《前行》第027课-答疑全集

**目录**

1. [**人身难得**](#_人身难得)
2. [**其余疑问**](#_其余疑问)

## 人身难得

问：请问法师1个问题：如果今生没有得到坚固地（佛果），来世也很难再度获得这样的闲暇人身。这句话应如何去理解？

**答：个人理解，如果自己没有修行获得解脱乃至成佛，要获得人身本身也是不容易的，因为要具足很多资粮和条件，获得人身这件事本身就是需要很多条件的，我们可以侧重于从人身本身就难得这一点来理解。**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第27课：**【**

**我们要想，如果今生没有得到坚固地（坚固地在括号中说是佛果），如果没有获得佛果，来世也很难再度得到暇满人身。**

**这个我们要做解读，有可能道友会疑惑，今生当中如果得不到佛果，后世就得不到暇满人身吗？当然这是不一定的。坚固地有很多种，最高的坚固地当然是佛果了，如果得到佛果，每一世都是暇满人身，即便得到佛果后转到恶趣了，还是暇满人身。因为根本不可能有无暇的状态。**

**所以说得到佛果之后，只有一件事情要做，那就是度化众生。最高的坚固地是佛果，完全可以周遍下面的。第二坚固地指的是一地以上的菩萨。一地以上的菩萨也是很坚固，因为他不会再退失轮回了，他的境界非常的坚固。如果得到了圣果了，后世都是不可能堕恶趣的。**

**还有一种凡夫的坚固地，今生修得的善根非常坚固，修持善法成了决定的善业，其它的因素影响不了他，他在后世一定会得到暇满人身，这是没办法逆转的。这也叫坚固地。所以“坚固地”有以佛果为首的最高的坚固地，然后是中间菩萨的坚固地，还有在资粮道、加行道的坚固地，以及现在我们这种相似的坚固地。就是说你该做的都做了，戒律守持了，积资净障、该忏悔的忏悔、该发愿的发愿，这些都做了，你的相续中的这种业是不可逆转的，下世一定会成熟到善趣中。这种坚固地可以这样讲。如果我们没有获得这种坚固地，来世也很难获得暇满人身。**

**所以我们要解读一下这里面坚固地佛果的意思，佛果坚固地是最高标准。这个坚固地往下的标准还有很多。有可能是指修行很坚固、不可逆转，虽然是凡夫人，但是你的决心很大，修行不会退失，在后世也有把握获得暇满人身。但是如果这些都没有——如果没得到佛果，那你有什么可以傲慢、有什么可以放松修行的呢？初地菩萨也没有获得，有什么放松的呢？为什么不去精进呢？资粮道、加行道坚固地也没有，你凭什么要去放松呢？如果连凡夫的坚固地都没有，那就更加没有资格去放松了。如果你现在这些都没有得到的话，来世很难再度得到这样暇满的人身。】**

问：这样的暇满人身也并非是偶然或侥幸获得的，而是多生累劫中积集二种资粮的果报。

我的问题：什么善因属于福德资粮，什么善因属于智慧资粮。

**答：可以有多种理解角度，有时，如果相应于空性，可以对应智慧资粮，如果相应大悲，可以对应福德资粮，在很多时候可以同时积累二种资粮。**（正见C1）

问：27课中讲：“这样的暇满人身，并不是平白无故或偶尔侥幸获得的，而是多生累劫中积集福慧二资的果报。”

请问法师：在多生累劫中我们是以何种身份积集福慧二资的？如果是人身，那么能不能说明我们多生累劫中都在是人的身份；如果是其它身份，如何实现持戒，布施等积累福慧二资的呢？这里弟子越想越迷惑，请法师慈悲开示。感恩！

**答：个人理解，有时主要是依靠人身，过去生你曾经当过人，但不能证成你过去每一生都是人。比如你在一百个大劫当中当过一次人，那一次你就可以积累一定的资粮。当然，以其他身份在因缘具足的时候也可以积累一定的资粮。**（正见C1）

问：法师好，请教法师：在前行二十七课课文中说阿琼堪布在《前行备忘录》中大概是这样说的：要得到闲暇，需要守护清净戒律；要得到圆满，必须大量积累布施等福善……那么，为什么守持戒律是得人身的因？是不是唯一的因或主要的因？

**答：通常来说，要得到人身，需要守护五戒的相关内容。是非常重要的因。是不是唯一因我不清楚，因果甚深微细。**（正见C1）

还可参考：

大恩上师索达吉堪布《般若摄颂浅释》第56课：**【**

**依戒能断旁生体，离八无暇恒得闲，**

**忍得广大微妙相，宛如金色众乐见。**

**依靠持戒，能断除转生为海陆空中形形色色的旁生躯体，还能远离八无暇而恒得闲暇，这样学习佛法就有真实的时间。所以大家务必清楚，通过受持戒律才能得到人身。如果下辈子想转为人，进而弘扬佛法、利益众生，即生中就要受持戒律。没有受持戒律，功德的所依就没有，甚至根本不能保证不堕恶趣。当然，这也是诸大德一直强调“守戒是一切功德之本”的原因。**

**在《大萨遮尼干子所说经》里讲：“一切诸如来，安隐住涅槃，断诸恶趣道，皆由持戒故。”意思是说，一切如来的安隐涅槃，断除一切恶趣的种子和习气，其来源就是持戒。如果没有持戒的功德，就不能保证不堕恶趣，也不能保证功德增上——暂时获得善趣、究竟得入涅槃。所以大家一定要清楚持戒非常重要！】**

问：顶礼法师！请教！做火施烟供时的食物掉落地上，可以捡起来继续做烧烟吗？

**答：如果是布施饿鬼的食物，通常是可以的。**（正见C1）

问：另外，请问为什么这只羊会知道去找米拉日巴尊者？作为凡夫有时都不能辨别圣者，畜生道的众生应该相对更愚痴，它为什么能看出米拉日巴尊者是它的怙主？

**答：业力和因缘不同，那个众生和尊者有缘。许多旁生也是有灵性的，我们放生的时候，有时许多动物都会通过动作表达感激。**（正见C1）

问：前行第27课中讲：观想时以三殊胜摄持和观想后串习。请问，串习是否也可以归纳在三殊胜中？

**答：可以。**（正见C1）

问：前行27课中，有一句“再没有比人身更容易成为恶趣坠石了。”

阿修罗生性妒忌好斗，常与天人作战。是不是阿修罗也容易堕恶趣呢？

**答：在有些时候人身造的恶业可以比阿修罗身造的恶业多很多，谤法、五无间罪等等的过失非常严重。**（正见C1）

问：前行广释27课中上师说“《前行备忘录》后面对四种观修专门有祈祷和发愿”，请问具体在《前行备忘录》哪一页？

**答：【接着想要报恩：以往，深情的母亲将一切利益胜利都奉献给我，所有亏损失败母亲自己承受，一切快乐幸福的事通通给予了我，所有罪恶、痛楚、恶语，母亲自己来忍耐，她就是这样利益我的。现在轮到孩子我了，我必须要关注老母的疾苦，想想老母亲有没有享受安乐，有没有感受痛苦。结果就会发现：虽然她希求暂时晒太阳暖乎乎的快乐直至圆满佛果之间的安乐，可是却不知晓奉行快乐之因的善业和正道，也没有机会听受如理讲经说法的善知识的言教；尽管她不想遭受下至微微火星落在身上直至三有轮回的一切痛苦，然而却糊里糊涂地造痛苦之因的业和烦恼，以至于所想、所行背道而驰，正如（《入行论》中）所说的“愚人虽求乐，毁乐如灭仇”。她拥有的快乐真是寥若晨星，而受到苦谛直接的危害、集谛间接的危害。由此与希求心相关联：心想，如果母亲能离开苦因——集谛的业和烦恼、苦果——三界轮回的一切痛苦，那该有多好！与发愿相联：但愿母亲能远离苦因及苦果。与发誓相关联：我一定要使她远离一切苦因及苦果。为了使老母远离苦因及苦果，祈祷无欺的皈依处三宝予以垂念，念诵“上师如来……”到“奇哉三宝大悲尊……勇士您具大悲力……”来虔诚祈祷。】【观想的内容，第一是住所，第二是身体，第三是痛苦，第四是寿命，就依照观修闲暇时那样来观修。当这样静心思维时，心里觉得悲悲凄凄，万分伤感，那就是厌离心。生起了想从中解脱的心，那就是出离心。出离包括出离的果和出离的意乐，这里是指出离的意乐。转生到地狱的因，虽然总体来说是三毒引发的上品十不善业，但主要是嗔心驱使的杀生等业。自相续从无始时以来积累下数不清的这样的业。对此，具足四种对治力进行忏悔、立誓从今以后哪怕是肉被揪成一块块而死，也绝不造这样的嗔业。对于转生在地狱的一切有情，要了知是母、念其恩德，萌生想要报恩的心念，但愿他们远离苦因及苦果。第二是发愿，如果他们远离苦因及苦果，那该多好！第三是立誓，我一定要使他们远离苦因及苦果。第四是祈祷，诚心诚意祈祷远离苦因及苦果无欺皈依处的三宝，我的老母有情正住在地狱就在当下、迅速、在这个住处、在这坐垫上解脱，猛励祈祷三宝，念诵“奇哉三宝大悲尊……上师如来众生怙，精进救护众生事……”以及“勇士你具大悲力……”，遵照全知无垢光父子的观点而言，要间接对作意自私自利深恶痛绝。】——以上是《前行备忘录》当中的内容。我看的是电子版。你可以搜索一下。**（正见C1）

问：做为在家的凡夫如何判断已升起了人身难得的觉受呢？

**答：看自己是不是很珍惜，不忍心浪费时间，精进闻思修行、利益众生。**（正见C1）

问：虽然得到了人身，但对于无有正法光明而无恶不作的人来说，甚至比恶趣众生还下劣。如米拉日巴尊者对猎人怙主金刚说：“本来佛说暇满人身珍贵难得，但看见像你这样的人，便会觉得人身并没有什么珍贵难得的。”因此说，再没有比人身更容易成为恶趣坠石的了。

顶礼法师！这里提到的怙主金刚是谁也是大成就者么？做猎人是一种示现么？

**答：通常来说，这里的“怙主金刚”指的就是那个猎人，不是大成就者。虽然名字很殊胜，但有一个殊胜的名字不代表自己一定很厉害，比如民国时期有一个大汉奸叫做周佛海，你不会觉得周佛海是不是佛啊？否则他为什么叫这个名字？**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第27课：**【**

**“怙主金刚”是个猎人的名字。以前有些道友不知道，认为“怙主金刚”怎么还会造恶业呢？他是“怙主”啊！都是“金刚”了还造恶业？其实只是他的名字叫怙主金刚。虽然他的名字取得很好，但是在修佛法之前，他的名字和意义没有真实地对应。他以前是一个造恶业的猎人，名字取为怙主金刚。**

**故事在上师的讲记以及《米拉日巴尊者传》当中也是讲到，这个猎人每天打猎造很多罪业，米拉日巴尊者为了调化他就对这个猎人说，本来佛陀讲了暇满的人身是非常珍贵难得的，但是看到像你这样天天造业、且内心中烦恼粗猛的人，就觉得人身没有什么珍贵和难得的。因为你用这样的人身去造恶业，这种造恶业的人身并没有什么难得和稀有的。由于这个怙主金刚内心中也有善根，所以他听到这个之后就幡然悔悟了，放弃了打猎、跟随尊者修行。】**

## 其余疑问

问：堪布您好！随着我们学习得越来越深入，很多年轻的弟子都知道人身难得，都生起了这样一个重要的感受，但是大街上、公园里，有许许多多的老人把本来应该用来修行的时间，用来跳舞、唱歌、打麻将、上网。很多弟子觉得很可惜，您对这一类人有什么开示呢？您对广场舞有什么开示呢？谢谢。

**答：广场舞其实挺好的，老年人如果没有这些兴趣，整天都在家里的话，他也不知道这个日子怎么去过。我们平时也讲，有些人觉得佛教的人生观是消极、悲观的，其实根本不是。如果有了佛教的人生观，就算是七八十岁的人，也有自己的奋斗方向，有自己的追求和理想。所以跳不跳广场舞，根本无所谓，他还有其他的事情可以做。但是如果他认为人死了以后什么都没有了，一切都结束了，那么没有广场舞的话，确实不知道这个日子该怎么过了。**

**有些老年人奋斗了一辈子，赚了一点钱，但他现在的身体不像年轻的时候，出国旅游觉得不舒服；去吃好东西也感觉不出来以前的味道，觉得整个世界变得没有色彩。这时很多老年人非常痛苦，就是一天一天等死，所以没有追求，没有什么理想可谈，确实是很痛苦的。这时候他们到公园里面去，打麻将也好，跳广场舞也好，到郊区走一走，我觉得都是很好的方法。**

**如果他们能够学佛的话，那当然更好了，但我觉得这个有点难。因为在七八十年这么长的时间当中，他们一直没有生死轮回和因果的观念，一辈子根深蒂固。他们学习的条件，各方面都比较差。在这样的情况下，让他们改过来，也不好改。既然改不了，就只能这样，我觉得这个没有什么，就顺其自然了。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》)

问：27课中怙主金刚遇到了米勒日巴尊者，米勒日巴尊者就不让他再回去，一直跟着米勒日巴尊者来修习。对于当今社会，有一些也许是大利根者，也可能会遇到一些殊胜的因缘，但是可能有自己的家庭、公司等，如果这样没有处理就去修行，可能会牵扯一些法律的问题。像以戒律和现在当今的这种社会，这种情况应该怎么样正确的选择呢？

**答：不同的情况要不同对待。当时怙主金刚有这个因缘，再加上米拉日巴尊者也看到了所有的可能，看完之后就是让他不要再回去了。现在的人不一定每个都要去对照的，要看自己的情况，有时候自己这样做可能会引起不好的反响，所以还是要把该处理的事情尽量处理圆满之后再去做，这样比较好一点。**（生西法师）

问：不动佛心咒，法本上说“即使念一遍也可消除五无间罪等一切罪障”，这样的话是不是也就可以替地狱的众生念不动佛心咒来利益他们？如何来行持和发心更能利益到众生？师父能不能做一个口传？

**答：应该是可以，但是念一遍能够消除五无间罪，要看念诵的人的情况和其他的一些因素。我们自己念、替众生念都可以，能不能够真实利益到众生，这个也要看念诵者的很多因素、因缘。但是可以这样发心去念，这样念是非常有必要的。不动佛的心咒，以前上师传过，不动佛心咒短咒：嗡 占扎马哈若卡那吽啪的。**（生西法师）

问：修行善法之后怎么回向能利益到家人呢？

**答：第一可以想他们的样子、想他们的名字、念他们名字，然后功德回向谁谁谁家人，这就专门给他们回向了；也可以作意的时候回向一切众生，也回向我的家人。**（生西法师）

问：修行善法之后是先回向法界或者以普贤行愿品回向完后，再回向给家人，还是直接回向家人就好？听一个在家师父说直接回向家人，因为功德太小会引起冤亲不满，应该请菩萨帮忙分配功德给家人的冤亲，是这样的吗？

**答：回向法界众生，同时也回向给我的家人，有的时候想一想，作意一下就可以了；有些时候可以念名字，需要念名字的时候念名字，不需要念名字时候我们的心中想这个善根回向给我的家人，也回向法界众生，然后同时回向给我的家人，这个是可以的。请佛菩萨分配，这个我没听说过。自己的心清净，直接这样回向应该可以的。这个讲法我不知道出自哪里，没看到过。自己不想，请菩萨分配，也可以，反正我们回向一切众生，一切众生当然包含了冤亲债主，除了这些冤亲债主之外也回向我的家人，这时不会有什么分配的问题了，因为这里面已经包含了冤亲债主在内的所有众生，只不过有什么特殊的必要，我要给我的家人再回向一下，这是可以的。**（生西法师）

问：请具体讲一讲怎么慢慢达到不睡觉或者少睡觉？

**答：一方面有一些技术上的操作，还有一些从根本上改变的方式。当然从根本上改变一些方式的话，自己要积资净障，要积累资粮和清净的罪业，经常性地去祈祷上师诸佛加持我们。对于加行，比如通过暇满难得、寿命无常的观修，我们知道，在讲暇满难得的时候讲过金厄瓦格西因为观想暇满难得相应了，一辈子不睡觉，寿命无常观想之后我们明白不知道什么时候死，所以一定要真正精进。这些法义入心，是让我们从根本上减少睡眠的一种方式。从技术上来讲，怎么样慢慢达到不睡觉或者少睡觉呢？以前大恩上师讲，假如现在一天睡八个小时，想把它减到六个小时，可以制定一个计划，一下子减两小时可能是很困难的，但可以循序渐进进行，比如一个月减五分钟，在一个月当中早起五分钟，少睡五分钟，去习惯它，习惯完之后下一个月再少睡十分钟，这样慢慢减，就没有感觉那么严重。如果一下子从睡八小时减到睡六小时，一下子就感觉没睡够。打个比喻讲，一下子就会感觉没睡够。但是如果慢慢减，就是一期减几分钟，以前睡八小时，现在睡七小时50分，七个小时50分其实和八个小时好像差不了多少。一段时间慢慢适应，适应好之后再往下减，慢慢这样减，经过也许两三年，慢慢慢慢就可以从八小时减到六小时，再习惯之后还可以减。这是循序渐进的方式。因此，一方面我们通过这样技术性的操作，第二个方面通过不断地集资净障、祈祷上师加持、法入心的方式，多管齐下。**（生西法师）