**十个圆满**

**人身难得重要性**

首先修行方法学好，然后去修。最终能解决我们的问题，是闻思修中的修行。但是没有闻思，不知道怎样修行。光是闻思，学习，我们烦恼不能解决。如舞蹈演员，体育运动员。理论上学习动作，身体做不出动作，还需要训练。修行也是什么是该做的，不该做的，心里明白，生活中做不到，是没有训练。首先学习，再去修。

我们明白这一次生命机会是特别不容易。否则不珍惜，机会错过了，不一定再有这个机会。所以要修人身难得.

**三十七中人身难得的思维方式：八闲暇和十个圆满 的区别**

八闲暇反面讲，四个圆满正面讲人身难得。

八闲暇-我这一世不是地狱，不是饿鬼，不是旁生。如果是三恶道，没有修行机会。但是这一生我都不是，也不是长寿天。一个一个从反面思考，

十个圆满正面-这一世我不但不是地狱，饿鬼，旁生，人寿天..，而且我有很多学佛的条件。十个学佛条件是代表性的，称为十个圆满。先学习，再思考。

具体怎么样思考

大圆满前行，【普贤上师言教】也讲过。但是还需要更具体的思考方法。讲明白一点才知道这样做。

十个圆满：（是十种条件），一个一个去思维。

**1）获得人身**。

讲八闲暇，讲人身的反面。比如地狱，饿鬼，动物，长寿天等

十个圆满讲正面，因为具备了条件，所以有机会听经，问法，闻思修行。也就是说，因为我获得了人身，所以有机会学习佛法，有机会修行，打坐，成佛。我已经有了人身这个条件，这个条件非常不容易，世上无数众生没有这样的条件。

思考的具体方法分三阶段

**阶段一**. 我有这样条件，但是无数生命没有这样条件。有这种条件的众生只有70亿人。没有这种条件的众生根本数不清，是无数生命。他们没有机会学佛，听法，打坐，持戒，守戒，修禅定，学智慧。所以机会都没有。如果我是其中一个众生，我会和他们一样没有这样的机会。可以展开思考。这一生当中我没有人身，会有听经，打坐，学佛，念佛机会吗？

**阶段二**：思考这一生我有这样的机会和条件，深深体会这个条件不容易，来之不易。

**阶段三**. 这么多难得的条件我已经有的，我不应该浪费，错过机会。一定要做到人生有意义，一定要努力修行，自利利他。这么多众生没有机会。短暂几十年后，我也可能没有这样的机会，不一定是永远有这样的机会，这生机会是过去的福报所得，失去了这一次机会，这一生中没有修行，学佛，可能再也不会有这样的机会。在短暂的时间努力去修行。懈怠，散乱时候，一想到人身难得，是很大的动力。所以再累，再忙，再怎样也要修行。基础修行看起来很简单，作用是很大的，不能忽略基础修法。

**分三个阶段思考，37种思维方式，每一个思维后面都有结论--**

我一定要修行，一定要珍惜这个机会。做到人身有意义不能不荒废人身。反复去修，大概暂时修三个月，没修之前和之后一定会有变化。

**2）出生中土**

中土是有佛法的地方。如果出生在没有佛法的地方，边远的地方，仅仅获得人身，也是没有用。没有机会学习。

思维方式也是分三个阶段。，【普贤上师言教】【菩提道次第广论】可以参考

3）**五根具足**

不是喑哑人。心有学习佛法的能力。如眼睛可以看到佛像，读佛经。耳朵听得见等五根齐全，主要意识能够接送佛教内容，不是智障。深入思考，发现学佛需要太多条件，太多顺缘，要离开逆缘，不容易。思考比如说是聋哑人，残疾人，学佛不容易。比如接受灌顶，戒律，如不能行走也是学佛不圆满，需要克服太多困难。耳朵听不见，眼睛看不见，学佛也有困难，不圆满。智障，不知其意，也有更大困难。所以我们今天这些都没有，可以很顺利的学佛，这个非常不容易。18个闲暇该没有的都没有，该有的都有。这样的机会是很罕见，难得的，认识这一点，就不会浪费人身的。自己浪费人身时会提醒自己。大多数人不觉得人身难得，就不觉得浪费人生是浪费。社会上扮演什么角色不重要，学佛团体中，所有人都是平等，从学佛角度讲，每个人都是幸运的，是非常理想的人生。生活中鸡毛蒜皮事情而烦恼痛苦，因为看的很短，太少，所以价值观有局限性。知道的特别少，除了吃喝玩乐现实生活以外，想不出更崇高目标。学佛后打开眼界，知道我们的正确认识的知识非常有限。比如看到成千上万银河，宇宙，知道我们特别渺小。精神上的，生命的一些奥秘，深奥的东西，科学目前也没有办法告诉我们。佛学的智慧可以帮助我们解决这个问题。知道所谓现实生活是我们感官范围之内。感官接触不到的时间和空间特别大，无边无际，所以我们要看远一点。我们才会有长久的人生计划。学佛后发现更多空间，更多未来的路，佛教里学习未来漫长的路应该怎样走，建立一个学佛解脱的崇高目标。

4）意乐圆满

意乐是什么？比如有些人喜欢学习，有些人喜欢玩儿，有些人喜欢体育，有些人喜欢其他。这个叫意乐，也就是每个人的爱好。爱好就叫做业际。业际是指生活方式和工作所作所为。颠倒是指有些人先天喜欢打猎，爱好很工作比如打猎，捕鱼。比如古印度把人类形成四种阶级。儿子继承父业。小孩子生下来注定当猎人，屠夫，妓女等。还有职业屠夫，猎人，从事杀盗淫妄的工作，叫做业际颠倒。严格讲，平时喜欢打猎，杀生，意乐爱好是杀盗淫妄的，也叫业际颠倒。有些跟文化有关，有些跟前世有关。这样就没有学佛的兴趣，没有办法学佛，这样的人成千上万特别多。也要思考这些。

**5）信仰圆满**

比如前面四个圆满都有，但没有信仰，也无法学佛。

**以上五个叫做自圆满。还有五个他圆满。是客观，外在的条件**

1.佛出世

八闲暇中有一个佛不出世间是反面讲。这个正面讲正好遇到佛出世。佛不出世的时间特别特别多。整个大千世界的历史来讲，佛出世的时间比佛不出世的时间少的多，大部分时间佛不出世。

2.佛已说法

不但佛出世，而佛要说法，转法轮。婆罗门仙人的例子。科学家猜测地球上已经死去的人有一千多亿人，这么多人中能听到佛法的人不多。所以佛在，但是佛不转法轮，也没有机会。

3.佛法住世

如果来的太早了，也没有机会。佛出世，转法轮了，但是佛法已经不存在，也没有机会。一般来说佛法在世5千年，5千年后我们来到世界上，也没有办法遇到佛法。显宗出家人戒，定，慧中的戒已经失传了的意思5千年后学佛可以学，有些方面已经失传，学佛不是很圆满。来的晚，来的早都不行。佛不在，佛法还在时候，正好我们来到世界上是特别不容易的。不但来到世界，获得人身，五根齐全，信心等这么多条件，都是不容易的。

4.自入圣教

我自己进入佛门。前面的条件全都有了，我自己不去学习的话，也没有用。

5.善知识的摄受

自己想学佛，进入佛门，没有上师教我们，也是没有机会。

以上十种条件叫做十个圆满。不认真，深入的思考，就没有什么感受，结果。尽可能深入思考。一定会对我们自己生命的价值有新的认识。有了新的认识，知道我们的路是什么，工作是什么。一生中有些事情并不一定重要，但是要去做。但是工作有一个重要和次要，轻和重。不能不做，但是可以分为次要的工作，要知道重要的是什么。这跟了解我们生命的价值很重要。生活，工作上不理想，稍微困难的时候，觉得活的没有意思，很多时候心灵很空虚，只要我们认识到生命真正价值时，不会有这种想法，而是愿意面对。因为我们有更重要的事情去做，不会介意小事情。我们有更长远的目标，比如中途遇到些困难，我们都愿意吃这样的苦。