②思维无财离怨是具无量乐的自性

**如颂云：“无财则离敌”。如是般，若无财，就远离了怨敌，而得喜乐。**

由前面的观察就知道，财是具无量诸苦的自性。这样思维以后就明确，正如圣者所说那样，没有财就离了无数怨敌，无数的苦都不会有，心上有很多的喜乐，没有忧虑，这多安闲、多快乐！

所以，离了财，什么怨家都没有，而那个有财的人就很苦了。比如问：“富豪富豪！你快乐吗？”无数的富豪都说：“太不快乐了！没想到有了财以后，时时怕遇怨敌，怕被怨家挤掉、拿掉、夺掉。自己的心受尽了伤，我被魔的诳惑骗惨了！”就像这样，他身心上有无数的苦；然而一旦离财，那就有无数的乐。

③生起心依于法、法依于贫的决断

**是故，需要如往昔出世的先佛的传记一样，受用及财富的贪著一切从根断除，依于如鸟觅食般的生活后，唯修圣法，如此认为而修习。**

以这个缘故，自己就认为：我需要这样来度过此生。这里有榜样、有做法；而做法里有应断、有应行；应行中有暂时的维生和终生唯一的内容。

榜样就是从前来到这世上的一切先佛、先祖。如释迦本师六年苦行时日食一麦，米拉日巴尊者以荨麻为食，本传承的大祖师晋美朗巴尊者住山洞，只吃一点糌粑维生，这就是我们效仿的榜样。因为他们深明大义，知道这个世上的生本来就是苦，如果为着色身寻求财富和受用的话，那是极大的愚痴，由此会陷入到无数苦的网罟里。因此他们就想：不要像那种为了一点受用而关在圈栏里的旁生那样，应当像野鹤，有无限宽广的天地。他们为了寻求无上大道，普救无量众生的缘故，发了决烈的出离心。

像这样，我应该怎么做呢？在应断上，量上要彻底，程度上要彻底。量上，就是“一切”所代表的，对于色声香味触五欲受用和各种现代化物质资财的贪著，这些全数要断。程度上是彻底地从根断除。如果只是枝节上断一点，后来又发出了芽，还更加蓬勃、更加繁多的话，那不算数的。一旦从根断掉的话，那就再也没有什么枝叶了，这叫一断永断，永不复生，是这么彻底。

从应行来说，包括世俗的生活和法的生活。世俗的生活到哪里为止呢？那就像一只鸟，它每天只寻找当天的食物，再也不会去积累第二天以后的东西，这就是完全放下了。因为当天不吃的话，身不安没法修法，但是，对于当天以后的不起任何想法，无论明天会遇到什么样的事情，哪怕死了也不管的。这就可见，他离贪的心是真实的，那么这样就完全放下了。那在积极方面，法的生活如何呢？那当然凡是可以拥有的时间，念念都投入在法的修习上。这就是实行噶当四依——心依于法、法依于贫、贫依于死。

就像这样，由这种思维已经发起了决断，从此行者将转入全身心唯一修法的事业中。

（2）思维爱别离苦　分二：1）由总别二分思维苦相引生定解；2）思维亲无定性多成怨害，从而远离爱著、去除爱别离苦。

这一段的思维要分成两部分来进行。首先分成总体和特别两段来观察，当爱别离时，心上会现起哪些苦的状况。一旦以理（心的缘起法则）认定了，就会引发定解——生在人间必定会发生这些。也就是，既然生而为人，执著有亲方，心就会偏向亲方，爱著在上面；一旦发生别离，著不上去了，这时心马上会出现忧苦。这样思维后就能认定，这个生是发生无数爱别离苦的根源，由此对于生产生厌离。

其次要思维，怎么来去除爱别离苦呢？我们观察到，这种苦的根源是爱著，爱著又是由认定亲而来的。因此，要想从根源上去除此苦，就要观察到，我们认定的所谓的亲，其实根本没有固定性。从前那种观念认为：这决定是我的儿子、女儿、父亲、母亲、亲戚等等，他们是决定的亲人；对于亲人，当然要有更多的心偏向他们，对于他们的苦乐等，心一直都要著在上面。这样由于心一直牵在上面，所以与他们别离的时候，必定会发生很大的忧苦。反过来说，一旦透过真实的相状，发现这些所谓的亲，实际上很多时候就是在作怨害，由此就知道，亲不决定是亲，心上自然会脱开爱著。一旦离了爱著，当然就不会发生别离的苦。

这里要看到，所谓的“爱”，就是心一直著在可爱的相上，不愿离开；或者一直要护着这个具可爱相的亲人，不愿他们遭到损坏、受伤、别离等；或者与自己的维系上不能发生问题等等。但实际上，所谓的亲是一个因缘生的法，因此决定是一种无常别离的自性，因缘一变就会发生分离等。因为要脱开了、保不住了，这时爱著的心完全束手无策，从而发生很大的忧苦。

那么，现在只要把亲相认定成多成怨相，爱著自然就脱开了，就会达到像米拉日巴尊者那样：我已经认识了这轮回的子女亲等，都是毁伤自心的怨害相，因此，我对于世俗的亲一点欲也没有。这是由于观到了过患，心中脱开了对凡庸亲的爱著，由此得到了真实的自在。那时候，别离不会造成苦感，而是成了很解脱的一件事了。这就是脱离爱别离苦的修心之道。

1）由总别思维苦相而生定解　分二：①总思苦相；②别思苦相。

这里要注意，我们不要只在一个点或者某个现象上去谈论，而是首先总的要知道缘起的理趣。这个理趣不是某个思想家去撰述的，而是在凡夫心上一定有这样的缘起法则。我们一旦认定了以后，自然就会发生胜解，这个解是产生欲的根源，一旦有了欲，真实的道心就会出来；如果解没有深刻地发起，那么欲就是皮毛，真实的修心成就相也就难以出现。

因此，我们重在以深邃的智慧去观察到这一以贯之的法则，这个法则就是心上本来的缘起之理。一旦从总体上认定以后，就必然要发生定解；然后按照特别的各类现相去观察的话，那是一个也跑不出去的。这样就能周遍地扩展到轮回的一切亲方上面，看到全数都是无数苦的来源，之后一点都不喜欢。也就是具智者已经看到，一惹到亲以后，无数的苦都会招过来，因此，他自然在前面离财之后还要离亲，决定会成为一心出离世间的行者。

①总思苦相

**惧怕与亲友别离之苦者，轮回世间一切有情，于自方贪，于他方嗔，而偏向于戚、属、仆、友及亲方故，为了彼等备受多苦。有亲戚及知友关系的彼等，也是无常别离法故，每多死亡或流落其他境方中，及以怨敌、损害等逼恼时，比彼等的苦于自己上出现的更厉害。**

首先总体认识爱别离苦的苦相。以一个“惧怕”来表达：对于自心最爱著、粘系的亲友，非常害怕与他分离，这种苦就叫“爱别离苦”。

以下立量：

有法：一切处在轮回世间的有情。

因：源于我执而发生了我所执，立了自他两方，对于自方贪著、对于他方嗔恚，从而心偏向在亲戚、僚属、仆人、朋友及各种亲爱等的方面。

立宗：（以这个缘故，）一定会为了他们而受非常多的苦。

这是总的认定。也就是，这里要看到以我执引起的心上偏向的相。立了自他或者亲怨的两方，心自然会更多地给亲方、会偏向亲方；以这种情执，就会为着他们的喜、他们的忧、他们的聚、他们的离、他们的成、他们的败等等，而受非常多的苦，这都是由于偏执之故。

“为了他们而受很多苦”这一句是总说。这里特别关注到其中的一大部类爱别离苦。自心只要爱著这些亲方，就一定会出现惧怕爱别离的无量无数的苦。想想这些有着亲友关系的人是不是坚固的法呢？不是的，他们都是无常别离的法。以这个缘故，随时可能发生死亡、流落他乡、被怨敌逼恼，或者遭到天灾人祸等的损害，包括生病、坐牢等等。当自己一心爱著的这个相，出现破损、离开、灭亡等的状况时，很大的爱著力就会使得自己提心吊胆、担忧、操心、悲伤等等，比起那些亲友所受的苦，在自己心上出现的忧苦更加厉害。

总的来说，由于偏执、一心爱著在亲方上，而这些法都是因缘所生，是无常别离自性的缘故，只要因缘一到就会出现死亡、离别、遭灾、受难等等各种遭破损的相；这时，爱著的力量自然在心上反应出来，立即会现行出非常大的忧苦。因此，这要看到生是苦患，所有这些苦都归结于生。我们来到这世上，已经执著有“我”，之后就会把合自己意的立为自方，把不合自己意的立为他方。以这种心的耽著力量，就会沉浸在与亲友相聚等的快乐中，或者执著这种所爱的相一直要保存得完好、要适合自己的心意，或者要团聚不离等等。实际上，由于这些本是坏苦自性的缘故，就都和别离之苦相连。这一个个与亲友相聚的乐，全数会发生出一个个惧怕与亲友别离的苦。可见，生是带来无数爱别离苦的根源，由此要厌患生。

关键要看到，这种苦就是由爱著力而来的。比如你的心系在一个人身上，当他出现生病、遭难，或者被关到监狱里要受刑罚等的时候，自己的心自然就担忧起来了，就著在这个相上，之后一直系在那里脱不开，非常厉害，这就是爱著力的一个反弹。这样的话，就会一直想着：“那是我的孩子、我的爱人，他现在是这么苦，怎么办啊？”或者说：“他又要离开三年五年了！”或者“他怎么就没有了？”等等，各种忧心等的苦必然会出现。要知道，所爱著的法都是泡沫法，哪里会恒常固定地按那样显现呢？突然之间就离开了、就受刑了、就遭难了、就生病了、就破产了、就家里不好了等等。这样就知道，都是由于自心的爱著，所以惧怕跟他分离。

这里的“别离”要作广义的理解，凡是跟你所执定的那种圆满、安乐、常恒的相相违的，都叫做“别离”。当自心所系著的这些相发生一点变化时，就会以爱著力一直在上面操心，而没办法脱开。比如父母爱著孩子，当他出现了生病、挨饿、出事乃至死亡等的状况时，以爱著力自然会出现很大的忧苦。或者对自己的爱人，那也是他一旦遇到灾难等的时候，以爱著力心自然就出现忧苦。要知道，这些苦都是由爱著而来的。

反面证成：假使你已经认他为怨，那么当他出现这些广义的别离，也就是各种衰损、苦恼等相的时候，反而幸灾乐祸，感觉这是很欢喜的：“原来是他啊！他病了、死了、遭难了？活该！”这样的话，会出现欢喜的相。假使是一个中庸的人，也就是陌生无关系的人，那他无论发生什么，自己心上没有任何的感受。这样就要知道，这个苦就是由爱著而来的。

②别思苦相

特别要思维父母对孩子的爱著，以此时刻都在集聚着坏苦。一旦所爱的孩子出现了广义的别离等相的时候，立即会发生极大的忧苦。这里要从数量多、程度深两方面来观察，由此会更切近地认识到，原来生死的苦患这么大，一切所谓的爱也全数成了苦因。

**特别父母者，于孩子疼爱故，惧怕彼寒，惧怕彼饥，惧怕彼渴，惧怕彼病，惧怕彼死。**

首先立量：

有法：爱著子女的父母。

因：由于对孩子有很多的疼爱、疼惜的缘故。

立宗：有很多关于孩子发生不好上的惧怕。

这里要看到，人来到了世上就有家庭，有父子关系等。那么父母对孩子是非常疼爱的，而这些全数都是苦因。也就是，由于这种爱著力非常坚固、猛利，所以他的心就极其脆弱，又怕孩子饿，又怕孩子渴，又怕孩子冷，又怕孩子病，又怕孩子死，可以看到父母有各种的担忧之苦。

由于孩子是他最爱著的，所以稍有闪失心就怕起来了，陷在苦里，还没发生的时候，一想到可能会发生，马上心就不安。要看到，孩子是因缘法，不是坚固的，只要因缘一变，他就有可能遭遇各种灾变或者发生各种离别，由此各种的爱别离苦都会出现，这是相当脆弱的。因此，父母随时都处在惧怕的苦当中。

从程度观察

**能达到比孩子病，宁可自己死的怜愍，而为了他唯一能作心病故苦。**

程度上要从爱著的力量极深，致使苦的程度极大，来看到爱之苦患。轮回中做父母的人，对孩子怜爱到什么程度呢？能够达到只要让孩子不病，宁可自己死的地步。以这么重的爱著，就会为了这个孩子，唯一让自己处在掂记、操心、担忧等心的疾病状况中，以这个原因，就知道父母非常的苦。因为这个孩子是缘生的法，时时都处在因缘的突变当中，时时会病、会离、会衰、会死等等，这些状况一旦发生，父母一下子就陷在很大的心病当中，可见孩子只会给他带来操心、担忧、焦虑、忧愁等等的病状。

这样就知道，这种苦的程度非常的深，只要稍微出一点点状况，马上心就发病了，已经处在没办法解开的忧病当中。比如孩子只是离开几天，父母就一直想：“怎么还不来电话？”或者孩子要离开家去某个地方，三年五载不回来。那要走的前几天心里就怕起来了：“孩子要离开了，不晓得哪一天才能见？”前一天晚上一想起心就乱，整夜流泪睡不着。临走的时候更怕，临上车时老泪纵横。走了以后，夫妻俩你看着我、我看着你，吃饭都没味道。假使过两天孩子又发生什么事，那更加心系得厉害。假使孩子要去当和尚，再也见不到，那是最怕的了：“宁可你坐牢，你也别去当和尚。因为坐牢还能见面，以后还能回来，当和尚就再也见不到了！”这样的话，他那个病非常的大。假使真的当了和尚，母亲就开始哭，一夜间头发全白。在多少年当中，她每次一想到就哭。或者孩子突然之间遭车祸被压死了，之后每年一到那天，母亲就像发疯了一样，根本不正常。

像这样可以看到，这都是因为爱著力过深，所以时时都有担忧。孩子从小到大，父母有无数的爱别离苦，这都是由那种过分的爱著力所导致的。别人家的孩子出点什么事，自己感觉无关紧要，或者怨家的孩子遭遇灾害等等，反而觉得很高兴，可见这些唯一是自私性的爱著所带来的苦受。

结成

藏传的大师透彻缘起，所以这里一路下来都是“故、故”，表明全是缘起的理路。其实也就是你心上的理路，不是在外面作一种理论，而是每个人心上都有此缘起法则。一旦认定了它的共相，一以贯之，所有的现相都是如此，由此会对轮回发生苦谛的认识。以缘起法性决定的缘故，它的确是真谛，从此就再也没什么妄想了，对它的苦有决定认识的缘故。

那么在得到前面总别两分的认识之后，再推到一切亲友方面，会认识到生在这个人间，没有修出离心，就一定会有无数的爱别离苦。

**如是爱著彼诸戚、属等人，是备受惧怕与彼等别离之苦。**

平生爱著亲友等人，以这种爱著的因缘，必然会在自身上感受惧怕与彼等别离的无数大苦。

要看到，生在世上，已经执这个蕴为“我”，由此就会出现自方、他方。对于自方，自己的心就会偏在那上，执著他一定要好。然而他是无常别离法的自性，时时都有可能出现损伤等的别离的相，由此心就无有自在地陷入到苦中。这是基于我执，再连到对自方的偏爱所发生的苦相。如果没有生起出离心修解脱道的话，在任何轮回的有情身上，都决定要无数次地发生这种苦。

**思考题**

1、为什么无财是具无量乐的自性？

2、了知财富过患后，我们应怎么做？从榜样、应断、应行方面思维。

3、爱别离苦中：

（1）“爱”是什么涵义？

（2）“别离”包括哪些内容？

（3）爱别离苦的苦相是什么？

（4）结合实例从正反面观察：为什么爱别离苦都是由爱著力而来？

（5）为什么父母对孩子的爱是苦因？从数量多、程度深两方面观察。

（6）以理抉择：为什么有生就必定有爱别离苦？