五、心中立志：舍弃世乐如唾液！

得到了以上的胜解后就要立出世志，这又包括消极和积极两分。消极就是把一切世间乐全部像唾液一样舍掉，修出世心、离欲心。也就是看到一切世乐都毫无意义，而且享乐过后接着就是无边的大苦，因此视它为毒。就像喉咙里卡着一口痰，只想把它吐掉，不想留着，因为留着是过患。或者像手被毒蛇咬伤，染了蛇毒，会马上切除，怕感染全身。

我们要明见到乐全是苦性，尤其耽著现世乐，多数是往恶趣走的，非常可怕。世间乐都是无常的，欻生欻灭，刚刚乐一阵，转眼就掉到苦里，不甘心又去求，结果又掉到苦里。再者，求现世乐必然要动很多私心烦恼，加强私我意识、欲望，欲一起就要往下堕，结果灵性被障蔽得越来越深，心识越来越暗昧。这时就感觉太可怕了。这样了解后就非常确定，耽著现世唯一往苦海里走。之后要在心上看到截然不同的两条缘起之路：一条是耽著现世的欲尘享受、名利地位，只会往罪上走，始终无法回归；一条是彻底舍掉现世乐，一心往法上走，将得到无上喜乐。由此再再地立志：我一定要做到像舍唾液一样舍掉现世诸乐！

又要知道，这不是一句抽象的话。“现世诸乐”包括身心上的各种快乐感受，所谓的幸福生活、美好前景、快乐感觉等。妙衣、美食、名誉、声色、感官享受等，全都包括在内。譬如为了私我每天化妆、打扮。为了满足口腹之欲，每顿饭都很讲究，贪得无厌。不但一日三餐特别考究，还不断地吃各种零食。这些都是现世乐，是垃圾一样的法，只会增长贪欲，心是往下走的。再者，常常装修房子，添置各种高档家具、电器等，这些全是现世法。再者，买高档电脑、手机，整天在这上面散乱、放逸，追逐所谓的感官盛宴。上网看电影、电视剧、听歌、看新闻、打游戏等等，这一类全是浓厚的现世欲乐。在这上面不断地动各种私心巧计，投入大量的精力来满足自我的欲望。这样不必说得大成就，连保人身都难，因为心完全是往下跌的，连仁义礼智信的人伦善道都持不住，非常可怕。所以，在这些方面都要幡然觉醒，一定要戒除。再者，各种高品质、高科技、升级的事物，都是此世的快乐受用。尽管用各种言辞去包装，所谓时尚的生活、现代化的生活、刺激的享乐等，说白了都是现世欲乐。

人以私欲，一心为自我求现世乐，就会动非常多的心思，起很多烦恼。对这些业一个个去检查，会发现根本得不到人身，全是往下走的。得暇满身要持五戒，加上修福、发清净愿；只是庸俗地沉溺在欲海里，哪里有法的内涵呢？现在要知道，就是这些法使我们毁坏了大义，就是这些法把我们拖入无边的苦海，所以要视之为毒，像唾液一样扔掉。不是还嫌不足，把自己整天泡在欲的甜水里拔不出来，那样根本没法修道，想都别想，所以这是第一障碍。

又譬如积累知识，发展分别心的技巧，搞世间学问，特别耽著口才、辩论、自我显示等，这些法尘上的内容同样是现世乐，追求自我的成功感、荣耀感、知名度。甚至说佛法时也有意要显示自我，追求一种成功、光耀，认为我在施展才智。其实都是私心巧智，只是寻求私我的名誉而已。或者追求学位、职位、地位等，无非是要把自我推上去，让自我有地位、有权力。这些都是现世法，叫做“自我的快乐”，今天来说，叫做“精神上的快乐”，实际就是私我的满足感，是如毒一样的法。

像这样一一去看，从小到大、从里到外，社会上谈论的都是这些现世法，但它们都被冠以美名，换上华丽的包装、光耀的外表。对这一切现世法心里都要立志：像唾液一样舍弃！由衷地发起了这个志愿，才真正入了门。其实，前行法非常不容易修，只是口头说一两句、心里想一两次是没用的。那又成了积累知识，成了丰富你的现世法、提升自我身价的筹码，换汤不换药，没有意义。

六、心中立志：为法难行，坚毅取受诸苦，沿着诸佛先德的脚印走！

要看到法和非法的界线。苦集两谛是非法，道灭两谛是法。为私我求现世乐、来世乐，全部落在苦集两谛里，都是颠倒妄为。既然是虚妄分别去求取，即使得到了也是生灭法，一下子就没有了，又转为苦境，所以这上没实义，应该如唾液般丢弃。之后又要知道，法是道谛和灭谛，也就是诸佛证得的光明寂灭无为法，然后就知道这才是实义路线。

释迦佛前世舍身求法，得到的就是这四句偈：“诸行无常，是生灭法，生灭灭已，寂灭为乐。”前两句是讲，生灭法一点意义也没有，是苦性，只是由虚妄分别的因缘现起的假法。看到了以后就知道，相对苦的乐不是真乐，它是无常性。你期待得到什么，最终总是落空；你以为是真实乐，最终都变成苦。要像这样彻底看破。懂了无常幻变的东西都没有实义，一点靠不住，反过来就要一心靠法。什么是法呢？“生灭灭已，寂灭为乐”。这是一真法界如来藏心，也是众生的本心。由于法性本然，非因缘造作，所以没有丝毫生灭，这才是我们要寻求的真实法，它是灭谛。要现证到它一定要有道谛——现证无我的智慧，以此去掉一切以私我而起的妄动，之后就能回归法性。这样就看到法是有真实意义的。这么认定以后，就会发起“一心依法、一心求法”的心，为法能坚忍一切苦境，能够为法难行，坚毅地取受诸苦，沿着诸佛菩萨、先德们的脚印走。立定“为法难行、取苦若宝”的心，然后发起常随佛学的愿。

最后一句“为法难行、以坚毅取受诸苦后，追步诸佛先圣之足迹”就是“常随佛学”的志愿。就像《普贤行愿品》所说，毗卢遮那如来因地为了求法，剥皮为纸，析骨为笔，刺血为墨，书写经典，积如须弥，为了完成法难行能行。像这样，这里说的“诸佛先圣”都是指成道者，“沿着他们的足迹走”就是常随佛学的意思。为什么要这样走呢？这是一条三世诸佛善逝的道路，能息灭掉一切无常苦性，返回到大乐之地，这就是我们要走的路。

像这样思维苦乐无常，认定世间乐无义，然后发现真实的乐是生灭灭后的大寂灭本体，这才是真实的法。为了完成这个法，有各种教法的施设，各种直接、间接引入的方便，整个系统都叫做“法”。为了回归这个本性要难行，把求法修法中的苦视若至宝。这就有了跟过去截然不同的态度。过去一心求世间乐，尤其现世乐，现在弃之如唾液；过去不愿意为法受苦，现在取之若至宝。什么缘故呢？这个苦是宝贝，真正能够勤苦，内心会简朴、会清净、会恭敬、会精进、会施舍、会守戒等，这一切都要耐得住苦、耐得住寂寞才能得到。或者在一切闻思修中，只有耐得住苦，有“梅花苦寒”的心，才能一节节地过去。在这个过程中总是苦尽甘来，为法受的苦，总是能让我们消业，让我们开发功德，因此要把苦视为宝。诸佛菩萨、先德们都是这样走的。我们翻开所有成道者的传记，会发现一定有这段历程。诸佛来世上示现都有这段历程，出家、苦行、坚忍、为道不惜身命等，终获无上喜乐。这样看清道路后，要立下这个大志愿。

这里有极重大的修心关要。也就是首先以理、以教、以譬喻或实例，观察到缘起的路线。一条是先乐后苦，完全往苦海里走；一条是先苦后乐，最终成就无上喜乐。一条在世法上走，一条在佛法上走。这样看清后，就要发起一心依法的心。这里的修心是要转成“舍世乐如唾液”的心，像古代的高士们一样，一心求无上佛法。再者，要有“为法难行，什么苦都愿意吃，视吃苦为至宝，非常欣喜，一心跟着佛菩萨、古圣贤走”的心。这样的心要再再地起，不断地在心里立志：我一定要做到这样！

之后，通过修习让它达到猛利恒常的地步，最终完全变成自己的心。也就是在任何时处都有两种心：一见到现世的快乐、受用，就像唾液一样舍弃，一点不想沾、不想求；一见到佛法就一心勇求。这不是一时激动就算修成，而是在一切境界中、一切行住坐卧中都痛念无常：世间法一点意义也没有，只会让我苦无数世；佛法有无上大利益，为了法什么样的苦我都愿意吃，我视苦为乐，一心跟着诸佛菩萨走。这样的心一直要有。从此就会真正成为佛道的行者，会有金刚般的道心。像这样，依着普贤上师的金刚文、金刚指示来努力修持，转成自己的金刚志愿。

一定要想清楚，为什么要再再地发心“我要为法难行，取受诸苦，视之若宝”。在缘起上确认到它有无量的大利益，是真实的，不只是一种说教。当明见大义后，的确会发起这样的勇悍之心。就像世尊因地求道，为了四句偈舍身都可以，因为他明见到这个法一旦入心，决定如食金刚而不消，如闻涂毒鼓决定丧生，它的力用最终一定会让我们彻底脱离苦海，息灭掉虚妄分别而还归法界。

我们一定要有特别深远的眼光。譬如一个人本来该判死刑，如果截断手指能免除死罪，那他会发大欢喜去接受。同样，我们由修法的一点小苦，能脱离无边生死的患难，特别是能永除地狱、饿鬼、旁生等的恶趣众苦，那真是极为善哉！如果你能好好思维现前、久远两苦的差别，那就会对难行生起心力，全然无所畏惧。过去认为特别难，就是因为看不到大义。一旦看到以目前吃一点小苦，将会得到无限的利益、无上的喜乐，那就会勇悍而为；一旦看到求现世暂时得一点小乐，终成无边大苦，那决定弃之如毒。像这样，一定要有明见缘起的决定眼光、特别锐利的决断智慧，这样心力当时就提得起来，能够不畏苦，对难行担当得起，能够取受诸苦。

这里的取受是非常主动的。譬如一个打工的人，听说到某地干活一天能赚一万块，但早上必须三点起来，整天都要背很重的东西，磨破皮，在太阳下曝晒等，他决定肯干。他为什么能为财难行而取受诸苦呢？就是看到这里有利益，所以不惜代价，一定要干。然而，法上的利益何止发财小利？将得到无上的喜乐！想到这里就会主动去取。因为这不是坏事，这个苦受一点，能消那么多业；这个苦吃一点，能一下子开智慧；这个苦修一点，能在短时间内圆满长劫资粮，所以他愿意干。这就是在缘起上明见大义之路的结果。反过来，缩缩缩、怕怕怕，关键是因为没得到因果胜解，对法道没生信心。

一定要明见缘起的广远路线，才会看清真相。一旦知道法是灭谛、道谛，有无上大义，为法苦行将得到无上喜乐，而且一得永得，一举就能解决无量劫生死苦海的问题，一举就能获得无上大乐，那必然奋不顾身，什么苦都能忍、都能受，比打工仔求取高额钱财的心更勇悍。在这上得了定解后，对于为法难行就能提起大心力，只要能得法、能在法上得利益，他什么苦都愿意取，而且把苦看成宝贝。“取”指主动拿过来，求之不得，这种取受是非常愿意的，认为非常好才去取。有人说：“不要！这有点苦，千万不要放在我身上！”这样的人永远不会成长，永远不能越过难关，永远不能得到珍宝。正如古人所说，下深海才能探到龙头上的珠，入虎穴才能取到虎子。

发大心的修道人，以先佛、前祖、米拉日巴尊者等作为榜样，就是按那么去做。在世间都是英雄豪杰才能办大事，在佛法上更是要英雄豪杰才能成大道。应当发起大的志愿、大的坚毅精神。在学法的过程中有很多苦，不要以为吃这些苦就受了损害，躲在一边不愿接受，那样永远不会成器。要知道这只是一点点苦，而换来的是无上喜乐。要有这样的心，视苦为宝去做。

人能吃苦才能精勤，才能在法上夜以继日地勤学，这样勤学当然能做冠军，能达到至高的果位。我们能吃苦就能少欲知足，这样就能腾出身心非常清净地修法。自己能吃苦，就能怜悯一切众生，能生慈悲心。能吃苦就不贪世乐，不会去做红尘中的事。我们能吃苦，就像米拉日巴尊者以野麻为餐那样，最终能成就佛道。像这样以“苦”字为宝，耐得住辛劳勤苦，一定能攀上法的高峰！

思考题

1、“心中立志：舍弃世乐如唾液！”

（1）此志的内涵如何？“如唾液”是怎样的心态？

（2）如何引生此志？

（3）你耽著哪些现世诸乐？观察并认识到耽著它的过患后诚心确立此志。

2、“心中立志：为法难行，坚毅取受诸苦，沿着诸佛先德的脚印走！”

（1）解释此志的内涵。

（2）什么是“非法”？为什么它无实义、非真乐？什么是“法”？为什么它有实义、是真乐？

（3）为什么为法所受的苦像宝一样？细致思维，再再引生“视苦为宝，坚毅取受”的心。

（4）引生此志的关键是什么？