荣道场都有。心续大圆满，有心部、界部、窍诀部，这些法的灌顶、传承、引导在喇荣道场也都有。

虽然宁玛派也要修显教经法和外续部等九乘中的前六乘法，但是主修内三续，如意宝王般的经、幻、心内三续，是宁玛派的不共修法。师君三尊时期，莲师将二十五君臣安置于菩提果位，及莲师藏地八十位成就弟子，不是主修前六乘显密法获得成就，而是主修内三续尤其是阿底约嘎光明大圆满。作为宁玛派随行者，也应该主修经、幻、心内三续。对此，上座丹增诺吾堪布虚心教导："不是因为我修的好，才这样跟你们讲要修内三续，我只是重复法王上师说的。偈颂中说的'舍弃'就是指我这样的人，虽然从法王上师处得到了大圆满续部及其以下法类的灌顶、传承、引导，也在法王上师面前得过《上师心滴》《空行心滴》《布玛心滴》等大圆满窍诀部在内的法，但自己并没有实修，这就是舍弃或放弃不做修持。"

唱诵吹奏敲等计深法

对于此句法义，上座丹增诺吾堪布循循善诱道："我不认为唱诵的音调、吹奏敲击法器的技巧等是甚深法，虽然我在这些方面很不擅长，但对于唱诵音调等还是很欢喜并有意乐学习的，而不是因自己不懂才觉得这些不是甚深法。宁玛派的大修，都是以五圆满为基础，以近、亲近、修、大修的近修四支为核心，获得四种持明果位。虽说五圆满中维那师、事业金刚等这些条件也需要具备，但真正核心是'近''修'四支。现在一些人不注重大修核心，而是喜欢探讨唢呐怎么吹、铙钹怎么敲打、维那师用什

么音调唱诵、敲鼓轻重次第、长号朝向等，别人好心提醒他需要把重点放在‘近修四支’上，他还不以为然地反驳。甚至有的寺庙做大修时，连念到什么地方需要把碗拿起来、什么时候放下、要放在什么位置等都有要求，如果跟大众不一致便要受到惩罚，这样，认为寺庙这些规矩才是最重要和最需要重视的事情。

总言，密续中个别修法仪轨有其固定的唱诵音调，又或有些伏藏法在念修时，需按持明者或伏藏师净相中所现的音调来唱诵，并需配合各种法器吹奏敲打，不能自己随意操作：一些维那师认为自己声音好听，就用自己喜欢的音调来唱诵。并不是说不需要唱诵、吹奏、敲打等，而是说这些并非是无上甚深法，只是修法的助缘和分支，而修法的根本是生起次第和圆满次第，例如：莲师和曼达拉瓦公主曾在玛拉德噶山洞修行六个月，这期间没有什么吹奏敲打，而是通过近修四支获得了长寿持明果位。现在有些人仿佛就是华智仁波切所说的‘伪装成密法成就者’那样，对于打手印、吹奏敲打法器等非常精通，但实际上内心没有丝毫生圆次第的修行，这样的人不是金刚持如来随行者。法王上师如意宝也曾说过，不是说不需要唱诵、吹奏、敲打等，而是大修重点应放在‘近修四支’上。法王上师对这些方面非常注重，也曾讲过很多，一直要求必须按照持明上师传承的规则和标准来实行，不是跟着自己想法随意变更仪轨和念法等。

如果既能具足生圆次第修行又能有完备唱诵吹奏等，则是根本和分支悉皆圆满，二者兼具更好。如果没有吹奏敲打直接念诵仪轨，由于缺少了分支也许会造下一些轻罪，但如果内心有了生圆次第的修行，虽然没有吹奏敲打法器，也不会产生任何过失！

《大幻变根本续》中说：即便没有向上呈献供品，也没有吹奏敲打法器，但内心有生圆次第修行的功德，就不算缺少支分！然而，我们既没有生圆次第的修行，也不懂如何吹奏敲打等，去经堂念经时，不带铃鼓等法器，也不带经书，只是揣个手机就去了，甚至平时连自己每日功课都没有专心好好地念，这样是‘缺上加缺’，维那师匆匆忙忙急着往下念，其他人或睡觉、或看手机……像这样不好好专心念修，长此以往，佛法就到了快要隐没的边际。”

生起次第、圆满次第、大圆满，因圆满次第又分有相圆满次第和无相圆满次第，而大圆满属于无相圆满次第，所以通常以生起次第、圆满次第来指代“内三续”。

无有厌足贪享黑信财

“黑”，是因为会成熟不悦意的果，故称为黑，例如：能成熟不悦意苦果的不善罪业叫黑业。“信财”，总指无论是为了给活者禳灾祈福，还是为了给亡者进行超度，他人以信心供养的各类财物。具足何种功德才能受用信财呢？显教的标准是：《根本说一切有部毗奈耶颂》（《花鬘论》）云：“说无学为主，学人如父财，勤定读诵人，随许诚无过，自余懈怠类，名为负债财，破戒者全遮，受用住处等。”（法王上师非常重视此偈并要求背诵）其中说了五类人受用信财的状况：第一、“无学”，小乘无学道圣者阿罗汉犹如信财主人一般，能够受用信财；第二、“学人”，预流果及其以上学道圣者犹如受用所继承的父亲财产一样，能够受用信财；第三、“定”是打坐修行，“读诵”是于佛

正法听闻和思惟，凡夫在具有清净戒基础上精进修行或者精进闻思圣教，以佛开许而受用信财，无过；第四、“懈怠类”，身为僧人亦持戒清净，但没有精进修行或精进闻思圣教，而是懒惰懈怠，此类人受用信财是背负业债，必须偿还；第五、“破戒者”，失坏了别解脱戒的僧人根本不能受用信财，乃至僧众的经堂、住处等都被遮止使用。密教的标准是：需要有生圆次第的修行，例如：即使仅做一次“百事仪轨”都需观修生起次第等，而不是没有任何作意、观修仅仅口头念诵，又或者给信众做经忏念闻解脱仪轨、八大教法仪轨等也需具生圆次第的功德。

“无有厌足贪享”，不具备受用信财功德的前提下，对信财贪爱执著并且不知餍足地享用。法王上师特别教诫过：总的不能随意受用三宝财物，尤其是三宝当中僧众财物，否则会造下极大罪业。功德光尊者在《律经根本律》中讲到：没有功德的人受用僧众财物，就如同食毒一样根本无法承受！《百业经》等的经法中说：如果自己不具功德，却随意受用僧众财产，也没有发露忏悔得以清净，果报成熟时，就要受生到三恶趣受极大苦，即使经过贤劫千佛出世的漫长时间，仍然无法从三恶趣中解脱。

对此，上座丹增诺吾堪布对此语重心长教诲道：“法王上师在世时，就要求僧众念经时必须止语专注念修等，几年前喇荣道场所有管理人员经过商定，又重新强调了僧众念经时必须止语专注念修。受用僧众财物一定要小心谨慎！以我们喇荣道场来说，在公共斋堂吃完饭后碗筷不能随便乱放，甚至经堂外的鞋架也要爱惜，不要认为只是鞋架而已，没什么大不了的，但那是僧众的鞋架不能随便破坏。僧众经堂铺了新地毯，如果自己脚上沾了泥

土没擦干净就进了经堂踩脏了地毯，《毗奈耶》等经律中说这也有很大罪过。总的来说，一个持戒清净的僧人并精进修行或精进闻思便可以受用这些，但也要有分寸不能随意损坏等。法王上师如意宝在世时，会在公众课上对这些数数强调，但现在都是各个班级上课，比如因明班、文法班等班级所讲的内容没有涉及因果学处，因此有些人不知道，有些人知道却忘了，有些人明明知道却仍然不管不顾地随意使用。总之，随意受用僧众财产的罪业比五无间罪还要严重，五无间罪虽然很严重，但经中说在无间地狱一中劫就可以从中解脱，而随意受用僧众财物就如《百业经》所说，毗婆尸佛时有一位比丘因随意受用僧众财物，在地狱受苦远远超过一个中劫，也就是千佛都已经出世过了的这么漫长时间，他还没有从地狱中解脱。僧众财物，乃至扫把、水器等都不能作为个人的来使用：用僧众的扫帚打扫自己院子、房间等，或者未经开许使用经堂里的电给自己个人电脑手机等电器充电，甚至冬天时，有些个人用经堂里的电烧茶带回家自己受用……这样非常不好，会造下严重罪业。虽然我也没必要对你们讲这么多，也不敢多说，说了你们也不一定听，而且我现在已经是老一辈人身份可以退休了，现在跟你们讲这些，是因为过去法王上师如意宝就是这样要求的并且是特别重视。总之，随意受用信财，特别是随意受用僧众财物罪过非常大，一定要慎之又慎！虽然对于一个出家僧人来说，不受用一点信财也很困难，但受用时务必要谨慎、把握好分寸。道场常住给每位僧人分发的东西，一个人只能领取一次、不能领取两三次，人们普遍认为到一个僧人家里偷东西有大罪，当然这肯定是有大罪的，但是如果多领了公共僧财比偷僧

人个人财物的罪过更大。假设一个施主给道场常住供养了一百万，这些钱就属于僧众所有，如果个人多领取了就会造下偷僧众财产的严重罪业。僧众分发斋饭，也不能一个人领取两份，《毗奈耶》里讲受用斋饭自己当时能吃多少就领取相应的份量，不能多领取后带走受用。整个道场任何地方都与僧众有关，我们这里的自来水，一直让大家不要随便浪费，但有些人在洗澡、洗衣服等时一直开着水龙头让水不断地流着，这样故意浪费自来水，觉得一点水而已没什么可吝啬的，但是，我们这里的水大多数都是用电从知青山沟引流上来的，引流所耗的电费则是由常住僧众支付，所以这样做实际上是浪费了僧众财物。佛在《毗奈耶》中说，甚至僧众的水器可以个人轮番借用，但不能作为私人的来使用。这些业因果学处内容，也不是我很慈悲给你们讲这些，而是法王上师如意宝这里说不能没有厌足随意贪享信财，我只是把法王上师曾经讲过的、自己能回忆起来的，给你们重复而已。”

无论如何，对于僧众财物一定要小心谨慎地使用，为此，法王上师曾经特意讲了《百业经》和《贤愚经》。我们道场用的电、自来水等都是僧众统一付钱，虽说个人用电都装了电表自己付费，但公共区域的用电还是僧众财产，自己在教室上课或做发心工作等时取用都需谨慎。三宝道场的土地、资具、器皿等任何东西都是僧众公共所有，《毗奈耶》当中说连僧众洗脚的盆，在没有开许的情况下，都不可以个人拿来使用。而且，我们这里僧众人数众多，不是只有几十人的小寺庙，施主供养僧众的财物，因僧众人数众多，故而随意受用僧财的罪过也就更大，对僧财定要警惕备至！一定要效仿《赞戒论释》中的华云管家：他从来都是

心口如一、兢兢业业地为僧众服务，他把僧众财产当作毒一样谨慎对待！过去，那烂陀寺一位名叫迦炯的大班智达，他虽然没有过多享用僧财，只是无意间多用了少许一点，以致于命终后先转生为空飞饿鬼，死后又转生到地狱当中。对于僧众财物，即使只是少许一点，无论是有意还是无意地多领、浪费、损坏等，只能饱受地狱等恶趣极其惨烈的折磨，此外，无法彻底忏悔清净。

僧众的财物，包括常住的经堂、饭店、厕所、道路、水房、滤水网、净水器、水、电、花、草、树木、围栏、砖瓦、建筑材料、三宝所依、僧舍等。总之，寺院或僧团公共场所，人工及自然的全部设施，都是僧众财物。以经堂地毯为例，如果脚或袜子上有泥或尘土，弄脏了经堂地面或地毯就有很大罪过。过去，印度经堂门口有洗脚的器皿，如果脚不干净，就要在门口洗干净再进经堂。进僧众经堂要特别警惕！个别人的脚很脏直接走在经堂的地毯上，这是不行的！法王上师曾讲，有些人在经堂里喜欢靠墙或柱子，这样，就会把身上的污垢、头上的油垢，都沾到经堂的墙壁或柱子上而将其弄脏，由此便造下了很大的罪业。以前的甘多拉经堂里面，没有用木板包起来，只贴了一些杂色布，很多人去经堂念经或上课时，就喜欢靠在上面，时间长了那块布就黑了，对此，法王上师专门强调过不能这样。

综上所述，信财，不单单是信众供养的一些饮食、衣物等的财物和超度亡者的财物，而是指僧众的所有公共财物，这有很多的分类，详细内容可查阅《毗奈耶经》等经律论。

临终命断自罪极明显

一生中没有生圆次第的功德，也没有精进闻思修行，却贪享了很多“黑”信财，由于此，所造的罪业使自己临终命断或身体四大次第融入时，直接出现了下堕恶趣的恶兆。

本颂要点

此颂，法王上师从宁玛派而言，规劝修行人：应当实修甚深内三续，切切不能舍本逐末，只注重外在仪式，更不能贪享信财，否则，一念之差，后果会是很多个劫的恶趣。

全偈结义

本偈，法王上师殷切规劝：

修行上，先要以修法的内容为主，再配合所需要的念诵、敲打等形式，不能主次颠倒。

包括活人亡人信财在内的所有僧财，尤其是庞大僧团一点一滴、一丝一毫的僧财，在取舍上一定要非常小心、非常注意，千万不能随便对待！

丙三、劝诫贪著讲辩名望之青年僧

机灵聪慧求法青年僧，心中贪著讲辩之名望，
苍螺白发或得博学位，然汝人间得乐亦短暂。

颂文直解

一些在大道场求法的年轻僧人，心思机灵、聪慧，贪著擅长讲法与辩论的显赫名声，而费尽一生精力博取名望，到了头发犹

如白色海螺一样白发苍苍的老年之时，或许能够获得格西或堪布等的博学之位，然而，此生在人间安享快乐的时间却已非常短暂了。

机灵聪慧求法青年僧　心中贪著讲辩之名望

“机灵聪慧”，心思灵巧，聪明伶俐，对显密经续以及共同明处擅长闻思、讲辩。“求法”，从藏地来说，到格鲁派色拉寺等三大寺，或者到宁玛派佐钦寺等大寺院求学佛法。“青年僧”，年龄阶段大概在十五六岁到三十岁之间的年轻僧侣。“讲辩之名望”，擅长传讲佛法和辩经的名望。全知龙钦巴尊者曾与各地知名的大智者们辩经，以锐利超群的智慧和擅于辩经的名声享誉整个藏地。藏地的无著菩萨，其行传中记载了他的讲、辩非常卓越，当时被大众公认为印度无著菩萨乘愿再来，而誉名为“无著”。他们这样智慧超群的大成就者，传讲佛法、辩论教义，是为了圣教弘扬与众生义利，并非贪著擅于讲辩的好名声。“心中贪著”，贪爱、执著上述所说的讲辩名望，心想：如果能拥有龙钦巴尊者、无著菩萨那样擅长讲辩的名望该多好啊，就会有很多人追捧我了……

此处，法王上师是从遮止的角度教诫年轻僧人们，不要为了获得讲辩的名望而去大道场求法，一定要端正自己求法的动机。

苍螺白发或得博学位　然汝人间得乐亦短暂

宁玛派中，年轻僧人在持戒清净的基础上，经过十几年精进闻思经论，在三四十岁时有可能获得堪布学位。格鲁派中，需要

闻思许多大经大论，在不同的经论班级，一年一年逐级晋升，还要通过各种讲、辩等的考核，有些人大约在五六十岁时才能获得格西学位，这已经是“苍螺白发”的时候了。“博学位”，是广闻博学、精通佛法的堪布或格西等学位。“或得”，可能得到，格西等学位也不是轻意就能取得，有人即使努力闻思了几十年，但因自己智慧福德欠缺或其他原因也不一定能获得。用尽一生精勤努力，即使最终年老时如愿得到了堪布或格西的学位，以及随之而来的赞叹、承事、供养等，但这些乐也非常短暂了。之所以说“乐短暂”，因为寿命无常，毕竟已经是一个白发苍苍的老年人，还能活多久，然而去往后世的路上，堪布、格西等学位根本无法带走，对后世没有任何利益。那时，回想起自己一生都在考虚名，而没做下对死有利的实善，还不知道会漂泊在生死的哪一处，会非常地后悔。

本颂要点

出家僧人在智力、生命力最旺盛的青少年阶段，最重要的是首先端正求法、闻思的动机，不要贪著讲辩的名声和博学之位。

全偈结义

法王上师以洞察一切之智，发防范之悲，劝诫我们做一个真正的修行人。

丙四、劝诫不修三学反积财之伪僧徒

轻视三学不修道功德，谋取今生积财伪僧徒，

临死之时欲心仍无际，然阎罗王铁律无延缓。

颂文直解

轻视三学而不修圣道功德，反而谋取和积累财物等，这样的出家人，实际就是只有僧人形相、实无修德的伪僧徒，即使是到了临死的时候，他贪求积聚资财的欲望仍然无有边际，根本不知满足，然而索命阎罗的死亡铁律，从来不会因你还有欲望未得实现，便将你的死亡时间向后延缓、推迟。

轻视三学不修道功德　谋取今生积财伪僧徒

“三学”，戒学、定学、慧学，因超胜外道三学故又称为“增上三学”。“道”，戒、定、慧三学之道，因小乘五道、大乘五道等种种分类全部摄在三学中的缘故。“轻视”，对于戒、定、慧三学之道，根本不重视、不修持。“谋取今生积财”，内心贪求并通过各种手段、计谋，巧取钱财。“伪僧徒”，心里贪著现世之利的人，虽外面显现了僧人的形相，但是，内心与真正修行人舍弃世间的功德截然相反，故而称之为伪僧徒。

临死之时欲心仍无际　然阎罗王铁律无延缓

到死时心还在贪求现世财利，然而索命阎罗并不会宽容一时半霎。“阎罗王”，死亡，喻为阎罗死主，又喻为死主怨敌。“铁律”，是生命界法尔如是的必死法则。“无延缓”，到死时当即会死，不会有丝毫延迟。死主阎罗王不会因为你还有事情没完成，还有心愿未了，财物还没达到你心满意足的程度，就对你

网开一面，可以不用死或者把你的死亡时间往后推迟，别说推迟几分钟，甚至推迟一刹那也绝对不可能。

本颂要点

以多生累劫之福德，有因缘已出家的修行人，应力修出世的地道功德，不要贪著今生而谋取、积累财物。

全偈结义

出家为僧，本为舍弃今生而能更好地修行出世，千万不能如本颂中的伪僧徒一样适得其反。

丙五、劝诫身已衰仍筹划生计之老人

身体衰败白发之老人，心中筹划多年之生计，
然汝已如即灭之油灯，岂非应备中有之路粮?

颂文直解

身体已经衰弱破败的白发苍苍老人，心中仍在筹划未来多年的生活，然而，你已经如同随时都会熄灭的油灯一样很快会死去，这种时候，难道不是应该准备自己中有路上的干粮吗?

身体衰败白发之老人　心中筹划多年之生计

“衰败”，头发花白，牙齿松动，皮肤干瘪，满面皱纹，弯腰驼背等。“多年之生计”，时日无多的老人，仍在幻想、盘算着未来很多年的生活计划，就如同：现代人提倡的心态年轻化，

年龄虽然老了，但是心要活得年轻，规划退休后十几年乃至几十年的生活计划。

然汝已如即灭之油灯　岂非应备中有之路粮

老人根本不想，自己的生命已经到了尽头，仿佛是油灯里的油已经烧尽随时都会熄灭一样，自己生命的燃料已尽，死亡很快就会降临了，没有退路。“路粮”，是把对来世有利的善法，比喻成中有路上的干粮，应当在还活着的时候尽早准备，例如：若想往生西方极乐世界，就应坚固对阿弥陀佛的信心和极欲往生极乐净土的心愿，以信与愿摄持而念修阿弥陀佛六字洪名。

本颂要点

法王上师规劝：对于说话走路间都会死去的老人，第一重要的是，在所剩的不多时日里，应当尽量为后世行持善法，而不应该再过多地去盘算今生的未来生活。

全偈结义

学了这个偈颂以后，老年人当要有所触动，已经是即将面临死亡的风烛残年，能不能见到明天的太阳都不好说，这个时候不应该再去筹划发展现世法，五年、十年、二十年乃至更久的计划，而是应该尽快彻底放弃现世的家人、朋友、财产、地位……唯一缘念死亡无常，而积极准备中有的行路资粮。

“衰败白发之老人”与“筹划多年之生计”相互矛盾，“多年之生计”又与“即灭之油灯”相互矛盾，之所以运用此种矛盾

写法，目的在于警醒我们：无常迅速，不要再做今生无意义的事情，应当全力准备死亡后世。

此偈不单单是教诫老人，而是教诫我们一切众生。

丙六、劝诫倨傲不念死之年轻人

身色韶华倨傲之青年，心中不念自己定死亡，
不知何时来之阎罗卒，绳索捆脖时生大懊悔。

颂文直解

身体健壮、年轻有为、风华正茂的傲慢年轻人，心里从来不会想自己一定会死、甚至当下都会死，仿佛死亡跟自己毫无关系，然而死主阎罗王派遣的勾魂走卒随时都会到来，当他们忽然来到，用业力绳索捆住自己脖子时，自己心中一定会生起大懊悔。

身色韶华倨傲之青年

总的来说，无论是有权有势的领导，还是具有盛誉的名人、学识渊博的学者、年轻俏丽的美女、受用丰厚的富翁……不管是谁，年轻也好，年老也罢，所有人都会死，没有谁是例外，一切有为法的自性都是死亡无常，这是周遍成立的、一向决定的，不会有个别特例。据统计，2021 年仅仅本国的死亡人数已达 1200 万左右，全世界的死亡人数又有多少，这些亡者中，不会因为年轻人还年轻就不用死。死主阎罗王不会特意把年轻人筛选出来，只带走老、弱、病、残，也不会对富人格外眷顾只带走一无所有

的乞丐，也不会因为某个人年轻、健壮、有为、貌美、知名等就差别对待，而是对所有人都一样。凡是因缘造出的有为法之自性，势必无常。

“身色韶华”，体魄强健、皮肤光泽、容貌俊朗、青春靓丽等的人生大好时光。“倨傲”，傲慢，无论是出家还是在家的青年男女，认为自己很年轻、很漂亮、学识渊博、能力超强、心思聪颖、前途无量，于是就心生傲慢，自视高人一等。实际上，色身是老衰趋死的无常，没有一个人可以长生不老、永葆青春，任何人都会随着时间的流逝而变老、变衰，最终死亡、腐烂。

心中不念自己定死亡

风华正茂的年轻人，心中从来没想过自己一定会死，甚至随时会死。不单单是年轻人，包括我们自他在内的很多人，都有这样的想法，不认为自己很快就会死。然而，事实却截然相反。2022 年 3 月东方航空 MU5735 飞机坠毁，航班上机组成员和乘客共 132 人全部遇难，整个飞机坠毁非常严重，事故现场都是各种碎片，非常惨烈。这些人当中，不是没有一个年轻人全都是老年人，有的是去看病，有的是去出差，有的是去旅游，谁都没想过自己会死，但是死亡就这样突如其来。年轻，并不是不用死的证书，实际上每天死亡的人中，寿量穷尽而自然老死者仅占少数，大多数都是以疾病、空难、车祸、凶杀等内外死缘未到寿量而死。死者中有青年、少年、儿童、幼儿、胎儿，非老年死亡的数目相当庞大，正如《集法句经》中所云：“若众多男女，强壮亦殁亡，何能保此人，尚幼能定活。一类胎中死，如是有产地，又

有始能爬，亦有能行走，有老有幼稚，亦有中年人，渐次当趣没，犹如堕熟果。”世上人的生死都是由自己业力所安排的，而不是按照年龄老少顺序。身处寿量不定的南阎浮提，从来没有一个固定的“死亡年龄”，任何一个年龄阶段，任何一个成长时期，都会死。

不知何时来之阎罗卒

不知道、无法确定什么时候会死。有情的生命就如同灯光，谁也无法预测，何时因灯坏而灭，何时因停电而灭，何时因线坏而灭，何时因险情而灭……只是一口气而已，还能正常呼吸，能把气呼出吸入，这就叫活着，不能把气吸入呼出，就死了。谁也无法确定哪口气不能正常呼出吸入而死，就如天气阴晴不定一般。

绳索捆脖时生大懊悔

死时，死主阎罗王用死亡铁链拴住年轻亡者的脖子，把人强行拽走，生命无限旺盛的年轻人，怎么会想到自己也会死，更不可能提前为死亡作准备，但是，没想到死亡突然如霹雳骤然而至，那时自己必然会懊悔至极。

本颂要点

死亡不分年龄阶段，就如俗语所说“黄泉路上无老少”，因此，应当趁年轻力壮时，珍惜光阴，精进断恶行善，否则，死时一定会懊悔至极。

全偈结义

法王上师，教诫身色韶华的年轻人：

死亡，并不是由你的年龄决定的，年轻时一样会死，应当及时修行，不要白白空耗掉大好的年轻时光。

丙七、劝诫妄想常相伴之恩爱男女

相互爱恋同龄之男女，无尽密语印刻彼此心，
妄想终身不离常相伴，寿命长短如何皆不知。

颂文直解

相互之间彼此爱恋的同龄男女，互相表达爱意，仿佛有说不完的甜言蜜语，深深地印刻在双方心上，久久不能忘怀，妄想着终身永不分离长相厮守，然而他们根本不知自己还能活多久。

相互爱恋同龄之男女　无尽密语印刻彼此心

“相互爱恋”，相互之间浓情蜜意，彼此眷恋不舍。“无尽密语”，互相倾诉爱慕之情的甜言蜜语，没有穷尽的。“印刻彼此心”，两人深爱时亲密无间的那些海誓山盟，深深地印在彼此心上，长长久久，记忆如新，永不忘记。

妄想终身不离常相伴　寿命长短如何皆不知

热恋的男女都渴望“一生一世一双人”，一辈子都守在彼此身边，永恒相伴左右，白头到老永远不分离。相互爱恋的男女根本不知道自己还能活多久，也就是，如果一方先死或双方很快都

会死，就不能如他们所愿长久相伴。爱恋男女双方寿命的长短，是由各自前世业力做主决定，死主阎罗王不会因为爱恋双方如漆似胶，渴望天长地久，就大发慈悲成全他们，让爱恋双方同时死或永远不死。

本颂要点

爱恋双方的青年男女，仍然处在死亡无常的铁律之下，一样会死，而且死期不定，不会如愿永恒相伴，因为寿命无常，连自己还能活多久都是不能确定的。

全偈结义

诸行无常，这是定律！

没有特例，不会为任何人、任何事而破例！

世人所追求的永恒不朽的爱情，一定会被无常摧毁成生死离别的悲剧。是这样的无常，心生正见而转。

“乙四以寿命无常劝诫”科总结

本大科，法王上师以寿命无常，劝诫不同的七类人，实际上也是在劝我们：

第一劝未如理闻思清净教的实修人，以个人的估计不仅断不了轮回根子的无明，反而会被恶缘卷回尘世间。

第二劝不实修内三续主法反重唱敲念诵等形式的经忏人，出卖即生解脱慧命换来的信财，势必会毁掉自己的今生和来世。

第三劝贪著讲辩名声的青年僧，到了白发苍苍的老年，博学

名位得到也已无命享了。

第四劝轻视戒定慧三学、不修道功德、反求积财的伪僧人，贪著今生而积财，死时一定会后悔莫及。

第五劝筹划未来长远生计、风烛残年的老人，寿命已如同快灭的油灯，即使未来的计划再美好，也活不到实现的那一天，当务之急该做的是，应当赶快准备中有的资粮。

第六劝不知自己也决定死亡的倨傲年轻人，死亡定会忽然降临，那时的你一定会懊悔至极。

第七劝相互爱恋的男女，寿命不仅无常而且死期还不固定，你们连还能活多久都不一定，又如何能终身不离常相伴。

乙五、警示寿命无常　分五：

一、以家世衰败而警示　二、以年老衰相而警示

三、以一年内会死而警示　四、以今人百年必死而警示

五、以同龄友伴已死而警示

丙一、以家世衰败而警示

去年家世圆满富裕人，今年众多变迁受苦人，

无常情景现于心镜时，于诸有漏生起厌患心。

颂文直解

去年家世圆满的人、有权有势的人、财产众多的富裕人，今年很多已经沦为家世衰败等的受苦人，如此无常变化情景显现于心的明镜中时，应当对一切有漏法生起厌患心。

法王上师自然流露的这首道歌，时间是1964年，刚经历民主改革不久，要从这个特殊的时代背景来理解这一偈的法义。

去年家世圆满富裕人

“家世”，家族的世系或门系，谓世代相传的门第或家族的世系。“家世圆满”，从藏地而言，有活佛、成就者相承出生的家族，从汉地而言，比如帝王家族、名相名医家族、孔子家族等。“富裕人”，从汉地来说，就是现代的有钱人，从藏地来讲，牧区一些有牛、马等牲畜的家庭，农区有土地的家庭，能保障生存，这就算是富裕人家。

今年众多变迁受苦人

去年还是家世圆满、富裕的人，今年很多都已经入狱或已沦为贫穷乞丐等，成了可怜之人。当年民主改革或文革期间，一些上师，前时还在法座上灌顶、传法，后时就成了大众批斗和打骂的对象。夏季时，还有很多牛马牲畜、土地粮食、钱财等的富裕藏民，秋冬时家产就全被没收充公，或因天灾土地颗粒无收，牛马全部病死等，不得不以打猎、偷盗、乞讨等为生，生活非常困苦，甚至饥饿而死。从当今社会情况来说，一些位高权重的领导，前一时还在大众面前发号施令，下一时就已锒铛入狱。

无常情景现于心镜时　于诸有漏生起厌患心

“无常情景”指前两句家世、权势、财富由盛到衰的变化，由此，对权势、地位、爱情、事业等一切有漏法生起厌患。

本颂要点

从古至今，家世圆满、富裕等，都是经历了由盛到衰最后消失的无常变化，而且这种无常会很快发生。以这种盛衰很快变化的无常，为寿命无常之代表，来警示我们：身心世界以及拥有的一切，不会永时持续常有，很快都会无常变坏。

丙二、以年老衰相而警示

白牙三十颗颗自散落，满身皱纹犹如盘山路，
死神传送临死之信号，然仍不知岂非真黄牛？

颂文直解

老迈之年，白色的三十颗牙齿自然脱落、掉光，全身皮肤也出现一道道犹如盘山公路般的皱纹，这些现象都是死神向自己传送快要死亡的信号，但自己还是不知警醒，仍然认为自己不会死，这难道不是跟蠢笨的黄牛一样愚笨吗？

白牙三十颗颗自散落　满身皱纹犹如盘山路

不但牙齿会自然掉落，额头、眼角、脖颈、肚子等全身皮肤，都会出现一条一条很深，就仿佛是山间盘绕的公路一样的皱纹。讲这个内容时，上座丹增诺吾堪布说：“我大概两三岁左右时，家人带我去见一位老喇嘛，他当时没有穿上衣，手臂上的皮一层一层地耷拉下来，我当时就想，他身上的褶皱就仿如牛大肠一样。”牙齿松动、自然掉落，身上皮肤变成沟壑般的皱纹，脸

上有了皱纹，额头上有了抬头纹，眼角有了鱼尾纹等，这些都是死亡送来的信号。

死神传送临死之信号　然仍不知岂非真黄牛

“死神”，死亡，死主阎罗王。“临死之信号”，皱纹等衰老之相，就是死主阎罗王传送给我们自己快要死亡的信号，提醒自己死亡正发生在我们身上，告诉我们很快就会死。藏地和汉地民间都流传着这样的警世故事：据说，有一位老者死后见到阎罗王时，埋怨阎罗王没有预先通知就突然将他带到中有，阎罗王回答：“你阳寿将尽的消息我不止一次地向你报信：你的目光渐渐昏暗，这是我通知你死期将近的第一封信；你的耳朵渐渐变聋，这是第二封信；你的牙齿松动掉落，这是第三封信；你全身器官的功能逐渐衰退……我给你的通知不知有多少啊！”“黄牛”比喻极其愚笨，意指已经收到了快要死亡的信号但仍不知警醒，例如：认为自己医美化妆后看起来比年轻人还年轻，还没老怎么会死呢。

为何已经见到了死亡阎罗送来的死亡信号，还麻木不觉呢？

主观心理上，总认为自己会活着、永远不会死，被此类的常执所障蔽，对死亡现实不愿意想，更不敢往深处思考，不想面对，逃避现实，这种人就是执常的愚者。真正智者就特别能警觉，即使感觉到自己饭量减小、记忆力下降等轻微的身心衰败之相，就会分外警觉，转为道用，更加精进地修行。

本颂要点

老相——牙落、肤皱、力衰、行缓、多病、迟钝、眼花……这些都是快要死的信号。以衰老要死为寿命无常之代表，来警示我们世人：自己正在走近死亡，离死亡越来越近，人生的不断发展、得意洋洋的前景，原来只不过是越来越走近死亡的步伐，不同的人生轨迹，也只不过是以不同的途径走向死亡。

丙三、以一年内会死而警示

再过一年至明年今日，定有多人已赴黄泉路，
无法断言此中无自己，是故来世并非很遥远。

颂文直解

从今年到明年这一年的时间里，一定会有很多人已经踏上黄泉路去往后世了，谁也无法断定这些亡者当中一定没有自己，所以后世离我们自己并不遥远。

无法断言此中无自己

按照最新统计数据，全世界每小时会有近 7000 人死亡，一天有 16 万多的人死亡，一年死亡人数高达 6000 多万。任何一个从今年到明年的这一年时间，一定会有很多人死亡，谁能绝对确定，这些人当中一定不包括自己。

为什么呢？身处浊世的我们，寿命极短、生缘极少、死缘极多，所以随时都会死去。或许明天就会被死魔抓走，或许今晚就会死，甚至睡着了就再也醒不过来，正走路就倒下了，正笑着就没气了，嘴里还含着饭就死了……我们的生命极其脆弱，死缘的

风稍微刮一下就会当场毙命。我们的生命就如大水边的一点火星，随时会被扑灭；就如风中的肥皂泡，随时会被吹散；就如拥挤人群中的一颗生鸡蛋，随时会被碰碎；又如波涛中的一只蚂蚁，随时会被淹死……

本颂要点

我们任何一人，随时都会寿尽或突遇死缘而死，短到活不过一年，在一年内就会生命结束。以快到一年内就死，为寿命无常之代表，来警示我们世人：自己很快就会死，身心世界不能持续平衡发展，随时会全面崩塌。

丙四、以今人百年必死而警示

再过百年如今所有人，不余一人决定皆死亡，
短暂迷乱显现如梦境，追求现世有何实义否？

颂文直解

再过一百年，现在活着的所有人一定都会死亡，不会剩下一个人还活在世上，这一生短暂、迷乱的显现真如梦境一般，既然如此，追求现世又有什么实际意义？

短暂迷乱显现如梦境　追求现世有何实义否

不是说没有实义的只有现世，不应追求，而生死界的后世便有实义值得追求，对此，只要是生死轮回所摄，现世和后世同等都只是宛如梦中短暂且迷乱的显现。我们世人所追求的人生，犹

如迷乱的梦境一样没有任何意义，因此，仍在人和法两种梦境里忙着升学、考证、求职、爱恋、吃喝、玩乐、护亲、灭怨、爱恨的我们众生，不要再梦中追梦，早日醒来。

唐代李公佐的《南柯太守传》中记载：

有一个名叫淳于棼的人非常爱喝酒，而且凡事不拘小节。一天，刚好是他的生日，于是他在门前大槐树下摆宴，和朋友饮酒作乐，喝得烂醉，被友人扶到走廊下小睡。迷迷糊糊中仿佛有两个紫衣使者请他上车，他上车后，马车朝大槐树下一个树洞飞驰而去。接着，见到洞中晴天丽日，另有一番世界。车子行走了数十里，路上行人络绎不绝，景色繁华，前方朱门上悬着一块金匾，写着“大槐安国”。这时，有一位丞相出门迎接他并且告诉他说，国王愿意将公主许配给他招他作驸马。淳于棼十分惶恐，不知不觉就已经和公主成婚，然后自己受到国王重用被委任为“南柯郡太守”。淳于棼到任后勤政爱民，把南柯郡治理得井井有条，前后二十年上获君王器重、下得百姓拥戴。这时，他已经有了五个儿子、两个女儿，官位显赫，家庭美满，万分得意。不料檀萝国突然入侵，淳于棼率兵拒敌，屡战屡败，并且公主又不幸病故。淳于棼连连遭遇不幸，便辞去了太守职务，扶着公主灵柩回到京城，从此失去了国王的宠信。他心中闷闷不乐，国王便准他回乡探亲，还是由两名紫衣使者送行，车子驶出洞穴，家乡山川依旧，淳于棼返回家中只见自己身子睡在廊下，不由吓了一跳惊醒过来。眼前仆人正在打扫院子，两位友人在一旁洗脚，落日余晖还留在墙上，而梦中经历仿佛已经整整过了一辈子。淳于棼把梦境告诉众人，大家感到十分惊奇，一起到大槐树下寻找，

果然挖掘出个很大的蚂蚁洞，旁边有孔道通向南枝，另有一个小蚁穴。梦中的“槐安国”、“南柯郡”，原来如此！

大家要知道，淳于棼在梦中前后二十年时间里，从一开始倍受器重、身居高位、与公主恩爱、家庭美满、春风得意，到后来战败、落魄回乡，这些在正梦的时候是真真切切的存在、样样都是实实在在的，但是惊醒时，梦里的一切便全部烟消云散没有了。

“难柯一梦”，这正是我们现实人生的真实写照！

本颂要点

人生，长亦不过百年，这所谓的“百年人生”也只是做了一场美梦或恶梦，梦醒成空，一无所获。

以短暂且迷乱的如梦人生，为寿命无常之代表，来警示我们世人：人生的“合同”最长有效期只为百年，过期作废，身心世界最长的使用期，也只有百年，过期报废！

全偈结义

此偈用梦作喻，从两点突显我们一期人生为无常：

无常与短暂且迷乱相辅相成突出寿命无常，因为是无常，所以短暂且迷乱，又因为是短暂且迷乱，而更加衬托出人生或寿命是无常。

1、短暂

我们不能持之以恒地活着，“活命”是有特定的保质期，一过保质期便会死亡，就如：做梦只能在睡眠的这段时间内，睡

醒，梦灭。

2、迷乱

个人及社会的一生内容，只是因缘幻现的假相，并不是真金真银般的真实，引力尽则灭，就如：梦里各种或个人或时代、或苦或乐、或得或失的景象，梦醒，景灭。

丙五、以同龄友伴已死而警示

与己同龄友好之伙伴，至今多数各奔不定处，
其中众多已走中阴路，彻底断定不剩我一人。

颂文直解

与自己年龄相仿的友好伙伴们，现在大多数都已经各奔东西、漂泊不定，他们当中很多人已经去世迈入了中阴险道，独自随业流转。由此情形，心中彻底断定，不可能唯独剩下自己一个人在此世间长久安住。

“与己”，和法王上师一起玩耍、成长、年龄相仿的一些亲戚、朋友、伙伴。“至今”是法王上师唱这首道歌之时，“多数”是指友好伙伴中的大多数。“各奔不定处”，要结合当年时代背景来理解，法王上师哥哥等亲人和道友，由于民主改革和饥荒等影响，有的逃亡、有的躲在深山，有各种情况，漂泊流落到其他地方。法王上师也曾说过：在洛若寺一起求法的年少时道友，现在只剩下为数不多几个人，大多数人都已经去世了，因此，也不会唯独自己一个人不用死，而存活在这个世上。

对此内容，上座丹增诺吾堪布也心情沉重地谆谆教导道：

“当初年龄相仿的俗家男女，有些已经死了。出家道友中，一些去了印度，一些去了美国，还有的去了法国等其他国家，也有些去了卫藏、康巴等藏区其他地方，有些去了寂静处闭关修行，有些回到了各自当地的寺庙……留在学院的出家老道友大约只有二三十位，其中，热巴堪布、嘎巴堪布、嘎多堪布、金旺堪布、秋巴堪布、特丹让沃堪布、奥色多吉堪布等很多上座堪布，都已经去了清净刹土，还有与我年龄相仿的、甚至比我年纪小的很多出家道友，也已经圆寂了。这样想来，无论是曾经一起成长的俗家伙伴，还是后来一起修行的出家道友，很多都已经不在人世，因此，不可能只剩下我一个人，能够长时间永远活在这个世界上。”

第四句“彻底断定不剩我一人”，是修持前三句法义的结果，即：从内心深处彻底断定自己也一定与大众一样必然会死，绝对不可能独自剩下来不死，而永远活在这个世上。我们各自的小学中学大学的同学，家族的亲人，生活的朋友，工作的同事，家乡的邻居，修行的道友……甚至我们不认识的同年龄阶段或比我们更小的人，已经有很多人去世了。既然同龄人或更年轻的人都已经去世了，为什么唯独只有我们自己被死亡阎罗漏掉而不会死呢？

本颂要点

生活圈中，自己的同龄人很多已经去世，自己有何凭恃，却能与之相反，成为异乎寻常的不死特类？没有！

以同龄人已死为寿命无常之代表，来警示我们世人：死亡一

事，我们自己也必定与大众一样撒手世间。

全偈结义

身边熟悉的人一个接一个相继离世，从这件事上，见一叶而知秋，觉悟到，死亡无常是从无始就一直打在我们每一个生命上的固定烙印！因而，作为生命界一员的我们自己，死亡阎罗特别地尽忠职守，把我们每一个人都记得牢牢的，从来没有片刻的玩忽职守，而把我们其中任何的一个人忘记！

“乙五警示寿命无常”科总结

对本大科所开示的寿命无常，为了能够掌握到无常法义，以助我们生起正见而出离，用开向悬崖的死亡列车来形象作喻：此科五偈，紧急地向我们拉响了死亡的防空警报——

远得看不见始点、也看不见终点的、一条长长的单向轨道上，“三界死亡列车”呼啸而来，没有停顿，又呼啸而去！全程没有停站，是直达，更不会减速，反而每分钟都在提速，越来越快，越来越快，一路长鸣着死亡的尖叫，向着悬崖飞驰而去——

这辆“三界死亡列车”上，坐满了人，有老人，也有年轻人，还有很多小孩，有我们不认识的人，也有我们的父母、同学、朋友和玩伴……“三界死亡列车”，它是最坚硬的钢铁做成的，是全封闭的，没有一丝缝隙，开车的司机是死亡阎罗，行驶的路途中，不能停站、不能下车、不能减速，只有不断地加速、不断地加速，飞快向 100 里处的悬崖开去。“死亡列车”上，每个人的旁边都有一个阎罗卒在看守，按照每个人的死亡时间对人

执行死亡。不是所有人都能活到 100 里处的终点，到死亡列车开下悬崖时，才车毁人亡，每个人的死亡时间，在上车前就已经被排定了，在这 100 里的死亡路途中，谁的死亡时间一到，阎罗卒就会立刻对他执行死亡，把他杀死，绝对不会有刹那的推迟。有的人刚上车时就被杀死，有的人在车还没开出一里路时就被杀死了，有的人在车开五里时被杀死……在到达悬崖之前，这辆死亡列车上的人，大多数都死了，剩下极少数的人，在死亡列车开到终点，冲下悬崖时，坠崖身亡。

我们众生的共同命运，竟是如此！我们生命的前景，竟是如此！正在听课的我、正在看法的你、正在过日子的她、正在成功失败的他，都会如此！我们每一个人，甜甜幻想过无数次的诗情画意，美美设想过无数次的名利双收，醉醉憧憬过无数次的大好前程，终极实现，竟是如此！

在“三界死亡列车”上，只有死亡这一条路，要么中途死亡，要么终点死亡，在这个过程中：没法逃跑，因为死亡列车是用一整块钢铁建造的，没有门，没有窗，连一丝缝隙都没有，而且完全与外隔绝，寻求不到任何救援；找不到一个能不死的地方来躲藏，死亡列车从上到下整个空间都会死；拿出所有的钱财去贿赂死亡阎罗和其卒众，却被拒绝，没能换到活命的机会；拥有的权势威力，对死亡阎罗及其卒众根本发挥不了任何作用，只能死；超级的美女们去诱惑，也没能凭着美色而活下来。无计可施的我们众生，只能束手待毙，唯余死路一条。这个内容，就是下一科要讲述的。

乙六、无法遮止死亡警示必死　分三：

一、以无法躲避而警示

二、以阎罗主眷不受贿及不惧天而警示

三、以阎罗主眷不被色诱而警示

丙一、以无法躲避而警示

难遮阎罗使者来到时，不坏密闭固铁堡中躲，
持刃十万勇士作护卫，然终无法人间停一时。

颂文直解

当难以遮止的阎罗使者突然来到的时候，即使你躲在密闭无缝、坚不可摧的牢固铁堡中，还有手持兵刃的十万勇士作保护，然而，也没有办法在这个世上多停留片刻。

难遮阎罗使者来到时　不坏密闭固铁堡中躲
持刃十万勇士作护卫

“难遮”，难以阻止、抵挡，用尽所有办法也不能不死，只有死，一旦死主阎罗把你记入死亡名单派使者来勾命时，没有任何办法可以躲过。“阎罗使者来到”了，也就是死亡的时间到了。“不坏”，是比世间用石头、金属等建造的堡垒更坚固，牢不可破。“密闭”，严丝合缝，封闭得严严实实，没有一丝缝隙。“固铁堡”，由钢铁建造非常坚固的堡垒，坚不可摧。“持刃”是手持各种各样的锐利兵器，“十万勇士”泛指勇士数量很多。

然终无法人间停一时

藏在重兵把守的无缝、坚固铁堡中，也只是自我安慰罢了，并不会如所想那样安然无恙，最终仍然躲不掉死亡，没有一丝活下来的可能，甚至不能多活一时片刻，阎王叫你三更死，绝对不留到五更。否则，世界瞩目、几千年屹立不倒、坚固无缝的金字塔里，绝对应该是长生不死、活蹦乱跳的大活人，而不该是法老干枯的遗体。

本颂要点

没有任何地方可以躲过死亡，必死！

全偈结义

偈中勇士持刃守卫的铁堡只是一个代表，统指一切躲避处，亦即：三界六道中任何一个地方都躲避不了死亡，所有地方都是死主阎罗部队在管辖，无处不在，无孔不入！

躲在陆地上就能避过死亡吗？我们自己现在就生活在陆地上，可以不死了吗？古今中外生活在陆地上的所有人都没有死，都活着吗？曾祖、高祖等上代又上代的陆地祖先，都还在吗？在这几年肆虐全球的瘟疫中，只要在陆地上，就不会染上疫病死亡吗？

躲在水里就能不死吗？那么，江海湖泊的全部水族毫无疑问绝对应该永生！这个对我们人太简单了，因为只要跳进水里就可以不死了。现量可见，是不是跳进水里的人，真的长生没死？

躲在空中就能避过死亡吗？飞机坠毁事件，不是时常发生

吗？

总之，没有一个地方，能让我们躲过死亡而不死。

丙二、以阎罗主眷不受贿及不惧天而警示

纵有遍满三界之财物，阎罗眷属卒众不受贿，
纵聚所有世主梵天等，定无尘许免死之方法。

颂文直解

纵然自己拥有遍满欲界、色界、无色界无量无数种种财宝，但是，死主阎罗和他的勾魂走卒们却根本不接受任何贿赂。同样，纵然会聚所有世间主——帝释天王、大梵天王等所有天王，但是，死主阎罗和他的勾魂使卒们，面对天势的威压，他们仍然抓走了众生，所以决定没有微尘许免死的方法。

纵有遍满三界之财物　阎罗眷属卒众不受贿

满怀着不死的希望，即使用充满三界的财宝给死主阎罗卒众送上重礼，但是，死主阎罗和他的卒众们根本不接受贿赂。如果死主阎罗及其卒众接受贿赂，那么有钱人都不应该死，但是现量可见，从古至今所有富人都会死，比人类更有财富的天人，也没能以天财对死主阎罗贿赂成功而不死。

纵聚所有世主梵天等　定无尘许免死之方法

“世主”，欲界的四大天王、帝释天王、须夜摩天王、兜率陀天王、善化天王、大自在天王，色界的大梵天王、遍净天王等

色界所有天王。这些天王都具足威力、财富、神通等天势，纵使这些高高在上、神通广大、天势巍巍的天王们会聚一处，共同以天富、天威、天界神通等合集之天势，也不能从死主阎罗及使卒手中换取到一线生机。会聚所有天势，死主阎罗和他的使卒们，却仍然对其不屑一顾，我行我素地对三界六道所有众生一律执行死亡勾招，所以决定没有微尘许免死的方法。

本颂要点

用财宝贿赂不到一块“不死”的免死金牌，用天势威慑不到一块“不死”的免死金牌，必死！

全偈结义

给死亡阎罗及其使者送礼的财物，不是几吨，不是几百吨、几千吨，而是整整充满三界的不可计量那么多，结果却被死亡阎罗无情地拒之门外。既然对死亡阎罗贿赂不成，我们众生只有等死！

天界各方面的势力都远远胜过人间，并且出面的不是普通天人，而是天界威力强大的天王，更甚者，出面的不是仅仅欲界一个天王或色界一个天王，而是天界所有大势力的天王们，这就等于动用了全天界的势力！但是，死主阎罗和他的勾命使卒们，对其不理不睬，仍然拿着业力死亡名册不停地次第勾名。

丙三、以阎罗主眷不被色诱而警示

身色美如空中彩虹般，精通百种诱人之技巧，

夺取性命阎罗大军队，汗毛许亦不为汝所动。

颂文直解

即使身色容貌如天空彩虹一样国色天香、倾国倾城，而且精通各种各样诱惑人心的技巧，但是，夺取众生性命的索命阎罗大军身体的一根汗毛，也不会被美色所动摇。仅凭一副现似美丽的臭皮囊之诱人技巧，怎么能打动阎罗死亡军队而免于一死呢？做梦！

身色美如空中彩虹般　精通百种诱人之技巧

“身色”，身体和姿色。“诱人之技巧”，狡诈的心机、媚惑的姿态、撩拨的语言等诱惑人的手段。“百种”，泛指很多。“精通”，熟练、灵巧地运用，很会利用众生的贪心、喜好等。总之，诱惑索命阎罗死亡军队的美女们，不仅色绝，还惯会使用不同的媚惑手段。

夺取性命阎罗大军队　汗毛许亦不为汝所动

“汗毛许”，就如身体汗毛那样细微的一丝一毫，形容不为所动。无论做出怎样的媚态，使出怎样诱惑人心的手段，不仅诱惑不到索命阎罗的死亡军队，甚至连他们身体的一根汗毛都动摇不了。

本颂要点

任何绝色、任何媚术，都诱惑不到一块“不死”的免死金

牌，必死！

全偈结义

如果死亡阎罗的军队贪色，便会被美色诱惑，那么只要长得美就永远不会死，老也不死，病也不死，饿也不死，撞也不死，杀也不死，反正怎么样都不会死。然而，从眼见的地球而言，地球上长得美的人都没死吗？古代闭月羞花的美女们，现在都还活着吗？

但是，古往今来的事实却是，所有的国色天香、千娇百媚们，全部都死了。

楚楚动人，偏偏就是动不了索命阎罗和勾魂卒众这个死亡军队，只能死！

“乙六无法遮止死亡警示必死”科总结

我们世间，躲避惩罚的办法不外乎：东逃西跑躲藏起来，或用最大化重金行贿，或用更高权威震慑，或针对欲界众生贪心使出致命的绝招——美人计！这四种代表性的手段，总指一切手段，但是这所有手段根本换不来阎罗死亡军队的丝毫松动，取而代之的却是，他们对此不屑一顾，仍然把我们众生全部处死了。

乙七、警策速勤正法　分四：

一、以皆已死而警策　二、以死无所带而警策

三、以无所替死而警策　四、以结劝而警策

丙一、以皆已死而警策

昔人有病无病皆死亡，请你静心慎重细思惟，
真乃自己必死之鞭策，勤修解脱妙道莫拖延。

颂文直解

一百年前的人们，无论有病或无病、富裕或贫穷、高贵或低贱等何种情况，都无一例外全部已死亡，请你静下心来慎重地想一想这些死亡之事，这真是令人生起自己必死正见的一种鞭策，因此，为了解决生死之事，切莫拖延，一定要精勤修行解脱妙道。

昔人有病无病皆死亡　请你静心慎重细思惟

“昔人”，过去百年前生活在这个世界上的所有人。这些人当中，有病的人已死了，没病的人也死了，老人已死了，年轻人也已死了，是男是女、是长是幼等所有人最终都是死亡。“静心”，不是心浮气躁，而是理智、冷静、沉着、客观地进行观察。“慎重细思惟”，也就是，对昔人有病无病皆死亡这件事，非常重视，认真仔细地观察、思考。

真乃自己必死之鞭策　勤修解脱妙道莫拖延

“鞭策”，本义为鞭子抽打，形容激励和促使。“勤修解脱妙道”，对于能从生死中解脱的殊胜妙道，一定要发起勇猛精进，不顾一切地修持，正如《亲友书》中所说：“头或衣上骤燃火，放弃一切扑灭之，精勤趣入涅槃果，无余比此更重要。”“莫拖延”，当下即做，不往后拖。

本颂要点

百年前的人全部都已死亡，以此类推，我们自己势必也要死亡，因此，应当策励速修断死之法道！

全偈结义

百年前的人们，有病的人死了，没病的人也死了，没钱的人死了，有钱的人也死了，贫困潦倒的人死了，高高在上的人也死了，蠢笨的人死了，聪明的人也死了，耿直的人死了，八面玲珑的人也死了，被欺压的人死了，横行霸道的人也死了，委曲求全的人死了，飞扬跋扈的人也死了，奸臣死了，忠臣也死了，九品小官死了，一品大员也死了，平民百姓死了，官员们也都死了……对于这种谁都必死的事实状况，作为真正想了脱生死的修行人，一定要千思万虑，好好想一想，因为它直接关系到我们能否解脱。

这个世界上有几人活过了百年，有谁长生不死了？三界六道，是死亡阎罗的地盘，全是他的辖区，他掌握着六道有情生杀予夺的大权，我们任何一位众生，都只不过是他的囊中之物，无一例外都得死！于人而言，长也不过百年，长命百岁后还是死。人可以用各种化妆手段掩盖老相，可以用化妆品包装出一个又一个不老的老少女，也可以用技能训出一个又一个不老的老帅哥，全网高喊开创“不老人生”，但是却没有一人提倡开创“不死人生”，因为谁都知道这是不可能的。

既然无一幸免，都要死，我们就要当机立断实修菩提法道，按照次第一步一个脚印地实修。

丙二、以死无所带而警策

统治万户群众之官员，死时无权带走一伙伴，
亦无权带一口食物故，修持有利正法莫推迟。

颂文直解

即使是统治万户群众的高官，死时也没有权利带走一个伙伴、一口食物等，因此，一定要速修对自己唯一决定有利的善妙正法，切勿向后推迟！

统治万户群众之官员　死时无权带走一伙伴
亦无权带一口食物故

“万户群众”，泛指很多。作为一国的统领，管理着几亿或十几亿的人民，可谓疆域广大，人民众多，位高权重，富有天下，受用丰厚，但是他们死时连一个随从、一口食物也带不走。古今中外的高官乃至转轮王，他们在中阴路上，可否能随身带有一口饮食、一个侍从呢？不能，一律都是独死、独往！法国国王路易十六，当年在凡尔赛宫生活极其奢华，据资料统计，凡尔赛宫内一年饮用的葡萄酒便价值 79 万法郎，仅仅所食鱼肉的价值就高达 347 万法郎，点蜡烛的费用也超过五万法郎，御膳房厨师有 259 人，国王秘书官有将近千人，王后侍女有五百人，宫女与侍臣有 16000 人，还拥有近万名的禁卫军，御用马匹有 8900 匹，御用车辆有一百多辆。路易十六每次外出时，无数车马排成长长龙阵，威风气派就如同天人，但是国王路易十六与王后却双双死得凄惨又孤独：宫仆、侍臣没有一人相随而去，生时御用的衣食车

马，也没能带走丝毫。

修持有利正法莫推迟

“有利正法”，有助于出离生死轮回、直至成佛的内道正法。“莫推迟”，立刻发起修法之意乐，立即付诸行动，不是瞻前顾后而迟迟不动。如果一直明日复明日地往后推，犹豫不决，绵软无力，寸步不行，甚至直到死时还没开始修行，那么不仅一事无成，而且后患无穷：死后只能堕在三恶趣的苦海中，头出头没，沉沉浮浮，再难听到一字一句的正法，甚至连佛法的名字都听不到。因此，当下就要赶紧修法，不能向后推迟。

本颂要点

死亡阎罗从来没有允许任何人，在死时可以带走生前一点一滴的东西，因此，应当策励速修能自主带往后世之正法！

全偈结义

“一伙伴”、“一口食物”，并非确指一人、一食，而是统指生前所有的人事物，也就是生前的一切所有。官员是例举，泛指所有人。并非普通民众因无权无势，才不能在死时带走自己生时的东西，而官员不同，他们有权有势，就能将想带走的都带往后世。现量的事实却是，无论何种身份的众生，无论是谁，无论是小人物还是大人物，只要死了，生前的一切，无论多么地喜欢，多么地留恋不舍，多么地想带走，绝对带不走一丝一毫！生前的官位带不走！生前的财富带不走！生前的事业带不走！生前

的亲人带不走！生前的豪华别墅带不走！生前的连锁店带不走！生前的名牌带不走！生前的美食带不走！生前的名誉带不走！生前的广闻博学带不走！生前的儿孙更带不走！生前的感情带不走！生前的恋人也带不走！……乔布斯把苹果名牌带走了吗？肯德基老板把全球连锁店带走一个了吗？世界“石油大王”带走一滴石油了吗？世界富翁带走一分钱了吗？自古至今的生死恋人，谁带走谁了？董事长死后还是董事长吗？总统死后还是总统吗？……

人间的官职，做到最大也就是统霸全球！这些人类霸主们，如今都在哪里。草原汗王成吉思汗，为做成“世界汗王”不惜一切代价地远征，仅仅开拔到所战地的行军时间，就长达一年半，征服了欧洲、亚洲几十个国家。他死后带走一个国家了吗？他的军队带走了吗？他的王冠带走了吗？他的宫殿带走了吗？他的随身侍从带走了吗？他带走一口吃的了吗？他带走一口喝的了吗？他带走了可汗王朝的一尘一草了吗？……曾把殖民地扩张到全球，甚至广到四大洋、远到南极洲的所谓“日不落帝国”的大帝们，死时带走了什么？终生创建的“日不落帝国”带走了吗？举世霸权带走了吗？本国的王权带走了吗？“大帝”的王号带走了吗？带走了最小的一个殖民地了吗？带走了一个人民或殖民了吗？无量无边的财富带走一个了吗？带走了四大洋的一滴水了吗？带走了南极洲的一个尘土了吗？带走了一口红酒、一口面包了吗？……

早在公元前的三百多年之前，亚历山大大帝便率领征军驰骋欧、亚、非三大洲，所向披靡，迅速占领了无数的人民、土地、

财富，这位载入世界史册、名垂千古、震惊时代的年轻大帝，在三十多岁死时，亲自交待了自己的后事：其一、用他一生征战所掠获的金子、银子和宝石铺满通往坟墓的两旁道路，其二、把他双手通过棺材两边圆洞放在棺材的外边。他以此告诉当时和后代的世人：他两手空空地死了，什么都没能带走！

既然生前一切，都带不到后世，与之恰恰相反的是，所造恶业却能殃及无量世，因此，事不宜迟，果断地修法！

丙三、以无所替死而警策

今生灭尽业力受诸苦，虽多亲友不能替一分，
泪流满面无可奈何故，如今勤修佛法莫懈怠。

颂文直解

今生一切显现灭尽的命终之时，由往昔所造罪业，而受临死解肢节苦、已死中阴诸苦等各种苦，虽然有很多亲朋好友，但也不能替自己代受一分苦，他们纵然不忍、泪流满面，但也只能无可奈何，所以，现在立即精勤修持佛法了脱死亡，千万不要懈怠。

今生灭尽业力受诸苦

“灭尽”，已经消亡，不复存在。“业力受诸苦”，由罪业力而受种种苦，如临死解肢节苦、已死中阴诸苦、后世恶趣苦等。从中阴苦而言，如果生前没有造罪业，而是精进行持善法，并且念修过中阴听闻解脱仪轨等，以此，中阴时就不会出现种种

错乱相，也就不会产生怖畏和受各种苦，反之，中阴期间由恶业力就会现出极错乱相，不得不承受剧烈难忍之苦。此时，因为苦得实在太难忍便急于投生，即使不能投生为人，也宁愿投生成猪、狗、毒蛇、虫类等旁生，只要能离开中阴的苦就行。

虽多亲友不能替一分

客观定律上，死苦，再多的亲朋好友一点一滴都无法代替、分担，确实是“各人生死各人了”。即使能够分担、替代，会有亲人愿意代受吗?

泪流满面无可奈何故

亲朋好友们看到死者独自承受死苦，想到再也见不到这个亲人，从此阴阳相隔，心里非常悲伤痛苦，哭得满面泪水。“无可奈何”，没有办法，无能为力，无论再怎么悲痛也于事无补，没有任何让对方不死或代死的方法，只能眼睁睁地看着他死。

如今勤修佛法莫懈怠

“如今”，此时、当下。有修法自由的现时，紧急的是，一定要修一个能让自己死时不苦、死后解脱、再也不会死的正法。对此，不要懈怠。

本颂要点

再多的骨肉至亲，再多的生死之交，无论他们愿意还是不愿意，都不能替自己代受一分死苦，更不能代替自己去死，因此，

应当策励速修能解脱死亡之正法！

全偈结义

法王上师写的这首道歌是人情厚实、轻利重义的六十年代，即使如此，亡者临断气时，仍旧只能独自一人无助地挣扎。就算在那个情深意重的时代，重情的亲人和朋友也不能代替亡者的死苦和死亡，只能在旁边眼巴巴地看着，落下几滴旁观者同情的眼泪。而今社会的状况，已糟糕到普遍重利薄情，即使能替苦和替死，有人愿意替吗？现在医院里经常会发生这样的情况，或因医疗费太贵，或因没有百分之百救活的保障，或因救活后可能会有后遗症，或因不能康复到自理而需要人长期照顾饮食起居……亲人签字放弃治疗。

丙四、以结劝而警策　分二：

一、以内外诸法无常书而劝策　二、以轮回万物不可依而劝策

丁一、以内外诸法无常书而劝策

若能思惟一切内外法，皆为指示寿命无常书，
是故自然道歌虽无尽，然仅此歌供品献心友。

颂文直解

如果能够认真观察，那么内外器情万法，都会现为指示寿命无常的书籍，因此心中自然流露出来的无常道歌有无量无边，但此处仅仅以这首道歌，作为供品献给自己最好的道友。

若能思惟一切内外法　皆为指示寿命无常书

“一切内外法”，是指外器世界山河大地、四季变化等现相和内有情世界的兴衰成败等，真的懂得观察，这些都会成为给自己指示寿命无常的书籍。“书”，从作用的角度，将指示无常的内外一切现相说成书，因为世间万物能够让人领会到无常，与书籍能让人学到知识明白道理的作用相同。疫病、地震等天灾人祸，时时刻刻都在频繁发生，人死的越来越多，身边的人也一个一个死去，自己也越来越重病缠身，救护车令人心惊肉跳的鸣笛声在大街小巷尖叫不绝……即使天天经历这些，我们却依然麻木不觉、无动于衷，警觉不到自己生命的危机。但是，与我们相反，法王上师以觉证智慧，现见内外一切都是寿命无常。

是故自然道歌虽无尽

“自然道歌”，这首道歌是法王上师从明空大圆满智慧中自然流露，无有丝毫造作，是一瞬之间自然而然流露出来的。“无尽”，法王上师如果把器情事相一一例举，可以唱出无量无数指示寿命无常的道歌，根本没有穷尽之时。法王上师曾亲口说过：“我唱的道歌，虽然不敢说如同米拉日巴尊者道歌那样内容丰富，但是因为身体和性情的一些特质，我从小就能唱出很多，只是不唱不写而已，如果写，可以宛如河流一样源源不断写出很多。”

然仅此歌供品献心友

“仅此”，三十二个偈颂的这首道歌。“供品”，不是指外在的物质供品，而是将此首无常道歌作为最上等供品。这种情况，就如《莲师广传》中记载，大译师贝若札那供养大成就者布玛莫扎那样：“由于嘉绒地方贫穷，我没有丰盛财物为您献上供养，但是，我在那边弘扬佛法利益了当地众生，就把这个作为修行供品奉献给您。”“心友”，广义是指所有能够听到这首道歌的人，狭义特指后跋中所说法王上师的好道友邬金丹增堪布。他是洛若镇阿交村人，与法王上师年龄相仿，从小和法王上师一起在洛若寺学习前行、气脉、大圆满等法，是法王上师的老弟子，也是劝请法王上师写这首道歌的人，年老时曾在喇荣道场给觉姆们讲课，十几年前已经圆寂了。

本颂要点

外器世界和内有情世界的一切，都在显示着寿命无常。

丁二、以轮回万物不可依而劝策

志同道合密友再谛听，轮回万物皆不可倚故，
为得恒时无漏之圆满，现今应当修法披誓甲。

颂文直解

志同道合亲密的道友请您再次谛听：轮回中的一切万物，确实没有任何坚固可靠之处，也没有任何实义值得依赖，为了能获得出世间恒时不变的无漏圆满，从现在开始就应当披上修法的誓言铠甲。

“志同道合密友”，托嘎如意宝解释到：对于外别解脱戒、内菩萨戒、密三昧耶戒这三乘戒律，有缘一起受持而修道的友伴。

本颂要点

一、轮回万物皆不可倚故

“轮回万物”，生死轮回中器情世界的一切有漏法。“不可倚”，不能依靠或不能从其得到实义。

二、为得恒时无漏之圆满　现今应当修法披誓甲

“无漏之圆满”，出世间大无为法断证圆满的功德。“披誓甲”，立下坚定誓言，此坚定誓言如护身铠甲般，能令行者心相续不被违缘所伤。

甲三、后善末义

愿我从今乃至虚空尽，顶戴一父文殊怙主师，
同时为度苦众传深法，誓同文殊勇士大誓愿。

颂文直解

法王上师如是发愿：“愿我从今起直至虚空穷尽之间，恒常恭敬顶戴唯一父亲文殊怙主师——上师全知麦彭仁波切，并且，为了救度沉溺在生死苦海中的无量有情而传授甚深妙法，为此，愿我的誓愿等同文殊勇士的广大誓愿。”

本颂要点

“愿我从今乃至虚空尽”，法王上师在本篇最后发了时间无尽的广大誓愿：

一、顶戴一父文殊怙主师

“文殊怙主师”，是指全知麦彭仁波切。“一父”，由何产生，便称之为父。法王上师曾亲口说过，他心相续中一刹那的信心和悲心及其以上的功德，都来源于全知麦彭仁波切，因此，作为心相续中一切断证功德的来源，法王上师称全知麦彭仁波切是自己唯一的父亲。

二、同时为度苦众传深法　誓同文殊勇士大誓愿

法王上师，心心念念想得到唯一父亲文殊怙主上师大慈大悲的摄受，同时，发愿为了救度轮回苦海中的无量有情而为他们传授显经密续，为此祈求能与文殊勇士同愿。“深法”，对共同根机者，传授净土等显教法门，对不共根机者，传授即生成佛甚深光明大圆满等密教法门。“誓同”，法王上师发愿，自己的誓愿能够如同文殊勇士的广大誓愿一样，也就是：以文殊勇士的广大誓愿作为自己的愿。“文殊勇士大誓愿”，从总愿而言，是指文殊勇士所有的广大无尽誓愿，从别愿而言，是指文殊勇士所发三种菩提心当中的“牧童之发心”。

全偈结义

法王上师为了利益遍虚空界的一切众生而誓愿：在虚空界尽之间，恒常能得到唯一父亲文殊怙主全知麦彭仁波切的摄受，并且，为救度无量苦众能拥有与文殊勇士等同的大誓愿，也就是：文殊怙主的誓愿如何，法王上师的誓愿也如何，不仅如此，智

慧、行为还是愿力等任何方面都要与文殊勇士达到完全一样，文殊勇士是怎么做的，他自己就一样做，文殊勇士是怎么发心发愿的，他自己就一样发心发愿，文殊勇士是怎么行道的，他自己也一样行道，文殊勇士有“先把一切众生安置佛果后自己才成佛”的牧童菩提心，那么他自己也要把一切众生先安置在无上佛果后再成佛。

我们都是承沐着法王上师法恩的受教弟子，应当随学法王上师的宏伟誓愿，与法王上师一样发起弘愿：一、发愿生生世世不离法王上师如意宝晋美彭措，二、与法王上师同等誓愿：世世常行菩萨道，尽未来际救度十方一切有情。

后跋：此同于三十二妙相数之颂，乃以心友邬金丹增数数劝请为助缘，自心极为厌患为近取因，如此因缘和合之时，依心中所现般，阿旺罗珠聪美作于藏历十六胜生木龙年一月二十七日。愿增吉祥！

共有与佛三十二妙相数量相等偈颂的这首道歌，是法王上师以心友邬金丹增数数劝请作为助缘，自己内心对无常的一切有为法极为厌患作为近取因，如是因缘和合时，依照心中所现出来的那般记录下来。本篇无常道歌，法王上师如意宝阿旺罗珠聪美（晋美彭措）作于藏历十六胜生木龙年（公元 1964 年）一月二十七日。愿增吉祥！

无常要诀

第三世多珠钦仁波切　造
益西彭措堪布　译

现世之事如唾涎，弃舍之法不思议，
而由三根九因相，三种决断思惟死，
即是厌生大来源。
寿命无常决定死，长时不住速疾亡，
死时除法皆无益，心中作意乃三根。
死魔无法可却退，人寿唯减无可增，
阎王之命不可改，是名决定死三因。
业作之寿不可信，幻化之身无坚实，
死缘极多活缘少，此即死无定期因。
死时与身彻底离，亲属关系全无益，
受用财富唯留世，此无需办俗务因。
必修圣法心决断，速励修法心意决，
须修死时得益法，长计心立三决断。
久远即困世法城，牢执八法死不休，
然无尘许坚实益，空劳执捉竟何为。
今朝最后住此处，需行后世之大城，
有何把握不畏死，反省思惟则有知。
禅人重视发誓愿，粘泥封关了生死，

然心宽大图久住，是心未立死想恩。
证或未证甚深见，明或未明深实相，
唯死行李第一计，定则手中有圣法。
死法无需排场修，日用顺便皆可修，
万般不出一善心，善修善持内圣法。
善缘用心记法语，妙慧深心持法义，
乞家疯儿出疯语，劳君记取勿忘遗。

年轻晋美撰著此文。善妙！

無常之要訣篇

无常要诀

第三世多珠钦仁波切　著
益西彭措堪布　译讲

大文分四：

一、赞叹无常要诀为厌生大来源　二、宣说无常要诀
三、教诫须恒时念死无常　四、结劝受持无常要诀

甲一、赞叹无常要诀为厌生大来源

现世之事如唾涎，弃舍之法不思议，
而由三根九因相，三种决断思惟死，
即是厌生大来源。

佛菩萨和历代传承上师为令轮回有情对现世事务如同吐唾液般弃舍、厌离，开示过的方法非常多，然而以三根本、九因相、三决断之法轨修习念死无常，即是出离耽著现世的大来源或者根本方法。“厌生”，是厌离对现世的耽著。

作为出离轮回的修行人，为什么对于现世事务不能耽著追求而只能弃舍出离呢？因为耽著现世会彻彻底底阻碍人寻求出离和成佛。从清净法界中沦落下来后，沦落的状态越来越粗重，就是

因为对现世所显现的各种欲尘的占有欲越来越强烈。以此贪欲，必然引发与因果定律相违的心态和行为，对现世愈感兴趣，所发起的烦恼和恶业也就愈暴厉，这样，与息灭烦恼、出离轮回的解脱法道也就愈来愈远，如果不能从对现世的耽著中出离，也就绝无可能真正进入解脱法道。

厌生大来源

有人问：为什么由三根本、九因相、三种决断修行死亡是厌生大来源？

这个问题，换一种问的方式就是，为什么通过三根本、九因相、三决断来修行死亡无常就能厌离现世呢？这里关键是通过踏踏实实修行“九因相”，就能修出一个“死”字，或者真正的死亡定解。这个“死”字或者对死亡的定解，不是从经论上了知而口头说一说，不是人云亦云，也不是只停留在表面上随理浅浅地想一想，而是通过“九因相”这九个根据证成的“死”字，继之而起的“三决断”，是在这个“死”的基础上，对现世的一切彻底地舍弃、厌离，心完全转向后世。如果真能随着“九因相”的引导，一个因相、一个因相，实实在在地修下来，这样，以理证成而修出来的死亡觉悟，一定是内心真正的认定——必死无疑。既然决定都要死了，现世的一切对一个死人还有用吗？被决定死占据的心，自然不会对现世的一切感兴趣，不再追、不再求，而会转向能让后世好的方法。

这个道理，举例子来说，例如：

一个癌症病人，不仅国内乃至国外都去治疗了，吃的药也是

最新的对症药，国内国外所有先进的仪器都检查过了，所有的权威专家都诊断过了，最后给出的结论都是治不好、一定会病死。在这种情况下，这个知道自己必死的癌症病人，满心都在想我要死了、我是死人了，她心里只有这个，此时的她不要说追求现世生活，甚至连想都不会想到，心中挂着的只有死，心被死亡的念头占满。这时，如果有一个能让她不死的方法，她肯定是毫不犹豫紧紧抓住。再接着，对应“死期不定”，她这癌症还不能确定什么时候发作，就让她死亡了，就如同身体里被装上了不定时的炸弹，随时都会爆炸使人死亡。这样，她每时每刻都处在死亡的恐惧中，根本想不起现世享受，此时如果有一个不死的方法，她绝对会以最快速度立刻抓住，绝不拖延。再来对应“死时唯法有益”，对于一个必死的癌症病人，如果有一个能救死的方法，她绝对只会抓这个，而不会去抓与救死无关的其他东西，也根本不会感兴趣。

就像这样，这种得了不治之症必死人的心态，放在修行人身上，就是以九种因相根据证成的决定死、死期不定、死时唯法有益。以这三个根本，心中必然发起对现世越舍越干脆、越舍越坚定的三决断，从而，心完全、彻底、坚定地转向死后或后世：

由决定死，心中认定现世的一切再好，对自己一个死人也没用了，心就会转而考虑死后会怎么样，而决断：我肯定要死，这个世界上的一切对我没用了，我一定要修一个能让我死后好的法。接着由死期不定，心中认定自己每时每刻都会死，当下就会决断：我现在就会死，我现在就修对死后有好处的法。这时，根本不会想现世生活，也根本想不起来现世生活。再接着由死时唯

法有益，被死亡念头占满的心就会决断：我要死了，这个世上钱财亲人等的一切对我死亡都帮助不了，我一定要修一个对死有益的法。这时，更加不会再想名声好坏、地位高低、亲人感情维护等今生事情，心会全部坚定地转向对死有好处的法。

如是，由三根本、九因相、三决断修行死亡，就会使心由耽著现世，完全、彻底地转向后世，由此而称之为“厌生大来源”。

甲二、宣说无常要诀　分三：

一、三根本　二、九因相　三、三决断

乙一、三根本

寿命无常决定死，长时不住速疾亡，
死时除法皆无益，心中作意乃三根。

寿命无常的决定死，不会长时安住世间的速疾死，死时除了佛法、世间一切悉皆无益的死时唯法有益，心中从这三个主要方面作意，如此，就是修习念死无常的三种根本，也就是，从三种根本角度来修习念死无常。

“作意”，即警发心种，引心趋向所缘境，如同：战争中防空警报一发起，人们就意识到敌机要来到城市上空，纷纷奔向防空洞。由于“常”的非理作意，认为今生可以永住或者今天不死，就一直在营办现世的事，把大量的身心精力耗在里面，又由于现世是大染缸、大业力圈，为了争取现世名利，就会发起各种烦恼罪业而堕入恶趣，因此，要用死方面的如理作意来对治它，

也就是，作意了死的三大方面以后，就会退掉现法的欲乐，这样，就能开启一切法道之门。

乙二、九因相　分三：

一、第一根本“决定死”之三因相

二、第二根本“死无定期”之三因相

三、第三根本“死时唯法有益”之三因相

丙一、第一根本“决定死”之三因相

死魔无法可却退，人寿唯减无可增，
阎王之命不可改，是名决定死三因。

证成第一根本“决定死”的三个因相：

第一、“死魔无法可却退”，对我们每个有情而言，死亡一定会到来，我们没有任何方法阻止死亡。

第二、“人寿唯减无可增”，我们有限的人寿，唯是日削月减地不停减少，却不会有丝毫的增加。

第三、“阎王之命不可改”，业力注定的寿量不能改变，能活多久、什么时候死亡，不是由我们自己决定的，而是由死主阎王或业力决定的。

因此，我们决定必死。

死魔无法可却退

这是指死主决定要来，没办法让它却退。无论受生为哪种身体，都决定要死。上至声闻、独觉、佛陀都要舍离此身，何况凡

夫？再者，不论住在什么地方，死都决定要来，无法挡退。不论在山间、海中、空中等任何方所，都决定没有死不能到达的地方。再者，过去、现在、未来的所有有情类，全部没有差别地要被死主魔吞噬，没有可却退的方法。

“无法”，可以从各方面来说，死主魔决定来时无法逃脱，不是用咒术能逃、用药物能治、以财力能退、以美女能诱惑、以军队能护卫等。就如《教授胜光大王经》中所说，譬如：有四大山王，非常坚固稳密，上面没有任何破裂、损坏之处，这四大山王触天磨地，从四个方向滚压过来，碾磨一切草木的根枝花叶，碾磨一切有生命的有情，这不是以快速走能逃脱，也不是以力量能挡退，也不是以财物能挡退，或者以各种物质、咒、药等能退，同样，当老、病、死、衰四大怖畏到来时，不是以速走能逃脱，不是以力量能退，不是以财物能贿赂，也不是以各种物质、咒、药等能退。当死到来时，决定没有可却退的方法。

如果死魔到来时，我们有办法可以退却，还不决定死，然而当它到来时，没有任何方法可以挡回。不论是哪种圣凡的身体、处在哪种处所、属于哪种时代、使用哪种方法，都无法令死亡退却，因此，我们众生决定死亡。

人寿唯减无可增

由于做人的寿量有限，而且不断地减少、没有可增添，因此，会很快减到零而死亡。用比喻来说，譬如：一辆动车从起点开往目的地，由于它行驶的速度非常快，不断地趋近终点，而没有丝毫倒退，可以决定很快到达终点，或者一部影片，胶片放得

非常快，不断地播放，可以决定这部片子很快会放完。关键要看到两点：一、寿量有限，它是由业造出的，只有有限的刹那数，二、唯减无增，一切时都在非常迅速地消减，没有丝毫增添，因此，决定会很快消尽而死。这就可以断定，目前的这个蕴体，决定很快会死亡。

从意义和譬喻两方面，来详细认识这个道理。意义上，关键要知道寿命在非常快地消尽，这又要从粗到细看到它越来越快的相。随着一个月一个月过去，一年很快就结束了，回想去年好像还在眼前，一下子又到了今年，十二个月一过去，一年就没有了。再看一个月，发现比一年还要快，四个周的时间一晃就过，走了四次，一个月就没有了。接着看一周，那就更快了，刚刚还是周一，没过几天又到了周末，一周很快就没有了。再接着看一天，那太快了，好像刚起来没做几件事天就黑了，很快就要休息，一天做不了什么就过去了。再看一小时，那特别快，跟人说话还没说到几句，一小时就没有了。再看一分钟，转一个身就没有了。这就可以看到，时光流逝得非常快，落到刹那上就像动车一样，如果有能显示刹那数的时间显示器，会发现眼睛一转，“哗”那么多数字就过去了，跟光的运行速度一样快，又如同影片的放映，当看到胶片快速播过去时，就知道这部片子决定很快演完，要像这样看到寿命迅速消减的相。再要看到，时间一过再不会回返，就如同飞速奔驰的动车那样，连一个镜头都不会回返，刹那不停地往终点走。

再结合譬喻来认识，这又有两方面：一、看到速疾流逝的相，二、看到无自在趋往死前的相。首先看到速疾流逝的相，譬

如：江河疾猛奔流，它流得非常快，就可以决定它很快会流到终点，或者一根蜡烛，它的长度有限，又一刻不停地燃烧消耗，由此可以决定，过不了多久它就会燃尽，或者一台机器，刚买来时是崭新的，它不断地被使用、消耗，在使用有限次以后就会报废，而现在刹那刹那都在使用中，可见它决定很快就会报废，或者山崖上的瀑布，虽然从顶端到底端有一段距离，然而瀑布飞泻而下，一刹那也不能停止，它决定会极快速地落到底部，或者一朵花，虽然目前看起来娇艳，然而刹那刹那都在变动中，它决定会很快枯黄、凋落。

诸如此类，不仅要意识到：我得到的身体是有为法，而且是由烦恼和业造作的，寿量很有限，并且还要意识到：自从第一刹那入胎以后，一直往前走，昼夜不停地消耗，就如同蜡烛不断燃烧那样逐渐变老，最终决定死亡。像这样，当看到速疾消减的相，又知道寿量很有限，就能知道最终决定死亡。

由譬喻看到，我们众生被无自在押往死前的情况，比如：

牧童用棍杖驱赶牛羊，让牲畜奔向到指定的地方，牲畜们一直不得自在地往前走，不能停止或向后跑，因为它们被控制了，不能随自己所欲，这样一步步地往前走，很快就到了目的地。或者一匹马正被鞭打着不断地往前跑，不能停止或向后跑，看到它不停地往前奔，就知道它很快会跑到尽头。又如被判了死刑的死囚，被人监管着死期，过一天就离死期近一天，这样一天天过去，死期一到，就决定要被处死。配合到我们众生身上来看，我们众生就是生死牢狱里的死囚，一直被老、病、衰等驱赶着，无自在地被赶到死前。一个个往死前奔赴的紧急令，强逼着我们自

已往前走，一个个要受的刑罚在逐渐耗减我们的生命力，一转眼就变得身心衰弱、体力不支、发白面皱、记忆减退等，时间催人到死前，从这里会觉悟到“我决定要死”。

阎王之命不可改

死亡阎王的命令不会更改，一旦它的死亡命令发出，众生必死，在阎王死亡令之下，我们没有一丝活命的机会，这是法尔如是的定律。或者，我们众生的命是由业决定，而支撑我们命的业必然会穷尽，所以我们决定会死。

丙二、第二根本“死无定期”之三因相

业作之寿不可信，幻化之身无坚实，
死缘极多活缘少，此即死无定期因。

证成第二根本“死无定期”或“速疾死”的三个因相：

第一、“业作之寿不可信”，南赡部洲范围由业力造作的寿命不可信任。

第二、“幻化之身无坚实”，南赡部洲的人身没有坚实。

第三、“死缘极多活缘极少”，南赡部洲人的寿命，死缘非常地多，活缘非常地少。

因此，我们的死亡时间不固定。

业作之寿不可信

“业作”指南赡部洲人特有的业力，它所造作的寿命是没法信任的。总的说，一切由业造作的寿命，都是缘聚则现、缘散则

灭，不是坚实法，其中，南赡部洲人的业作之寿，又特别不定。北俱卢洲人的寿命固定为一千岁，东胜身洲、西牛货洲虽然没有固定的寿量，但多数能得一个定限，唯独南赡部洲人的寿命极无定准，也就是，由业所投出来的寿数没有定准，忽然间就会死掉，或者没有活到固定岁数才会死的状况。

由现量事实可以决定这一点。我们身为南赡部洲人，死是没有定期的，不决定在七十岁、八十岁等才死，这又要从纵向、横向两方面来看。纵向就看整个迁流史，劫初时人寿无量岁，之后逐渐递减，最后以十岁为寿边际，没有定数。再从横向来看，现阶段各种各样的人活在世上，然而是在幼年、中年还是老年死，都没有定准。这就看到寿命的不定性。

其他洲区域的有情，寿量因缘非常稳定，都很整齐地到那个寿数才死，而南赡部洲人的业力相当复杂，难以预料，无法保证一定活到多少岁才死，因此，我们死亡的时间不固定。

幻化之身无坚实

这是指南赡部洲人的身体非常脆弱的缘故，死无定期或速疾死。身体就像水泡一样特别脆弱，不需大的损害，被一根芒刺扎到就会死，稍微吃错一点、跌一跤、触了电、闭住气、刺到死穴等，都会当即毙命。以身体极无坚实的缘故，何时死无法确定，说不定什么时候一触到死缘就死了。

死缘极多活缘少

这样危脆的生命，它所处的环境是，有极多死缘、活缘却特

别少，由此成立死无定期。

死缘极多。危害生命的死缘有三类：“有心类”，是指人类中的怨敌等，非人类中魔、魔的眷属、恶性鬼以及旁生等，他们会作很多危害，让人丧失性命；“无心类”，是指内四大的疾病、外四大的灾难；“综合类”，是指车祸、空难、海难等。怎么危害呢？身体由地水火风四大种组成，就如同一个箱子里装着四条凶猛的毒蛇而互相残害，同样，体内四大种界紊乱，会生病而损害性命。外四大危害，由于共业，常常会出现地水火风的灾难，也就是地震、洪水、火灾、台风等灾难危害性命。又有恶性鬼类等散布传染病毒，发生瘟疫等。像这样，性命时时都有危害，没有保障。就如《大涅槃经》所说，修死想，就是要想到命根旁边恒时被很多怨敌包围，让命根刹那刹那逐渐衰退，没有一件事能让它增长。又如《宝鬘论》所说，人住在死缘中，就如同油灯处在风中一样。又像《亲友书》所说，寿命会被很多因素所损害，比风吹击水泡还要无常，能从出息入息的睡眠中有暇醒来，这最稀奇。要这样看到生命非常危脆的状况，业风稍微一吹就灭掉了。在我们身边充满了各种死缘，譬如：今天出门也难保不遭到交通事故，或者不遭受传染病毒等，很可能就这样突然间死了。

活缘极少。在这个五浊极浓厚的时期，修长寿的业非常难，滋养身体的饮食等也缺少营养力或者难以消化，消化了也没有多大利益，念诵等的法事也势力微弱而导致延寿等非常困难。

活缘几乎都成了死缘。为了求生需要饮食、房屋、伴侣等，但由于受用饮食太多、太少或者不相宜，房屋倒塌、触电，或者

为了求名求利昼夜耗心血等，导致这些方面活缘全成了死缘，见不到哪个活缘不会成为死缘的。譬如：为了活得更好而求学，多少年，根本不顾及正常作息等，结果导致速死，求学成了减寿因缘；或者，为了更好享受生活的影视、游戏、网络等娱乐，时时勾起人的欲望，使人纵情放逸而成为减寿因缘；或者，为了生存、生活的工作或者人际关系，使人发生各种烦恼和业而成为损寿因缘。像这样，本来是存活的因缘，一个个都变成了促进死亡的因缘。

总之，如同水沫一样非常危脆的寿命，被无数死缘层层包围着，随时都会受到损害，不仅如此，活缘也一个个都成了损寿因缘。这样，死缘极多、活缘极少、活缘也成了死缘，不知道什么时候人就死了，任何时候都会成为我们的死期。

丙三、第三根本“死时唯法有益”之三因相

死时与身彻底离，亲属关系全无益，
受用财富唯留世，此无需办俗务因。

证成第三根本“死时唯法有益”的三个因相：

第一、“死时与身彻底离”，死的时候与身体彻底分离。

第二、“亲属关系全无益”，死时父母、子女等的亲属全都没有利益。

第三、“受用财富唯留世”，受用、财富等都唯是留在此世，根本带不走一针一线。

因此，我们死时，唯一只有正法对我们有益。

死时神识离体，自己与身体彻底分离，所以身体利益不了自己，平生对这个身体保养、呵护、修饰等都是无意义的事情。死时，虽然亲友们怀着难舍之心围绕在身边，但却利益不到自己死亡。生前跟亲属们营造感情、彼此联络，费尽心思为他们求现世利益，到死时他们却对自己做不到一点利益，所以不必为亲属费心劳力。在死的时候，这一生所有的色声香味触五欲、感官享受，以及积累的所有财产等，连一针一线也带不走，丝毫无利于死时、中阴和来世，所以我们也不必去费心积聚财富。这样观察下来，到死的时候，一切现世圆满都要舍弃我，我也决定要弃舍它们而前往后世，那时唯独正法有利益、是依怙处，能让我们后世到达安乐之所。这样，死时除了正法，此外其他都无利益。

“此无需办俗务因”，这是“死时唯法有益”的另一种表达。在一切所作中，除了俗务就是法事，既然从死上考虑，营办一切俗务都毫无利益，那么就不必去营办它，唯一要办对死和后世有利益的法事，一生都用来修法。

乙三、三决断

必修圣法心决断，速励修法心意决，
须修死时得益法，长计心立三决断。

对于长久大计立下的三种决断：一定要修法，一定要快速励力地修法，一定要修在死时能得到利益的法。

必修圣法心决断

这是由实修第一根本“决定死”后，所发起的决断或者修量。

既然决定要死、一定会死，那么现世就不重要了，而不得不面对后世，这就牵扯到死后的生处，是以善业上生人天善趣，还是以恶业下堕恶趣，一想到这个，心就会顿时惊醒，立刻下决心断定：我一定要修佛法！

速励修法心意决

这是实修第二根本“死期不定”或“速疾死”，发起的决断或修量。

活多久、什么时候死，我们自己做不了主，没有固定的时间、日期。现在正写字、正吃饭、正走路等的时候都会死，今天出了门，或许就回不来了，死在外面，或许现在坐下去就再也站不起来，死掉了，或许现在这一睡，就再也醒不过来了……这样，随时都会死、现在就会死，心中条件反射就会猛地决断：我现在就修法！“速”是不延缓，“励”是策励而不松懈，“心意决”表示心中已经决定，下定了决心。

须修死时得益法

这是实修第三根本“死时唯法有益”，而发起的决断或修量。

自己在死时以及死了要面对的后世，吃喝玩乐等受用帮不了自己，财富地位名声等帮不了自己，亲属即使亲生儿女也帮不了自己，自己伺候了一辈子、走哪带哪的身体也帮不了自己。只要

真认定了自己死时肯定是这种无依无助的惨状，心中陡然间就决断：这些都没用，我得赶快修一个能帮到死的法！

长计心立三决断

“长计”，也就是久远大计，相对于短暂的现世而言，后世或来世更为长远，是故，为后世考虑就叫作长远大计。

为了长远来世解脱乃至成佛的大利益，心中发出三个决断：一定要修法，现在就修，一定要修死时得益的法。已经下定决心，完全断定，再也无可转移，这叫作“立”下三个决断。

甲三、教诫须恒时念死无常　分四：

一、思择现法无益而放下此生　二、思择来世堪忧而起心畏死

三、思择过患利益而起念死欲　四、思择真假法行而唯修善心

乙一、思择现法无益而放下此生

久远即困世法城，牢执八法死不休，

然无尘许坚实益，空劳执捉竟何为。

从久远以来一直困在三有世法的城市里，对于正负两边的世间八法，到死也不放手地执牢，却得不到微尘许的真实利益。这样，空空劳苦地执捉它究竟有什么用呢？这种空劳执捉得不到任何意义，应该赶紧放下此生，寻求真实的安乐之道。

下面从五个方面来认识这一金刚偈的甚深涵义，从而了解我们众生徒劳无益的状况：

1、时间：久远

不知道何时开始，我们从清净法界中沦落下来，那时一念妄动就入了能所二取的境界，这就是迷乱的状况。从那以后，经历了不见边际那么多的劫数，直到今生，这是时间上的久远。

2、处所：世法城

我们待在哪里呢？待在诸有大城市里，也就是我们以为有的各种现相界里。“诸有”指欲有、色有、无色有，这里说为“世法城”。世法城，是指突然间出现了时空，有了时分和方分，就出现了一个似真的世界，实际跟梦一样，而我们却以为是真的。现前的心就困在这里，觉得特别真实，就如同我们现在住在城市里，这里有我的家、我所在的小区、街道等，还有各种社会关系、日常的工作生活等，我们就住在这样的世法城里。“城”代表一个系统，实际是阿赖耶识变出来的相分，包括根身、器界等。

“困”，指一下子入了梦而出不来。错觉一阵接一阵、一段连一段地相续下去，就如同乌云一直遮蔽虚空，怎么也看不到虚空本来面目那样。“困”又表示众生在这里非常迷惑，从迷到迷，这样下来全是颠倒的，仿佛包围着自己的那些东西特别坚实、真实，就在这里起惑造业，又陷入新的轮转。

3、事相：八法

在当前一世里会出现各种事相，包括正负两边的称讥、毁誉、苦乐、利衰，这叫作“世间八法”，泛指当前的一世心识前，出现的各种合意、不合意的境界。

4、心态：牢执

自心困在八法里特别执著，丝毫不觉悟，在碰到苦事乐事、遭受讥讽赞叹、出现衰损利益等时执著不已。从今生来说，从小就分别这个对我有利，那个对我不利，我占了便宜，我吃了亏，我现在很苦，我现在很乐等，在这些方面特别计较执著。牢执到什么地步呢？直到生命死时都还不肯放手，还想要抓牢。

5、结果：得不到微尘许的坚实利益

爱情、名誉、地位、财富、享乐、竞争、各种新事物等庞大的现世虚假系统，它会给人造成一种错觉，以为里面有非常多的意义，为此非常执著、不甘心，一定要求取到快乐、称誉、利益，撇掉苦恼、讥毁、衰败等，结果不必说很多，连极微尘那么大的坚实性利益都得不到。

以上整体了解到，我们从久远以来流落在虚妄的世法里，对自心所现的各种现世八法紧紧执著，死都不肯松手。接着颂中又劝我们去观察，这样做没有尘许的坚实利益，而只是空劳执捉而已。这样就懂了这一颂的大意。我们要抓住其中的关键，在自心上引起相应的认识，以见解的力量想放下此生，关注来世。

此颂的关要

这里分成两步来进入：一、生起“尘许无实义而空劳一世心”的认识，二、发起“我还执著现法干什么”的反问，这两步到位了，我们就会想放下此生。

第一步、从两方面认识“尘许无实义而空劳一世心”：1、

认识现法幻假，2、认识现法坏灭。一方面要看到“假”，从如梦虚幻来认识，在这一生中，那么多执著追求全是空费劲，如水中捞月，毫无意义。另一方面要看到“灭”，从粗无常上看到它是灭的，执捉它也没有用。

1、从如梦虚幻来认识。这些只是一念无明忽而现起的假法，就如同眼睛瞪久了见空花，或者以迷乱缘入了幻梦一样。总的要认识，目前的一切都是假法，在假法上建立意义，拼命寻求，无论费多少心、多么努力，都将空无所获。这样看清楚后就要问自己：我执著假法干什么，有什么用，能得到什么呢？这样一问，发现整个计划行动全是白费心力。一旦认识到它无意义，就会取消这种行动，之后一心修来世以上的法。

2、从粗无常来认识。从现在的一刹那观察，发现过去的一切都没有了，没得到什么，再往未来看，现前的一切也会没有，得不到什么。当看到它一下子没有了，没得到什么，就知道无论怎么经营，到后面都要灭尽，都是一场空，就不会再求现世法了。对此，以比喻来理解：所有花开过以后都没有了，再怎么用心去种花，最终也得不到一朵；世上出生了那么多新生儿，最后全部死掉了，一个也留不住，可见没得到真正的“新产品”；在世间营造的一切活动，最后都没有了；建立的一切事业，最终全垮掉了；以前无数岁月里，显现的所有事相全部都没有了……在这世上出现的任何事业、任何显现、任何现法，对其有所求，最终都是空无果利，丝毫不会有所得。世尊在经教里告诉我们，有为世界都是一个规律——过后成空。

普观一切世间境，最后都没有了、灭了，去营造假相干什

么？打造暂时的感官盛宴干什么？放下此世的一切。

乙二、思择来世堪忧而起心畏死

今朝最后住此处，需行后世之大城，
有何把握不畏死，反省思惟则有知。

承接前面观修的三根本、九因相，很可能今天是最后住在这里，今天就会死而走向后世“大城市”，对我来说有什么把握不害怕，在自身上反省、思择一番则会有了知。

“后世之大城”，表示未来还有很长的路，而此世如石火电光般非常短暂。说不定今天就会死，为什么不考虑来世的事呢？如果没集聚增上生、决定胜的殊胜资粮，善趣以上的因都没修到，就应该恐惧！死亡会突然到来，说不定明天我们就会变成披毛戴角的旁生，后世的大城真的很恐怖！罪业力会把我们扔向地狱极其酷烈的受刑大城市，会把我们扔向饿鬼极其荒凉贫乏的大城市，会把我们掷向天天还债、无有喘息机会的动物大城市……如果堕到三恶趣，会出现非常多、非常漫长的苦，所以叫“大城”。罪业力变出来的整个一套设施、各种果报遭遇，会一幕幕地降在我们身上，此世只是短暂片刻，我们应该考虑更久远的来世。就好比读书，要考虑到毕业以后走向社会的状况如何？这一生的状况如何？如果考虑得长远，就知道目前读书只是几年，而往后的人生之路非常漫长，如果我现在没做对往后有利益的事，将来几十年就很难过，怎么不害怕呢？现在不努力读书，将来就要苦一辈子。读书的几年好比现世，读完书后的几十年好比来

世，如果没修到法那是很可怕的，将来要一直在苦中度过，这样就会有个结论：我当前需要害怕死，也害怕死后毫无前途，落到大苦趣里，我要把握好目前有限的暇满，尽力地摄取坚实义，不要被一时的快乐假相所迷惑，沉浸在暂时的享乐里，却误了来世以上的大义。

这里的畏死之心，并非像世人由于对亲属等特别耽著，害怕跟他们分离而畏惧死，以及对财富、地位、此世乐著的一切事特别耽著，害怕跟这些分开而畏惧死，这种怕死的心并不是修行人所要的。修行人知道，由惑业力现出来的身终究要死，没法遮退，再怎么害怕也没用。需要害怕的是，如果没修到法，没集聚增上生、决定胜的因，来世的路就会特别难走，如果一下子掉到地狱里，会百千万劫难以出来，或者堕为饿鬼、做了旁生，那种状况怎么能忍受？来世一串接一串复杂的因果流，自己怎么能从中走出？目前是百劫难遇的机会，因缘非常难凑齐，如果不在这个时候摄取大义，将来必定后悔莫及，当死来临时，突然间就如同暴雷击在自己心上一样，那时恶业猛利现行，就麻烦了。

我们要看到后世很长远的路线，在自身上反复想：我该怎么走后世这条路？这样就会发起畏死之心，也就是，我很害怕，一点法都没学到，马上就要死了，我该怎么办？就如同一个学生，高中三年所有学科都不及格，如果他仔细考虑就会非常害怕考不上大学，要一辈子都处在社会底层，生活得非常艰难。想到这些，他就会非常害怕，从而他的心就会反转过来：我要好好学习了，不再做与高考无关的事。而我们所要考虑的后世，比这要长远得多。此生非常短暂，死亡在今天就可能降临，而来世非常漫

长，不是几十年，搞不好无量劫都要在恶趣里受苦。

这样看来，我们不应该把时间用在求现世乐上，而应该尽力寻求来世以上的大义。这个抉择一旦到位，人生计划会全盘转移，已经变成以后世为重点了。会怎样对待今生呢？就如噶当派诸大德那样，尽量地损减衣食名誉，这些事能省则省、能舍就舍，把它降到最低，能维持基本生存就可以了，剩下来的精力都要用于修法。我们如果能把这一金刚偈的法义思择到量，自己就会有个了解，什么了解呢？知道人生路未来的走法，说细一点，知道每天该怎么过，在什么重点上努力。

乙三、思择过患利益而起念死欲

禅人重视发誓愿，粘泥封关了生死，
然心宽大图久住，是心未立死想恩。

“禅人”指实修者，他重视发誓愿，说：我立誓现在就开始闭黑关。于是，外墙上用泥全敷好，不透光线，断绝一切世间联系，一门心思专注修道，一定要证空性，了生脱死。这是很高的志愿，有很猛的心，然而没过多久就出问题了。他心的范围开始变得宽大，想着今生的各种事情，做现世很长的打算，这就是心中没有立死想的恩德所致。心里没有立下入道根本的无常想，只靠一时意气解决不了问题，里面潜伏的势力非常强的颠倒心，过不了多久就冒出来了，它的强势力无法遏制时，就以它为主，虽然外面现着闭黑关的修行人形相，然而心里各种各样的现世打算都出来了，结果变成了一种伪修的状况。

这里举了一个很高的禅修例子，以上面类比下面，就会知道问题全出在这里。著名的仲敦巴语录公案中说，其他事现在不是很紧要，紧要的是建立念死的心，来放下今生。如果没有这个，就阻碍了一切法道，无论外面做什么，多数都是现世心，基本没有法的内涵，就如《功德藏》所说，如果没有念死的心，闻思也会成魔业，瑜伽士也会在城中驱鬼、做活计。或者修道会出现中断魔，最初看起来立志很大，很勇猛，中间就不是那回事了。凭一时的意气用事，自我感觉良好，一时说大话等，这些都很难成功，必须对治掉修道的最大障碍——现世欲，才能够昼夜修法，如果没对治掉这个，过不了几天就会旧病复发。世上的饮食、男女、感官享乐、权势地位等最吸引人了，心串习了无数次，在这方面的习气非常重，如果没有一个有力的死想来管住它，多数都散逸在现世法里。总之，没有念死无常，会出现方方面面的问题。

这个禅行者没有注重基础，过不了几天，就发现心开始放宽了，再继续下去就无所谓了，再下去就认为修法没什么希望，世间事情还有种很新鲜的感觉，这时心越来越宽了，最后变得完全无所谓了。跑跑这个地方，去去那个城市，实际上各种各样的事都落在现世法里。如果有死想，就会立即控制掉，出世的行者不会去干这些不紧要的事情，世间联系都会切断，五欲一点都不会沾，才能保证心真正在道上走，才能开悟证道，消除掉无始劫来的习气，否则，即生成道谈何容易！这样就知道，心里没有立死想，修行就容易出问题。为什么学佛、闻思、修法都跑到世间法里去了？佛法从始至终都在教导我们最下等也要以后世为主，但

是，因为没有修好无常死想，结果却变成，心大多数全是往现世法里走。如果没有立死想，无论谈得多高，实际上心里还是在耽著现世，这就很难过关。

证或未证甚深见，明或未明深实相，
唯死行李第一计，定则手中有圣法。

已证甚深见也好，没证甚深见也好，明见了甚深的实相也好，没明见甚深的实相也好，都唯一以死时带的行李为第一计划，一旦在这上面定准了，手上就一定会有圣法。

这表明念死能使我们手中有法。“证或未证、明或未明”，是说不管你在佛教里属于哪一类人。“甚深”，指空性，超过了语言分别的行境，是离戏论的，就如大海深不见底那样。这就要知道，无论你证得了甚深见，还是没证得甚深见，都要以想“死时我带什么”为第一计划。这里的“证”，有闻思慧的证得、修慧的证得等各种层面，但是，不管上上下下哪种人，都需要念死，不念死手上就没有圣法，可见无始常执的习气有多厉害。只要没念死，念生的习气就会非常迅猛地现起，使得瑜伽士都会颠倒地跑到城市去驱鬼做活计，或者使得佛教大学者、大人物们流落到世间法里去，一些初开悟者没管好心也跑进去了。

所以，上下的修行人一律要以念死为首要，以想“死时带什么”为最上计划。为什么它是最上的计划呢？因为它最实在，在缘起上真正扼住了现世欲的喉咙，当下就能引心入到法道里。修行就如同打仗，如果不知道内在的颠倒系统里哪个是魔头，又不知道怎么对治它，就会随着它走了，而且习气在一瞬间就可以把

人引到非法里，是这么厉害。修行不在于口头，即使口头谈得再高，也可以不观自心，在几分钟里可以谈到最高，谈到无上极果，但是与你何关？而论到修行，习气是非常难控制的，如果没打好基础，则会处处与法相违，最终会沦为法油子。这才知道，原来上下的修行人都要以念死为最首要。为什么“唯死行李第一计”呢？打个比方，譬如：我们从现世的城市里很快就要到达临终的机场，之后飞往另一个国度，与此世永别的登机时，只允许带一个东西，这时登机带的行李便是第一计划，为什么呢？因为一旦登机就跟现世永别了，现世里的一切计划到此时全部无用。你在现世的城市里置办多少产业，交往多少人物，争取多少名气、地位、享乐、物质等，一到了临终登机时刻，什么也没有用，反而要想：到了登机时，带什么对飞往另一个国度有好处，就要带它。这么一想，你会唯一做对登机之后有利益的事，那个行李就对以后有意义了，那个行李之外的一切全部没意义。真实的法道从下士开始算起，他着眼于后世，以后世为重，由此会发展出增上生和决定胜的法道，而以贪欲心谋求现世利益这一套东西，基本都跑到非法里去了。我们现在的困境是，从无始到今生之间，熏习的现世法错觉非常深，以为这里有真正的实义、快乐，对它是真正心动、真正欲求，而对法道却漠然置之、只是戏耍，更有甚者，所有的正法都可以成为满足现世名利欲望的资本，为现世法服务，都成了求现世法的资源。只有念死的行李，能让人从这里分开，一想到死，就会知道身体、眷属和财富等所有的现世法都丝毫无用，这样就不再想要了。把这个舍掉以后，最起码能修十善业道为主的法，一心想做善道的行者，这时就开

始有法道了，进一步提升到一心求解脱，修无我为主的法道来断烦恼，这就有了中士的内涵，再往上一层，一心求菩提利益众生，以此，就会发展出大乘显密法道。这样，这个行者的意乐和行为就转向了法。一念死就放掉了现世法，只有死亡行李的正法有利益，当时就会开始趋向修法，再结合到现在就会死，马上就会如同噶当行者一样，把碗倒扣、不盖火等，不作明天的打算。

无论上上下下哪种级别的人，都要以念死时带的行李为最上等计划、第一计划。计划只有两种，为来世以上做打算的计划，和为今生名利做打算的计划，后者都是低等计划、无意义的计划、失算的计划，前者是高等计划、最好的计划、只赚不赔的计划，因此，真正的学道人跟世人的想法完全不同，他心心念念考虑的、打算的，就是要为来世以上做准备。一旦定准了这一点，手中就一定会有圣法。

乙四、思择真假法行而唯修善心

死法无需排场修，日用顺便皆可修，
万般不出一善心，善修善持内圣法。

“日用”指日常起用，我们的心遇缘就会起作用，在待人接物、说话做事，以及行住坐卧等的一切威仪中，心都会起用，这些时候都可以顺便观修死亡无常。“法”就是轨则、法则、天理，也就是自心的妙理，行住坐卧等一切时处都合于法则就是真实的修。这个“法”指什么呢？要看到，这样做、那样做总不出于一个“心”，而真正的法无非是与法道相合的善心。修行就是

在心上修，心外没有法。这也无非是修正过去的颠倒，把不符合本有妙法的全部剔除掉，让自心合乎天然大道。修正又有渐修、顿修，渐修指一级级地拿掉颠倒心，让它一点点地返回，也就是，一点点地改掉颠倒习性，逐渐让自心恢复正常，顿修就是直接明悟自心，一切都是它的起用，不加自己的妄念、执著。

我们一级级去看，法道的内涵无非是个善心，而善的内涵又可以摄在信心和悲心中，证体叫“信心”，起用叫“悲心”。对本自的佛、本自的三宝有信心，相信一切都是清净的，一切都是真如性、如来藏，这就叫“信心”，就如三祖《信心铭》所说的那样。“悲心”，对于自己陷在错乱里的处境，有个悲想从中出来，对于他人陷在错乱里有个大悲，想把一切众生都拔济出来。

我们要修死时得益的法，所以现在就要端正自心，现在把心调得好，临终自然好，那时对你有益，现在心乱七八糟，临终就难以过关，那时会奔向恶趣。现在就要按照法的轨道去修正自心，把它修好。首先破掉自由意志，知道有天理、因果律，这样就不敢肆意妄为，由此能净化掉由业果愚引起的各种不良心态。其次看到没有私我，不把五蕴假合当成“我”，不去理会别人对它的好坏评判，一切时处都把这个“我”看淡、放下，最后让它消失，这样就合于无我的无私大道。进一步认识现在的身体是假影子，不但身体是假的，连心也是假的，它是缘影心，有境就有它，没境就没它，推究它的根源就知道是假的。之后明悟真心遍一切处，这就认识了本心，不离开它，这样就会回归真心，它是万法之王，能回到本位，就再也没有什么事了。只有这样修，死时才有利益。

如果脱离内在的圣法，只是在表面排场上做功夫，走路的时候要怎样、坐下来要怎么讲究等，死的时候就用不上，因为在死时能得益的唯一是当时的心，心要么住在善的状态，要么住在无我的状态，或者认识光明回归母体，没有别的。要知道心有个惯性，如果不先把它修好，死的时候颠倒一现前就要堕恶趣，因此，我们现在应该很好地去修，守持住内在的圣法。“圣”就是超凡、超颠倒，把过去的一切错乱全部拿掉，由此逐渐恢复本来的圣法界，变得跟诸佛菩萨一样。

总之，从支分到主体一级级的大道，都要在自心上好好修，彻底拿掉过去一整套错乱系统，这是我们一生的功课。我们念死，就会感觉现在很紧迫，而未来又有非常大的忧患，唯有修法有出路，而修法又不是在外面做，是在心上用功，唯一修心。学法一入门，就要懂得在心上用功，如果不能修正自心，一点意义也没有。

甲四、结劝受持无常要诀

善缘用心记法语，妙慧深心持法义，
乞家疯儿出疯语，劳君记取勿忘遗。

对于以上的无常要诀，诸善缘者要铭记在心，而且要用妙慧深心把它持在心里。在往后的修行中，必须有无常的修法才能顺利进入法道，断掉一切求现世的狂妄业流、错乱心理，没有无常这个强有力的机制是无法扭转的，因此，一定要记住以上无常要诀的法义，使得生命的力量全部投入到法道中。

有无常想就有法，没有无常想就没有法，而且无常想初重要、中重要、后重要，就如先德们所说，最初以它作为入法之因，中间以它作为精进之鞭，最后它会成为现证无生之助。它犹如绀马宝的辔绳，有了它的引领，我们的心就会一直在法道上走，而不走到别的道上。无常想是我们一世入法的保证，是我们临终得安乐的保证，是我们后世有光明前途的保证。无常想才能给我们道心，无常想才能让我们觉悟，无常想才能让我们看清现法的欺诳。无常想，让我们知道一切缘生法都是刹那即灭、虚妄不实的，并非本性，它会让人觉悟到：要往心上走，进一步要往本性上走，不能再继续流落在生灭的虚假界里。一定要用妙慧来持住无常要诀这个大义，使它成为自己心中的明灯，照亮我们法道的进程，引领我们趋向庄严佛果。

最后多珠钦仁波切自谦地说：我是一个乞丐家的疯儿，疯疯癫癫地说出这些疯语来，有劳大家记取在心，不要忘记！

年轻晋美撰著此文。善妙！

本文《无常要诀》，是第三世多珠钦仁波切在年轻时撰著的。善妙！

此世现相厌患歌
——森林布谷鸟妙音

晋美彭措法王　著
益西彭措堪布　译

诸佛智慧自色现阁黎，总持慧辩万德宝藏主，
百部现基不败无垢慧，不离欢喜而住我心莲。
此世富乐诸法诳如梦，众生困苦昼夜常耽著，
意中现彼无义诸所作，厌患觉受难止流为歌。
财富虽为众人希求处，然令身心不闲徒增苦，
仅用好衣好食亦不肯，临终贪著定障解脱道。
如何多财唯除衣食外，于己实益定然无尘许，
赡部洲财无余集一身，犹不知足贪求散乱住。
可怜贫穷之身为世轻，然思富人多财之状况，
一生不断积护败诸苦，心得自在安眠乞丐乐。
此夏季花及与富人财，现今似好然而难久长，
于非实义若太过耽著，须行难忍恶趣之险路。
往昔轮王富有四洲乐，青春美饰显耀如天人，
无常如同彩虹现而逝，我等受用定同草头露。
去年富比龙王多数人，今年已居贫穷乞丐列，
虽非梦境实如梦境现，于轮回乐不禁生厌离。
崇高地位大名扬于众，秋天白云兄弟无坚常，

无实义如夏季彩虹影，思彼思彼岂不增厌离？
搅乱示解脱道师僧心，仗律无端辱掠无过民，
自鸣得意倨傲如毒蛇，来世险道行时状如何？
今于自部之中似现高，见阎魔卒似乎非如此，
难脱恶趣独自受苦时，乡民受用再多亦无益。
蜜蜂童子花精中享用，于悦意园心中不忍离，
秋末寒冷迎者骤然至，悲厌萦心无法不分离。
如是众人贪恋现世乐，死主阎魔怒目现见时，
思及一生放逸散乱相，心生大悔懊恼岂非迟！
生即随己一生勤养护，此身尚无自在可携行，
亲眷受用耀如繁星夜，定皆遗弃孤行唯如此。
高广妙色粉饰诸华屋，不坚崩裂倒如沙土聚，
于此现相若能详细察，于欢愉处贪著当松弛。
我等父祖高曾世代中，恒求此生悉无成功法，
吾纵如何努力不外此，修持甚深正法岂非善！
上半生敌下半多为友，今时爱惜之友于明朝，
反目成仇断命亦可能，怨亲无定贪嗔有何义？
出于己身成群儿女聚，如心几瓣珍爱恒养护，
何时身力已圆望报恩，不作利益岂非增失望？
青春韶华同龄少男女，彼此对视含笑情状中，
唯愿心心相契常相聚，不知来日苦乐兴悲悯。
未必长久相聚一家亲，如集市客暂聚仅须臾，
宿业牵往六道不定处，时至何方彼此浑无知。
有愿常与胜师相聚会，宿业排定以谁能遮止，

杜鹃暂聚后各飞门隅，金刚兄聚岂非如是离？
于上侍奉尊主无法喜，于下养护属民难满足，
轮回诸事无有了办时，悠闲心乐中睡岂非时？
如何伏怨无减唯令增，如何护亲增多苦乐事，
如何受用美食添不净，无系乞丐之行当喜趣。
如心对待呵护相契友，当面背后于己无喜心，
彼心已缘新交之友上，独处无友岂非快乐事？
具足智戒贤德诸知识，初见时即一切喜侍奉，
长久交往唯勤说过故，浊时我等难成众生利。
于功德士不说赞颂语，闻其细恶无有稍观察，
逢人即勤渲染普宣扬，如此众生劣性何不厌？
本地智者证士弃不顾，外来精通骗术老奸猾，
敬如天尊思惟此情状，许为佛教实近隐没兆。
持教胜严虽具戒与智，然今众人不敬具德者，
绸衣严饰仅得活佛名，无德然居显贵竟如此！
恶过十万禀性全不察，当面背地唯勤说他过，
与己极似诸友见遇时，厌患之心不禁萦心头。
心想存积五谷播田中，秋季果熟其时得享用，
然寿无增渐减之显现，岂有于己不灭之把握？
心中虽有今生定死想，然于死期无定未勤修，
从生至此多年已流逝，然于圣法成就无把握。
罪堕异门不觉任运成，如山罪业心中无处容，
今日阎罗鬼差若临至，唯行恶趣此外无余处。
暇满然未摄取心要义，遇师然未勤学密意行，

得诀然未成办对治惑，一生已成无义生大悔！
欲使余年修持善法后，昔作罪堕异熟净无余，
临终无悔圣法得成就，祈请恩师降赐加持雨。
净与不净浩瀚刹土中，现人现鸟非人不定身，
文殊怙主上师利生际，愿得善妙不离同行住。
祈愿长久恩养吾诸母，无余往生极乐净土中，
易引之力一己自在得，成就文殊上师所愿义。
祈愿此歌入谁耳根际，耽著此世分别之雾醒，
三十七道无勤自在成，究竟二利得成十力主。

此三十七菩提分数目的颂文，乃是胜生木龙年七月三十日，阿旺洛珠聪美口中流出，丝毫无改，瞬间而成。芒嘎朗！

现相人生之覺醒篇

此世现相厌患歌
——森林布谷鸟妙音

晋美彭措法王　　著
益西彭措堪布　译讲

此世现相厌患歌

“此世现相”，指从生到死之间的所有内容，包括眼前各种色声香味触的享受，例如：日常生活、工作事业、家庭儿女、男女情爱、上网娱乐、逛街旅游等。“厌”，不是消极厌世，而是“出离”，分为能厌和所厌。能厌，是识破现相真面目的智慧。所厌的是，对此生现相的耽著及其所带来的“患”：我们一直以为现世的名利、爱情、享受等是真实的快乐、是有意义的，被这种错误认识所障蔽，而不起观察来世、解脱和成佛等大义的心，由此阻碍了我们趋向法道；并且，闻思修被现世心所左右，不仅修善的力量弱，而且会随各种恶行罪染相连而转，很难修集不杂恶趣因的清净善法；还有，虽想缘后世来修，但是，由于一直随转于现世贪欲，而无法发起广大的精勤；再者，因为过于看重此生名利等，会使各种烦恼和随烦恼不断猛暴地现行，从而我们的心便一直奔向罪业。总而言之，所要厌的是对今生、现世的贪恋，因为它会给我们众生带来无穷的过患：驱使我们身口意整日

整夜造尽了十不善、五无间、近五无间、诽谤正法等罪业，远离善妙的甘露正法，断掉增上生和决定胜正道的命根，死后堕进苦难漫长深重的恶趣深渊。

为什么要从此生现相中出离或对其生厌呢？因为此生现相，是我们要面对的最现实问题，是我们人生全部的内容，是我们认定的价值和意义之所在。如果不厌离，我们的人生方向就是它，我们所有的精力都会为得到它而努力，从而走在非法的道上，今生起烦恼而苦，后世堕入恶趣而苦。与之相反，只有对其厌离，才能以一心念暇满、一心念死，而转向来世以上的法道，才有可能死后不堕恶趣，保住自己更为长久的后世。能否看到日常生活中各种各样现相的过失、过患，并且对其深恶痛绝，是决定我们能否成为真正修行人的分界点。

森林布谷鸟妙音

“布谷鸟妙音”，其意义是：象征着吉祥，代表着希望，预示着真实利乐即将到来。按西藏的情形，布谷鸟住在森林里，它们在寒冬之时飞往南方，第二年大地解冻再返回。春天布谷鸟回来时，会发出好听的“咕哔、咕哔”声音，人们认为这是祥兆：此前天寒地冻，牦牛因吃不到青草都变得瘦弱、生病、甚至死去，听到了布谷鸟声音，就意味着大地回春、万物复苏，青草马上就要生出来了，病弱的牦牛不会再饿死，有希望活下来了。按藏地的风俗，听到布谷鸟的叫声，人们心里会得一个安慰，认为今年一年都会很好。

“厌患歌”怎么叫“布谷鸟妙音”呢？从词句上看，“厌

患”与“妙音”似乎很不协调。

“厌患歌”能给听闻到的众生带来利乐吉祥，如同预示着利乐吉祥到来的“布谷鸟妙音”一样，前者是意义，后者是比喻。

厌患后，就想求取真实义而转向正法，从此就会出现利乐吉祥：过去耽著此生现相不断地造罪业，使得今生和来世都充满了苦患，没有听到布谷鸟妙音——《此世现相厌患歌》，就不知道贪著此世现相的过患，也就无法厌“患”，苦患就脱不掉，听闻到本文“厌患歌”，就会放下对此世的耽著，这样，就意味着即将产生来世以上的大利益，因此，“厌患歌”是脱离恶趣苦患、迎来暂时和究竟利乐的吉祥妙音。

也就是，主标题“厌患歌”的副标题，之所以命名为“布谷鸟妙音”，是因为副标题“布谷鸟妙音”以比喻的方式，形象生动地表达了主标题“厌患歌”的作用——利乐吉祥：见到贪著此世现相的过患，由此不再对今生现世贪著，这样，心就会转向后世和正法，从而就会发生现前乃至究竟的利乐吉祥。

大文分三：

一、道歌等起——由师法界起悲

二、道歌正体——出离贪著现世之妙道

三、道歌结义——祈愿如师广度

甲一、道歌等起——由师法界起悲

心要提示：

1、“等起”，即是信心与悲心两大善心。

2、注意二者的关系：信心如眼、悲心如足，“信”表智慧，由信心而安住本体，由此起悲而利益众生。

3、随学法王上师于本偈中所显示的大利众生之窍诀方法：自心如何上启上师法界的智慧，而下起大悲化用。

此科，法王上师示现了：如何来接通上师法界的智慧，而起利生之悲。

以真实的信心来接通上师法界的智慧。这方面要看到上师的本体，此科，法王上师祈祷的是，诸佛智慧自色的上师阿阇黎，也就是，他的上师阿阇黎的本体是诸佛的智慧，一心如是胜解，而无别安住于上师阿阇黎的体性中，这样就接通了诸佛智慧自色或总集的上师法界，由此就能与上师智慧无别。由于与上师智慧无别，就能自然起悲大利众生，在此处就是指，法王上师从与阿阇黎无别的智慧中，唱出本文利他的道歌。

诸佛智慧自色现阇黎，总持慧辩万德宝藏主，
百部现基不败无垢慧，不离欢喜而住我心莲。

心要提示：

1、此颂指示了上师瑜伽的修法，注意：上师智慧即诸佛智慧，即本性智慧。

2、以信心念上师佛法界，也就是，要接通上师法身智慧，而令自心住在上师本性的法界中，这是流现大悲利生事业的根源。

【颂义】

本具地、水、火、风、空五大种的诸佛智慧，应众生得度的因缘成熟之际，应运而生为，与诸佛智慧无二的人相阿阇黎全知麦彭仁波切，他是总持、慧辩无尽功德宝藏之主，为放现百部坛城之现基，是永远不败、永恒胜利的真谛智慧尊。法王上师祈愿，这样至尊至胜的不败无垢慧——上师阿阇黎全知麦彭仁波切，恒时与自己永不分离，欢喜地安住在自己的心莲之上。

【释义】

法王上师以真实信心，敬礼自己根本上师全知麦彭仁波切，缘念全知上师阿阇黎是诸佛智慧自色的体性。一种理解：前三句都摄在诸佛大智慧的体性中，初句是说阿阇黎全知麦彭仁波切是诸佛智慧的体性，第二句是说阿阇黎全知麦彭仁波切是诸佛智慧无量功德的宝藏，第三句是说阿阇黎全知麦彭仁波切是诸佛智慧百部寂忿坛城的总集。另一种理解：前三句分别配在圆满的身、语、意功德上，初句是说阿阇黎全知麦彭仁波切圆满的身功德，第二句是说阿阇黎全知麦彭仁波切圆满的语功德，第三句是说阿阇黎全知麦彭仁波切圆满的意功德。如是，法王上师胜解阿阇黎全知麦彭仁波切为法身佛后，祈请不离安住在自心上，以阿阇黎佛加持的缘故，自心便与阿阇黎全知麦彭仁波切的智慧无别。

诸佛如来的智慧，在众生善缘成熟时，显现出人中阿阇黎的相，这表示色身与智慧不二、化身与法身不二，也就是：诸佛智慧本性中，本具地、水、火、风、空五大种性，在众生善缘成熟时，自然现出人中化身相，这种色身是诸佛智慧的化现，是诸佛的智慧在起用。应当这样以信心来礼敬，现前化现在人间的上

师。

阿阇黎全知麦彭仁波切，具有一切诸佛无尽的功德宝藏，能任运成就二利。“总持慧辩”，指念藏、智藏、解藏、陀罗尼藏、辩藏、法藏、菩提心藏、修藏的八辩藏。由于究竟通达了如来圣教的密意，自然智显现与虚空等同，以智慧得到自在的缘故，而开启了八大辩藏：能对教法不忘失的缘故，具足念藏；以妙智慧能极为到位地拣择的缘故，具足智藏；能对一切经藏所诠的义相通达的缘故，具足解藏；能对一切文句不遗失而受持的缘故，具足陀罗尼藏；由善说而能满足一切有情希欲的缘故，具足辩藏；对一切圣法都能护持的缘故，具足法藏；三宝种性能相续不断的缘故，具足菩提心藏；能于无生法得到忍力的缘故，具足修藏。

“百部”，一般来说，是指寂静四十二部坛城和忿怒五十八部坛城的百部坛城，此处泛指所有的寂忿坛城。“现基”，是指寂静忿怒坛城，是从全知麦彭仁波切的智慧境界中显现出来的，也就是，全知麦彭仁波切是显现寂忿坛城的根源。“不败无垢慧”，是全知麦彭仁波切的尊号，也是他的功德，即：全知麦彭仁波切无碍的智慧彻底了达一切法义，任何立宗都立于不败之地，或者，他现见真谛的大智慧永远不被虚妄分别所败。

综上所述，法王上师如是缘念了阿阇黎全知麦彭仁波切的体性和功德，之后至心地祈愿：阿阇黎全知麦彭仁波切恒时不离地住在自心的莲花上。这样，就向上开启了或接通了上师法界的智慧，以此，面对迷乱的众生就能自然发起悲心，大行利生的事业。

此世富乐诸法诳如梦，众生困苦昼夜常耽著，
意中现彼无义诸所作，厌患觉受难止流为歌。

心要提示：

1、本金刚颂指示了，出离现世耽著的总修法。

2、注意“困苦”二字，指我们陷在邪见、邪欲、邪勤的锁链中。“邪见”，指认定现世富乐诸法最具实义。“邪欲”，指对现世富乐诸法，非常想要，梦寐以求。“邪勤”，指为追求现世富乐诸法非常地努力。“昼夜常耽著”，指念念不断地耽著在现世富乐诸法上。

3、注意反转的关键，是要认识到现世富乐诸法的“诳如梦”。“梦”，指习气变现出的似有、似真、似妙的现相，真实义上不有、不真、不妙。“诳”，指具有欺骗性。“富”，指我们所认定的能获得身心快乐的基础，例如：物质财富、感官享乐、地位权力、爱情、亲情、友情、家庭、名声、事业等。

4、“意中现彼无义诸所作”，是法王上师现见有为诸法真相的智慧，也是我们必须随学之处，因为它是我们出离对此世现相耽著的关键。“现彼”，表示由观察抉择已出现了正见。“无义”，有胜义、世俗两方面的观察：胜义上，现相了不可得，世俗上，耽著此世现相，与离苦得乐是背道而驰的，是故毫无实义。

5、只有心中现出“无义”，才能厌患。

【颂义】

因的富、果的乐之现相诸法，犹如梦境一般虚幻不实而诳骗众生，我们众生被囚困在不正的观念和欲望中，日夜不停地耽著现世而受苦，为求取现世富乐诸法，而发起的一切所作所为悉皆

无义，因为见到此无义，法王上师的厌患觉受难以抑制地流成本文道歌。

【释义】

这一颂，是法王上师流现本首道歌的悲缘起，含藏了修习对此世厌患的大原则，退掉对现世的耽著或者出离现世的总方法就在这里。此处的“众生”，是指整个轮回的所有众生。“意中现彼无义”、“厌患觉受难止”，是指法王上师以透彻智慧见到现世富乐诸法没有丝毫实义，而对其的厌患难以抑制如同泉水般喷涌而出，这也是我们随学者修习厌患所要达到的修量。

初句，指示了现世富乐诸法的真相。世人的观念是，如果在物质、权力、地位、家庭、感情等方面非常富足，人生就会非常快乐。人们把快乐建立在对现世法的富足拥有上，然而，因的富、果的乐这一切显现都如同梦般虚诳，只是业成熟时，自己妄识前现出的幻相，就像渴鹿眼前的阳焰一样，仅是现而似有的假相，只是诳骗我们众生的梦中景象而已。

第二句，我们众生被困在哪里而受苦呢？简而言之，就是被困在邪的意乐和邪的行为中而受苦。具体来说，被困在不相应安乐之道的邪解、邪欲、邪勤三锁链中，也就是，众生以所受的邪熏，误以为现世的物质财富、感观享受、男女情爱、名誉地位、事业成功等最有实义，真实安乐就在其中，由此发生一心想求到这些的邪欲，便有了实际行动上的邪运作，从而使得我们现生和来世都陷在深重的苦难中。“昼夜常耽著”，指在邪欲的驱使下，我们轮回众生，日日夜夜耽著在现世的所欲上。

第三句，指示了厌患、出离的关键。怎样才能从贪著现世的囚困中出离呢？即：对现世富乐诸法的认知，要达到根本上的翻转——“意中现彼无义诸所作”。也就是：胜义中，一切显现都无有自性，丝毫不可得，对此所作的一切求取，皆是徒劳自苦、毫无意义；从世俗缘起来看，贪著现世法，所作的多数都是恶业，得到的只是后世恶趣漫长深重的苦难，因此，对今生所作的一切求取也都是无义唯苦。此句，是法王上师现见富乐诸法为诳骗性质的智慧，也是我们对此世富乐现相生起厌患的关键，也是我们修行人欲出离现世必须修成的关键，或者必须达到的修量。

第四句，是讲流现本道歌的缘起。亦即：法王上师以彻见现相诳骗性质的意智慧，对被其欺惑而上当、困在其中无义受苦的众生，油然生起大悲，流现出本篇厌患之道歌。

甲二、道歌正体——出离贪著现世之妙道　分八：

一、财欲厌患观——出离贪财困心之妙道

二、权欲厌患观——出离贪权位困心之妙道

三、乐欲厌患观——出离贪恋现世乐困心之妙道

四、亲怨厌患观——出离世间感情困心之妙道

五、轮回厌患观——出离业力困心之妙道

六、世事厌患观——出离轮回事事困心之妙道

七、颠倒邪行厌患观——出离浊世颠倒困心之妙道

八、无修大悔厌患观——出离虚度暇满困心之妙

心要提示：

1、观修的程序：（1）此世　（2）现相　（3）耽著　（4）困

苦 （5）无义 （6）厌患。

2、此程序，配在八科每一项的内容上展开。

3、八个科判，非破外在、外物，科科皆在破招灾引祸之贪欲！

这里要把握，观察此世现相无义而退掉对今生耽著的总法则：

“此世”二字所展开的是，这一生发生在自己心前的各种事。

“现相”，表示只是因缘力投出的影像，就如梦一样，是由迷乱力无而现出的假相，变化无常或变化坏灭而靠不住。

“耽著”，就是在此世现相上建立起真正的意义，把希望寄托在这里，心粘牢在上面。

“困苦”，一旦如此，就引动了相续中的无明、烦恼，这个一启动，众生就会被锁定在邪解、邪欲、邪作这个邪的缘起链当中，而陷入困苦。

“无义”，不仅胜义中，就是世俗中也是劳而无果，最终什么也得不到。

“患”，对今生、现世的贪恋不舍，是一种错误心理，会引发此生乃至后世一系列的祸患。

以上讲了，修持厌患总的要点。

乙一、财欲厌患观——出离贪财困心之妙道 分六：

一、见不闲增苦及障解脱而厌 二、见利小弊大贪心不足而厌

三、见无财世轻富财多苦而厌 四、见耽著非实义堕恶趣而厌

五、见富贵荣华一现即逝而厌 六、见轮回富乐犹如梦境而厌

丙一、见不闲增苦及障解脱而厌

财富虽为众人希求处，然令身心不闲徒增苦，
仅用好衣好食亦不肯，临终贪著定障解脱道。

心要提示：

1、所破的，不是无利无害外物财富，而是对财富的贪欲。

2、见到贪财有不闲、增苦、不肯、障道的过患，而放下对其的贪欲。

3、认定其过而起厌，求解脱道。

【颂义】

财富虽然为世人争相逐取、希求之处，但是却令人身心忙乱，白白地增添苦恼，不仅如此，甚至自己穿得好一点、吃得好一点都舍不得，对财富的贪欲这样发展下去，到临终时必定会障碍自己的解脱。

【释义】

世间上显现出的财富风光，似乎美好，似乎真的有快乐。妙衣、美食、情爱、豪车豪宅、金屋藏娇、巨大的产业、巨额的存款……众人倾心于此，认定有了这些便有了幸福、有了成功、有了荣耀，便实现了人生的全部意义，没有白来人世一回，没有白活，活得赚了！然而，真的如世人所想的这样，只要拥有了足够的钱财，我们就能活得肆意张扬、自由自在、无拘无束，活得谈笑风生吗?

本颂中从“虽”到“然”的转折，表示要在这里转观念，看到“然”字后面贪求财富所带来的过患、祸乱：

1、第二句的忙碌不闲、白增苦恼

一会儿天南，一会儿海北，刚在一个国家下了飞机，又急急飞往另一国家，刚出了这个酒场，又奔向那个会场，这个电话还没打完，另一电话又已打了进来，谈不完的合作，做不完的项目，忙不完的应酬，赚不够的钱……从早到晚歇都歇不下来，要么忙着与对手竞争，要么忙着把顾客的钱骗到自己口袋里，要么忙着商业策划……整天在这些上面花心思。忙得连坐下来歇口气、喝口茶、松松皮带的安闲也没有，一个具灵性的人已经完全成了赚钱的机器、财欲的工具。结果得到的，只是身心紧张、焦虑竞争、作息不调、身心紊乱等苦，吃不香，睡不好，坐不稳，全身细胞都不正常。人人都在争夺钱财，竞争大，压力大，就如同丛林野兽互相厮杀、弱肉强食，这样，哪里能安心呢。

2、第三句的悭贪、吝啬

对财富愈贪，人便愈悭吝。即使钱财堆积如山，非常多，不仅舍不得布施别人，更甚至都舍不得在自己吃穿住行上花钱。忙忙碌碌一辈子赚了那么多钱，却仍过得辛辛苦苦，完全变成了只囤积钱财而不舍得用的守财奴。

3、第四句的对财富的贪欲定障解脱

平时贪财，到临终时决定还会贪，放不下。赚了那么多钱，哪里肯撒手？临终还在贪，哪里肯走？心粘在钱财上不愿离开，哪里还能想到解脱？这样，净土是往生不了的。

反观自心

要这样反省：

自己对财富是否有邪认定，认为它是真实安乐、有实义？自己是不是非常羡慕钱财？自己是不是把人生的价值，建立在对钱财的拥有上？自己是不是会财迷心窍？当资财出现时，是否处在欲求中，有邪欲的病？是不是对财富拼命地去求，有邪精进的病？在求财的过程中，自己是不是违背了因果正理？自己身心是不是非常忙乱，每天都很疲惫？是否能认识到追逐财富只会让自己徒劳自苦？是否问过自心，在临终时，对于资产、财富能否毫不贪恋而往生极乐佛刹？

当财富一出现，心立即认定是好的，有非常大的悭吝，舍不得用，一点一点堆在那里。钞票要数，东西要摆，各种物质都要积聚，非常贪婪，这是不是病态？照这样积累下去，一生都非常贪著资财。衣服、饮食、房屋、车辆、电脑、手机、产业、事业等，心对这些的粘著力是不是特别大？像这样已经贪婪成性，到临终是不肯放下就走的，当时心粘著在上面，绝对不可能往生的，决定入生死。这样，是不是没有解脱机会了？

人要有自知之明，要看到自心上的力量。一旦贪多了，就特别害怕丢掉，或者稍有不足就特别想求到，甚至睡觉时还在想财富会不会出问题等，这就是很大的耽著力。这样起了耽著，是不是会有一系列的惑业苦？是不是充满了转生轮回的苦因？是不是充满了转生恶趣的苦因？真的能认识到贪著财富的过患吗？真的能生厌而放下吗？

到了死的时候，对于一生辛勤积累的财富，能轻轻松松放下就走吗？不可能的。那时会像守财奴一样，眼睛看着财产不愿意走，这样还能往生吗？这就认识到，要想来世得解脱、生净土，有个好去处，一定要放下此生，否则无法成办。

丙二、见利小弊大贪心不足而厌

如何多财唯除衣食外，于己实益定然无尘许，
赡部洲财无余集一身，犹不知足贪求散乱住。

心要提示：

1、认知客观上无论财富如何多，不仅利小，而且无实义。

2、认知主观上贪欲难足。

【颂义】

拥有再多的财富，除了解决日常生活衣食，对自己的实际利益决定微尘许也没有，但是我们有情众生被欲望钳制得死死的，总是贪心不足，刚得到了这个，又看上了更好的那个，即使一个人拥有南赡部洲的所有财物，还是不会心生满足，这样贪心不足地求取财富，而令身心一直放逸、散乱。

【释义】

我们要认真观察，财富到底有什么用。作为凡夫都有蕴身，它需要吃穿，否则就有断绝生命的危险，财富能让人维持生存，给修行提供一定程度上的顺缘，此外一点好处也没有。因此，法王上师在第二句中断定地说，财富对我们众生决定连微尘许的真

实利益也没有。

不要以为古人才住山洞修行、过野人般的生活，现代人不需要，其实那样做是对的。《阿含经》里讲，人类从光音天下来时，没有家，没有资具，也没有贪心，这才合于道。这还只是脱离欲界的状态，还没到解脱轮回。佛经中说少欲知足是圣者的种性，任何一个想成道的人都要走这条路。

贪欲是个大问题，它是一种病，会从一点点不断地膨胀，最终发展到充满整个天上地下。得到时虽然有一点满足，但过后又不满足了，就如喝盐水一样只会让人越喝越渴。即使拥有了全南赡部洲的财富，但人还是不知足地想：东边还有东胜身洲，我要拥有，西边还有西牛货洲，我要拥有，北边还有北俱卢洲，我也要拥有，当全部拥有时仍然还是不满足，又想到天上去占有天界才是真正的富足，最后到了天界和天王并坐，但还是个不满足。光音天的天人下来后，最初只是起了一点点贪欲，就堕落了，贪欲越重堕落就越深，最后就下滑成我们现在的五浊恶世，再难回去了。这样，要知道贪欲的可怕。

反观自心

贪欲病又叫“饥渴病”，就如同喝盐水一样越喝越渴、越渴越要喝，受用多少都无法满足。如果放纵它，就如同得了癌症爆发出很多苦一样，会发展出无边无际的过患，因此，这里要反省自心是否有贪欲病。

这样检查：对于钱财，我有满足感吗？我是把钱财用在生活实处上，还是永无停歇地用于攀比、赶潮流？我是钱财够用就

行，还是只想更多？衣服够穿、房子够住、钱财够用、足够过好日子，我满足于此吗？还是愈买愈想买、愈有愈想有？对衣服，是不是需要款式越来越讲究，添多少套都不够？是不是喜欢赶潮流，一有新款上市就想买？如果是这样，那买再多都不会满足，只会感觉怎么又不流行了，没有别人穿的好。饮食方面，是不是总想去餐馆吃一顿，或者在家里好好做一顿？吃遍国内，是不是还想去国外吃一吃？如果是这样，那吃再多的美食也不会满足。对手机、电脑、房屋、车辆等，是不是不断地追求，是不是一出新产品就想换？自己是不是为了这些欲尘，散乱得无法收拾？诸如此类，都是贪欲病。

贪欲违背了法道，如果能停掉它，心就不散乱了，这样就对了。也就是，少欲就能够守道，能安住本性，如果随贪欲转，就会完全迷失在欲界出不来，而且贪欲越重堕落得越深。《楞严经》里说，欲重就要堕欲界，再重会堕恶趣，欲轻就能生上界。

丙三、见无财世轻富财多苦而厌

可怜贫穷之身为世轻，然思富人多财之状况，
一生不断积护败诸苦，心得自在安眠乞丐乐。

心要提示：

1、无财是苦，多财也是苦，财富就是个苦，认知后，生厌，放下而出离。

2、不为人世间的财物所累，离其苦患而安乐求道。

【颂义】

虽然没有财富的贫穷可怜之人会被世人轻贱，然而，看到富人拥有很多财富的状况，是循环不断地遭受积财、守财、败财的种种诸苦，由此，而欣求不被钱财所累、心能得自在的“乞丐”之乐。

【释义】

有钱人、富人，真的就没有苦恼非常快乐吗？实际上，一旦对财富有了贪欲，就会愈有钱愈想有钱，而嗜欲成瘾，这样就成了欲望的奴隶。一直缘着财富、五欲发生各种执著，什么都想拥有、想霸占、想抓牢，但是由于这些东西很快就变了、又变出新的来，于是为了维护自我的体面、满足自我的欲望，又要不断地去积聚。这样，一轮一轮努力地积聚，积到了财，又要提心吊胆地去守护，财富如果被毁掉了、没有了，轻的会愁苦万端、失魄落魄，重的会精神崩溃、自杀身亡，以致我们从生到死，一直都要不停地承受积财、守财、败财的所有之苦。

下面我们通过实例，来观感一下财产败坏之苦，看看世人所拜的财富到底有什么实际意义？人心一旦被贪欲占据，便会失掉应有的理智和智慧，而沉湎其中醉生梦死。太多的钱财、太好的享受，随着它的败坏，不仅会毁掉自己，甚至还会毁掉子孙后代。这种事情，在古今中外的历史上或现实中，比比皆是，屡见不鲜。

富甲西汉天下的第一富人邓通，得宠于御前，汉文帝将邓通家乡的铜山赏赐给他，并准许他自行铸钱，他想要多少钱，自己铸就行，这样的能随意铸钱的财富，“富可敌国”也不能与之相

比。邓通铸币厂所造的“邓通钱”，流通全国。汉文帝驾崩后，汉景帝一登基，便收回邓通采矿和铸币的特权，不仅用皇权查抄了他全部家产，而且还判他交付巨款罚金，邓通落难后，连一个“铜钱”也没有，身无分文、不名一文，活活饿死在街头。

一位晚清重臣死后，留下了巨大的遗产，他的孙子（1910-1953）在 17 岁就已分得大量财产：良田 13000 亩、一座山林、多处豪宅别墅、多幅价值不菲的古董字画，不仅于此，他每个月还能从银行领到 500 大洋的家族分红。不用说他分得的房产、田地等不动产，于当时社会价值多少，就单单这每个月固定能领到的零花钱，也足以令现代富豪们目瞪口呆，那是内忧外患、军阀混战、饿死者白骨成堆、民不聊生的旧社会1927年呀！即使按当时最低价折算，名副其实的这位富三代，每个月随便花花的零花钱，也是现代人民币的20万，这还不包括他大哥所给的钱财。单单这笔零花钱，就已不是现代工薪阶层的普通人能随意想象的。这位富三代的生活消费，无论是在当时社会，还是放到现代，都绝对算得上豪富级别，他用房产、地契、现大洋于赌场一掷千金，一夜之间，豪赌输掉了当时上海的一条街。这么多的财富，他快乐了吗？太多财富的结果，他染上花柳病，下体溃烂不能行走。巨额财产败光后，先前围绕在他周围的亲友，对他避之不及，他没有住处，衣食不继，冬天还穿着破旧的单衣。一天，他饿得头晕眼花地掉进湖里，染上风寒却没钱医治，在别人的破屋中，饥寒交迫地病死，最后连裹尸的一张草席，还是别人借钱给他买的。

反观自心

观察自身在财富上的邪欲、邪勤，看自心是不是一直锁在财富上面，不断地受着积、护、败三种苦。要知道，缘起是非常厉害的，有了毒种子就会生毒茎、毒枝、毒叶、毒花、毒果。如果不厌患财富，继续发展贪欲，心里的错乱系统一旦支持求财的欲望，贪欲就会无限制地膨胀下去，使得人像奴隶一样被欲望役使，由此就要不断地遭受积聚、守护、败落的苦。自己是不是正在拼了命地积财？自己是不是正在为房子、工作、存款、股票等而提心吊胆？可否想过自己所积的财产一旦败坏，这样的苦，自己承受得住吗？

丙四、见耽著非实义堕恶趣而厌

此夏季花及与富人财，现今似好然而难久长，
于非实义若太过耽著，须行难忍恶趣之险路。

心要提示：

1、认识两点：

（1）财富如夏花一样，无有实义。

（2）于“非实义”，不能耽著。

2、无实义有二：

（1）缘生故无法自持，最终灭尽。

（2）缘生故无自性，现而无有。

3、耽著非实义的过患：

耽著非实义，会发起各种非理作意、心态和恶业，会堕落。

4、“难忍”：业报惩罚会很深。

5、“险路”：心一耽著假相就违背本性，非理习气就会变现出凶险的恶趣。

【颂义】

夏季的鲜花以及富人的财富，现今似乎很好，然而却难以持续长久，对于这样的非实义，如果超出本分上的耽著，一定会行走在难以忍受的恶趣险路上。

【释义】

注意本颂金刚句的指示。“夏季”表示因缘聚会时，“花”是以因缘力投出的假相，以此譬喻一切富人的资财乃至一切现相，都是因缘会合时出现的影像。“现今似好”，表明是欺诳相，现出来的相似乎非常好，惹人喜爱。“然而难久长”，由因缘力抛出的影像不能长久维持，细分上第二刹那也不住，粗分上也不会长久，因缘一散当即息灭。“非实义”，有胜义、世俗两分涵义，胜义中没有，世俗中是变坏毁灭的假相。“太过耽著”，是指心的愚痴陷溺。“须行难忍恶趣之险路”，表示因果律的惩罚，耽著财富会造恶业，以此死后会堕落恶趣。

第三句最关键，它在告诉我们，迷乱的地方在哪里。第四句，是说第三句于非实义耽著的恶果，“难忍”表示惩罚严重，“险路”表示非常凶险。

此处有两个重点：一、“非实义”的涵义　二、对非实义耽著必堕恶趣

一、“非实义”的涵义

夏花也好、富人财也好，都是此生现相的一种，实际只是因缘力投出的假相，都是如梦一样欺诳我们。梦里的花没实义，醒后归于无有，同样，梦里的财富也无实义，醒后也一无所有。

我们过去的观念是错误的，原先一直以为心外有常恒、坚固的财富，它是幸福的基础、安乐的来源，不知道它只是因缘力投出的幻相。实际上，财富只是自心作为投影机和胶片，过去世做过若干布施等善业，就在识田里储存了这些胶片，在因缘成熟时，就在此生放出这种福报的景象，而这种福报景象放一段就没有了，从刹那上看，只现一刹那，第二刹那就没有了，从同类相续上看，当福业结束时，财富当即就没有了。这就如同：花种、水土、季节等因缘和合，夏天草地上开出花，然而它并非自有自成或自己维持，仅是因缘力投出的一幕影像，当它投出时不会住第二刹那，或者同类相续过几个月就没有了。

二、对非实义耽著必堕恶趣

这上非常难了解。先要认识，我们众生是怎么从清净法界堕落下来的：它的根源在于，先出了假相，之后对假相耽著，再由细到粗一路流落下来，而且耽著越深越下堕。接着，还要具体看到光音天人是怎么堕到人，再从人逐渐堕下去的。这些下堕，都是由于对所欲境耽著所导致的。

对金刚颂的深义分两段讲解：（一）众生从清净法界中堕落（二）光音天人的堕落

（一）众生从清净法界中堕落

最初一念找对象的心，本来不二，自身却想认取本明，这样就立了“所”，从此不断地出“能”“所”二相，于是在找现出的相中堕落。陷溺的根源就是向外著相，心迷失在外相上，一下子陷入相中就堕下去了。当初一念背离本性，所招致的惩罚是无量劫的轮回，是一波又一波轮回和恶趣的苦。

（二）光音天人的堕落

释迦牟尼佛在《长阿含经》中，形象、详细地向我们展示了人类堕落的历程，极其撼动人心：

天地始终，劫尽坏时，众生命终皆生到光音天上，自然化生，以念为食，身体自带光明，自具神足通在天空中自在飞行。其后，此地全部变为水，无不周遍。其时，没有日、月、星辰，也没有白天、黑夜、年、月、日等时数，唯有大黑暗。其后，无不周遍的水变成大地，光音天的天人福尽命终后，就向下生到此处，虽然是生到了下界大地，但是，仍然如同在光音天上一样，以念为食，以神足通飞行，身体自带光明照亮天地一切，在此间住久了，互相之间称呼为“众生”。其后，大地上有甘泉涌出，状如酥蜜，刚下生到大地天性轻易的众生，看到这甘泉，非常地好奇，心中默默地想：“这是什么东西，可以试着尝一尝吗？”于是，用手指沾了一点甘泉，放到嘴里试着尝了一尝，这样尝了几次之后，转而觉得甘泉非常美味，便用手捧起来恣意地吃，这样乐著美味甘泉，而没有厌足。其他众生也都效仿他来吃甘泉，尝试着吃了几次后，也觉得甘泉非常美味，而食之不已。这样，众生身体原本细腻的皮肤转而变得粗糙，原本柔软的肌肉转而变

得坚硬，失去了天人的妙色，也失去了神足通，不能再飞行，只能用脚在地上行走，身体的光明转而消失，天地陷入大黑暗。

婆悉吒，应当了知天地常法，大黑暗之后，必有日、月、星之像现于虚空，然后才有昼夜晦明、日月岁数。其时，众生只是吃甘泉地味，长久住于世间，吃得多的众生，相貌和肤色变得粗糙、丑陋，吃得少的众生，相貌和肤色仍然悦泽，就像这样，众生便开始有了好丑端正的差别。其端正的众生，生起骄慢心，轻视丑陋的众生，而其丑陋的众生，生起嫉恶心，憎恶端正的众生。从而，众生之间互相忿恨、争论，由此，其时，甘泉自然干涸枯竭。

其后，大地上又生出自然地肥，色味自然具足，香洁可食，其时，众生又都取食地肥，长久住在世间。吃得多的众生，相貌和肤色变得比以前粗糙、丑陋，吃得少的众生，相貌和肤色仍然悦泽。其端正的众生，生起骄慢心，轻视丑陋的众生，而其丑陋的众生，又生起嫉恶心，憎恶端正的众生。从而众生相互之间诤讼不休，由此，是时，地肥不再生出。

其后，大地上又生出粗厚的地肥，也是香美可食，但是不如前者甘泉和地肥，其时，众生各个又取来粗厚的地肥食用，久住世间寿命长久。吃得多的众生，相貌和肤色转而变得粗糙、丑陋，吃得少的众生，相貌和肤色仍然悦泽，端正的众生和丑陋的众生之间，轮番出现是非，于是发生诤讼。由此，其时，粗厚的地肥不再生出。

其后，大地上又生出自然粳米，没有糠皮，色、味自然具足，香洁可食，其时，众生各个又取粳米来吃，久住于世间，寿

命长久。渐渐地便有了男女身形的分化，欲轻的众生，身体便现出男形，欲重的众生，身体便现出女形。男女众生互相对视久了，逐渐便有了男女的情欲，有男女众生在隐蔽的地方做不净行，其他众生看到后，斥责道："你们所做的这种行为是非法！你们所做的这种行为是非法！"（做不净行的男众生，羞愧得扑倒在地，做不净行的女众生便给他送食物，其他众生见了，就问她拿着食物送给谁的，她回答说送给忏悔自己堕入不善行的那位男众生。以此，世间出现了"夫"与"妻"的名称，做不净非法恶行的那位男众生，被叫做"不善夫主"，同做不净恶行的那位女众生给他送饭，便叫做"妻"。）之后，大众就把做不净行的男女众生驱摈出群体，三个月后才能回来。

婆悉吒，在过去认为是非法的事情，在现在被认为是对的。其时，男女众生玩习非法不净行，极情恣欲，不择不避时节，因为惭愧的缘故，于是便建造房屋，从此世间便有了房屋这回事。男女众生长期玩习非法不净行，时间久了，淫欲辗转增强，以此，众生便从自然化生，转而变成从不净的胞胎中出生。从此，世间便开始有了从胞胎出生这种事情。

其时，众生所食用的自然粳米，随取随生，采取了之后，自然粳米自然又生长出来，没有穷尽。当时，有个懈怠懒惰的众生，自己私下默想："早上吃我早上要去采取，晚上吃我晚上还要去采取，这样太劳累，今天早上我要把晚上吃的粳米一起采取回来，这样够吃一天，晚上我就不用再出去采米了。"这样想了决定后，他便把晚上的那顿粳米也一并采回来了。等到晚上应该取米吃饭的时候，同伴来叫他一起去采晚上的粳米，他回答说：

“我早上采米时，已经把晚上吃的粳米也取回来了，你自己去取吧。”同伴闻言，暗自心想：“这个人聪明又狡猾，能提前储积，我也要学他的做法，今晚一次采回三天的粳米。”这样想了后，这个众生便一次提前储积了三天的粳米。又有其他众生，来叫这个众生一同去采粳米，他回答说：“我已经提前储积了三天的粳米，你自己去取吧。”听他这样说，这位众生就想：“此人黠慧，能先储积够吃三天的粳米，我应该效仿他的做法，储积够吃五天的粳米。”这样决定后，这位众生便前去一次采回五天的粳米。

就像这样，其时，众生竞相储积，一个比一个储积得多，致使自然生长的粳米变得荒秽，转而生出糠皮，割取之后，不再自然生出。其时，众生见到这种情况，都闷闷不乐，各自反思道：“我原本初生之时，以念为食，以神足通自在飞行，身体自带光明，在世间久住，寿命长久。其后，大地上涌出犹如酥蜜般的甘泉，香美可食。我们众生在固定的时间，共同取而食用。吃甘泉久了，吃得多的人，容颜和肤色变得粗糙、丑陋，吃得少的众生，容颜和肤色仍然悦泽。由于吃东西的缘故，使我们众生的容色上有了美与丑的差别。长得美的众生与长得丑的众生，各怀是非，互相之间轮番憎恶嫉妒。由此，是时，甘泉自然枯竭，不再涌出。其后，大地又涌现出自然地肥，色、味具足，香美可食。当时，我们众生又于饭时共取食用，其食多者，容貌和肤色变得粗糙、丑陋，其食少者，容貌和肤色依旧悦泽。于是我们众生又各怀是非，互相之间，轮番憎恶嫉恨。由此，是时，地肥便自然消失了，不再涌现。其后，大地又涌生出粗厚的地肥，也是香美

可口，当时我们众生又共同取粗厚地肥来食用，吃得多的众生，相貌和肤色变得粗糙、丑陋，吃得少的众生，相貌和肤色仍然悦泽。于是，相貌和肤色美丑的我们众生，又互生是非，互相憎恶嫉妒，由此，是时，地肥便自然消失了，不再涌现。其后，大地上又涌现出自然粳米，没有糠皮，我们众生又各自取食自然粳米，久住于世间，寿命长久。有懈怠懒惰的我们众生，竞相储积自然粳米，因为此，致使自然粳米变得荒秽，转而生有糠皮，割了也不会自然生出，现今该怎么办呢？”这样想了之后，众生各自都说：“应该把地划分给个人，每个人的地，各自设立与别人不同的标志。”于是，就把地分开，归属各个众生所有，每块地都各别设立了标记。婆悉吒，由此因缘，世间便开始有了“田地”的名称。

其时，众生所得的田地，别别分开，各个田地之间界限分明，各人只能取用自己田地中的粮食。时间久了，众生渐渐产生盗心，偷窃其他众生田地中的田粮，众生看见了后，呵责他说：“你所做的是非法！你所做的是非法！你自己有田地，却偷取别人的田粮，从今往后不要再做这种偷盗恶行了。”但是，那个偷盗众生，仍然继续去别人田地中偷窃田粮。其他众生看到他不知悔改，对他更加呵责，但是他仍盗不已。田主便用手打了他，告诉众人说：“这个人他自己有田地稻谷，却盗窃别人田地中的稻谷。”偷盗的众生，却争辩说田主打他。当时，众人见他们两人诤讼不休，都非常愁忧不悦，懊恼地说：“众生品性转恶，世间才有这种偷盗的不善行为，产生秽恶不净的忧结热恼，这是导致生、老、病、死的根源，烦恼给众生带来的苦报是堕入三恶趣，

由于有田地的缘故，才导致有此诤讼，现在我们宁可选立一个人为主，来治理诤讼，护持该护者，责罚该责者……”

这部经中清晰地反映了，耽著是如何使最初下生到人间的光音天人，逐步下堕的：

最初光音天人刚下生到人间时，还没有人类的执著，完全是一种自然的状态，以念为食，没有人类吃饭这回事，也无需借助外在日月星辰等的光明来照明，自身就有光明照亮一切，也没有现在人类的走路，自身本来就具足神通，能自在飞行。但是，只是因为吃东西这么一点执著，最初的自然状态就被打破，开始不断向下堕。虽然相比与现在我们的耽著，那时的耽著程度还是非常轻的，并且耽著的也不是现在的污染物，而是大地自然涌现的自然甘泉，但是即使这么轻的耽著，还是导致最初的人类开始下堕。

当时，刚下降到地上的光音天人，看到从未见过的甘泉，不知道是什么东西，只是非常地好奇，刚开始只是好奇地用手指沾了一点甘泉，放到嘴里试着尝了一尝，然而，这样尝了几次之后，就觉得甘泉非常美味，于是便用手捧起来恣意地吃。吃了一次后，下一次还想吃，就这样便乐著美味甘泉，而没有厌足。其他众生也都充满好奇地学着他，也先用手指沾了一点放到嘴里尝了一尝，也是尝了几次后觉得非常好吃，便一次次地吃下去。这样，才有了吃东西这回事。当时只是单一地吃甘泉，还没有堕落到吃众多杂食。但是仅仅这样，众生开始吃东西一段时间之后，神通就消失了，不能再飞行，只能用脚在地上行走，用脚走路这回事，从那时才有。身体原本自带的光明也消失了，不能再照明

一切，而使这方的天地陷入大黑暗。

不仅如此，众生本来没有美丑的差别、同为天人的相貌，因为吃了食物、吃得多少不同，而有了美丑的分化。吃得多的众生，也就是对自然甘泉味著稍重的众生，容貌肤色就变得粗糙、丑陋，吃得少的众生，也就是对自然甘泉味著轻一些的众生，容貌肤色便仍然是悦泽。而且，随着对外在食物的耽著越来越重，烦恼也越来越重，以此，导致自然食物从甘泉逐渐下降，众生的相貌也随之逐渐下降。

不仅如此，相貌美丑的分化，使得众生从刚下生到大地最初的清净无为状态，变得有了烦恼、是非、恶心、争论。长得端正的众生，生起骄慢烦恼，轻视相貌不如自己的众生，而相貌丑陋的众生，又对端正的众生起了憎恶嫉妒的恶心，由此，双方之间互生是非，轮番争吵不休。从此，众生之间的相互关系由最初的和谐恬淡，开始恶化。并且，因为有了这种烦恼恶心，使众生品性下降，变得恶劣，从而导致自然饮食不仅越来越下降，而且自然干涸枯竭，消失，没有了。

不仅如此，吃自然粳米很长一段时间之后，原本仅仅只有外貌长相美丑分化的众生，因为越来越耽著，烦恼、恶心也越来越重，又导致本来没有男女之形差别的众生，越来越向下堕，出现了男女身形的分化。是耽著的进一步加深，才导致众生开始出现男女不同的性别，才导致众生开始有了男人和女人的分形。

不仅如此，男女众生互相看久了，便渐渐滋生出了男女情欲，从清净的状态进一步下堕。破天荒第一次，有一情欲较重的男女众生，在别人看不到的隐蔽地方做不净行，其他众生看到

后，都再三地说这种行为是非法的。但是，当时做不净行的众生，还没有堕到现代人的染污程度，认为不净行是对的、好的，还知道羞愧。从此，十不善业的邪淫恶行，开始出现。

不仅如此，由于耽著，众生的恶行发展得越来越多。有些懈怠懒惰的众生，不想随食随取，就开始多采回一顿粳米，另一个众生比他更耽著，多采回三天的粳米……就是这样，未到食时，提前先储积粳米的风气便逐渐传染开来，众生一个比一个储积得多。因为这种耽著，致使自然生长的粳米荒秽，转而下降，生成带糠皮的稻谷，割取之后不再自然生出。不仅如此，而且还导致本无疆界自然的大地，被划分成块，归属个人所有。本来公有之物，因为众生的耽著，人类开始出现了私有。

不仅如此，因为耽著，众生堕到男女不净行后，又继续向下堕到偷盗，从那时起偷盗恶行才开始出现。

不仅如此，随着耽著加重，继偷盗恶行之后，妄语、杀生等十不善业，也随之开始逐渐出现。

不仅如此，光音天人下生到人间时，最初长久住于世间，寿命极其长久，但是，随着耽著越来越重，烦恼、是非、争论、恶行也越来越重，致使众生的寿命越来越短，下降到我们现在已不足百年。

从下堕的过程来看，只要耽著没停下来，那么人类越来越向下堕落的趋势就止不住。

简单来说，从人类堕落的历程就能看出，耽著是怎么使人“须行难忍恶趣路”的。最初从天上下来时，虽然有众生个体的差别相，但还没有那么重的耽著。由于心没有耽著的缘故，身体

有光，能够飞行，以念为食。后来由于耽著食物，导致不能飞行、身光转灭，这就是在向下堕落。之后，进一步从耽著饮食发展到耽著男女。又因耽著男女情欲，向下堕到胎生。由于耽著，越来越往下堕，有了自私意识，自私存积。再后来，由于耽著力变得更大，便开始了偷盗、妄语等的恶行。诸如此类，人类一步步地向下堕落，到了今天已经下堕成了一个唯利是图的时代。

这部经给了我们很好的启示：为什么耽著非实义法就会堕落？天人刚下来时，还没有很重的私我意识，人心纯朴，按照本分来做，后来发生了贪欲，离法道就比较远了，往后颠倒更重了，对行道产生背叛心理，不愿意行道，再往后，私我意识发展得更加浓厚，建立了整个邪系统，根本不理会什么天理，一直往恶道里走。耽著从很小的一点起，会逐渐蔓延发展，错乱系统越滚越大，决定会堕落。譬如：男女之间，最开始只是感觉有性别的不同，相处久了，就开始注意对方的容貌、声音等，这时就有好感，贪欲就起来了。人心由于耽著欲境而下堕，心里有了欲望，就会陷进去，再到后面就会丧失理智，随着耽著加深，十恶业等各种恶业都会造下。这时就如同猎人追捕猎物一样，智慧现不出来，心不能与正法相合，这样是必然要堕落的。

要知道从隐微而成大困局，缘起是逐渐发展的，就像一点毒素一旦进入身体，就会逐渐腐蚀全身，破坏正常的机体运作。同样，我们的理智不能受欲望的控制，因为欲望一旦现起，无明系统随之就开始了。这就像，众生由于最初一念，从法界中堕落下来，又从清净的天人堕到人间，一路滑落下来那样，耽著会一连串地、止不住地发展下去，越发展越深，越发展越乱，以致最后

难以反转。

总之，首先要知道，自己本来是空、明、遍的体性，这上面从来没有虚妄法，然而后来一念向外耽著现出来的相，就下来了。这以后的所有看法、做法都是错乱的，因此要受到惩罚。这里虽是从财富来说，但法王上师金刚句的意义极深，如果能深入体会，就会发现这里有真理法则，也就是：本来没有二，现了影相再去耽著就会犯错误，如果还支持这种观点，就会迷失得更深，会引起非常大的分别，是非、毁誉、成败、得失等都会从中出来。最开始并没有“所”，立了“所”以后，就有了心识前的境，然后缘着境去分别，这已经是病了。再从这样的病发展到耽著，从耽著发展到与人竞争，这是更严重的病。竞争时为了得到而不择手段，便会不顾天理。法界自然要对这种背理的行为进行惩罚，从而，唯心地变现出了地狱、饿鬼、旁生，超出本分地耽著就会导致这样向下堕到恶趣的结果。

应当知道，我们处在错乱中，一方面认为有我，始终支持这种观点，一方面不承认因果律，不承认天理，认为自我可以随意去拿。在这种模式下，看到世上有五光十色的财富，认为这些是身份的象征，拥有的财富越多，身份就越高、越成功，这样耽著是错乱的。实际上，财富是阿赖耶识里习气力现出的一种相，不可能长久，维持的时间是由业力决定的，这里面并没有任何一点真实义。如果对这个耽著，私我意识很浓重，而且强权意识又大，这时就不顺真理，会有一种特别重的反应：我要保有这个财富，我要达到什么样。本来无常的东西不能勉强，现多少就是多少，现完了就没有了。而且不能在上面建立太多意义，如果建立

了非常多的意义，邪解很深，欲望就会特别大，欲望一大离法道就远，心就会背着法道来做：认为什么话都可以说，什么手段都可以使。这些就是超出本分耽著的表现，由此就出现这个时代求财的那股劲头、那种烦恼、那种恶业，都是堕恶趣的相。

一旦对非实义的东西建立意义，就会缘着它非常勉强地起各种念头，但是，它本来是无常的，抓不住的。应该知道现多少就是多少，如果超过这种本分去耽著，就会凭着妄想做主，我要得到多少。实际上，财富是无常的，不断在变坏毁灭，这时候苦就来了。对于现相或所欲境不断地耽著，每当它要灭的时候就不甘心，要去维持，每当得不到的时候，又会用非法手段去争取。以这种错觉，会不断地发起无数邪的分别、执著和造作。如来藏是随缘的，如果认取了私我，一直支持自我欲望，一定会变出轮回。如果在常执欲望的驱使下，又不相信这是无常、有业果，这时就会发生很多严重的烦恼，造出黑业，以此，如来藏就应缘在自己心中，现出地狱、饿鬼、旁生的恶趣。这样就知道，一直缘着非实义颠倒分别，就不能跟真理相合，如此，决定会越堕越深。

再强调一遍，非实义是无常坏灭的，在这里得不到任何真实义。如果安立它有实义，就起了邪解，以为这一定能握到手、能保持，而且执著要达到什么程度。这样，在心的运转上，不要说空性，连名言中的无常性、苦性都违背了。自己非常强行地把本来没有的我耽著成有我，把无常的东西耽著成可以保有，把苦性的东西耽著成乐，疯狂地去求取，得到时认为还有更好的，又用各种非法手段去争，从而造下恶业，这样做的结果，就会如《楞

严经》所说那样，现出三恶趣，现出地狱的铁地、火焰、狱卒、刀山等。

可见要舍掉对现相的错乱耽著，一耽著，缘起上决定是堕落的方向，而且耽著越深，堕落也会越深。

问：为什么耽著非实义这么可怕呢?

因为对真实义有了无明，我们众生才会从清净法界中沦落下来，要想回归法界，就必须符合真实义或走真实义的路。而本颂所说的耽著非实义，恰恰与回归法界的方向相反，也就是，如果耽著非实义，我们众生就绝对回不了法界。但是，我们都是从清净法界中沦落下来的本来佛，是必须要回归的。具体来说，如果像本颂所说，把无常的财富执著为常，想霸占、想更高更好，认为没有什么因果法则，想怎么做就怎么做，这样，决定会受到惩罚。也就是，如果偏要在本来不真实的法上建立意义，违背了无我真理，就绝对出不了轮回，乱搞一套就是违背了因果真理而行，违背了业果就决定下堕恶趣。

本颂中过分耽著非实义的我们众生，该如何回归?

这一金刚偈，说的就是我们现代人的状况。现在很多人没有因果法则的观念，不守本分，加上这个时代私欲流行，几乎没有人往离欲的方向走。“离欲”就是我们回归的法道：首先，要有因果正见，知道面前的一切全是因果天律在显现，不能用私我意识去勉强、去支配、去抢夺，这样，我们才能归于本分，才能遵守因果法道，才能脱出恶趣；其次，在此基础上还要通达无我，只有证到空性才能回去。

我们人生的态度应该是随缘而过，也就是，一定要守本分，

在自己的阿赖耶识田里有多少自然会现多少，现完就没有了，只是暂时给我们用一用，不必耽著。分上有的自然会来，分上没有的求也求不来，不能超出这个分去强求，安歇下来就可以了。

反观自心

这样检查：

我对财富耽著吗？整日有特别大的求财欲望吗？对财富是不是在强求？为了求财，是不是起很多的贪欲、嗔恚、散乱、谄诳、欺诈等烦恼？如果是这种相，表示烦恼很深，往恶趣走的力量大。为了财富，是不是常常造十恶业？心是不是无法安住在法道上？

修行人要口里话少、心里事少、手里钱少，我是不是正好与之相反，对钱财看得很重？心是不是整天围着它转？这些方面都要检查。

之后，我对于财富中的因果，有畏惧心吗？如果毫无畏惧，觉得自己可以随意怎么做，表明连因果正见都没有，非常危险。能看到钱财是因缘所现，有多少算多少，就能随缘。如果耽著心重，认为我应该怎么样，通过什么就能达到怎样等，这些都是妄想。耽著心一旦增强就会失去理智，昧却良心。如果最看重的是自我和钱财，就想不到一切都是因果法则在显现，背后存在法理，这样，心就会被过分的欲望支使，往恶趣走。要像这样检查、反省。意识到财富就像美味的毒药，贪染就会堕落，这时，就不敢去强取，心就会对其厌患，随缘而过，命里有多少财就用多少，不再打非分妄想。

丙五、见富贵荣华一现即逝而厌

往昔轮王富有四洲乐，青春美饰显耀如天人，
无常如同彩虹现而逝，我等受用定同草头露。

心要提示：

1、阅读相关经典，详尽了解转轮王富乐的状况。

2、心中确信并能现出轮王富乐之相，了知其富乐的无常坏灭，与之相比，而能领会到自身受用的无常坏灭，而生起厌患。

3、由比较普通人、轮王和佛受用的差别，发起求佛法上真实的受用，究竟发起求证自受用报身。

【颂义】

往昔转轮王拥有四大部洲的富乐，青春、美饰宛如天人般显耀，然而，却如同耀眼的彩虹一样无常，一现而消逝，与之相比，我们微少、低劣的受用，决定就如同草尖上的露水一样瞬间即消失无有。

【释义】

前两句讲到，往昔转轮王富有四大部洲的受用之乐，这代表着人类最大的福报相，是人间的第一富、第一乐。后两句讲到，转轮王及其富乐也都如彩虹一现就消失那样，是无常坏灭的，到今天连影子也没有了。与之相比，我们的受用是这样地微少、低劣，也决定会如草尖上的露水瞬间消失那样，转瞬即逝。

修习这一颂，首先需要多次认真阅读相关佛经，熟悉了解转轮王顶级富乐的具体情形。之后，我们一般人的富乐，与之比

较。也就是，看到轮王拥有七宝、四洲、王城等，而对一切受用都自在而转是怎样的，心中呈现出他顶级的宝衣、宝食、宝乐、宝女、宝宫殿、宝花、宝池等的顶峰受用，立即就能感觉到，皇宫、皇家园林、帝王生活等的富乐，与人类富乐顶峰的轮王相比，简直连贫穷都算不上，根本不能比。比到我们自身，还能提吗？但是，人类富乐的顶峰，转轮王顶级、超级的富乐，仍逃不过有为法无常坏灭的法则，而最终消失一空，如此，我们连他们一个微尘都算不上的富乐，又有什么可保性能不坏灭呢？由此生起无常正见，而行取舍：舍弃财富等无常坏灭的有为法，取证真正大安乐自受用报身的果位。

比如：《阿含经》里讲到的大善见王，他由于过去行持十善业，在欲天上下几番受生，最后落到人间，以余留的大福报成为大转轮王。但是，像他那样富有四洲的转轮王，所拥有的富乐，也不过是有漏福业力所现，最终无常现前时便荡然一空。这就好比，好莱坞连续放一百天的国际巨片，都是立体、宽银幕、高逼真、色彩极其炫烂，放现出各种各样的美景，最后却是“再见”，什么都没有了。既然连转轮王四洲的富乐都是无常坏灭的，那么，何况我们由微劣的福业力所现出来的小小受用呢？这就如同，九寸的黑白电视，所现出的不清晰图像，最后肯定也是“再见”，也会什么都没有的。

转轮王由于宿世纯善的福业力，所放映出来的财富片子、福报片子，是我们没法想像的，比如：他们的城市、城门、护城河，城外的园林、花池、台阶等都是七宝合成，就连其中一块砖的质地，现在全世界最珍贵的珠宝加起来都比不上。但由于这一

切都是有漏福业力所现，虽然当时的确很辉煌、很耀眼，然而最后转轮王死了，随之王城突然间变成了土石，玉女宝七天后也死了，整个景象坏灭无存。到本次释迦牟尼佛出世时，也只是在拘尸那城说：这个地方曾经是大善见王圆寂的地方，当时的王城怎么繁华等。现在到当时王城的遗址处寻找，什么也找不到的，曾经出现过的转轮王的七宝、辉煌等，都没有了。现得再辉煌，也只是习气力现出的一种相，被它蒙骗而耽著不已，实际上毫无利益。像这样，看到了转轮王演出的现相电影，人类最高层、最顶峰的财富情景，最终一下子没有了，就应该觉察到这是保不住的，最终什么也得不到，转而一心求解脱。

与之相比，我们的富乐在轮转王面前，连一贫如洗都算不上。在那样辉煌灿烂的现相面前，我们的富乐非常黯淡、渺小、低微，非常地寒酸。我们穿几件衣服，吃一点美食，手里拿个手机，面前摆个电脑，房子内都是混凝土，外面钉几块装饰板，再用油漆涂一下，就这么一点受用。不仅小，还无常坏灭，像草头露一样。这场由过去微薄的福业力所现的黑白小视片，马上就要没有了，我们还执著它干什么呢？整天在这上面斤斤计较、绞尽脑汁，得到一点就特别得意，没得到就特别伤心，为了这点蝇头小利，整天做驴做马一样地拼搏，有什么意义？为什么还放不下呢？

这样对比后，看到自己微末的受用也必定转瞬即逝，保不住、得不到，就会感到没意思，提不起兴趣了。从今以后就知道，我只要吃饱穿暖，有一张两米的床摆放身体就足够了，然后一心修法。

为了更好地相比，更容易生起无常正见，我们下面看佛在经中，对转轮王富乐的详尽描述：

佛在《大善王经》中讲到：转轮王所居的王城，有七重宝堑环绕，这些宝堑都是由金、银、琉璃和水精砌成的，底部布满了金、银、琉璃和水精的四种宝沙，并有七重宝墙，这些宝墙也都是由金、银、琉璃和水精四宝所成的，还有七宝树，这些宝树也都是都由金、银、琉璃和水精四宝组成的，还有莲花宝池……

佛在《正法念住经·十善业道品》讲到：转轮王统治四天下，具足七宝和七种相似宝：

一、玉女宝

女宝身体天生有栴檀香，口中常常散发出阵阵优钵罗花的香气，她身体柔软，皮肤细腻柔滑，就像伽陵伽的触感一样。迦陵伽，是海岛中的一种鸟，它身上有妙触的势力，如果接触到人身，人就没有了疲乏之感，而且能自然远离饥渴、忧悲等的苦恼。居住在岛上的人们接触了迦陵伽鸟，都得了这种妙触的好处。而如宝一般的玉女也是这样，转轮王见到她、接触到她，都会感到很快乐，寒冷的时候，她的身体温热，酷热的时候，她的身体微凉清冷。这么好的触感妙力，是以无嗔善业的顺行势力而感现的。

一切男子见到玉女宝时，心里会起善念分别，就像对待母亲和姊妹那样。玉女宝对转轮王很忠贞、很敬重、很专一，常常欢喜与转轮王一起同行。她远离世间妇女的五种过失：不贞良、与其他男子同行、嫉妒心重有恶贪、喜欢去恶处、丈夫去世无恩自住。女宝又有五种相应的功德：随转轮王意愿而转、多生男儿、

种姓高贵，喜乐好人、转轮王跟其他婇女娱乐游玩行走时不生嫉妒心。女宝又有三种不共的殊胜功德：不多语、心不邪见、如果转轮王不在就不乐于声触味香等享受而心意不动。以具有这些殊胜功德的因缘，玉女宝身坏命终，生在善道天界。如是胜妙女宝的受用，只有转轮王才能得到。

二、珠宝（摩尼宝）

摩尼宝，有八种功德。第一、能在夜晚放出很大的光明，就如同秋天满月远离云翳一样，光明能于黑暗遍照到一百旬的地方。（古代的计量单位和现代不同，用最小的算法，大约是 380 米的范围。如果按另一种算法，大约是 1120 公里。如果按一由旬四十里来计算，是方圆 2000 公里。）摩尼宝珠在热时，会放出清冷的光明，消除热恼使人获得清凉。第二、如果行军到了旷野没水的地方，军队的士兵很渴、很疲乏，摩尼宝能流出具八功德的清净水，让士兵都能喝足，解除一切干渴。第三、当转轮王想要水时，以他的福德力感召，摩尼宝就会随他的心意流出水来。第四、摩尼宝具有八楞，每一楞都放出青、黄、赤、白、紫、玻璃的各种色彩。第五、以摩尼宝的功德力感召，在一百由旬的范围内，人们都远离病苦，而且心行正直，一切所欲所愿就像业力感果那样会得到，不会得不到。第六、以摩尼宝的威势力，能够令恶龙不降恶雨。第七、在险岸、旷野没有水的地方，在没有花草树木的荒漠，珠宝能够恢复生机，使当地出现各种树木、池水、莲花、丛林、青草等，一切都具足。第八、以摩尼宝的功德力，只要有摩尼宝所在的地方，就没有人横死，没有人不穷尽寿量，都是寿终正寝。而且能令畜生之间不互相残杀，不憎恨嫉

妒。“相憎嫉”者，是指蛇、鼠、狼等，“不相憎嫉”，是指这些天敌之间也能彼此和睦相处。

转轮王有一千名王子，个个都勇猛强健，是人中第一，具有胜妙的身色，他们能摧毁一切敌军、战无不胜，都随着转轮王的心意而行。这些王子们品行端正，如法行善，随顺法行，所作所为符合转轮王的种姓，在一切城镇聚落大众聚会的公众场合，被人们崇敬爱戴，都赞叹他们的心行。

三、金轮宝

金轮宝，有五种功德。第一、轮宝的一千根辐轴，全部是阎浮檀纯金，宽有五由旬，它飞起来的时候，就像虚空中升起第二个太阳一样，朗照世间。第二、金轮宝飞行没有障碍，腾空而飞去，一天能够飞行百千由旬。（一由旬最低以 40 里计算，乘以 100 就是四千里的距离，再乘以 1000 就是四万里的距离。）第三、金轮宝能随着转轮王想去哪里的心意而飞去，转轮王想去东胜身洲、西牛货洲、北俱卢洲、四天王天等的地方，千辐宝轮就飞空前往目的地。以金轮宝的势力，能令象兵、马兵、车兵、步兵，都跟随在轮宝后面飞空而去。第四、如果有国土不臣服转轮王，金轮宝就跟随转轮王出征，能降伏对方。第五、没有人能与金轮宝为敌，国王以及与国王相等的不臣者，他们一见到金轮宝，当即就会被降伏。

四、象宝

这头宝象第一调柔温顺，以它的力量能胜伏其他国家。这个象宝七支柱地，也就是，四脚、尾巴、两牙的七个部分。有这样七分柱地相的大象宝，力大无比，胜过其他弱小象力量的一千

倍。象宝全身如雪一样洁白，就像帝释天王的伊罗槃那白象一样。其余的象闻到了象宝的气息，就被胜伏，不敢抬眼看象宝。

象宝能在水、陆、空三处疾速飞行，在一天中能够飞绕南阎浮提三圈。象宝调顺，用一缕线系在它的脖子上，就能牵走。转轮王乘行的时候，象宝非常调顺，与转轮王心意相通，如果转轮王想乘象宝到哪里去，不必教令，它马上就快速到达彼处。象宝飞行时，平稳匀速，不会震动，不会让人掉下来。象宝步行时，安详审慎，从容而不失警觉，它的身体不动摇，次第地举足，不会忽然徘徊不进，也不会骤然急进，也不会情绪激烈，它有各种非常好的行步姿态。

象宝很调顺，小孩见到它也感到不会害怕。它平常随意在道路、街巷上穿行，如果它飞到屋顶，或在其他地方，即使胆小的妇女也能捉住它，也敢用手抚摸。战斗时，象宝非常勇健、威猛，但在平时，行为都很调顺，用一根线系着，它就不会逾越。

五、马宝

马宝，有五种功德。马宝就像鹅拘物头花一样，有清净的光彩色泽，全身都有像天旋等的妙相作为庄严。它具有量、色、形等各种妙相。马宝很调顺，是第一调顺的马。它能在一天当中绕行阎浮提三周，身体不疲乏。

六、主兵宝

转轮王心里想什么，不必交待教令，主兵宝就知道转轮王的心意，转转王的所需他都能成办，一切所做都远离非法，完全依照正法而行。转轮王无论在何时、何地而需要什么，主兵宝都能称合转轮王的心意办好，而且不苦、不恼众生，一切所作都依照

正法而取，不违背法义。

七、主藏大臣富长者宝

主藏臣宝，能用金刚宝、因陀罗宝、青色宝珠、摩迦罗多等种种妙宝，填满一切坑坎、山涧、深山、幽谷、险岸、恶劣之处等。凡是有不平的地方，不必转轮王下令，他都主动用众宝填满。即使这样，他的珍奇异宝还不穷尽，何况普通的金银，更是无尽。主藏臣宝，福报第一。主藏臣宝的心地，不会诳骗、谄曲，非常正直。主藏臣宝，不会做令他人热恼的事。凡是见到主藏臣宝的人，内心都很清凉，都很喜爱他。

总之，转轮王具足七宝，统领四天下，能够与龙众、天众同坐。“与天众同坐”，这里的“天”，是指四天王天和三十三天，帝释天王会分半座与转轮王共坐。

转轮王，不仅具足真实七宝，还有相似七宝，也就是，剑相似宝、皮相似宝、床相似宝、林相似宝、殿相似宝、衣相似宝、履相似宝。

一、剑相似宝

如果有国家或地方，抗拒、谋逆转轮王，剑宝就疾飞而去，一切国土见到剑宝，当即就降伏，不杀一个人就能平复叛乱。剑宝有如此功德，不必使用惩罚、杀戮，一切国土自然降伏。

二、皮相似宝

皮宝，是在海里出生的，它出现后商人得到了它，就带来进献给转轮王。皮宝，是宽五由旬、长十由旬的海龙皮。它的功德是，无论是雨淋还是水泡，皮宝都不会腐烂，风吹不能动，火烧不能燃，能够去寒去热，寒冷时能令温暖，热燥时能令清凉。转

轮王无论去往何处，皮宝由主兵宝率领而随转轮王军众出行。皮宝能做房屋，足够容纳转轮王和他的军众，而且是一间一间隔开，成为各自的隐私空间，彼此互相之间看不见，各人的妻儿家眷不会混杂一处。皮宝的颜色鲜白，就如同太阳的光明那样。

三、床相似宝

床宝，柔软细滑，坐上去会软软地凹陷，起来时就恢复平整。如果坐在上面禅修，正念思维，就能在解脱中得到寂静的心境。如果坐在这床上，心里起了贪欲烦恼，马上就能离欲，如是，心里起了嗔恚、愚痴烦恼，坐在床上就能离嗔、离痴。床宝上会出现一个小禅屋，即使有些婇女对转轮王生起了很强的贪染心，但是一见到床宝，心就自然离了贪染。

四、林相似宝

如果转轮王想起了林宝中的种种游玩嬉戏，想要去林中游玩，这时，以转轮王的善业力，林宝就如同天界的欢喜园那样，自然生出鲜花美果，还有很多美妙的赊居尼鸟，在喝着莲花遍满、缓缓流淌的池水。天界的歌女、婇女在林中嬉笑、歌舞，天女都集会在此处。转轮王就像天王一样，在林宝中享受着一切五欲妙乐。在林宝中，转轮王有婇女相随，娱乐游玩。

五、殿相似宝

转轮王在殿宝中就寝仰卧时，想看月亮，就有星辰月亮在殿中显现，像宝珠一样闪烁，令人见之而赏心悦目。转轮王想听歌乐，就会有天女美妙的歌咏声响起，听了以后心没有忧虑，能安乐入睡，睡中能梦到善梦，见到妙乐之事。天气寒冷时，宝殿里就会有温暖的风吹起，炎热时，宝殿中又会有凉冷的触乐。夜有

三分，转轮王在初夜中夜睡眠休息，后夜时转轮王醒来，起来后思维正法而受行法乐。

六、衣相似宝

衣相似宝，是以线缕织成很细密的第一柔软衣服，任何垢秽都污染不上去。转轮王穿了衣宝，就没有寒、热、饥、渴、消瘦、疲倦等的苦。火不能烧，刀不能割。

七、鞋相似宝

鞋相似宝，是天下第一妙鞋，转轮王穿上它，在水里行走就像在陆地上一样，走的时候安详徐缓，即使一百由旬的距离，也能够走着去，而且不损威仪，身体不困乏，一点也不累。

转轮王具足七宝，又拥有相似七宝，他能随心所欲地受用这些宝，不仅如此，四天下以及天界的四天王天、三十三天，这些也都是转轮王的受用之处。转轮王有一千个儿子，个个勇猛雄健，能以一敌十，摧毁敌军。转轮王，成为一切人所应敬重之处。

转轮王的富乐，就举例到这里，下面我们来看转轮王及其富乐的无常毁灭。释迦佛在《大善见王经》的最后，讲到大善见转轮王的无常：有为迁改，无有常住，破坏离散不得自在，是磨灭法，非久停住，金轮王寿尽、身坏、命终，他命终七日后，轮宝、象宝、马宝、珠宝皆即自然隐没不现，女宝、主藏臣宝、主兵臣宝及十兵和将领全部命亡，金、银、琉璃、水精四宝王城变成砖土。

《佛说无常经》中也说到：

大地及日月　时至皆归尽

未曾有一事　不被无常吞
上至非想处　下至转轮王
七宝镇随身　千子常围绕
如其寿命尽　须臾不暂停
还漂死海中　随缘受众苦

这三个偈颂的意思是：

大地和日月，时间到了也都归于灭尽，天地间没有一个事不被无常所吞没。上至天界非想处，下至人间转轮王，都是无常。转轮王纵然有七宝随身、千子围绕，但是如果它寿命穷尽了，须臾也不会停止，还会漂泊在死海中，随着因缘而承受众苦。

反观自心

经中所说的转轮王富乐的状况，自己了解吗？对此，自己感觉如何？至少总相能现出转轮王富乐的顶级状况吗？与之相比，自身的受用如何？看到人类最顶峰的受用、转轮王的富乐，都是那样瞬间就没有了，自己心中是否感慨万分？自己目前的一点点富乐、受用还有意思吗？自己为此付出的一切，还值得吗？自己人生就这样无意义度过了吗？……

要寻求真实佛法，轮回里无一可乐，我再也不寻求无常坏灭的受用了，再也不寻求有漏的五欲享受了，自己是否能如是起心？从阿赖耶识里现出来的有漏福报现相，是否再也引不起自己的兴趣了？世人对这些受用的非理夸张，自己是否清醒了？在这些方面都要仔细反省。一定要按照金刚句的指示，一步一步地在心上反省，出现感受，这样才能真正得到了这一颂的大义，否则

就是与你无关。

自己是否能发起：我再也不要轮回里这些破烂了，我一定要证取佛法上的真实受用，一定要实证到自受用大乐报身，得到永恒不灭真常的大受用。

丙六、见轮回富乐犹如梦境而厌

去年富比龙王多数人，今年已居贫穷乞丐列，
虽非梦境实如梦境现，于轮回乐不禁生厌离。

心要提示：

1、由前后变化的对比，发现轮回乐的欺诳性。

2、时间短暂，如龙王般居于财富排行榜前列的大富豪，转眼第二年已经一贫如洗。

3、轮回的富乐全是梦，是由习气力现出来的相，无法恒常保有，很快就没有了，就如同梦醒后那般。

4、由富乐的无常，推到轮回一切乐的无常，一切乐全部都是习气所变现的，都会无常坏灭，由此，看透轮回所有的富和所有的乐之真面目，从而决绝出离。

【颂义】

去年还如龙王般富有的人，大多数在今年已经变成了贫穷的乞丐，人间富贵荣华虽然不是梦境，但是实际上确实犹如梦境那样在显现，以此类推，对轮回乐禁不住生起厌离。

【释义】

习气力投出的富乐非常迷惑人，但它是欺诳的，就如同梦中，忽然间变成富豪，忽然间又沦为乞丐。阿赖耶识中的习气时时都在变，一下子福业成熟，腰缠万贯，拥有多少跨国公司、多少产业、多少资金，突然间又遭遇金融风暴顿时破产，这样的情形不计其数。

要对本颂的法义熟悉、了解生起无常的觉受、正见，就需要大量阅读古今中外的大商由鼎盛到没落的传记、公案，比如“富可敌国”的红顶商人从兴盛到败落之状。通过这些财富远远超过当时朝廷的大商们最后无一例外全部败落的凄凉结局，恍然间便能觉悟到正如第三句所言，一切真是恍然如梦，是那样的无常，那样的无意义。连刷锅水用的都是蜂蜜水，连厕所都堪比华丽宫殿，连厕所中的婢女都穿着绫罗绸缎，就是这样富可敌国的石崇，最后家产全被抄没，不仅自己被斩首，而且还被诛灭三族。上上下下、兴兴衰衰不断变化的轮回中，哪里会有真实不变的富翁！从这里要体会到第三句，财富虽然不是夜晚的梦，实际就像梦境那样在现，梦只是习气的变现，人世间的财富现相也只是习气的变现，习气哪里能永远持续呢？只能在短暂的时间中现一下，很快便烟消云散了，富乐的戏也就顿时演完了。像这样，需要大量、再三地观察，来对轮回乐生起厌离。

对轮回乐禁不住生起厌离，这第四句是本偈的重点，也就是，以对前三句法义的领纳要在心中生起的正见，或者说，对前三句法义的观修所要导向之处，就是第四句——生起出离心。轮回乐只是显现在外的一种相，不是真实乐，抓不住，它就像夜晚梦中的乐，随着善业力一灭便没有了，不能信任，因此不要对它

抱有希望。

反观自心

我了知金刚句的涵义了吗？结合当代贫富无常的状况，发现了这种欺诳性了吗？轮回乐就是夜晚梦中的乐，这样的定解，我有了吗？我发现轮回乐一瞬间就没有了吗？我能够如理观察本颂法义吗？我能感觉到轮回乐真是无常坏灭的吗？我真的不想在轮回中找乐了吗？我真的对轮回没有希求了吗？真的想离开轮回了吗？

如果还没有认识到轮回乐的欺诳性，还有邪解、邪欲，表明我还在轮回乐颠倒的路上走；如果已经发现它的欺诳性，就不再想要了，任何一点轮回乐都不想要了。对于轮回中的富乐，要想到：“这是梦中的钞票，没有意义；这是梦中的快乐，没有意义。”富乐多就是大欺诳，富乐少就是小欺诳，对这些一概不能信任，我有这种觉悟吗？

再由财富之乐推及到轮回一切乐，包括名、利、权、情各种娱乐、事业等乐，对这些普遍生厌离了吗？自己能举一反三吗？现起一切轮回乐都如梦境的智慧了吗？出现定解了吗？已经认识到轮回连点滴的乐都没有了吗？彻底放下了吗？一心寻求出世间解脱乐了吗？这些都要在心上一一反省。我们要按照法王上师金刚句的指示一一在自心上对照，如果能按这样来修学，就会出现同分的感受。

乙二、权欲厌患观——出离贪权位困心之妙道　分三：

一、见权位无实义而厌　二、见仗权位造恶堕恶趣而厌

三、见权位之恶果而厌

心要提示：

1、在总修法程序中，套上权位现相。

2、以阿赖耶识中的习气，现出今生名、位、权等的相，实际全是欺诳性，一耽著就落入虚妄机制里，轮回的大规模集谛系统就再次启动，身口意的运作全往恶趣里走。

3、如果认为可以按自己的想法，随便求权、随便用权，仗势欺人，这就会大造恶业，已进入了恶趣的集谛系统。

丙一、见权位无实义而厌

崇高地位大名扬于众，秋天白云兄弟无坚常，

无实义如夏季彩虹影，思彼思彼岂不增厌离？

心要提示：

1、关键要看到过后成空，丝毫没得到，从前认定的权势地位有实义是错误的观念。

2、为地位、名誉做出的一切努力都是白费力气，由此引起的我执、烦恼、业、苦都是它的过患。

【颂义】

崇高的地位、众人皆知的名声，如同秋天白云一样没有坚固恒常的自性，它的无实义就犹如夏季彩虹闪耀一现而消逝那样，对此现象再三地观察、反复地思考，难道不是越发增上厌离心吗？

【释义】

金刚颂的表示义：“秋天”“夏季”指因缘聚会之时，“白云”“彩虹”指显赫、光耀的现相，“兄弟”表示名位和白云都同是无常所现、同为无常自性。阿赖耶识中的习气成熟，就变现出这种种相，白云是这样出来的，一切地位、名声也是这样出来的，乃至器世界所有的现相、有情界所有的现相，都是因缘力现出的一时之相。

秋季空中的白云很大、很显赫，实际没有一点常坚的自性，刹那间就没有了，只是暂现的幻影。高高的地位、在大众中所拥有的巨大名称也是如此，只是过去修的一点福业，仿佛放电影一样在今生放出的一些影像，譬如：拥有很高的官职、很显赫的名称，没过几年就下台了，人们再也不传扬他了。当今时代更明显，几年甚至几个月一任，很快就不是了。

这里对于地位、名声生厌患，仍然按总修法里讲的六步程序来观察。此生会出现各种名位的现相，这些相出现时特别光耀，引得人耽著不已，然而，它就像虚空中的云和彩虹一样，会迅速消散成空而毫无实义，耽著它只会引发无数的惑业苦，这样看透名位的真相而引生厌离。现今时代，很容易一夜爆红、名声大噪，或者忽然间好运降临、升到高位，但是，也会很快地跌落，犹如云和彩虹消失那样，失去了，没有了。可惜人们就是看不破，特别耽著这些现相，在这上面拼命地钻营、谋划，倾注很多心血，起各种烦恼恶业，最终名声和地位成了把人锁在恶趣里的镣铐。想到这些，就会增加厌离心。或者，观察到名声、地位只

是苦因，由于耽著它，起了无数烦恼，造了无数业，没得到任何好处，却还要堕入恶趣。诸如此类，名位就像彩虹，只是因缘力在此生现出的一种光彩夺目的相，升到高位也只是福业成熟而现出的一种相，自己有了现相的官衔，坐在那个现相的位子上，现相地指挥一阵，这就好比演戏扮高官一样，只是在戏台上现了一个高官角色的相，下了戏台高官相就没有了。

对本颂法义的观修，心胸一定要能放得开，眼光如果能纵观古今，从历史到现今权位的种种无常事实，那么对本颂权位无实义的法义就容易生起觉受。权位最高、名声最大的莫过于皇权，站在现在的时间点上，纵观几千年人类历史，皇权变更可谓此起彼伏，前朝覆灭，后朝兴起，后朝又很快覆灭……千万年的时间路上，一路都是权势和威名的风云变幻，快速地兴兴灭灭，就如同火星的闪闪灭灭。也可以截取其中任何一段历史上权位的变更，进行权位名声无常的观察，比如单单一个汉朝王权，就有 31 次的变更、灭亡、无常。

既然轮回中的权位都是无实、无义，那么我们众生到底要在世间求名位，还是要在佛法里求佛位呢？这就要看到一者是迷失，一者是回归，要效仿丹霞禅师选择回归。丹霞禅师最初求功名，后来经高人指点，知道求官不如求佛，转而求取真实界中永远不变的法身地位。我们无量世以来，无数次追到过榜首头名状元、高官、宰相、帝王、转轮王等的大名高位，但是，除了以烦恼、恶业收获了恶趣以外，什么都没有得到过。诸如此类地观察，立志效仿古德高僧，厌离轮回权位，而誓证佛名、佛权、佛位。

反观自心

自己喜欢名位的光耀吗？自己喜欢权势吗？如果自己有权，会怎么做？如果自己是个高官，能守住本心吗？权势、官位对我今生和来世的影响，是好还是坏？再高些来看，权位是真还是假？能看清自己是怎么一次又一次被权势、官位欺骗的吗？显现的权势似乎犹如彩虹那样诱人，诱惑得了你吗？显现的地位似乎犹如白云那样崇高，你被诱惑了吗？由于看不清这些都只是一个空的外壳，起了邪解，就将其定义为此生最大的所求，从而发起很多邪勤，从上幼儿园开始，一生都沉浸在对名和位的追逐当中。由于过分看重自我，以及错认此生现相有实义，使得我们为此全力拼搏，在这个过程中，丝毫想不到我是子虚乌有的，我们生活的现相世界是虚幻的，一切都只是阿赖耶识中的习气力在现，现多少都是有天律的，不懂得业果法则的缘故，以为什么都可以做，导致不守本分，妄想纷飞，欲望炽燃，为了得到名誉的光环、拿到最高位置，昼夜不停地求取。

对权位现相，怎么生厌呢？要看到无义和徒劳自苦。正如譬喻所说，白云没有一点常坚，风一吹就散掉了，在正现的地方去寻找，什么也得不到，结果只是白费辛苦、白费感情。彩虹现出来很绚烂、很是吸引人，我们拼命去看，但是，过后一点都没有了，根本没得到什么。我们总把现相当真，用尽一生去追逐，一轮轮地追逐，都只是白白耗费心神、自寻苦恼。

检查：

我是不是非常喜欢当官那种高高在上俯视别人的感觉？

我是不是很想当官、很想出名？

我一生的志向就是要么站在社会高位、要么有权，是不是？

我是不是认为权位太实在了、太有意义了？

我是不是认为有了权有了名就没有白来人间一回？

本颂中所讲的权位无常、无实义，我能认定到吗？

我对轮回现相，能看到它们有过患吗？对权位等轮回现相，真的能发起厌离心吗？

丙二、见仗权位造恶堕恶趣而厌

搅乱示解脱道师僧心，仗律无端辱掠无过民，
自鸣得意倨傲如毒蛇，来世险道行时状如何？

心要提示：

1、不正确使用权势，只会是害人害己的工具。

2、有多大的权势，就有多大的恶行，就能造多大的恶业，就堕多苦的恶趣。

3、有权势，活时害别人，死后害自己。

4、认定权势的祸患而厌离。

【颂义】

依仗权势搅乱开示解脱道法师、僧人的心，仗着律规平白无故欺辱、掠扰没有过失的民众，自鸣得意、倨傲得好像害人的毒蛇，活时依仗权势大造恶业，来世走在恶趣险道上时，状况会如何呢？

【释义】

“示道师僧”“无过民众”表境。“搅乱心”“仗律”“无端辱掠”表以业果愚任意颠倒妄为。“自鸣得意”表烦恼心理和真相的差距。“倨傲如毒蛇”表耽著权势后烦恼炽盛的相。“来世险道”表后世的恶报。“状如何”表前后对比，以耽著此生权势现相而造恶，致使来世终究落得败亡。

本来我们对三宝要有信心，对众生要有悲心，信心和悲心是法道的重点，以此能还归法界，恢复自己本来的“体”“用”。在“体”上，要有信心才能回去，对于一切指示解脱道的法师等有德方，要以信心和恭敬来对待，对于沦落在轮回里的可怜众生要用悲心来救护。

本颂说的是非常颠倒的状况，竟然扰乱指示解脱道师僧的心，这是非常大的背理而行，然后还自鸣得意：看，我多么厉害，你们敬重这些僧人们，我就把他们全部赶出去。对于毫无过失的民众，依仗权势制定各种条规来做无端的辱掠，简直横行霸道到极点了，走出去非常不得了，内心倨傲得像毒蛇一样。这样依仗权势大造恶业，来世堕到恶趣时，只能在地狱火海里被烧、在剑树林里被刺等。

配合总修法的六步程序来体会金刚句的内涵。在这一世忽然有了权势的显现，对此起了耽著，为所欲为，心困于其中，作恶多端，堕入恶趣。其他各方面都可以降低，但权势不能降低，自我在任何处都不能受控制、受压抑。权势更能让自我得到施展，这就是权势最让人发狂的地方。私我一旦得逞，出的问题就太大

了。人都有支配欲，有想自由主宰、自由而为的大邪欲，一碰上权势就发作得厉害。人一旦登上高位，那种想弄权玩势的“权力欲”“主宰欲”，也会发展到疯狂的地步。当私欲遇到权力时就会肆意妄为，它以为没有什么法，它就是法，可以无法无天，想干什么就干什么。我们一看金刚句就有种触目惊心的感觉，竟敢在法上这么乱做！本来示解脱道的师僧，他们能把众生带回法界，是非常重的境，应当被敬重，竟然敢扰乱他们！

如果没有用权力欲膨胀自我，人就没那么坏，他不敢发作，而权欲膨胀，人就会发狂，不管什么法不法、什么师僧。这时，人是不守法道的，随意扰乱，对于无过的民众，本来要用悲心做饶益，而现在竟然颠倒到无需任何理由，自己设立一套，进行欺辱、掳掠，这样做了以后，自我还非常得意，倨傲得像毒蛇一样。

权势的过患来源于邪解、邪欲和邪行。“邪解”，就是以为有我，以为有权势可以自由支配，这是很多人迷醉于权势的原因所在。人为什么喜欢做官呢？认为做了官就可以支配别人，成为老大。“邪欲”，就是拼命想求到这个权势，当得到时，特别想运用权势。当官不作怪就算是贤人了，由这种想运用权力的邪欲，就出现了各种自由意志的作为，这就是“邪行”。由此发生非常重的恶业，因为他位置高、权力大，一下子会造很大的恶业，很快一生完了到了后世，今世做官没带来任何利益，反而被沉重的罪业拖到地狱火海里受苦。没遇到权势时，恶还不会发作得这么厉害，一旦遇到了就像吃了毒一样，整个人都被腐蚀了，漫长的时日里在恶趣中接受惩罚，那时才知道权势的可怕，但是

太晚了。

自由意识重的人不能接近权势名位，什么原因呢？因为没有免疫力，没有防范力，心中没建立起对因果和无我的胜解，一碰到权势，烦恼和恶行就发作得厉害，这样狂作多了，就要直下恶趣深渊。

如上认定了权势于自他、今生来世不仅无利，反而是个祸害，以此生起厌离。

对权势产生厌患欲的方法

一、权位只是虚妄显现而无有实义

二、耽著权位过患巨大

三、障碍修解脱道

一、权位只是虚妄显现而无有实义

权位和今生所有的现相一样虚诳如梦，只是习气力现出的假影子。在众多现相中，由因缘力推出他担任一个官职、一个地位，暂时由他来负责，实际跟梦中的相一样。如果能看到它虚诳无实，就会想：“我宝贵的暇满人身是这么短暂，很快会死，我要修真实法，不去谋求权位。”想到世上大大小小的官长、位子等都没有意思，要像这样，起厌患心。无论多少人为此多么努力，求到的名声和权位有多大，也只不过是一种空壳、一时现的外相，过后就没有了，看后边际就知道前面没意义，何必水中捞月般地去抓权位呢?

二、耽著权位过患巨大

（一）非常危险

权位的过患极大，一旦起了耽著，整个人都陷进去了，也就是，处处都有因果，不能以私欲随意乱做，一点都不能意气用事，而自身没有智慧，缺乏如理取舍的能力，一到这上面就被各种事情卡住了，各种问题都来了，非常危险。

（二）难以做好

《道德经》里“贵大患若身”，世人都希求富贵、名位，但实际上，贵就像身体是大患的根源，自从有了身体，生老病死等无数苦都从这里出生，自从处在贵中就有无数隐患前来。只有圣人处在高位才能不犯过失，没达到圣人的量时，人都有自我意识，有私心私欲，谁都想当老大，只想要按照自己的意志来做，而不秉公行事、不按大公的精神来做，这样就难免要陷溺。处在权位、高位中，处处都要看自己是否公私分明，能否秉公执法，这上面非常难行，古代的高洁之士，避功名富贵如避毒，知道这沾不得，一旦陷进去很少人能保全住。“大名之下，难以久居！”“久受尊名，不祥！”，就是这个道理。

（三）稍以私我意识行事决定堕落

这上的要求特别高，需要没有私心，把私我完全放下，一心按天理来做。为什么呢？天下是所有人公共的，是公有物，然而，到了权力的顶峰或高位时，人就以为自己可以霸道、可以占有、可以凭私欲而行，起这样的心绝对要堕落，非常危险，就是因为不合天理。处在高位，实际是要为众人办事的，然而在这个

过程中一起私心就违理了，就会堕落，被因果的链子卡得紧紧的。现实中可以看到，那些处在权力高位上的人，过不了几年就身败名裂了，锒铛入狱或者服毒自杀了，不仅如此，来世还要堕入恶趣。

三、障碍修解脱道

从修道的层面来看，对权势、名位等也要避而远之，什么原因呢？这要考量自身的能力。我们生在末法时代，我执烦恼特别炽盛，前世也熏过很多坏习气，今生自从生下来后，在几十年里一直熏习跟法道相违的邪见，譬如鼓吹自我、膨胀自由意志、认为没有因果律等，离法道非常远，学会了怎么来实现自我、张扬自我、表现自我，怎么来享有自由，怎么来自由地创新、安排等。独生子女或者习惯扮演领导角色的人，他的心态如何呢？“我想的都可以做、我可以做主”，或者“我是老大、应该我来支配你、不是你来支配我”，当上了以后，真的以为自己是老大，整个一套邪系统都出来了。他不去想因果律怎样，不按天理行事，不去想一违背就要堕下去，心里没建立起因果正见。不了解大缘起，不知道天下是大家共业现出来的，处在高位实际是公仆，是选出来为大家服务的，他的负责处、掌权处全是为大家办事，反而颠倒地认为自己可以呼风唤雨，可以自在支配，可以随便占有、随便使用这一切等。

诸如此类，我们内心有很邪的观念，从中引生很强的邪欲，在任何处总想当老大，总想站在别人头上，总想表现自我等，而且这一套熏得很快。这些都是内心要面对的问题，一旦被推到高

位就非常危险。

对于修解脱道的人来说，时间极其宝贵，不能牵拉到这里去，否则，就像被一万条绳索绑住一样，失去修法的自由了。应当遵循祖师们的教导，在学法时先出离欲尘、损减衣、食、名，先在自身上修成出离心、菩提心、无我正见，有了这些后，得到圣人的地位才出来应世。本来只有圣人才能处理好这些，或者修行很好的人才能掌握，这是长久修道才能达到的。在此之前非常容易出问题，一旦被圈上，会发现过不了多久自己的心已经变了，烦恼重了，罪业深了，再下去就发现已经陷落了。

“道隐于小成”，有了私我私欲的膨胀，人天道就没有了，因为自我一大，真实行道的心就没有了，道也就没有了。按照佛法更高的要求来说，只要染上了名利、权势、地位、享受等，心中的法道就没有了，按照三士道去检查，一点点修道人的气息都没有，完全是堕落的相。只求现世法，心上只有贪嗔、邪想、竞争等，它就像毒一样，染上了就没有佛法。

作为凡夫，一坐上高位就感觉自己很大，迷醉在一时的名誉、地位、权力的风光当中，一整套恶趣集谛系统都出来了。会发现自我的骄慢大了，之后当然贪欲会变大，拥有好大的名声、地位、排场才满意。嗔恚会变得更大，稍微刺激到自我的形象或者稍微被批评一点，马上就受不了。或者，竞争心强、机心大，为了保全面子特别能伪装。会忘乎所以，以为我有权力可以自由支配、随便做、不按因果律办事。像这样，别说一条命赔进去，可能千千万万生都赔进去了。懂了这些过患后，要畏惧名利如毒蛇，畏惧权位如险崖，由此来发生厌患欲。

这样明白后，我们要安下心来学前行。我的看法是：前行非常难，对因果、天理生信非常难，因为这个时代造成的障碍特别大，几十年熏的不良观念、欲望都在作障碍，经过很长时间的修学才能开始深信因果缘起，才能发现集谛，才能发现私我是假的，才能发现一违背天理就非常危险。要从这些方面渐渐把“我”放下，减轻烦恼，引生各方面的智慧，这样才会逐渐生根。我感觉这需要很长一段过程。进一步，对于唯识、空性、佛性等方面发生胜解，都需要相当长的时间。这些逐渐做好以后，才能够对治烦恼，才能够认识到错误在哪里。自心上的一整套轮回系统是怎么回事，往恶趣走的一套系统又是怎么回事，怎么说本来没有“我”，怎么叫做“颠倒”，怎么说私我一出来就开始对抗因果、往邪的方向走等，这些都要逐渐修学前行才能够认识到。因此，我们首先要学好前行来离欲，以此离开这些危险的境地，长期学法才会达到较稳固的地步，才可能避免危险。

反观自心

权势是不能求的。

我是否想求权势？如果想求就已经被骗了，一求就入生死，一乱做就入恶趣，因此时时都要警惕，就像前面金刚句所说，对非实义眈著就要堕恶趣。权势是假的，如果执以为真，认为只有得到它，自我才有意义，人生才有价值，就已经走在凶险的路上了，往恶趣走了。先要在这个端头上看住自己，不能进去。假使因缘推出自己处在某个位置上，这时不能乱做，要反省：我是凭自由意志去做，还是唯一按照天理天律、因果善道去做？如果认

为“这里没什么因果、想怎么干就怎么干”，只按自己的想法，不按因果律，就已经入了恶趣的缘起，会发生同类的各种恶劣心态和做法，就会堕恶趣受很大惩罚，遭很大很苦的报应。要像这样时时去反省，自己在集谛上，是不是已经入套了？是不是已经走在凶险的路上了？

丙三、见权位之恶果而厌

今于自部之中似现高，见阎魔卒似乎非如此，
难脱恶趣独自受苦时，乡民受用再多亦无益。

心要提示：

1、依照六步程序观察权位的欺诳、无义，发生厌患。

2、金刚句涵义的对应：

“此世现相”：到了这一生，以过去的福业出现如梦般的权势假相。

“耽著”：感觉在自己的部属中非常高，已经著在高相上，以致似乎是真实的感觉。

“困苦”：私我一旦定位自己高，就开启了集谛和苦谛系统，也就是，邪解、邪欲、邪行、邪业、苦果的缘起链会一路进行，或者惑、业、苦三缘起链接连不断。

“无义”指后三句：先前具有的权势高位，在死后毫无用处。从前后对比就能发现：生前的权势高位，除了让我们众生“难脱恶趣独自受苦”，此外，死后在阎魔卒前受到审判和惩罚时，却是一无用处。

“厌患”：陷入烦恼和恶业中，结果什么利益也没得到，相反，

却得了难以摆脱的漫长的恶趣苦。见其患，而厌。

【颂义】

在自己的权势范围内，显现上似乎很高，但是，见到阎魔及其卒众时似乎并不是这样，自己难以逃脱恶趣而在里面独自受苦时，此时，生前的民众和受用再多对自己也没有利益。

【释义】

本颂前后对比，显示出权位的欺诳及其恶果。过去世造的福业，在今生如梦般现出在自部之中似乎高高的相，但是从后面看，当堕到恶趣时，在阎魔卒前似乎不是这样，而且活时的部下、受用对恶趣中的自己毫无利益。在显现此生权势现相时，我们会非常当真，以为自己真的很高，但如果有真实自性，为什么后来被阎魔卒审讯时却吓得瘫倒在地、毫无势力了呢？生前有部下围绕，有高级受用，自我显得非常高大，荣光富足，但是，结果却是堕到恶趣里受苦无尽。

法界平等，没有自他高下的相，然而在迷乱业力的表演下我们会信以为真。业力的法则也是奖赏过去造福业的人，让他在自部眷属中显得很高，然而真实中连我都没有，连众生都没有，哪里有高高的权位？由于认定了自我，有了私我的目的、欲求，一旦以福业的力量，被分配在人群里做一个官长，拥有暂时的支配权，自我马上就会认定“我是最大的”。这样就迷得更深了，它的欺诳处就是自己不认识，当时是怎么被骗的呢？似乎有高位，有很多民众，还有非常多的受用，感觉自己真的很高大，实际

上，这些正现的时候跟梦一样是假相。在智者看来根本没有，所以智者不会耽著空花般的名誉、地位，然而愚者一见马上就迷掉了，但再怎么迷，我们从金刚句的指示，也应该能看到它的欺诳。被骗的结果会是如何？我们从权势中得到的只会是恶果，也就是，权势会让我们堕入恶趣，而承受没有尽头诸苦。

反观自心

当如梦般的权位假相显现时，自己结合上去就晕了，能否看清这边没有我，那边没有名誉、地位？就好比舞台上的一个演员，让他演一个有权有势的高官，演得有官职、权位，有戏里的指挥权，大权在握，前呼后拥，万人跪拜。本来也没有我，没有高下，只不过在缘起里行使一下，如果这时晕了，自我马上出来，就基本上入了三恶趣的缘起链。时时都不能出私我意识，不要跟虚假的东西结合，不要被它蒙掉，否则一旦挂上名和位，什么坏事都做得出来。众生无始以来串习成非常浓厚的私我执著，一出来就有一股气，一不提防就入角色了，譬如给他一个位、一个名，他马上就不一样了，觉得自己已经成为这样的人了，已经这么高了。在自部的眷属里，自己的确感觉很高，其实，正感觉高时就没有，这是名言的规则，然而只要心一作意、一认定，马上邪的感觉就出来了。

天理法则是无我的、无私的、自然的，私我意识却是增益的、蛮横的、要意气的。自我意志一旦发展就什么也看不到了，当时就被骗了，已经忘记真实的自己，就被套进去了，这股气不断地运行，就出现了恶趣的集谛系统，这样决定下恶趣。只要一

入权势高位，后面接受审判就厉害了。

权位的确是假的，由过去的福业暂时给你现一下，然而即使做到天王，也只是一时的权力，过后什么都没有了。连天王都会堕落，而变成牛脖子上的小虫，何况人间的大官小官呢？不能上当受骗。但是一旦起了我执心，又出现了此生权势名位的现相，马上就会耽著上去，这样决定转入极可怕的恶业之道，最终掉到恶趣里。古今很多高官、有权势的大人物，都掉到地狱里去了。

世间大大小小的官员，都是由于耽著权势现相而堕落的。我们见到这一点后应当反省：当出现权势高位现相时，我是不是马上迷进去了？是不是被套牢了？这是很难防的，就被拉到恶趣里了。

深度反观

要看到非常危险的地方，就是有个私我，它会一下子冒出来，而且以无始劫来的习气，一给了名称就马上定位：我已经这么高了！接着，随高相转的慢心在指挥，自由意志就会充分地发展出来，这已经偏离真理了。

从这里可以看到他的恶相。本来有天理、公理，做什么事不必彰显，不该高居人上，应以无私的心行公道，然而私我意志一旦占据高位，就有一种夸张性、一种特别大的欲和自由行使的邪性，这显然是跟法界真理对抗，脱离了原来的位置，落入胡作非为当中，陷入了恶趣集谛的缘起链里。为什么呢？因为私我非常大，已经膨胀到了“我可以无所不为”的程度，已经偏离了因果法则，是直接在跟法界对抗。

乙三、乐欲厌患观——出离贪恋现世乐困心之妙道　分四：

一、见现世乐无常一生虚度而厌　二、见身体亲眷受用带不走而厌

三、见欢愉现相无常坏灭而厌　四、见求现世乐世代失败而厌

心要提示：

1、四科的涵义，都要从“现世诸法诳如梦，徒劳辛苦皆无义”这一点发起厌患。

2、重点从“无义”来观察：

（1）一生都在贪著现世乐，无常到来时终归舍离，最终什么也没得到，一生都在这样的非法中放逸、散乱而虚度，是故，于现世乐当生厌患。

（2）一生经营之处就是身体、亲眷和受用，然而到死时一个也带不走，一生花费的心血，全部白费，是故，对其当生厌患。

（3）我们以为的欢愉之处，却在因缘维持不住时必会坏灭一空，是故，对欢愉现相当生厌患。

（4）世世代代一切祖辈，他们为了营求现世乐拼尽心力，然而全部以失败而告终，是故，于现世乐当生厌患。

丙一、见现世乐无常一生虚度而厌

蜜蜂童子花精中享用，于悦意园心中不忍离，
秋末寒冷迎者骤然至，悲厌萦心无法不分离。
如是众人贪恋现世乐，死主阎魔怒目现见时，
思及一生放逸散乱相，心生大悔懊恼岂非迟！

心要提示：

1、从死无常导致一切乐相都要灭尽的角度，看到现世乐无义。

2、看到耽著现世乐的过患：由于耽著现世乐，致使一生都在散乱、放逸中度过，从而彻底地浪费了暇满人身宝。

3、结合比喻，我们一生都如蜜蜂童子般，一直贪恋在现世乐上，以致我们人生的整个走向都错了。

【颂义】

蜜蜂童子享用着花精，在悦意的乐园中不想离开，但是秋末寒冷骤然间降临，乐园凋败、消失，自己也将至命尽之时，悲伤之情萦绕在心头，却无法与乐园不分离。同样，世人贪恋现世之乐，死了见到死主阎魔王对自己怒目而视时，想到自己一生都在为得到快乐享受而放逸、散乱，这时才心生大悔、懊恼不已，难道不是已经晚了吗?

【释义】

本颂是以喻义对应，来抉择耽著现世享乐如何欺诳世人。

幼稚的蜜蜂童子来到现世的乐园里，感觉有百花之精——各种可以享受的美好，就沉湎其中，乐而忘返。在这样的可意园中，正在享受地乐陶陶时，秋末寒冷使者骤然间降临，这时虽万分不愿意，但也没有不离开的办法。

无常铁律无法逆转，有为乐最终都以坏灭收场。这一世做人，只有不到百岁的光景，在天人看来只是一瞬间而已，这样短暂微小的梦境，竟然把我们全诳骗了。由过去的福业力，会显现一点可意的色声香味触，异性、名誉、事业、感官享乐、高档资

具等，人就把这些假乐执著为真乐，像蜜蜂沉醉在花精丛中一样，不断地耽著现世乐，出现非常大的贪恋，心想：现世真是美好的乐园，我今生一定要尽情享受！但是，无常的事实终究无法改变，秋风一起，很快到了秋末，寒冷的使者就要把它接去了，这表示死亡很快到来。“寒冷”，指非常凄凉，收尽夏季所有的繁荣，也就是一世光景最终全部凋败，一点不剩。由于在现世乐园里贪执了一辈子，这时根本不想离开，出现了非常大的忧苦，然而没有不离开的办法，谁也无法遮止死亡无常的到来。贪著力会拉着人往下走，到了阎罗王面前受审时，想到一生都在无常坏灭的现世乐里放逸、散乱，那时后悔就来不及了。它只是心识投出的美景，怎么能保住呢？习气力用完当即破灭，留下的只是满心的忧苦，多么无意义。

这里用蜜蜂童子为喻，形象地描述了我们一生都在耽著现世乐的情景，彻底显示了现世乐的无义。

按照六步程序来观察：

似乎美好、似乎有乐的“此生现相”，它是假的，像梦一样毫无实义，而我们却迷惑了，以过去的习气力把它认成有实义，耽著不已，在衣食住行上都非常讲究，沉迷其中。尤其现今有很多感官享乐、影视娱乐，网上有各种吸引人的新鲜事物、活动，心一见到这些就很喜欢，一点也不愿意离开，每天一醒来就想今天要怎么享受，看不到后面的隐患。由耽著会出现怎样的困苦状况呢？心里起了的邪解、邪欲、邪行，人就被困在其中，以此后世又被困在恶趣中。“邪解”，就好比蜜蜂想：这么好的百花之精，这么甜蜜的生活，一定要及时享乐。邪欲，就像蜜蜂一直贪

恋花丛享乐，不肯离开，整天想的就是享受花精，同样，我们对现世乐也贪欢不已。“无义”指什么呢？“秋末寒冷”这个死亡使者，很快要来接我们，那时现世乐都没有了，但内心还在耽著，不愿离开，但是也没有用，还是不得不与之分离，去往后世。到了阎罗王面前接受审判的时候，才知道自己在毫无实义的现世乐上起了贪著，造下了放逸、散乱等无数的罪业，把自己搞得非常糟糕，要堕到恶趣，这时才后悔，不该贪恋坏灭变化、根本抓不住的现世乐，但是悔之晚矣。

看到贪享现世乐，不仅自己没有享到，还会把自己弄尽恶趣甚至地狱，是故，当于现世乐深生厌患。

反观自心

自我反省时首先提问：这么好的生活，为什么要对它厌患呢？人就是在这里上当的，认为那些特别好，实际看错了，被它骗了一生，收场时才发现什么也保不住。到阎罗王面前接受审判时，发现罪业非常多，基本都要判到下面去，就如佛经所说，失人身者如大地土，得人身者如爪上尘，这时才知道“贪食花精粉却失掌中珠”，为了一点小享受，败掉了暇满人身宝和万劫难遇的解脱机缘。现世乐，最具欺诳性，害我们最深，当生厌患。

有人想：蜜蜂想得很对，现在要赶紧享受，不然到秋天就没有了。但要知道我们还有来世！在享受时会发动集谛系统，越享受越生贪，使得心越来越狂乱，加重病情，真正检查起来，不是一两句话就能明白的，我们看自己的心，在享受时，是不是烦恼不断增长，身口意都处在失控状态，造下很重的业？这样，不断

地增长烦恼，放纵欲望，没办法不比较、不贪、不嗔、不慢、不嫉、不狂乱等，会发现心无法把持，连五戒十善的状态都不能安住。由于凡夫都有自私性、劣根性，一遇到声色名位等，就把这个当成最好的，自私地一心想要，当然要跟别人争，要显示自我、压倒对方，用各种手段夺取到，在业果愚的支配下，整个人处在失控状态。如果用精密的内心计算机去记录、计算，下至短短的一次竞争、一次享受、一次陶醉，心上都起了各种各样不可计数的烦恼。在这上去检查，没有五戒十善的内涵，也没有仁义礼智信的内涵。想一想，对凡夫来说，这是不是很危险？难道自己是化身再来的圣人吗？我们应该有自知自明，无始以来的烦恼根深蒂固，一遇到这些境就控制不住。认为现世法非常好，而且只有短暂一世，又有一个最尊贵的“我”，这几个一合起来，会有忍让吗、有谦卑吗、有尊重吗、有利他吗？因此，不要只想着世人宣扬的甜美爱情、幸福生活等，看不到内心世界的狂乱运作。如果能看到内在的集谛系统是怎么高速度、高密度地运转，一一对应三恶趣哪一条路径，就会相信贪恋现世乐的确是欺诳的路、无实义的路。不止于此，人的一生很快会结束，按照生前造业的轻重来判定后世的去处，必定要往下堕。这样看来，贪著现世乐，值得吗？陷在声色享受里，完全是增上贪嗔痴的状态，是不是这样？一生享受很快消失，下场却是如此地悲惨，会后悔吗？追求现世乐而纸醉金迷的人生，真的有意义吗？

但是，我们心中的断见还会做障碍，认为享受一下而已，哪有什么后果？这说明我们太不了解自己。“江山易改，本性难移。”自己在享受的过程中增多少贪？出现多少放纵、狂乱、骄

慢、竞争？就连穿件漂亮衣服、化个好看的妆、参加个宴会，只要抛头露面一次，心就已经变了。如果还有自制力，马上知道自己变坏了，受的染污很重，心上没有善的气息，只有自私和愚痴。这样，几个月、一年、两年发展下去，自己都会感觉到自己在堕落，心往下沉，整个状态都是乱的，这难道不是现量的表现吗？这样，人一直都处在烦乱中，当死亡如迅雷般到来时，自己能不慌吗？那时有善资粮让自己的心处在安详状态里往生吗？基本没有，一检查就知道。

再者，因果律会放大。有人说：你别说了，太吓人，我以为享受很正常，不会有那么严重的后果，只享受一点，就要受那么大的果报吗？要知道，当初只是一念向外找相的心，就发展成无数劫的生死，这期间上天入地多少次，大多数时间在恶趣里受苦，佛经中说，一堕下去多少劫都上不来。只是一个念头上不明，结果到今天都没爬出来，无量劫又无量劫地轮转。中峰禅师说：“当念只因情未撇，无边生死自羁留。”只因一念的情没有撇开，后面就像锁链一样锁着你在生死里不断地轮转。连外界植物上，种一粒种子都要出那么多果，连绵不断，我们心中种下的烦恼和业的种子，难道会没有作用吗？或者，一点毒素进入体内，不断地发展，最后会发生极大的腐化作用。由此可见，的确是因小果大。

按因果律去对应会发现贪恋现世乐没有善的成分，即使有也非常少。这样，不是别人来惩罚你，而是自心法尔会感召苦果。去看因果经就会发现，那些堕落的人都是因为贪著现世乐，才去争名夺利、杀盗淫妄等，各种各样的恶事才都出来的。自私性一

旦加强，人就不肯守天理，往往铤而走险，往往使阴险手段，往往该做的不做、不该做的去做。无常教法里也讲到，如果常执过重，对现世的耽著非常大，就整天基本都在造堕恶趣的恶业。可以观察一下临终者，一生积累了无数罪业，有几个能走得自在的？死前还在追求现世，有几个走得安详的？相反，如果一生守持净戒，以道为重，不以五欲为重，这样，临终决定走得好，因果规律毫无差错。

像这样，应该一一在心上抉择：我过去受断见的蒙骗，造很多恶业，都是因为贪著这些骗人的名利享受，使得我的心越来越糟糕、状况越来越差，唯一是现世乐在骗我，它的确是含毒的美食，享受得越多中毒越深，堕落得越重。

有人问：感官享受五欲，到底是怎样可怕的状况呢？

《前行》里说了，就像飞蛾看到灯火的绚烂光色，扑过去就葬身其中，野兽恋著琵琶声，猎人的枪口已经对准了它，蜜蜂贪著花粉，闭死在花笼中，鱼为了品尝诱饵的美味，一下子被勾住，很快没命了，大象贪著触觉享受，一下子陷入淤泥。这就明显看出，我们贪著五欲享受，最终只会葬身其中。这些例子，实际是在告诉我们，贪著现世的快乐享受，会让我们失掉解脱前途，堕落下去。

我们心里还会想：生活真的很美好，不能全部判为毒药，大瑜伽士们那么自在，我也要学，起码要做个小瑜伽士。

就像孔雀吃毒羽毛更加鲜艳，而其他鸟吃毒当即死亡，同样，自身并没有现见本性的见解，享受五欲完全是为了满足私我，结果一陷进去就是一身污水，搞得非常不清净，那时完全处

在失控状态，却以为是大自在。处在邪解、邪欲、邪行高密度膨胀的状态中，却自以为是高层修行，这样自己欺骗自己，随心所欲地去享乐，这是其他鸟在吃毒，而非孔雀，结果绝对会死得很惨。

有人问：什么是“邪解、邪欲、邪行膨胀”？

就像法王上师在本颂中所说的，死后到阎罗王那里对质时，发现自己业力的账本里没有一点清净善业，一生都在放逸、散乱中度过了，全成了后悔之处。

我们可能还不太清楚，什么叫做“一生散乱放逸”。先有一种邪解，人会自以为是地认为生活很美好，修行应当在享受中度过，这样很自在，基于这种认定（貌似有非常坚实的理论基础、非常充足的理由），使得他完全放纵开来，认为要吃好的、穿好的、用好的，为了享受可以放开来做。由于这种邪解，邪欲当然不断膨胀，对于各种现代化的色声香味触，各种现世的情调、享受等，全部打上“时尚、先进”等的称号，使得邪欲滥行扩张。之后，当然是拼命地去追的邪行，为了得到现世五欲，什么都敢做，然而在法道上却什么行动也没有。也就是，邪的缘起上的三步，非常紧密而强大地发起：邪解根深蒂固，现世法当然是好的、高的、大的，自己对此非常欣赏、赞同，毫无疑惑，以这种邪解的支持，一遇到这些，邪欲就非常猛利地现行，由此就引发了邪行，在这上面高速运作，导致它的能量太大了，就这样“一生放逸”。这状况非常可怕，由于邪解、邪欲、邪行太大，放逸和散乱完全不受控制，简直难以预料。

这样，当然不去想暇满、无常的法义，太扫兴了。当然更不

会想什么业果、恶趣苦、轮回苦，比如：堕到地狱里怎么受切割、煎熬，堕为饿鬼怎么饥渴难耐，做牛马怎么被人役使、鞭打等，想这些太扫兴了，一点浪漫情调也没有。像这样，把整个轮回撇开，自己处在完全失控的状态中飞速造恶。这里有多少法的内涵呢？如果不自欺能去反省，这里面哪个念头想到来世了？哪个念头想到了解脱、成佛？哪个念头是利他的？会发现伪装得太厉害了。到阎罗王那里受审判时，业镜一照发现没有法的内涵，一生放逸非常重，高密度地散乱、狂乱，修法却都落在表面口头，成了敷衍伪装，那时骗不过去，业镜里显得非常清楚。想一想，自己一生到底是在实义的路上走，还是在非实义的路上走？这样走下去，结果真的是恶趣，现在的自己不怕吗？以后，自己真的不会后悔吗？

更切近地反省

排除了障碍以后，应该切实去看自己的状态，要认识到自己就是那个蜜蜂童子，很幼稚地把现世法定义为有真实的乐。“花”，表示此生现相，“精”，指认定为特别好之处，“享受”，指认为得到乐受，于是理所当然应该受用花，最好是受用花中之精，来表达对于美好生活的追求态度。由于非常认定的缘故，当然一切都要好上加好，譬如一顿美食是花，在此之上还要讲究饮食文化，打造美食品牌，制造出更好的美味，这就是花精。由此，在饮食上发展出特别多的观念、欲求和各种享受。或者爱情是花，还要打造出上品浪漫的爱情这个花精，让人如痴如醉。认同这个观念的缘故就会起欲求，之后百般经营，迷恋不

已。

像这样，所有现代化生活都是花，整个世界是个大花园，不仅要享受，而且要更新、更好、更心动，这不就是享用花精吗？大到房屋的格调、布局、装潢、车的品牌，小到衣服、领带、手表、手机，样样都很讲究，因为这些都是花精，当然应当享受。不仅要讲究物质生活，还要讲究精神生活，周末要有各种聚会、娱乐、歌舞、探险等，还要经常旅游，无论是江南情调、高原风光还是异国风情等，认为都无不应该享受，认为凡是“花精”，也就是现代崇尚的生活方式、感官盛宴，一个都不能少。

我们心中熏入了根深蒂固的现世观念，几乎全部以蜜蜂童子为榜样，一直要追到底，一直沉浸在享乐中、自由中、现世美好中。几百年前，仲敦巴格西感慨地说真实的修行人很难见到，人们以为诵经、绕塔等就叫做“修行”，而格西却说修行是“放下此生”。今天更严重，连诵经、打坐、转绕等都不做了，全副心力都用来追求现代格调的生活、追求感官娱乐等，离修行更远了。我们应该反省到，自己就是蜜蜂童子，“花精”就是现代化、高品质的生活，“享用”就是我们的陶醉、狂热、怦然心动、迷恋不已。由于认为它特别好，天天沉浸其中，贪著那么大，心完全缠绕在上面，当然不愿意离开，从中可以看到，一点出离心也没有，不必说出离轮回，连现世都不肯出离。

这样就知道，原来我们在见解上就出了问题，见解上出了错的缘故，自心的欲全部在这上面发展，对照起来，道心几乎见不到。精进力也全部在这方面发展，法道上的运作基本没有。即使有那么一点佛法上的修行，也是换汤不换药，里面的邪解、邪欲

等以伪装的方式出现，无非是追求场面、感觉、自我陶醉、自我实现等。由于没有走法道的心，没有念死的心，导致在法道上一点进展也没有。如果还不生厌患，继续在现世生活中放纵下去，肯定会离法道越来越远。

要知道，现世生活的快乐只是一场美梦。几个月后就到了秋末，把蜜蜂的幻想收拾得一干二净，秋末寒冷的使者一来，遍地枯黄，一朵花也没有，哪里去找花精？而且在寒冬到来时，蜜蜂它自己还能活着吗？同样，我们自己这个蜜蜂童子马上就要出现无常了，当死亡降临时，自己虽然对这个世界依依不舍，一点不想离开，但是也只能被迫无奈死了。生活的乐是无常的，最后我们不仅什么都得不到、保不住，而且连我们自己也一下子就到了后世。再看死后的情形：到了阎罗王面前受审时，才发现一生都错了，把非实义认成实义，在源头上就错了，发展出那么大的贪欲，在欲上也错了，出现那么多身语意的邪运作，又在业行上错了。那时回头一看，才知道自己被现世快乐的生活骗惨了，但是那时后悔也没用了。

过去处在肆无忌惮、完全开放、完全认同的状态，这样放纵而行，一点都不收敛，是大放逸。这时，人被贪心所使，全数都要、样样都要尝到、一个不剩，这样当然散乱极了。尤其当今时代，物欲层出不穷，都是魔王使出的伎俩，而你认同它，当然会全方位地散乱。常执以及认为现世好的心是内魔，出现的各种欺诳相是外魔，两者一相应，我们就会全面地放纵、全面地散乱，到最后算总账时，发现一生的精力几乎全部耗散在这里。一生的放逸和散乱，都是在积累烦恼和恶业，这么沉重的状况，怎么能

超出恶趣？怎么能解脱？那时才后悔，但是已经来不及了。

从前到后去观察就知道，这的确是大欺诳。应当认识到它的虚假，认识到这样捕风捉影的可怕，认识到私我跟欲望一结合就是在快速地毁灭自己，认识到过去一直往恶趣深渊里走，一直在吃有毒的美食。诸如此类，一定要彻底生厌患，然后才能调转方向，才能入法道，才会一心为解脱而修行。应当在这上深刻反省，让意乐和行为彻底转变，这是我们反省要达到的地方。

丙二、见身体亲眷受用带不走而厌

生即随己一生勤养护，此身尚无自在可携行，
亲眷受用耀如繁星夜，定皆遗弃孤行唯如此。

心要提示：

1、由“皆遗弃”，看出全白做了，毫无意义。

2、“定”，决定、肯定是这样，没有侥幸。

3、由“唯如此”，看出别无结局，彻底死心。

4、身体、亲眷、受用，是现世乐的代表。

【颂义】

生来就跟自己形影不离、自己一生用衣食等精勤养护的这个身体，在自己死时，尚且不能被自在地带往后世，那么纵然如夜空繁星闪耀的亲眷和受用，也决定都被遗弃在此世，而自己孤独地前往后世，唯一是这样。

【释义】

此颂是在死亡的关键点上观察，死的时候，此生的所有法都要扔掉，从全扔掉这一点看出全白做了，由此而生厌患。

“唯如此”，表现了必然性。对于此生最爱执的身体，无论花多长时间、用多大精力、多么细心去养护，最终也是带不走的，没有一点自在，同样，此外的眷属、受用更是全数要扔在此世，唯一是这个结局。这是由无常法则所决定的，当因缘消散时刹那间到了后世，而此生的身体亲眷等一切显现都没法拿过去，由此彻底认定，经营此生的一切法都是白费工夫。要由“唯如此”三字发生大定解，看到身体、亲眷、受用三大部类所摄的一切现世法，全数都要扔掉，全数都无法带到后世，全数都没有意义，从而彻底不在任何现世法上寻求意义了。

“生即随已”，指从心识受生时起，身体就跟着来了。其实，身体不是自己，只是识入于精血后，把它执著为自己而已，从此，一生最重视的就是这个身体，精勤地用饮食、睡眠、沐浴等来养护它，然而到了临终神识离体时，根本没有自在把身体带走。既然如此，身外之物的亲眷、受用，即使经营得如同空中繁星般那样显耀，也是全部都要留在此世，心识孤零零地走到后世，情形唯是如此。

这样就知道，死时除法以外，其他都没有利益。从“身体尚且带不走、亲眷受用皆须遗弃”，看到现世即使经营地再圆满的一切，都要舍弃自己，自己也决定要弃舍它们而去往后世，从这个分界点上就看到，只有正法能跟随自心，能利益到后世，这样认清后，发起唯一修法的决断。

接着要体会，这一世豁出大量时间来经营身体、亲眷和受

用，都打错了算盘。我们投生时就出现错觉，识跟精血和合时，误认身体为自己，因而最重视它，一生最大的心力都投放在这上面，就像一开始错把仇人的儿子认成自己的亲儿子，几十年在他身上投注心力，当成心肝宝贝，给他吃最好的，给他穿得最漂亮，让他睡最好的床，用最好的电脑，坐最好的车……总之，百般呵护、小心照顾，最后却发现这是仇人的儿子，一生的心全用错了。到临终一刻神识离体，身体遗弃在世上，此身的真面目便暴露无遗，就如同饿鬼鞭尸的公案所说，饿鬼回来鞭打他自己前世的身体，恨铁不成钢地说："我为你造下悭贪业，如今堕在饿鬼界，你太可恶了！"假使地狱众生能返回，他可能要拿刀子割他自己前世的身体，更会恨铁不成钢："就是因为你，我才造下严重的杀盗淫，才堕入地狱！"

这个身体到了青年时期，就开始以自私心寻求异性，之后成家，生儿育女，从此就执著这是我的房子、我的亲人等，围绕着亲眷发生很多我所执，以贪嗔造下各种恶业。其实，亲眷只不过是由共业出现的虚假现相，但由于执著身体是"我"，他们都是我的家人，当然应该为了自己的妻子、儿女等用尽心思，把其他人立为自家之外，对其漠然不顾或者嗔恚。像这样，以我执心和我所执心造了很多要堕入恶趣的恶业，然而到死时发现，没有一个亲眷能跟自己一起走，经营一世，只不过加重了生死业、恶趣业，一点好处也没得到。

自从有了家，有了亲眷，就要为自身以及家人的受用考虑，为此拼命赚钱。如果受用积得多，财富很丰裕，就感觉非常成功："你看我家的房子、小车多好！我家穿的衣服、吃的饮食、

用的电器，多高档、多有品味！我家有多少财富、多少产业、多少生活享乐……”这一切就像夜晚繁星一样，又多又闪耀，感觉自己这一生很成功、很有意义。然而死的时候，即使亲眷全部围绕在床边，也没有一个能跟着自己到后世。而且，他们过几天就把你忘掉了，去忙他们自己的事了，去过他们自己的生活了，去忙着享受他们自己的快乐了，他们会一心想早点忘掉这种悲伤的事或者不好的气氛。再看所经营的财富，无论生前有多少产业、房子、小车、名服、美食、电器等，没有一样能带走，就像从梦中忽然醒来一样，现世的一切亲眷、受用都要抛弃，自己却一刹那间到了后世，孤苦伶仃。那时没有家宅，没有小车，没有妻子，没有儿女，没有仆人，没有衣服，没有饮食，到时连这些名称都没有，什么都带不走，下至没有一个亲眷会说：“如果有可能，我跟你走。”

这才发现，现世快乐的生活竟是这般欺诳，多么地骗人。一开始把身体认成自己，就像把仇家的儿子认成自己的亲儿子一样，百般守护养育，精心照料，然而这一切全做错了，白付出了。还有，以为这是我的妻、我的子，实际只是一时业缘的幻现，本来没有一点真实，大家都在唱荒唐戏。再说对今生、这个家的执著非常大，非要达到某种高标准不可，譬如吃不到这样不算是人、穿不成这样不算是人、得不到这个名誉地位不算是人、得不到这种知识学位不算是人、争取不到那种享乐不算是人……对自身的受用要求特别高。对于我所的子女、家产、事业等，也有特别高的要求。这样，现世心非常地重，现世过日子的心非常重，发出十足的心力去营造快乐的生活，到最后发现一点意义没

有，连一个影子都带不走，这才知道全做错了。这样，就知道死时，现世乐的身体、亲眷、受用全部带不走。

在这上第一念就错了，认为身体是自己，现世生活有实义，此身能常住，一定要把现世生活经营成功，在这上得到最现实的快乐。以这个邪的观念驱使，对现世生活里的身体、眷属、受用以及名誉、地位、权势等，发起无数邪欲、追求心。在邪欲的驱使下，要享受快乐的生活，当然就要经营身体，经营爱情，经营家庭，经营事业，经营名誉地位等，一心投注在这些上面，发出无数邪勤，造作各种不合天理良心、因果正道的罪业。由于建立自我为中心、建立现世生活有快乐，就想得到手，随之就起散乱、放逸、骄狂等。诸如此类，人天善道的成分很少，全是堕恶趣的因，因为他不以后世为重。这才发现，一切现世快乐的生活，都成了我们自己堕入恶趣的坠石，这才知道所谓快乐地生活、快乐地过日子有多大的过患，这才有厌患的可能。这里要通过死亡无常，看到贪著现世快乐的过患。

反观自心

是否知道现世快乐的生活全是骗局？是否看清首尾两端和中间过程的虚假？“首尾两端”，一开始入胎就是假的，心识和父母精血和合，把它执成自己的身体，从此由一个“根本假”发展出无数“支分假”。这个身体来到世间，把周围的一切人、事、物全看成真实的、有意义，这样就入了“过程假”，最终收场时发现什么都带不走，最后才发现上当了。是否明白所谓好好地享受生活，会毁了自己？

接着细致来说。这一生的三大假就是身体、亲眷和受用，对此，自己是否还处在邪解、邪欲、邪行之中？也就是要检查：我还在精勤养护身体吗？还在把亲眷和受用营造得如繁星夜一样吗？我是否看到三大假里的每一个都毫无实义，最终都带不走呢？

按照六步程序来看。此世是新的虚假幻剧的开始，这里面根本现相的身体，就是虚假的、诳如梦，随之出现的亲眷、受用等的支分内容也全是假的，再扩展到一切现世法也全是假的。在这样的虚诳当中，自己产生了多少耽著？对此，发生了多少运作？比如：为了身体的吃、穿、化妆、睡等，整天都在付出，任何一点点都做得那么精细。对于爱人、子女等方面，以及现代化生活方面，都用尽了心思，不断经营，以经营得犹如繁星夜那般而感到非常地自豪，但是这些全是无意义的付出、劳累，因为临终收场时连一微尘也带不走。这样就明白，这一切全白做了，都是徒劳辛苦。一定要反观到生活里，为身体、亲眷等的一切付出，都白费工夫，什么都得不到。

在这里是否明白正法和非法的界限？只有以后世为重的意乐，所发起法道上的运作才是正法。为了现世的身体、亲眷、受用等，所作的一切都是非法，毫无实义，没有任何正法上的内涵。不但如此，还会发展出无数的负值，这一切都是丧失修法机会的因，都是受惩罚堕恶趣的因。我们认为是快乐来源的身体、亲眷、受用，这些却是痛苦的因，能理解吗？你是把身体、亲眷、受用用成了修行解脱的助缘，还是用成了堕下恶趣的坠石？这三者有过患吗？总而言之，一定要看到它们的过患，生起厌患

心，不愿意再这样做了，应当这样反省。

丙三、见欢愉现相无常坏灭而厌

高广妙色粉饰诸华屋，不坚崩裂倒如沙土聚，
于此现相若能详细察，于欢愉处贪著当松弛。

心要提示：

1、“高广妙色华屋”，是现世乐的代表，代表世人所追求的乐物乐事等一切乐相。

2、看到代表现世乐的华屋，其后边际的倒塌、坏灭，由此断定生活中的一切乐都会无常坏灭，因此对现世乐断然出离。

3、由华屋倒塌、坏灭的一个譬喻，遍推至一切现世法乃至一切有为法，必定都是无常坏灭的体性，由此对以现世乐为主的一切有为法，断然出离。

【颂义】

用种种妙色粉饰的又高又广的华屋不坚固，崩裂倒塌如同一堆沙土一样，对这个现象如果能详细观察，那么对所欣求欢愉之处的贪著，应当松放下来。

【释义】

这一颂用譬喻的表示手法，让我们对所有的希愿之处，松下耽著。我们过去总是被乐欲所使，为了得到乐，总是在赚这个、争那个，生怕没得到或得到的少了，而使自己没有乐或乐少了。但是，只要看到一座富丽堂皇宫殿的倒塌，就会明白，再如何营

造，得到的也只是坏灭法，最终会毁灭一空，只不过毁灭有早晚的不同而已。看透这一点就接受事实了，不再贪著所谓的欢愉之处，它现了也无所谓，灭了也不忧伤，因为毕竟是坏灭法，它之所以现出来，就是要毁灭、倒塌的，不能给我们带来真实意义。

我们举个例子来理解本颂的涵义：

人类用最新的科技建造起一座震惊世界、雄伟壮观、富丽堂皇、极尽珍宝装饰的华美宫殿，是全世界最美华屋，那么高大雄伟、妙色庄严，里面有各种现代化的装饰，不用说在里面享受，只是在外面看一看，就让人不由得非常兴奋、心花怒放。全世界的记者全部集聚在这座举世奇观的华美宫殿前，争先恐后向全世界转播这一盛大奇观，数不清的和平鸽飞上蓝天，万众鼓掌喝彩，全世界都沸腾了，场面气氛热烈异常，全世界的人都说："太完美了，真是不枉此生啊！"然而，不到一分钟，华美宫殿突然倒塌，只剩一堆沙土。这时，任谁也不会再认为这堆沙土是欢愉之处，从中能得乐、值得贪恋，而会悲伤、失落、无所适从。

懂了一分钟倒塌的譬喻就知道，世上所有看似能让人得乐的"华屋"，惹人心醉的、让人迷恋的，全都是如此，终会毁灭一空，让人无乐可得。当看到坏灭边时，自然就不贪著了。我们要从这里洞察一切有为法坏灭无乐的体性，不再去有为法上找乐。但是，时间一旦延长，人心往往就会迷惑，比如，把这座雄伟的华美宫殿延长到十分钟，在十分钟之内，人人都欣赏不已，陶醉其中，心情快乐。然而十分钟后，华美宫殿突然倒塌，成了一堆沙土。这时，人便不再把它定义为欢愉之处了，心也不会继续贪

在上面求乐，而是非常遗憾，这么好的东西怎么一下子就倒塌了呢，一下子就没有了呢。如果延长到一小时、一天、一月、一年、十年乃至更久，似常的美好便引起了人的乐欲。持续、存在的时间越长，想从它上面得乐的贪欲就会越大。

对待有为法的毁灭一空有两种人、两种态度。具智慧的人透过一个现相，就能看破一切有为法无常毁灭的本性，就像莲池大师，他只是看到茶杯破了，就知道世上没什么法好执著，由此厌患世间而出家学道，成为一代祖师。其实，的确如此，一座楼的倒塌、一个茶杯的破碎，代表了一切有为法变坏毁灭的真相。另一种人固执于享乐，而不管到底是长乐、短乐、真乐、假乐，只要他自己感觉乐就行，他会说：“即使只是乐一分钟我也愿意，总比没有乐好，我不听你这一套，你不要打破我乐的感觉，就算是假的乐，我也愿意，我管它现在的乐是真是假，反正能让我感觉到乐就好，我宁可在美好的梦里乐死，也不想醒着苦活。”有智慧的人知道，一分钟倒塌跟十分钟倒塌，跟一小时、一年等倒塌，在坏灭上一模一样，只不过时间拉长一点而已，也就是，当他看到后边际，在那个结果上是一样的，一无所得，这时候就不再对其抱有从中得乐的希望了。之后遍推到一切，此世的爱情、名誉、地位、享受、财富、权势、成功等各种现世快乐法，全是如此。如果能看到无论多么努力，最终都只是倒塌一空，一无所有，这时就能彻底放掉从它上面找乐的心。

做到总统、大明星、大富豪、大学者，有多少亿万的资产，有多少科技产物，有多少感官盛筵等，无论多么高广庄严的现世乐相，最后全部落空，一点都得不到。为了乐，我们终其一生，

对于现世乐相，无论能抓到手的还是抓不到的，都会去求取，然而迄今为止，我们抓到了什么呢？什么也没有。再想，过去经历过无数世，每一世都在努力享受生活的乐，也遇到过很多惑人的“华屋”，贪欢不已，然而，最后还剩下什么呢？看后边际就知道，前面出现的一切乐相全都没有了，就像华屋倒塌那样，不复存在。皇宫倒塌、毁灭了，所以皇宫上没有乐。奇观消失了，所以奇观上没有乐。爱情分手了，所以爱情上没有乐。家庭破裂了，所以家庭上没有乐。高官倒台了，所以高官上没有乐。权势失势了，所以权势上没有乐。亲情冷漠了，所以亲情上没有乐。朋友翻脸了，所以朋友上没有乐……是故，看透欢愉处或乐相，只不过是在引诱我们去吃更大的苦，是在对我们众生进行“捧杀”，把我们捧到高处，让我们上瘾，这时再毁灭掉，给我们当头一棒，让我们跌得更重，败得更惨，死得更难看。真能看透这一切，就会息灭一切乐欲，而勇猛地出离。

反观自心

是否看到一切有为法的后面，都破了、坏了、灭了、没有了？能知道它没乐吗？能松下对它的乐著？这是最关键点。要往后边际看，真切地看到最终是败坏毁灭的结果，一点也没有了，所有现世乐的华美宫殿都全倒了，所有现世乐的璀璨华灯都全灭了，所有现世乐的结果都是如此。就好比，看到美女成了尸体，乐著就松了，看到大厦一分钟倒塌，乐著就松了，看到所有鲜花一瞬间全部枯萎，就不要了。是不是看到求现世乐都没有意义？是否发现，自己求乐的事都白做了？是否知道，所谓的快乐只是

自己认为乐罢了？结果上没有乐，开始也没有乐，过程也不是乐，是否彻底认定了这一点？是否在这上看到了，乐其实是更大的苦？

丙四、见求现世乐世代失败而厌

我等父祖高曾世代中，恒求此生悉无成功法，
吾纵如何努力不外此，修持甚深正法岂非善！

心要提示：

1、从世世代代看出，求现世乐只有全数失败。

2、求现世乐的所有努力和拼搏，从古至今、世世代代，无一人成功，从无例外，对此认定，当对生活的快乐、现世的快乐、有为的快乐、轮回的快乐，彻底死心。

3、现出的种种诱人的乐相，无论有意义还是无意义，谁都求不到，并且轮回无一乐法，知此，转向大乐正法。

【颂义】

我们父辈祖辈等历代祖先，都恒时坚持不懈地追求今生，但是，却没有一人、一事成功，全部都失败了，那么现在的我纵然如何努力追求今生，也不外是这个结果，既然如此，转向修持甚深大乐正法难道不是很善妙吗？

【释义】

时间上，要看到人类的世代。意乐上，要看到恒求此生。结果上，要看到唯一失败。必然性上，要看到没法把坏灭法做成恒

常真乐，由此决定，对现世事业的一切努力，注定只会失败、希望破灭，而且这种注定的结局无法改变。从自身来说，我在现世中再怎么努力，决定不可能有失败之外的结局，由此彻底退出现世乐的寻求，以此来达成超越。接着要辨明法和非法，知道现世乐皆是非法，不生不灭的本性才是真实法，转向修持道谛、灭谛所摄的正法，认定此生精勤修法是最有智慧的选择，才是今生成功之途。

父祖、高曾的一代一代人类，不断地追求此生，然而并没有一人成功过。我现在再如何精勤，除了跟他们一样，不会有其他结果，穷尽一生为注定失败的现世乐，如此地拼搏努力，有必要吗？所有拼搏努力的结果，早已注定了都必是失败，还有意义吗？那些终究失败的事，有何意义呢？如此，修持甚深大乐圣法，一成功永成功，难道不是更好吗？

所有祖辈都认为现世有意义，不断地追求，想成功求到，从而活成人生成功的典范。但是，他们都搞错了，这些都是坏灭法、假苦法，能从中得到了什么呢？寻求此生，注定他们只能以失败告终。无论过去出现过多少祖辈，乃至追溯到光音天下来的始祖，所有世代的争取现世都失败了，没有人能成功，因为本来都是得不到的坏灭法。我们活在这世上也一样，如果只是寻求、注重今生，注定了也只会是同祖辈们一样徒劳自苦、白费心血。因此，当放弃永远只有失败的现世，修持以后世为重的甚深正法。

人的幻想太大了！由于只认为现世乐有意义，幻想就发展得格外厉害，把暂时一现、刹那即灭、因缘一到就彻底消尽的事，

放大成有无比的意义，还颠倒地认为人只有一世，应当赶紧办，甚至妄想为子子孙孙办。像这样，为了追求现世生活的快乐、事业的成功，耗尽心血，到死都不肯放下。要看到这真是大失败，认为虚假法是真实，认为苦源是真实乐，从这个根源发生无数的不甘心、无数的奋斗努力，这些不甘心、这些努力奋斗，所换来的结果竟然是，把小苦变成了更大的苦，把今生苦变成了后世也苦。现代人说要有追求，雄心勃勃一定要奋斗出一番事业，实际就是现世乐欲，这个“欲”如此强，已经渗透到一切时处中，不仅如此，人们非理作意，以常执和乐执以为达到了、成功了，但终究只是失败。耗费心血，只有失败，实在太不值得。要像这样，对现世生起厌患，不再从中找乐。

实际上，现相世界里的我们所有人，都被常执和乐执给骗死了。人在世上降生以后，由于意识特别发达，配合着常执、乐执，就拼命地发展现世事业。其实，现世乐就如同荧幕上的影像，瞬间就没有了，用尽心血也保持不了，它决定灭掉，这世上绝无任何成功。即使做到了转轮王、大梵天王，也终究坏灭一空，什么意义也没有。这样思维观察后想：我还要重复世代人这个失败吗？我还要在世代人都失败的这条路上，走下去吗？即使撞了南墙，也不回头吗？以此，彻底退掉求现世快乐的心，一心为后世而修持甚深圣法。

反观自心

是否觉察到，人类世世代代都在重复着一个失败的死循环？在任何时候、任何事上，追求现世乐的失败结果，都不会有任何

改变，对此，是否已经认识到了？即使再高的人工智能，也不会令现世有一事成功，是这样吗？轮回或这个世上，真的有不苦的乐吗？是否已接受了，世代人类追求快乐都没有一人成功，我也不会成功的这个只有失败的事实？能看透所谓快乐生活的真面目了吗？知道我们生活的这个世界，只是各种现相的组合，而无真实吗？知道我们其实是生活在现相的世界里吗？更确切地说，我们所谓的有一个真实的我，在过着一种真实的生活，在打拼着真实的事业，赢得了真实的成功，享受着真实的快乐，塑造出了真实的人生，而实际上，我们生活的这个世界，本身就是个虚相，并不是一个真实的世界。

是否决定了以后世为重，修持解脱正法？

更切近地反省

如果对于“一个坯子、一个命”还不了解，就从六步程序上着手。“一个坯子”，表示从共相上看是一样的心，都是把现世乐执为有实义，都有非常多的欲，都非常勤作。“一个命”，是说最终全部失败。既然如此，为什么还要做这样的事呢？

这样反省后会发现，古今是同一骗局，任何现世上出现的乐全部没意义，对此耽著全是白费心思，对此勤作全是白费功夫，对此只会有失望。不仅要看穿眼前事，更要看清未来：是否消除了，认为现代化生活更好、更有意义的错觉？是否发现了，最大的失败，就是眼前的现世乐？现今末世，这些方面的邪论、邪说鼓吹得更厉害，各种邪的伪饰更让人迷惑。是否看到了，在这里奋斗得越高，失败就会越惨？这样发现后，是否已经决定了，我

现在就要修持甚深圣法，再也不受现世快乐的蛊惑了？要在这里检查，是否得到了断定。

乙四、亲怨厌患观——出离世间感情困心之妙道　分四：

一、见怨亲无定而厌　二、见儿女无益而厌

三、见爱情痛苦而厌　四、见家人流转不识而厌

丙一、见怨亲无定而厌

上半生敌下半多为友，今时爱惜之友于明朝，
反目成仇断命亦可能，怨亲无定贪嗔有何义？

心要提示：

1、从时亲时怨看出，亲人和仇敌只是分别心的虚假认定。

2、怨亲的分判，纯粹是自我的私欲，认定有“我”后，立合我意者为“亲”，不合我意者为“怨”。由于最爱自我，以“我”为中心，如果怨敌对我好，就认他为亲，如果亲人对我不好，也会认亲为怨。

3、亲人和怨敌的分判，就看对“我”是利益还是损害，“我”对其的感觉是亲还是怨。

4、遍观世间自方他方的一切分党，都没有固定、真实。

5、由亲怨不定决断对其贪嗔或爱恨无义，是故，当舍弃世间对亲者爱、对仇者恨的无谓感情，誓证出世大平等之慈悲。

【颂义】

上半生的敌人，在下半生时可能就变成了自己的好朋友，自

己现在爱惜的朋友，也可能在明天就与自己反目成仇，变成你死我亡的仇敌，由此观之，亲人不固定永远是亲人，怨敌也不固定永远是怨敌，既然怨亲不固定，对亲人贪、对仇敌嗔，有什么意义？

【释义】

很多上半生是仇敌，下半生因缘一变就成了亲密的朋友，又有很多今天爱惜的朋友，来日却成了断命的仇敌，可见怨亲关系是不固定的。既然不定，为何一定要认定他是亲而贪著不舍，认定他是怨而嗔恚不已呢？没有任何意义。譬如：现在的儿子，前世是自己的仇敌，来世也可能和自己成为陌路人，或者现在一个陌生人，可能前世是自己的父母，也可能过一阵子又与自己结了怨，成了仇敌。因此，亲怨不是真实的，都是随自心假立的。一下子觉得合我意，就立他为亲，一下子不合我意，又立他为怨，既然这样，对亲人贪爱、对仇敌嗔恨，就没有什么意义，只是一种感情的假定、错乱的分判而已。

有人问：这一颂对于退现世心，有什么直接指点吗？

有。贪亲嗔怨或护亲伏怨，或者说爱恨情仇，这是现世的事，不仅如此，而且是现世生活的重心、最重要的内容。以本颂的法义，能直接退掉贪亲嗔怨或护亲灭怨的这种现世心。按照本颂中所说，亲人与仇敌的身份不固定，利与害因缘一变，亲怨身份就会互换，因为亲怨无定，所以无需贪亲嗔怨或护亲灭怨。

对本颂的法义，还是通过六步程序来观察：

这里的此世现相是“亲怨”，它诳如梦，因缘一现或心念一

认定就出了亲或怨，但它不是固定的，随着因缘而变。当它出现时，我们不明白只是因缘变出的一时假相、是自己分别心的假立，却耽著不已，一见到亲方就起贪爱：这是我的心肝宝贝、我的爱人、我的朋友、我的儿女……为此投入大量的情感、钱财、精力，会付出很多，但是这样做只会让人陷入不良的心态中，是很大的病。什么病呢？第一、虚妄错觉病，亲人和怨敌，只是自己爱憎情感虚拟出的角色。第二、执著病，为什么不把其他人当作亲、当作怨，偏偏就把这个人当作亲、当作怨呢？第三、情感病，一旦立为亲或怨，心就挂在他身上了，爱或恨的感情会很重，各种苦也就会随之而来。以亲人为例，昼夜心思都耽著在他身上，他的一举一动都会牵动你的心，他稍受一点损，你就非常不乐，他离得远一点、暂时失去消息，你就会非常不安、如坐针毡，他没达到自己的要求，你又就很生气。像这样，基于错觉发展出来的全是邪欲、邪行，由此发生特别多的苦。由于人都是自私的，有很多烦恼，彼此相处没有不起矛盾的，一下子一言不合、一事不对，马上定义为怨。可以看到，哪怕是最亲近的两个人，互相之间很容易发生不愉快，轻一点的，变成你不理我、我不理你的陌生人，严重一些的，会变成恨得咬牙切齿的仇人，由此困在亲怨、贪嗔中，发生一系列困苦。世上多少分手、多少怨恨、多少仇杀，都是由亲发展出来的，又有多少以前不共戴天的仇敌，后来变成了难舍难分的亲朋。再怎么贪也没意义，因为亲人会变成怨敌，再怎么嗔也没意义，因缘聚合仇敌又可能变成了亲人。因此，没有必要对不固定的亲人怨敌，生贪生嗔。

厌患了亲怨、贪嗔，应当誓证真实平等的大慈悲，它平等无

私，符合法性。既然大家都本来是佛，就应该和睦相处，帮助一切迷失中的人回归，这才是大平等、大慈悲，是自心的本来。如果染上私我意识，又把人为的分判当成真实，两者一和合起来，造的都是染污业，多数往恶趣走。看清了以后，要破掉由我执所立的各种亲怨观念，这样才能随顺法道。

固执地把原本无利无害、无亲无怨的现相，认定为亲方或仇敌，对此抱定目的，投入大量爱恨，但由于亲仇不固定，爱也没爱到亲人，恨也没恨到仇敌，我们真是白白浪费了感情。我们从亲怨的变化，可以看出亲人和怨敌只是因缘投出的不定假相，只是因缘的虚拟，执著是亲是怨，为此生贪生嗔，都是错误的。好比一个东西不断在变化，你却一直执著它就是固定的那个，这只是顽固常执的错误。如果执著今生的儿子，他一定是儿子，这是错误的，因为前世的他是自己的仇敌，来世又可能成为陌生人，甚至后半生因某件事，父子之间就已互相怨恨。轮回里的任何法都不断在变，因为轮回只是分别心的幻影，而分别心是一种计执，不断地定义就不断在变，对一个人可以有一万种定义，随之就会有一万种不同的观感，所以，对自心定义出来的亲人和怨敌，生贪生嗔，完全是多此一举，没有必要。

印光大师的《文钞》中，记录了一个真实发生的故事：

民国八年，在北京通州北关附近住着一个叫王芝祥的人，他的大儿子有神经病，小儿子聪明、孝顺。王芝祥希望这个小儿子能够继承家业，光宗耀祖。

王芝祥年轻的时候，曾在广西的府衙任过职，他主要的任务是剿匪。当时，有十三个土匪头子，官府想剿灭，王芝祥就想着

怎么用计谋才能抓住他们，这样不仅能完成官府的任务，自己还能立功。想好计谋后，为了计谋实施，王芝祥就请这些土匪头子吃饭，还请了当时社会的名人作陪，不止如此，饭席间，王芝祥还代表官府赏给土匪头子每个人二十四块银元，并且当众对十三位土匪头子承诺说："白天不方便，你们晚上再过来，详谈你们归顺后的职务安排。"

十三位土匪头子，听了王芝祥代表官府所承诺的优厚待遇，他们都非常地高兴："官府不仅不剿杀我们，还给我们封官！"因此，他们非常信任王芝祥。高兴之余，他们想着这么好的事不能忘了朋友，便相邀与他们关系很好的另一位土匪，晚上一同去见官府的代表王芝祥，一起受封。到了晚上，十三位土匪头子带着他们的土匪朋友应约而来，在十四位土匪进门之后，王芝祥按先前商定好了的"瓮中捉鳖"计谋，命人随后关锁了所有的大门，断了土匪们逃跑的后路，下令提前埋伏在会客厅的官兵突袭，毫无防备的十四位土匪当场被杀死。过后，清点人数时，本来应该是十三具尸体却多出来一个，这第十四具尸体不知道是谁，王芝祥也没有命人去调查，心想："多一个就多一个，还能多立一份功。"多死的一条人命，就这样不了了之。

后来，王芝祥迁居北京，生了两个儿子。他宠爱有加、寄予厚望的小儿子，忽然得病，生命垂危，他心痛如绞，怜爱地对小儿子喃喃道："你是我的儿子，为什么这么早就离开我！"此话一出，本来奄奄一息的小儿子陡然抬起身，双眼狠狠瞪着王芝祥，变成广西口音怒吼："我哪里是你的儿子！我就是那第十四个！"喊完，小儿子就死了。

反观自心

要看到心上怎么立亲立怨，看到亲怨在变动，以及起贪嗔都是无义的，由此发生厌患。下面具体来观察：

亲人和怨敌，是人心的假立或者虚拟。从心上不断地在立、在变，就可以看到它是不定的。这事跟双方都有关，自己的想法会变，对方的想法也会变，比如：自己想抓牢这份情，但是对方的心一变，他看不惯或者不喜欢、很反感，这样，自己对他再怎么有感情也亲不了，反过来，自己原本很仇恨他，但是他的心一变，变成对你友好，你又会认他为亲，只是分别心的划分而已。

人心时时在变，没有定性，假定义有什么意义呢？我执心是一种错觉，有了它就有了轮回缘起的根本，从中发出的全是虚假认定。所有自他的分党、亲怨的对立，全都是错的。众生无量劫来一直在集谛的圈套里走，世间所有的人际关系全都是虚的、错的。看穿了无非就两点：自我为中心，以及自我人为的判定。对方是否合我的心意、与我是否投机，合我意者就视为亲，生贪，不合我意者，就视为怨，起嗔。对分别心这种唯我独尊、任意妄为的无理划分，我们没有必要当真，更不需要听从它的吩咐，它说是亲，我们便去贪，它说是怨，我们便去恨。

丙二、见儿女无益而厌

出于己身成群儿女聚，如心几瓣珍爱恒养护，
何时身力已圆望报恩，不作利益岂非增失望？

心要提示：

1、第一句和第二句是父母对儿女无私的付出，儿女对父母的回报是“不作利益”，父母注定失望，生儿育女的人生注定全盘皆输。

2、认定，起厌。

3、放下轮回这种无望的私心之爱，力证佛的无私大慈悲。

【颂义】

对于出于己身的很多个儿女，父母把他们都当作心脏的分瓣一样恒时抚养、爱护，当儿女长大身力圆满之时，父母希望儿女能孝养自己老年，但是儿女却不作利益，如此，难道不增添失望吗？

【释义】

认为亲生的儿女是从自己身上掉下来的，所以，就像心分成几片那样来爱惜、养护，然而到了他们长大成人身力圆满之时，希望儿女能对自己有所帮助，他们却不作利益，只有一次次失望。

错误的根源，就是我所执。“出于己身”，他当初投胎到自己肚子里时，只是个心识幻影，后来在胎中孕育十个月，期间经过很多艰难，终于产出，这时就认为他是自己身上掉下来的肉，把这个小毛孩一点点养大，由此就出现了非常大的我所执，认为他是自己的。但实际上，他跟世上任何的现相一样，只是因缘生的幻影，无有实义，在这个现相上有身心各方面的内容，始终按照业的设定在运转，往后的命运也是由业安排。由于看不清，就

发生错乱了，认定成我所，感觉儿女是我的，珍爱他们超过自己的命。这样有了邪解，就出邪欲了，往后一系列的苦和悲剧都从这里发生。对这个孩子充满希望，非常用心，比对自己还珍爱，舍不得吃，给孩子吃，舍不得穿，给孩子穿，舍不得用，给孩子用，当成命根一样。如果有几个孩子，就像把一颗心分成几片那样来珍爱养护他们。在所有人当中，把他们看成最好，感觉世上只有我的孩子最好，由于这种心，就把格外多的爱、格外多的心，全部放在孩子身上，希望孩子方方面面都能好，要长得好、学习好、有才华、将来有出息等。由于把这个对象视为非常好，就发生了很多希求，一辈子都围着孩子转，孩子小的时候，天天像牛马一样伺候他，孩子长大成人，还要打工攒钱给他买房、买车、娶妻，帮他带孩子。这就看出，由邪欲出了邪勤，愿意为他做任何事。一个孩子就足以让人耗尽一生心血，临死还不肯放手，想着孩子，满心的不舍。可怜天下父母心，这一片痴心都源于当初的错误认定，视孩子为最好，心心念念都扑在孩子身上，任何处都为他着想，以此当然出现邪勤，从早到晚都在为孩子忙，一辈子的心血全花在他身上了。

世人往往一厢情愿，基于一开始的设定，后面就那样付出，然而花费一生心血，最后希图报恩时，儿女却不作利益，那时自心会发生很大的苦。说一句违背你心愿的话，你就很苦，做一件违背你的事，你也很苦。为什么这么苦呢？因为当初的期望太高，看法太好，感情投入得太多，由于非理作意太大，错觉感太强，认为我的孩子是世上最好的，人心就变得非常脆弱、不堪一击。本来只是假相，却把他定义为真实，而且定义到最好的程

度，伴随着孩子的孕育、诞生、一路拉扯大，一点点地守护、培养，无数次地夸张认定，无数次地幻想、期望，这样不是很危险吗？

要看到，这都是烦恼的表态，集谛系统在不断地延伸、加深。作为父母，自心就拴在儿女这条锁链上，从这里要看到自己怎么起心，怎么动烦恼，怎么抱幻想，怎么活在非常危险、没有意义的假想中。自从有了孩子，对他就特别贪著，孩子小时候很可爱，做个笑脸，叫一声“妈妈”，心里都非常贪著，这就是苦的根源。为什么呢？孩子有他自己的心、自己的业、自己的生活，会离开。

按照总的六步程序：在此世出现一个假相，叫做“孩子”，认定他最好、最重要，像心脏一样爱护，有特别多的耽著，他的一举一动都会牵动自心，伴随而来的是那么多付出、那么多烦恼，然而到最终没得到任何利益。

我们来看，下面近几年网上转发很广的两则事例，就像是对这个偈颂的现量证实。

80 岁母亲给 4 个儿子的遗书：

儿子们：

今天六月初六，我过了 80 岁生日，也就是说，我活了整整 80 个年头了。这么长的岁月里，我生了你们 4 个，又帮你们带大了 8 个孩子，也就是说，我这一生，用一双手，亲手抚养了儿孙 12 个人。

但是，我老了，老到要看你们的脸色生活。尤其几年前，你

们父亲去世后，我明显感觉到你们对我的不耐烦一日多过一日。你们父亲刚去世那会儿，我真心希望哪个儿子能把我接到家里，我想和你们一起生活，哪个都行。为此，我盼了两个月。两个月后，我心凉了，我知道，不会有谁肯接我去你们家。好在那时候你们对我也算可以，四个人轮班，每人一个星期，这样每天晚上我就不怕了。说心里话，到了我这个年纪，活到我这个份儿上，还有什么可怕的呢？我怕的不过是寂寞。

我的儿子们，你们陪伴我度过了一年零九个月，也就是大约630 天。作为母亲，我心存感激，感激你们对我的陪伴。之后，你们每一个人的脸色都越来越难看，来了，对我没有一句话，走了，依然没有一句话。

我怕得罪你们任何一个人，虽然我不吃你们一口饭，不穿你们一件衣，甚至不花你们一分钱，但是你们陪伴了我，我就是亏欠了你们。即使我变得小心翼翼，但你们还是一个一个悄无声息地撤出了我的夜晚，没有人再来了，把寂寞不容分说地还给了我。那也好，毕竟你们父亲去世后，你们陪伴了我一年零九个月，对此，我感激不尽，剩下的日子，我自己走。

这段日子，我的心脏越来越难受，我没有说出来，也不知道对谁说。我希望疾病能快点把我带走，那样我将感激命运对我的厚待。几天前的夜里，我梦见了你们的父亲，他笑着看着我说，“走吧，我来接你了，跟我走，你再也不会寂寞。”我的心脏一日比一日难受，我明白大限要到来，于是写了这封信，母子一场的缘分，总算快尽了。

我满头白发了，让我用我的满头白发发誓：我真的很感激你

们的陪伴照顾，但除了这句，我还有一句要说的是：我后悔生了你们，如果有来生，再也不见了。

但我是母亲，我恶毒不起来，我还是希望你们 4 个的晚年都能幸福，不会被你们那 8 个孩子嫌弃。情尽了，言尽了，就此打住吧……

（几天后，老人死了，很安详地死在自己的床上，手里拿着她和丈夫唯一的一张相片，上面只有夫妻两个人。）

下面是摘引报社对两位老人采访稿的部分内容：

“我们两个儿子，一个毕业于清华大学，一个毕业于中国人民大学，之后又继续深造，于北京定居，但我们还是进了养老院。”

两个儿子远居北京，我们的老年空巢生活过了将近10年。起初，一切似乎都还好，充裕的养老金足够我们老两口安度晚年，但是，随着时光的流逝，我们这对在抚养子女上“功德圆满”的老人，越来越感受到垂暮生命的重荷。我们的身体一天不如一天，尤其近两年，更是每况愈下，我患有严重的心脏病，老伴儿患有严重的高血压，日常生活中，我们是彼此的医生，一个替另一个量血压，一个监督另一个按时服药，而且心里都很清楚，一旦其中一个倒下了，另一个都没力气将对方背出家门。2017 年的年初，我的心脏病突发，幸亏邻居帮忙，打电话叫来了 120 急救车。谁知，我前脚刚被送进医院，留在家的老伴儿突然发病，天旋地转，只能就地躺在了地板上，直到第二天才有邻居发现，帮忙叫来120救护车。

两个孩子都在北京买了房子，都是 150 平方米左右，算是“功德圆满”了。因为过得并不容易，所以孩子们格外爱惜自己的小家庭，按说 150 平方米的房子，除了他们各自一家三口，也够住下我和老伴儿了，但孩子们都不开口让我们去同住。有一年过年，全家人都在，两个儿媳妇用开玩笑的方式互相说：“现在国家人均居住面积的小康标准是30平方米，如果咱们谁家再挤两个人去，立刻就生活在小康线以下了。”也许说者无心听者有意，我和老伴儿当时只能相视苦笑。他们好不容易在北京立了足，过着还算体面的“小康”日子，我们做父母的，也不忍心扰乱他们的生活，给他们成功的心理抹上一道阴影。而且一个家庭，成员之间需要相对私密些的空间，这个观念，我们老两口也是有的，让我们和孩子们挤在一起，也会替孩子们感到不便。

现在看来，对于暮年生活，我和老伴儿都太过乐观了。当年，我们退休的时候想着，自己老了绝不拖累孩子们，因为彼此无扰，我们和孩子们的关系相处得非常融洽。但是，不到10年，我们没有料到，自己的身体会垮得这么快。我们都是学理科出身的，不会感情用事，任何决定，都是经过理性推理出来的，但是现在不得不承认，我们的理性思考的确有侥幸的成分在里面，就说老年的身体状况，完全存在不可估算的变数。上次突发的身体危机，让我们产生了一个共识：住院，两个人必须一同去。至少我们在最终的时刻（死亡），会是双双躺在医院的病床上，彼此看得见对方，一同闭上眼睛。

以前，我可能觉得孩子们用不着回来，回来也不能改变我们需要救治的事实，但是，这一次我不这么认为了，当孩子们出现

在病房门口时，那一刻，我真的感受到了情感上的满足！那一刻，我居然有些伤心，就好像自己受了什么天大的委屈一样，老伴儿更是哭得一塌糊涂。孩子们难以理解，他们的父母怎么会变得如此脆弱。

在医院里，我和老伴儿做了一个决定——我们去住养老院。去养老院，应该是我和老伴儿的最后一站了。

也许真的是走到人生的尽头了。这段日子在家，除收拾要拿到养老院的东西，每天夕阳落山的时候，我们老两口就坐在阳台上聊起过去的事情，像是在告别。

前两天，我和老伴儿做了一个大工程，就是把孩子们从前的照片都整理出来，分门别类，按照年代的顺序扫描进电脑里，给他们做成了电子相册。我还买了两台平板电脑，分别给他们把照片储存了进去。我们这一辈子传统观念不是很重，自认为我们的生命和孩子们的生命应当是各自独立的，可是如今看来，人之暮年，对于亲情的渴望却是不以人的意志为转移的，老伴儿现在特别思念孩子们，我也一样。这些日子，总是突然想起两个儿子小时候的样子，有时候还会有些错觉，好像看到他们就在我们跟前玩耍。

离开家时，我和老伴儿仔细想了想，要从这个家带走的，好像并不需要太多的东西，唯一值得我们带在身边的，就只有孩子们的照片了。人生前一个阶段积累下的一切有形的事物，我们都带不走，也不需要带走了。

反观自心

从两点反省：一、执爱儿女很危险 二、执爱儿女是非理作意

在哪里出了问题呢？自从儿女投胎进来，就把儿女执著为我的，就像买房，一付款就认为房子是我的了，但哪块砖头是你的呢？然而，心非常固执，一直坚定地认为面前的孩子是我的，从中发出无数的心念和行为。

为什么危险呢？这种对儿女的认定，既不合乎真理，也不合乎对方的实际情况。儿女是因缘的产物，他有从无始辗转到今天的阿赖耶系统，里面含藏了无数种子，由这些决定他一生的命运。然而，自私症的我所执，它的非理作意太厉害，可以在短短几分钟里把孩子未来几十年的事设定完，让他有这样的性格、这样的思想、这样的成长经历、这样的职业、这样的家庭等，但是业风一来，此前的一切设定全都成了增上失望的因。这难道不危险吗？

这里要反省，自身的想法与真理法则合不合。如果合于真理法则，就会如同过去的修行者那样很随缘，不会勉强，既然是自己的孩子，当然要尽义务养育，同时知道他是因缘法，不会有很多非理作意，不发展邪欲，他就像身边的一条河、一棵树、一朵花那样，由因缘现出，有就有，没有就没有，持随缘的态度。如果与真理法则不合，那么一旦起了爱执，就会发生各种偏差的心态、行为，在儿女上投注地越多，过患就越大，为了养一个孩子，把自己搞得一身烦恼、一身苦。

要像这样仔细反省，哪一点是错的，哪一点有过患，是怎样的走向，为什么世间的投注多数是苦因、堕落的因。

如果有了正确的认识，心态、做法就跟以往不一样了，会知道要往解脱的路上走，往真实安乐的方向走。

丙三、见爱情痛苦而厌

青春韶华同龄少男女，彼此对视含笑情状中，
唯愿心心相契常相聚，不知来日苦乐兴悲悯。

心要提示：

1、爱情甜蜜，这是错误的认定，实际是痛苦。

2、轮回中没有“常相聚”，只有常分离。

3、见爱情分分散散而苦，当生厌弃，当求没有感情痛苦纠缠的出世解脱。

4、爱情是染污烦恼，是令众生堕在欲界而不能超升的恶因。

【颂义】

青春年华同龄的青年男女，彼此含情脉脉对视中，唯愿互相心心相印、永远相聚不分离，却想不到来日的苦，对此不禁心生悲悯。

【释义】

当男女相爱的现相出来时，人无法发觉它的真面目，认定它最有意义，拼命想保住。彼此相爱好多年，所有的心、所有的期待都放在这里，对任何一点都非常计较执著，抱有很大希望，但是，对无常假相抱希望能不苦吗？“彼此对视含笑情状中、唯愿心心相契常相聚”，这是不可能的事，无常上哪里会有永远呢？

“不知来日苦乐”，不知道来日的苦乐如何，爱情被无常变来变去，自心也就随着时苦时乐，一下子出现爱情了，很甜蜜，后面因缘一变就没有了，由爱生恨，爱恨交织。一方稍有变故，另一方马上非常痛苦、心烦意乱。虽然很想让爱情的两个人连在一起，但是，无常的风会一下子把两人吹开，想一想，“唯愿常相聚”是多大的常执！还要“心心相契”！两个凡夫的心怎么可能相契呢？各有各的想法，太颠倒了。

这里还是用六步程序来观察。“此世现相”是男女情爱，当时彼此深情对视，情意绵绵，觉得你喜欢我、我喜欢你，分别心很留恋这种感觉，起很大的耽著，希愿和对方心心相契、常常相聚，这种希愿与无常法性不符。本来很快坏灭，怎么能常相聚，本来是烦恼性，各有各的念头，怎么可能心心相契？奇怪的是，人就专门在坏灭法上寻求意义。从后边际看，千谈万谈不如不谈，千恋万恋不如不恋，常相聚不如不相聚，相恋多年，分手时发现只是得到非常大的苦。一旦对爱情发生执著，后面就会发作得厉害，那时会苦得不得了。爱情是一种病，开头是病，中间是病，后面也是病，多少人因失恋而精神崩溃，爱情把人抓得太厉害了。

反观自心

从“无常变坏”和“痛苦”两点来反省。

学习了本颂，我的爱情观转变了吗？对方毕竟要灭掉，毕竟靠不住，而我是否还在以为能得到永恒的爱情？我是否认识到，面前的可意对象只是一种现出来的相？他的身体是泡沫，找不

到，心是阳焰，也得不到。期待两个影像永远相守，可能吗？期待那个影像永远按自己的想法来运作，可能吗？我是否已经认定爱情唯一是苦？这种事只是因缘一现的假相，如果在这上耽著，起了邪解、邪欲，自心就会偏离了真理，偏离了事实，一味地活在幻想中，最终破灭时，心得不到满足的缘故，一定会陷入极度的痛苦中。要知道，爱情的结局，与轮回里的其他事一样，唯一是无义、唯一是苦，只是轮回的一场苦剧。我们不应当在爱情上寄托希望，爱情上没有浪漫、快乐，只有撕心裂肺的痛苦和眼泪。

这里的关键在于，看清爱情的走向、结局，看后边际。看清了就会厌了，心就会往出离的方向走，这是我们反省的重点。

丙四、见家人流转不识而厌

未必长久相聚一家亲，如集市客暂聚仅须臾，
宿业牵往六道不定处，时至何方彼此浑无知。

心要提示：

1、要看到现相的无常、欺诳，最亲的一家人却流转而不认识，可见没有真实的团聚，耽著家人只有无数的苦，当奋而出离。

2、要认定集聚是分离的自性，没法保持，从而不抱幻想，当看透、放下。

3、融会贯通乙四本大科下四个分科的四事、四情，看透轮回里的所有感情都只是无常、苦，当奋而出离。

【颂义】

不一定长久相聚在一起的一家人，就如集市客一样仅仅是短暂的相聚，很快就会被各自的宿业牵往六道不定的地方，那时各自转生到何处，彼此之间全然不知。

【释义】

聚散无常！一家人的相聚，就如同：在行路的中途，偶然碰到一起而同行一段路的赶路人，相伴走完一段路后，便各自分开，急急赶向各人不同的去处。又如同：乘着同一条船过河的人，在未到河对岸之前，而短暂地相聚在同一条船上，但是一到了河对岸，就各自分开，赶往各人要去的地方。就像同路人、同船人这样，一家人也只是短暂的相聚，之后很快就会分开。又如同：来自四面八方的行人，先后投宿在同一个旅店，很快又先后离开，各奔东西。与此相同，人间的一家人，也只是，来自六道的过路众生被因缘所牵，而暂时投宿在一个家庭中，缘尽了，被宿业所牵引，又会各自奔向不同的投生处。家人的相聚和分离，不以亲情为转移，而由宿业所决定，相聚的业成熟了，就暂时聚成一家人，相聚的业尽了、没了，就分离。

人们总是认为，既然是一家人，就要长久地待在一起，很珍视这份感情，但是宿业一到，不知道被牵到六道哪里去了。家人只不过是一种轮回业缘，如果真有实义，为什么连他转生在哪里都不知道呢？投生成什么身份、什么名字，一点都不知道。前后一对照，就明白家人这种现相的欺诳。“诳”表示是骗你的，今生互为家人，亲地不得了，死后就转成了鬼类或猫狗鱼虾等旁生，或者总是看你不顺眼的怨敌，还不是骗你？不必说来世，在

现世中，家人就会长期分离，东边一个，西边一个，国内一个，国外一个。以为还能打电话联系，他们还是我的家人，实际已经不是了，他在地球那边，十年八年也见不到一个人影。可见家人的相聚太欺诳，很快就变了。因此，要趁早把心放下，不要在这上浪费心力、浪费感情。家人的相聚只是因缘的一现，不要著在上面。懂了这一点，活在世上就很轻松，对于家人会一切随缘，心不耽著，不牵挂。一家人的相聚，只是宿业成熟现出的一个镜头、一幕景象，不要在这上建立意义、抱有希望。

金刚偈说一家人短暂的相聚这种情形，就如同集市上的人匆匆而过的相遇。过去农业社会人们赶集，大家碰到一起，彼此打招呼或者说几句话，过后各自匆匆离开。按今天来说，就如同列车上的相聚一样，大家碰巧买了同一节车厢的票，刚好碰上，成为邻座，彼此交谈几小时，感觉很投缘，到站下车后，各人奔往各人的去处，可能从此无数亿劫再也见不到了。就像这样，在相聚的因缘一直变、无法保持的无常相里，哪里能找到永远的团聚呢？

一家人待在一起，其实就是几个幻相的聚集，围绕在饭桌旁一起吃饭、活动等，常执就欺骗自心说：我们要永远做一家人。别人家过节都很欢喜，自家却无法团聚，只能感受失落之苦，这样，家人仅缺席一天，心里都不舒服，何况最后以宿业彻底分手？你再怎么认定家人能长久地团聚，无常都不管这一套，最后会把这个家撕得四分五裂，连一个人都没有，甚至连一家人曾经住过的老宅，一把土都不会剩下。这还只是一家人现世暂时小小的无常分散，死亡的大无常，会彻底地把一家的相聚强行拆散。

死亡大分散后，家人各自随业流落到六道各处，更是谁也不认识谁了。

反观自心

要观察自心落在哪一点上。任何团聚、集会都要散，只有回归法性，才有真实的不分散。

认为轮回里有永远的团聚，这就是邪解，还痴心妄想，念念希求，就是邪欲，还在这里营造、耽著，来的时候欢喜，走的时候忧伤，这就落入了颠倒的循环中。这样毫无出路，没有意义。你是否看到了家人短暂的相聚，是更长久的分离？本来那么亲的一家人，却被死亡无常弄得各个面目全非，或许永远不能再相见，也或许再见时已是不共戴天的仇敌。对于轮回亲人的这种无常，你感觉苦吗？你想好了，怎么解救家人了吗？你想好了，把家人都从轮回幻梦中带出去了吗？你想好了，怎么带领家人走解脱道了吗？你想好了，把家人都带往极乐世界了吗？

想好了这一切后，就出现了森林布谷鸟的妙音，也就是，我们会往吉祥的方向走，往远离衰损的决定胜上走，往永恒的安乐上走，往永不分离的法界大团圆上走。

轮回感情总反观

关键要把握“相”字的涵义，知道它保不住，既然最后全部散灭，执著有什么用呢？“相”和“性”是非常重要的问题。看不透由分别力幻变出的现相，执著它有实义，会让人迷失。最初在根本点上没认清，要找对面的相，然后在对相上建立意义，从

此穷追不舍、妄想不已，到最后，无数劫的努力也只是收获苦而已，什么利益也得不到。本篇金刚道歌里的每一颂，都在指点这个意义。只要在一个点上取得了认识，其他就都能一以贯之地生起认识，这就如同梦中的景象，看到一个景象是假的，就知道梦中的景象全是假的，梦里遇到的亲怨是假的，梦里出现的男女情爱也是假的，梦里生出的儿女也是假的，梦中家人的相聚也是假的。

法王在前面的总持句里说到“诳如梦”，懂得这一点，再推及到一切，就会明白一切现相都是欺诳。

要么从一个“相”字悟入，要么从一个“梦”字悟入，要么从一个“诳”字悟入，要么看到后边际一无所有来悟入等，关键要窥到现相无有实义，因为它是妄想的作品，跟我们坐在这里打妄想一样。只是打妄想在因位，想半天也毫无作用，只是心里的想法，对此容易看破，然而，果位的妄相看起来就似乎特别真实，这就非常难看破。如果懂得一切“相”都是从妄想里出来的妄相，就会知道全是假的，只不过它们刹那刹那接连不断地相似的显现，太相似了让你误以为真，以为楼是真的、车是真的、房子是真的、人是真的、儿女是真的、仇敌是真的、家人相聚是真的、男女爱情是真的……完全迷惑了。

我们常说现世法是诳、是虚、是幻等，都是一个意思。或者说，现世法无坚实，如芭蕉、如露水、如阳焰、如彩虹、如幻术等，也都是一个意思。总之，无数种譬喻、无数种说法，都是为了让你看破，看破一点就能看破一切。这个方法很简单，是一以贯之的。知道了法则就容易理解，知道一点就懂了全部，譬如，

看到浮云一下子出来又一下子消失了的很快无常，以此，就能推知一切有为现相都是无常。

在这个生灭的现相世界里，处处都在显示无常，过去是无常，现在也是无常，未来也是无常。了解从劫初到劫末的无常状况，就知道三时都是无常的。过去的男女情爱是无常，现在的男女情爱会是常吗？过去的儿女亲情是无常，现在的儿女亲情会是常吗？过去的亲怨贪嗔是无常，现在的亲怨贪嗔会是常吗？过去的家人相聚是无常，现在的家人相聚会是常吗？……我们要在这些上面，一一看破。

乙五、轮回厌患观——出离业力困心之妙道

有愿常与胜师相聚会，宿业排定以谁能遮止，
杜鹃暂聚后各飞门隅，金刚兄聚岂非如是离？

心要提示：

1、被业力及无常逼迫，与最胜上师、道友也必须分离，见此，对轮回心生极厌而决绝出离。

2、本大科，由前四大科俗事的无常坏灭，发展到出世修行最殊胜的法缘也是必然分离的无常，以最殊胜亦必无常，起最极厌离。

【颂义】

虽然有恒常与殊胜上师相聚的愿望，但是宿世业力的安排决定，谁又能够遮止呢？如同杜鹃鸟一夜短暂的相聚后，天明便各自飞向过冬地的诸门隅一样，同修出世道的法友金刚兄弟的相聚，难道不是这样分离的吗？

【释义】

有人会疑惑：这又怎么生厌患呢？

先以佛、圣众来作譬喻。佛当时出世，也只是短暂八十年就涅槃了，没有人能挽留得住，而且当时一切的随行众诸大阿罗汉也一个一个地入灭了，这是在告诉我们轮回彻底靠不住，连佛也保不住，诸圣也保不住。回到自己修行的法缘上，我们认为世间法没有意义，出世法是有意义的，因为它能够让我们解脱、成佛，自己当然希望能与引领自己解脱成佛的殊胜上师永远不分离，同修菩提的金刚兄弟是菩提法道上最好的助伴，自己当然也希望能与他们不分离。然而，这些都保不住，也就是说，整个轮回的作者是业，到底相聚多长时间、什么时候分离等，不是由我们说了算，不会顺着我们的祈愿发展，而都是由宿业安排、决定的，谁能够遮止业力的这种安排？与殊胜上师何时相聚、聚会多长时间、何时分离，这都由业力说了算。金刚法友的相聚也只是暂时一聚，就如同布谷鸟临去过冬地的门隅之前，它们相聚在森林里一夜，到了第二天就各自飞走了，跟金刚兄弟的聚会也是如此，相聚的业力尽了也决定分离。由此了知，轮回里的事是靠不住的，连与出世法道的上师和道友都没法相聚而不分离。在这里要断然地确认，轮回里，出世法道上的善缘也是无常的，也是靠不住的，与出世间的圣者上师，也没有永远的不分离。由此就会断然地勇猛修行，以求早证永不分离的法身本位。

佛要入涅槃时对弟子说：今天晚上我就要走了，这个有为的世间是靠不住，你们要一心求出离。这样，在荼毗之后，连佛色

身都没有了。佛法传到今天的几千年里，出现了一代又一代的修行人，他们也有师徒、道友等出世间修行的法缘，到今天丝毫也都不剩了。现在，我们也是在出世的法道上面，希望能够永远与殊胜的上师、修法的道友相聚不分离，但是这是不可能的，业力的生灭无常没办法逆转，除非超越生灭，证悟不生不灭的本性，那里是不会分离的，否则，只要还处在轮回业力的圈子里，就必然要分离。

面对连出世法道的修行上，与殊胜上师和金刚道友也不能常相聚，也不得不分离，从而认定只要还在轮回，排定一切聚散、离合的业力决不会让我们如愿，由此，极生厌患，极想出离。

反观自心

由这一首的金刚偈，自己对轮回是否极生厌离？可以先看看我们的教主佛释迦牟尼佛和阿罗汉们示现涅槃的传记，他们最后都向世人昭示：轮回是靠不住的，你们要修道。释迦牟尼佛说：无常的离别，从古至今都是如此，你们要想生死是苦，一心求出离。佛又说：世上的一切法都是不坚固的，如幻、如化、如热时焰、如水中月，只有脱离生死才能得到大安。阿难说道：“乾坤虽久，始必有终，三界无常，如梦如幻，生求不死，会冀不离，终不可得。”意思是说：乾坤虽然长久，但是有开始必然就有结束，三界就如同幻化和梦一样是无常的，有生而想不死，聚会而想不分离，终究是得不到的。这样多去观察思维，看看自己在无常上是不是通透了。

再结合到现前的殊胜上师和金刚道友方面，去反省：这些法

缘上的事也是暂时的聚会，当业缘灭尽时，当即就分离了，谁也遮止不住。珍惜殊胜上师和金刚道友这份修行的殊胜法缘，最好的方法是，抓住这份法缘精进地实修，借助这份法缘的不共助力，成功地出离轮回。

连与上师和道友都无法不分离，以此推知轮回里没有事情能靠得住，对此，自己有感受吗？能生起定解吗？对轮回有极厌之感吗？非常想离开这个连与上师也不得不分离的轮回吗？想返回与上师永远不分离的法界本地吗？要像这样，展开反省。

乙六、世事厌患观——出离轮回事事困心之妙道　分三：

一、见世事无功无了而厌　二、见世事无义增过而厌

三、见世友不可交而厌

心要提示：

由连与解脱法道的上师、道友都没有常相聚的可能，是故，决绝求出世解脱。为令解脱心坚固不退，本科对于总的轮回世事，总厌患。

总说三舍

具足舍事、舍家、舍友的三舍，就能彻底地出离，心清净明了就能修法相应且能相续，这样才能成办此生的大义。

这三舍就是三决断，也就是出离地彻底，它是属于修暇满和无常的修量，一心以后世为重，如果这一步没进入，就会纠缠在俗事中，就没入法道，现在到了中心点上了。

以放得下、随得缘、耐得住寂寞的三大内涵，做个彻底的修

法人。

一、舍事

古代的西藏和汉地社会，就两大事：向上侍奉尊主，向下养护乡民。然而，从出世观点来看，这些也要舍掉，因为这还是轮回范畴的事，仍障碍出世大道。人生短暂，必须得全数用于摄取法道因缘，而不能为世间事务分心，不能落入世间里，就如同世尊当年所示现的那样，连王位和国民都舍了，因为要完成救济全法界众生的大愿，必须先彻底出离。在舍掉了侍上养下的事务以后，就能在宽绰、快乐的心中安闲修法了。从在家的身份而言，也应当在完成起码的养家事情后，其他的事务要全部舍下。

二、舍家

属于家族或家庭范畴的事，一概要舍掉，也就是，所谓的护亲、伏怨和忙享受三大活计都要舍掉，而采取乞丐般随缘的生活态度。吃着青菜淡饭，过着简朴的生活，此后再也不扯这些俗家的事，心不著在这上面，不管是吃的、穿的、住的，一概不考虑，随着业缘有多少就用多少，此外不贪求。世间护亲伏怨的事也不牵扯，因此就成了一个离家的“乞丐”，行云流水，随缘而过。总之，心不再牵系在家庭的纠纷、纠缠、忙五欲享乐等上面。

这样有什么好处呢？就没有挂碍了，到哪里都心安，心就能修法了。心一旦妄求，系在护亲伏怨和对生活的讲究上，整个人就被锁在三大牢笼里了，连片刻的安闲都没有。

三、舍友

选择独处，也就是，世俗中的相处都是我执烦恼在起作用，都只是一种增上惑业、浪费暇满、消耗精神的事情，为了能更好地修法需要选择独处。

总之，三舍了之后，就没有了营身、营家和各种社会人际的纠缠，心就宽松、安详，这样，就能昼夜都一心安住在法道修行。

以上，总讲了这一科的大义。

丙一、见世事无功无了而厌

于上侍奉尊主无法喜，于下养护属民难满足，
轮回诸事无有了办时，悠闲心乐中睡岂非时?

心要提示：

1、轮回众生的邪欲，无法满足。

2、如果一直做邪欲的增上缘，永无了结。

3、看破世事，尽早放下，处在无事心乐的修法状态中。

【颂义】

向上侍奉尊主却无法令尊主欢喜，向下养护属民却难以让属民满足，轮回里的各种事没有办完的时候，在悠闲的心乐中安睡，难道不正是时候吗?

【释义】

这里放下世间俗事，仍要从六项入手，也就是，在端头上要知道是入梦了，里面全是假的，这一整套虚诳的轮回现相里，出现了各种上下关系，入相了以后，这些迷幻的心识，都想在这些相里得到自身的利益。放在本颂上讲，自己身处在其中，如果耽著这些，认为我要满足上面尊主的世间欲心，从而昼夜营作，或者为满足下面属民的贪欲为他去营作，这只是在满足一个贪欲。这样，自己只是在充当他们邪解、邪欲、邪行的增上缘，认识到将一生放在这上面毫无意义，而起厌患。

为何说充当轮回的增上缘

“上下”摄尽了轮回一切关系，对此，要以譬喻来认识。

“于上侍奉”，可以用牛马的譬喻来认识。如同：牛马为主人做事，主人是没有满足之时的，它充当了主人邪解、邪欲、邪勤缘起链上的增上缘。怎么说呢？主人的邪欲认为，如果有牛马就能创造很多的价值，由此他的邪欲就起来了，而这种欲，就是想获取最大的利益，他就利用牛马来满足，当牛马每一次给他干了活后，他虽稍有满意，然而却增上了他更大的贪心，他就盘算明天还要用牛马来得到更大的利益。就如同这样，愈是为他操办的多，却愈滋长了他的欲望而令他更加无法满足。同样，承事世间尊主，每一次给他做事，只是让他增上更大的贪心，由于得到愈多愈增加贪欲、愈增加贪欲就愈难满足的缘故，因此，永远没有让他欢喜的时候。

“于下养护”，需要以痴心的母亲来得到理解，一个痴心的母亲永远忙着孩子的事，但是，无论给孩子多少，却都没法让孩

子满足，他的贪欲反而愈来愈大，因此，以满足贪欲的方式想使对方满足，绝对不可能。

为何世事无了时

对此，要通过“一理多喻”来得到定解：

“一理”，缘起理，给予受用只会使贪欲增上，即：以“受”为缘增上“爱”的缘故，愈受用希求愈大，故永无满足之时。

“多喻”：譬如，想通过给予酒鬼美酒的方式使他满足，没有可能，每给他一次、他每喝一次，只会增长酒瘾，又如，给渴的人喝盐水，不仅不会让他不渴了，反而只会让他愈喝愈渴……

推广认识

这里要抓住众生都是一个套路，由于有自我，又对幻梦般的世间现相认定为有实义，而欲望无穷。“上”和“下”，只不过是从两分来认识，实际上，一切的世间关系都需要你来满他的欲望，那么我们在人际关系的链条上充当一个角色，应该怎么做呢，究竟是要为他成办还是要帮他放下呢，为此，就要认定缘起的走向。

如果充当满足他邪欲的增上缘，那是没完没了的，名誉、地位、财富、享受等方方面面的邪欲，都是没有边际的。邪解、邪欲、邪勤、邪业、邪果一路发展下去，无量无数，如果自己合到里面去，就会有无数的纠缠。这就如同合股开公司那样，方方面面都有心、业等的纠缠，如果在这上面操办，就似乎是陷入到了

一个无底洞里，不仅如此，自己会被千万铁索绑住而没有自由，或者被千万绳索绑在轮回里而不得解脱，由此看到过患无穷。

悠闲心乐

这样看破后，一举放下，为别人作轮回增上缘的所有计划、劳作全都不用做了，这样，心就能宽松、安闲下来，悠然自乐。

反观自心

就是要检查自己的颠倒观念。此事非常惑人的，我们认为对上对下都应该满足他们的需要，应该为他们去劳作，如果这样，那么我们一生就要全数被锁在这里面了，而根本没办法修解脱道。因此，应当在见解和行为上反省自己：见解上：我是不是断定了，这样满足世间的贪欲是没有意义的？是不是断定了，这样只会进入轮回无穷无尽的纠缠？行为上：我是不是在往舍轮回事务的方向走？我能舍得下吗？

丙二、见世事无义增过而厌

如何伏怨无减唯令增，如何护亲增多苦乐事，
如何受用美食添不净，无系乞丐之行当喜趣。

心要提示：

1、“乞丐之行”，不是让人扔掉房子、工作都到街上做乞丐，而是指没有世俗事务系缚的离系状态，就如劫初的人类。

2、“无系乞丐之行”，重点是“无系”，亦即无系之行。

3、只要领会到“如何”及“唯令增”、“增多”、“添不净”的

所表法义，必会积极主动欣求“无系之行”。

【颂义】

如何降伏怨敌，不仅没有令怨敌减少，反却唯是令怨敌增多，如何护亲，不仅没有让苦事减少，反而唯是令苦事增多，如何受用美食，只是增添了不净粪，由此，应当欢喜趋入没有系缚的“乞丐”之行。

【释义】

俗人的一生只是在忙代表世事的亲、怨、吃三大活计，认为这是生命的意义，活于世间的价值，存活的必然，然而实际情况却是，无论对于怨敌怎么降伏，也只会越来越多，无论对于亲友怎样以慈心养护，也只会苦越来越多，无论怎样受用美食，也只是增添了不净粪。由此，对于没有牵挂、没有系缚的“乞丐”之行，我们应当欢喜趋入。

六项观察

还是以六项程序观察，忙亲、怨、吃三大活计之世事毫无实义。此世虚假的幻剧开演之后，在这里就会有家庭，这属于亲方，凡是与之相违的就立为怨方，又要忙吃，这样就出现了三大活计，如果能知道这三大活计毫无意义，就彻底地出家了。

认为护亲、灭怨、享受美食、享受生活等世事有意义，其实，这只是自我分别心的一种计执、邪的见。为了这些，一生都在奔波忙碌不停，用尽全部的精力去成办，为此千方百计，不怕

苦不怕累，发起各种邪的行。昼夜耽著在亲、怨、吃三个方面，常常困苦，也就是，一直陷在邪解、邪欲、邪勤、邪业、邪果当中没法拔出来。结果都是不仅无义，反而增添过患，就如同本颂中所说的，越是降伏，怨敌却越来越多，越是护亲，我执和我所执就越重，彼此缠绕得就越来越深，心就愈牵系在里面，忙吃，吃得越来越多，不仅没有从中得到实际好处，反而使身体里装满了不净粪，而且吃得愈多，不净粪也越来越多。

无系与有系

为了能主动地欢喜趋入无系的“乞丐”之行，应当了知有系与无系的差别。

一、有系

人类由于贪心的增长，出现了吃喝、男女、家庭、社会、人际等，众生就被困在其中。只要处在这个轮回世间，只要还活在这个世上，就要面对生存、生活压力，就要周旋人际关系，就要为自己和亲人活得更好去打拼，凡是妨碍自己名利的人就要去对付，为了不被社会淘汰，就要不断地往上爬，就要养房子养车，就要维持家庭，就要有人情往来，就要忙吃忙喝，就要接受这个社会染污，就要被困住，不想钻营，也被逼无奈不得不上下钻营，不想变坏，也不得不变坏……这里面样样都是系缚。

从一个家庭而言，作为一个家庭的主人，他会感觉我一定要有责任，我家里的妻子、儿女、所有的亲戚，他们有什么事我要去护持。彼此之间，当我执都得到满足的时候，就结为亲，这个

时候就亲来亲去，有非常多的苦乐事。这就如同前面讲到的母亲养孩子，她一直在慈护孩子，然而这上面牵系的苦太多了，以我所执的缘故，孩子不能满足自己心意时会非常苦。其他的，夫妻、父子、兄妹以及各种远近亲戚的关系，都是这样的。作为一个家长，他护亲的时候会有无数条的绳子绑在他身上，还要伏怨，谁对自方眷属不利，他就去对付谁，结果越是降伏，怨结就越深。众生的我执是非常刚强的，谁都封自己为最大，当他不服的时候，他的恨心、抵触心就出来了，之后冤冤相报没有了期，发展得越来越多。一个家庭里面，当然要有相应的生活，包括饮食、衣服、房子、车子，家里各种的设施等，这些全部都要操办。然而无论怎么受用，就如同享受美食只会增加不净粪一样，其他方面也是如此，都只是给自己增添一堆垃圾而已。

就像这样，如果做家中的“牛马”，就有无数条绳子绑在自己身上，这叫“系缚”。在这个当中去算一下，一个人的一生不知道有多少的邪解、邪欲、邪行、邪业，而这些都是沉重的恶业力，他根本没办法往解脱道上走，正所谓在家如火宅、如毒蛇窟，家业是猛暴的，为了营理家业，不知道要造多少的罪业。

二、无系

劫初的时候，光音天人下到人间的生活状态，就属于无系的“乞丐”之行，自然生存，自然化生没有父母，没有男女的贪欲，没有吃喝的贪欲，心地清净自然，没有亲怨，没有争斗，没有物欲，没有占有，自带光明，自具神通，受用自然。

无系，正好与有系相反，心无牵无挂，不再系缚在轮回的俗

事上，全部转向法道、解脱。比丘义为“乞士”，“上乞于法、下乞于食”，它有极重大的意义，为了修道，乞食养色身，为了解脱，乞法养慧命，这里没有一丝一毫地系缚在轮回上。

无系，就是没有系缚。若想没有系缚，这就要看到，一旦耽著幻梦般的现相就会被骗，就会陷入到非常密集的邪解、邪欲、邪勤的圈套里，无论忙多少都只是业债，都只是无义，从而把这些都放掉。看透了家庭的过患，然后就能舍掉家，不再认同这个小家了，继尔，对从我执、我所执发展出来的一系列关系，全部都不要，不再以吃喝等享受生活为重点了。这样，生活的态度就变了，开始随缘了，心当然就无牵无挂，不再系缚在轮回的俗事上了。

反观自心

关键要反省自心，是否看破了轮回事事。从今往后，家放掉，护亲伏怨也放掉，也不再忙世间衣食受用，也不再发展世间事业，轮回的一切都舍掉，一心求解脱。对此，我心里真正认同了吗？真的要与轮回相反而行了吗？过去希望在世间越做越多，享受越来越好，现在是不是该反转了？也就是，既然在轮回，还有一分业缘牵着，只是吃一点、穿一点、睡一点，此外没有任何非分之想，对世间的各种关系也能放下。还对轮回建立意义吗？是否能看清无系之行的深远意义？

丙三、见世友不可交而厌

如心对待呵护相契友，当面背后于己无喜心，

彼心已缘新交之友上，独处无友岂非快乐事？

心要提示：

1、世间朋友，于世间不讲情义，于出世间障碍修行，故当厌离。

2、“独处无友”，不是厌烦众生，是不再与世人之间继续烦恼及业的纠缠，抽出心力于静处修法，以期成就而能真正救度众生。

【颂义】

把他当作心脏一样对待、呵护的朋友，当面和背后对自己都没有欢喜心，他的心已经缘在了新交的朋友上，既然是这样，独处没有朋友，难道不是快乐的事吗？

【释义】

对于世间朋友，就如同对待自己的心脏一样去爱护他，而他当面背后对自己都没有欢喜心，早就缘在其他人身上了，所以交结世间朋友没有意义，不如一人独处修法，这不是很快乐的事吗？

凡夫心是自私性的，他只随着自己的想法，什么都以自我为主，自私性障蔽了他的善心，只会一心想着自己得好就行，而不会管别人的感受如何，更少有回报的心。没有必要去交世俗朋友，关系牵得多了，自己的心就搭进去了，这只会让自己增上轮回。除非自己成道以后，用佛法来救度他，否则，世间感情的相交只会造更多的恶业，让自己更容易堕入恶趣。

世人相交，如果不是用正法去感化、摄受、调伏他，仅仅是

世间上怎么做，都只是互相造恶业。

这里的道理很深，对此要得到定解，之后就知道该怎么做了。在轮回事里面，很大一部分属于人际关系。对于我们修行人而言，在所谓朋友的问题上，只有自身有了道力才能度众生，不是现在自顾不暇、自身难保，却匆忙地去度这个去度那个。自己没有道力、神通等，他的心是不会转的，他对你一点欢喜心也没有，这就说明没有用了。因此就要知道，我们自己先要解脱，自己要先成道，之后才能够真实利益到众生。

反观自心

自己是否得了定解，愿意减掉世俗的缘吗？有定解，就会在减缘上去做，没定解就在增缘上做，如果还热衷于社交、朋友聚会、上网聊天等，那就没有减。

我是否真正想效仿古德，独居寂静处修行？对此，要考虑清楚。

乙七、颠倒邪行厌患观——出离浊世颠倒困心之妙道　分五：

一、见于善知识颠倒而厌　二、见于功德士颠倒而厌

三、见于智证者骗子颠倒而厌　四、见于实德虚名者颠倒而厌

五、见于自他过颠倒而厌

心要提示：

1、如何对待浊世的颠倒，要分圣者和凡夫，圣者重在如何化度颠倒的众生，凡夫重在省察自身的颠倒。

2、五浊恶世时颠倒力量非常强，在这种情况下，一定要随学

佛，有足够的出世智悲力，才能真正度化到众生。

2、“厌”，不是讨厌众生的烦恼心，而是在无力自保也劝化不了颠倒众生的情况下，不舍大菩提心勇猛出离。

3、厌的是颠倒劣性，不是自己，也不是众生。

丙一、见于善知识颠倒而厌

具足智戒贤德诸知识，初见时即一切喜侍奉，
长久交往唯勤说过故，浊时我等难成众生利。

【颂义】

浊世的一些众生，对于智慧、持戒、贤德三者具足的善知识们，初见的时候也都欢喜承事，然而长期交往之后，唯一精勤地宣说善知识们的过失。由此，法王上师说，在颠倒的浊时，像他这样的人很难成办众生的义利。这是圣者法王上师的自谦之语。

【释义】

这里要知道正反两方面的情况。

正面的情况就是如理依止。由于具德的善知识是自身利乐的来源，是成就法道的根源，因此应当观功德，住在清净想中。这样，有一份淳厚的信心和敬重，就会去奉持他所教授的法要，从最初怎么达成增上生，到最终怎么完成决定胜，这一路的法道都必须依赖于尊重善知识。

颠倒的情况就是，最初好像对于具德的善知识有欢喜心，也有侍奉的行为，然而交往久了以后，却唯一宣说善知识的过失。

这是法道上的大忌，也就是，由于观过失，所见都是不清净，从而就丧失了信心和恭敬，这样，善知识所传的法就对自己起不了作用，依止的再久，相续也不会向好的方面发展。一直说其过失，就沉没了正法，无论传给他多少法，也不会在他身上发生丝毫利益，反而会缘着法和善知识造很重的恶业。

浊世时，众生的烦恼非常重，特别执著自我，邪性刚强，即使是圣者也难以成办他们的利益。

反观自心

我自己是否也如本颂一样，颠倒地唯一精勤宣说善知识根本不存在的过失？我愿意改正吗？

丙二、见于功德士颠倒而厌

于功德士不说赞颂语，闻其细恶无有稍观察，
逢人即勤渲染普宣扬，如此众生劣性何不厌？

【颂义】

对于有功德的人不说赞叹的话语，道听途说功德士有细小的过失，自己没有稍许的观察，就到处夸大其词精进地跟别人宣扬，对于浊时众生这种凭空精勤扬恶的劣性，怎能不厌离呢？

【释义】

对此，也要从正反两方面来认识。

正面就是，对于功德士要多作赞叹，甚至连对地狱有情一尘

许的善都要赞叹，何况是对具有功德的人，更应当多作赞叹。对于别人吹毛求疵说功德士细小过失的传言，应当理智地观察是否属实，而不应该盲目地听信传言，更不应该在不了知事实的情况下大肆宣扬。从众生界而言，为护众生的善心应当隐恶扬善，这样才能使人心保持清净，保持善的状态，一直处在善的心念当中。

颠倒的情况就是隐善扬恶，这是非常大的恶行。这种恶行放在本颂上来说，对于具足戒定慧的功德士不作丝毫赞叹，却对于听到的一点细小过失，还不知道是否属实，连观察都没观察，就肆意地大面积传播。就像今天网络上，哪个大德有一点点事情，巴不得一下子传遍全世界，不断地去转发，对于说恶有特别精进的一种恶劣邪性。

对于功德士，喜欢说恶、传播恶、肆意地夸张恶、扭曲事实、对恶添枝加叶等，反之，那么多的功德却看不到一分。浊世时，众生这种恶性，真让人厌离。

反观自心

我自己是不是，也这样对功德士信口扬恶？我是否知道，无论对方过失是否属实，去说别人过失都是错的？我是否知道，即使对方是凡夫，真的有过失，也不能说过失？我愿意改正吗？

丙三、见于智证者骗子颠倒而厌

本地智者证士弃不顾，外来精通骗术老奸猾，
敬如天尊思惟此情状，许为佛教实近隐没兆。

【颂义】

对于大家都知根知底的本地智者和证悟者们，根本不亲近、依止，而对于外来精通骗术、老奸巨猾的骗子，却如天尊般恭敬，浊世时这种颠倒的情形，是佛教实际已接近隐没的征兆。

【释义】

这里要再次看到浊世时众生的颠倒：看人，只看外在表相而不注重人内在的真实功德。对于身边真正具德的智者证悟者不屑一顾，却对于外地来的、懂得各种新奇语言、骗人技巧的骗子，马上去追随，依教奉行，把他当作天尊一样恭敬。

浊世时，人心普遍没有辨别力，分不清真假，根本不知道什么是正法非法，一味地追逐表面的新奇感、新花样。放弃真正的智者和证悟士不依止，却盲目崇拜骗术高超的骗子，这样会导致佛法很快隐没。

反观自心

我自己是个盲目崇拜的人吗？我对人的判断是以对方外在表现为准，还是以其内在的功德为准？我会如本颂一样颠倒，不依止智者和证士，反而依止骗子吗？

丙四、见于实德虚名者颠倒而厌

持教胜严虽具戒与智，然今众人不敬具德者，
绸衣严饰仅得活佛名，无德然居显贵竟如此！

【颂义】

住持圣教的殊胜庄严，虽然具足戒、智的功德，但是浊世众人不恭敬具功德者，而以绸衣严饰仅有活佛名称的无功德之人，却居于显贵的地位，浊世的颠倒竟然到了这种程度！（此处的“活佛”，是指有名无实的假活佛，不是具有实际证德的真活佛。）

【释义】

正常的情况是，持住教法和证法的持教者，心中已具足见到诸法实相的智慧和戒德，应当受到人们恭敬而居于高位。但是，浊时的人们，却只恭敬有活佛名称等虚名而没有实际修证功德的人，把虚名者顶戴在高位，而毫不重视持住教法和证法真正具有功德的成就者。

反观自心

本颂所说的颠倒，我自己身上有吗？

我自己是不是也与别人一样，听到某某名称便蜂拥而上，而对于默默无闻的真正持教成就者却不理不睬？

丙五、见于自他过颠倒而厌

恶过十万禀性全不察，当面背地唯勤说他过，
与己极似诸友见遇时，厌患之心不禁萦心头。

【颂义】

对于自己恶超过十万的禀性全然不观察，当面背后唯一精勤宣说他人的过失，见到遇到与自己极为相似（法王上师自谦之语）的诸劣友时，对这种颠倒恶性的厌患，不禁萦绕心头。

【释义】

我们为人的态度，应该是责己严、待人宽，然而浊世时正好颠倒过来，待己宽、责人严。不管自己有多少过失，纵使自己的恶已经超过十万了、有无数种过失，自己也是完美的、无过的，谁也不能说自己不好。但是，对待别人却相反，别人没有过失，也要硬说别人有过失，不顾别人情面当面指责，背地里与人交谈，也唯是不知疲倦地宣讲别人的过失。

责人严、顺己宽，这对自己没有什么好处，因为，对别人要求非常严、不容别人有过，对自己却是一点也不检查，这样，自己的恶性便会不断地增长。如果责己严、待人宽，对自己常常以理省察过失，对待他人有宽容的心，这样，自己的过失就会越来越少，会越来越有德行，会成为德行高尚、被他人景仰的人。

反观自心

我能否以宽己之心宽他，以责人之心责己?

乙八、无修大悔厌患观——出离虚度暇满困心之妙道　分二：

一、见虚度暇满无修大悔而厌　二、祈师加持改过

心要提示：

1、能否真正实修出世解脱，关键在于是念生还是念死。

2、“念生”，认为会活得很久，以致于心会一直著在现世五欲上，结果会造下重罪堕入恶趣。

3、“念死”，认为很快会死，而且随时随地都会死，一个死人是不需要现世法的，反却会考虑后世去往何处，由此便会转入法道，发自内心想证得出世解脱。

丙一、见虚度暇满无修大悔而厌

心想存积五谷播田中，秋季果熟其时得享用，
然寿无增渐减之显现，岂有于己不灭之把握？
心中虽有今生定死想，然于死期无定未勤修，
从生至此多年已流逝，然于圣法成就无把握。
罪堕异门不觉任运成，如山罪业心中无处容，
今日阎罗鬼差若临至，唯行恶趣此外无余处。
暇满然未摄取心要义，遇师然未勤学密意行，
得诀然未成办对治惑，一生已成无义生大悔！

心要提示：

1、第一句、第二句是泛指，指代为现世生活一切的求取、打算。

2、“五谷”，指代现世生活的钱财、爱情、地位、名利等一切。

3、为了现世生活，遇法亦不修，反造重罪。

4、连续四颂或者说虚度暇满，归在一个“大悔”！

【颂义】

想把存积下来的五谷撒种在田里，到了秋天果熟时享用，然

而，自己的寿命不会增加、只会减少，既然如此，怎么会有在果实成熟之前自己不死的把握？

心里虽然有今生一定会死的想法，但是对于死期不定并没有精进地去修，从出生到现在很多年已经过去了，但是，自己对于圣法上的成就，仍然没有把握。

不知不觉已经造下各种罪堕，如山般那么多的罪业心中都装不下，如果死主阎罗王鬼差现在就到来，那么自己唯有堕入恶趣，此外没有其余的去处。

得到了暇满人身但没有摄取到法的心要，值遇了真正的上师但没有勤学上师的密意行，得到了窍诀但没有成办对治烦恼，这样，一生已经成了无义，心中不禁生起大后悔！

【释义】

这里是讲，以常执耽著此世现相，为了营办今生，不仅没有用暇满人身修成圣法、出离轮回，反而用暇满人身把自己送进了恶趣。这已不单单只是个，彻底浪费掉暇满人身而让人后悔莫及、悔不当初的问题了。更让人悔得锥心刺骨的是，解脱成佛的利器暇满，被我们自己活成了下堕恶趣的快车道！

我现在对今生营办的事业、爱情、享受、地位等播种，过一段时间就能受用到它的果实，我们众生都抱着这种幻想。但是，这一生寿数的显现是有限的，丝毫不会增加，却是刹那不停地减去，怎么会有完成计划之前不死的保证呢？我们被常执所骗，虽然有决定要死的想法，然而没有精勤修死期不定的缘故，日日都是在念或者多半都在念今天不会死，大部分心力都用在了营办现

世法上，从出生以来到现在老大不小的时候，很多年都过去了，也没有成就圣法的把握。不仅如此，由于贪求现世法的缘故，不由自主造下了很多种类的罪堕，像山那么重的罪业，心中都已容纳不下了，若自己现在就死了，只会堕下恶趣。在佛法里，虽然得到了暇满人身，却没有摄取佛法的心要，虽然值遇了引导自己成佛的上师，却没有学到上师的密意行，虽然得到了佛法上的甚深窍诀，却没能对治烦恼。如是，我们自己虽然进了佛门，也得到了修行上的自圆满和他圆满，拥有了最好的解脱机缘，然而却为了现世，无意义地浪费了千劫万劫也难得到的暇满，这难道不应该大悔吗？

对现世的耽著，会毁掉我们的暇满，会毁掉我们解脱、成佛的最好机缘，是故，我们当有一个大的后悔心、大的厌患心、大的改过心、大的出离心。

反观自心

我已经得到极其难得的暇满人身了吗？我摄取到佛法心要了吗？我遇到千万亿劫也难遇的上师了吗？我勤学上师的密意行了吗？我得到窍诀了吗？我实修了吗？我修出对治烦恼的力量了吗？我悔之不及吗？我大悔吗？

丙二、祈师加持改过

欲使余年修持善法后，昔作罪堕异熟净无余，
临终无悔圣法得成就，祈请恩师降赐加持雨。

心要提示：

1、有上一科的“大悔”，才有本颂的祈师。

2、能大悔，才能祈师猛厉。

3、祈师降赐加持，是我们自己能改过的根本。

【颂义】

为了使今生余年修持善法后，已作罪堕的异熟果报能清净无余，修持圣法能得到成就而临终无悔，祈请大恩上师于我降下、赐予加持。

【释义】

暇满已经虚度，罪业已经造下，死亡已经逼近，现在该怎么办呢？是自暴自弃、继续虚度，等着死后堕入恶趣吗？不是！正确的做法、积极的态度，就是本颂的猛厉祈请上师，加持自己能勇猛地改过、扭转罪业的相续。意识到已经接近死亡，自己剩下的时间不多了，于是，猛提心力，急求上师降下、赐给自己如雨的加持：让自己的相续彻底地翻转过来，让自己余下的寿命不再继续著在世间生活上，而能全部用于精进修持正法，精进地忏悔所造的罪堕，使罪堕全部清净，不会成熟果报，祈求上师加持自己一定能修成圣法，在临终死时能心态无悔，而安稳地获得解脱。

反观自心

几十年都在为现实生活造尽堕罪，我能像本颂一样，勇猛祈

师而精进改过吗？

甲三、道歌结义——祈愿如师广度

净与不净浩瀚刹土中，现人现鸟非人不定身，
文殊怙主上师利生际，愿得善妙不离同行住。
祈愿长久恩养吾诸母，无余往生极乐净土中，
易引之力一己自在得，成就文殊上师所愿义。

【颂义】

法王上师在此处祈愿道：

文殊怙主上师——全知麦彭仁波切，在净秽无数刹土中，显现为人、非人、鸟类等不定的同类色身利益众生，乃至文殊怙主上师利生之际，愿我都能善妙地相随同行，永不分离。

祈愿长久以来大恩养育过我的所有诸母有情众生，全部往生极乐净土佛刹，这种易引之力愿我自在获得，以此来成办文殊怙主上师所愿之义。

【释义】

地点，是清净和不清净的无量刹土。化现，是人、非人、鸟等各类形相。“不定”，不限定哪种身份，随众生心而现与之相应的化身。

此处，法王上师的祈愿包括两方面：一、祈愿与文殊怙主师不离同行 二、祈愿成就文殊怙主师所愿义

文殊怙主上师全知麦彭仁波切，已显发了究竟的智、悲、

力。“智”，是指已显发出了断证圆满的“妙吉祥”本性功德，断除了一切虚妄。“悲”，是指于一切众生普作救度。“力”，是指能度一切众生成佛之力。法王上师祈愿，与自己的上师全知麦彭仁波切不离同行，也就是，与文殊怙主全知上师的智、悲、力不离同行，这也就是，与上师全知麦彭仁波切同智、同悲、同力、同样度化众生。怎么同样度化众生呢？接下来的一颂，是把这种同样度化的祈愿，放在易行道净土捷径门上来讲。法王上师祈愿，自己能一肩担起引导众生往生极乐世界的重担，让众生一生成佛，以此速疾成佛的易行法门，来成就文殊怙主上师普度众生成佛的希愿。

祈愿此歌入谁耳根际，耽著此世分别之雾醒，
三十七道无勤自在成，究竟二利得成十力主。

【颂义】

法王上师继续祈愿道：

祈愿这首道歌谁听到了，耽著此世现相的分别迷雾都能消散而觉醒，对于三十七道品的功德，不用勤作而自在任运成就，二利达到究竟而得以成为十力之主——佛。

【释义】

法王上师在本颂中，对见闻忆触本篇道歌的有缘众生，作了两大祈愿加持：

一是获得断德，也就是，祈愿凡是听到这首道歌的人，耽著

此世现相的分别能像雾散掉一样，顿然觉醒。通过闻思本首道歌，就会知道现相都是幻化客尘，都是假的，了不可得，而不再耽著。

二是获得证德，由此觉悟、回头，识假归真，破相返性，入到一种省事的、歇心的道中——真正契悟本性，本来圆具的三十七道品任运自成，最终二利究竟而成佛。

因此，法王上师的祈愿极深。

此三十七菩提分数目的颂文，乃是胜生木龙年七月三十日，阿旺洛珠聪美口中流出，丝毫无改，瞬间而成。芒嘎朗！

这篇三十七菩提分数目的颂文，是在胜生木龙（1964）年七月三十日，法王上师阿旺洛珠聪美（晋美彭措）口中流出，丝毫无改，瞬间而成。愿吉祥！

总而言之，法王上师智悲力流出的这篇吉祥妙音《此世现相厌患歌》，是法王上师现见众生因耽著现相而困于其中，一直在无意义受苦，大悲不忍，而为众生指示出“诸法诳如梦”的真相，以助众生返回自然大乐的本性——佛果！

