

# 《去除贡高我慢》

恩师卢军宏台长讲述于观音堂2021-01-19

人都有骄傲的心理，贡高我慢的“慢”字，就是我们说的骄傲。“慢”就是骄傲，贡高我慢、骄傲会让你得到烦恼。骄傲的人烦恼不断，因为慢心会使我们妄自尊大，觉得自己很了不起。觉得自己很了不起之后，就会看不起别人。看不起

别人之后，碰到有道德、有水准的人，就不肯谦卑，不肯低下头。然后，慢心会让你觉得这件事情怎么做你都是对的，并执着地去寻找理由，来完成自己在心中定位错误的东西。明明是一个错的东西，非要想把它说圆满；明明这个事情没理由，非要找出各种各样的理由来圆满自己，

这就是慢心。有时候，这种慢心会让你造下种种恶业。骄傲心有不同的表现形式，佛法把人的骄傲心理分成七种：慢、过慢、慢过慢、我慢、增上慢、卑慢和邪慢，大家对照一下，看看你们每个人身上有几种“慢”。当别人在能力、学问各方面确实不如你，或者跟你差不多的时候，

慢心重的人就会自高自大，对他人不屑一顾，看不起他人。“不得了，你有点本事了，算你有学问，好吧？”还照样看不起他人。当两个人能力差不多的时候，你心里会想：“你有你的本事，我有我的本事。”还是看不起他人。这是第一种，叫慢。

第二种叫过慢，过于骄傲。当别人不论在哪方面都与自己相当，或者超过你自己的时候，过慢就会让你故步自封，觉得自己很了不起。“他不可能超过我，我这水平，他不可能超过我的。”“这个人笨得不得了，他在这方面行，他在那方面不行。”那

么，你就看不到别人的长处，只看见别人的短处。第三种叫慢过慢。当别人无论在哪方面都远远地超过你的时候，你的慢心、你的骄傲心会使你歪曲事实，你仍然会觉得自已胜过别人。举个简单例子，这个人回答问题回答得非常好，

你就说：“今天不知道吃了什么东西，算他脑子灵活。”你也可以找出不服输的理由。在家里，夫妻两个人，太太今天烧了一个很好吃的菜给丈夫，这个男的骄傲，慢过慢，他就歪曲事实说：“今天烧得是不错，哪个饭店里买来的？”或者说：“今天算你走运，

你明天再烧一个这样的味道给我吃吃看呢！”他

就是明明知道自己烧菜不如太太了，他也不承认、不买账，这就是不认为别人已经胜过自己，这种人就是慢过慢，而且他不能容忍别人获得荣誉和赞叹。所以师父教你们学佛，当师父表扬别人的时候，首先你要学会赞叹。



师父今天说：“这个阿姨做菜做得真好吃！”你们在边上就要说：“是啊，阿姨做菜真的很好，我也吃过的。”师父说：“这个阿姨念的经文真好。”“是啊，念得真好。”这叫随喜赞叹。你看现在的人，一说谁好，大家马上面面相觑，一个人附和着说“好，对”，两个人不表态，三个人冷眼看他。这

就是人，现在的人就是这个样，明明知道别人比自己好，也不买账。比方说，一个女士为家里做了点什么事情，老公经常说：“女人应该这么做的，女人连这个都不会，哪叫女人？”

问题是你男人会吗？你也不会，对不对？第四个叫我慢，贡高我慢的“我慢”。

我们人的这个身体本身就是五蕴假合之身，本来就没有“我”，你是谁？你生出来如果永远不给你取名字，你是谁？你就叫婴儿，长大了叫学生，再长大了叫大学生，毕业了叫青年，然后叫中年，死了叫老年，开追悼会的时候又变成终年。一个人一旦有“我”，你就会夸大自我，有“我”了，

你就会抬高自我，处处以“我”为中心。“你们大家都要尊敬我，听我的指挥啊。”所以，有些人一到法会上，你不让他突出点他就会难受，他处处要出风头实在没活干了，就把声音讲得响一点，把别人的注意力吸引到他这里来，这就是我慢。，他就是想让大家看一看：

“这是谁？这个人很厉害！这个人很有能力！”他就是要到处出人头地，希望整个世界都围绕他转，好像世界离开他地球就不转了。如果你真的跟他讲：“地球离开你，就不转了吗？”他还要说：“转得慢一点。”这就是人。

以上内容排版、处理等如有不如理不如法的地方请南无大慈大悲观世音菩萨和护法菩萨原谅！请各位师兄原谅！