

# 器世间无常

## [1] 上师开示

现在我们虽已得到暇满人身，但它不是长住不灭的。它没有任何可信度，随时可以丢失，无常随时都可能到来。一旦无常来临，以后还有没有机会再得人身，那就没有把握了。

无常的修法可以赐予我们精进修持的动力，对修行是非常有帮助的。从善根的角度来讲，很多人都觉得念佛、烧香、拜佛有很大功德。这些虽然是有功德，但都不如修无常殊胜。佛在经中亲口宣说，哪怕是在一弹指的短短时间里修无常，所得的善根也远远超出长期烧香、磕头的善根。

以前讲的入座和出座之法，对修无常同样适用。当身口意的要点做完之后，按照《普贤上师言教》的观点，具体实修无常，有七种不同的思维方法。为什么要这样分？因为全方位的阐述，可以让我们从方方面面明白：一切有为法都是无常。

具体观修时，在三个要点（毗卢七法，排浊气，祈祷）做完后，就思维外面的山河大地是如何地生灭，怎样地无常。思维的结果，是可以深深体会到外在世界也是一刹那一刹那地生灭，是无常的、不可靠的。知道这些后，就可以慢慢地控制对身外之物的贪欲心。

今天介绍：器世间无常

思考题材：

- (1) 科学资料，比如天文学里天体的诞生、毁灭、死亡的过程
- (2) 佛教经论的描述

共修 2022-03-03/04

## [2] 词汇介绍

### 三千大千世界

**小世界**指的是【四大部洲、日月、须弥山、欲天、初禅】的范围。

须弥山外的咸水海四方有四大部洲：

东边叫做“东胜身洲”，

南边叫做“南瞻部洲”，

西边叫做“西牛货洲”，

北边叫做“北俱卢洲”，

我们居住的世界是南瞻部洲。

**小千世界**指二禅所覆盖的一千个【小世界】的大范围；

**中千世界**是三禅所覆盖的一千个【小千世界】的大范围；

**大千世界**是四禅所覆盖的一千个【中千世界】的大范围，实际包括十亿个四洲、日月、须弥山、欲天、禅天等。

**三千大千世界**也这就是【大千世界】的组织。

### 劫的涵义

劫分大、中、小三种。大劫包括成、住、坏、空四个中劫。  
每一个中劫内含二十个小劫。

#### **成劫**

第 1 小劫 器世界形成

第 2-20 小劫 有情界形成

#### **住劫**

住劫时期有 20 小劫。同类相续不断，有情在共同的器世间里不断地生死，寿命在每一个小劫里增减，然而共同外器的规模不会断灭。

#### **坏劫**

第 1-19 小劫 有情界坏空

## 空劫

这个世间为大灾所坏以后，有 20 小劫只有虚空

仅供温哥华慧灯禅修班使用，请勿转发。随喜感恩。

共修 2022-03-03/04

## 大三灾

一个大劫的坏劫时，有一种大三灾出现：

**火灾** 出现七个日轮，烧毁二禅以下的世界；

**水灾** 出现大雨霖注，将三禅以下的世界全部浸在水中而融解；

**风灾** 大风相击，使得四禅以下的世界都飘散而不剩余。

这三灾的力量毁坏器世间，下至极微也不存在。三灾发生的顺序有一定的规律，前七个大劫的坏劫只发生火灾，到第八个大劫发生一回水灾，之后又是七劫火灾、一劫水灾，这样更替下去，一直到第六十四个大劫才发生一回风灾。

## 小三灾

小三灾是在此洲人类退化到十岁时发生的。

人类一开始有很长的寿量，相貌、福德等都很好，之后由于烦恼和业的增盛，寿命和福报递减，容貌也日益短小丑陋，下降到人寿十岁时发生**刀兵、疾疫、饥馑**等三灾。

在住劫的二十小劫中将发生十九次小三灾，有十九次回升。到了最后一次，回升到人寿八万岁之后，坏劫的大三灾就来临了。



共修 2022-03-03/04

## [3] 观修内容

认识到暇满的难得、义大之后，就发起了取心要欲，想以此人身摄取真实大义。因为现世不修的话，往后多生当中极难得到暇满人身。虽然这样能破除推延到后世才修法的懈怠，然而心中没有无常死想的缘故，会认为“我在前前的年月日不必修行，后后修也可以。”

透过修无常，认识到暇满人身会很快没有，因此要及时修法。更迫切地看到，无常随时会降临，不得不马上舍离此世，因此现在就要修法。时时以念死无常驱使心急切地修法，才能摄取到心要。

为了精确地来认定庞大器世间的无常，而且，在引发胜解后进入到真实的观修，我们有必要了解整个器世间形成的内涵、规模，这是空间上的状况，以及时间上如何经历成、住、坏、空四劫。了解了这些，就能准确地把握引导的内涵。

世间的形成有一定顺序，外器世间从下往上逐渐形成，内有情世间从上往下逐渐形成。以下开始讲述外器世间的形成、状况以及无常变易的相。

### [3.1] 思择成劫

#### [3.1.1] 成器世界

在此世间的第一个劫坏空后，这个世间出现了开始，由这个劫坏空人生并

在此世间的上一个劫坏空后，这个世间出现了开端。由这个劫所有众生共同的福德力，逐渐出现虚空、风轮、水轮以及各种器界形态。

### （一）虚空的形成

这个世间的成劫开始时，由这一劫众生共同的福德力出现下基“意空清净的虚空”，它有一个三角形，这就好比一个屋子的天井，中间处是虚空，三角形的三边是青色的，中间深处是晴朗的天蓝色。出现了这样的虚空。

### （二）风轮的形成

仅供温哥华慧灯禅修班使用，请勿转发。随喜感恩。

Page 4 | 10

共修 2022-03-03/04

虚空上方风轮形成，形状是由东南西北四股风出现的十字形。其中东风往西吹击，西风往东吹击（相互吹击），南风往北吹击，北风往南吹击，这样四股风合成一个十字形。十字形的边缘是墨绿色。

### （三）水轮的形成

在风轮之上，由于金藏云中降雨的缘故，出现了白明圆形的水轮，有白亮颜色的边缘。也就是金藏云中降雨，出现了水轮，圆形、显现很明的白色，边缘呈现白亮色。

### （四）器界设施的形成

由诸有情业的增上力出现特别的风，它具有智能性，按照业力的安排，自然能在水的宝藏界里辨别、选择其中的宝类，合成山王、金山、大洲、小洲等。

以上品解开水界的风，把水吹压成须弥山王；

以中品解界的风，把水吹成七金山；

以下品解界的风，把水吹压成四大部洲以及由石煤所成的铁轮围山。

### [3.1.2] 成有情界

器界刚成就之际是全空状态，就像空房子里没人一样，此后从上往下次第出现有情。上至有顶下至无间地狱，由于有情的邪念越来越粗，逐渐往下生。直到无间地狱最初生起一个有情为止，整个三有世间的各类有情都有了，种类齐全。这样就完成了成劫的历程。

## [3.2] 思择住劫

接着进入大劫的安住期。

### （一）第一段住劫初长期

指从人寿无量岁逐渐减到十岁之间。人寿从无量岁递减，到了八万岁时拘留孙佛出世；降到四万岁，拘那含牟尼佛出世；又跌到两万岁，前佛迦叶佛出世；继续降到百岁，第四导师释迦佛出世。而我们处在佛灭度后

仅供温哥华慧灯禅修班使用，请勿转发。随喜感恩。

Page 5 | 10

共修 2022-03-03/04

两千五百多年，人寿七八十岁的时期。之后烦恼、业愈加粗重，人寿递减到十岁时出现小三灾。

### （二）中间十八个增减

指从人寿十岁增到八万岁，再从八万岁减到十岁，这样经过十八次；也就是在人寿十岁发生小三灾以后，人心回转向善，从持不杀戒开始逐渐增寿。每百年增一岁，一直增到人寿八万岁为止，完成一度的上升，那时弥勒佛降世，人类的福德到圆满之时，佛出世说三乘法，广度有情。弥勒佛灭度后，人寿按每百年降一岁的情形往下减，一直减到十岁为止，就完成了下降的时期。这样一增一减经历十八次

### （三）最后住劫后短期

指从十岁增到无量岁，再降到八万岁。具体是从人寿十岁开始，人类行



善，每百年寿命递增一岁，增到无量岁之后，在减一岁的时候胜解佛出世。当佛陀完成事业之后，到人寿八万岁为止，住劫就圆满了。

### [3.3] 思择坏劫

(这里的描述，以“火灾”坏劫为例)

#### [3.3.1] 坏有情界

人寿八万岁以后，是坏劫的开始。

有情界是由下至上一路空掉。也就是在本刹土的地狱中，没有一个有情新受生，那些地狱定受业者被业力引到他方地狱中，已生者逐渐业力减轻，生到上上处。除了一些造深重罪业之人外，其他地狱都空了。像这样，饿鬼界和旁生界也都次第空掉了，无一有情。

接着，人类、欲界天人、一禅天人 次第得了静虑心后全部生到二禅极光净天。到此为止，二禅之下一直到地狱最底层之间，一个有情也没有了。这是空有情界的状况。

#### [3.3.2] 坏器世界

仅供温哥华慧灯禅修班使用，请勿转发。随喜感恩。

Page 6 | 10

共修 2022-03-03/04

先是一切果木园林枯死，这样空中逐渐出现七个日轮，发生火灾。

- 一日出时，一切草木园林悉皆枯槁而死。
- 二日出时，溪流、池沼悉皆干枯竭尽。
- 三日出时，诸大江河悉皆干枯竭尽。
- 四日出时，无热恼大池干枯竭尽。
- 五日出时：外大海水量彻底干枯穷尽。
- 六日出时，大地乃至雪山皆悉烧燃。
- 七日出时，须弥山、四大部洲乃至铁围山悉皆烧燃。

最后，火被风往下吹，吹逐后烧掉了那些空空的恶趣处，一直烧到最下层的地狱，和地狱的火相遇。由于业力实在太强大，劫末火占上风，向下烧各地狱。这时无间地狱的有情仅仅一瞬间就生到他方的无间地狱去了。火往下一直烧到地狱底层。猛烈的火焰又往上回过来烧。上层天界的空无人处都被烧毁后，二禅天以下全部烧空，成了一个大灰聚。

### [3.4] 思择空劫

在坏劫结束之后，三千大千世界里什么都没有了，成了一个空无时期，这叫做“空劫阶段”。

## [4] 观修后的思考

经过前面的思维，有了大劫的观念、了解了整个世间的大无常相，看到最终连一个微尘也不剩。再看自身，它只是在幻生幻灭轮回里一眨眼的相续现相，哪里会有恒常、坚固呢？我们以过分的常执、乐执、我执把自己想象得非常大，以为目前的时间很长，现世的意义很大。

无常充满整个世间，大三灾的相能让我们觉醒过来。连经劫安住的器界最终都灭得一点不剩，那在这期间短暂的时期、年代、世纪里出现的各种有为现相有什么可靠呢？

仅供温哥华慧灯禅修班使用，请勿转发。随喜感恩。

Page 7 | 10

共修 2022-03-03/04

虽然作为一个人，需要一点饮食、衣服、住所、医药等，必须做点事情才能维生，但除此之外，的确一点意义也没有。世间处处宣扬的所谓快乐、永恒、实义等等，全是欺诳的话语。

当了解到世间无常的真相时，会发展出极长远的眼光——我要从中出离。



也就是会彻底断定：在世间无论怎么求，求千千万万年，到头来还是什么也得不到。在世间无论建立什么，最终都要败落一空。■

仅供温哥华慧灯禅修班使用，请勿转发。随喜感恩。

Page 8 | 10

共修 2022-03-03/04

#### 参考资料

《慧灯禅修视频 6 寿命无常 1》 堪钦慈诚罗珠仁波切 开示

《前行备忘录》堪布阿琼仁波切 著

《前行系列四》堪布益西彭措仁波切 实修引导

《前行系列三》堪布益西彭措仁波切 引导

<https://www.huidengvan.com/pages/4jx/> 圆航师兄 汇集

思考题：

1. 为什么修暇满后要思维无常？
2. 在观修每一个引导时，如何观察修和安住修？你平时是怎么做的？
3. 怎样思维外器世界而修无常？请大致说明。
4. 器世界最终毁灭的因是什么？你对此有哪些感触？



