

大圓滿龍欽寧體前行引導文——普賢上師言教 講記一～五 科判

嘉維尼固尊者 講授 華智仁波切 記錄 益西彭措堪布 譯講 禁止商用篡改 法律責任必究
釋道淨 整理 20240719 4 稿 微信 qq 973451196 校對

表 a: (1 表) 科判

科判											
大 文 分 三	甲 一 、 共 同 外 前 行 分 六	乙 一 、 暇 满 难 得 之 引 导 中 分 二	丙一、听 闻引导 之轨理 分二 【讲记 一】(记 字下略)	丁一、等起分二 (表 1-1) (表字下略)		戊一、广大意乐菩提心之等起					
						戊二、广大方便秘密真言之等起					
				丁二、行为分二	戊一、应断之行分三	己一、器之三过 (1-2)					
						己二、六垢 (1-2~3)					
						己三、五不取 (1-3)					
					戊二、应取之行分三	己一、依止四想 (1-3)					
						己二、具足六度 (1-4)					
						己三、依余威仪 (1-4)					
			丙二、所说修法之次第 中，思维暇满难得分四 【讲二】		丁一、思维体性之闲暇 (2-1)						
					丁二、思维差别之圆满分二			戊一、五自圆满 (2-2)			
								戊二、五他圆满 (2-3~5)			
					丁三、思维难得之譬喻 (2-5)						
			丁四、思维数量之差别 (2-5~6)								
		乙二、寿 命 无 常 之 引 导 有 二 次 分 二	丙二、所 说 之 法 分 七	丙一、闻法轨理之引导与暇满难得时相同 (见上乙一丙一)							
				丁一、思维外器世间而修无常 (3-1) 【讲三】							
				丁二、思择内精华有情而修无常 (3-1~2)							
				丁三、思维圣士夫而修无常 (3-2)							
				丁四、思维世间主而修无常 (3-2)							
				丁五、思维种种喻义而修习无常分八 【讲四】				1、有生皆归死 (4-1)			
								2、积集皆消散 (4-2)			
								3、合会皆别离 (4-2)			
								4、皆倒塌 (4-2)			
								5、崇高皆堕落 (4-2)			
								6、怨亲无常 (4-2)			
								7、苦乐无常 (4-2)			
								8、贤劣无常与分别无常 (4-3)			
				丁六、思维死缘不定而修无常 (5-1) 【讲五】							
				丁七、思维猛利欲而修无常 (5-1~2)							
				丁六、思维死缘不定而修无常 (6-1) 【讲六】							
				丁七、思维猛利欲而修无常							
				乙三、轮回过患							
				乙四、业行因果							
		乙五、解脱胜利									
		乙六、依止善士									
		甲二、不共内前行									
		甲三、正行支分——捷道颇瓦之引导									

表 1-1: (4 表)【讲一】丙一、听闻引导之轨理分二

科判		正文
		敬礼诸具无缘大悲至尊上师前!【讲记一】(下略记字)
		如来心印持明表示传,补特伽罗人中最胜缘,蹶胜士迹究竟自他利,三传承诸上师我敬礼。于法尽界得法身密意,于光明界见报身刹土,于所化境化身行利生,一切种智法王我敬礼。明智照见诸法真实性,大悲光明所化现吉祥,深道乘顶教法能光显,持明无畏洲师我敬礼。始自观自在尊现阁梨,说法安立有缘解脱道,随宜调伏事业无有边,大恩根本上师我敬礼。教法圆满遍智传承教,口诀心要一生成佛法,正道前行共同外与内,教授支分捷径颇瓦法,明显易解义深极稀有,无等上师亲传无错谬,自心如定解义此所说,愿师本尊加持我相续。此部大圆满龙钦宁体外内诸前行法,乃依无等上师口传而记录,以备遗忘。
大文分三 甲一、共同外前行分六 乙一、暇满难得之引导中分二 丙一、听闻引导之轨理分二	戊一、广大意乐菩提心之等起	<p>初、广大意乐菩提心之等起者,即如是起一心想:住轮回中的一切有情,自我无始以来,无一未曾作我父母。作父母时,大恩护持,好食予我,好衣赐我,极为慈愍,故纯是养育我的大恩人。此等一切恩人,虽欲求乐,然于乐因十善不知修行;虽不欲苦,然于苦因十恶不知断除。所欲所行背道而驰,道已颠倒,沦为愚蒙,犹如生盲独留旷野。此诸有情诚堪悲愍!我此次闻甚深法后修持,有能成办彼等义利,故今发心,欲令为六趣苦所逼恼此等父母,远离一切六道中的别别业现诸苦及其习气,而当得一切种智佛陀果位。</p> <p>如是等起,于一切闻法时、修法时,皆须珍重。原因是:随修任何大小善根,由方便摄持善根,即是加行发心殊胜;其善不为他缘所坏,即是正行无缘;善根能令辗转增长,即是结行回向印持,此即由三殊胜摄持,无有可缺方便。是故,闻法时也应先以闻法轨理为主,其中又以等起为至要。如颂云:“唯依内心善恶之差别,善恶不随影像大小定。”依据此义,若以自求地位、名声等励力求此生世间法之等起,则无论闻多少法,都不成为真实之法。因此,先向内返回调正自心等起,至关重要。若知如是调正等起,以方便摄持善法,则成无量福德上士道之入径。若不知如是调正等起,则纵外现种种闻法、修法,亦唯成法之影像。是故,闻法时、修法时,或修圣、或诵咒,或礼拜、或右绕,乃至称念一句嘛呢时,以此等起菩提心摄持,至关重要。</p>
	戊二、广大方便秘密真言之等起	<p>其二、广大方便秘密真言之等起者,如《三相明灯》云:“一义亦不昧,方便多不难,依于利根故,秘密乘最胜。”谓此秘密真言金刚乘中,入门之道多,积集资粮之方便多,有不需自行甚大难行而能证果之甚深方便,究其根本亦在于变换欲乐。如云:“诸法唯缘性,枢要在欲心。”依此,说法处所及导师等,不应如彼庸常不净之相而观,而应明观五圆满后谛听。</p> <p>也就是:处圆满,观为究竟法界宫;师圆满,观为法身普贤;眷属圆满,观为如来心印传、持明表示传之萨埵男女众,皆是男女本尊自性。或者:说法处所,观为铜色吉祥山莲花光明宫;说法导师,观为邬金莲师;我等闻法眷属,观为八大持明、王臣二十五尊,皆是勇士、空行之自性。或者:处圆满,观为东方现喜刹土;师圆满,观为圆满报身金刚萨埵;眷属圆满,观为金刚种性尊众,皆是萨埵男女本尊之自性。或者:处圆满,观为西方极乐刹土;师圆满,观为无量光佛;眷属圆满,观为莲花种性尊众,萨埵男女尊皆是男女本尊之自性。无论如何,法圆满为大乘法,时圆满为常相续轮,此即于本来如是,而起如是了知之心。如是明观,即法本如是而如是知,此外并非将不是观成是。</p> <p>譬如,上师本是三世诸佛总集体性,上师之身为僧、语为法、意为佛,此即总摄三宝;身为上师,语为本尊,意为空行,此即总摄三根本;身为化身,语为报身,意为法身,此即总摄三身;又复为过去诸佛之幻变,未来诸佛之生源,现在诸佛之补处;再者,对于连贤劫千佛亦未能调化的我等浊世有情,从摄持的大悲、大恩角度而言,较一切佛尤为超胜。如云:“上师佛陀上师法,如是上师亦僧伽,上师一切普能作,上师具德金刚持。”</p> <p>又,我等闻法眷属,也由本体为如来藏,所依为人身宝,助缘为善知识,方便为师教授所摄受,故是未来之佛。如《二观察续》云:“诸有情即佛,然为客尘障,垢净即真佛。”</p>

表 1-2: (4 表)【讲一】丙一、听闻引导之轨理分二

大文分三 甲一、共同外前行分六 乙一、暇满难得之引导中分二 丙一、听闻引导之轨理分二	丁二、行为分二	戊一、应断之行分三	己一、器之三过	<p>器之三过者，如颂云：“耳不属如覆器过，意不持如漏器过，杂烦恼如毒器过。”共有三过。</p> <p>第一，闻法时，自身耳识须不驰散他处，而与说法音声系属后听闻。若不如此，则如向覆口容器倾注汁液般，身虽住在闻法场所，自身却不闻一个法句。</p> <p>第二，于如是所闻的法要，自以为闻法解义就放置了，其实内心并未持到。此如向漏器随倒多少汁液亦无法存留，闻多少法仍然不知置于自相续上修持。</p> <p>第三，在闻法时，若以欲求名声、地位等有过失的等起而听闻，或者与贪嗔痴等五毒妄念相杂而听闻，则法不但无益于心，且法成了非法，如同于有毒容器注入胜妙汁液般。</p> <p>所以，像印度当巴桑吉也说：“闻法时，需如野兽乍闻声；思维时，需如熟手剪羊毛；修习时，需如愚夫尝美味；修行时，需如饥牛食野草；得果时，需如果日出层云。”谓闻法时，需如野兽爱著琵琶之声，猎人在旁刺以毒箭犹不觉知，怡然而听，需身毛悉竖、目泪满盈、双手合掌、不被其他异念间断而谛听。此外身体虽住说法之场，心却分别外境而驰散，开绮语藏门、做了口眼散乱后听闻是不行的。故闻法时，须放下念诵、数珠等善行之相而谛听法。</p> <p>如是闻法后，还须将所闻法义持在心中而不忘，随后常时修持。世尊也说：“我为汝说解脱法，当知解脱依自行。”依此意，师长为学徒解说引导，即是教导其闻法之相、修法之相、除罪之相、修善之相、修持之相等，故学徒也须不忘此等教导，谨记于心，随后修持实证。若心中并未持到法，则仅仅容有闻法利益，而于法之句义丝毫不知，故与未闻法无有差别。</p> <p>再者，法虽持在心中，然若与烦恼相杂，则仍然不成真实之法。如塔波尊者云：“若不如法而行法，依法反成恶趣因。”谓上于上师、正法起邪分别，中于道友讥讽、骄慢、轻蔑等，有诸不善分别的话，则法反而成了恶趣之因，故须断除诸烦恼。</p>
				<p>六垢者，如《释明论》云：“慢及无正信，于法不力求，外散及内收，疲厌皆闻垢。”谓于法师思维我胜而起骄慢，于法法师不起正信，不励力求法，心散外境，五根内收，由法期过长等而起疲厌。此为六垢，皆当断除。</p> <p>此复，诸烦恼中，慢嫉二者极难认取，故当精详观察自心。若自己于佛法、世法上随有少许功德，便念“我亦有此有彼”，特别执著，则不见自身过失，不知他人功德。故须断除骄慢，常处卑下。</p> <p>若无有真实信心，则绝入正法之门，故在四种真实信中当持不退之信。</p> <p>励力求法是一切功德依处，故由上中下三品励力，而成上中下三品求法者。若不励力求法，则根本不能成就法。世间谚语也说：“法本无主人，看谁勤奋大。”所言极是。我等导师也每为求得四句法故，于自身上剜肉成疮、插千灯芯，及身跃入火坑、于身上钉千铁钉等，是依百种难行之门而求请法。故应如颂云：“纵遇火聚刀刃亦直越，乃至趣死仍勤求正法”，需如此大励力而求，不顾一切艰苦寒热而闻法。</p> <p>妄识驰散于外六尘，乃是一切轮回迷现之本，一切苦恼之源。譬如眼识著色，则如蛾死灯下；耳识著声，则如兽遭猎杀；鼻识著香，则如蜂闭花笼；舌识著味，则如鱼著铁钩；身识著触，则如象陷淤泥。此外又有随习气伺察过去、将迎未来诸烦恼、缘现在境相妄分别三者。此等一切，随于讲、闻、修正法之时，皆须断除。</p> <p>嘉色仁波切云：“先受苦乐如现波纹相，尽已无迹莫更追思忆，须念当思兴衰与离合，法外无有可信嘛呢瓦。未来生计撒网于干河，非如所念降临少希欲，若念当思不定何时死，岂有暇行非法嘛呢瓦。现前事如梦中作活计，精勤无义是故当舍弃，一饭亦应契法无著印，所作世事无实嘛呢瓦。后得三毒分别调伏净，一切念境未现法身间，不容不行需时当忆起，乱念勿任自行嘛呢瓦。”</p> <p>另外，如云：“未来不先迎。未来若先迎，则如月称父。”往昔有一穷人，得到许多青稞，放置器中，悬挂高处。彼卧身其下，忆念：“我今以此青稞为本，当得众多受用。尔时亦娶一妻，定生一子。”心想为子取何名时，月升东方，遂想为子取名“月称”。正思维间，器皿环带被鼠咬断，落其身上而被砸死。如是过去未来诸分别聚，无法如所念而实现，且唯是自心散乱之因，故当善为断除，以具足忆念、正知、不放逸而谛听。</p>
		己二、六垢		

表 1-3: (4 表)【讲一】丙一、听闻引导之轨理分二

大文分三 甲一、共同外前行分六 乙一、暇满难得之引导中分二 丙一、听闻引导之轨理分二 丁二、行为分二	戊一、应断之行分三	己二、六垢	<p>内收太过，及于文义一一紧持者，则如黑熊捉雪猪，持一则忘一，故不会有全分了知的时候。内收太过，还有趣入昏沉、睡眠等过失，故应松紧适度。</p> <p>从前，阿难教室缕那修行时，时而太猛、时而太缓，以此生不起真修境界。请问世尊。世尊问：“具寿，汝居家时善弹琴否？”白言：“极善。”佛问：“汝琴声为弦太紧时所发，抑太松时所发？”白言：“二者皆不是，松紧适度乃能发音。”佛说：“汝心亦当如是。”后遂证果。又如拉准母云：“紧以提照，松以放怀，彼中有见要。”依照此义，过分紧提时则勿内收，当令松紧适度，诸根安闲而住。</p> <p>讲法时间过长，若被饥渴所逼或被风日雨等所侵，而心起疲厌，不乐闻法，此过当断。当如是念：今已获得暇满人身，值遇具相上师，有闻甚深教授良缘，实堪欢喜！又当念：由无量劫来积集资粮之果，此次得闻甚深正法，真如一世百时难得一饭！故为求正法，无论受何种艰苦寒热，皆须安忍。当如此欢欢喜喜闻法。</p>
		己三、五不取	<p>五不取者，谓取文不取义、取义不取文、不会义而取、错上下而取、颠倒而取。此五偏差皆须断除。</p> <p>一、取文不取义，即特意取那些动听的文句，而对于诸多甚深义理不作细致寻伺，如同孩童喜爱采花一样。然而仅仅以一点外表词句，并不能饶益内心。</p> <p>二、取义不取文，就是心想：言说唯是空皮文句，空无实义，依文字干什么？遂轻视文句，唯取深义，然不依文则不起义，导致文义脱离。</p> <p>三、不会义而取，即对于种种了义、不了义、秘密、意趣的语言，不领会所表诠的义理而取，则未契合文、义本身，导致与法本义相违。</p> <p>四、错上下而取，即与当时传授的次第相违，致使随于讲、闻、修时都成了矛盾重重。</p> <p>五、颠倒取法义，则令邪分别在相续中蔓延，随后将失坏自相续，并成为圣教败类。</p> <p>是故，此等过失都须断除。须要对于文句、义相、上下次第，一切都无错谬，由真实之道摄取。凡是难处、多处，都不想“受持不了”而怯退，当以勇毅、勤奋摄取；凡是易处、少处，也不因其容易而轻视，当由不忘而谨持。须要上下诸处相连，一切句义无有错谬，而真实受取法教。</p>
	戊二、应取之行分三	己一、依止四想	<p>如《华严经》云：“善男子，汝当于已起病人想，于法起妙药想，于善知识起医王想，于殷重修起疗病想。”谓自己从无始时来，于此轮回大苦海中，为因三毒果三苦所逼恼，犹如病人。譬如病人染极重病，彼遂依止善巧医生，按医师的吩咐做后，饮所赐药，而励力求去病之乐，要像这样，对于如同善巧医王具相上师所说的教授悉皆奉行，由饮正法之药，而能从惑业苦疾病中解脱。虽依止上师，若未按上师教授而行，则如同不听医生嘱咐，医生也无术饶益病人，自己不饮正法之药而修持的话，如病人枕前虽有无数药品药书，然自己不饮药，也无益于病。</p> <p>当今时代，一般认为有上师大悲心观照，便起大希望心而想：自己虽造了很多不善业，但也不需受其果报，仅仅以上师的大悲心，就能如掷石块般，投我于清净刹土。实际当知，所谓上师大悲摄持，是以悲愍摄受宣说甚深教授，辨别取舍之境，按如来教而显示解脱道，除此之外无有任何更胜大悲。依此大悲，于解脱道行与不行全赖自己。故当忆念，尤其今生已得暇满人身、知取舍扼要、自有自主之此时，是筹划永好永坏分界处的缘故，按照上师吩咐修持后了断轮涅纠结，做此极要。</p> <p>除如此做之外，诸经忏师们到尸身枕前后说：“上行下行之分界处，如马随缰绳牵转。”唯除已经修道之士外，彼时凡庸人被业红风从后吹送，以可怖黑暗前来相迎，入于中有狭窄长道，现起不可思议的阎罗卒群嚷着“杀杀、打打”，被此境界驱逐后，一切逃处、隐藏处、救护、希冀悉已断绝，无可奈何之际，岂是到了上行下行的分界处？邬金莲师云：“灵牌头上灌顶迟，识漂中有如愚犬，忆念善趣难为力。”故上行下行之分界处如马随口衔所转，决定唯是此现今存活之际。于此人身所依上，修上升之善业亦较其他力大，于今生此次便可以做到永弃烦恼；而积集下堕之不善业，亦较其他众生造集力强，决定是造下从恶趣深处不得解脱之因。是故，此生已遇犹如善巧医王之上师，又遇犹如能治死疾甘露妙药之圣法，此时须依止四真实想，于自己所闻之法修持后，行解脱道。</p> <p>其违品四颠倒想则需断除。如《功德藏》云：“人性恶劣奸诈如圈套，上师犹如香獐而依止，圣法如麝香物既已得，真实欢喜狩猎弃誓言。”谓于上师起獐鹿想，法起麝香想，自己起猎人想，励力修持起“用箭和圈绳作杀鹿方便”想，以此闻法后不修持、对于上师不视为有恩的诸人，依正法后造集罪业是能作恶趣坠底之石。</p>

表 1-4: (4 表)【讲一】丙一、听闻引导之轨理分二

大文分三	戊二、 应取之 行分三	己二、 具足六 度	具足六度者，如《一切法行要诀现证续》云：“供献花座等，随处制威仪，不损诸含生，于师生正信，不散闻师教，为除疑咨问，闻者具六支。”谓敷设法座，铺陈垫褥，献曼陀罗及鲜花等，即是布施；随于何处善行洒扫等事，于自威仪制止不敬等，即是持戒；乃至微小生命亦不损恼，能忍一切艰苦寒热，即是安忍；于上师正法断邪见已，生真实信心，愉悦谛听，即是精进；心不散他处而谛听上师教授，即是静虑；为断疑惑等，请问而断一切增益，即是般若。诸闻法者当如是具足六度。
甲一、共同外前行分六			
乙一、暇满难得之引导中分二		己三、 依余威 仪	依止其余威仪者，如《毗奈耶教》云：“不敬不说法，无病而覆头，持伞杖凶器，缠头等皆尔。”又如《本生论》云：“处极低劣座，发起调伏德，以具笑眼视，如饮甘露雨，当倾心闻法。”依此等文，当断一切不敬威仪。
丙一、听闻引导之轨理分二			
丁二、行为分二			

表 2-1: (6 表)【讲二】丙二、所说修法之次第中，思维暇满难得分四

大文分三	丙二、 所说修 法之次 第中， 思维暇 满难得 分四	丁一、 思维体 性之闲 暇	<p>总言之，未生八无暇处，而有修作圣法的闲暇，称之为“暇”。“无暇”者即是八无暇之处。如云：“地狱饿鬼及旁生，蔑戾车与长寿天，邪见生于无佛世，暗哑此等八无暇。”谓生地狱者，连续不断受寒热苦故，无暇修法；饿鬼者，备受饥渴苦故，无暇修法；旁生者，受役使及互害之苦故，无暇修法；长寿天者，于无想中虚度时日，无暇修法；生边鄙地，无佛教法故，无暇修法；生为外道，或与彼同分邪见者，自相续为邪见所染故，无暇修法；生于暗劫，三宝名字亦不得闻，不明辨善恶故，无暇修法；生为暗哑者，识不堪用故，无暇修法。即是指这样八种。</p> <p>三恶趣者，以自己往昔积累的恶劣业的果所引来的寒热、饥渴的苦恒常不断受故，无暇修法。</p> <p>所谓的蔑戾车，即是据说有罗卡查等的三十二个边鄙地，以及说损恼为法的蔑戾车法轨，视杀生为善的这些。诸边鄙地蔑戾车也是自性为：虽有人一样的色身，然而识不堪用，故转不到正法方面。娶母为妻等，因随行自己父祖恶规的缘故，与随法而行相违，对于杀生狩猎等不善的技艺特别擅长，而唯行罪恶，故多数死后无间堕入恶趣。故为无暇之处。</p> <p>长寿天者，即无想天。其情形为：将无善恶诸想的静虑取为解脱后修故，生无想之天，而在彼等持的境界中多个大劫的期间住后，能引之业尽时，由邪见因生三恶趣，故无暇修法。</p> <p>邪见者，总的指在佛陀的教之外成了外道的邪见者（所持有的）常断诸见。彼等者自己的相续以邪见染后，于真实的法不生胜解，故无暇修圣法。然此藏地，由邬金第二佛咐嘱护藏十二坚牢母故，无真正的外道进入。虽只是与彼同分的对法和人生邪见的种类，然于如理修圣法上是无暇。例如善星比丘二十五年做世尊的侍者，然而无丝毫信心，而唯修邪见，故最终在花园中生为饿鬼。同分邪见指这样的情况。</p> <p>无佛之世者，即生于暗劫。也就是，如果生在无佛出世的空虚刹土，则连三宝名字也听不到，而远离圣法的光明，故是无暇之处。</p> <p>若生为暗哑者，则自相续不堪能故，于法的听、讲、修什么也做不了。所谓暗哑者，一般是说话暗哑者，彼也不具备能言能解义的人相故，是无暇之处。然意根暗哑，而成极为愚蒙故，不领会法的表诠，他们也是无暇。</p>
甲一、共同外前行分六			
乙一、暇满难得之引导中分二			

表 2-2: (6 表)【讲二】丙二、所说修法之次第中，思维暇满难得分四

大文分三 甲一、共同外前行分六 乙一、暇满难得之引导中分二 丙二、所说修法之次第中，思维暇满难得分四	丁二、思维差别之圆满分二	戊一、五自圆满	<p>如龙树云：“人生中根具，业未倒信处。”不得人身，则不遇正法故，人身为所依圆满。若生无法的边鄙地，则不遇正法，而今生于正法的中土，故境圆满。若根不具，则成法障，而今远离如此过失，故根功德圆满。若业颠倒，则常行不善，而违背正法而行，而今于善胜解，故意乐差别圆满。于正信处——诸佛圣教若不起信，则意不向法，而今于正法心能转入，故正信圆满。此五者需要观待自身而具足，故称为“自相续缘的五圆满”。</p> <p>彼也于真实的圣法实际修行的话，定须成为人。也就是人的身所依不得的话，三恶趣中算好是旁生，而现在人间有的旁生，具妙色，价值大等，无论算是多么好的，也现在你对他说“‘嗡嘛呢巴美吽’，这样念一遍，你就会成佛”，也以它句也不解、义也不知、说也不能，乃至现在冻死也低头而住外，于其他少许的方便也想不来。如果是人的话，再怎么弱小，自己也知道比如会去岩洞或者树边搜集薪柴后生起篝火而烤脸和手，这一点也于旁生没有的话，对于法修行的思维心何须说呢？</p> <p>天等的身所依算是好的，但不成别解脱戒的真实之器，故是自相续中得圆满圣教的缘分不具足。</p> <p>所谓的“中土”，对此有地界的中土和正法的中土两者。</p> <p>初者，通常说南赡部洲的中央、印度金刚座、贤劫的千佛成佛之处，空劫也不灭，而离大种的损害，而如空中的悬桶那样安住。据说，中间以菩提树庄严。对于金刚座为主的印度圣境的诸城市，称为“地界的中土”。</p> <p>正法的中土者，佛的圣教法在哪里安住，就是指那里。此外地方称为“边地”。因此从往昔佛出世时起，在印度正法住世期间，是“地界”、“正法”二者的中土。然而现在印度金刚座也被外道占据后，据说已无佛教，故是正法的边地。</p> <p>此藏土雪域之地，往昔佛出世时，人类众生也没多少，而正法未兴盛故，共称为“边鄙藏地”。然后来人类逐渐次第出生，幻化的多个国王出兴于世。</p> <p>其中拉托托日年赞期间，在房顶上降下《百拜忏悔经》，及泥像、印模等而获得圣法的开端。如同授记：“在第五代王朝时将会了知其义”，圣观音幻化的持国王相者法王松赞干布在位期间，派遣译师国弥桑布扎前往印度，学习声明以及文字等后，于无文字的藏地创立文字，观世音的经续二十一部及玄秘神物等译成藏文。</p> <p>依靠国王幻化的众多游戏以及大臣噶东赞护国的种种方便，娶汉地及尼泊尔的两位公主为王妃，迎请作为赠礼的本师代表两尊释迦佛像等诸多三宝所依，而修建大昭寺为主的镇肢、镇节等诸多寺院，从而树立正法的规模。</p> <p>其第五王朝天子赤松德赞在世期间，将三地无与伦比的密咒大持承者邬金阿闍黎莲花生等一百零八位，迎请入藏后，建了桑耶不变任运大殿等身所依的经堂；敕令大译师贝若匝那等一百零八人学习翻译，而对印度圣境中若干兴盛的以经续论典为主的语所依圣法作翻译；预试七人等出家，建立意所依的僧伽等。如太阳显现般大兴佛法。从此直到现在，于圣法虽出现若干增减，然实际上佛的教与证的法未失坏而有故，是正法的中土。</p> <p>又五根门，随一不具，则不成为出家律仪之器，并且于胜解、恭敬的所依——佛的色像等无缘见到，于闻思之境——诸善说宝无缘披阅、听闻等，故不堪为正法之器。</p> <p>所谓业颠倒，即是对于生为猎人、妓女等的种姓故，从小入于业颠倒的道者而称呼的。然实际上，凡是三门与法相违的所作所行，是入业颠倒故，如此是先未生起，而后易生起。因此，在自相续不违背正法上需要励行。</p> <p>于正信处佛的正法不信的话，其余世间的诸大力天龙等，以及外道的教等，无论做到了信多少，然而不能从轮回和恶趣的苦中救护故，于佛的正法——教和证的体性者，获得因相知的信心者，是无谬的正法之器故，是五自圆满中的主要。</p>
---	--------------	---------	---

表 2-3: (6 表)【讲二】丙二、所说修法之次第中，思维暇满难得分四

<div>大文分三</div> <div>甲一、共同外前行分六</div> <div>乙一、暇满难得之引导中分二</div> <div>丙二、所说修法之次第中，思维暇满难得分四</div>	<div>丁二、思维差别之圆满分二</div>	<div>戊二、五他圆满</div>	<p>如颂云：“佛降说正法，教住随教转，为他心悲愍。”若不生在佛出世的明劫，尚且无有法的名字，而今值遇佛出世的时劫，故导师殊胜圆满。佛虽出世，若不说法仍无利益，而今佛已次第第三转法轮，故圣教法圆满。佛虽说法，若法隐没则无利益，而今圣教住世期尚未时满，故时节圆满。虽然圣教住世，若不趣入仍无利益，而今已入圣教之门，故自缘圆满。虽已趣入，若未得助缘善知识摄持，则不知法的真实性，故得彼摄持即是增上大悲圆满。此五者需看待他缘而具足，故称为“五他圆满”。</p> <p>彼也三有成住坏空的四段时期，总称为“劫”。圆满的佛陀出现于世，称为“明劫”，佛不出世的劫则称为“暗劫”。往昔世中，于现喜大劫，有三万三千佛出世；随后出现一百暗劫；随后，在所谓的圆满劫中，有八十俱胝佛出世；其后又有一百边鄙劫出现；随后在称为“具贤”的劫中，有八十四俱胝佛出世；其后出现五百暗劫；次后见喜劫中，有八十俱胝佛出世；其次出现了七百暗劫；其次具喜劫中，有六万佛出世。其后是此贤劫出现。</p> <p>此劫未成之前，一切三千世界成一大海水而有，其中出生一千朵具千瓣的莲花，生后安住。净居天们问：“此是何因？”彼等以神通观察到，此劫将有千佛出世，以此义而了知此次的劫是个好劫，如是而取了“贤劫”的名称。——如此，从人寿八万岁时期拘留孙佛出世，到最后无量寿时期胜解佛出世，期间，千佛于此世间南瞻部洲的中央金刚座出世，而成就无上正等正觉后将转法轮，故是“明劫”。</p> <p>其后将出现六十个劣种的边鄙劫，其次在有数劫中出世一万佛，其次是一万恶种劫，如此等等，是暗劫与明劫交杂而出现。其中，若遇到暗劫的话，连三宝的名字也听不到。尤其密咒金刚乘的教法，仅仅除偶尔外并不出现。邬金大师说：“往昔劫初之时，名为‘普庄严劫’的时期，有佛名为‘先生王佛’，于彼佛教法中，曾广宣密咒。现在释迦佛的教法中有密咒出现于世。而从现在起，经过俱胝劫后，在称为‘华严’的劫时有佛名为‘曼殊师利’，与现在的我同相而出现，其也将广说密咒。此三劫中，众生堪为密器故，而非此三劫，何时也不出现密咒，因为有情不堪为法器。”如此，现今的这个贤劫，在人寿百岁之时，有圆满正觉释迦牟尼佛出世的缘故，是明劫。</p> <p>再者，虽然佛已出世，但若到了佛不说法而住定的阶段，则佛虽出世也无教法之光，与佛未出世无有差别。譬如我等导师也于金刚座菩提树下，现证圆满正等觉果位后，说道：“深寂离戏光明无为法，犹如甘露我今已证得，纵为谁说亦不能解了，故当无言安住于林间。”如此说后，于七七日不说法而住故，由梵王、帝释祈请方转法轮。</p> <p>非但如此，诸持教大德若不作讲闻正法，也难直接饶益有情。譬如印度的念智尊者，因为母亲生孤独地狱的事而来藏地。途中翻译死了，尊者遂漂泊康地。因为语言不通，也只是做牧羊，而没有出现以法广大饶益众生，期间便圆寂了。因此，后来阿底峡尊者来藏地时，闻及他的情况后说：“阿扎玛！汝藏土福薄，我印度东西两境，在班智达里没有超过念智尊者的。”言毕合掌悲泣。因此，此次以释迦佛次第第三转法轮，而示现与所化因缘相应的不可思议身庄严后，是以九乘法对所化做了成熟和解脱的。</p> <p>再者，虽然佛已说法，但如果圣教的安住期已满，圣教隐没，则与暗劫无有差异。也就是说，前佛圣教已满、后佛圣教未出的期间，称为“圣教空世”，除具缘的福德刹中出现独觉之外，由讲闻正法而起的修持是没有的。而此次释迦佛的正法，总的有普贤意教或者果教三个五百年，修期三个五百年，教期三个五百年，唯持形相期五百年，共五千年，现在是第七、第八个五百年期间。再者，尽管到了时劫、众生、寿命、见解、烦恼，此五浊增盛的时期，但是真实的教证二法还没隐没而存在，所以正法圣教圆满还具足。</p> <p>又虽然圣教住世，但若自己未入圣教之门，那也像世间虽然日出，但对于盲人无丝毫损益；或者已到海边，自己却不饮水则不遣除干渴一样，自相续中取不到教证二法。此入门也有：仅为息灭现世的病、魔等，或仅怖畏后世恶趣之苦，随后入于圣教，但只叫做“救怖畏法”，即不能真正入道；再者，仅为求现世的衣食等，或仅力求后世人天乐果，而入圣教，但仅名为“求福报法”；若了知轮回中一切都无实义，随后力求解脱而入圣教之门，则叫做“抓住了道的开端，入于圣教门中”。</p>
--	-------------------------	--------------------	--

表 2-4: (6 表)【讲二】丙二、所说修法之次第中, 思维暇满难得分四

大文分三 甲一、共同外前行分六 乙一、暇满难得之引导中分二 丙二、所说修法之次第中, 思维暇满难得分四	丁二、思维差别之圆满分二	戊二、五他圆满	<p>虽然已入圣教, 但是若未得到善知识摄持, 则仍无利益。如《摄颂》云: “佛法依于善知识, 具一切德佛所说。”谓佛语广大, 经教数多, 于所知无有穷尽边际之时, 故不依止上师口诀, 则不知将一切法摄于要点后修持。往昔, 阿底峡尊者来到藏地时, 库、鄂、种三人问道: “一位行者在能成办解脱和遍智果位上, 经论教典与上师教授何者为主要?” 答: “上师教授为主要。”问: “何故呢?” 答: “三藏能诵、能讲, 精通一切法相, 修持时若缺了上师教授的实行, 将成人法脱离。”问: “上师教授的实行摄尽而言, 是否摄于安住三律仪和三门精勤为善?” 答: “此无少益。”问: “这怎么说呢?” 答: “住三律仪, 而心不从三界轮回出离的话, 仍是做轮回之因。昼夜三门精勤为善, 而不知回向圆满菩提的话, 则以某些颠倒分别而消尽。纵有智、尊、讲、修, 心不退世间八法的话, 凡是所作仅成今生的活计后, 不得后面的因。”以如此说故, 上师善知识的摄持有如是重要。</p> <p>如是八暇十满共十八者, 观察自相续善具足的话, 所谓“八暇十满具足的人身”, 就是它。</p> <p>然而, 还有如遍智法王在《如意宝藏论》中所说, 缘品骤然生的八无暇和心品断种性的八无暇, 在不成被此等所转上面, 也须要珍重。如《如意宝藏论》云: “五毒扰及愚痴魔所持, 懈怠懒散恶业大海涌, 他制救畏按法而伪装, 缘品骤生无暇有八种。”以及说道: “具紧系缚行为极劣相, 不厌轮回丝毫无信心, 作不善罪于法离思念, 违犯律仪及破三昧耶, 是名心断种性八无暇。”</p> <p>如是所说般, 缘品骤然生的八种无暇者:</p> <p>一、有一类贪亲、嗔怨等五毒烦恼极为粗重的人, 仅仅间或生起欲修真实法的心, 然而自相续五毒力大的缘故, 多随烦恼而转, 修不成法。</p> <p>二、有一类极愚痴的人, 无有丝毫智慧光明, 虽然入了法门, 但是少许不能了知法的句和义, 而没有作闻思修的缘份。</p> <p>三、如果被宣说颠倒见行的魔知识摄持的话, 则自己的心转入邪道, 由此违背正法。</p> <p>四、欲修法却没有丝毫精进的懈怠者, 被懈怠、拖延他自在转后, 修不成法。</p> <p>五、精进地修法, 自相续中却不生功德的罪障者, 劣业的大海涌动, 不知是自作的业果, 而对法生绝望。</p> <p>六、自无自在、为他奴役的人, 虽有修法, 然成了为他所制, 不许修行。</p> <p>七、畏惧此生的衣食或者其它损害后, 为此入于法门, 然而由于没有对法的由衷的定解, 故由往昔的旧习而仍行于非法。</p> <p>八、改造成法后, 成办资具、恭敬、名闻的法的影像者, 在他人面前按法那样造作, 然而内心仅仅励力求此生的缘故, 与解脱道分离。</p> <p>此八者也是于修法之处无闲暇。</p> <p>心品的断种性八无暇者:</p> <p>一、被此生的财物、受用、子女、牲畜、亲属等坚固紧缚而受束缚的缘故, 为办此等事, 以励力的精勤而散乱, 故修法无有闲暇。</p> <p>二、自相续恶劣的缘故, 无有芝麻许的人品, 而于一切行为无长进的话, 则如同先德的教典中所说: “知改学徒功德, 不知如何改人禀性”, 如此虽遇善知识也难转入圣道。</p> <p>三、讲了恶趣和轮回的过患以及今生的苦如何, 也毕竟不生惧怕之心的话, 入法之因的出离心根本就不生起。</p> <p>四、对于真实的法和上师无丝毫信心的话, 则断绝了圣教的入门, 而不能入解脱之道。</p> <p>五、欢喜造不善罪而三门不寂静的人, 远离圣功德, 于法外颠倒而行。</p> <p>六、内无贤善德性、圣法光辉, 成了像狗前放青草一样的话, 对法无乐欲的缘故, 自相续不生功德。</p> <p>七、入共同乘之后, 毁坏发心及律仪的话, 除三恶趣外别无去处, 故从非暇之处不解脱。</p> <p>八、入密咒乘之后, 毁破上师及金刚兄弟誓戒的话, 自他皆至殃祸, 故断绝了成就的缘份。</p> <p>此八者叫做“远离正法, 而息灭解脱之灯。”</p>
--	--------------	---------	--

表 2-5: (6 表)【讲二】丙二、所说修法之次第中, 思维暇满难得分四

大文分三 甲一、共同外前行分六 乙一、暇满难得之引导中分二 丙二、所说修法之次第中, 思维暇满难得分四	丁二、思维差别之圆满分二	戊二、五他圆满	<p>如是十六种无暇之处, 若不善观察, 于当今五浊之世, 虽具足暇满和有行法的影子, 然而座上的尊主、伞下的上师、静处的修法者、游方的舍世者, 自以为好的, 全部也被此等无暇的因控制, 似乎是在行法, 却并未走在真实的法道上, 由产生这样的情形, 是故在草率地入于法的影像之前, 首先对于自己具不具足此等三十四种暇满的自性善为观察。若具足则修欢喜, 认为这次得到这么难得的暇满, 无论如何不应使它虚度, 而需要修真实的法, 由衷地数数思维; 若不具足, 则以种种方便门, 对于具足的方便无论如何都需要精勤, 一切时处中, 在对于“自己满不满足此等暇满的功德”作观察上, 须要策励而精勤。</p> <p>如果未作如是观察, 此等暇满功德中, 仅缺一个, 也没有修真实法的缘分。下至对于世间暂时要做的些许之事, 尚且需要积聚众多因缘缘起, 而对于长久大计的修持圣法, 为什么不需要积聚众多因缘缘起呢? 譬如一个行路者, 连烧个热茶, 也需要积聚所用的茶叶、器具、水、火、柴等的众多因缘, 而其中之一的火, 也是若不具足火燧、火石、火绒、手等众多因缘也不会生起。在这一切中, 缺一个火绒的话, 纵具其余一切, 也丝毫无义, 烧茶之事根本需要放弃。同样, 此等暇满功德中, 仅一个不具足, 也从根本上没有了修真实法的缘分。</p> <p>是故善观自相续的话, 仅十八暇满也定难具足。纵有八暇, 也难具足十满。具体说仅仅得到人身、诸根具足、生于中土是有可能, 但是入于业颠倒之路, 并且不信如来圣教的话, 就只有前三者。后二者中随一不具, 也只有四者。其中业不颠倒极难, 三门做不善业, 所作成为今生活计的话, 此生虽称为贤者、智者等, 但实际上业行颠倒了。五种他圆满中, 虽然佛已出世说法, 圣教也住世, 但自己未入圣教之门, 也就只有三法。入圣教之门, 也以看似的请法、闻法, 不属于入圣教之门。要掌握解脱道的开端, 了知轮回一切全无实义无伪的出离心, 需要在心中生起; 欲入大乘, 无伪的菩提心需要在心中生起。下至对三宝胜解的信心, 纵遇命难也不退失。若缺此, 仅仅看似的诵经, 及著僧衣, 不决定是入圣教之门。因此, 正确了知此等暇满自性之后, 勤作观察极为重要。</p>
	丁三、思维难得之譬喻		<p>思维难得之譬喻者, 佛说: “在波涛汹涌的海上漂浮着一具木轭, 海底盲龟的颈部值遇木轭孔, 得人身较此尤难。”这意思是, 三千大千世界成为一大海洋, 海面有与牛角相连的木具, 称为木轭。如此具一孔的木轭, 东涌西漂, 西涌东漂等, 刹那不停地漂行, 是这么样子的。在彼海底有一盲龟, 每一百年将来一次海面, 二者相遇极难。也就是木轭无心, 龟无寻找之意, 盲龟没有看木轭的眼睛, 木轭也是它若住在一方可能遇, 然常时刹那也不住, 彼盲龟也常时在海面漫游的话, 可能遇, 然一百年始来海面一次, 故二者极难相遇。然以偶缘, 龟颈还可能入木轭孔中, 而得暇满的人身比这还难。经中所说之义, 怙主龙树说: “从旁生出得人身, 较龟处海遇轭木, 孔隙尤难故大王, 应行正法令有果。”如是教诫乐行王。寂天亦云: “说人极难得, 如龟项趣入, 海漂轭木孔。”另外, 于光滑的墙壁投豆难粘喻, 于竖立的针尖累豆一粒难留喻, 当由《涅槃经》等的表诠而了知。</p>
	丁四、思维数量之差别		<p>从逐层比较有情的数量来看, 得人身仅仅是可能。也就是, 教中说道: 地狱者为夜间星, 饿鬼者为昼间星; 饿鬼者为夜间星, 旁生者为昼间星; 旁生者为夜间星, 善趣者为昼间星, 即仅此一点。此外有说, 地狱者如大地尘, 饿鬼者如恒河沙, 旁生者如酒坛糟, 非天者如飘雪霰, 人天者如爪上尘, 仅此一点而已。</p> <p>是故, 是总的善趣所依身难得, 而其中暇满的人身尤为难得。而我们现在细查, 也是夏季时仅一块地上住的含生、仅一个蚂蚁窝里的蚂蚁数, 南赡部洲的人都没有那么多, 如此, 人和旁生的多与少成了现见之事, 而人呢, 也是细查不现圣教之光的边地众生的数量的话, 会发现生为佛法兴盛之地的人非常难, 而其中具足暇满的人身仅是零星一点等。对此思维后, 对于自己得到真实的暇满, 当修欢喜。</p> <p>如是一切暇满功德善为具足的话, 则可称为“人身宝”, 从今日起是现前了它。不具彼等的话, 纵然在世间有灵活的心识, 却不是人身宝, 称为“庸俗人身”或者“凡人”, 称为“大殃祸者”, 称为“无实义人”, 称为“空过者”, 如同手握如意宝而空过, 及入宝洲而空返般。如颂云: “得珍宝人身, 获摩尼难及, 诸无厌离人, 见其空耗否? 值殊胜上师, 得王位难及, 诸无信敬人, 见其平交否? 求发心仪轨, 得官位难及, 诸无悲心人, 见远抛石否? 得续部灌顶, 转轮位难及, 诸无誓言人, 见付东流否? 睹心性本面, 见诸佛难及, 诸无精勤人, 见入迷乱否?”</p>

表 2-6: (6 表)【讲二】丙二、所说修法之次第中, 思维暇满难得分四

大文分三 甲一、共同外前行分六 乙一、暇满难得之引导中分二 丙二、所说修法之次第中, 思维暇满难得分四	丁四、思维数量之差别	<p>如此的暇满, 这也并非以偶然或侥幸获得, 而是多劫之中积集二种资粮之果。班钦札巴坚赞云: “得暇满人身, 非由强力得, 而是积福果。” 仅得人身而无法的光明, 唯行不善的话, 比三恶趣还下流。米拉日巴尊者对猎人怙主金刚说: “总的暇满人身难得, 而见如你者则无可贵处。” 如所说般, 做恶趣的坠石没有比人更厉害的。而此次无论怎么做都是有自在的, 所以颂云 “善则此身解脱舟, 恶则此身轮回锚, 此身善恶之奴仆。” 是故由往昔积集福德之力, 这次具足十八暇满的一个人身, 是得到了, 于此未能摄取坚实的胜妙天法, 而在作此生的衣食及世间八法中, 暇满无义耗尽, 临终以手捶胸的话, 则未生为男子, 是不好的计划! 《入行论》亦云: “得如是暇已, 我若不修善, 无余欺过此, 亦无过此愚。”</p> <p>是故, 这一次人生是策划永好永坏分界点的缘故, 心想: 今生未摄持坚固地的话, 往后难得这样的闲暇; 而像生在恶趣处种类的话, 则无有法的光明, 于取舍之处愚蒙, 将辗转下堕无有边际的恶趣, 是故这次需要精进。需要以加行发心、正行无缘、结行回向, 即三殊胜摄持之门, 数数修而实行。</p> <p>由如是修持, 相续中生起之量, 是需要达到像金厄瓦格西一样。他从不睡眠而唯修善行, 为此仲敦巴格西说: “儿啊! 身界的疲劳要消除, 不然会生病的。” 他回答: “实应如是。然我思维暇满难得, 则无空闲消除身界的疲劳。” 他是念了不动佛心咒九亿遍, 终生未睡。相续中尚未如是决定生起之间, 当须修习。</p> <p>虽得闲暇而乏坚实法, 虽入法门犹散非法行, 我与如我愚痴诸有情, 暇满摄取实义求加持。</p>
		暇满难得之引导终

表 3-1: (2 表)【讲三】丁一、思维外器世间而修无常

大文分三 甲一、共同外前行分六	乙二、寿命无常之引导有二次第分二【讲三】	丙二、所说之法分七	丁一、思维外器世间而修无常	<p>三有无常观为幻化相, 置现世务如弃舍唾涎, 修难苦行随行先德迹, 无等上师足下我敬礼。</p> <p>如此由共同福德所成就的外器世间——四洲、山王包括诸天处所的范围, 坚固乃至劫之间安住。此等也无常存, 终将由七火一水而决定坏灭。</p> <p>这就是说, 当一大劫的坏期来临之时, 内情众生自下界起次第空尽后, 初禅天处以下将成一个有情也没有。此后, 虚空中将渐次出现七日: 以一日而枯死一切果木园林; 以二日出, 溪流池沼悉皆干竭, 无有遗余; 以三日出, 诸大江河悉皆干竭; 由四日出, 无热恼大池亦尽干竭; 以五日出, 外大海水干涸一百由旬, 渐次干涸二百由旬、七百由旬、一千由旬、一万由旬, 乃至八万由旬, 所余的水量又从由旬、俱卢舍起, 终将干至连如牛迹中水也无遗余, 而干涸穷尽; 由六日出, 大地包括雪山皆被烧燃; 以七日出, 须弥山王、四大部洲、八小辅洲、七大金山、铁轮围山悉皆烧燃, 随后成一火聚向下旋烧一切地狱之处。火焰上腾, 梵天诸空虚宫殿亦皆烧坏, 光音天诸幼小天子悉皆惊怖, 举声唱言 “如此大火, 炽然来矣”, 尔时诸耆年天子安慰道: 此火昔日亦至梵世, 随后退没, 勿得惊怖。</p> <p>如是水坏满七次后, 下基十字金刚杵形风轮上举, 三禅天处以下如风飘散粉尘一般飘散而坏。如是一个三千大千世界中的十亿数的四大部洲、须弥山王以及诸天处所, 一切同时坏灭后, 最后一切成一虚空。</p> <p>若三千大千器界尚有如此空尽之时的话, 我等人身如秋日蝇, 又哪有常存坚固呢? 要由衷地这么想来修。</p>
				<p>第二、思择内精华有情而修无常者, 如此, 上至有顶以下, 下自地狱地基以上, 一切有情没有一个能从死处解脱。《除忧书》云: 地上或天中, 有生然不死, 见闻生疑否? 如是般, 有生者即有死的事情故, 高层天世间以下, 所谓此者生后不死者, 如是见或闻乎。何需说呢, 决定连生起彼 “死或不死” 的怀疑也没有。</p> <p>特别是我等在南瞻部洲寿命无定之处, 末世而生故, 今唯速死。从最初生的夜晚, 就开始与死越来越接近故, 寿命无增而有减。而死主之魔刹那也不停, 如西落阴影般越来越过来故, 无法决定何时死及何处死, 或许明天就死, 或许今晚就死, 或连现在呼吸出入间也没有不死的保证。</p>

表 3-2: (2 表)【讲三】丁一、思维外器世间而修无常

<p>大文分三 甲一、共同外前行分六 乙二、寿命无常之引导有二次第分二 丙二、所说之法分七</p>	<p>丁二、择内华情修常</p>	<p>如《法句经》云：明日死谁知，今当随应作，彼死主大军，与汝非为亲。怙主龙树云：若其寿命多损害，较风激泡尤无常，出息入息能从睡，有暇醒觉最稀奇。如所说般，人们贪著睡眠之乐而呼吸徐徐出入之间，也不死的决定故，彼中未死而安然醒觉也是应持为稀奇的自性。</p> <p>是故，由于我们现在只是有某时要死的想法，然而心中未生死时无定的想法故，唯一以常执在对生计患得患失中散逸。正耽着于成办此世的身乐、心喜、名誉这三者的勤作时，突然死主魔执持黑索、牙咬下唇、露出獠牙而到来时，勇士之军、帝王之力、富豪之财、智者之辩、美女之色、疾足之驰，任何皆无所益。纵入无缝小铁箱中，以勇敢之士持锋利之器，数十万人，剑端、矛尖皆向外后围绕而住，亦丝毫不能守护和遮蔽。死主阎摩他以黑索系其颈上，面色青青的、白泪涟涟的、以头和手足五体晃荡的同时，于后世的大道中带走外，以勇士无可争之地，以帝王无敕令之所，以财食无欺诳之处，无逃避处，无隐藏处，无归无救，无怙无援，无方便大悲可施。纵药师佛亲临，也于命尽之死无力延缓。故现今立即不为懈怠、推延所转，而须修一个对命终决定获益的真实圣法。由衷地修习此想。</p>
	<p>丁三、思维圣士夫修无常</p>	<p>第三、思维圣者涅槃而修无常。如是于现今贤劫中，过去有出世的毗婆尸佛、尸弃佛等七佛以及眷属声闻阿罗汉众诸多不可思议者临世，以三乘法对无量所化有情作诸义利。除了今佛释迦牟尼的残余教法以外，彼等一切佛都已般涅槃，圣教法也渐次隐没。于此现今圣教中，诸大声闻各有五百阿罗汉众作为眷属出现于世，彼等也渐次于无余涅槃界中般涅槃。</p> <p>此外，印度圣境中结集经教的五百阿罗汉、二胜六庄严、八十成就者等，地道功德获得自在，神通神变无所障碍，虽然多有此等圣者出兴于世，但现今除了他们出世的历史以外，一个也不存在。</p> <p>在此雪域西藏，邬金第二佛转成熟解脱法轮时，有王臣大成就者二十五人，萨耶瓦大成就者八十人等出世，尔后又旧派索、宿、努三师以及新派的玛、米、塔三师等不可思议的通达经教、具有证量者出兴于世。彼等多已证得大成就果位，于四大种自在转变，显示能将有事变无、无事变有等种种神变，火不能烧、水不能溺、地不能压、深谷不堕，纯粹是远离四大损害。譬如，至尊米拉日巴在尼泊尔涅祥嘎达雅山洞中止语而住时，来了许多猎人，问道“汝是人是鬼？”尊者不答而住于见式境界中。于是，彼等先是射出许多毒箭，然而箭矢不能射入；投入水中、深谷中，却上返原处而住；在尊者身上积薪点火，火却无法烧及。</p> <p>像这样的诸成就者出现在世间，最终却全数示现无常之相，他们现今唯除历史陈迹之外尚且一无所有，又何况我等是以劣业为因，为劣缘风所吹逐，由劣习气结生相续，在以四大实质系缚的不净幻轮中，心识仅暂寄存。此种幻身堆聚，不定何时灭、何处灭，故起是念：我需要即时劝三门转趣善品。如此思维而修习。</p>
	<p>丁四、思维世间主修常</p>	<p>第四、思维世间主而修无常。寿命堪能住劫、威德圆满的诸天及仙人们也未脱免死地。如是作为世间之主的梵王、帝释、遍入天、自在天等拥有经劫安住的寿量，拥有高达由旬和俱卢舍的身量，这些连日月都胜伏的诸具威德者，并未解脱死地。《功德藏》云：梵释自在及轮王，亦不思避死魔术。此外，众多的天人和人中仙人具足五神通，以神变力行于虚空道中，然而终究无力超越死处。《除忧书》云：大仙具五通，乘空极远行，然无力行至，无死之行境。</p> <p>在此人间，以威力、财富而巍巍的诸转轮王，以及印度圣境中从众敬王王系所出的主宰南瞻部洲的大王，此诸不可思议者曾降诞于世；另有三巴拉王、三十七代旃陀罗王等印度东西两境的大王，权势、威力、财富炽盛，他们很多都出现于世。</p> <p>在雪域藏地，自除盖障菩萨化现的涅赤赞普王出世以来，也有所谓的天上七赤、地上六勒、中间八德、各朝五赞、幸福十二代半、极乐五代等相继出兴于世；并且在法王松赞干布年间，上至尼泊尔下及汉地，以变化之军普遍征服；迨至天子赤松德赞时期，摄伏南瞻部洲区域三分之二；法王赤热巴金时期，立铁碑于印度恒河之滨，作为印藏边界，将印度、汉地、格萨、大食等许多国土摄伏后，拥有“新年佳节各国使臣需一日中齐临拉萨城”的权势等。</p> <p>然而，对于现今除了如是谈论之外任何皆无的阶段思维的话，我们现在的住宅以及受用、眷属、权势等，无论算是多么好，和前人比较起来，也只是蜂巢而已，这些法哪里可能有所谓的常与坚呢？如此思维而修习。</p>

表 4-1: (3 表)【讲四】丁五、思维种种喻义而修习无常分八

<p>大文分三 甲一、共同外前行分六 乙二、寿命无常之引导有二次第分二 丙二、所说之法分七</p>	<p>丁五、思维种种喻义而修习无常分八</p>	<p>思维种种喻义而修习无常者，总的思维劫的增减也无常。也就是往昔劫初之时，一切人是由各自的身体现光，此外空中无日月，以神变游步虚空。身躯也具多由旬高，食甘露食，喜乐圆满，有堪比诸天之处。然而由烦恼及不善的增上力，渐次隐没而成了如今这样。继而由人类烦恼变成越来越粗的增上力，寿量及福德的一切方面越来越减，而到最终人寿十岁之间，寿量也越来越短地在走。</p> <p>疾疫、刀兵、饥馑的三灾兴起后，能将南瞻部洲的人类多数灭尽。而于诸剩余者，由圣尊弥勒的幻化讲说断杀生法故，身量也成了一肘，及寿量将成二十岁等，渐次增上。人类的寿命能达八万岁的时期，怙主弥勒降生后成佛，转正法轮。</p> <p>如是一增一减的十八个来回圆满后，到人寿堪住无量岁的时期，胜解佛出世后，于之前贤劫千佛之寿量的总和那么长安住，而且如彼等作诸义利之事，尽其所有的总和那么多作了事业。而最终此劫也将坏尽等。于劫的增减观察，也不超出无常的自性。</p> <p>别分观察，细看四季的变化也是无常。夏季，一切草原普现青翠，一切雨水像甘露一样降下，人们享用圆满的喜乐，无量鲜花品类繁多，白黄红绿遍地显现，犹如天境。秋季，金风之力既起，草原的绿色变了，一切花果次第枯萎。冬季，地冻如石，水皆成冰，寒风凛冽，在 multi 日马程中寻找先前夏季所生的花，一朵也得不到，成了这样变易等。夏去秋生、秋去冬生、冬去春生等，次第生故，一切前前时的阶段都将转成其他而无常。而昨天与今天、今早与今晚、今年与明年等，一切都次第无常。若衡量此无常相，就知道一切无可依靠。</p> <p>特别在我们所住的国土中，有许多往昔富裕兴旺的城市、寺院等，现在已落入衰败的阶段；而往昔诸多贫困、弱小等处，现在具足名、利、权、财等，皆不出无常的自性。我们一个家族中的人，也是前代的父、祖、高、曾等，凡是所生皆次第死去，而今只剩下名字了。自己的兄妹等也多有死去，到如今，连他们现在是转生在这里还是在哪儿都不知道，一个也没剩下。去年权财兼具、富裕显赫犹如人间庄严的那些人，也有许多今年已经消失而只剩名字了。现在权、财、名、利四者荟萃一身，成为常人所愿之境的那些人，也到明年此时或仅仅下个月还有没有，谁也不知。下至自家的牲畜，牛、羊、狗等，前面死掉多少，现在还有多少，这一切最终变成什么，若观察皆不出无常的自性。往昔百年之前一切人中，现在未死而留存的一个也没有，现在南瞻部洲一切众生，百年之内也将全数死尽，无一剩余。</p> <p>是故，内外情器此等一切法上，一个常坚的也没有。具体地说，一切生者无常而死，一切积聚无常而尽，一切合会无常而离，一切堆积无常而倒，一切崇高无常而堕。如是一切亲怨、苦乐、贤劣、分别也都无常。</p> <p>也就是说，高如天空、威如霹雳、富如龙王、美如天仙、饰如彩虹，无论是谁以及是怎样的，当死猝然降临时，都没有一刹那的自由，而裸体空手放在腋下后，对物（财物）、亲（近亲）、眷（弟子）、部（属民）以及饮食受用这一切，明明不想离开却要遗弃，而如从酥油的中央拔毛一样，离世而走。</p> <p>纵为数千僧徒首领的上师，也一个僧徒带不走；纵为数万部下的头人，也一个仆人带不走；纵是享有南瞻部洲一切事物的主宰，也一针一线无权带走；甚至自己最爱惜的身体，也要遗弃后而走。</p> <p>那时活的时候，身包在上等的绸缎中，口处在饮茶酒的境界中，崇高及庄严如天神般的身体，也成了所谓的尸体，见而生畏，脸色发青，僵僵地歪斜，是变成这么样的。米拉日巴尊者说：见而生畏之尸体，即在现今此身有。彼时用绳捆住，以帘遮蔽，以土石垫住，碗也倒扣枕边，平生怎样爱惜爱重，都作了可怖及发呕之处。</p> <p>现在虽然把羔儿皮衣或者柔软毛皮叠好，作了枕头，也是在上面睡一个时辰，忽然身体不适，就要左右翻身。然而，彼时只是一块石头或者草皮垫在脸下后，头上任沾尘土，不出此状。</p> <p>现在像我们的一家之主或家庭主力认为：我自己没有的话，剩下的人就只有饿死、冻死了，或者被怨敌杀死、被水冲走，现在这些人的受用、喜乐等，有这个，有那个，一切都唯一是我的恩德。但是死的时候，家人也是把他的尸体烧在火里，或者投在水里，或者扔在尸陀林中，处理到没有了之后，住在心乐的状态中，此外什么也没有。</p> <p>死时是需要唯一自己在中阴的处中无伴一个人漂泊，彼时唯一圣法成为归处故，心想：从现在起能否修成一个圣的天法？无论如何也需要精勤。数数地思维。</p>
---	-------------------------	---

表 4-2: (3 表)【讲四】丁五、思维种种喻义而修习无常分八

大文分三 甲一、共同外前行分六 乙二、寿命无常之引导有二次第分二 丙二、所说之法分七	丁五、思维种种喻义而修习无常分八	2、积集消散	如是一切积集皆是尽法。也就是说，像主宰南瞻部洲的大王，也有终成乞丐的时候；许多上半生受用圆满的人，下半生财食、受用一切穷尽，饥饿而死；以及去年拥有几百匹牛马的人，也以雪灾或疾病等耗亡后，今年成了乞丐；又有昨天权财兼具的富贵人，也被敌人摧毁后，今天作了乞丐等。许多是我们现见的事。既然如此，受用、财物无法恒常拥有之故，心作是念：我需要修布施的路粮！数数思维。
		3、合会别离	一切聚会终究也无常分离，犹如国土各大市场道场中，来自异地的数千数万人聚会，此等一切最终也散归各自之地，现在我等师徒、主仆、福田施主及道友、兄弟、夫妻等，慈爱共住，也终究无法不分离。如果猛利死缘或骤发缘忽然发生的话，就连现在不分离的决定也无有。是故，现在聚会在一起的道友、夫妻等，也是会骤然骤然就分离的，故不作嗔恚、斗争、恶语争吵及打架等。而无长期相处的决定故，心作是念：仅仅瞬间的显现中，须慈悯相处而护他。如是思维。帕当巴云：“家人无常犹如集市客，不作恶语诤斗当热瓦。”
		4、皆倒塌	一切堆积的石堡也都终成倒塌，也就是昔日兴旺的城市及寺院的空虚之处，于此等起先也是有个好的主人，而现在阶段已成了禽鸟的窝巢。例如在天子赤松德赞时期，由幻化的工人建造，并且由邬金第二佛作过开光的桑耶三层宝顶，也突遭火灾而一日灭尽；法王松赞干布时代，红山宫殿有能堪比胜利妙宫那样，也是现在连基石亦不存的话，我等城中的屋宅及寺院如虫穴一般，对此作爱惜有何用呢？由此心作是念：我要像噶举先德的传记那样，舍离家乡、取住异地、洞穴为居、野兽为友，损减衣、食、名誉三者后，对心依于法、法依于贫、贫依于死、死依于干涸之壑的觉沃噶当四依法，需要做个彻底的。从内心里思维。
		5、崇高堕落	崇高之位、勇猛之势亦是无常的，例如顶生王是主宰四大部洲的金轮王，而且发展到统御三十三天天界，与天王帝释同坐一垫，战阿修罗，力能退却，也终堕地上，诸欲未得满足而死。现在我等所见的法中，亦是国王、政教共主的仲科及地方官等，凡具威权及名利者，常住彼状况的一个也没有。去年给别人判刑的法官们，也多见今年要睡在监狱里，因此以无常之权势有何用？是故心作是念：恒无衰坏天地众生普应供养的无上正等觉位，我唯修此。如是思维。
		6、怨亲无常	如是怨亲也是无常，往昔圣者嘎达雅那前去乞食，见到某家有个主人怀里抱着一个儿子，吃一鱼肉，样子像吃得很香，一条母狗在啃嚼鱼骨，他用石头打狗。尊者神通观察，见到那鱼是他这世父亲转的，而那狗则是这世母亲转的，前世杀害自己的怨家因为有命债而转为儿子。尊者见而说偈：“边啖老父肉，边打亲生母，怀中抱杀敌，妻子啖夫骨，欲笑轮回法，(亲怨妄假立。)”在现生中也多有杀生仇家，后来作了和合的朋友，结成亲家，比其他朋友还好；又见到虽然是父母兄弟，但为了一点微薄的财物和受用而怀恨之后，一者对另一者作尽损害；以及虽是一家人或亲戚，但以少许骤生缘而成为怨敌，以一杀一。因此，任何怨亲都无有常，由此心作是念：我要以慈悲之心护一切有情。数数思维。
		7、苦乐无常	苦乐的阶段亦是无常的，譬如很多人上半生富裕安乐，下半生却贫乏困苦；又有很多人上半生苦，下半生却很安乐；还多有上半生作乞丐，下半生却成了国王。如至尊米拉日巴的伯父，上午以迎娶儿媳作欢乐宴会，下午房屋倒塌，发出痛苦的哀啼声，也是不可思议呀！为法难行受很多门类的苦，然而终将得到无上喜乐，就如过去出世的诸佛、诸先辈和至尊米拉日巴那样；由造罪积受用，虽然经营而作成了安乐，然而终将成为无边际的苦。如昔日沃国家最初七天降粮食雨，接着七天降衣服雨，接着七天降珍宝雨，最后降土雨，而国人全数埋在土下，死后堕入恶趣。苦乐的情形就是像譬喻这样，因而心想：我要做到对无常的苦乐不作得失的缠缚，而且对世间此生的一切喜乐受用，要做到像唾液一样舍弃，为法难行、以坚毅取受诸苦后，追步诸佛先圣之足迹。诚心如此观修。
		8、贤劣无常	贤劣也是无常的，从世间方面来讲，有功名利禄、能言识广、为人信重、勇健机智的一些人也是到了衰败之时，先所积集的福德已尽，此时一切心思皆起颠倒、一切所作皆不顺遂，被人讥笑、自生懊丧、受人轻贱，唯成这样。以前有的那些少分功德好像成了穷尽后什么也没有了。有很多人是这样。很多以前被称为无见识、无头脑或奸诈、妄语的人，后来反而得到受用及财富，如所说“欺诈老了成主翁”一样成为他心信托之处，算是有贤德、思虑的人也屡见不鲜。

表 4-3: (3 表)【讲四】丁五、思维种种喻义而修习无常分八

<p>大文分三</p> <p>甲一、同前行分六</p> <p>乙二、命常引有次分二</p> <p>丙二、所说之法分七</p>	<p>丁五、思维种种喻义而修习无常分八</p> <p>8、贤劣无常与分别无常</p>	<p>佛法方面也如所谓的“道人老年学求知，廉者老年勤积蓄，导师老年成家长”，上半生是舍尽俗事的舍事者，也于下半生勤积财物；上半生为人说法的阿闍梨，也在下半生做了猎人、行盗抢劫；上半生持戒的堪布，却在下半生做了很多孩子的父亲等等。又有上半生唯行罪业，下半生唯修圣法而得成就；或者即使未得成就，然于临终时以得入道，成了来世增上等，也多有此事。所以，在当前刹那性的贤劣显现中，连一个常、坚的也没有。</p> <p>然而，于自己稍许生起一些求解脱心厌离心，做了些像似法的修持，其他世间人便认作贤妙，而由施主、弟子等侍奉时，自己不审察自相续而认为“我已如何如何了”之后，以骄傲熏染自相续，心态高举而生起了“我什么也可以做”的心，此是魔已现前而受其蛊惑了，如此在尚未获得将我执逐出境外、现起无我空慧的圣者地前，贤劣之现相全无常性之故，需要恒时修死无常，以及常观已过，常处低位，常发求解脱心厌离心，常学调柔不放逸，常时思维有为皆无常及轮回之苦后，于忧患、伤感及心如死灰上学。米拉日巴尊者云：“寂无人谷岩洞中，心灰无复起心时，师乃三世佛体性，心切无有分离时”，需如此说般修持。</p> <p>如果没有这样修持，这骤然起的分别也是无常的，因而无法预定它将变成什么。有一位塔巴比丘，从前跟亲戚结怨，日后进入佛门修道。当他已经获得风心自在而能在空中飞行时，一天为了吃施食，一群鸽子集聚过来。由此他想：“我若有如此军队的话，就能制伏诸怨敌了。”一个恶分别未安在道上，由此后来出现的是他流落本地，做了一名军官。</p> <p>如是虽然暂时由上师及善友的助缘略得法之光明，然而一生之想无有常故，因此需要每日以法度过，做到寿量与修量相等。如此作念而思维。</p> <p>如是对于众多的譬喻和义理广做思维。但还要在此之上修深信心，上至三有之顶下至无间地狱，丝毫无有常恒坚固，唯是变异增减的自性。</p>
--	--	---

表 5-1: (2 表)【讲五】丁六、思维死缘不定而修无常

<p>大文分三</p> <p>甲一、同前行分六</p> <p>乙二、命常引有次分二</p> <p>丙二、所说之法分七</p>	<p>丁六、思维死缘不定而修无常</p> <p>【讲五】</p>	<p>思维死缘不定而修无常。我等瞻部洲人，自从生后就注定死亡，然而死法、死缘、死时都不决定。对谁来说都不决定是在何时死、何处死、如何死及以何死，因为，在此世间活缘极少，死缘极多。如阿闍黎圣天所说：“死缘极众多，活缘极微少，此亦成死缘。”水、火、毒、极险处、野人、野兽等致死因缘极多，而存活因缘仅除少许外无有。计为活缘的诸衣食等也有变成死缘的。也就是说，吃有毒食品，或者虽然无毒，但认为马上能对身体有利后，所吃的食品也多有变成毒素，或成为不合宜而作死缘的，这类也很多。特别是现今时期，多数人肉食的贪欲大，因此依着任随其意享用血肉之食后，好像没有不得“玛敦”和“夏振”病的。此外，还有由饮食和威仪失度，生肿瘤、涎分、水肿等病而造成死亡，这类缘也不计其数。同样，由追求受用及名誉等而到达敌方的战场，或者走到毒虫、猛兽出没之地，或者不观察率意渡河等，成了致死因缘的也不计其数。</p> <p>再者有种种死缘，诚然是不定时分而死。也就是说，有些是在胎中死，有些刚生就死，有些盛壮时死，有些老衰而死，有些来不及医治调护而死，又有些久病卧床，之后死眼看活人瘦骨嶙峋而死。还有些得了“洞投”那样的病，正在吃东西还没吃完，正说话还没说完，正做事还没做完就死去，也多有此事。还有些是自己杀掉自己而死的。</p> <p>如是在数多死缘中生存力薄，如风中油灯一样住着，所以说此时死就突然来临，连明天也难保不生为头或口上长角的一个旁生。是故，对于死时不定、生处不定当起深忍之心。</p> <p>思维猛利欲而修无常者，一切时、一切分位中唯修死想，而于一切行住卧三者中，口中都说、心中都明现“此是此世间的最后威仪”，如此而修。如果去其他地方，则念会死在彼处或想不一定能回来，如果走在道上或者在椅子上休息，也念“会死在这里吧”。若在某处安住也念“会在此处死吧”。夜晚睡卧之时，也念“今晚死在睡卧之处”，或念“明早不一定能起床”。早晨起床之时，也念“今天白天会死在这里吧”，或想“今晚不一定能睡卧”。如是发自内心痛切地唯修死想，而像昔日噶当派的诸格西睡卧之时，思念“明早能否举火不得而知”，不覆盖余火，而且饭碗也倒扣而放置等，及时及时地唯一修作心往念死上转的欲乐，像这样修持。</p>
--	----------------------------------	---

表 5-2: (2 表)【讲五】丁六、思维死缘不定而修无常

<div>大文分三</div> <div>甲一、共同外前行分六</div> <div>乙二、寿命无常之引导有二次第分二</div> <div>丙二、所说之法分七</div>	<div>丁七、思维猛利欲而修无常</div>	<p>仅仅修死尚不完足，临终得益者唯有圣法之故，在恒时不离忆念正知的状况中，由于知一切轮回之事皆为无常、无有坚实，需要劝自己行真实之法。也就是，总的身心积聚无常故，于借用物莫执为我；行走的话，道路无常故步履向法中行；住的话，处所无常故心中修作净土，饮食及受用无常故受用三昧之食；睡卧的话，睡眠无常故净除错乱而住于光明；富的话，资财无常故亲近七种圣财，亲友及邻居无常故静处劝心出离，权位及声誉无常故常时持低位，言论之句无常故劝持真言、劝诵真经，信心及出离无常故勤修坚固誓愿，想及分别无常故学人品贤良。</p> <p>觉受和现证无常故，当送达法性尽地。彼时生死之媒已倒下，已得乐死之把握，已持无死之坚地，如雄鹰高空远飞一样，所以从那以后不需要修“会死哟”这样的悲观。如至尊米拉云：“吾因畏死入山住，修而复修死无定，得持无死性坚地，今时已无死畏矣！”</p> <p>无等达波仁波切金口也说：“起初要为生死之畏所驱，如鹿子逃脱地牢一样；中间要做到死而无悔，如农夫努力耕耘一样；最后要做到心安无事，如大事圆成的士夫一样。再者，起初要明知无有空闲，像身体的要害被箭射中一样；中间要做到无散修习，像死了独子的母亲一样；最后要做到明知无有所作，像家畜被怨敌驱走的牧人一样。”未如此生起之间，需唯修此死无常。</p> <p>世尊也说：“若多修了无常，则是于一切诸佛已行供养；若多修了无常，则令一切诸佛心得庆慰；若多修了无常，则得一切诸佛授记；若多修了无常，则为一切诸佛加持。譬如诸迹之中象迹最胜，如是内佛教法修的一切想中，唯修无常之想为殊胜。”又《律本事教》中说：“于我眷属犹如贤瓶比丘舍利子、目犍连这样的一百位，布施斋饭及物品，不如一刹那间忆念有为无常尤为殊胜。”</p> <p>如是，有一位居士问善知识博朵瓦：“按修一法来说，以何为重要？”博朵瓦金口说：“若论修一法，无常最为要。因为修此死无常的话，初作入法之因，中作劝善之缘，后作证法平等性之助。复次，若修无常者，初作断除此生绳索之因，中作退除一切生死耽著之缘，后作趣入涅槃正道之助。复次，若修无常者，初做生信之因，中作发起精进之缘，后作生慧之助。复次，若修无常而在心续中生起的话，初作求法之因，中作修法之缘，后作究竟法之助。复次，若修无常而在心续中生起的话，初作发起撰甲精进之因，中作发起加行精进之缘，后作发起不退转精进之助。”帕当巴金口也说：“若于相续中生起无常者，初作入法之因，中作精进之鞭策，后作证得光明法身。”</p> <p>是故，相续中未生起一个不虚假的无常之想的话，无论做多少外现的闻法修法，最终都成了法油子的因。当巴金口亲言：“藏人修法没见一个念死的，也未见一个留世的。总之，穿著法衣后喜爱积累财富，是认为以此可以在阎罗王前量财赎罪吧？对好的一切物品收集保管的做法，是认为可以在地狱中密谈量财免刑吧？见到此等藏地修法者的话，真想笑哈哈！谁具多闻骄慢高，谁善修习积资财，谁依静处多喧杂，谁离故乡无羞惭。此等于法是油滑，此等于罪是喜爱。虽见他人亡，不知自将死，因此，错误最初是由心续中未起无常之想所引起的。”</p> <p>是故，修无常想者，也是开启修一切法的前行之门。有人向格西博朵瓦请问净除恶缘的教授。博朵瓦金口说：“你若多思维死无常，而生起一个于死决定的心，则出现断罪无难、行善无难。彼之上若多修慈悲，于心续中生起的话，则出现利益有情无难。彼之上若多修诸法实相空性，于心续中生起的话，则出现净除错乱无难。”如是心续中生起无常的话，则出现像给呕吐患者布施油食那样，彻底退掉对此生世间一切事业的耽著。至尊上师 金口也说：“我见到此世间怎样的一个高贵者、权威者、富饶者、美饰者，心也不逸走于爱慕中，而仰慕先德的传记，这实际是由相续中生起了少许无常。在此之外，我没有更好的教授可开示。”如是数数亲言。</p> <p>如是之无常者心续中生起之量是怎样的呢？要达到喀啦公穹格西一样，格西去后藏觉摩喀啦山中修行时，在岩洞口有一荆棘丛挂其法衣故，他先思维“是否断除”，继而心念“不知我能否不死而出去，不如仍作善行的话利益大”。想后，没有断除。出洞时又如是出现，心念“不知我能否从洞外返回”。如是多年之间安住，直到喇嘛成就了，荆棘丛也未断除。如是大持明晋美朗巴也有一个于秋季日客之时沐浴的小池，因没有梯子上下非常困难，有人问：此处可否作一梯子？尊者答：明年能否卧在此处不得而知，做如此费力之事有何用！平时尊者唯说无常之语。</p> <p>是故，我们这些人也在心续中未决定生起这样一个之间，加行发心，正行以种种方便纠正心，而在心续中未生起真实的无常之间修习，结行作回向印持，如此以具备三殊胜的内涵来修持，而在追随圣者先德的足迹上无论如何需要精勤。</p> <p>无常现前仍执常，达老城门犹计幼， 我与如我邪念者，心生无常求加持。</p>
--	-------------------------	--