



暇满的 人身

释继尊法师 ■ 本期特约

很多人学佛一段日子後，总是觉得学不上去，浑身都是错误，经常似是而非，无法把握正知见，而感到纳闷。这是因为我们并不了解净戒，无垢净愿等行相，学习佛法只在文字上下功夫，平常起心动念都在『我相』中转。

日常师父开示中说：如果我们要修行时，常会有一些病痛干扰，甚至心力提不起来的情形发生，这都是因地中修行的基础——戒没有守好。修学佛法不论是在家人或是出家人，基本上共同遵守的是断十恶、修十善，每一尊佛出世所制的戒律，就是以此为最重要的基本精神，也就是诸恶莫作、众善奉行，自净其意的总则。如果我们都能时刻谨记在心，纵使有许多无可奈何的事，见解一样正知，以至修行到最後，就像诸佛一般，真正离苦得乐，生死自在，这才是学佛者究极之目的。

从佛法的观点来看，修学佛法的人因为具备『暇满』之特胜，所以才能助於心识上的修行。『暇满』是指「八无暇」和「十圆满」。所谓「八无暇」是能离八个没有闲暇的地方，就是有闲暇来修行。如《亲友书》云：『执邪倒见、生傍生、饿鬼、地狱、无佛教、及生边地、戾耳性为哑、长寿天。随一中受生已，名为八无暇过患，离此诸过得闲暇，故当策励断生死。』此八无暇可分为人之无暇与非人之无暇。人之无暇有四：一 边地，二 根不具，三 无佛教，此三种乃属不能了解何谓应取，何谓应舍。四 邪见，乃属不能信解正法。「边地、无佛教」是免生到没有佛法和与佛法相应的蛮荒之境；『根不具』是离於身心无自主能力；『邪见』乃免於在极度扭曲的态度信念下，过盲目生活；非人无暇亦有四：一 傍生，二 饿鬼，三 地狱，此因苦逼不能修行。四 长寿天，此指无想天、无色天，或常为诸欲事散乱之诸欲天，皆无善根修解脱道 圣者除外。非人无暇是我们人类所共有的，即生在已远离的地狱，饿鬼，畜生和天道。

十圆满可分为五自圆满和五他圆满。如《五地品》、《声闻地》中所说：『五自圆满者：人、生中、根具、业未倒、信处；五他圆满



者：佛降、说正法、教住、随教转、有他具悲愍。』十圆满的前五项属于个人的圆满，即：一 有完善的人身。二 生在有三宝及中道所在的国土。三 六根完备，亦非呆哑，具备应有的能力。四 没有造下弑父、弑母、弑阿罗、出佛身血、破和合僧的五无间罪。五 佛法修学为自己所依之信处；另外五项圆满是环境造成的：即一 生在佛世，二 生在有佛法之处，三 教义蓬勃之环境，四 能有学习佛法之处与教导之人，五 具有修行的福德外缘。法王达赖喇嘛说：我们很幸运生在这个时代。这个时代人类的生命非常有意义，我们能够达成任目的，包括全知证悟的崇高理想。考虑这项事实，可以了解我们面前有最珍贵的机会，如果浪费这项机会，将承受非常的损失。认识无暇和圆满的价值，待我们自然地去做一种期望用一生时间去追求有意义的生活。

所谓「忘失菩提心，修诸善法，是名魔业。」

若要建立正知见，又感到没能力，即应是从反省为始，倘若听到佛法而能反省，用在自己身上，所修学的不再是落於文字，而是在逐步修正自己，达到佛法的内涵。最终，此以日常父之开示，与众佛子共勉。

「能从恶趣到善趣的，是少之又少，再说同样得到人身又具足暇满的，比例更少。在几十亿人口中，有几个信佛？了解佛法且能如理修行的，更是绝瑞稀少。所以有暇身劝取心要就更重要，因为一切法由此引生，因此要殷重修行，殷重不是单单念一下就算了，而是要真正如法修持，不可放逸。想到自己那差，无常又迅速到来，就要珍惜暇身及励修，所谓「暇满人身宝，难得而易失，得已应善修，莫全空无果。」

