# **大圆满前行引导文**

人的这个身体本是四大组合的性质，当四大不调时，必然遭受风、胆、涎等各种各样疾病的折磨而苦恼万状。就算是精力充沛、容光焕发、神采奕奕、精明强干的壮年人，可是一旦不幸染上疾患，也会像被石头击中的鸟雀一样身衰力竭，无精打采，甚至卧床不起，身体稍作运动也很困难。如果问他：你哪里痛啊？他连迅速回答的能力都没有，讲起话来也是有气无力。睡眠时辗转反侧，如何躺卧也没有一个舒适的时候，夜不成眠，而且觉得白天晚上都极其漫长，简直度日如年。食欲不振，不想吃不想喝，虽然一百个不情愿，可万般无奈还是要品尝又苦又涩的药味以及放血火灸的针灸等痛苦。想到依靠这场大病死亡可能会突如其来，于是心惊胆战。由于遭到魔障或恶缘的牵制，使得身心无法自主，那真是迷乱中的迷乱，也有因此而自寻短见、自杀身亡的。如果患了麻风或脑出血之类的重症，活着几乎和死了没有什么两样，被逐出人群，自己也将自己看成行尸走肉。总而言之，病情严重的患者连生活都不能自理，暴躁易怒，动不动就大发雷霆，对别人所做的一切事都看不顺眼，性格也比以前要固执得多。如果病期过长，护理的人也不能一如既往地耐心照顾。身为病人，时刻遭受着疾患折磨而万分痛苦。

# **菩提道次第广论讲记**

思惟病苦分五。

思惟病苦分五个方面：① 身性变坏之故；② 忧苦增长多住之故；③ 于可意境不能受用之故；④ 于不可意境非其所欲强受用之故；⑤ 能令命根速离坏之故。

身性变坏者，谓身肉销瘦、皮肤干枯等。

第一，病后身性会变坏：生病时身体消瘦憔悴、皮肤干枯、脸色腊黄等。

增长忧苦、多住忧苦者，谓身中水等诸界，分不平均、增减错乱，身生逼恼、心起忧痛，而度昼夜。

第二，病后增长了忧苦、多处在忧苦之中：身体内地水火风四大种不平衡、增减发生了错乱，导致身体产生了逼恼、内心忧虑痛苦，昼夜都在身心痛苦的状态中度过。

不能受用悦意境界者。谓若有云，诸可意境于病有损，虽欲享受而不自在。如是诸威仪道，亦多不能随欲。

第三，不能享用喜欢的境界：如果某些喜欢的东西对治病有损害，那么虽然想要享受也不得自在，而且行住坐卧的各种威仪，也多不能随心所欲了。

诸非可意境界受用，虽非所欲须强受用者。谓诸非悦饮食药等，须强食用。如是火炙及刀割等诸粗苦事，皆须习近。

第四，对不称心的境界虽然心中不愿意而必须勉强受用：为了治病，必须勉强服用自己不喜欢的饮食、药物等，被迫感受药味的苦、涩、酸等痛苦；而且为了治病，必须承受火烤、开刀、扎针、放疗、化疗等痛苦的治疗。

速离命根者，谓见病难治，便生痛苦。

第五，速离命根：见到疾病难以治愈，便忧心忡忡，害怕马上死去。

由于以上这五种原因，所以说病是痛苦。

当于此等审细思惟。

对于以上五种病苦之相应当详细思惟。

以下引教证。

《广大游戏经》云：“多百种病及病苦，如人逐鹿逼众生，当观老病坏众生，惟愿速说苦出离。”

《广大游戏经》说：数百种疾病以及由病痛所引生的身心忧苦，如猎人追逐鹿群一般，逼恼众生。应当观察衰老和疾病是如何损坏众生，唯愿能仁尽快说出离痛苦之法。

“譬如冬季大风雪，草木林药夺光荣，如是病夺众生荣，衰损诸根及色力。”

犹如寒冷冬季的大风雪，夺走青草、树木、园林、药草的繁茂。同样，疾病夺走了众生的健康，令众生的六根、容貌、气力衰损。

“令尽财谷及大藏，病常轻蔑诸众生，做诸损恼瞋诸爱，周遍炎热如空日。”

疾病会耗尽病人的财产、谷物和积蓄，常常轻蔑侮辱众生，不断损恼众生的身心，破坏悦意的境界，此疾病如同空中烈日般炎热难耐。