（2）结合实例思维

对于行苦，要结合具体的例子来思维，重点在于，任何一种求乐的运作都是与罪相连。

**以茶和糌粑为例来思维，**

1）茶的例子

首先看喝茶得乐的例子。观察整个缘起的过程，就会发现与无数的罪相连。那么，从茶最开始的种植，中间一路运过来，到最后自己拿在手上来享受，在这个过程中会连接上种植杀生罪、人力艰辛罪、役使牲口罪、买卖奸诈罪、残杀交易罪等等。这样就发现，当我们喝一口茶，这个行为正做的时候，它也只是作恶趣之因而已，实际一点乐因也没有。

接着，我们要随着普贤上师的引导，用自己的智慧眼，实际观察缘起的过程。首先看种植杀生罪。

种植杀生罪

**茶是汉地种植的一种植物，在播种、剪叶等时都杀不可计数的含识。**

茶种植在汉地，它包括播种、剪叶等一系列的过程。在播种的时候，耕耘等要杀很多的小含生，也就是所谓的“含识”，它们是具有心识的生命，杀了就有罪，而不是像割菜叶那样。再者，剪叶的时候，上面有很多虫子，一剪也杀死很多。诸如此类，茶叶在汉地播种、剪下的过程中，就与无数的杀生罪业相连。

接着又要看，在茶叶被采下来，做成茶砖等运负到藏地的过程中，也与多种罪业相连。首先有人力艰辛罪。

人力艰辛罪

**从康定以下，以人力运负上来时，每人都负六十二卡而来，这一切都是依着头部负戴的缘故，额头的皮肤磨尽了而白骨可见还仍然在负。**

按此地而言，茶砖要从康定下面用人力顶负过来。由于山路难走，都是人徒步用头顶着上来的，那么，每个人的头部都要负着六十二卡的重量，这样不断地走。人也是为了赚钱糊口，忍着很大的辛苦，一路上顶着的时候，重量都压到了头部。可能是绑在额部的原因，导致额部的皮全部都磨光了，能看到里面的白骨，但还要忍着这种辛苦往前顶负。可见，这一口茶满载着人力的艰辛。

接着再看役使牲口罪。

役使牲口罪

**从康定以上，以犏牛、牦牛、骡子等驮运而上来时，对这一切都加于烂背、穿肺、脱毛等的难以思量的役使之苦。**

到了康定这个位置，就可以用牲口驮上来了。那些商人们都被私欲的恶心所驱使，不把牲口当回事。他们想，每一个牲口都应该驮得多一些，走的路多一些，这样的话，就不顾牲口身上的辛苦。驮的时候，先把货物放在它们的背上，用绳子在它们的脖子、腹部等处系好。由于背负的重量过大，往上走的时候，重物往下坠，会磨破后面；往下走的时候，重物往前冲，会磨破上面，诸如此类，逐渐地背就烂掉了，烂掉了也不给它们护理。如果能够背得轻一点，或者做一些医疗还会好，但是就让它烂，这样伤口越烂越大。而且，它们不断地受着驱使，只能往前走，再怎么喘气、走不动也得往前冲。就像这样，日久天长肺部穿洞，身上的毛被磨得光光的。诸如此类，人类以私欲，加给这些牲畜非常多的役使之苦，从中可以看到有非常多的损恼有情的罪恶因缘。

这还没完，接着要发生的就是买卖中的奸诈之罪。

买卖奸诈罪

**买卖此茶之时，也唯一由发誓、不顾羞耻、谄诳及争论而成交。**

在买卖这个茶砖的时候，商人们想谋求利益，因此，就发生了受邪慧支配心口运转的非常多的罪恶。比如，他们为了赚钱就会发誓：我卖的是最好的、最新的，给你的价钱是最低的等等。一旦暴露了真相也毫不惭愧，内心的状态是奸诈的。那个狡猾、谄诳的心转来转去，然后互相争吵，心和口上发生各种颠倒、不如理的造作。这样就看到，正当买卖之时，也是出现各种的罪恶。

残杀交易罪

**交易之物也多以绵羊毛、羔皮等来做，**

接着就看，买方所用的交易之物，都和很重的杀生罪相连，叫做“罪恶之物”。对此要观察所买卖的绵羊毛、羔皮等。对于任何一种在缘起上都如是地观照，就会发现，的确轮回里的所有运作都跟无数的罪相连，这是一个充满了杂染缘的世界，非常可怕。

首先看绵羊毛。

**绵羊毛也是在夏季之时，羊身上的虱子、吸血虫等含生和羊毛分不出多少来，多数在以刀剃割的时候，被断头殊腰、破出内脏而杀死。没死的那些也与羊毛捆在一起，唯一呼吸闷绝而遭扼杀。**

要知道绵羊毛的由来。人类以贪心想剪取羊毛，来换取自己的受用物。这个羊毛很脏，因为绵羊睡觉的时候，毛都跟粪沾在一起，因此在夏天的时候，身上到处长虱子等等，一根毛上都挂有很多，有黑红色的虱子、白色的吸血虫等等。等到绵羊的毛长长了，人就用刀去剃。要知道，羊身上的那些小虫密密麻麻到处都是，就跟毛那么多，到了毛长长了要剃的时候，多数都被断了头、截了腰、破了内脏而惨死，不可计数的生命就这样惨遭杀戮。而没有被杀掉的小虫，也跟羊毛捆在一起，结结实实的，这些小虫子等闭在里面透不过气来，唯一地这样遭闭气而死。这就可以看到，羊毛是满沾着杀生罪恶的物品。

接着观察羔皮。

**羔皮也是小羊羔才诞生，一切根圆满、具苦乐受，精力旺盛，有生之初具安乐之时，突然惨遭杀害。纵然是愚蒙的旁生，也是于死畏惧、于生欢喜，及死时须受解肢节大苦的。被杀羊羔的母亲们，也是有独子死去的人母一样的苦状，这些都是现量所见。**

人以自己的贪心想用羊羔的皮子，因为它很柔软，能够保暖，又好看等等，因此能卖上很高的价钱。当小羊羔刚生下来，眼耳等的根都圆满，这时候虽然小，但也是有苦乐感受的，而且精力很旺盛。当它们正在生命的初始有安乐的时候，突然一天就被拿出去，惨遭杀害，因此，这是非常残忍的事。

纵然是愚蒙不知事理的旁生也是害怕死、欢喜生，而且在死的时候要感受猛利的解肢节苦，并不是像一片菜叶一样没有感受。那么在这么小、这么有乐、生命之初的时候，却剥夺它们生存的权力，让它们惨遭非常剧烈的解肢节大苦，因此罪恶很重。

再说，母羊们也是疼惜自己孩子的。当天小羊羔被杀的时候，母羊们也有感觉。它们会在山沟的这边找，那边等，到处看，东跑西跑，还叫着，呼唤孩子。它们感觉到不祥的时候，特别悲伤，给它吃的也不肯吃，这都是我们能现量见到的。由此可以看到，这个羔皮与非常重的罪恶相连。

**是由这样的物品来购买的，思维如是等类的情形后，连喝一口茶也只是在作恶趣之因而已。**

这样从最初的种植到最后的交易，整个过程看下来，一环一环都是和罪相连的。这样思维以后，我们能肯定：不必说作大的享受，就连坐下来喝一口茶的事，这个“作”是什么呢？也唯一只是作恶趣之因而已，不会有任何安乐的因素。由此会发现，这种运作是苦因。

2）糌粑的例子

在食物中再思维受用糌粑的乐，也实际唯一与罪相连，称为“恶趣之因”。那么对此也要如实地观察缘起的方方面面，如是观察以后会发现，这其中的运作全是罪恶。这又有最初田中耕耘的时候，其次田中引水的时候，以及植种、收割、捣磨等的时候，这里的任何一个阶段，都有无数的杀生罪。这样思维之后才知道，受用一碗糌粑，纯粹是干舔虫蝇之粉。那么自己作为这个罪恶缘起的参与者，这一个运作就跟大罪业的网络相连了，因此，它将把我们带到恶趣。

**糌粑也是最初耕耘田地之时，地里一切下面的诸虫翻出到上面，一切上面的诸虫压到下面，耕牛行到何处，乌鸦、鸟雀等随后嘴没有闲地边啄边走。**

首先，糌粑最初在田中耕耘的时候，地下的虫子基本全部被翻到地上。那些虫子最初生存在地下，无论是温度、湿度还是食物等，都依赖地下的环境才能生存。这样被翻到地上，很快全部干死了。而地上的虫子被压到了地下，也是同样的命运。它们本来要在地上生存、蠕动等，现在被重压在地下，当然全数窒息而死。而且，耕牛走到哪里，乌鸦、鸟雀等就跟在后面，嘴巴一刻不闲地捡着虫子吃，是这样的状况。可见，这是个大的杀生事件，里面充满了罪恶。

**如是引水入田之时，居住湿处的诸含生杂陈干处而死、居住干处的诸含生则溺水而亡。**

接着要看到，往田里引水的阶段，又出现了大杀生。那些住在湿处的含生被无情地陈设在干处，纵横都是，它们离开了水以后，很快就会干死的。而那些在干处居住的含生，骤然之间就溺在水里了，不必多少秒钟已经溺死了。像这样，一大块田地里有多少的含生，就这样遭受溺水而死的痛苦。

**如是播种、收割、捣磨等时，也杀的含生不可计数。**

再者，播种、收割、捣磨、运输等的时候，在每一个阶段里面，被杀的含生都不可计数。比如收割时，刀一割下去要割死很多虫。或者本来虫子在地下生存，被甩到地上以后就会死掉。或者在捣磨的时候（像藏人通常是用一个软的棍子，上面有一个带弯的梢头，然后群体去打青稞），左打右打斜着打，把青稞的皮子打掉，在这个过程中打死很多虫子。或者在背负的时候，背上去、扔下去等等，很多虫子都被压死了。

**思维此等情形，就如纯粹以虫蝇做成糌粑粉而干舔一样。**

就像这样，细细思维的话，一碗糌粑都好像纯粹是用虫蝇的粉做成的。这样干舔的时候，自己作为参与者，而且没有一点惭愧、畏惧，坐享其成，感觉沉浸在一种私欲的满足当中，那当然以这样一个运作，已经跟罪相连了，而它的果终究是要落入无边际的恶趣苦中。

3）酥油牛奶的例子

**如是酥油、牛奶等，也是虽然称为三白、三甜而被算作无罪、清净的食物，**

在认识了茶和糌粑与罪相连的因缘状况之后，还要进一步扩展观察。其他像酥油、牛奶等，人们称之为“三白、三甜”，是无罪的、清净的，应当供养三宝的食物，是不是它们与罪无关，在受用的时候不成行苦呢？其实不是。

**然而牛犊、羊羔等多数被杀，未杀的那些也是从刚诞生就连吮吸一口母乳的空闲也没给，而将绳子套在其脖子上，**

那些牛犊、羊羔等，多数因为身上的羔皮等而被杀。而那些没杀的，才刚刚生下来，如果给它们空闲的话，它们就要去吃一口母奶，但是，连吃一口母亲甜奶的空闲都不给，直接把绳子放在它们的脖子上。

这就是人非常可怕的贪婪之心，为着私欲的缘故，想在一开始就把它们控制住，然后就可以尽情地剥夺母牛、母羊们的奶，做成酥油等，来提供给人吃、卖等。这就是罪业之始了。

**坐则拴于木桩，行则牛犊相连。彼等一切份内应有的一份食物——一口奶，也被凌夺而做了酥油，母亲身体的精华、孩子生命的给养被掠夺之故，成了不死不活那样的状况。**

然后，这些小牛犊、小羊羔们，坐的时候被拴在桩子上，走的时候两个、三个、四个、五个等被连在一起。如果不连，它们就要去找母亲了，连在一起就没法到母亲身边。按照天伦关系，它们本来应该吃母亲的奶，而这一份应有的饮食，却被人剥夺而做了酥油等，人以贪婪之心夺取了这个精华。那么，母亲身体的精华、孩子生命的给养，就这样无情地被剥夺的缘故，母子都成了不死不活的状况。

这情形可以分别观察母子两方面。

**也就是诸强壮的母牛，在春天之时无法从卧处起身，是这样子精髓耗尽的，**

在母亲方面，比如，那些强壮的母牛，它们春天三个月天天都被挤奶。夏天、秋天还找得到一些青草吃，冬天三个月没有那么多草可以吃，这样到了来年春天，身体已经非常虚弱了。在这时还继续几个月被挤奶，那身体衰得躺在卧处都不能起身，成了这样一个精髓耗尽的状况。

**诸牛犊、羊羔也多数唯一由腹中饥饿而死，那些没死的也干瘦、羸弱、行步蹒跚，快接近死像拨炒棍头一样，就纯粹只做了这样的罪孽之事。**

而那些牛犊、羊羔们，大多数都是腹中缺少营养，一个个都饿死了。而那些没饿死的，也是干干瘦瘦、非常虚弱。那么小的生命走起路来晃晃荡荡、接近死，就像拨炒棍头一样。（拨炒棍头：藏人做糌粑粉的时候要炒青稞，在这个过程中要用细细的、很轻的棍子不停地翻拨，不这样的话，青稞就会炒焦。）

那么，取酥油和牛奶到底做了一件什么样的事情？唯一就做了让母牛等虚弱地躺在那里，动都动不了，而那些幼畜大多数死掉，没死的也都虚弱得接近要死，此外没做到什么。这样就可以看到，受用一口酥油、牛奶等，都是与很多的罪业相连，除了唯一由罪成办之外没有别的事情。这样观察整个缘起的状况就会发现，在一次享受的运作中，注定了它的果最终要在恶趣的无边苦海中行。

思考题

1、观察下列求乐事件的整个缘起过程，并思维：

（1）喝茶与哪些罪业相连？

（2）吃糌粑与哪些罪业相连？

（3）受用酥油、牛奶与哪些罪业相连？