

### 三、思维远离违缘八无暇之理：

邪见生鬼畜，泥黎法不闻，

边地蔑戾车，生便痴瘖性，

或生长寿夭，除八无暇过，

闲暇既已得，尔可务当生。

有八种违缘，使我们无有时间修法，即是：生于邪见、饿鬼、畜生、地狱、暗劫、边地野蛮人、痴瘖、长寿夭八处，无有闲暇修持正法。

一者邪见，如果生为外道或随顺彼见，则自己的相续已被邪见所染污，诽谤业因果与解脱。对佛之正法生不起信心故，无有闲暇修法；二者若生于饿鬼道中，由于业力所致，别说得到稍许饮食，就连水的名字亦很难听闻，或者虽然见到流水鲜果，也立即因业力而干涸，不得受用，备受饥火焚烧之痛苦，无有闲暇修法；三者若转为畜生中，自己无有自在任人役使鞭打，互相之间啖食残害，种种痛苦常常逼恼身心，无有闲暇可以修法；四者若堕于泥黎之中即堕入地狱里，感受地狱的楚毒。颂文中的‘泥黎’是地狱的音译，有时写作‘泥犁’，在地狱里日日夜夜备受寒热等痛苦，无暂停之时，故亦无有闲暇修法；五者若生于暗劫中，连三宝名字亦听闻不到，远离正法之光明，亦无有机会修法；六者若生于边地的蔑戾车，无有佛法之光明，不知取舍善恶，将不善业当作是善业的蔑戾车，又译“弥离车”、“蜜梨车”等，梵语意为“外国人”，引申为“野蛮人”、“恶人”，即风习与印度教制度不同的非雅利安贱民；亦指那些只知方言，不谙婆罗门传统的雅利安人及所行不如法，没有开化，昧善恶取舍的边地人，故亦无有闲暇修法；七者生便痴瘖性，即意根或眼、耳、鼻、舌、身根等受损者，则于正法闻说观修等皆不能行持，故

亦无有闲暇修法；八者若生于长寿天，在无念的禅定之中度过数劫，一旦业报尽后，因生邪见亦堕入恶趣，故亦无闲暇修法。

现在国王你既然已经断除了此八种无暇的过患，得到了可以修持佛法的闲暇人身，你就应该万分珍惜，时时刻刻中精勤观修，务必使相续中速速生起勇猛的出离心、无上的菩提心和深广的智慧等，以此来越过如同火宅般的轮回，当住堕生轮回苦海的业及烦恼。

《入行论——菩提心利益品》云：

暇满极难得，既得能成利，

倘若利未办，后世岂复得？

《佛子行三十七颂》云：

获得暇满大舟时，为自他渡轮回海，

昼夜恒时不懈怠，闻思修是佛子行。

《劝发诸王要偈》云：

邪见三恶趣，不闻佛法音，

边地暗冥处，聋哑长寿天，

王已离八难，得此无碍身，

宜应修善业，方便求泥洹。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

邪见边地置无佛，生性痴哑阙慧根，

生堕泥黎饿鬼畜，或若转生长寿天，

王已离八无暇难，得此无碍暇满身，（补译）

既遇微妙清净法，应当志求离欲道。

## 《亲友书》

执持邪见转旁生，投生饿鬼堕地狱，

无有佛教于边地，转成痴哑野蛮人，

长寿天生任一处，此等即是八无暇，

远离此等得闲暇，为不转生当精进。

此处讲远离八无暇而精进修持。字面意思很好懂，有佛教基础、学过《前行》的人，一听就知道在讲什么，但是，你们有没有思维过其中的意思呢？

这里是说，有些人可能想：“四轮所依的人身虽然难得，但要我修行的话，我没有空啊，每天有很多事情要做，怎么有修行的时间呢？”其实作者在这里说，真正没有修行机会的是八无暇，如果远离了这八种无暇，就算你平时再忙，也可以抽出时间修行。

那么是哪八种无暇呢？

一、持邪见者：对上师、三宝、因果、轮回、涅槃等不起信解，自相续被邪见染污，对佛陀正法生不起信心，或者是持常见、断见的各种外道派。我们有些人虽然不是外道，但内心的邪见很重，佛陀说的也不相信，菩萨说的也不相信，上师说的也不相信——“他们说得不都对，我的智慧应该超过他们！”有了这种邪见，你相续中的善根不会增上，即使佛陀那样功德圆满的人来到你面前，你也不一定起恭敬心。例如善星比丘，他于二十五年中当佛陀的侍者，但是对佛陀无有丝毫信心，唯生邪见，以至于最后堕为饿鬼。你们很多人从小就接受不正确的教育，相续中的见解非常可怕，尤其是有些人喜欢看一些邪说、邪书，这对自己没有任何利益。对我个人而言，假如没有驳斥等其他必要，根本不想看这些非法的书。前段时间有一本书专门诽谤因果、诽谤佛法，我大概看了一下，简直是浪费时间，那个人完全是发疯了，看他的疯话而浪费自己的宝贵时间，太不值得了！不

过，有些人可能以好奇心来翻阅，如果没有头脑、没有智慧，就会随波逐流、人云亦云，最终丧失修持正法的机会。

二、旁生：转为旁生的话，不管是水里、空中、地上的动物，都没有修行的机会。鱼儿天天忙着游来游去，鸟儿天天忙着飞来飞去，哪有修行的时间啊？就算我们想给乌鸦讲《大圆满前行引导文》，它也“哇哇”地乱飞乱叫，一直在说“不要、不要”。旁生有被役使的痛苦、愚痴的痛苦、互相啖食的痛苦，饱受各种痛苦折磨，绝不可能有修行的因缘。所以，我们看到一些动物的时候，应该想“幸好我没有转生为这个动物”。即使是名贵的大熊猫，其实也特别可怜，它们只是供人们观赏而已，但连一句观音心咒都念不来。这样的话，还不如变成一个乞丐，有福分的乞丐每天都念“嗡嘛呢叭美吽……嗡阿吽班匝格热巴玛色德吽……阿弥陀佛……”，远远超过那些“国宝”。

三、饿鬼：转生饿鬼的话，天天都饿着肚子，寻觅饮食而不可得，根本没有精力修行。有些道友饿着肚子听课时，法师讲什么都听不进去，一直想着美味佳肴，盼望着快点下课，可想而知，饿鬼更不可能有机会修法。

四、地狱众生：地狱有寒冷和酷热的剧苦，稍微休息的时间都没有，更不要说学习佛法了。

五、转生暗劫：无佛出世的时代，远离正法之光明，连三宝的名号也听不到，根本没有修行的机会。

六、生于边地：即使转生人间，但若于边鄙之地投身为野蛮人，则不会了知善恶取舍，将不善业认作是善业，所作所为不如法，故也无有空闲修法。

七、喑哑：虽生于中土，但意根愚痴或者成为哑巴，这种人不堪为法器。

八、长寿天：此天界的众生认为没有善念恶念就是解脱，一直安住于无念的禅定中，寿命长达数劫。一旦业报穷尽，出定后就生起邪见，以此邪见之因而下堕恶趣，因此不具备修法的机会。

总而言之，这八种情况即是八无暇，人间有四种、非人间有四种，众生无论转生哪一处，皆无有机会修行佛法。曾有一个居士说：“我现在工作特别忙，没有修行时间。本来佛经中说有八无暇，现在要再加一个，我应该是九无暇。”其实你的工作再忙，也不会像八无暇那样不堪能。所谓的无暇，一方面是没有时间，一方面是无缘修行。而你再怎么忙，也能抽出时间修法，比如在家里一边炒菜，一边背《亲友书》，这也没有特别大的困难。很多人只是以忙为借口，实际上根本没有那么“无暇”。

概而言之，关于八种无暇，无垢光尊者在《心性休息》中云：

吾者未生三恶趣，边鄙邪见长寿天，

佛不出世及喑哑，远离一切八无暇。

很多道友以前背过，我担心你们已经忘了，没忘的话还可以。大家应当反反复复地思维：“我没有转生到这些无暇中，有时间听闻佛法、修学佛法，这是诸佛菩萨和善知识的加持，我不应以各种理由和借口随便放弃这种机会！”这并非是口头上说的漂亮话，而应该是发自内心的想法。

二、（厌离一切轮回之方法——思维轮回过患）分二：一、略说；二、广说。

一、略说：

爱别老病死，斯等众苦处，

智者应生厌，说少过应听。

轮回的本性是痛苦，麦彭仁波切在《智者入门》中说：三界轮回的众生恒为三苦所逼迫……三苦即是：苦苦、变苦和行苦。苦苦者，前边之痛苦未除，后面之痛苦又降临，如同癞病人又生毒疮；变苦者，前时安乐，瞬间即变成痛苦，如米拉日巴尊者的伯父家，早晨娶儿媳还沉浸于快乐中，傍晚时房倒人亡，痛苦无限；行苦者，虽然自身受用妙欲感觉安乐，但其受用等实为苦恼因，必将感受痛苦。比如受用饮食时感觉不是苦，但是因在耕种时伤害了众多生命，吃饭如吃虫粉，因此将会感受无量苦报。在此三根本苦之上还有生、老、病、死、怨憎会、爱别离、求不得、不欲临等八支分苦等无量痛苦，全都极其难忍。

《中观四百颂——明破乐执方便品》云：

胜者为意苦，劣者从身生，

即由此二苦，日日坏世间。

有智慧的想得到解脱的行者，对充满了痛苦的三界轮回，怎么还能安住其中，不想出离呢？为了使我们生起厌离心，龙树菩萨下面再稍微为大家广说轮回的过患，真实为了解脱而修法者应该仔细谛听。

大慧论师说轮回总相的过患要将其述毕穷尽数劫也难以言尽，在此也只能略述七项：即无有定规的过患、无厌足的过患、反复舍身的过患、反复受生的过患、尊卑迁移的过患、无有忠侣的过患、反复感受六道众苦的过患等……。

《劝发诸王要偈》云：

生死长夜中，无量种种苦，

穷劫巨言尽，略述当倾耳。（补译）

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

生死险难苦无量，穷劫宣说莫能尽，  
我今为王略分别，应当谛听善思惟。

### 《亲友书》

智者于此求不得，病老死等众多苦，  
根源轮回当生厌，亦应倾听彼过患。

龙猛菩萨把乐行国王称呼为“智者”。可能龙猛菩萨比较害怕，一会儿说国王是自在大王（“自在”），一会儿说是通晓世间正理的大王（“知世法者”），一会儿说是贤善明智的君主（“贤明君主”），用了各种赞美词。不然的话，担心国王一不高兴，即使是龙猛菩萨也可能——

此处是说：智者大国王啊，你应该要明白，人生的痛苦可谓诉之不尽，行苦、变苦、苦苦三大痛苦，以及生、老、病、死、怨憎会、爱别离、求不得、不欲临等八支分苦，佛陀在经中讲得很清楚，每个众生于轮回中也经常感受到。

《毗奈耶经》云：

轮回具苦蕴，苦苦与变苦，  
行苦八分苦，终忍受具苦。

轮回中的众生，尤其是人类，所感受的痛苦不离苦苦、行苦、变苦。《智者入门》也说，整个人类都被这三大痛苦所折磨，还要加上前面所讲的八支分苦。就算个别人有财富、有名声，表面上看来风光无限，但痛苦与他一刹那也没有分开过，他生活中的分分秒秒，其实都充满痛苦。

这并不是是一种悲观主义，公正、客观地评价，痛苦在我们生活中俯仰即是、数不胜数。那么，痛苦的来源是什么呢？说简单一点，就是三界轮回。众生随着无明而流转轮

回，上至有顶、下至无间地狱，全部都充满着痛苦，犹如蛇穴、火宅、罗刹洲、宝剑锋，找不到少许快乐。所以，国王你应深刻认识到轮回的本性，对这所有苦难根源的轮回深恶痛绝，要生起一种出离心，发誓再也不愿转生到轮回中了。因为轮回中再有钱、有地位的人，包括国家主席、总统、总理，在没有得到圣果之前，永远也无法摆脱痛苦，永远不会有真正的快乐。

龙猛菩萨还说：“我在下面的颂词中，详细讲述了轮回的部分过患，大王应当洗耳恭听，并依此类推轮回中的一切痛苦。”对利根者而言，若知道了部分痛苦，即可推知所有的痛苦。比如，监狱里有种种无法言说的痛苦，去过那里的人只要把部分痛苦讲清楚——“监狱里没有东西吃，没有水喝，我特别饿、特别渴，晚上做梦都在喝水、吃饭……”就会知道监狱是很痛苦的。对于轮回，也是同样如此，大家一定要有所认识。

现在有些人不愿意听“痛苦”、“无常”的字眼，可是一旦出现痛苦和无常，自己就手忙脚乱，连应对的功夫也没有。以前学院有个法师到西方国家弘法，回来之后跟我们说，他从来不敢给西方人讲出离心，一讲出离心，他们就讨厌听，为了赢得大家的尊重，他连提都不敢提。我当场反对说：“佛法的基础就是出离心，如果他们没有出离心，觉得我的别墅非常好、我的轿车很舒服、我喜欢的人特别漂亮，一直把水泡般的虚幻误认为真实，那永远不能解脱。所以，不管别人高兴也好、不高兴也好，都应该讲出轮回的真相！”

我现在给你们讲出离心，可能有些人也有各种想法，这是因为你对佛法了解不深，如果了解很深，不说其他的，只要闻思了《中观四百颂》前四品，就会知道轮回的痛苦确实不虚。因为《中观四百颂》的前四品分别断除在世俗谛中，将无常执著为常、痛苦执著为乐、不净执著为净、无我执著为我这四种颠倒。



其实，你从生活中也能体会到：如果轮回的快乐很可靠，那为什么有钱人不能永远有钱？今年以来股市大跌，很多非常有钱的大老板跳楼自杀，因为他的财富一晚上就没有了。他死了以后，家人实在受不了，这个时候才认识苦谛，但已经太迟了。

所以，大家要认识到轮回的本性，不但要认识，平时也要发愿：“从今以后，我不愿再转生到这个监狱般的轮回中了，我要想方设法从里面逃脱出来。轮回再怎么快乐，也毕竟是一个火宅，是一个火坑，所以我不愿再次转生。”每个人应该有这样的心态，在此基础上，修菩提心、修无上密法才有开花结果的机会。否则，连最基本的出离心都没有，成就对你来讲可以说遥遥无期。

二（广说）分二：一、宣说现似快乐不可信赖之理；二、宣说痛苦巨大之理。

一（宣说现似快乐不可信赖之理）分二：一、不可信赖之理；二、知此而教诫修善。

一（不可信赖之理）分四：一、亲怨不定故不可信赖之理；二、无有满足故不可信赖之理；三、后际不定故不可信赖之理；四、高低不定故不可信赖之理。

一、亲怨不定故不可信赖之理：

亲人与怨敌是不定的：亲人不一定永远是亲人，到时候他也会欺骗你；怨敌也不一定永远是怨敌，过段时间也许成了你最好的朋友，即使今生没有变成你的朋友，来世也许会转生为你最可爱的孩子。

母或改为妇，父乃转成儿，

怨家翻作友，迁流无定规。

在无始的三界轮回长流中，众生以各自不同的业力和因缘辗转漂流，在此过程中互为亲为怨不能决定。今生自己的亲友从前世和来世的角度来观察，有可能是或将成为自己的怨敌；前世的怨敌，此世也可能成为自己的亲友。所以前世的母亲今天成为自己的妻

子；前世的父亲今生转为自己的儿子；怨恨的敌人成为自己的朋友……《普贤上师言教》中有这样一则公案：一日，嘎达亚那尊者（迦旃延尊者）外出乞食，在一花园中，看见花园主人怀中抱着她的孩子，正在津津有味地吃鱼肉，吃剩的鱼骨头丢在地上，引来一只母狗啃食，主人很不高兴，以石头狠狠地打母狗。尊者以神通观察发现那条鱼是施主父亲转生的，旁边的母狗是施主母亲的转世，怀中的孩子是前世杀害自己的仇人转世来偿还宿债。尊者十分感慨地说：

啖父鞭笞母，怀抱世怨仇，

妇啃夫尸骨，世法诚可笑。

从这个公案也可以知道，轮回之法迁变流转，亲怨之间没有一个定规可循。

《方广大庄严经——序品》云：

天女共相娱，譬如集戏场，

同会城邑中，暂聚便离散。

有为非常伴，亦非亲善友，

唯除离垢行，无有恒随逐。

《劝发诸王要偈》云：

展转作六亲，尊卑无常序，

永劫生死中，未曾不为子。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

三界转变无轮际，父母妻子更相因，

怨亲憎爱无常处，如旋火轮岂穷已。

《亲友书》

父转成子母成妻，怨敌复次成亲友，

是故流转轮回者，无有少许确定性。

前世的父亲转生为自己的儿子，母亲变成自己的妻子，比如你的父母对你特别疼爱，临死时不愿放手，死后也一直惦记你，那很容易转生为你的孩子。往日的冤家对头也会成为密切亲友，由此可见，在流转轮回的过程中，无有丝毫可以信赖的固定性。

有些道友也是这样：两人的关系原本不好，常常睚眦必报、怒目相向。但后来不知什么原因，突然亲密得不得了，好像一个人不在，另一个人一刹那间也坐不住。可再过一段时间，不知道发生什么事，两人又反目成仇，对对方看都不想看、听都不想听。所以，亲怨没有丝毫可靠性，这就是轮回的本性。

《楞严经》云：

汝负我命，我还汝债，

以是因缘，经百千劫，

常在生死。

今生的亲怨均是前世业报所感，没有一个定理可循。汉传佛教中有一则公案值得大家深思：梁武帝的国师志公禅师，有一次受邀去参加一个隆重的婚礼。禅师是观音菩萨的化现，有了不起的神通，能知人的前因后果。他去到那里一看，脱口说了一个偈子：“古古怪！怪怪古！孙儿娶祖母；女食母之骨；子打父皮鼓；猪羊炕上坐，六亲锅里煮。众人来贺喜，我说：苦！苦！苦！”

原来，新郎娶的是祖母的转世。因为祖母特别疼爱这个孙子，临终时还挂念他，一直拉着他的手，恋恋不舍地死了。死后投胎做个女孩子，长大后就给孙子做媳妇。所以志公禅师说：“古古怪！怪怪古！孙子娶祖母。”（那天有个人的亲人要死了，亲人准备拉

他的手，他就特别害怕，担心死后一直缠着他，马上说：“不要拉，不要拉！我给你阿弥陀佛的佛像。”结果亲人不要佛像，一直要拉他的手。）

禅师到屋子里，见一个小女孩正在啃猪蹄，他就说：“女食母之肉。”这女孩的母亲造了很重的罪业，就投生为猪，现在办喜事被人宰杀，所以小女孩在吃她母亲的肉。又看见院子里一个小伙子，正高兴地打驴皮鼓，禅师就说：“子打父皮鼓。”他父亲也是因为造罪，转生为驴，死后被人剥了皮做鼓，正是这个小伙子在打的鼓。

禅师又往炕上一望，全都是往昔被吃的猪羊，如今投生为人，互为亲戚。而在锅里炖的肉，却是前世的六亲眷属。所以禅师说：“猪羊炕上坐，六亲锅里煮。众人来贺喜，我说：苦！苦！苦！”你们大家到这里说大喜大喜，恭喜主人娶媳妇，其实我看轮回真是苦啊！

我们在轮回的长河中，以不同业力辗转漂流，相互为亲为怨无法决定。且不说生生世世，仅仅是今生的父母，死后变成什么也不清楚。所以上师如意宝到一些老乡家里时，经常劝他们说：“你们不要杀门口的牲畜，它很可能就是你父母的转世。”

有些人对父母特别执著，对怨敌特别痛恨，但是到了来世，怨敌也许会变成你的孩子。前不久有一个居士跟我说：“我们家有四个孩子，父母永远对我们很恨，我们从没有感受过一丝温暖。而我们看见父母也特别恨。”我当时就跟他开玩笑：“你们往昔是不共戴天的冤家吧！”所以，这个轮回没有任何可靠，大家一定要从中出离！