《前行》第022课-答疑全集

**目录**

1. [**名颂解释**](#_名词解释)
2. [**暂生缘八无暇**](#_暂生缘八无暇)
3. [**其余疑问**](#_其余疑问)

## 名颂解释

问：“现行”一词经常看到听到，是不是在不同的地方，都有不同的意义？还是说意义唯有一种呢？例如：《如意宝藏论》云：“五毒愚痴魔所持，懈怠恶业如海涌，随他救怖伪法相，暂生缘之八无暇。”

**答：不同场合可能有不同的意义。在许多情况下，现行的意思是，当下正在显现、存在、发挥作用。**（正见C1）

问：“痴心的对治法，是观修缘起法……”缘起法，能详细开示一下吗？弟子不太明白。

**答：【戊二（广说）分三：一、分位缘起；二、缘起之本体；三、以比喻说明三支。**

**己一（分位缘起）分四：一、自性；二、观察摄受；三、定数之理由；四、起生之差别。**

**庚一（自性）分三：一、分类；二、各自法相；三、彼等之必要。**

**辛一、分类：**

**此即缘起十二支，分为三份前与后，**

**各自均有二缘起，中间八种寿圆具。**

**缘起十二支可分为三方面，其中前际与后际各具两种缘起，中际具有八种缘起。若是胎生并且寿命圆满者，可于三世中圆满具足此十二支。**

**缘起，即诸法众缘和合而生起。讲中观时常说“缘起性空”，也就是说，世间万法若真正去观察，是不存在的，但在未观察时，只要因缘聚合就会出现果，这就是所谓的缘起。全知麦彭仁波切在《智者入门》中说：若懂得缘起法，一方面对实有的我不会执著，另一方面，对轮回的前际后际也会生起极大定解。因此，通达缘起法非常重要。**

**十二缘起，即无明、行、识、名色、六处、触、受、爱、取、有、生、老死。此十二支，按有部观点是于三世之中圆满的，其中，无明与行二支属于前世，生与老死属于后世，从识到有之间的八支属于现在世。**

**一个补特伽罗若圆满具足十二缘起，需要两个条件，即胎生以及寿命圆满。其他种生，或者虽是胎生但中间死亡者均不具足。**

**以上是按照有部观点讲述的三世两重因果。**

**唯识宗不承认三世两重因果，他们认为，完整的一次因果在两世中可以完成，即无明、行、识、爱、取、有六者为因，名色、六处、触、受、生、老死六者为果，由于前世圆满了六因，所以才有今生的六果，同样，后世会产生六果，是因为今世圆满了六因。**

**辛二、各自法相：**

**烦恼现时为无明，宿业诸识名为行，**

**识即结生之诸蕴，名色显露六处前，**

**六处三者聚前蕴，触能知苦乐等前，**

**淫爱之前乃为受，爱即行淫之贪者，**

**取为得财而奔波，有为能生后世果，**

**结生之蕴即是生，至受之间为老死。**

**传说此乃位缘起，主要之故称支分。**

**前世烦恼现前时即为无明，造作诸业时即为行；今生结生的一刹那为识，结生之后六处生前为名色，在根境识三者未聚合之前为六处，出生后到能了知苦乐感受之前为触，产生感受乃至出现淫爱之心前为受，对资具、淫爱贪著者即为爱，为获得上述妙欲资财而四处奔波即为取，能够引生后世果之业为有；依前世所造之业，后世结生之第一刹那为生，此后的名色、六处、触、受四者即称为老死。传说这是以分位缘起而宣说的。以上从主要角度为各支分安立了各自的名称。**

**“十二缘起”的本体如何呢？**

**一、无明：《自释》中云：“于宿生中诸烦恼位至今果熟，总谓无明。”有部认为是前世烦恼现行之五蕴。经部以上认为，所谓无明是一种单独的心所，不包括于色蕴之中。**

**二、行：由于无明烦恼而造作善恶诸业的五蕴，即称为行。《自释》说：“于宿生中福等业位至今果熟，总得行名。”**

**此为前世包括的二支缘起。**

**三、识：今生入母胎结生的一刹那五蕴叫做识。《自释》说：“于母胎等正结生时一刹那位五蕴名识。”此处的“识”指入胎刹那之五蕴，因于中阴身时具足四蕴，而在入胎刹那即具足五蕴，此时也即指四有之中的生有。**

**四、名色：《自释》中说：“结生识后六处生前，中间诸位总称名色。”也就是从结生于母胎之刹那后，直到六处出现之前的五蕴，叫做名色。何为名色呢？名也就是指受想行识，在凝酪、膜胞等还未形成之前，此四者已经存在；当凝酪、膜胞等在胎中逐渐形成时，真正明显的色法出现，此即称为色。因此，中阴身入于母胎后，在身体仍未到达第五个胎位时，只是一种意识形态，并没有真实色相。此过程大概需要四周左右。**

**五、六处：也即六根，此时，根等色法虽已形成，但仍不能享受外境，属于住胎五位中的第五位。《自释》：“眼等已生至根境识未和合位，得六处名。”**

**六、触：《自释》：“已至三和未了三受因差别位，总名为触。”从母胎降生后，虽然根、境、识三者聚合，但尚不能了知苦、乐、舍三种感受之区别，此时的五蕴称为触，比如小孩见到红色的火，不知道它会伤害自己而去触摸。有论典说，触是指从出生到两三岁之间。此时应该属于在生五位的第一位——婴孩。**

**七、受：《自释》：“已了三受因差别相未起淫贪，此位名受。”这是在生五位的第二位——童年，此时能够了知苦乐，但还未能生起贪爱之心前的五蕴叫做受。**

**八、爱：也就是现在人们享受生活的过程，世间人所谓的爱情也从此时开始，《自释》云：“贪妙资具淫爱现行，未广追求，此位名爱。”**

**九、取：相当于现在的结婚成家。《自释》：“为得种种上妙资具周遍驰求，此位名取。”因为想要获取种种受用而到处奔波忙碌，此时的五蕴称为取。**

**十、有：《自释》：“因驰求故，积集能牵当有果业，此位名有。”奔波者为了生活，积累种种善恶之业，以此能够牵引后世。**

**以上八支缘起属于今世。由于今世所造之业，在死后便会前往后世。**

**十一、生：《自释》：“由是业力，从此舍命正结当有，此位名生。”由于业力而结生于后世时的五蕴。**

**十二、老死：《自释》：“生刹那后，渐增乃至当来受位，总名老死。”在生后第二刹那，也即名色、六处、触、受之间的四者称为老死。此处的老死与世间“老死”之说完全不同。这里的“老死”一方面是一种改变的过程；另一方面，前一刹那的灭尽也称为死，比如前面降生的五蕴，在第二刹那已经灭尽，《稻秆经》云：“名色之处即是老死，生至受间亦与彼相同。”**

**以上根据有部观点讲述了十二缘起各自的本体，经部以上则认为十二缘起均是一种心所。在弥勒菩萨著的《辨中边论》中，则以可靠根据安立了十二缘起，如：“覆障及安立，将导摄圆满，三分别受用，引起并连缚，现前苦果故，唯此恼世间。”此十二种方式环环相扣，连续不断，使众生流转于轮回之中（若欲详细了知，敬请参阅麦彭仁波切的《辨中边论释·日光鬘》）。**

**缘起又可分为四种，《自释》中说：“诸缘起差别说四，一者刹那，二者连缚，三者分位，四者远续。”又说：“云何刹那，谓刹那顷，由贪行杀，具十二支，痴谓无明，思即是行，于诸境事了别名识，识俱三蕴总称名色，住名色根说为六处，六处对余和合有触，领触名受，贪即是爱，与此相应诸缠名取，所起身语二业名有，如是诸法起即名生，熟变名老，灭坏名死。”所谓刹那缘起，是指十二缘起在一刹那间全部圆满。此处“刹那”不是指时际刹那，而是成事刹那（指一件事从开始至圆满之间）。《自释》中以杀生为例具体说明了刹那缘起。那什么是相联缘起呢？《自释》云：“复有说者刹那连缚，如品类足俱遍有为。”圆晖法师在其《俱舍论颂疏》中解释说：“言刹那者，一刹那也。连缚者，因果无间相连起也。若情非情，皆有生灭，念念相续故，刹那连缚，遍一切有为也。前解刹那唯是有情，此师解刹那亦通非情也。”凡有为法即为无常之法，故说有为法皆为相联缘起。分位缘起是在各个不同阶段而安立的缘起。《自释》中说：“十二支位所有五蕴，皆分位摄。”相续缘起以前前为因后后为果。《自释》说：“即此悬远相续无始。说名远续。”也即若有因，则不论时间相隔多远，也必定产生其果。若就十二缘起而说，三世因果无论中间相隔几生，皆会圆满十二支，相续不断，因此称为相续缘起。**

**有部认为，前面所讲到的十二缘起属于分位缘起，因其均是根据五蕴的不同阶段而宣说的。之所以称为无明支等，是因为在那一阶段占有主要成分的缘故，比如上师和眷属特别多时，大家会说：“法王来了！”这并不是说其他的马队、车队等没有来，而是因为法王如意宝占主要位置。同样，由于无明等在各个分位上占主要成分，所以才如此称呼的。**

**因十二缘起属于五蕴的阶段，所以属于分位缘起。但是，世亲论师在颂词中用了“传说”二字，表明他并不同意有部宗的观点，这在下文会有广说。**

**辛三、彼等之必要：**

**为能遣除前后际，以及中间之愚痴。**

**宣讲十二缘起是为了遣除众生对于前际、后际以及中际之愚痴。**

**通达十二缘起非常重要。现在有很多人怀疑：“我”究竟是有还是没有？“我”是什么？“我”是从哪里来的，死后会到哪里去？有些外道，如胜论派认为：我是实有常存的。顺世外道或者现在的一些无神论者则认为：我是即生中依靠父母突然产生的。上述问题或观点，如果学过一点中观、俱舍的话，是很容易回答的。实际上，在名言中，所谓的“我”是假立而有的，它并非如胜论外道所承许的“常有存在”，也不是如顺世外道所许的“灰飞烟灭”；若真正去观察，“我”并不存在，除此五蕴假合以外，谁也说不出所谓的我究竟于何处存在。**

**为了解开上述疑惑，遣除外道的一些常、断见，将十二缘起分成三段来讲。也就是说，有些外道认为，万事万物是大自在天创造的。为了断除这种邪见，宣说前际的无明与行。胜论外道说：万事万物是主物的幻变。但实际上，并不是主物的变化，应该是今世中的八个支分，它们以前因后果的方式产生。还有外道认为，以杀生供养天尊，则天尊会非常欢喜，自己死后会降生于天界。为了断除这种对于后际的愚痴，宣说了生和老死。**

**总的来说，主要针对常、断邪见而宣说了十二缘起。若是利根者，对于《俱舍论》的每一个问题，都会了知是佛陀不共的智慧，为什么这样讲呢？现在很多众生有各种各样的愚痴，尤其是认为前世后世不存在、轮回不存在的这些人面前，十二缘起很容易成立，并可由此断除其常见和断见。但是，十二缘起在《俱舍论》中算是比较难懂的，宗喀巴大师也曾专门做过有关大乘与小乘对十二缘起不同观点的论述。虽然表面上比较难懂，但希望大家还是不要舍弃佛法，什么叫舍弃佛法呢？比如说“《俱舍论》很难懂，对我来讲没有意义”，这种想法在相续中不要产生，即使产生，也不要说出来。这种没有智慧的语言，一传十、十传百，很快，许多人就都知道了，这样对自己今生来世的影响都不是很好。越难的问题，越要潜心研究，渐渐地，相信这种出世间智慧一定会被激发出来。**

**庚二、观察归摄：**

**烦恼有三业有二，七事如是亦为果。**

**前际后际略因果，由中因果可推断。**

**十二缘起中无明、爱、取属于烦恼，行、有二者为业，余七者为业惑所依之事。此三支中，业、惑为因，七事为果。缘起亦可分为前际缘起、后际缘起两种，前际之略因与后际之略果，由中际之因果可以推断了知。**

**若对十二缘起作归纳，则可包括于烦恼、业、事三者之中。其中烦恼有三个，即无明、爱、取。业包括行、有二者，因行是前世之业，也即以烦恼为因，开始造作各种各样的业，此业即称为行；而在今世中，按有部观点，一个人成家后，就开始造业，这时所造之业即称为有。因此，业有两种，即前世之业与今世之业，其中今世业造就后世之果，前世业造就今世之果。除上述五支缘起以外，剩余的七支——识、名色、六入、触、受、生和老死，可以包括在事中，这七者既是因也是果，因从彼等中产生业惑，故为因，而它们又是从业惑之中产生的，所以是果。**

**缘起也有因果之义，十二缘起可分为前际缘起与后际缘起两种，此二者又分别具有因缘起与果缘起。以今生为例，前世之因——无明与行，产生前世之果，此果即今生之因——识、名色、六入、触、受；由于今世造业作为后世之因——爱、取、有，产生后世之果——生、老死。所以说，今生中所执著的事，实际是由前世之因所造就之果，而在受用此果的同时，也在造作来世之因。由于前际的因相对于后际因来说比较略，故称为略因；而后际果相对于前际果来说比较略，所以称为略果。这里之所以将前际因与后际果简略宣说，是因为由中际可以推断出来，比如前际的略因——无明、行，此中的无明可包括爱、取二者，而行与有同义，所以前际的因也可以说是爱、取、有三者；后际的略果——生、老死中，生相当于今世中的识，而老死即是今世的名色、六入、触、受四者。或者反过来说，今世当中的果与因也可以归摄于略因与略果之中，即识、名色、六入、触、受五者可包括于生和老死之中，爱、取、有三者即是无明与行。因此，虽然按照前际后际的次序宣说了缘起之略因略果，但是通过今生的因果，以比量（因明三量之一，即以分别心进行推比、量度）完全可以导出前世与后世之因果，由此也可以了知，前世、今生、来世并无差别，只是在因果分摄上有所不同。**

**以上从三世之中顺利圆满十二缘起的角度已经作了讲述，有人可能这样想：比如说，我今生造了杀生之业，按照上述说法，此为后际缘起的一个因，但是，此果未于后世中感受，中间经过千百万劫才成熟此果，那十二缘起不是在中间断开了吗？这时的十二缘起应该如何连接呢？实际上，每个人相续中都存有很多的因果种子，未成熟的杀生果报就是由其他的一些缘起断开的，当此杀生果报成熟时，前面的十二缘起就会继续下去，《百业经》中也说：“纵经百千劫，所作业不亡。”因此，不会有缘起中断或缘起规律错乱的过失。**

**庚三、定数之理由：**

**烦恼中生烦恼业，从彼业中产生事，**

**事中生事与烦恼，此乃有支之规律。**

**从烦恼之爱中产生烦恼与业，由业中产生事，由事中再产生事与烦恼，这即是十二有支的规律。**

**由于十二缘起之规律，使所有众生在轮回之中流转，无有始终。但是，有人怀疑说：此十二缘起的第一支——无明，是否有因？最后一支——老死，是否有果？如果无明有因、老死有果，则十二缘起之数目不确定；若无明无因、老死无果，则轮回成为有始有终。**

**不会有这种过失。由于十二缘起包括于烦恼、业、事之中，而此三者则互相不断的产生，无有停息。其中由烦恼可产生烦恼与业二者，烦恼产生烦恼即由爱生取；烦恼生业即由取生有、无明生行。业中可以生事，即由行生识、有生生。事中可以产生事及烦恼，**

**由事生事，即识生名、名生色、名色生六入、六入生触、触生受，以及生中产生老死；由事生烦恼，也即以受生爱、老生无明。这就是十二缘起的规律，除此十二缘起之外，无有他法存在。若从三世的角度说，则前世之业为引业，今世所成熟之果为成业，而今所造之业相对于后世来说为引业，后世将成熟之果即为成业，除此引业与成业二者之外，亦再无他法。因此，以无明之因即为老死，老死之果即是无明，所以说，十二缘起是循环不断、相续流转的，既无有数目不定之过，亦无轮回有始有终之过。另外，前面讲过，老死也即名色、六入、触、受四者，而无明即爱与取二者，以此亦可显示老死即因，无明即果，所以也不需要再安立其他缘起支，如《光记》中说：“以过去无明则现属爱、取二惑性故。未来老死则现名色六处触受四事性故。由此已显老死为因无明为果。岂假更立余缘起支。故无终始过也。”**

**麦彭仁波切在《智者入门》中讲到：像这样的十二缘起，在一世或二世中即可圆满。但一般来讲，按有部所承许的十二缘起于三世圆满的这种观点，很容易了知人是有前世、后世的，人并不是今生中突然产生，因为前面有无明、行作为因，而人死后也并非如同灯灭，在十二缘起中，真正的死是指后世无明的产生，这叫做死。所以在学习《俱舍论》时，一定要以自己的智慧来思维，思维之后会对前世后世存在的这种道理深信不疑。《俱舍论》虽然是小乘法门，但如果能够真正学懂、弄通，真正运用到自己的相续当中，那对自己一定会有帮助的。如果不能够运用到相续当中修持，那即使是大圆满，对你来说也没有任何作用。所以在闻思的过程中不要放弃修持，只有闻思修融合在一起，才能了知佛法的真实内涵。**

**庚四、起生之差别：**

**此许缘起即是因，缘生承许为果法。**

**缘起是指产生后世之因的支分，缘生则承许为以前所生之果的支分。**

**经中常说，缘起、缘生。此二者是什么意思呢？“缘起”，也即因义，由因缘聚集后才可以启动；“缘生”，是果义，指各种因缘聚合之后产生的果。此二者是有为法的别名，因此可以说，一切支分都有因与果两种含义，如同一个人观待他的父亲而言只能称为儿子，是一种果；观待他的儿子而言，只能称为父亲，是一种因，此因义与果义是观待而存在的。从今生而言，因为有前世，所以才会有今生；因为有今生，所以一定会有后世，佛在经中也说：“若有无明，则有行；若有行，则生识等。”**

**观待法在中观、因明中非常重要，爱因斯坦的“相对论”，与中观的观待法非常相似，但是应该了知，在相对论中我们不能找到最究竟的观点，为什么呢？因为它只是针对现象的一种观待，不能对事物的本质有一个彻底的研究。在当今社会，能够对事物的现象与本质全部彻底研究的人非常少。而佛所宣说的缘起，一切万法在圣者的根本慧定时，是空性远离一切戏论的；在后得中，一切万法于如梦如幻中可以起现，对于这种缘起规律，现在的科学家与文学家们根本不能够了知，这就是释迦牟尼佛的不共特点。**

**但是，对于十二缘起，有部认为，它们全部是五蕴的一个不同阶段，对此观点，经部宗并不承认。经部宗认为，无明等不是五蕴，因为无明属于痴心所、行是思心所等等，而且也并不是如同前面所说一样，无明等是由于占了一个主要位置而被称为无明等的。因此，无明与行等应该按照其本义来解释，这就是前面颂词中世亲论师用了一个“传说”的含义。】**

**——以上是《俱舍论讲记》当中的内容。**（正见C1）

问：第22课中：对治：要对治被魔所持，首先要观察所依止的上师具不具足法相，是魔知识还是善知识？如果是善知识，就要生起欢喜心，并以三喜来依止；如果是魔知识，最初就不能接近他，这是很关键的。这段长行文请法师开示，并请解释三喜的含义。

**答：【戊十、以三喜恭敬承侍上师：自己有财供上师，身语恭敬而承侍，舍弃今生修正法，三门当令师欢喜。上等者勤修正法；中等者身语承侍；下等者财物供养，必须做到其中之一。】——以上是《大圆满心性休息大车疏》当中的内容。在依止之前需要谨慎观察。**（正见C1）

还可参考：

大恩上师索达吉堪布仁波切《大圆满心性休息广释》第33课：【

**戊十、以三喜恭敬承侍上师：**

**自己有财供上师，身语恭敬而承侍，**

**舍弃今生修正法，三门当令师欢喜。**

**“自己有财供上师，”如果自己有财富的话，应该 尽量地供养上师，这是令上师欢喜的一种方法。**

**“身语恭敬而承侍，”第二种方法是以自己的身体、语言来恭敬承侍上师。比如说，身体上给上师做一些事情；语言上，需要打电话也好，需要调解一些事情也好，帮上师说话也好，等等。这是语言和身体上的恭敬承侍。**

**“舍弃今生修正法，”第三个是舍弃今生、修持正法。**

**“三门当令师欢喜。”通过身口意这三种方式令上师欢喜。**

**前面中等的供养方法是身体和语言的供养。第三个，舍弃今生是心里的修法——内心当中完全抛弃今世、为来世而修行，这就是让上师欢喜的方法。】**

问：请教法师，22课中“如果是善知识，就要生起欢喜心，并以三喜来依止。”这里面的三喜是什么？

**答：通过财物供养、身语承侍、依教奉行，三种方式让上师欢喜。**（正见C1）

问：第22课，“如果是善知识，就要生起欢喜心，并以三喜来依止；”这里的“三喜”是指什么？

**答：三喜：弟子令上师欢喜的三种供养方式，即财物供养、侍奉供养、修行供养。**（正见B1）

问：第196页，第2段，“这种人学佛了，但由于对正法没有深信不移的定解。”“定解”是什么意思？

**答：定解：指遣除疑惑，决定了解。**（正见B1）

问：“破戒”和“舍戒”是什么意思？

**答：破戒：如在佛面前发愿守持五戒，在没有舍戒的情况下私自违反戒条，叫作“破戒”。**

**舍戒：如出家受了戒，假如不能适应僧团的清苦生活，或受不了戒律的约束，在这种情况下，可以舍戒还俗。即舍弃佛戒，过在家生活。**（正见B1）

问：“痴心的对治法，则是观修缘起法”，这里的“痴心”是指对感情或者世事的“执着”还是“无明愚痴”？“缘起法”是指“十二缘起”吗？

**答：缘起法：有内缘起和外缘起，十二缘起是内缘起，外缘起是指外在器世界的因缘和合。**（正见B1）

问：顶礼法师！前行22课“五毒愚痴魔所持……”五毒指哪五毒？

**答：贪嗔痴疑慢。**（正见C1）

问：五毒烦恼：贪嗔痴慢疑。疑是什么意思呢？

**答：疑包括对真理（比如四谛等）产生怀疑，比如对善有善报产生怀疑。**（正见C1）

问：暂生缘八无暇中五毒粗重，是指贪嗔痴慢疑，其中的痴是指愚痴吗？

**答：有时可以理解为愚痴，有时也可以解释为邪见。**（正见C1）

问：《金刚经》中云：“是人先世罪业，应堕恶道，以今世人轻贱故，先世罪业则为消灭。”是何意？

**答：【复次：“须菩提！善男子、善女人，受持、读诵此经，若为人轻贱，是人先世罪业，应堕恶道，以今世人轻贱故，先世罪业则为消灭，当得阿耨多罗三藐三菩提。”**

**佛又对须菩提说：“善男善女受持、读诵本经，如果被人轻视、小看，这表明此人前世所造的罪业本应堕恶趣，因为今世被人轻视，前世罪业灭尽，很快会得无上圆满正等觉。”**

**通过念诵《金刚经》可以使罪障全部清净，因为这部经是一切诸佛菩萨智慧的结晶，通过闻思修持此经，可了达业障的本性而清净业障。永嘉大师云：“了知业障本来空，未了还许还宿债。”了达业障的本性是空性，不需再受痛苦，不达其本性，始终需偿还受报。平时修行中遇到一些违缘，不能一味地认为对修行不利，也许此违缘已将来世的痛苦解决，若今生没有遇到此违缘，未来的修行过程中会有更大的障碍。很多学佛人的经历中，极少有人能一帆风顺地踏上解脱大道，而是在人生旅途中遇到了挫折与痛苦才生起出离心，因众苦所逼而对佛法生起信心。藏地的拉西堪布经常引用此经做教证说：“大菩萨受到极多损害是以后必定能得到解脱的标志。”发了大乘菩提心的人，遇到违缘时应泰然处之，不要认为是不吉祥，虽然人生的违缘痛苦非常难忍，但通过遇到这些违缘即生中就可将来世堕地狱、饿鬼之痛苦灭尽。按照此经，受别人歧视、诽谤是最好的，受他人欺侮之时最重要的是护持正见，应当生起欢喜心：今天有人欺负我，这是在消业，后世不用堕恶趣了。】——以上是《金刚经释》当中的内容。**（正见C1）

## 暂生缘八无暇

问：暂生缘八无暇和断缘心八无暇是在18种暇满的基础上更进一步要求吗？还是说这之间交叉的？这里的愚昧无知跟八无暇的喑哑中的喑哑者一样吗？

**答：暂生缘八无暇和断缘心八无暇的确是进一步的高标准，是在前18种暇满的基础上更进一步的、更严格的要求。这里的愚昧无知和八无暇当中的喑哑不一样，喑哑相当于痴呆的一种状态，这个地方的愚昧无知不是痴呆，但是的确是听不懂，一般的生活能够自理的，但是一旦听法的时候就听不懂了。有些人就是这样的，在世间很聪明，但是一听法就不知道讲什么，这就是这个地方所讲的愚昧无知。喑哑完全是一种没办法自理的那种，不知道自己做什么，就是一种痴呆的状态，二者之间是不一样的。**（生西法师）

问：请问上师，我们应该如何对治傲慢心？对男女美丑的分别心，我们应该如何去对治？谢谢。

**答：好，非常好。对治傲慢心确实是非常的重要。我们普通的人都是这样子，当我们的学业稍微有一点点成就的时候，我们觉得自己很了不起，不太看得起其他的同学或者其他人，会有这个问题。那么，这个时候我们要有一个非常好的方法，是什么？无常。**

**无常这个观念是最好了。无常跟傲慢心有什么关系呢？我们的傲慢心就是“我学习比别人厉害”，或者“我的智商比别人高”，或者是“我的社会地位......”等等这些方面。无常是什么？就是万事万物都在变化。比如说，今天我们全校的所有同学当中，我的成绩是最好的，但是下一期或者是明年，会不会是这样子？不一定，因为这个当中有很多很多不确定的因素，这些因素会让我退步，这种因素实在是非常多，所以一切都是有变化的，所以我现在有这么一点点的成就，没有什么值得骄傲、傲慢的。**

**另外一个，因为万事万物都是在变化当中，现在我是第一名，但是有可能其他的同学很快就会超过我，所以我没有什么值得骄傲的。现在我自己的学业让我很满意，就可以了，但是不要觉得我多么了不起，不值得傲慢。**

**我觉得无常是非常好的一个方法。无常在佛教里面有它的理论，也有实践的方法，这些都学一下，一定会有非常好的帮助。**（慈诚罗珠堪布《问答摘录》）

问：坏脾气是一种嗔恨心的表现，如何在境界现前的时候不发脾气？

**答：嗔恨心的控制是非常有必要的，因为我们很多人的脾气，每个人学习压力、工作压力大，我们的心自然而然变得浮躁，浮躁以后我们的心就不耐烦，它不能忍受，什么东西都不能抵抗，所以变得特别脆弱。脆弱了以后，别人说一句话，我们立即反应特别激烈，所以目前这个年代社会是非常需要学习情绪控制的。**

**简单地说，我们首先要学一个理论，如果大家感兴趣，想全面地了解，我建议大家阅读一下《入菩萨行论》，简称《入行论》，进入的“入”，行动的“行”。《入行论》有英文版的讲解，有英文版的视频可以看；有中文，有中文版的书，有中文版的讲解，有视频，资料很多。大家通过网络学习一下，全面地了解一下《入行论》，其中有一品叫《安忍品》，这一品专门讲控制自己的情绪，这些要学一下。**

**另外一个如果大家喜欢简单的，那么我们也可以上一个叫作“慧灯之光”的网站，里面有通俗易懂的，比较生活化、大众化的控制嗔恨的方法，叫作《如何面对嗔恨》，题目就是这样，这个也有文字，也有视频可以看。这些是我推荐的几个资料。**

**最后简单地说，我们要控制，首先第一个是我们平时还没有生气的时候要做一点训练，有了这个训练，到时我们有嗔恨心的时候，非常容易控制。平时如果我们没有这种训练，嗔恨心一来，立即面对是比较难的，所以平时我们做一点训练，训练的方法刚才讲了。**

**除了这些以外，平时我们生气的时候一贯的做法是，认为所有问题都是他不好、他对我怎么样、是他的问题......但是实际上未必如此。他为什么对我不好？肯定也有我自己的原因，也要想一想自己有没有这个问题。先在自己身上找问题，这是一个非常好的方法。另外一个就是禅修，禅修也完全可以解决这个问题，但是需要做一点训练，这个很重要的。我简单地推荐了两个方法。**

**这个方法用一句话、两句话不太能说得清楚，所以想用这个方法的话，读一下这两个资料，就明白这么做了。**（慈诚罗珠堪布《问答摘录》）

问：请问五毒里面的愚痴和第二个愚昧无知有什么相同和不同？

**答：第二个愚痴就是听不懂法义的这种愚痴。第一个五毒粗重当中的愚痴，是不知道众生前际、中际和后际，相应于实相方面，众生从哪里来，最早从哪里来，现在怎么安住，以后要去向哪里。五毒里面的愚痴，它的对治是缘起观，既然是缘起观来对治的，那种愚痴主要是对众生前际、中际和后际的一种愚痴，不了知众生从哪里来、现在如何安住、以后到哪里去。第二个愚昧无知就是听不懂，比较笨。两种愚痴相同的一点都是一种无明、不了知，不同的地方，第一个是对于众生前际、中际和后际的愚痴，第二个是听不懂这种愚痴，状态是不一样的。**（生西法师）

问：请详细讲一下怎样通过观十二缘起对治痴心？

**答：前面几堂课讲了通过缘起对治痴心，痴心其实就是对前际、中际、后际的不了解。十二缘起将前世、今世和后世的因都讲得很清楚。**

**前世的因是“无明”和“行”。“无明”是前世的烦恼，“行”是前世的业，有了“无明”和“行”，就有了前世的烦恼和前世的业。这是前世的两支缘起。我们今生当中是从哪里来的？就是前世的无明、烦恼和前世所造的业。有了烦恼和业，因缘具足了，就会引发后面的果。**

**第三支是“识”。“识”是什么呢？“识”就是今世的入胎，今世入胎的第一刹那就是识支。这里开始讲到了今世当中的因缘。前世有了“无明”和“行”，今生有“识”，之后有“名色”、“六处”。“识”是入胎的形式，“名色”是在母胎当中六根还没有齐全的状态。胎儿六根俱全了，叫做“六处”。这是在入胎位的三个。然后就有了“触”，“触”就出胎了，开始降生了。“触”就是能够接受外境，眼睛可以看到色法等等，这方面就比较明显了。有了“触”就有“受”。“受”就是感受，苦受、乐受等等。有了“受”之后就会有“爱”，“爱”就是烦恼了。有了爱之后，就会对于一些喜欢的产生不离爱，对于不喜欢的产生乖离爱（想远离的一种爱），这就是一种烦恼，今世的烦恼。有了“爱”之后就有“取”。只是“爱”不行，还要付出行动，“取”就是付诸行动。“爱”和“取”是烦恼支。有了“取”之后，就会有“有”。引发后世的业形成了，叫“有”。今生当中前面的“识”、“名色”、“六处”是胎中的。出胎之后“触”和“受”、“爱”和“取”。有了“爱”和“取”的烦恼，就有了“有”，“有”就是今生当中存在的引发后世的业。这个就是今世打破中际的愚痴。我们现在是怎么造业的呢？现在我们是什么状态？我们怎么来的？怎么存在的？了知了中间的这几个缘起之后，对于中际的愚痴就打破了。**

**然后打破后际的愚痴。有了“有”之后，就有“生”和“老死”。“生”就是后世的投生，“老死”就是后世的老和死。有了老和死，又开始形成了“无明”。**

**在十二缘起中，前世的“无明”怎么打破，“无明”和“行”打破对我们前世从哪里来的愚痴；中间从“识”乃至于到“爱”“取”“有”之间，讲得是今生当中我们怎么感受外境、怎么生烦恼造业、积业的情况；后世就是“生”和“老死”，有了今生的烦恼造了业，一定有后世的“生”和“老死”。所以从“生”和“老死”这支来看前面的“爱”、“取”就相当于第一支的“无明”，“有”相当于第二支的“行”，通过烦恼造业，通过业引发身体，之后有了“受”，然后开始“爱”、“取”，“取”之后造业，有了业之后就开始引发后世，这里面前生、（今生、）后世等等都已经完完全全讲到了。**

**我们可以通过十二缘起的观想来打破无明、对治痴心。对前世、今生、后世的前因后果都知道得很清楚之后，就不会有愚痴，就可以做对治、做修行。比如今生当中我们要引发后世的最大的问题是什么？这个“受”是肯定避免不了的，反正你有“触”就会有“受”——苦乐受，关键的问题在于“爱、取”，在于烦恼。因为有了“爱”和“取”，就会有“有”，有了“有”就会有后世。**

**所以，我们在今生当中怎么做？就是控制“爱”和“取”，不要生起烦恼。不生起烦恼的方法有很多，比如修四种厌世心，或者守戒律、修空性、修菩提心，这些修法都是让我们不要生起“爱”和“取”，不要生烦恼，化解掉它。不管是通过戒律化解，还是通过出离心、菩提心、空性来化解，或者通过密法来化解，把这一切的现象转为道用，都能够引发善心、制止烦恼，修行善法。**

**如果修了，当然不一定这一辈子就修完了，但是这个趋势就是这样的：如果成功地阻止了“爱”“取”，那么后世的“有”、后世的业就不会成熟了。虽然还有业，但是如果烦恼调伏了，业是没办法成熟的。业就像种子一样，一个种子要发芽，一定要有水来灌溉，而烦恼就是水，如果把烦恼灭掉了，虽然还有业，也不会再引发后世。**

**所以，了知了十二缘起，就能打破痴心，打破了痴心之后，也就发现了修行之道。假如今生当中自己的修行够了，比如修密法，今生当中所有的修行够了，“爱”“取”灭掉，“有”灭掉，在今生当中解脱了，就不会再有后世。因为后世的“生”“老死”是通过今生的“爱”“取”“有”等形成了缘起链条之后引发的。每个链条都是连接不断的，如果到了“有”的时候，缘起链条还没有断，就会自然引发下一链，下一链就是后世的“生”“老死”，就像无明和行，无明和行圆满之后就一定有今世的“识”投生，胎中投生、“名色”、“六处”，出胎之后又有“触”、“受”、“爱”、“取”和“有”，有了“有”之后又是后世的“生”和“老死”，这个缘起链条一环扣一环。当我们每一次都在“爱”“取”当中去用功，去对治烦恼，让后世的业减弱；或者虽然还要投生，但是变成更多的佛法方面好的业，投生之后好的习气开始越来越浓厚，轮回当中的烦恼就越来越弱了。我们在临终的时候还可以发愿，就像《生生世世发愿文》当中：愿我乃至生生世世中，获得具足七德之善趣，等等。通过这样发愿，虽然还在流转，因为力量可能还不够，流转的链条还有，但是在流转过程当中已经带了很多佛法的习气了。这样修了之后，每一世都能够修佛法，流转的时间会越来越短。如果修密法、修净土、修往生或者修密法，聚足终止轮回的因，就不会再轮回了，十二缘起就斩断了。所以在今生当中我们要在“爱”“取”上面去用功，如果烦恼对治了，那么后面业不会太强。如果今生当中对治“爱”“取”的修法，通过强大的力量修成功了，修得质量够了，所有的修法圆满了，即生就解脱了。即生解脱之后呢，“爱”、“取”、“有”中断了，缘起链到这儿就断了，断了之后轮回就终止了，也不会再投生，后面的所谓“生”“老死”就不会再有了。**

**通过十二缘起，知道怎么流转的，知道怎么断除轮回，这方面其实是非常殊胜的教言。**（生西法师）

问：求乐怖畏是前几课讲的相似佛教徒吗？

**答：求乐怖畏就是前几堂课讲的相似佛教徒，虽然好像是在皈依、在修佛法，但是他的心态是为了求乐、救畏，救畏心还是善愿的心态，是相似佛教徒的一种相。**（生西法师）

问：请问怎么才能改变看不起别人，经常嘲笑别人的毛病？

**答：多观自己的过失，多看别人的功德，刻意地去做，刻意地观察自己的过失。如果自己经常观自己的过失，自己的心就会往下走，经常观自己好像做得很差、不行，或者和别人比较起来自己很差很差。经常观自己的过失，就会把注意力放在自己的方面了，就不会看不起别人。为什么看不起别人？因为你觉得比别人做得好，或别人不如你，你看不起别人。但是如果你经常观自己的过失，经常观，那么自己习惯性观之后，那么自己也不会看不起别人。**

**还有就是经常看别人的功德，因为我看他的功德之后，我是一种相当于仰视的那种状态了。经常习惯性地看别人功德，就不会看别人过失了，因为看到的都是他的功德，这样就只能够对他仰慕。**

**经常看自己的过失，也就是说经常把自己的心往下走，也就好像比别人都不如一样，这样就不会看不起别人。反过来讲，如果经常看自己的功德，经常看别人的过失，那么这个习气毛病就会滋生。**

**经常看自己的过失，习惯性地看、刻意地看，一定要刻意的看，不管怎么样，就要把自己的过失找出来，经常观、经常观。然后观别人的功德，反正不管别人再差，你就一定要去挑他的一种功德，他的毛病一定要忽略，只看他的功德，他的这个功德我没有，他这个功德做得不错。经常性这样训练，自己挑毛病的习气就会越来越少。**（生西法师）

问：学习的过程中产生怀疑，该如何对治？

**答：学习过程当中产生怀疑，其实分两种。一种是可能没有了知法义，在学习法义过程当中产生怀疑，对治的方法就是把法义搞清楚，加大闻思修行。为什么会产生怀疑？就是没有智慧，没有了知它，没有产生定解才产生怀疑。所以要从根本上断除怀疑，就必须要加强闻思修行。**

**或者学习过程中产生怀疑，可以向有智慧的人去请教。有时我们认为的天大的怀疑，觉得没办法解释的怀疑，在上师面前，在一些智者面前，一句话就解决了。这个事情我自己也遇到很多次，以前我觉得这个问题根本想不通，不管从哪个方面都解释不通，产生很大的怀疑的时候，在上师面前去提问，提问之后一句话就完全解决了。所以有些时候是我们根本没想到的角度，他一解释的时候马上就可以打消怀疑。**

**学习过程中的怀疑，换一个角度来讲也是鼓励的，因为产生了怀疑、问题，我们把它解决之后，怀疑就会变成定解，变成智慧，变成产生信心的因。所以怀疑不一定是坏事，只要我们合理运用它就可以了。如果通过怀疑产生邪见，邪见顽固不化的话就不好，但是如果通过怀疑产生求知欲、探求欲，然后再把它解决掉，最后产生定解，这又是一个好事情。**（生西法师）

问：顶礼上师三宝！顶礼法师！阿弥陀佛，请教法师：在前行广释第22、23课中讲述暂生缘八无暇及断缘心八无暇，它们是除十八暇满外的修学违缘，请问这部分的科判该如何归摄呢？感恩法师！

**答：就归属在“己五、师已摄受”这个科判当中，暂生缘八无暇及断缘心八无暇当中的许多内容，都是在如来出世、佛已说法等等条件具足之后。**（正见C1）

问：《加行》第22课和23课讲到暂生缘八无暇，和断缘心八无暇是属哪个科判？有道友说是属“师已摄受”这一科判。弟子不同意此说法，认为这16种无暇是属前十八种圆满的违缘，只能归于“思维特法圆满”这一大科判，如果是归于“师已摄受”怎么会有34种圆满之说？

**答：个人理解，这些内容可以理解为对八无暇、十圆满的内容之外的一种扩展，因为师已摄受这个科判是十圆满的最后一条，所以在这里，也可以理解为是在宣讲十圆满之后的补充。引导文提到：【此外……】直接来说可以归属于师已摄受，再往上归属于思维特法圆满，但意义上是属于一种补充宣说。**（正见C1）

问：前行广释的第21-22课在讲无垢光尊者的教言“暂生缘”与“断缘心”这16种无暇，所属的科判的那部分内容？

**答：个人理解可以归属在"己五、师已摄受"，在这个科判下面的一种旁述。**（正见C1）

问：顶礼上师三宝：16无暇与18暇满的关系与区别？弟子恭敬合十。

**答：个人觉得，16种可以理解为在18种基础之上的进一步细说。**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第22课：**【**

**前面讲了八种闲暇、十种圆满，这叫十八暇满。十八暇满的人身主要是相对于普通的人身而言的。今天我们还要讲的这种无暇是比较严格的，在佛法修行的过程中要注意观察，一旦有了这种违缘，我们要及时发现、及时对治。否则有可能在修行佛法过程中被这些违缘所障碍，没有办法进一步地修学，就很容易半途而废。**

**华智仁波切在此处引用了更深的教言来宣讲。我们学习之后就知道这里面的标准很严，他是用共同层的要求讲暇满人身，就是前面所讲的十八种闲暇。八种就是远离无暇之处的，有闲暇就是指有机会，然后十种进一步的补充和圆满，所以前面讲到了十八种暇满。如果单单讲十八种暇满，我们很多人这些条件基本上都具有了。**

**但是今天所讲的是很严格的无暇。在学习佛法的过程中，我们认为暇满人身已经得到了，现在可以稍微放松一下。如果在这样的状态中，很容易发生这里面所讲的错失机会，这称之为无暇。所以我们要进一步学更严格的标准。如果说按照一般的标准，我们达到了，严格的标准也达到了（正如今天和下堂课要讲的十六种无暇），如果把这些无暇都遣除了，那么这种修行的状态是非常适合于生起功德的。所以说我们要了解这里所讲的违缘是什么，然后要尽量地遣除。这是我们学习更严格暇满人身的必要性。**

**为什么要讲这么严格的标准？要让我们成为标准的佛道行者的话，必须有些条件。如果刚刚进入佛门，条件不会特别严格，是比较宽松的。当我们愿意进一步修行、进一步前进，标准不可能永远是一样的。就像上学一样，也是逐渐由浅入深的，如果只是想保留在当前的阶段，你不用再学下去。但如果要学下去，对次第的要求、对方方面面的要求，就可能是后后超越前前的。佛法的修行也是逐渐深入的。】**

问：“暂生缘无暇”和“断缘心无暇”的字面含义？

**答：前者指的是暂时产生的违缘，后者是会中断修法顺缘的情况，前者的“缘”是违缘，后者的“缘”是顺缘。**

问：这两大类的无暇的区别？是根据严重程度上的不同还是其他的原因归类的？

**答：许多时候后者的危害性大于前者。前者有时只是暂时障碍，而后者则可能导致彻底退失。**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第22课：**【**

**暂生缘八无暇**

**为什么叫暂生缘？缘就是违缘的意思。什么样的违缘呢？我们在以暇满人身修持佛法的时候，暂时生起来的违缘就叫暂生缘。大恩上师在讲记当中讲，有些地方说是临时性的；但有时候也许是比较长时间的。阿琼堪布在《前行备忘录》中也讲了暂生缘，说这是临时性的、突然出现的违缘。比如你在座上打坐观修的时候还没有出现，但是一下座就出现了；上午没有出现，下午突然就出现了；今天没有出现，明天就突然出现了；今年没有出现，明年有可能出现了。是偶尔性、临时性或者突然性出现的。这些突然出现的违缘，如果发现得越早，越早对治它就消失的越快；如果你发现得晚、任其发展的话，就会逐渐做大，对我们心的影响、修行的影响会越来越大。**

**所以我们要学，要经常性去反观自己的心有没有产生这样一种无暇。如果都没有学的话，当生起这些违缘的时候我们都没办法认识。这个是不是违缘我们都不知道，又怎么样去对治呢？就根本想不到去对治。但是我们学完之后，知道这种情况就是法本当中所讲的一种违缘，该怎么样去对治，安住在对治之道当中，就可以把违缘彻底地消灭，我们就可以继续顺利地修行下去。**

**所以第一部分就是暂生缘——暂时产生的违缘，或者临时性、突然产生的违缘。如果认识早了我们也可以想方法对治，这个对治的法后面也要讲。大恩上师在讲记当中也提到了对治法。不单单把这些无暇讲出来，还讲了怎么样去对治。如果只是讲了违缘，没有讲怎么对治的话，对于我们这些初学者来讲，也没有办法通过自己的能力去寻找对治的方法。所以祖师们就很慈悲，一方面讲到了这些违缘，一方面讲到了怎么样对治。让我们有应对的方便。】**

生西法师《前行》辅导笔录第23课：**【**

**断缘心八无暇：**

**“断缘”就是断绝了修行的法缘或机缘，相当于解脱灯已经被吹灭的状态。断缘心八无暇也必须了解，然后尽量对治。其中的任何一种，如果真实生起来了，基本上就没有解脱的希望，已经断绝了解脱的机缘。**

**在学的过程中我们会感觉不是一条两条，而是几乎八条都占全了。那到底能不能解脱呢？这个要看。为什么此处说断缘心，是从哪个侧面来讲？有的说是可以调整改变的，那在什么情况下可以调整改变？虽然只要生起其中一种就无法解脱，但对照我们的相续和上师们的教言，似乎也可以对治。那究竟能不能够对治？什么情况下可以，什么情况下不能？**

**这里讲到的是完全相当于病入膏肓的一种状态，八种无暇中任何一种生起来，肯定是不行了，没办法修解脱道了。但是如果程度没有那么严重，有些时候还可以对治。尤其是现在我们学完后，尽量去对治。虽然这八条当中多多少少我们具有一些，但还不至于那么严重，不要让它发展到不可救药的阶段再去对治，那肯定连对治的心都不可能再产生了。现在还有对治的心，说明还可以改，还没那么严重，如果已经到了严重的状态，再讲也没什么用了。**

**我们凡夫人多少都会违犯一些，但是否就成了纯粹的断缘心？还不是。如果现在开始注意，谨慎修行，可能不会发展到这里讲到的这么严重的状态。但如果不注意、不调整，就有可能发展到这个状态。一旦发展到这种状态，那就真是断缘了、解脱灯灭。】**

问：在学到前行广释22课有思考题说暂断八无暇和十八种暇满的关系。答案是用阿琼堪布的比喻十八暇满就像十八只羊，一旦被狼吃掉一只就剩17只，在被吃一直就剩16只.........但是感觉上好像并没有太好的回答。以我的理解简而言之就是暂断八无暇就是十八暇满的违品。这就是他们的关系。不知道是否正确？

**答：一方面你可以尝试自己回答，另一方面那个比喻也很重要，那个比喻已经完整表达了相关的含义。**（正见C1）

问：前行第22课中有“阿琼堪布在《前行备忘录》里有个比喻：十八暇满就好比有十八只羊，一旦被豺狼吃掉一只，那就剩下十七只；又被吃掉一只，只剩十六只了……全部吃掉的话，也就没有羊了。”这样一段论述，末学想问十六无暇（暂生缘和断缘心）与十八暇满是怎样一一对应的呢？请法师开示。感恩法师。

**答：个人理解，十六种情况，是对十八暇满的一种补充，是在普通十八暇满的基础上的一种更高层次的标准。**（正见C1）

问：《前行广释》第22课，暂生缘之八无暇之一：五毒粗重。其中：“所以，只要用心去对治，烦恼是可以遣除的。为什么呢？因为对治之道符合心的实相。”请教法师，这里“符合心的实相”，应如何理解？感恩法师！

**答：心的实相可以理解为心的本性，本来面目，烦恼的对治法都是随顺实相的，会有助于我们证悟实相，会帮助我们认识本来面目。心的实相是远离一切客尘烦恼的，客尘本身并不符合心的实相，客尘是可以被消除的。**（正见C1）

问：关于“五毒”，弟子看有关解释是贪嗔痴慢疑，这里的“疑”是指哪一方面？如何对治呢？

**答：怀疑，比如怀疑轮回的存在，怀疑因果的存在等等，需要依靠信心来对治。**（正见C1）

问：我们平时所说的嫉妒是属于五毒中的哪一类呢？

**答：有的时候可以单独安立，有时也可以包括在嗔恨心当中。嫉妒是一种不悦的心态。**（正见C1）

问：前行广释第22课，暂生缘第一个“五毒粗重”中的“五毒”。通常所说是贪嗔痴慢疑；生西法师辅导时指是：贪、嗔、痴、嫉妒和傲慢。中间有一个差别。请问哪种说法正确？如果两种说法都有，那具体出处分别在哪里？

**答：个人觉得可以有多种解释方式，某些时候“疑”也可以归属在“痴”当中。**（正见C1）

问：五毒烦恼是指贪嗔痴慢疑，但在前行辅导中22课中，生西法师把五毒归纳为贪嗔痴、傲慢、嫉妒。二者是是什么关系。嫉妒和怀疑一样吗？

**答：本来有不同分类。嫉妒和怀疑不同，怀疑有时可以归属在痴当中，嫉妒有时可以归属在嗔当中。**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第22课：**【**

**五毒粗重分别是指贪欲心、嗔恨心、愚痴心、嫉妒心和傲慢心很粗重。为什么有些讲三毒有些讲五毒呢？因为五毒可以归摄到三毒当中，如果打开可以分成五毒。这二者之间是有某种联系的，一般来讲贪、嗔、痴三毒就够了。**

**但是更细致些讲的话，比如嫉妒心是属于嗔恨心的分支。当我们看到别人有钱、有智慧或者快乐的时候，我们得不到就会产生嫉妒心。当我们产生嫉妒的时候，内心当中是很不安静、很不舒服的，就像虫子爬一样非常难受。这个难受就是一种比较轻微的嗔恨心，或者和嗔恨心比较类似的分支的状态，所以它是从属于嗔心的。**

**傲慢是什么呢？傲慢是贪欲下面的分支。傲慢就是觉得自己了不起，其实是对自己的一种状态的贪。觉得我这个功德非常好，其实是属于贪欲的分支。所以嫉妒和傲慢可以归摄到三毒当中；如果打开，再把贪心延续下来有傲慢，嗔心延续下来有嫉妒。**

**……愚痴心就是不知道业果到底怎么回事，众生以前是怎么来的，现在是怎么状态，以后会到哪去？完全不知道，所以叫做愚痴。如果愚痴心很重，当然会对修行佛法延伸很多的邪分别念，或者延伸很多的烦恼，导致自己没办法真实的修行。】**

问：痴心的对治方式：观修缘起法。这个如何理解呢？是观空性吗？

**答：如果能够通达十二缘起的道理，就会了知轮回产生的经过，以及如何断除轮回的道理，依次可以对治相关的愚痴之心。**（正见C1）

问：慢和疑应该有怎样的对治方式呢？

**答：方法有许多，比如顶礼，了知自身的过失，了知他人的功德，了知无我的道理等等都可以对治傲慢；以智慧如理作意，产生信心等等都可以对治怀疑。如果证悟了空性，断除了无明我执，会从根本上断除烦恼。**（正见C1）

还可参考：

**【**问：如何断除自己的傲慢心？

**答：有傲慢心的人，总认为自己的智慧出类拔萃、才华傲视群雄，但只要认真去观察，就会明白这些根本不值一提。在一段时期内，或者特定的小范围里，你的才华或长相等各方面，或许确有过人之处，但不要忘了：在这世上，还有无数人千百万倍地超胜于你。**

**退一步说，纵然你的功德在凡夫中无人能及，但在圣者当中，肯定是有超过你的人。并且你这种所谓的功德，也并非永存，它只是因缘聚合的产物，十分无常。即便我们现在有智慧、有福德，这些也并非一成不变，实在不应以此而轻视他人。**

**要知道，别人心中隐含的功德，我们在没有证得他心通之前，根本无法现量见到。有些人的言行举止，尽管看起来不太如法，但实际上，他内在的功德，说不定如海一样广大。所以，我们对谁都不应轻视与傲慢。**

**作为业障深重的凡夫，不管是什么人，烦恼与功德都相互掺杂，就像粪便中混合着妙药，对此我们又有什么可得意的？假如因为自己有了少许功德就开始傲慢，那为什么不因烦恼炽盛而心生惭愧呢？**

**仲敦巴尊者曾说过：“在整个世界上，我是最卑劣的人。”阿底峡尊者也说：“自己若有学问，就会特别谦虚地对待别人。”这些具有殊胜功德、远离一切过患的大成就者，对所有众生尚且一视同仁、十分谦逊，我们凡夫的过患如尘垢一样多，又凭什么理直气壮地傲气冲天呢？**（上师仁波切）——《人生开示录》**】**

大恩上师索达吉堪布《大圆满心性休息广释》第45课：**【**

**乙八、修舍心之利益：**

**修习舍心无慢痴，现前平等性智慧， 以及法界性智慧，离戏法性本性身。**

**修舍无量心，一是能对治五毒里面的傲慢，因为修了舍心之后，慢心就没有了。傲慢是一种不平等的心，《俱舍论》里面讲了七种傲慢。二是对治愚痴。因为舍心的本体是智慧，所以可以对治愚痴的心。然后现前五种智慧里面的平等性智和法界性智，并获得远离一切戏论的本性身。**

**……**

**所以，我们修四无量心的话，很多智慧也会得到的，自相续当中的很多烦恼也可以对治或者压服， 这是非常有意义的。】**

生西法师《前行》辅导笔录第22课：【

**傲慢是对自己功德、利益的盲目欢喜，是飘飘然的一种状态。傲慢有很多对治的方法，平常我们讲的最多的就是天外有天，人外有人。如果你的眼光很狭隘的话，会觉得自己了不起了，但是真正放眼一看，像你这样的人满大街都是，而且功德超胜你的人多的不得了。当我们心胸狭隘的时候，根本看不到这些，觉得在我这个范围当中我是了不起的等等。**

**当你把眼光放大之后，这种傲慢心就会消失。所以有的时候我们的知见太短浅了，很容易生傲慢心、沾沾自喜，很容易产生自高自大的感觉。但是当你真正把眼光稍微放大一点，看一看世界上的情况，马上就没有傲慢心了，没有什么傲慢的资本。只不过你暂时在这个领域当中，在一个阶段当中可能得到一点点东西，而且这些东西也是无常的，谁知道能够保持多久呢？所以盲目的傲慢是没有什么用的，而且傲慢本身是烦恼，会引发一系列恶业和痛苦。**

**对治傲慢我们该怎么样做呢？就是经常观自己的过失、观别人的功德。当我们在傲慢的时候，可能是觉得我在这个方面做得不错，而对方做得不好，这时就会产生傲慢心，就看不到自己的过失，看不到别人的功德。反其道而行之——当我们生傲慢的时候就这样想，我这点功德也不算什么，就找内心当中的烦恼过患，找自己不如对方的地方，刻意找出来，安住在过患、安住在烦恼过失当中。**

**经常观自己的过失，就会觉得没什么可以傲慢的。在观过失的时候，别人没有这个过患，我就观他的功德。反过来如果经常去盯着我的功德，傲慢就会膨胀。而经常性反观过失，心就没办法傲慢起来，因为发现自己的过失太多了，有什么可傲慢的呢？现在产生这个功德只是昙花一现而已，如果没有把傲慢打消的话，所谓的这个可怜的功德很快就会消失。为什么呢？因为功德通过什么来保持？通过清净心来保持，傲慢的心是没有办法保持你当前这种状态的。如果傲慢心不消除的话，你当前的功德、智慧很快就可能消失下去。所以傲慢的时候就要经常观自己的过患，安住它，通过这样的方式就可以打消自己的傲慢心。】**

问：弟子最近刚学习了暂生缘八无暇，其中五毒粗重里面的痴心提到用观缘起法来对治。

弟子理解：任何本来不是常有的东西都有产生和消亡的过程。有生就必然有灭。人如此，动物，植物山河大地，器世界有情世界都如此。因缘相遇才出现的事物都会消失。痴心相关的对境，可以产生，也肯定要因人物或境况的改变而消亡，这是必然的。有从无到有的出现，一定会出现从有到无的消灭。

另外这缘起法和12因缘法是什么关联？无明缘行，行缘识，识缘名色，名色缘六入，六入缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老死忧悲苦。弟子对这十二因缘法也不太理解。

请问法师怎样正确理解观缘起法对治痴心？

**答：某些时候，这里所说的缘起法指的就是十二因缘的道理，如果某些众生先前执著某些外道的见解，比如认为苦乐等等都是全能的造物主决定的，或者有顺世外道认为没有因果没有轮回等等，如果有这些邪见，那么通过善加抉择十二因缘的道理，就可以遣除那些邪见，正确了知轮回当中生老病死等产生的过程，也能够了知如何断除轮回，有了这样的智慧就可以遣除之前的痴心。而另一方面不仅仅是十二因缘，以缘起性空的道理去思维万法，最终也能够通达万法的本性，这些都是能够对治痴心的。**（正见C1）

问：前行的第22课，课中讲暂生缘之八无瑕，第一个五毒粗重，对亲人爱恋贪执。说有些贪心炽盛的人对亲友和财物一生贪就没有羞耻心。对财物可以理解，可是对亲友怎么会贪执呢，是指哪方面呢？后面说对治贪心是修不净观，不净观是对男女之情才有的贪呀，对亲友怎么贪？我真的不明白。

**答：不净观主要对治是对异性伴侣（配偶属于亲友）的贪欲心，许多时候这种贪欲心在对亲友的执著当中属于非常强的一种。**（正见C1）

问：《前行广释》第22课讲解的“五毒粗重”：痴心的对治方法大恩上师说的是用缘起法，《前行备忘录》里的教言是观修十八界的类别，请问法师：什么是十八界的类别，它和缘起法有什么区别？

**答：十八界就是六根、六境、六识，缘起法指的是十二缘起或者说十二因缘。你可以参阅《俱舍论》。**（正见C1）

问：弟子看佛子行里对痴心的解释是“丧失如理取舍所行善法、所断恶业的正知正念，取舍因果的智慧逐渐消失，无明愚痴在心的虚空中密布起来”。弟子的理解感觉更多的是邪见，不知道弟子对于痴心的理解是否正确；对于痴心的对治方法弟子不是很理解。

**答：邪见肯定属于痴心，如果是广义的痴心，还包括迷惑不解，总之，没有正确认知、错误认知二者都可以属于痴心。很多时候，我们不了解自己是怎样在轮回里流转的，也不知道怎样解脱，或者有其他错解，那么通过学习十二缘起的道理，就可以遣除这些迷惑。**（正见C1）

问：对治傲慢的方法：弟子想到的就是磕头，不知道还有没有其他的有效方法；另外，如果我们在共修的时候很容易对不如自己的道友产生傲慢心，这时候应该怎么去对治和思维呢？

**答：可以多多思维自己的过失，众生的功德，调整自己的注意力非常重要。**（正见C1）

问：听法师辅导的时候提了一下烦恼障、业障和报障。可否理解为我们的五毒粗重是烦恼障、恶业涌现是业障呢？如果这样理解是正确的，那报障一般的体现会表现为哪一些违缘呢？

**答：某种角度也可以这样理解。有的时候，报障可以侧重于感受恶业的果报带来的障碍。恶业涌现，有时也包括自己的习气涌现。**（正见C1）

问：顶礼上师三宝，顶礼法师，“只要用心去对治，烦恼是可以遣除的。为什么呢？因为对治之道符合心的实相。”请问法师“对治之道符合心的实相”这句话该如何理解？感恩法师！

**答：对治之道，可以理解为佛法，对治烦恼的方法，这些方法相合于我们心的本性，相应究竟的实相。实相当中没有烦恼。**（正见C1）

问：22课讲的：第一违缘五毒粗重中的痴和第二个违缘愚昧无知，有什么区别啊？平时说的愚痴是指的哪个呢？

**答：个人理解，一者侧重具有错误的认知，一者侧重缺乏理解事物的能力。可能有多种解释方式。**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第22课：**【**

1. **五毒粗重：**

**……**

**此处讲到了贪心和嗔心，略掉了愚痴心，愚痴心就是不知道业果到底怎么回事，众生以前是怎么来的，现在是怎么状态，以后会到哪去？完全不知道，所以叫做愚痴。如果愚痴心很重，当然会对修行佛法延伸很多的邪分别念，或者延伸很多的烦恼，导致自己没办法真实的修行。**

**……**

**什么是愚痴呢？前面我们讲过，众生前面是怎么来的，后面哪里去，现在是怎么状态？愚痴就是我们对前继、中继、后继不了解。怎么样遣除这种愚痴呢？就观十二缘起，也就是观察前因后果。观十二缘起，最初是无明、缘行、行缘识等等，对应我们前世的是无明和行，今世当中的就是识，后面的缘起是生、老、死等。如果观十二缘起，就知道一切众生怎么来的、现在是怎么状态、以后到哪里去，这样就会打破愚痴。**

**……**

**二、愚昧无知：毫无慧光、极其愚痴的人们虽然已经步入佛门，但对正法的句义一点一滴也不能领悟，根本没有闻思修行的缘份。**

**愚昧无知就是“毫无慧光”——内心当中没有智慧光明。“极其愚痴的人们虽然已经步入佛门”，已经皈依、学习佛法了，但是对于佛陀所开示的正法的词句和意义“一点一滴也不能领悟”，完全听不懂，没办法放到心中去领悟。“根本没有闻思修行的缘分”，进一步闻思修行的缘分他是没有的。**

**如果愚昧无知的话，“虽然已经步入佛门”，能够对佛法有兴趣、修行佛法这是好事，但是愚昧无知这个违缘没有打破的话，他在佛法当中很难有更深一层次的进步，愚昧无知属于一种障碍。比如说听法，不要说听密法、如来藏、中观，有的时候可能菩提心这些一般的法义都听不懂。虽然听了，但是意义上完全不知道在讲什么，这样怎么可能在佛法当中得到大的意义呢？对于修行的方法都没懂的话，更谈不上去实践了。**

**如果处在这种状态当中，进一步修学佛法是有一定的违缘的，那么这个方面我们就要对治。】**

问：顶礼法师，请问暂生缘八无暇中五毒中有痴，与第二个暂生缘中的愚昧无知有什么差别，前行备忘录中说对治痴需要观想十八界的差别，如何理解？感恩法师。

**答：个人理解，五毒当中的痴可能侧重于错误的认知，愚昧无知可能侧重于比较愚钝。通过了知十八界的种种安立和相关规律，有助于我们更加清晰的认知自己和外境。十八界包括六根，六识，六境。**（正见C1）

问：请问法师“被魔所持”为何属于暂生缘八无暇而不是断缘心八无暇？暂生缘八无暇和断缘心八无暇究竟是以什么标准来划分的呢？

上师讲记中提到说断缘心八无暇指的是让人从此断了修行的因缘，从解脱道上退失。而暂生缘八无暇中讲到“被魔所持”时也谈到——如果被魔所持，自心将与佛陀的教法背道而驰，入于歧途而无法趋入解脱正道。

如果按上述标准，“被魔所持”似乎应该划分在“断缘心八无暇”中，此处的划分应当如何理解？

**答：个人理解，此处可能侧重于，因为某种因缘，暂时被魔所持，是阶段性的，不是特别固定的情况。**（正见C1）

问：在实际修学的过程中，在某一段时间可能会比较频繁出现一些违缘，末学不确定是不是因修学而违缘提前或较集中出现，其他一些的道友也有类似的经历和观点。末学想请问法师，遇到这样的情况，除了安忍和坚持，另外祈请上师加持之外，有没有什么咒语或者观想的方法，能更快速遣除违缘呢？

**答：方法很多了，念诵各种咒语都可以，一方面看你的信心和意乐。如果有条件供护法也很好。**（正见C1）

问：第22课中讲：“所以，只要用心去对治，烦恼是可以遣除的。为什么呢？因为对治之道符合心的实相。”这里“心的实相”的意思我理解为：人人都有佛性，人人都有如来藏，这种“佛性和如来藏”就是每个人的心的实相，但是由于愚痴、业力、烦恼把自己的实相给掩没了，那么要除掉烦恼，就是找回自己的佛性，用自己的佛性这种心的实相来对治烦恼。例如，修慈悲心来对治嗔心，用无常来对治懈怠，用不净观来对治贪心，慈悲心就是心本来具有的实相，寿命无常与不净观也是心的实相，是宇宙人生的真相，所以用这些符合心的实相来对治烦恼，烦恼就可以排除掉的。

师父：我这样理解是对的吗？

**答：“慈悲心就是心本来具有的实相，寿命无常与不净观也是心的实相”理解不算非常准确。心的本性是远离四边八戏，不是分别念的对境。**（正见B1）

问：顶礼上师三宝！第22课，上师开示：“如果世界各民族的佛教徒异口同声地祈祷莲花生大士，必将能遣除末法时代弘扬佛法及个人修行的种种违缘，从而令佛法久住世间。”弟子有疑问，佛法住世各个时期和阶段佛陀已经亲口授记过，为什么祈祷莲师遣除违缘可以令佛法长久住世呢？感恩法师慈悲开示！

**答：个人觉得，某种角度来说，正因为有许多修行人精进祈祷，佛法才得以住世如此之久。假设缺乏这些努力，佛教的住世时间可能没有这么长，佛陀的智慧也能够照见未来会有许多修行人精进祈祷、修持。**（正见C1）

问：加行第22课讲的是暂生缘八无暇，问题出现在智悲佛网法师辅导中。在开显“五毒粗重”和“愚昧无知”时，法师再再谈到忏悔、念修文殊心咒、观12缘起，智慧就会慢慢开显。弟子想问的是，智慧开显的标准？智慧开显有何验相？

**答：可以有不同的标准，包括能够通达经论，善加领会相关法义，善加抉择、剖析法义等等，究竟来说，能够证悟实相，乃至成就佛果（智慧开显到究竟就是成佛）。**（正见C1）

问：有道友问：第22课“十八种无暇”这个表述准确吗？她说只听说了“十八种暇满”，没有听说过“十八种无暇”这个名词，怀疑是笔误。恳请师父指点迷惑。

**答：个人理解，十八种暇满的反面可以理解为十八种无暇。**（正见C1）

问：顶礼法师！在《前行广释》第二十二课中有一段话：像菩提萨埵那样的大菩萨，刚来藏地弘扬佛法时，也遇到人与非人的百般刁难，那个时候，他显现上唯有借助莲花生大士的威力，方才遣除了一切障碍。这里的“菩提萨埵”是范指还是特指哪位菩萨？请法师开示！阿弥陀佛！

**答：指的是静命论师，或者叫寂护论师。**（正见C1）

问：顶礼上师三宝！阿弥陀佛！法师好！大圆满前行引导文中讲暂生缘八无暇部分，第五个无暇——恶业涌现，其中有句话是“即使兢兢业业地修法，可是自相续却生不起功德”，这句话的功德是指什么？

**答：可以理解为生起各种修行的感受觉受或者说善的方面，比如你产生出离心的觉受，这是一个积极的内容，是一种功德。**（正见C1）

问：“恶业涌现”，是指一学佛便开始造杀盗淫妄等恶业呢，还是指各种违縁涌现（前世恶业果报成熟）？上师解释是“即使兢兢业业地修法，可是自相续却生不起功德”，什么叫做“自相续却生不起功德”？修行一两年，然而贪嗔痴习气依然很重，更不用说出现见到本尊等一些修行验相，是否属于自相续生不起功德？

**答：功德有很多，包括戒定慧，慈悲心，出离心等等，修行很久，烦恼依然严重，可以说是恶业涌现的表现。**（正见C1）

问：恶业涌现：罪障深重之人，恶业的大海波涛汹涌澎湃，即使兢兢业业地修法，可是自相续却生不起功德。什么是自相续却生不起功德呀？我还是学了快一年了，我也不觉得自己有什么验相，还老是生贪嗔痴，我老公也说我脾气还是不好，我这个叫不叫恶业涌现呀？

**答：从某个角度来说，恶业涌现确实会障碍我们产生闻思修的功德，障碍我们产生善心，给我们解脱带来障碍。如果我们在修道之路上感觉很困难，那说明我们可能有很多的业障需要清净。**（正见C1）

问：暂生缘八无暇中的愚昧无知与十八暇满中的喑哑和根德不圆满有什么区别？

**答：有类似的地方，而愚昧无知的前提是已经入了佛门，可能是说有一定的理解能力，而比较严重的喑哑可能连佛门都难以进入。**（正见C1）

问：被魔所持与十八暇满中的邪见有什么区别？

**答：被魔所持的前提是被邪知识摄受，而邪见可能有各种的情况。**（正见C1）

## 其余疑问

问：弟子越观察自己，越感觉自己贪嗔痴慢疑五毒深入自己的生活和为人处世当中，对自己很是责备，但是现在又没有足够的决心和力量可以改正，一直处于自我的苛责当中，处于自我的攻击当中，心情和生活都受到了很大的影响，请上师慈悲开示，在这个阶段弟子应该怎么做？

**答：这个阶段闻思修最重要，首先去听闻，然后去修。其实修行就是对自我的一种挑战和攻击，但是修行的过程当中不可能一下子这些烦恼都没有了，但是修行的功夫和境界逐渐地提升的时候，自然就得到了改正，这时候就很轻松地自然就改正了。所以最好的方法就是学习和修，这两个非常重要。**（慈诚罗珠堪布《问答摘录》）

问：请问心识和心如何区别？我们大圆满前行中修的心是指意识吗？

**答：心和心识基本上是一个意思。我们所修的这个心，基本上是以意识来修的。因为眼识、耳识都是属于无分别识。染污意识，其实是一种染的状态，真正来讲没有修行的能力。阿赖耶识它比较弱。平时我们都是用意识来修，但“所修的”是不确定的。我们用意识观察、安住在眼识的本体，或者用意识来观耳识的自性，观耳识的无常，或者观阿赖耶识空性……所修的法，所修的心，有可能是八识都有。所以，心和心识其实是一个意思，因为每个众生内部只有一个心，只有一个识，相续的识只有一个。但是因为根不一样，眼根引发的识就叫眼识，耳根引发的叫耳识，分了六识或者八识。但是每个众生内部只有一个心识，它的功能不一样，通过根来区别它的功能，其实我们相续里面内部只有一个心识。但是我们的身体有眼根、耳根，这些窗口不一样。通过眼根产生的叫眼识，耳根产生的叫耳识，其实里面心识是一样的，因此心和心识基本上来讲是一样的意思。也有些地方说心、意、识，分别对应阿赖耶识、意识和前五识。**（生西法师）

问：《西藏度亡经》是否需要灌顶才能看？

**答：《西藏度亡经》在佛法中讲是一个闻解脱的体系，《西藏度亡经》中有一部分必须要灌顶才能看，比如讲到直指心性的大圆满方面的窍诀，就必须要灌顶才能看；还有一部分是已经开许的一些念诵、超度部分，不灌顶也可以看。**（生西法师）