三、教诫需要真实修苦

**从深处退耽著者，需要如对于胆病者施予油腻食物那样的一个大厌患，是故，此等轮回之苦，不放置于似闻、似解上，而苦于心上体会而深信而修持。**

这里有两部分：一、理由；二、教诫。“是故”前是理由，“是故”后是教诫。

一、理由

理由有二：一、退心的量；二、厌患的量。即要从深的根底处退掉耽著，就需要有像施予胆病患者油腻食物那样的大厌患力。

这里关键要认识缘起的要点：大退心靠大厌患，大厌患靠深体过患。这段修心课程是“思惟轮回过患”，就是要由思惟知患而生厌患，厌这个大的苦患就叫“厌患”。如理修、数数修就是为了引发恒常、猛利的厌患，最终达到如胆病者接触油食一样的大呕吐心，有了这个大的厌患力就从根底上退除了耽著，这是修心的成果。这样修的确能从深处退掉耽著，因此称为“退心法”。

二、教诫

从以上的道理发生大厌患，才能从深处退去耽著，所以，修苦不能停留在似闻、似解上，而要自心深切地去体会这些苦由此深信，再反复地修持，才会发生大厌患。一旦达到了比喻那样，就自然退去了耽著。

这里要舍离的是表面的听闻和认识，要行持的就是对六道总别诸苦——各类苦的状况，一条一条、一分一分地用心领会。好像身临其境，自己就是那个受苦者。在因、体、果各个方面去考虑：我陷在那种境地或状况是什么样的一种情形、遭遇？将来会走向哪里？或者身心到底是什么样的感受？等等。这样很用心地去修就会发生甚深的信解。有了信心还要修，而这个修需要保证在质上无误、量上充分。就是要作大量的面面观、总体观、因缘观等，才会在根子上出现猛利厌患，这才出现成果。因此绝对要真修。

我们学佛要图个受用，这就必须从深处退掉对世间的耽著。这是非常艰巨的任务，非常不容易，因为对世间的耽著是无始的习性，如油入面，深刻坚固、缠绵不已。就好比要退掉对名的耽著，这容易吗？说理论三句话，说口号轻飘飘，但实际上直到死也难退掉。比如问：你现在退掉对世间的耽著了吗？到了红尘里，心是不是还蠢蠢欲动？看到这个也眼红，看到那个也喜欢，乐此不疲，少了还嫌不够，这样还叫退了耽著吗？比如今天在山林里面，六根不见外面的事情，好像耽著心不大，但一到了城市，发作的时候比谁都猛，这样还叫从深处退耽著？都不是的。

就像把树根烧焦了，那这棵树就不会再生长，这就很有力量；如果只是剪剪叶子，那马上又会长出来，因为只是表面的。又好比做清洁，只是表面擦一擦，里面还脏得很，这个不算数的。就像这样，我们对轮回所有事情都要退掉耽著，这不能只是表面退一点，而是要从它很深的根子上退。而要从深处退掉耽著的话，没有非常强大的对治力量是退不下去的。因此要知道，要想从深处退耽著，就必须有一种强大的厌患力。

厌患的量如何呢？其他方式也难说到，这里用了一个我们熟悉的世间譬喻来表达。那就是给胆病患者油腻的食物，他会发生非常大的厌患的力量，一看到就有一种大呕吐心，这个时候他是从深处退掉了耽著。

从前这个人没得胆病的时候，看到那么香喷喷的油饼、油条等等都觉得非常好吃。他舔着嘴唇，咽着口水，眼睛盯着，食指大动，一心想要吃到，这就叫“耽著”。因为对贪吃者来说，油食太好吃了，又香又可口，特别想吃。但是，自从得胆病有了经验以后，那是绝对不吃的。为什么会变成这样，从深处退掉了耽著呢？就是因为他有苦的体验。比如他得了胆病以后还不知道，某一次，稍微吃到一点油食，胃里马上往上反，翻江倒海一样地。一开始还想往下压，但很快就控制不住了，腹部猛地一收缩，“呕”地一声就喷出来了。之后就这样不停地呕吐，胃里的食物都吐完了，就开始吐黄水、吐绿水，后来水都吐完了，还在不停地干呕，感觉肠子都要呕出来了。最后全身一点力气也没有了，脸色煞白，一点精神头都没有，只能在那儿躺着，像个死人一样。

像这样，他只要有一次这种真切的体验，深深地相信油腻的食物吃进去以后完全是大苦，呕得连肠子都要吐出来了，那以后再看到任何油食，眼睛一看，闻到油味，哪怕只是听别人谈起，都感觉马上要吐了，他是真的怕了。这就叫“大厌患力”，对它出现的苦患有很深的厌，一点也不想受。这个力量一起来以后，无论面前有多少黄灿灿、香喷喷、很新鲜的油饼、油糕、油条等等，哪怕摆了一百碗。过去的话，那个贪鬼一看到油食就两眼放光，迫不及待地要抓这个、拿那个，赶紧放进嘴里，而现在那些贪著、求取的样子全没了。为什么没了？就是因为他一吃就要剧烈地呕吐，发生巨大的反应，他知道那个东西会给自己带来怎样的大苦。所以，油食一放到面前，他马上后退说：“别让我看到！别让我看到！”如果对他说：“你吃一点吧。”他连一点想沾的心都没有，只觉得恶心想吐。至于口里想尝、流口水，然后迫不及待地放嘴里，还要细细地品尝等等，这一连串的反应都遮掉了。

现在知道了吧，从深处退耽著就是要依赖一个大的厌患力，而这个大厌患力需要亲身体会到到底有什么样的苦患，这个知道了以后，初步的力量就有了。要注意，这里从深处退耽著，不是说根除它，彻底根除要依靠证空性的力量。现在需要的是一种认为它不好的厌患力，这跟过去认为它好的那种贪著力是相反的，因此，厌患力一起来就把贪著力退掉了，这就叫强有力的对治法。那么，退掉世间心的关键就是靠这个强大的厌患力，这又要有对于苦的真切体会才能发生。没有这个就达不到深处退耽著，因为无始习性如油入面，入得非常深，如果内在没有出来一个大的力量的话，是根本动都动不了的。

以这个道理推下来就很明白，这些轮回的苦，从地狱一直到天界之间，不能只停留在似闻、似解上就放在一边了。比如说：“这个已经听过了。”这叫似闻。“这个小菜一碟，我理解了，有什么不好懂的？完全知道了！”这是似解，实际全是假的。不能停留在这上，因为那个在你心里还只是一种概念、知识。耳朵听到了以后，假使第六识的活动能力强一点，就自以为很懂：“记得了，地狱就是烧嘛、饿鬼就是饿嘛，这还不知道？考试一百分轻轻松松。”这就叫“似闻似解”，是不发生效果的，碰到了那些油食一样的轮回乐比谁都贪。

就像刚才讲的譬喻那样，胆病者就是有真切的苦的体验，知道那些油食进到胃里面非常不舒服，好像整个内脏都要呕出来一样，特别不好受、太苦了。因为有了真切的体验，再给他油食的时候，他只会说：“不要！不要！”根本不必跟他说什么道理，他心里就是不要的。一点不想碰，根本沾也不沾、看也不看、嗅也不嗅，这个就叫“退耽著”。那现在这些色声香味触，男女、名誉、地位、财富，穿著打扮、现代化的车子、房子、电脑、手机、娱乐、影视等等，这些全是轮回的法，你说哪个不是呢？它们看起来都很诱人，这不就是油腻之食吗？吃起来香喷喷，感觉很不错，而且很新潮、很有味道等等。那你说你有一点点解脱道的修法吗？是真正修了苦吗？不是的。那个人是一见到就要呕吐，连丝毫想沾的心都没有，而你整个心都陷在里面拔不出来，这又算是什么呢？

这些轮回的苦从下到上一层一层都给你讲完了，真相就是那个，但是，我们不能这样就停下或者在这个层面就放在一边不管了，认为自己已经修好了，这部分可以过去了。像现在有些修前行的人，外前行只修七天、十天、二十天等，以为这样就过了，实际根本没到量，他二十年、三十年也没有任何的消息。所以，修苦不能停在似闻、似解上，而是要知道，那一个一个的苦，一样一样的都离你不远。因为你过去曾经在那里待过，现在正处在里面，不修解脱道的话，将来还要一个一个去品尝，这些都不是跟你不切己、不相关的事，而是你的命运就在这上。

那么，这一个一个的苦，不是让你在心外去学个知识，会背会讲。或者会解，这个说得来，那个也说得来，认为这个非常容易懂。然后心上从来没体会过，没有想：我成了那个饿鬼怎么样？成了那个地狱罪人怎么样？成了大海里、森林里的旁生怎么样？成了修罗、天人或者再来做人怎么样？等等，这些上面从来没想过。说白了就是对轮回没有很大的关注，没有把它当成切己的事。大多数人都是这样在表面学学，而且特别自以为是，认为我是了不起的，像这样只是自欺之辈。

要知道，这些苦都需要在心上一个一个地去领会，之后才会深信不疑。但只是深信不疑还不足够，量上还达不到，还要不断地去修，修到反面的心出来就有大厌患力了。就像公案里所讲的一样，那些修行人们一见到轮回就害怕，一见到轮回的事就不想沾，心态行为完全不一样，这个样子才是真正出现了对轮回的大呕吐心。由于特别切身地体会到了是怎样的苦，所以大呕吐心就出来了，不愿意再接受。

这样的话，所有轮回里的乐是一点也不想碰了。现在人不愿意谈轮回，其实身边的事事物物都是轮回，手机、电脑、小车、影视、网络，各种的娱乐、旅游、这边吃吃、那边吃吃，这个现代化的广场、那个现代化的设施等等，全数是轮回，没有一个不是，否则等于这里面还存在非轮回法。那么，既然已经定了轮回是苦，那各个轮回的事物都是苦。每一部手机其实就是地狱里的一根绳子，就是饿鬼的一个锁链。过去的修行人思惟苦谛到量就是这么想的，穿的衣服就跟地狱的铁皮一样，住的房子跟地狱燃烧的火室一样，面前的各种高级资具全部是锁你的地狱里的铁驴、铁马、铁蛇、铁狗等等。就像这样，深信以后反复修持，对轮回发了呕吐心有了大厌患力就反过来了，反过来以后就真实了，真正从深处退掉了耽著。

反面也要知道，在没有违品去对治耽著力的时候，它会一直增长，很多人自欺的原因就在这里。因为它不是退就是长，你既然没退那当然是长。长的话口头上就会说得很大：“我们要修法，出离心很简单，我们要修菩提心！”他嫌出离心太小了。才学几个月的人都会说：“出离心修七天就可以了，我现在正在修菩提心，这个菩提心十五天就修好了，然后我要修空性。”但这样的话，他那个假的东西根本抵不过去。也就是口口谈佛，非常地高，可是心上对于世间连一点点享受都耽著得很，更别说其他的了，轮回的根子不断地在长，同时外面有非常好的佛法包装。按这样走下去，二三十年之后再看这位老兄，会发现根本上一点进步也没有。原因就是他心的根子丝毫没有动过。没有动过就退不掉耽著，效果是达不到的。这样能怪谁吗？怪不了佛，也怪不了祖师，就是自己骗了自己。他把这些看得非常地低，把自己看得非常地高，好像一开始就有俱生的出离心，实际丝毫没有，也就是根本没有大的厌患力，没有大的厌患力就不可能退耽著。那么心退不了耽著，光是口里念“我要退耽著”，也不可能真地退掉耽著。

四、生起深信的效果　分二：（一）真实义；（二）榜样。

（一）真实义

**如是若得生起深信，则于罪提防于善欣喜，也将无需勤勇法尔生起。**

要注意心上发展的缘起，也就是由胜解起信，由信起欲，由欲起勤。这里说到其中的两个环节：由前面真实地思惟起了胜解，然后发生很深的信心的话；那么后面的欲和勤，不必勤勇法尔就会生起。

“法尔”，指在缘起律上，因充分具足的话，不必费力自然会生起果上的心，就像燃料充足而且积聚，自然就会生起火而且很旺那样。这是由于道心——欲和勤的因是充足的，所以不必很费力精勤，任运就会起来。这里的道心是指，心自然会对罪警惕、对善欣喜。也就是不必别人管制，或者心上怎么费力地调整，自然以相信轮回特别苦、特别可怕的那种深信的状态，战战兢兢地会去防罪，而且有什么善都会去做，会非常欣喜地趣入。

这里“法尔”两字要从正反两方面去认识。正面要知道，如果按照这个法道真正从内在修出了很深的信心，它就是欲的正因，就自然会出这样的结果。反面来说，假使没有按照这个法道修习，不顺缘起，内在很深的信心没发起来，那尽管口里说或者外面怎么受管制，但实际上，没有办法真正地出现这样的道心——防住罪、欣喜善。就像这样，由于道心没有的原因、生死心不切的原因，念念还是在轮回里面转，还是对于现世和来世的法有欲求。尽管口头上修这样那样的，可是心中生死的根照样不断地在长，这样就难以达到效果。

这样从正反两方面知道缘起以后，就要知道信是根源，首先要在根本上着手，这个一起来生死心就切，在修行上自然会做得很好。以下就以难陀作为榜样来说明这一点。

（二）榜样

为了具体地了解难陀是怎么转变了心，在讲《言教》之前先补充《大宝积经·佛说入胎藏会》里的一段具体细节。这样再学《言教》的内容就能具体地领会，我们也可以用来作对照，发现自己修心的路子。下面先按《大宝积经》讲讲难陀的故事。

难陀的故事

那时佛在劫比罗城多根树园，和无数大比丘在一起。佛当时有个弟弟叫“难陀”，身体现出金色那样的色泽，有三十种庄严相，身高比佛短四指。他有个妻子叫“孙陀罗”（翻为“白莲花”），相貌端正，世间稀有，光华超绝，别人都很喜欢看她。难陀对这个妻子非常缠绵恋著，一时都不愿舍离，染爱心很重，这种心一直到生命结束为止。

那时世尊观察到，难陀接受教化的时间到了，就在一天早上搭衣持钵，带着阿难进城乞食，次第到了难陀的家门口。佛以大悲力放金色的光，照到难陀的家宅，使他家里都现出金色的光。

难陀见到这个情景，心想：忽然光明照耀，肯定是佛来了。就叫仆人出去看。仆人出来，见佛已经到了，就赶紧回来报告说：“佛到家门口了。”难陀听了，就想马上出去迎礼世尊。

这时孙陀罗想：我如果放他出去，佛一定叫他出家。她急得抓住难陀的衣服，牵着不让他出去。

难陀说：“你现在暂时放我一下，我拜完世尊马上就回来。”

孙陀罗说：“那要做好约定，才能随你的意。”她就用化妆品点湿他的额头，告诉说：“这点没干就要赶紧回来，如果迟到、违背，罚款五百金钱。”

难陀说：“可以。”

难陀赶紧到门口礼拜世尊，取了佛的钵盂，回家盛满美食，再端到门口，没想到佛直接离他而去。难陀只好把钵交给阿难，说：“佛现相不让取钵，佛威严尊重，我不敢请佛停住。”他就再交给阿难。

阿难说：“你在谁那里拿的钵？”

他说：“在佛那里拿的。”

阿难说：“那应该交给佛。”

难陀说：“我不敢轻易触动大师。”这样他就只能默默地跟着佛走。

走了一些路，佛回到寺庙，洗完手足，在座位上坐了下来。

这时，难陀恭敬地把钵奉给佛。

佛受用完后，说：“难陀！你吃我的剩饭吗？”

难陀说：“我吃。”佛就交给他。

然后佛问：“你能出家吗？”

难陀回答：“能出。”（佛过去行菩萨道时，对父母、师长和其他尊者的吩咐从没有违背，所以现在成佛，就感得弟子也都不违背他的话。）

这时佛就告诉阿难：“你去给难陀剃发。”

阿难说：“遵命。”就找来理发匠准备落发。

难陀见了，就对理发匠说：“你知不知道？我不久就要做转轮王的，你要敢这么轻率地剃我的头发，我就截断你的手腕。”理发匠听了心惊胆战，马上收拾好刀具，就想告辞快点离开。

阿难见事不妙，就去报告世尊。佛亲自到难陀这里来，说：“难陀！你不出家？”

难陀说：“出家。”

这时，佛又亲自拿着水瓶往他头上灌水，然后理发匠随着就给他剃头。

正在剃头时，难陀心里就想：我现在敬奉世尊是没有办法，但我早上出家，晚上可以回家。”

果然到了日暮天黑的时候，他就找路要逃走。佛就在那条路上变了一个非常大的坑。他见了，心想：这回孙陀罗离我遥远了，没有办法回去，我现在想她，也许就要死了。如果还有一息命在，等到明天早晨我才能回去。他整夜想着孙陀罗，非常痛苦，是这样得了大的相思病。

当时世尊知道他的心思，就对阿难讲：“你现在应该去告诉难陀，我让他做知事（就是管理员，给僧众做事的）。”

阿难就来传话，说：“世尊让你做知事。”

他说：“什么是知事？要干什么事啊？”

阿难说：“就是在寺院里收拾、整理，做这些事。”

难陀说：“那该怎么做呢？”

阿难说：“凡是做知事的，就是比丘出去乞食的时候，你就在寺院里洒扫田地，取新牛粪依次地作清净涂抹，然后心里一直都要看好，不要让这些牛粪掉下来；如果有需要判别的事，应该启白僧众；人家有香花供养的，你就要分给大家；晚上要关好门，早上要及时开门；大大小小的路要常常做清洁；假如寺院里有损坏的地方，就要及时修补。”

难陀听到他的指教后就说：“大德！就按佛所说的，这些事我都要去做。”

一天，比丘们搭着衣持着钵，到劫比罗卫城乞食。难陀见寺院里没人了，就想：我扫完地就可以回家了。”他就开始扫地。佛观察到他的状况，就以神通，把他扫干净的地方又堆满粪便等污秽。

难陀又想：我除好了污秽，才能回家。他就放下扫帚去收拾这些粪便。但是粪便收不完，到处都是。

他又想：干脆闭门就走吧。

世尊又（以神通力，）在他闭了一个门再去闭别的门时，先前闭的那个就打开了（，门也闭不完）。

他很烦，又想：就算盗贼来损坏寺院，有什么要紧的？将来我是做国王的，到时能造百千所上好的寺庙，比这个不知好多少倍，现在我要回家了。如果走大路，怕是会碰上佛的。他考虑后，就往小路上走。

佛知道他的心思，就特意从小路上迎面过来。难陀远远见了佛不想遇上，刚好路边有一棵树，枝叶低垂，他就赶紧藏到树下。佛就让那棵树的树枝都反方向朝上，暴露出难陀的身体。

佛就问：“你是从哪里来的呀？可以跟我走啦！”难陀很羞愧，只好跟着佛走。

佛想：他对妻子是这样爱恋耽著，我应该让他舍离。为了度难陀，佛就离开劫比罗城，往室罗伐去。到了后，就住在毗舍佉鹿子母园。佛心想：难陀这个人愚痴迷惑，他还一直在忆念他的妻子，没法舍离爱情，我应当以一个方便让他止息爱心。

佛就问难陀：“你见过香醉山吗？”

他说：“没见过。”

“那你可以捉住我的衣角。”

难陀马上捉住世尊的衣角。佛就像鹅王一样地上升虚空，一下子就到了香醉山，然后领着难陀左边看看，右边看看。就在一棵果树下面有一只瞎了一只眼的母猴，这个独眼的母猴脸朝上，直接看着世尊。

佛就告诉难陀：“你见了这只母猴吗？”

他说：“见了。”

“你怎么想的？这只瞎眼的母猴跟你的妻子孙陀罗比，哪个更殊胜呢？”

难陀说：“孙陀罗是释迦种姓，就像天女一样，她是举世无双的第一美人。这个母猴跟她比，比不上她的千万亿分之一的。”

这时佛就说：“你见过天宫吗？”

他说：“没见过。”

“你还可以抓住我的衣角。”

他就抓住佛的衣角，佛又像鹅王一样上升虚空界，一下子就到了三十三天的天界。

佛说：“难陀，你现在可以去参观天宫的殊胜之处。”

难陀就遵命，开始参观天宫的那些殊胜的地方。他依次去了欢喜园、婇身园、粗身园、交合园、圆生树、善法堂等的名胜之处。在天人们的园林中，有美花、妙果、浴池、种种的游戏场所，那里非常殊胜的娱乐。他一个一个地方全部都看遍了。

然后又进了善见城，只见这个地方有各种的鼓乐丝竹，奏起的天乐非常美妙。再说那里的宫殿，廊宇疏通，还有床幔、帐帷等等，每一处都有美妙的天女和天子一起娱乐。

他这样周遍地观赏后，发现有一处有很多天女，却没有天子。他就问天女们：“什么原因？其他地方都是男女杂居，享受各种快乐，而你们这里只有女人没有男子呢？”

天女们就说：“佛弟难陀，跟佛出家，专修梵行，他命终会生在这里，我们正在等他。”

难陀听后非常踊跃欢喜，他很快回到佛这里。

佛说：“你见了诸天的胜妙之事吗？”

他说：“见了。”

佛说：“你见了什么？”

他就把见到的情况向佛报告。

佛说：“你见了天女吗？”

他说：“见了。”

“天女们跟孙陀罗比，哪个殊妙？”

他说：“孙陀罗跟这里的天女没法比，就像香醉山的瞎眼母猴跟孙陀罗比一样，根本比不上百千万亿分之一的。”

佛就说：“修持净行者有这样大的利益，你现在应当好好修梵行，将来就能生天，享受这样的天乐。”

难陀听后很欢喜，不再说话，默然而住。

当时佛就跟难陀从天界隐没，重现于逝多林中。难陀从此思慕天宫的欲乐，非常认真地修持梵行。

佛知道难陀的心，就对阿难说：“你现在可以告诉诸比丘，不能跟难陀坐在一个座位上，不能跟他在一处经行，不能在一个竿子上放衣物，不能在一处放钵盂、水瓶，不能在一处同诵经典。”阿难就传话给诸比丘，他们都按照佛的吩咐来做。难陀见大家都不跟他在一起，感觉特别羞愧。

有一次，阿难和比丘们在供侍堂里补衣服。难陀见了就想：比丘们都嫌弃我，不和我共处，阿难是我弟弟，他哪会嫌弃我呢？”他就想跟阿难坐在一起。没想到阿难一见他，马上就起身避开。

他说：“阿难！其他比丘可以舍弃我，你是我弟弟，为什么也嫌弃我呢？”

阿难说：“你讲的也有道理，但是你走你的路，我行我的道，我们道路不同，所以回避你。”

难陀说：“什么我的路？什么你的路？”

阿难说：“你是乐生天而修梵行的，而我是求涅槃而除欲染的。”

难陀听后非常难受。

佛知道他的心，就对他说：“你见过地狱吗？”

他说：“没见过。”

“那你可以捉住我的衣角。”

难陀就马上抓住佛的衣角，佛带他就到了地狱的境界里。

佛站在一边，对他说：“你现在可以去看看地狱。”难陀就去了。

他先见到一条炽热的灰河，然后就去了剑叶林、粪屎火河。他进去看的时候，只见好多众生都在受种种的苦楚：有的是被铁钳拔出舌头、敲掉牙齿、挖出眼目；有的正被利锯快速地锯解身体；还有的手脚被斧头砍掉，身体被矛刺入，或者被棒子打，被锐利的尖刺刺入；再往下面看的时候，又有身体被铁锤砸得粉碎；或者口被撬开，灌入烊铜；还有的被狱卒逼着上刀山、剑树等等；还有被放在石磨中碾磨；又有的赤裸着身体被逼着去抱铜柱；或者躺在铁床上受严酷的刑罚。（总而言之，就像这样，那么多的地方，各种的地狱罪人都受各种非常大的刑罚。）难陀又见到一口口的铁锅，猛火正在沸腾，里面热焰奔流，煮着各类有情。他在地狱里见到这些受苦的事。

接下来难陀又见到一口铁锅，只是空空地在燃烧，里面没有一个有情。他见了以后，心里非常地惶恐忧虑，就问狱卒：“什么原因，其他的铁锅里都在煮着有情，而只有这口锅，只有烈焰在摇曳，锅里在空空地沸腾？”

狱卒就说：“佛的弟弟难陀只愿生天，专修梵行。他生到天界，暂时享受一度的快乐，等到天寿穷尽，就会落入这口铁锅，我们正在烧火等他。”

难陀听了非常恐怖，身上汗毛竖立，白汗直流。心想：如果他们知道我就是难陀，会活活地叉着我扔进这铁锅中。”他马上惶恐地逃走，回到了世尊这里。

佛问：“你见了地狱吗？”

他悲痛得泪如雨下，哽咽着发出很小的声音说：“见了。”

佛说：“你见了什么？”

他就具体向佛禀报一路所见的情形。

佛说：“愿求人间或天上的福乐，勤修梵行就有这样的过患。你现在应当求涅槃来修梵行，不要耽著生天的快乐而致使（将来）遭受这样大的勤苦。”

难陀听后，心里很羞耻，默然，无言以对。

当时佛知道他的心念，从地狱回到逝多林，就开示难陀和诸比丘：“内心有三种垢，所谓淫欲、嗔恚、愚痴，这些应当弃舍，应当远离，法应当修学。”

思考题

1、（1）对轮回退耽著的量是什么？

（2）结合譬喻思惟：厌患的量是什么？为何以此能退耽著？

（3）怎样才能发生大厌患力？对此从舍离和行持两方面思惟。

2、（1）对轮回过患生起深信会出现什么效果？从正反两方面思惟其中的缘起道理。

（2）根据《大宝积经》复述难陀的故事。