前几周学习人身难得的十八种暇 满, 我们要认真地去思考,才 会对自己和自己生命的价值, 有新的认识, 有了这个新的认识以后, 我们才知道这一生当中, 我们的路是什么,我们的工作是什么，我们真正最需要的是什么。

此外，全知法王（无垢光尊者 ）在《如意宝藏论》中还讲述了暂生缘八无暇及断缘心八无暇，不被这些逆缘所转也同样至关重要。暂生缘，就是突然性地 产生，如果不发现不纠正，那么这种违缘会对我们修行正法造成障碍， 违缘生起时，当下就失去了修行正法的机会。

暂生缘八无暇 (或称 缘品骤然生的八无暇 )指的是以下八种修行时会遇到的违缘 ：
**一、五毒粗重
二、愚昧无知**
三、被魔所持
四、懈怠懒惰
五、恶业涌现
六、为他所转
七、求乐救怖
八、伪装修法

|  |
| --- |
| **一、五毒粗重** |

五毒就是 贪、嗔、痴、嫉妒和傲慢。 为什么叫毒呢？因 为这些烦恼在内心当中一旦生起来了，就像服了毒 药一样。如果吃了毒 药我们的身体就会受 伤；如果生起了这些烦恼，那我们的心从此就变得不健康了、不清 净了，对我们的法身慧命会有一些影响，所以叫做毒。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **三毒** |  | **分支** |
| 贪 | 🡺 | 傲慢 |
| 嗔 | 🡺 | 嫉妒 |
| 痴 |  |  |

在修行过程当中，这个五毒如果炽盛、粗猛的话，它会直接影响到我 们修行的质量，或者有可能 让我们的修行中断，所以我 们要真正地去认知这个五毒，然后知道怎么 样去对治。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **五毒** | **怎么表 现成无暇** | **对治方法** |
| 1 | 贪 | 贪执（爱）和嗔恨有的时候是相对的，两者都是很强烈的情绪。当心被这种强烈情绪所左右是没办法做出正确判断的。贪心太大，内心当中一直是不平静的，就会给我们的人生、修行都来很大的麻 烦。 | 要客观地观察所贪对境的不圆满的地方（例如修不净观、观无常），主要是降低我 们对它的耽著程度。 |
| 2 | 嗔 | 内心当中有一个很重的 结解不开，就永 远处在这种非常不舒服的状 态当中。当我们内心当中有这种非常严重的嗔恨的时候，就没办法修行，因为修行需要非常平和清净的心态。如果你的心已 经被强烈的情绪所控制，哪里 还能安住在平静的状 态当中去观修解脱的法义呢？它就是一个大的障碍，当内心当中 产生了非常强大的嗔恨，这个时候就已经处于无暇状态了，当前这个状态已经是一个违缘了，没办法让我们顺利地修行下去。 | 修慈悲观。当我 们嗔心重的时候，就去观别人对我们的恩德。真正去分析、 观察的话，可以找到很多感恩的 对境，即便是讨厌的人、所谓的怨敌，他对我来讲都会有某种恩德。 |
| 3 | 痴 | 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。 | 观十二缘起，也就是观察前因后果，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。 |
| 4 | 傲慢 | 傲慢心产生的时候，是看不到自己的 过失的，同时也看不到别人的功德、优点，完全被这种傲慢的情绪所笼罩，沉浸在傲慢状 态当中。如果处在这种自高自大状态当中，哪里还看得清楚我现在应该做什么、不应该做什么？完全都迷失了。所以傲慢 对我们修行也是很大的 违缘障碍。 | 经常观自己的过失、观别人的功德。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。 |
| 5 | 嫉妒 | 看到 别人富足安乐、生起智慧的 时候，内心都特 别不舒服。嫉妒心的生起没 办法让我们安住在平静之道，当嫉妒心生起来的时候，我们的心就不安稳了、就开始燥动、愤世嫉俗，产生很多其它的想法。 | 修随喜。如果当别人快乐、当别人得到利益的时候，我替他高 兴的话，这个状态是没有嫉妒的，这就是通过随喜来对治嫉妒心。 |

|  |
| --- |
| **二、愚昧无知** |

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。

|  |
| --- |
| **对治愚昧无知的方法** |
| 1 | 忏悔 | 因为内心当中的罪障 过于深重的缘故，我们的智慧没办法显发出来，为了显发智慧，我们也专门针对这个问题做忏悔。我 们自己每天不断地造新的业，这需要忏悔。还有以前累积留存在我们相续当中的业，也是需要持 续性地忏悔来慢慢消除，当消除到一定程度的时候，我们的状况就会改观，就会对正法的句义慢慢通达，持 续性地修持的话就会越来越有智慧。 |
| 2 | 祈祷文殊师利菩萨 | 文殊菩萨是智慧的本尊，他以前在因地发愿，谁祈祷我，我赐予他智慧，所以他是三世诸佛智慧的总集。 |
| 3 | 精进地闻思修行 | 一方面我们要忏悔、要祈祷，但是自己还要努力。多管齐下，很多因缘同时来了，这个时候慢慢就会通达。如果自己不勤奋的话，别人虽然想帮你也没有用。这就是愚昧无知的对治法。 |