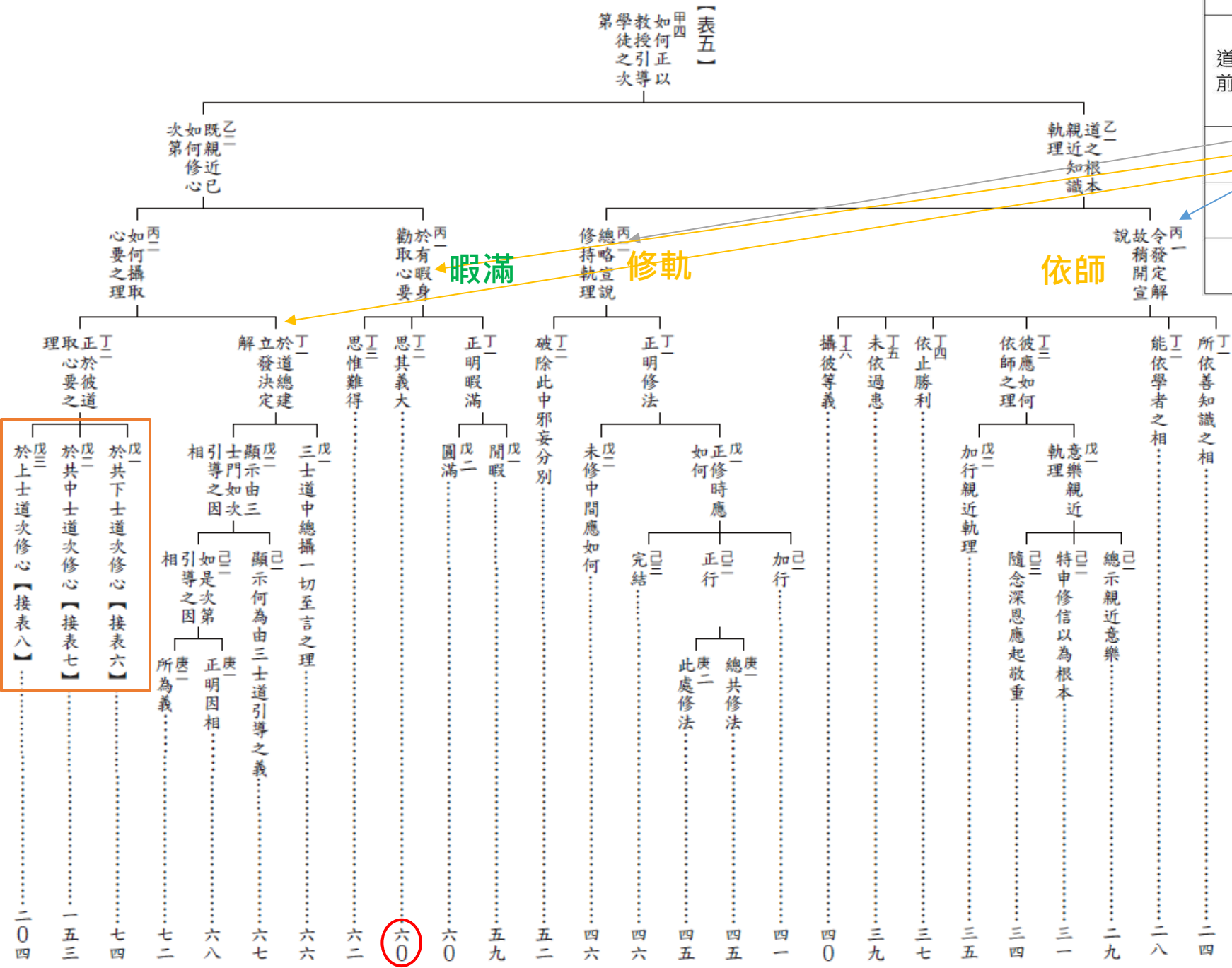


24991班暇滿03_課摘
_1150714

復習



道前	1.前行三法	1.1 人殊勝	1.2 法殊勝	1.3 聽和說	〈皈敬頌〉
	2.道前四法	2.1 依師	2.2 修軌	2.3 暇滿	2.4 道總
	3.共下	3.1 念死	3.2 惡趣	3.3 皈依	3.4 業果
	4.共中	4.1 出離心	4.2 苦集	4.3 十二緣起	4.4 持戒門煩惱
	5.上士	5.1 菩提心	5.2 七因果	5.3 自他換	5.4 持戒行六度



〈道次20法〉					R2	如亨整理
道前	1.前行三法	1.1 人殊勝	1.2 法殊勝	1.3 聽和說	〈皈依敬頌〉	
	2.道前四法	2.1 依師	2.2 修軌	2.3 暇滿	2.4 道總	
	3.共下	3.1 念死	3.2 惡趣	3.3 皈依	3.4 業果	
	4.共中	4.1 出離心	4.2 苦集	4.3 十二緣起	4.4 持戒門煩惱	
	5.上士	5.1 菩提心	5.2 七因果	5.3 自他換	5.4 持戒行六度	

增上生道 (階段目標)

決定勝 (終極目標)

1-1人殊勝

1-2法殊勝

1-3聽和說 (外緣)

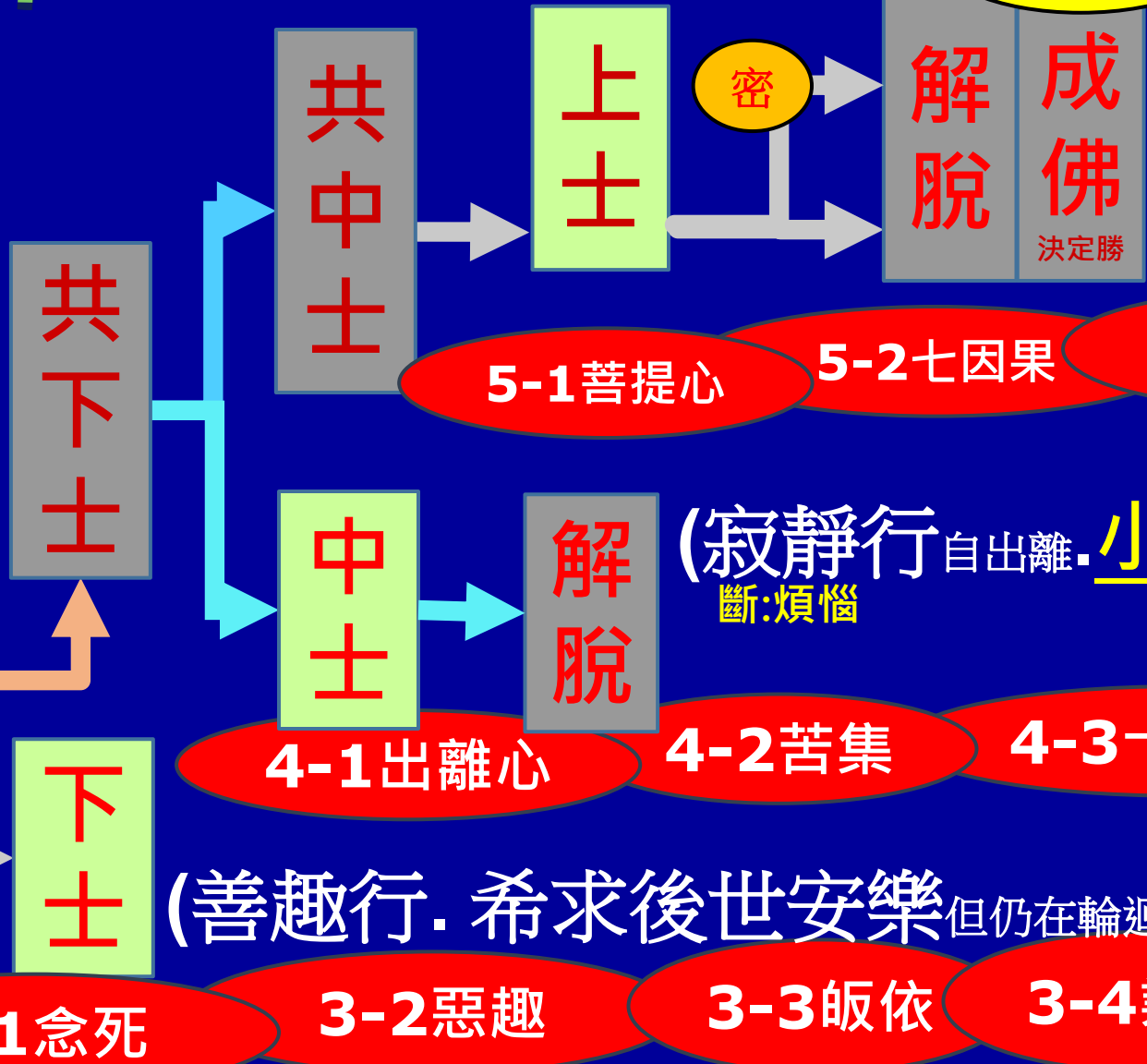
2-1依師

2-2修軌 (內緣)

2-3暇滿

2-4道總

福智資糧



(勝出離行自他 皆出離. 大乘. 成 就佛果) 斷: 煩惱及業

三主要道

出離心
空正見
菩提心

(寂靜行自出離. 小乘. 解脫輪迴) 斷: 煩惱

出離心 空正見

(善趣行. 希求後世安樂但仍在輪迴) 斷: 十惡業道

3-1 念死

3-2 惡趣

3-3 皈依

3-4 業果

標註經典小科判

道前基礎 暇滿

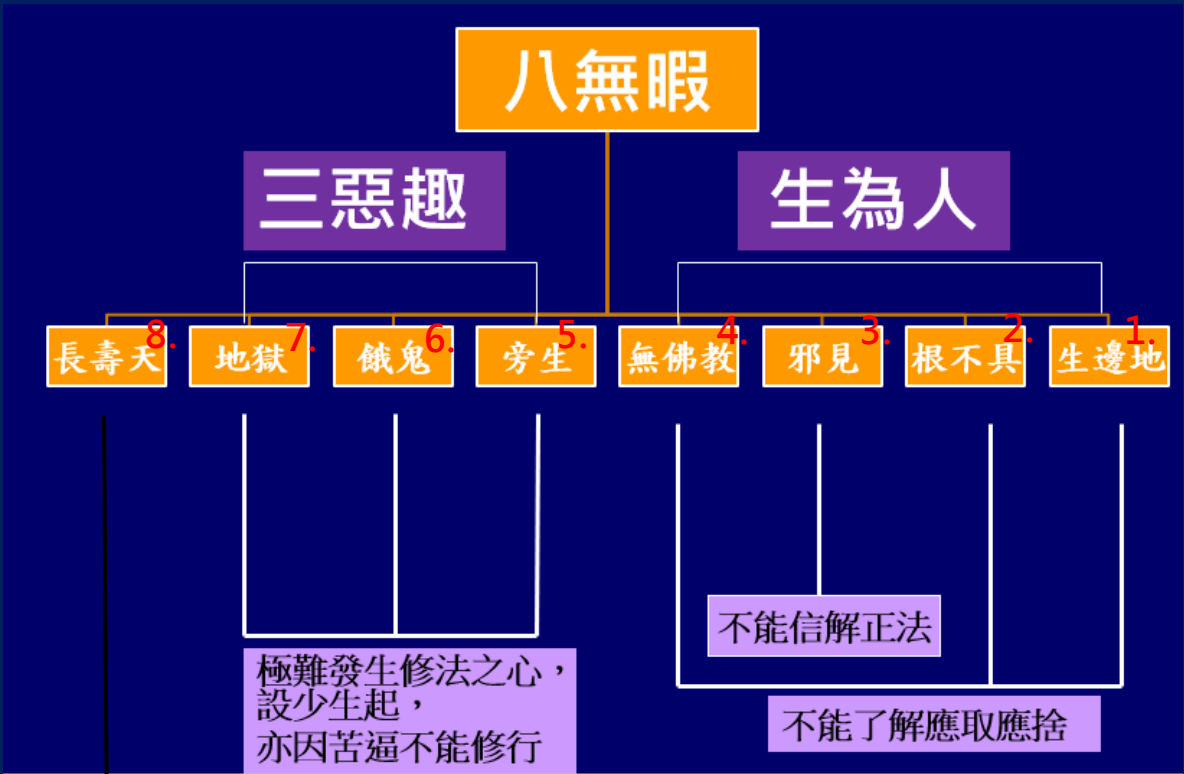
憊戾車：指生於邊地，不信佛法之人。
駭啞：愚癡。一般指心智及語言能力不足者，此處泛指諸根不具而無法學佛的人。

五九

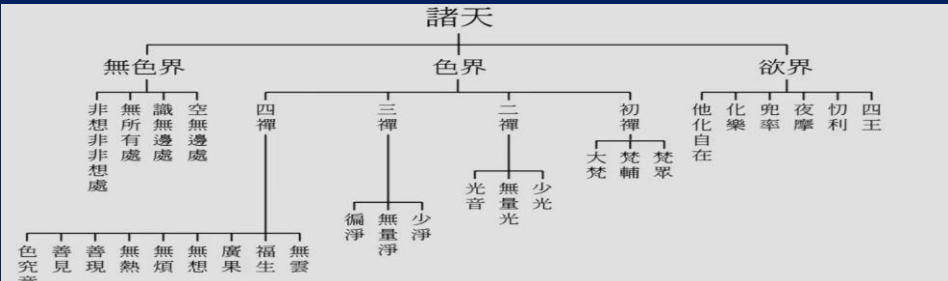
今應顯示。如前所說。如理依止善知識之弟子。尊重應當如何引導之次第。
第二依已如何修心之次第分二。於有暇身勸取心要。如何攝取心要之理。初中分三。正
明暇滿。思其義大。思惟難得。初中分二。閒暇。圓滿。今初
A1
如攝功德寶云。「由戒斷諸畜趣體。及八無暇常得暇。」謂離八無暇即是其暇。八無
暇者如親友書云。「執邪倒見。生旁生。餓鬼。地獄。無佛教。及生邊地。憊戾車。性為駭啞。長壽
天。於隨一中受生已。名為八無暇過患。離此諸過得閒暇。故當策勵斷生死。」此復若無四
眾遊行。是謂邊地。愚啞缺耳。斷支節等名根不具。妄執無有前世後世。業果。三寶。是邪見者。
4. 無佛出世名無佛教。四中初二及最後者。不能了解應取應捨。第三不能信解正法。三惡趣
者。極難發生修法之心。設少生起。亦因苦逼不能修行。8. 長壽天者。親友書釋中說是無想及
無色天。八無暇論中。亦說常為欲事散亂諸欲界天。無想天者。對法中說。於第四靜慮廣果
天中。處於一分。如聚落外阿蘭若處。除初生時及臨沒時。餘心心所。現行皆滅。住多大劫。無
色聖人非是無暇。故是生彼諸異生類。以無善根修解脫道。故是無暇。恆散欲天。亦復如是。
故說彼等亦名無暇。如親友書釋云。「此八處中。以無閒暇。修作善品。故名無暇。」

明暇滿。思其義大。思惟難得。初中分二。閒暇。圓滿。今初
A2
如攝功德寶云。「由戒斷諸畜趣體。及八無暇常得暇。」謂離八無暇即是其暇。八無
暇者如親友書云。「執邪倒見。生旁生。餓鬼。地獄。無佛教。及生邊地。憊戾車。性為駭啞。長壽
天。於隨一中受生已。名為八無暇過患。離此諸過得閒暇。故當策勵斷生死。」此復若無四
眾遊行。是謂邊地。愚啞缺耳。斷支節等名根不具。妄執無有前世後世。業果。三寶。是邪見者。
4. 無佛出世名無佛教。四中初二及最後者。不能了解應取應捨。第三不能信解正法。三惡趣
者。極難發生修法之心。設少生起。亦因苦逼不能修行。8. 長壽天者。親友書釋中說是無想及
無色天。八無暇論中。亦說常為欲事散亂諸欲界天。無想天者。對法中說。於第四靜慮廣果
天中。處於一分。如聚落外阿蘭若處。除初生時及臨沒時。餘心心所。現行皆滅。住多大劫。無
色聖人非是無暇。故是生彼諸異生類。以無善根修解脫道。故是無暇。恆散欲天。亦復如是。
故說彼等亦名無暇。如親友書釋云。「此八處中。以無閒暇。修作善品。故名無暇。」

如《攝功德寶》云。『由戒斷諸畜趣體。及八無暇常得暇。』謂離八無暇即是其暇。



《親友書釋》中解釋為無想天人(色界)及無色界天人二者；
《八無暇論》則解釋為長期因享樂而散亂的欲界天人。



常見淨土包含
阿彌陀佛的西方極樂世界
藥師佛的東方淨琉璃世界
彌勒菩薩的兜率淨土。

在佛教的世界觀裡，一個「三千大千世界」就是一個佛的國土，也被統稱為一個「娑婆世界」。釋迦牟尼佛為了教化此處眾生，化身千百億，在無數個世界中行佛事。

佛教的空間觀：
佛說大千世界變相圖

佛說三界六道有情(六道_在輪迴)



- 一、天：1.無色天(界) → 無色界
2.色天(界) → 色界
3.欲天(界)
- (上二界)

彌勒菩薩
兜率淨土

- 二、阿修羅
三、人
四、畜生
五、餓鬼
六、地獄

欲界

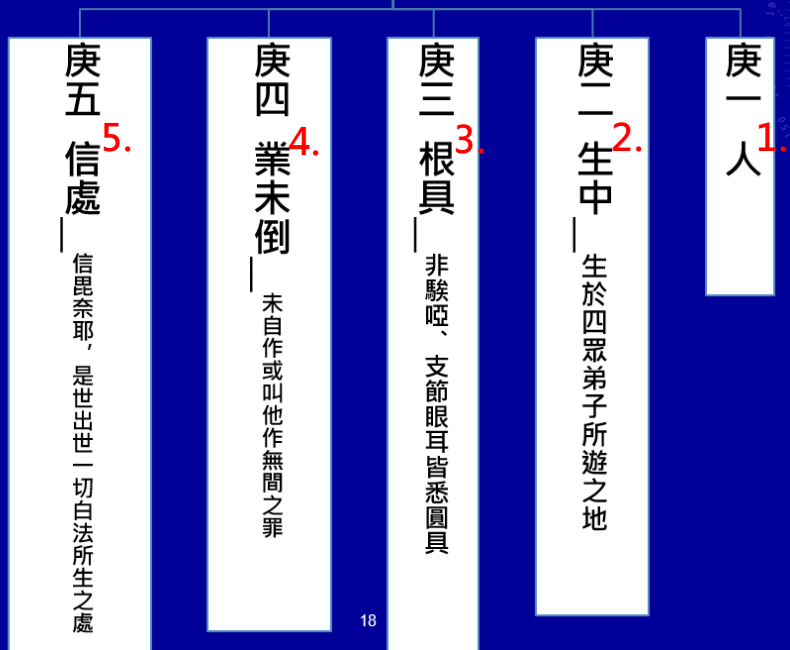


小乘

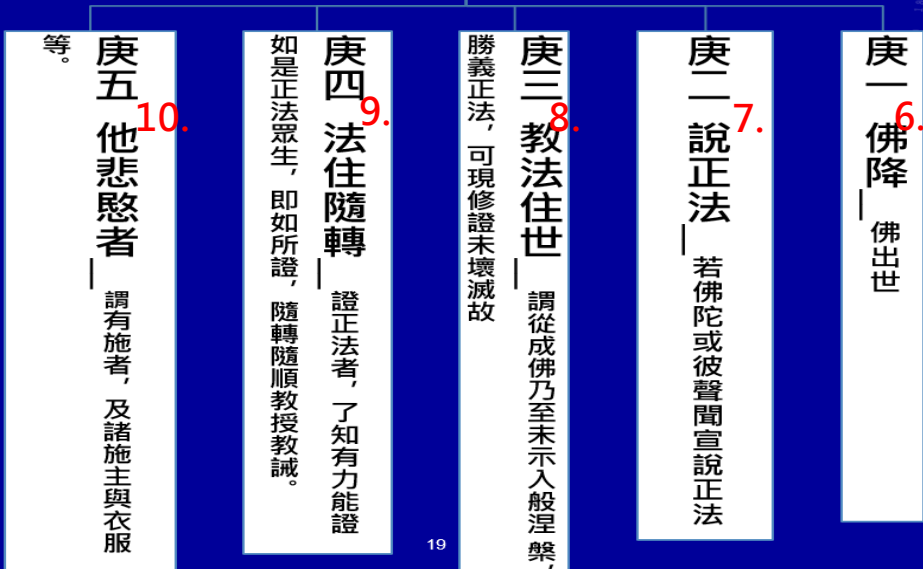
藥師佛_
東方淨琉璃世界
(淨土)

阿彌陀佛_
西方極樂世界
(淨土)

五自圓滿



五他圓滿



第二圓滿分二。五自圓滿者。如云。一。人生^{1.}中。根具。業未倒。信處。一言^{2.}生中者。謂能生於四眾弟子所遊之地。諸根具者。謂非騃啞。支節眼耳皆悉圓具。業未倒者。謂未自作或教他作無間之罪。信依處者。謂信毘奈耶。是世出世一切白法所生之處。毘奈耶者。此通三藏。此五屬於自身所攝。是修法緣。故名自滿。五他圓滿者。如云。一。佛降。說正法。教住。隨教轉。有他具悲愍。一言^{6.}佛降世或出世者。謂經三大阿僧祇劫積集資糧。坐菩提座現正等覺。說正法者。謂若佛陀或彼聲聞宣說正法。教法住世者。謂從成佛乃至未入般涅槃。勝義正法。可現修證未壞滅故。法住隨轉者。謂即如是證正法者。了知有力能證如是正法眾生。即如所證。隨轉隨順教授教誡。他悲愍者。謂有施者。及諸施主與衣服等。此五屬於他身所有。是修法緣。故名他滿。聲聞地中所說前四他圓滿者。現在不具。然說正法。法教安住。隨住法轉。尚有^{無誤師承}隨順堪為具足。

第二思惟暇滿利大者。為欲引發畢竟樂故。若未清淨修習正法。僅為命存以來引樂除苦而劬勞者。旁生亦有。故雖生善趣。等同旁生。弟子書云。一猶如象兒為貪著。深阱邊生數口草。欲得無成墮險阨。願現世樂亦如是。」

具悲導師
釋迦世尊

廣行派
彌勒菩薩

深見派
文殊菩薩

無著菩薩

龍樹菩薩

阿底峽尊者

宗喀巴大師

師父音檔(手抄稿第四冊P204L10_~)：(無誤師承的重要)
所以特別說明一下：這個隨順，就隨順那一點來說
的話，必須要具足的條件是無誤的師承。沒有這個，
這個也談不到，這個都談不到！這一點我想我們大
家都有這個經驗，大家都說：「哎呀！聽見那個法
很好。」但是教你去修的話，你總覺得摸不上，為
什麼原因啊？就是缺少這個。它真正有這個「法住
隨轉」乃至於「隨順」的話，你聽完了你當然心：
「啊！了解、了解就是這個。啊！可以走得上去
的。」你有了這個，下面你只要肯走，一定走得上
去。沒有這個的話，就算你想走的話，摸了半天的
話，在那兒辛苦無比！這個概念我們要清楚。在這
裡我們要感到幸運啦！

我現在稱得上是暇滿嗎？

福智 - 真如老師講述

《心之勇士》· 如俊法師導讀

- 04:07 ~ 05:39
- 五他圓滿
- 十八暇滿



本日課程

廣論原文

【總之修行如是正 法.....發起攝取心 要欲樂】

- 科判 | 道前基礎 暇滿 ~
- 廣論段落 | P61-L1 ~ P62-LL2 總之修行...發起攝取心要欲樂



WHO:

總之修行如是正法・特若修行**大乘道**者・任隨一身不為完具・須得如前所說之身。

如**弟子書**云・「善逝道依將成導眾生・廣大心力人所獲得者・此道非天龍得非非天・妙翅持明似人腹行得。」

入胎經亦云・「雖生人中・亦具如是無邊眾苦・然是勝處・經俱胝劫亦難獲得。諸天臨沒時・諸餘天云・願汝生於**安樂趣**中・其樂趣者即是**人趣**。」諸天亦於此身為願處故。又有欲天・昔人世時・由其修道習氣深厚・堪為新證**見諦**之身・然**上界**身・則定無新得聖道者。如前所說・欲天亦多成無暇處・故於最初修道之身・**人為第一**。此復俱盧洲人・不堪為諸律儀所依・故讚三洲之身・其中尤以瞻部洲身・為所稱歎。

• 見諦: 證悟真理; 聲聞乘要在要預流果以上才能見諦; 菩薩要到初地以上才能見諦

• 俱盧洲 (北俱盧洲) 佛教說世界有四大洲:

東勝身洲

西牛貨洲

南瞻部洲 (我們現在的人間)

北俱盧洲 (在北邊稱俱盧洲, 洲形四方, 人壽千歲, 福報極大, 生活無憂無慮, 沒有飢餓、戰爭、貧困等痛苦)

總之修行如是正法, 特若修行大乘道者, 任隨一身不為完具, 須得如前所說之身。如弟子書云, 「善逝道依將成導眾生, 廣大心力人所獲得者, 此道非天龍得非非天, 妙翅持明似人腹行得。」入胎經亦云, 「雖生人中, 亦具如是無邊眾苦, 然是勝處, 經俱胝劫亦難獲得。諸天臨沒時, 諸餘天云, 願汝生於安樂趣中, 其樂趣者即是人趣。」諸天亦於此身為願處故。又有欲天, 昔人世時, 由其修道習氣深厚, 堪為新證見諦之身, 然上界身, 則定無新得聖道者。如前所說, 欲天亦多成無暇處, 故於最初修道之身, 人為第一。此復俱盧洲人, 不堪為諸律儀所依, 故讚三洲之身, 其中尤以瞻部洲身, 為所稱歎。是故應當作是思惟, 我今獲得如是妙身, 何故令其空無果利。我若令此空無利者, 更有何事較此自欺, 較此愚蒙, 而為重大。曾數馳奔諸惡趣等無暇險處, 一次得脫, 此若空耗仍還彼處者, 我似無心, 如被明咒之所蒙蔽, 由此等門應數數修。如聖勇云, 「得何能下種, 度生死彼岸, 妙菩提勝種, 勝於如意珠, 功德流諸人, 誰令此無果。」入行論亦云, 「得如是暇已, 我若不修善, 無餘欺過此, 亦無過此愚。若我解是義, 愚故仍退屈, 至臨命終時, 當起大憂惱, 若難忍獄火, 常燒我身者, 粗猛惡作火, 定當燒我心, 難得利益地, 由何偶獲得, 若我如有知, 仍被引入獄, 如受咒所蒙。」

是故應當作是**思惟**。我今獲得如是妙身。何故令其空無果利。

我若令此空無利者。更有何事較此**自欺**。較此愚蒙。而為**重大**。**曾數馳奔諸惡趣等**無暇險處。一次得脫。此若空耗仍還彼處者。我似**無心**。如被明咒之所蒙蔽。

由此等門應**數數修**。如聖勇云。「得何能下種。度生死彼岸。妙菩提勝種。勝於如意珠。功德流諸人。**誰**令此無果。」入行論亦云。「得如是暇已。我若不修善。無餘欺過此。亦無過此**愚**。若我解是義。愚故仍退屈。至臨命終時。當起大憂惱。若難忍獄火。常燒我身者。粗猛惡作火。定當燒我心。難得利益地。由何偶獲得。若我如有知。仍被引入獄。如受咒所蒙。

如聖勇云：馬鳴菩薩

退屈：提不起來

總之修行如是正法。特若修行大乘道者。任隨一身不為完具。須得如前所說之身。如弟子書云。「善逝道依將成導眾生。廣大心力人所獲得者。此道非天龍得非非天。妙翅持明似人腹行得。」入胎經亦云。「雖生人中。亦具如是無邊眾苦。然是勝處。經俱胝劫亦難獲得。諸天臨沒時。諸餘天云。願汝生於安樂趣中。其樂趣者即是人趣。」諸天亦於此身為願處故。又有欲天。昔人世時。由其修道習氣深厚。堪為新證見諦之身。然上界身。則定無新得聖道者。如前所說。欲天亦多成無暇處。故於最初修道之身。人為第一。此復俱盧洲人。不堪為諸律儀所依。故讚三洲之身。其中尤以瞻部洲身。為所稱歎。是故應當作是思惟。我今獲得如是妙身。何故令其空無果利。我若令此空無利者。更有何事較此自欺。較此愚蒙。而為重大。曾數馳奔諸惡趣等無暇險處。一次得脫。此若空耗仍還彼處者。我似無心。如被明咒之所蒙蔽。由此等門應數數修。如聖勇云。「得何能下種。度生死彼岸。妙菩提勝種。勝於如意珠。功德流諸人。誰令此無果。」入行論亦云。「得如是暇已。我若不修善。無餘欺過此。亦無過此愚。若我解是義。愚故仍退屈。至臨命終時。當起大憂惱。若難忍獄火。常燒我身者。粗猛惡作火。定當燒我心。難得利益地。由何偶獲得。若我如有知。仍被引入獄。如受咒所蒙。

是故應當作是**思惟**。我今獲得如是妙身。何故令其空無果利。

(擁暇身若不善修:)

過患1我若令此空無利者。更有何事較此**自欺**。較此愚蒙。而為重大。**曾數馳奔諸惡趣**
等無暇險處。**一**次得脫。此若空耗仍還彼處者。我似**無心**。如被明咒之所蒙蔽。

下手處

由此等門應**數數修**。

勝利

如聖勇云。「得何能下種。度生死彼岸。妙菩提勝種。勝於如意珠。功德流諸人。**誰**令此無果。」

過患2

入行論亦云。「得如是暇已。我若不修善。無餘欺過此。亦無過此**愚**。若我解是義。愚故仍退屈。至臨命終時。當起大憂惱。

過患3

若難忍獄火。常燒我身者。粗猛惡作火。定當燒我心。難得利益地。由何偶獲得。若我如有知。仍被引入獄。如受咒所蒙。

觀待究竟決定勝利大

戒



定



慧

別解脫戒

六道中尤以南瞻部洲身最利於受持

菩薩戒

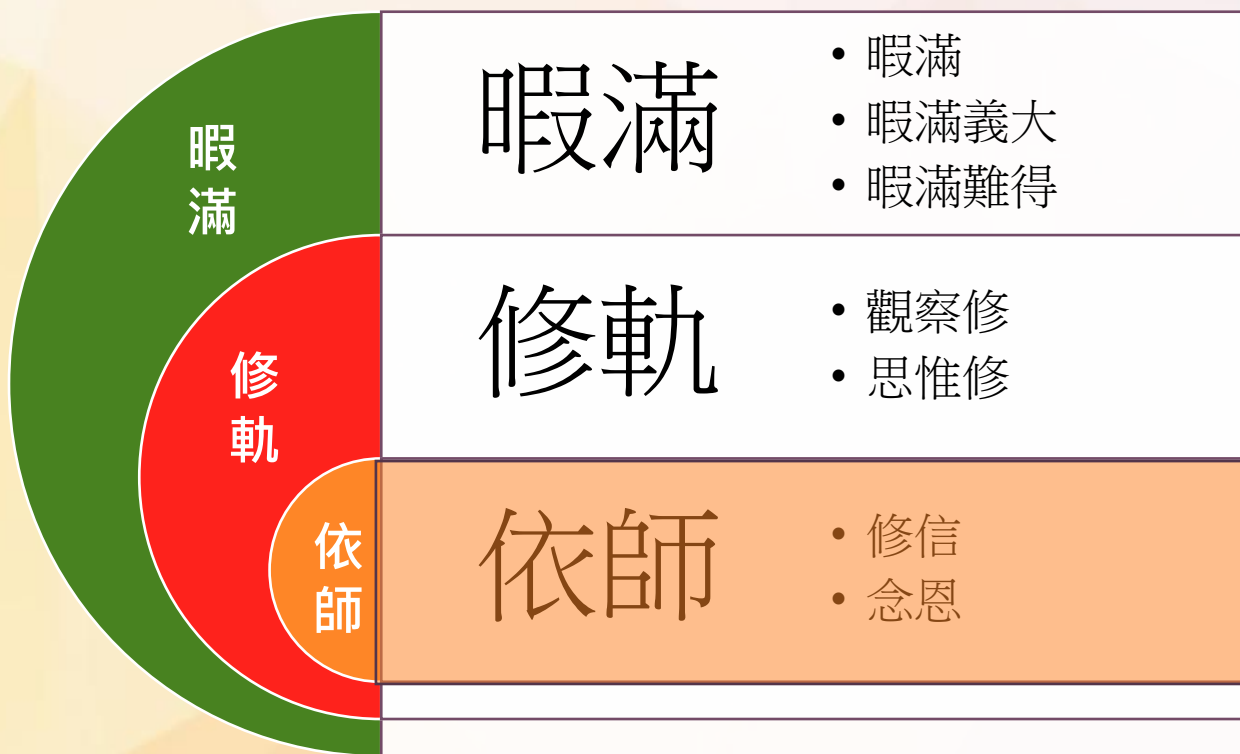
欲成佛道度眾生，具大心力唯人能；
天龍修羅金翅蟒，神仙餘趣皆不及。

密乘戒

六道中只有人道具六界身能修持密乘戒

定、慧

諸天、龍少有苦蘊及思惟力弱，故難生猛利出離心、菩提心，若無菩提心即不能入資糧位、加行位。資糧、加行諸位以定慧為主，故入資加修行定慧者，亦唯人身具此堪能。



- 第三隨念恩者。十法經云。
「於**長夜中**・**馳騁生死尋覓我者**。於長夜中為愚癡覆而重睡眠・醒覺我者。沈溺有海・拔濟我者。我入惡道示善道者。繫縛有獄解釋我者。我於長夜・病所逼惱為作醫王。我被貪等猛火燒燃・為作雲雨而為息滅。應如是想。」 P34LL2-P3-L1

我於此無心。何蒙我未知。我心有何物。」敦巴亦謂謹哦瓦云。「憶念已得暇滿人身乎。」
謹哦亦於每次修時。必誦一遍入中論頌中。「若時自在轉順住。設不於此自任持。墮險成他自在轉。後以何事從彼出。」而為心要。應如是學。如其觀待畢竟義大。如是觀待現時亦然。謂增上生中。自身受用眷屬圓滿之因。布施持戒及忍辱等。若以此身易能成辦。此諸道理亦應思惟。如是觀待若增上生。若決定勝。義大之身。若不晝夜殷勤勵力此二之因。而令失壞。如至寶洲空手而返。後世亦當匱乏安樂。莫得暇身。此欺誑。應勤思惟。如聖勇云。「若眾善富人。由無量劫得。愚故於此身。未略集福藏。彼等趣他世。難忍憂惱室。如商至寶洲。空手返自家。無十善業道。後亦不能得。不得人唯苦。如何能受樂。他欺無過此。無過此大愚。」如是思後。當發極大取心要欲。如入行論云。「與此工價已。今今作我利。於此無恩利。不應與一切。」又云。「由依人身筏。當度大苦流。此筏後難得。愚莫時中眠。」又如博朵瓦喻法中云。「蟲禮騎野馬。藏魚梅鳥食。」應如是思。發起攝取心要欲樂。

第三思惟極難得者。如是暇身如事教中說。「從惡趣死復生彼者。如大地土。從彼死

過患4

我於此無心。何蒙我未知。我心有何物。」

敦巴亦謂謹哦瓦云。「憶念已得暇滿人身乎。」

下手處

謹哦亦於每次修時。必誦一遍入中論頌中。

「若時自在轉順住。設不於此自任持。墮險成他自在轉。後以何事從彼出。」而為心要。應如是學。如其觀待畢竟義大。如是觀待現時亦然。謂增上生中。自身受用眷屬圓滿之因。布施持戒及忍辱等。若以此身易能成辦。此諸道理亦應思惟。如是觀待若增上生。若決定勝。義大之身。若不晝夜殷勤勵力此二之因。而令失壞。如至寶洲空手而返。後世亦當匱乏安樂。莫得暇身。

此二之因：現前增上生&究竟決定勝

我於此無心。何蒙我未知。我心有何物。」敦巴亦謂懂哦瓦云。「憶念已得暇滿人身乎。」
懂哦亦於每次修時。必誦一遍入中論頌中。「若時自在轉順住。設不於此自任持。墮險成
他自在轉。後以何事從彼出。」而為心要。應如是學。如其觀待畢竟義大。如是觀待現時亦
然。謂增上生中。自身受用眷屬圓滿之因。布施持戒及忍辱等。若以此身易能成辦。此諸道
理亦應思惟。如是觀待若增上生。若決定勝。義大之身。若不晝夜殷勤勵力。此二之因。而令
失壞。如至寶洲空手而返。後世亦當匱乏安樂。莫得暇身。若不得此。眾苦續生。更有何事較
此欺誑。應勤思惟。如聖勇云。「若眾善富人。由無量劫得。愚故於此身。未略集福藏。彼等趣
他世。難忍憂惱室。如商至寶洲。空手返自家。無十善業道。後亦不能得。不得人唯苦。如何能
受樂。他欺無過此。無過此大愚。」如是思後。當發極大取心要欲。如入行論云。「與此工價
已。令今作我利。於此無恩利。不應與一切。」又云。「由依人身筏。當度大苦流。此筏後難得。
愚莫時中眠。」又如博朵瓦喻法中云。「蟲禮騎野馬。藏魚梅烏食。」應如是思。發起攝取
心要欲樂。

第三思惟極難得者。如是暇身如事教中說。「從惡趣死復生彼者。如大地土。從彼死

若不得此。眾苦續生。更有何事較此欺誑。應勤
思惟。如聖勇云。「若眾善富人。由無量劫得。
愚故於此身。未略集福藏。彼等趣他世。難忍憂惱
室。如商至寶洲。空手返自家。無十善業道。後亦
不能得。不得人唯苦。如何能受樂。他欺無過此。
無過此大愚。」

下手處

如是**思**後。當發極大取心要欲。如入行論云。
「與此工價已。令今作我利。於此無恩利。不應與
一切。」又云。「由依人身筏。當度大苦流。此筏
後難得。愚莫時中眠。」又如博朵瓦喻法中云。
「蟲禮騎野馬。藏魚梅烏食。」應如是**思**。發起
攝取心要欲樂。

暇滿人身若不修善之五種過患

「得如是暇已・我若不修善・無餘欺過此・亦無過此愚。」

01 自欺愚蒙

「更有何事較此自欺、較此愚蒙而為重大。」

曾數百千次奔馳於惡趣等無暇險處，如今幸而獲得解脫。若再度空耗人身而退回彼處，是最大的自欺、愚昧與無心之舉。

02 臨終憂悔

「至臨命終時，當起大憂惱。」

獲得如此難得的暇滿身，若不積極修習善法，直到死亡來臨、神識將逝之時，內心定會生起無比巨大且無法挽回的憂悔與痛苦。

03 身心常燒

「若難忍獄火常燒我身，粗猛惡作火定燒我心。」

若因不修善法而墮入地獄，來世將被難忍的獄火焚燒身軀；而在現世臨終時，那未修善法的悔恨（惡作）烈火，定會時常炙烤心靈。

04 無心之昧

「若我如有知，仍被引入獄，如受咒所蒙。」

難得的人身利地，由福德偶然獲得。若我明明有知覺，卻仍任由自己造業被引入地獄，就如同被邪術明咒蒙蔽、完全失去理智一般麻木。

05 失壞自在

「若時自在轉順住，設不於此自任持。」

當身處順境、身心尚能自主修持之時，若不自我任持、克己修行；一旦墮入惡趣等險處，受制於業力與他人，後世便再無機會脫出。

上師怎麼說



暇身勝過如意寶
難得易失如空電
一切世事如揚糠
瑜伽師我如是修

唯於今生獲此身
思惟此理而證達
故應晝夜取心要
汝求脫者亦應行

《菩提道次第略義》 | 第13~14偈

► 音檔：03:31-05:39

大慈恩月光藏

上師怎麼說

而我們的身體到底對我們有什麼幫助呢？對身體的本質而言，這個身體是不淨的，那這樣的不淨物對我們到底有什麼幫助呢？這時候我們必須更進一步地思惟：藉由當下所獲得的人身，我能夠用這個人身完成什麼事情？仔細地**思惟**之後，簡單地我們可以歸類於現前、究竟當中：以現前的角度來說，透過當下我們獲得的人身，能夠讓我們來生不墮惡趣，並且再次獲得善趣的人天果位；以究竟的角度來說，透過人身能夠讓我們獲得解脫，甚至圓滿的佛果。所以現今所獲得的人身，從現前、究竟的角度來說，它的意義是非凡的。

甚至**當下**的任何一個剎那，我們所獲得的人身都能成辦許多有**意義**的事情。比如說**早晨的時候**我們可以花個幾分鐘去**思惟**法義——**思惟暇滿、無常、親近善知識勝利**，甚至可以**思惟慈悲心、菩提心**。當下我們去思惟這些善法的時候，我們的心就會呈現出調柔的、收攝的狀態，這都是我們獲得了人身才能夠成辦的事情，因為**人身**的這個**思考**非常厲害。這個人身是不太容易得到的，在得到了它之後，我們能夠**成辦解脫**，甚至成辦無上菩提，往近了說還可以讓我們**來生不墮惡趣**，注意！這都是我們透過這個所依、透過努力能夠做到的，這個人身可以幫我們拿到這個果位。

#互動

你只有3分鐘可以完成你人生最重要的事。

- 1.如果只剩一年，你最想完成什麼？
- 2.如果只剩今天？



「若時自在轉順住・設不於此自任持・
墮險成他自在轉・後以何事從彼出。」

而為心要・應如是學。如其觀待畢竟義大・如是觀待
現時亦然。

《入中論頌》中：「若時自在轉順住，設不於此自任持，墮險成他自在轉，後以何事從彼出。」

這個《入中論頌》上面有這麼一段話，說假定那個時候啊，你能夠得到「自在」，得到自在就是我們得到**暇**、**滿**兩樣東西，能夠隨順正法好好去做。而那個時候你不努力而認真去做，那個時候你又墮落了！又墮落的時候，「他自在」，樣樣東西要聽他們招呼的。怎麼叫聽他們招呼的？地獄裡邊這猛火，餓鬼是餓得要命，畜生，不管是哪一個，那時候一天都是被外面的轉，請問那個時候你怎麼修行，你怎麼修行？這個文字很好懂。

[07:21]

理路&公案

- 丁二思其義大
- 一. 使殊勝身猶如畜生不合理
 - 二. 此身能成辦現前、究竟利益故，亦為諸天希願
 - 三. 暇滿身殊勝之理
天界惟欲天堪修；人道為勝；瞻部洲身為勝
 - 四. 由於思惟上述所緣，發起欲取心要之行相
 - 五. 結合前輩諸師傳記而說，由修此行相故，當生如何覺受
 - 六. 別開劣慧者之學法、思惟將護形相之理，欲取心要

宗大師闡釋欲界諸天的有些天人因為在過去世為人身時修道習氣深厚，所以還可以證道。但是往上的色界和無色界的天人，就絕對不可能證道。就像前面已經說過的，欲界諸天其實大部分是無暇處，所以人身是最初修道最超勝之身。

如聖勇云：我們只有得到人身，才能不斷播下種子（種因），讓我們可以度脫生死彼岸，出離輪迴，成就無上佛果，這樣的人身比得到如意寶功德還要大。

總之修行如是正法，特若修行大乘道者，任隨一身不為完具，須得如前所說之身。如

弟子書云：「善逝道依將成導眾生，廣大心力人所獲得者，此道非天龍八部等神眾。」

明似人腹行得。」入胎經亦云：「雖生人中，亦具如是無邊眾苦，然是勝處，經俱抵劫亦難

獲得。諸天臨沒時，諸餘天云：願汝生於安樂趣中，其樂趣者即是人趣。」諸天亦於此身為

願處故。又有欲天，昔人世時，由其修道習氣深厚，堪為新證見諦之身，然上界身，則定無新

得聖道者。如前所說，欲天亦多成無暇處，故於最初修道之身，人為第一。此復俱廬洲人，不

堪為諸律儀所依，故讚三洲之身，其中尤以瞻部洲身為所稱歎。是故應當作是思惟：我今

獲得如是妙身，何故令其空無果利？我若令此空無利者，更有何事較此自欺，較此愚蒙，而

為重大。曾數馳奔諸惡趣等無暇險處，一次得脫，此若空耗，仍還彼處者，我似無心，如被明

咒之所蒙蔽，由此等門應數數修。如聖勇云：「得何能下種，度生死彼岸，妙菩提勝種，勝於

如意珠、功德流諸人，誰令此無果。」入行論亦云：「得如是暇已，我若不修善，無餘欺過此，

亦無過此愚。若我解是義，愚故仍退屈，至臨命終時，當起大憂惱。若難忍獄火，常燒我身者，

粗猛惡作火，定當燒我心。難得利益地，由何偶獲得？若我如有知，仍被引入獄，如受咒所蒙，

我於此無心，何蒙我未知，我心有何物。」敦巴亦謂僅暇瓦云：「憶念已得暇滿人身乎。」

僅暇亦於每次修時，必誦一遍入中論頌中：「若時自在轉順住，設不於此自任持，墮險成

他自在轉，後以何事從彼出。」而為心要，應如是學。如其觀待畢竟義大，如是觀待現時亦

然。謂增上生中，自身受用眷屬圓滿之因，布施持戒及忍辱等，若以此身易能成辦，此諸道

理亦應思惟。如是觀待若增上生，若決定勝，義大之身，若不晝夜殷勤勵力，此二之因，而令

失壞，如至寶洲空手而返，後世亦當匱乏安樂，莫得暇身。若不得此，眾苦續生，更有何事較

此欺誑，應勤思惟。如聖勇云：「若眾善富人，由無量劫得，愚故於此身，未略集福藏，彼等趣

他世，難忍憂惱室，如商至寶洲，空手返自家，無十善業道，後亦不能得，不得人唯苦，如何能

受樂，他欺無過此，無過此大愚。」如是思後，當發極大取心要欲。如入行論云：「與此工價

已，令今作我利，於此無恩利，不應與一切。」又云：「由依人身筏，當度大苦流，此筏後難得，

愚莫時中眠。」又如博朵瓦喻法中云：「蟲禮騎野馬，藏魚梅鳥食。」應如是思，發起攝取

心要欲樂。

天龍八部：《孔雀經》《法華經》《聖莊嚴陀羅尼經》《仁王護國般若經》《文殊師利問經》

又名為八部眾，或神龍八部，即有天眾、龍眾、夜叉、阿修羅、迦樓羅、乾闥婆、緊那羅，摩羅迦等神眾。釋迦牟尼佛於每一會演說法義時，該八種諸神，皆會出現於佛法宴席上，稱其願力，恭聞、讚嘆佛法，進而能行大力守護佛法。八部神眾中，又以〔天〕與〔龍〕為上首，故標舉其名，統稱為天龍八部是也。

天龍八部等神眾

能夠護法，但是不能及不易修行



1.天:又作天眾；即是住於欲界與色界之有情眾生。

2.龍:佛前誓言護法的龍王善神。

3.夜叉:住在忉利天、地界、虛空等的鬼類，受毗沙門天王所統領，守護忉利等諸天，而得受種種歡樂。

4.阿修羅:非天,六道之一,屬於好鬥愛戰的鬼神。

5.迦樓羅:妙翅,大鵬金翅鳥。

6.乾闥婆:持明,奉侍帝釋的侍眾，專司奏雅樂之神。食香,所以又稱為香神,是守護東方的神眾。

7.緊那羅:似人,似人而有角，或又稱為歌神、歌樂神、音樂天。

8.摩羅迦:腹行,大蟒神,大腹行地龍。

西牛賀洲

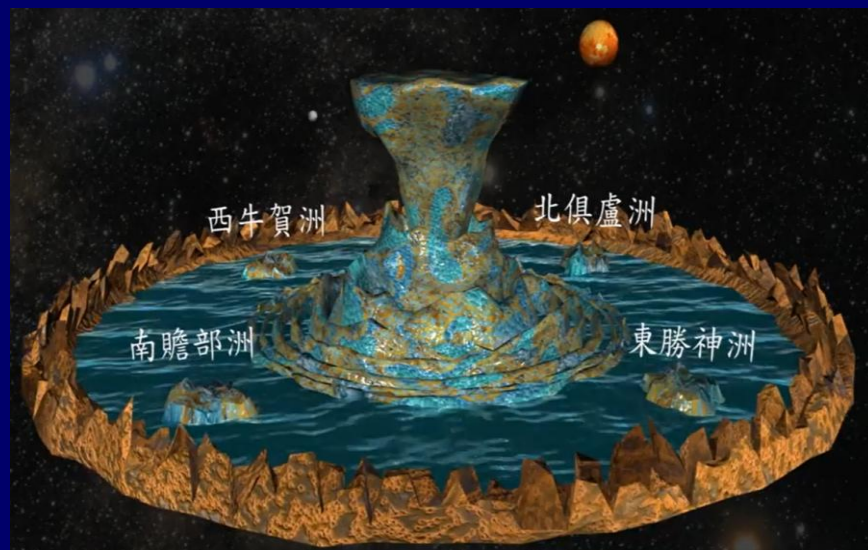
約500歲

其地形如滿月，人面亦如滿月，此洲有殊勝三事，即：多牛、多羊、多珠玉，以牛、羊、摩尼寶做為貨幣而行買賣交易。

北俱盧洲

1000定歲

黃金為地，晝夜常明。土地具有平等、寂靜、淨潔、無刺等四德。此洲人民人人面色皆相同，身高皆一丈四尺。生活平等安樂，沒有憂慮，而且食物都是自然生出來讓所有人享用的



東勝神洲

約250歲

土地極廣、極大、極妙。壽命為二百五十歲。有市場來往，淫慾心非常淡，清淨。

南瞻部洲(閻浮提、地球)

約100歲

此洲人民，勇猛強記而能造業行、能修梵行、四大洲中也只有此洲有佛出世其土地中，因此三事勝於其他三洲及諸天。壽命大概一百歲。《世記經》言：“閻浮提人有三事勝。何等為三：一者勇猛強記，能造業行；二者勇猛強記，勤修梵行；三者勇猛強記，佛出其土。”

人身最可貴的特徵是：

- 有思惟能力 (思惟)
- 強悍剛決的力量 (勇健)
- 能淨化染污習氣 (梵行)

如博朵瓦《喻法》中云：「蟲禮騎野馬，藏魚梅烏食。」應如是思，發起攝取心要欲樂。(日常師父鳳山寺版手抄:)

蟲禮：蟲平常都是在地底下的，然後偶然很花了好大的時間，牠會從地底下冒出來，地底下冒出來，欸，牠就有機會遇見三寶。比喻就是我們人，我們永遠在三途當中，很偶然一次得到人身，得到人身才能夠接近三寶，那個時候何等地珍惜應該！

騎野馬：有一個這個腿壞掉的人，叫這個瘸子，那個壞了腿的人，根本不能騎馬的，走路都走不成，那這個西藏都是高山。有一天就看見一匹野馬狂奔而來，哦！他很害怕，因為一害怕，心裡一害怕，站也站不住跌下來。結果那個野馬剛好騎過去，他跌下來拼命地就努力地「啪！」一抓，那個野馬的這個馬鬃把它抓住了。結果抓住了，他自己就橫在這個馬上面，這個馬狂奔，那他居然騎上了馬！平常正規狀態給他騎馬都不行，他居然騎上馬了。啊！他就是，騎完了以後他歡喜得不得了，說像我這樣怎麼可能哪！那這又是一個，是非常難得、非常難得的！

藏魚：西藏人我們知道這高山哪——那現在我們這地方魚啊，那我們這裡是現在根本不吃這種東西——一般普通人那個魚是非常難得的，在他們那裡野獸很容易得，魚很難得。所以得到了魚以後，他非常地珍惜，然後他拼命地吃，吃到喉嚨口，胃裡面都塞滿了他還要吃，很難過，他就把那個脖子綁起來，不要讓它吐掉，這樣。那人家說為什麼這樣呀？「啊！這好難得有這個機會。」那吃了，吃了以後很難受，他就把他脖子綁起來。這是一個笑話，可是這個笑話裡面說明什麼？說明我們應該何等地珍惜我們這麼難得的。

梅烏食：就是西藏人吃的是糌粑，他那個糌粑用那個酥油和的，那個糌粑又非常好，那個酥油又非常好，又香又好，那麼平常一般人不大容易吃到。那有一家那個小孩子有一天這麼好的吃到，吃到了以後，啊！他很貪。然後給了他一把以後，他把一把放在後頭，再要一把，再放在後頭，再要一把。結果他不知道放在後頭，後頭來一個狗把他後頭藏在後頭統統吃掉了，回過頭來一看，怎麼都不見了，那抱頭大哭。就是說我們非常難得的珍貴的人身，如果你不好好利用，到那時候消失掉了，來不及了！

所以我們應該照著像前面這樣去思惟，這樣思惟了以後，他內心當中會發起這種內心：啊！我現在不要浪費，我一定要好好地努力