《前行》第008课-答疑全集

**目录**

1. [**名颂解释**](#_名词解释)
2. [**六垢-外散**](#_六垢-外散)
3. [**其余疑问**](#_其余疑问)

## 名颂解释

问：请问基础教材中讲到“断除分别现在”时有段话，尊者说：“暂时琐事如梦中生计，精勤无义是故当舍弃，如法食亦以无贪印持，所作所为无义嘛尼瓦！”在这里所说的如法食应该如何理解？

**答：如法食就是如法的饮食，如法的饮食就是我们在受用饮食的时候，比如说不以杀生得到的饮食，或者饮食中没有众生的生命加到里面。即便在食用如法饮食的时候，也应该以无贪来摄持，是这样的意思。**（生西法师）

问：基础教程闻法方式第八课：断除分别现在中尊者说“暂时琐事如梦中生计，精勤无义是故当舍弃，如法食亦以无贪印持，所作所为无义嘛尼瓦！”中“如法食”是什么意思？

**答：就是如法所得，如法方式享用的饮食，也不应当贪执。**（正见C1）

问：在预科班加行教材第一册第8课讲断除分别现在时，尊者说：“……如法食亦以无贪印持……”这里“法食”怎么理解？

**答：个人理解，可以理解为“如法食”，意思是，即使是如法享用食物的场合，也要尽量以无贪的见解摄持。**（正见C1）

问：请问什么是法身的游舞？

**答：有时可以理解为法身的一种力量或者作用所显现的。比如“电视机里的图像、电视机、电影，都是电视机的游舞”。**（正见C1）

问：无分别识和有分别识具体意思指什么？

**答：无分别识比如眼耳鼻舌身识，分别识比如第六意识（意识可以具有分别念，进行各种分别）。**（正见C1）

问：加行教材第一册第8课里提到的：《窍诀宝藏论》中还讲了意识对外境的贪著，如去：意为法欺如骆驼失子。这里的“法欺”怎么理解？

**答：【六应了知我们的心若迷恋诸法，执着不舍，则必定会被法所欺诱，如同骆驼痛失爱子，以致肝肠寸断，最终丧身于迷恋爱子的痛苦之中。因此我等修行人切莫恣意贪享一切外境，应当依教修行，如法摄伏自之眼耳等六种根识，不随境转，时时以如梦如幻的方式而观修。】——以上是《窍诀宝藏论释》当中的内容。**（正见C1）

问：闻法方式》第8课中提到的“不立文字，教外别传，直指人心，见性成佛”中的“教外别传‍”是什么意思？

**答：个人理解，可能是在教法之外，以比较特殊的方式进行传承。如《新月释》云：【“不立文字，教外别传”：禅宗不施设文字，不安立言句，直传佛祖心印，而教外别传，意谓在如来言教之外的别传。】**（正见C1）

问：在《莲苑歌舞》中有一句这样的颂词，末学等十几位道友在课下学习的时候不得其解，尤其是后半段，还请法师开示释疑：“自心若能依存佛法，即此身躯可称暇满，无庸羡他能言解义，造作恶业两足人身。”

**答：个人理解，后两句意思可能是说，有某些人虽然能言解义，但喜欢大量造作恶业，对这样造恶业的人身没有必要羡慕。**（正见C1）

问：那请问“两足”如何解释？

**答：可以理解为对人身的一种描述，人身具有双足（两只脚）。**（正见C1）

问：弟子在准备第8课主麦时，对“习气”这一法相名词理解的不确切，查询佛学大辞典“习气”条，解释如下：习气：大乘之妄惑，分现行与种子及习气三者，既伏惑之现行，且断惑之种子，尚有惑之气分而现惑相，是名习气。舍利弗既断嗔惑之种子，而动则怒气如摧，是嗔惑习气尚存之现证，三乘中声闻全不断之，缘觉稍侵害之。佛全断之。述记二末曰：“言习气者，是现行气分薰习所成，故名习气。”弟子愚钝，对词典中的解释更不明白了。恳请法师慈悲开示！

**答：有时可以理解为（负面障碍的）残余、残余种子。**（正见C1）

问：弟子愚笨，是否可以理解为习气是往昔所造种子（业）得果之后，所余的垢染？在种子未成熟得果之前是否能形成习气呢？

**答：不仅仅是成熟果之后，在成熟果之前，习气一样可以形成。**（正见C1）

问：“无论听法、传法还是修行，都应该断除过去、现在、未来三世分别念……”分别念是指妄念吗？

**答：包括妄念，各种对听法等有障碍的杂念。**（正见C1）

## 六垢-外散

问：在诵经或听课的时候，总是有杂念不断地产生，怎么调节？

**答：我们在诵经听课的时候心中有杂念，对凡夫人而言，这是再正常不过的。因为无始以来，没有修寂止，没有调伏过自己的心，所以现在我们在听法的时候，总会出现杂念。其实即便我们不听法，我们在做其他事情的时候，也很难专注。我们在吃饭的时候，也没有在专心吃饭，我们在想其它事情，我们在谈论其他事情。我们在睡觉的时候，也没有在好好睡觉，睡觉之前也在想其他的事情。走路的时候，没好好走路，也在想其他事情。在我们听课的时候，没有好好听，诵经的时候没办法专注，这也是因为我们的心不调伏，这个时候我们要尽量地克服，知道闻法和念经的功德，尽量不要让自己去胡思乱想。**

**然后在其他时间，通过修持调伏自己的心的方式、寂止的方式，增长自己的福德和清净自己的罪业，祈祷上师三宝加持的方式，让杂念越来越少。只有这样慢慢地进行调伏。暂时一下子说有什么法术或有什么样的技巧，让我们的心马上就不产生分别念，这可能是很难做到的。**（生西法师）

问：末学正在预习前行08课，课中提到，如果一个人贪执于眼耳鼻舌身，来生会变成各种旁生，比如飞蛾，蟑螂，老鼠等。

一个人来世转到哪一道，取决于他的业力（善业，恶业），如果他没造下什么恶业，相反，可能还做了不少善事，但是他非常喜欢打扮，听音乐，品尝美食，这样就一定会堕入旁生道吗？

**答：贪欲心本身是烦恼，很多时候可以说烦恼本身就会产生恶业，就像嗔恨心本身就会产生恶业，你不需要去杀人放火，你每天在家里不出门一个人生嗔恨心，如果没有对治的话，依靠嗔恨心产生的恶业足以让你堕入恶趣。你需要清楚业有身语意的范围，也包括意。**（正见C1）

问：最近正好学到闻法方式品的六垢：傲慢，无正信，不求法，外散，内收，疲厌，其中外散中讲要断除三世分别念，过去和未来分别念的过患比较好理解，对现在也不去想，那如何安住当下呢？这里有些不好理解请法师开示，合十！

**答：许多时候，当下并不是现在，现在本身也是一种分别念，当下的意思是，安住于实相，实相本身超越时间概念。所谓的现在，只是我们内心的一种执著。**（正见C1）

问：弟子对第8课“断除三世分别念”这部分有疑惑，如果是边闻法，边对照自己往昔所造不如法之罪，而忏悔，并发誓未来绝不再犯，这样的念头是否属于“三世分别念”？如果是的话，是否说明必须安住在当下的法上，往昔、现在、未来即便是善念也要断除？如果不是的话，是否说明须断的是恶念，而善念要保持？

**答：法本提到【不要对过去的经历浮想联翩，不要对现在的事情以贪嗔痴扰乱自相续，不要对未来的事情妄想不断】，这里重点说的是与所闻之法无关的世俗内容，如果你闻法的同时所忆念的内容与所闻之法直接相关，也未尝不可，同时，也要保证闻法的质量。**（正见C1）

问：弟子在佛网上《自我教言略解**》（**华智仁波切造颂 索达吉堪布 译/讲解）中读到：“三是“莫忘正念与正知”。做一个佛弟子，必须有正知正念，所谓正念即经常忆念修持善法——我不同于世间人，我的身要行持佛法，口要宣讲佛法，意要如尖而住，把分别念转为不念有漏法而念三世诸佛所宣讲的大小显密各乘之法。”，是否可以理解分别念就是“有漏法”？另外，这里“意要如尖而住”，弟子不理解，恳请法师慈悲开示。

**答：1）分别念未必都是有漏法，有些分别念是，有些分别念不是，要看是什么样的分别念，如果是随顺解脱的分别念——如理作意，就不是有漏。**

**2）个人不太确定，可能指的是心意要谨慎取舍、谨小慎微。**（正见C1）

问：第八课六垢之外散中，对于分别过去、分别未来、分别现在，是针对眼耳鼻舌身五根的分别还是专指意识（心识）的分别？

**答：许多时候指的是意识。**（正见C1）

问：关于分别念的形成，是否可以说是由眼耳鼻舌身这五种俱有缘与意识（心识）近取因构成的吗？

**答：意识本身是近取因，俱有缘可以有很多，除了眼耳鼻舌身之外还可以有很多事物，都会对分别念的产生带来影响。**（正见C1）

问：顶礼法师！前行第8课，关于意识对外境的贪著，《窍诀宝藏论》“意为法欺如骆驼失子。”心若迷恋诸法，对男女、财物执著不舍，必定会被法所欺诱，就像骆驼痛失爱子，以致肝肠寸断，最终丧身于迷恋爱子的痛苦。这段话不太明白，贪执男女财物等，和骆驼痛失爱子有什么关系……

**答：这里的意思是，当被欺骗、失去等等带来痛苦的时候，就像这个比喻一样非常痛苦。比如你失恋了。**（正见C1）

问：前行第八课中提到“未来生计如旱地撒网，舍弃无法实现之希冀，若念当思死期无定准，何有行非法空嘛尼瓦”，有师兄认为这个说法与“何者发何愿，将获如是果”相违。请问法师如何圆融理解这二者？

**答：没有矛盾。“何者发何愿，将获如是果”，有的时候指的是符合因缘规律的发愿，如果发的愿不具有因缘也不会实现，比如一个魔王发愿让佛陀堕地狱，再怎么发愿，佛陀也不会堕地狱的，一个邪见者发愿造恶业可以生到善趣，也不会实现的。愿望能否实现要观待因缘。**（正见C1）

问：第八课外散部分，是否可以概括为两个主要部分：第一部分是眼耳鼻舌身的外散；第二部分是意根的外散，意根外散分三部分：过去未来现在的分别念，都需要一一断除。针对上师的讲课，实际上P146-P153页都是针对意根外散的发挥阐述？

**答：可以分为五根和意根外散，而许多时候，是同时出现的，相互是有关联的，很多情况下，五根外散会进一步引发意根外散。**（正见C1）

问：《莲苑歌舞》中的玉蜂阿宁和金蜂是比喻两个人的遭遇，而不是真的蜜蜂吧？

**答：【《莲苑歌舞》是华智仁波切的杰作之一，所述故事是其弟子的亲身经历，其甚深法义与优雅文法完美的结合，使无数藏传佛教的修学者深为感动并受益。文中的“玉蜂阿宁”实际上是仁增卓玛，华智仁波切的妹妹；“金蜂达阳”是指扎西格勒，仁增卓玛的丈夫，后成为华智仁波切的弟子。扎西格勒由于经历了妻亡家破的惨剧，内心生起了难忍的厌世心，在依止华智仁波切精勤修习之际，为劝勉沉溺于世俗五欲中的人们，恳请上师以他的经历为题材，写下了这部不朽的醒世杰作。】——以上是《入行论讲记》法本小字当中的内容。**（正见C1）

问：不是说“对未来的百般筹划打算，就像旱地撒网捕鱼一样，是不切实际的黄粱美梦。”那与“未来要有计划，安排，目标”，这不是有矛盾呢？

**答：1，前者主要指的是对世间八法的贪执、对世俗的事物的贪心驱使下的安排。2，后者指的是善法，修行，不一样。**（正见C1）

问：那我们平常对工作也不能有安排吗对生活也不会有计划吗？

**答：如果发心清净，不是烦恼引发是可以的。**（正见C1）

## 其余疑问

问：我是上海菩提学会的学生，现在学到加行第八课，其中：眼识贪执色法，今生特别贪执美色、喜好打扮的人，来生必定会转生为飞蛾。

我看到现在很多朋友都去开了双眼皮，在我看来开个双眼皮是个很小的整形术，是在我能接受的范围，大整我也觉得不好。她们开双眼皮是因为原本眼睛很小。开好之后整体感觉好看很多。这样也不好吗？有师兄说听到上师开示过说整容不好，具体怎么也说不出来。

能否请您开示一下整容的过患，小小整一下也不好吗，比如开双眼皮。

**答：【此外，我们不管处于何时何地都不要有过多的强求，应该随着自己的缘分，一辈子安分守己度时光。在短暂的人生里，很多人总是想强行达到某种目标，有些无权无财的人很想升官发财，有些容貌不端严的人非要做整容手术，结果反而给自己带来了不快乐。其实人的生活不应该违背自然法则。水是往下流的，日月是在天空中运行的，如果我们特意阻挡它们是很困难的。同样，一个人如果贫穷，他肯定有贫穷的因缘，如果相貌丑陋，肯定也有丑陋的因缘，要强行改变是相当困难的。因此，生活要随缘，有条件过得好一点，没有条件就随缘而过。世间任何法都是如此，只要因缘具足时，即使不愿意它也会来。比如你家里发生了不开心的事情，如果这是无法改变、命中注定的，那它早晚会来的，再怎么抗拒也没有用。所以我们应该随顺自然规律，以坦然的心态过平静的生活。】**

**——以上是《醒世歌释》当中的内容。个人理解，如果因为过于执著自己的外表，因为贪心执著本身是障碍，所以我们应该杜绝，如果有必要的情况下，具足因缘，适度进行也应该可以开许，总之不要有过分的贪求。**（正见C1）

问：《加行》第一册第八课中，上师在讲到“外散”中的“鼻识贪执芳香”时，为什么用比较大的篇幅介绍“上师心滴”？因为感觉和这一部分没有太大关联。

**答：个人理解，一方面是由《莲苑歌舞》的事宜切入这个话题的，另一方面，通过这样宣讲可以让我们了解大圆满前行这个法门的功德，让我们对这部法增上信心。**（正见C1）

问：迷恋诸法有什么不好吗？我们现在学的法就是诸法中的一种啊~

**答：究竟来说，只要是分别念执著就会产生障碍。而暂时来说，执著善法比执著恶法要好，对善法的追求，最终也是为了达到超越一切执著的境界。**（正见C1）