#### 丁一、思维外器世界而修无常： [▲](http://www.fosss.org/book/qianxing/Index.html#e)

由众生共同福德所形成，被认为是坚不可摧的四大洲、须弥山、天界以及铁围山等外器世界，虽然存留时间可长达数劫，但它们也是无常的，最终必定将因七火一水而毁于一旦。具体来说，在此大劫毁灭之时，内情众生由下而上逐渐化为乌有，到第一禅天以下所有众生无一存留。在此之后，天空中依次出现七个太阳，第一个太阳出现而烧尽一切树木园林；第二个太阳出现使得一切溪流池沼无余干涸；第三个太阳出现使一切大江河水全部干涸；第四个太阳使得无热恼大海也滴水不剩；第五个太阳出现时，外界深达一百由旬的大海之水荡然无存，随后逐渐干涸到两百由旬、七百由旬、一千、一万直至八万由旬深度，剩下的水，又从由旬、闻距开始，到最后连蹄印许的水也干涸无余；第六个太阳的出现焚毁大地雪山；第七个太阳出现时，须弥山、四大洲、八小洲、七金山 及铁围山全部烧成一片火焰。火焰盘旋向下炽热到极点，焚尽一切地狱之处，火舌又直冲上方烧燃梵天所有空空荡荡的无量宫殿。此时此刻，光明天的小天子们惊惶失措地大呼小叫道：“如此大火燃烧起来了！”老天子们安慰他们说：“这样的大火以前也是烧到梵天以后就无影无踪了，不要惊惶，莫要害怕。”

就这样，经过七次大火之后，二禅天便形成了水云层，紧接着轭木、箭矢般的倾盆大雨从天而降，光明天以下犹如盐溶入水般毁灭消失。经过了七火一水毁灭结束之后，下基的十字杵金刚风向上翻滚，三禅天以下犹如风卷尘埃般地灭绝一空。这样，容纳在一个三千大千世界中一百俱胝数的四大洲、须弥山及天界全部同时灭亡，最后万事万物变成一大虚空。

既然大千世界也有变成空无一物的时刻，那么我们如秋蝇一样的人身，又有什么恒常稳固的呢？

对于上述的道理，我们要认真思维，诚心实修。

#### 丁二、思维内情众生而修无常： [▲](http://www.fosss.org/book/qianxing/Index.html#e)

上至有顶下到地狱底层的所有众生没有一个能逃脱死亡的。如《解忧书》云：“地上或天间，有生然不死，此事汝岂见，岂闻或生疑？”意思是说，有生必然有死，从善趣天界以下，有生而不死的事情可以说见所未见、闻所未闻，也绝不会有“到底死还是不死”这种模棱两可的怀疑。

尤其是我们生在寿命不定的南赡部洲，又时逢末世，死亡很快就会临头。实际上，自从出生的那一天起我们便一步一步地向死亡靠近。人的寿命从来不会增加而只有减少，而且死魔犹如夕阳西下的阴影般片刻不停地越来越向我们逼近，在何时何地死去原本就无法确定，谁也不能肯定明天或今晚甚至仅仅现在呼吸间不会命归黄泉。如《因缘品》云：“明日死谁知，今日当精进，彼死主大军，岂是汝亲戚？”

又如怙主龙树说：“寿命害多即无常，犹如水泡为风吹，呼气吸气沉睡中，能得觉醒极稀奇。”这其中的意思是说：人们处于安然的沉睡中，平缓地向内吸气向外呼气，可是也不敢肯定在这期间就不会死亡，对于在睡眠期间没有死去而能安然醒来，也应当看成是一件非常稀奇的事。

现在我们这些人虽然知道总有一天要死，但因为相续中没有生起死期不定的观念，以致于时时执著常有的生计，在患得患失中虚度人生，正当我们沉湎于辛辛苦苦追求今生的安乐、幸福、名誉之时，死主阎魔很可能手持黑索、紧咬牙关、獠牙毕露突然来到我们面前，到那时，纵然拥有英勇的军队、强大的势力、丰富的财产、智者的辩才、美女的身色、奔驰的良驹也都无济于事；即便钻进一个无隙可乘的铁箱子里，外面有数十万勇士手持锋利的兵刃，箭矛的尖端指向外面围绕保护着，也丝毫守护不了、遮挡不住。当死主阎魔将黑索套在他的脖子上时，他只能是面色铁青、泪眼汪汪、五体僵硬地被带到后世的大道中。此时此刻，勇士无法救护，大德不能吩咐，饮食无法引诱，无处可逃、无处可躲，无依无怙、无亲无助、无计可施，也无有任何尊者的大悲（所能庇护），哪怕是药师佛亲自降临也无法延缓寿命已尽的死亡。因此我们切切不可懒惰懈怠、一拖再拖，而应诚心修持临终时决定有益的殊胜正法。

丁一、思维外器世间而修无常 （讲记）

如此由共同福德所成就的外器世间——四洲、山王包括诸天处所的范围，坚固乃至劫之间安住。此等也无常存，终将由七火一水而决定坏灭。

此处观察对象是整个外器世间。“四洲、山王包括诸天处所的范围”代表人天，实际包括从地狱到色界天之间的广大范围，也就是三千大千世界中四禅以下的器世间。“共同福德”，意为众生共同的福德力会形成一种公共的外器世间（四禅以上则有所差别）。所谓“共器”，是指在某有情死亡后，此器的同分现相依然存在。而在四禅天，随天人诞生就有宫殿生，天人灭宫殿也随灭，没有共器。无色界没有色法的相，所以也没有共器。

“坚固乃至劫之间安住”，指器界由有情的共同业力形成后，在成劫、住劫、坏劫之间安住 。具体来说，成劫中的第一个小劫是器界形成，后十九个小劫是有情界形成。坏劫中的前十九个小劫是有情界毁坏，后一个小劫是器界毁坏。总之，外器世间的安住时间超过了成劫的十九小劫、住劫二十小劫、坏劫十九小劫（共五十八小劫）以上。“安住”是指同类相续不断，有情在共同的器世间里不断地生死，然而共同外器的规模不会断灭。

虽然是如此长久的时间相续，但终归无法长存，器世间会由七火一水决定坏灭。“七火一水”是三灾的代表词，实际包括共六十四次的火、水、风灾。“决定坏灭”指灭得连一粒极微也不剩。此处“无常”是指粗相续无常。从有为法的法性来说，既然外器世间不是自然有，也不是非因生，而是由共同福业所生，当然只能存在有限的时间，在同类因缘或共同福业力消散时就无法再存留，这就是粗无常。（从细无常而言，由因缘生故，同一个现相不会住留到第二刹那。）

为了精确地认定庞大器世间的无常，并在引发胜解后进入真实的观修，我们有必要了解整个器世间的形成，所具的内涵、规模，以及它是如何存在的。不仅要了解空间上的状况，还要了解在时间上是如何经历成、住、坏、空四劫，之后，才能准确地把握引导的内涵。

以下我们就来学习外器世间的形成、安住等状况以及无常变易之相。

首先是三千大千世界形成的过程。由于有情业的增上力，在最下方依止虚空有风轮出生，广度为无数，厚度有十六亿由旬。风轮体性坚密，假使有一个大露形神用金刚轮奋威锤击，金刚会摧碎，风轮却无有损坏。接着由有情的业增上力，空中涌起大雨云，降落在风轮上的水滴如车轴般大，水滴逐渐积聚成“水轮”。在没有凝结的分位，水轮深十一亿两万由旬。之后，又由有情业力感得其他风刮起，搏击水轮，在上面结成了一层金，就像是熟乳被放置后凝结的一层膜。于是，水轮减至八亿由旬，其他的三亿两万由旬形成了金轮。

接下来，在金轮上如何形成了山、海的世界格局呢？仍然是由有情的业力起现大雨云，在金轮上降下如车轴般大的雨滴，水滴越积越多，逐渐形成了波涛汹涌的大水。之后由其他风吹击大水，又摄持水中具妙宝属性的物质积聚成为山和洲岛，之后又将水涛隔成内海外海，共有九山八海，即是四洲、须弥的世界。

中央的山王是须弥山，也译为妙高山、苏迷卢山，其四周有海围绕。山王耸出水面八万由旬，深入海底八万由旬，宽度也是八万由旬。海周围又由山围绕，山外围又是海，海外又是山，它们叫做“九山八海”。“九山”即须弥山、持双山、持轴山、檐木山、善见山、马耳山、象鼻山、持边山、铁围山。“八海”中的前七海都是内海，由八功德水所成，外海是咸水所成。这就是山、海的分布情形。

九山的体性如何呢？须弥山是四宝合成，围绕它的内层前七山是金子所成，称为“七金山”，外围是铁围山。须弥山王在中间安住，它的北、东、南、西四面依次是金、银、吠琉璃、颇胝迦宝合成。随着宝的威德有色彩显在空中，所以，我们南阎浮提的虚空是犹如吠琉璃色或蔚蓝色。在七金山的外围还有山周匝围绕，像是一个轮子围绕着世界，因此称为“铁轮围山”。

九山的形量如何呢？九山都住在金轮上（海的底部），从海底开始一直伸出海面，所以九山在海面下的高度都是八万由旬。须弥山高出海面八万由旬，其他八山的高度是一半一半地递减。也就是说，持双山高出海面四万由旬，持轴山高出海面两万由旬，乃至最后铁轮围山高出海面三百一十二点五由旬。而且，九山每一座的宽度都等于高度，也就是须弥山的宽度是八万由旬，持双山的宽度是四万由旬等等。

人类生存在怎样的环境中呢？在第八持边山和第九铁围山之间的咸水海的四方有四大部洲，名为“须弥四洲”。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。在四大部洲的旁边各有两个小洲，比如，瞻部洲旁边是遮末罗洲、筏罗遮末罗洲。

接下来，还需要了解此方大河的由来。在瞻部洲从中央往北方三处各有三重黑山，在黑山北边有大雪山，在大雪山的北边有香醉山。位于雪山北方、香醉山南方有大池水，名叫“无热恼池”。从中流出四条大河，从大池东面流出殑伽河（即恒河），流入东海；从大池南边流出信度河，流入南海；从大池北边流出徙多河，汇入北海；从大池西面流出缚刍河，流入西海。无热恼池长宽各五十由旬，里面充满了八功德水，未得神通的人无法到达。在无热恼池旁边有瞻部林，树木高大，果实甘美，依于此树林或果实的缘故，此处得名“瞻部洲”。

接下来要了解，日、月、星辰是依何而住呢？它们依风而住。也就是由有情众的共业力量，起风围绕须弥山在空中旋环，运持着日、月、星辰等，使得它们不停留、不坠落。日轮离此地面四万由旬，在持双山的顶端，齐于须弥山半腰。日轮直径五十一由旬，月轮直径五十由旬，最小的星星直径为一俱卢舍，最大的星星直径是十六由旬。日轮下面由颇胝迦宝火珠所成，能照明和放射热量，月轮下面由颇胝迦宝水珠所成，能照明和放射清凉，这一日一月普遍在四大部洲的范围内运作着各自的事业。

天的器界可以分三重了解：一、四天王天的器界；二、三十三天的器界；三、空居天的器界。

四天王天的器界要从须弥山的四层级说起。从海面开始，相距一万由旬处是第一层级，依次上升一万由旬的量就是第二、三、四个层级。这四层级都是须弥山旁边向外开出的环绕区域。最初第一层级从须弥山山体向外一万六千由旬，第二、第三、第四层级依次是从须弥山山体向外八千、四千、两千由旬。其中，第一层级是坚手药叉神居住，第二层级是持鬘药叉神居住，第三层级是恒骄药叉神居住，他们都是四大天王统领的天众部下。第四层级是四大天王和眷属们的共同居住之处。因此，经中也说：四大天王以及属下的诸天居住在四外层级。此外，在七金山上也有天居住。以上这些四大天王所统领的村落、城邑，都叫做“依地而住”。

三十三天安住在须弥山的顶端，山顶四边各有八万由旬，与下部四边的量度相等。山顶四个犄角处各有一座山峰，高度、长度各五百由旬，有药叉神名叫“金刚手”在其中安住，守护诸天。在山顶当中有善见宫，四边各两千五百由旬，周长一万由旬。此金城的高度是一由旬半，地面平坦，由真金所成，用一百零一种杂宝庄严校饰，地面的触感柔软得像兜罗绵，在行走时随着自己的脚一起一伏，这是属于帝释天所统领的大城。城中有殊胜宫殿，种种妙宝具足庄严，映夺了其余天宫，因此称为“殊胜”，天宫四边各两百五十由旬，周长一千由旬，这些是城中所具足的各种悦意事。

城外四面有四座林苑作为庄严，是诸天们共同游戏的地方。四座林苑是：一、众车苑，随着天人们的福德力显现各种妙车；二、粗恶苑，天人们即将与阿修罗战争时，在此处会出现铠甲、器杖等战争的器具；三、杂林苑，诸天进入此园林中，游玩在相同的美妙境界，都生起殊胜欢喜；四、喜林苑，极妙的境界都集于此苑，在苑中观赏无有厌足。这些都是属于城外的严饰。庄严大城四苑四边有四种妙地，中间各自距离林苑二十由旬，是诸天人们殊胜的游戏之处。诸天在那里捔指竞争，欢快娱乐。城外东北有圆生树，是三十三天享受欲乐的殊胜场所。圆生树入地盘根深广，达五十由旬，而树干向上耸立，枝条在旁边散布下来，其高度和广度相等，达一百由旬。挺叶开花，妙香芬馥，香气弥漫一百由旬。这些都属于三十三天所居的外器世间。

以上已经辨明了地居天界的状况。更上层的天人们都是依虚空而住，叫做“空居天”。包括欲界的上四层天——夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天；以及色界的十八处天，其中，初禅有三处天——梵众天、梵辅天、大梵天，二禅有三处天——少光天、无量光天、极光天，三禅有三处天——少净天、无量净天、遍净天，四禅有九处天——无云天、福生天、广果天、无想天、无烦天、无热天、善现天、善见天、色究竟天，如是共有二十二处属于空居天。

在器世界的范畴中，安住着三界九地的有情。其中欲界叫做“五趣散乱地”，包括地狱、饿鬼、畜生、阿修罗、人类和欲天。

此处依《俱舍论》所说，在阎浮提地下五千由旬到两万由旬之间有极度受苦的有情，称为“地狱众生”。（由于众生业感不同，在《瑜伽师地论》等经论中，有其他地理位置以及形态的描述。）最下层的地狱是“无间地狱”，之上次第有极热地狱、炎热地狱、大号叫地狱、号叫地狱、众合地狱、黑绳地狱、等活地狱。此外，在八热地狱的四门处各有四个近边地狱，以及孤独地狱等。

再者，在地下五百由旬处的阎罗王国有饿鬼界，这是造悭贪业的恶人们堕落的处所。饿鬼们常常受用匮乏、不得满足。除了中心的阎罗王国之外，还有杂居在地狱、修罗界、人间、四天王界、忉利天界等处的鬼类。

旁生主要杂居在大海、陆地、空中等各处。

在海底、海岸或须弥山半腰有阿修罗居住，这一趣也有多种类型，果报较好的可摄在人间或天界，卑劣的可摄在饿鬼和旁生中。

人间也会由各自业力出现感生四洲的各种情形，寿量以及果报受用也都各不相同。

天界从四天王天以上到六欲天之间，下层的四天王天依靠地面居住，三十三天住在须弥山上，夜摩天以上依虚空而住。以上是属于欲界散乱地的情形。

接下来是色界的四种地：初禅离生喜乐地、二禅定生喜乐地、三禅离喜妙乐地、四禅舍念清净地，以住在定中的缘故，又可称为“定地”。在初禅天的三处受生时受用一种乐，叫做“离生喜乐”，原因是远离了欲界之恶，生起喜乐。在第二禅天的三处受生时受用一种乐，叫做“定生喜乐”，原因是从初禅的定中生起了二禅喜乐的缘故。在第三禅天的三处受生时享受更高级的一种乐，远离二禅喜乐，生起第三禅之乐的缘故，这种离喜的乐叫做“离喜妙乐”。四禅天叫做“舍念清净地”，连第三禅的乐也已经远离，住在舍念清净中。

无色界的四种定地包括空无边处地、识无边处地、无所有处地、非想非非想处地，这些地的有情都住在定中。三界九地有情的状况大致如上所述。

上文已经从三轮、九山、八海、四洲、日月、天器等说明了每一个部分的器界状况，接下来，对于综合或整体状况——三千大千世界的构成，我们可以分为小千、中千、大千三个层次来了解。一千个四大部洲、一千个日月、一千个须弥山、一千个六欲天、一千个初禅天，所有这些从整体上叫做“小千世界”；一千个小千世界叫做一个“中千世界”；一千个中千世界叫做一个“大千世界”。由于大千是三个千连乘，所以又称为“三千大千世界”，我们不应误解为是三千个大千世界，这其实只是一个大千世界。

或者说，到达一千个初禅的范畴叫做一个小千世界，它是二禅所覆盖的下界的范围；而中千是一个三禅所覆盖的下界范围；大千则是一个四禅所覆盖的下界范围。也就是说，小千世界是指二禅所覆盖的一千四洲、日月、须弥山、欲天、初禅的大范围；中千是三禅所覆盖的下界的一千个小千世界的大范围；大千（一个三千大千世界的组织）是四禅所覆盖的一千个中千世界的大范围，实际包括了十亿个四洲、日月、须弥山、欲天、禅天等。“十亿”是按照现代数学的说法，指一万个万，古代亦有多种说法，比如说为百亿等。

接下来要了解“劫”的涵义。劫分为大、中、小三种，大劫包括成、住、坏、空四个中劫，每一个中劫包括二十个小劫。

我们可以从坏劫说起，也就是当这个世界经过二十个小劫的安住期之后，坏劫就会来临。从内有情界转移开始，一直经历十九个小劫的时间；当二禅以下的有情界都空尽以后，外器界在一个小劫当中毁坏，因此，坏劫总共历经二十小劫。

什么是坏劫的开始呢？地狱有情命终后不再有新受生的有情作为坏劫的开端。一直到地狱里不剩余一个有情时，叫做地狱已坏。业力会把那些决定受生地狱的有情牵引到他方地狱中。以此类推，饿鬼和旁生界也都是如此：不再有新的受生有情，逐步毁坏到一个有情不剩。如果是有定业者，就会被牵引到他方的鬼界和旁生界中。还有一些跟人天杂居的饿鬼和旁生，它们会跟着人天界一起坏尽。

那时，人间瞻部洲有一个人，在没有师传的情况下法尔获得初禅。从初禅起定后，发起倡导说：“离生喜乐，甚乐甚静！”意为离开欲界之恶而生起喜乐，这里好快乐、好寂静！其他人听后当即入于静虑，命终生到梵天世界。乃至瞻部洲的有情全部空尽，上升梵天，就叫做瞻部洲的人类已坏。东西两洲以此类推。北洲的人命终之后只生欲界天，因为北洲的业力情形使他们过于享受而不能入定离欲。如是直到下界的人世间不剩一个有情时，就叫做人趣已坏。

继而，在天趣的四天王天中，有一个天人法尔得到初禅，当他出定以后同样倡导，其他人于是也纷纷趋入初禅，如是所有四天王天的天人们逐渐全部法尔上升到梵天，四天王天范围里的有情全部空尽，就叫做四天王天已坏。其余五种欲天也都是类似的情形，乃至欲界不剩一个有情时，就叫做欲界中有情已坏。

接下来是梵世（即初禅天）的一个有情在没有师传的情况下法尔获得二禅，之后起定说到：“定生喜乐，甚乐甚静！”意为从初禅定中发生的二禅喜乐好快乐、好寂静！其他梵世有情听后入于二禅，命终也都生到极光净天。乃至梵世的所有有情全部空尽时，叫做已坏有情世间。之后，二禅以下范围只剩空空荡荡的器世间。

有情界历经十九个小劫坏灭以后，接下来的一个小劫是器世间的坏灭。

当一切有情所感得的三千大千世界二禅以下有情全部空尽时，逐渐有七个日轮出现。于是，诸海干涸，群山都被烈火烧穿，四洲、三轮 也全部燃起大火，被焚烧净尽。大风吹刮着猛焰一直烧到上界天宫，乃至梵世宫殿都烧得一丝不剩，成为灰烬。这是自地的火焰烧毁自地的宫殿，不是他方的火能烧毁另外的地方。但是，新生的天子们没有阅历，当火到达二禅极光净天时，他们会说：“下方的火被风所飘，已经焚烧到上地了。”他们认为是欲界火的猛焰上升，才引起色界的火灾。

如是从地狱渐渐坏灭开始，一直到器界被大三灾坏尽，总的叫做“坏劫”。

世间为大灾毁坏以后，在二十个小劫当中只有空荡荡的虚空，叫做“空劫”。经过这一段相当漫长的时间以后，就进入成劫。成劫是从风吹起直到地狱的第一个有情出生为止。也就是由有情的共业之力，在坏劫后空中渐渐有微细的风吹起，这是器世间即将形成的前相。随后微风逐渐增盛，形成了如上所述的风轮、水轮和金轮等。不过最初是形成大梵王宫，乃至夜摩天宫，后来才生起风轮等，这叫做外器世间成立，期间需要经过一个小劫。之后的十九个小劫，从大梵处开始，逐渐到地狱都有有情投生，整个有情世间的完整系统才算完成。

有情界的发生，指最初一个有情从极光天降下，生在大梵处，成为大梵天王。后来，诸有情陆续从极光天退没，有的生到梵辅天，有的生到梵众天，还有的生到下界六欲天，比如他化自在天宫等，渐渐一直下生到人间，北俱卢洲、西牛货洲、东胜身洲、南瞻部洲都出现了有情。然后，在更下等的饿鬼界、旁生界和地狱界也都逐渐出现有情。出现有情跟有情坏灭的程序恰好相反，坏灭是从下界往上坏灭，一直坏至梵世为止；成是从上往下成，一直成到无间地狱出现第一个有情为止。当整个大千世界一切有情的规模都形成、所有种类都齐全时，成劫也到此结束。

继成劫之后是住劫，仍然是次第历经二十个小劫。也就是从风微微吹起，直至形成整个器世间，之后有情渐渐安住，地狱到天宫之间的有情种类无不完具时，此洲人的寿量达到无量岁，就进入住劫的开端。住劫的二十小劫发生的次第是：首先，人寿从无量岁逐渐下减，减到十岁时，即是住劫的第一个小劫；之后的十八个小劫都有增减，也就是从十岁增到八万岁为增，又从八万岁减到十岁为减，如此一增一减称为一个小劫，其他的十七个小劫也都是如此；第二十个小劫是从十岁增到八万岁。总之，前后两劫一个唯减无增，一个唯增无减，中间十八个小劫一增一减，而二十个小劫的时量都相等，如是二十个小劫合称为一个住劫。

小三灾是此洲人寿减至最低限度的十岁时发生的。也就是说，人类在寿量八万岁时，相貌、福德等非常殊胜，之后由于烦恼和业的增盛，寿命和福报递减，身量日益短小，容貌日益丑陋，乃至人寿十岁时，发生刀兵、疾疫、饥馑等三灾，蒙受苦恼，叫做“小三灾”。饥馑灾历经七年七月七日，疾疫灾历经七月七日，刀兵灾历经七日而结束。直至此时，有情才有所觉醒，又开始尊重道德，持不杀戒，于是寿量逐渐回升到二十岁；再持不盗戒，回升到四十岁；如此寿量逐渐递增到八万岁为止。总之，在住劫的二十小劫期间会发生十九次小三灾，有十九次回升。在最后一次回升到人寿八万岁以后，坏劫的大三灾就会来临。

到了坏劫时有大三灾出现——火灾、水灾、风灾。起初是以火灾出现七个日轮，烧毁二禅以下的世界；随后以水灾出现大雨灌注，将三禅以下的世界全部浸没水中而融解；后来出现风灾，由刮大风而使四禅以下的世界都相互撞击、飘散。如是大三灾的力量将器世间完全毁坏，下至极微也无有余留。

三灾发生的次序也有一定的规律：最初以火灾毁坏七次以后，再以水灾毁坏一次，如此七次火灾、一次水灾，反复经过七次后，再以火灾坏灭七次，最后以风灾坏灭无余。总的要经过火灾五十六回、水灾七回、风灾一回，即所谓“六十四转劫”。

接下来要了解内三灾的情形：初禅天人以寻伺为内灾，能烧烦恼心，等同外火灾的缘故；二禅以喜受为内灾，和轻安都如水般滋润身体，等同外水灾的缘故；三禅动息是内灾，息就是风，等同外风灾的缘故。由于下三禅有如此内灾，所以会遭到相应的外灾毁坏。也就是说，初禅有寻伺内火灾的缘故，就会招感外火灾，一直烧到梵世；二禅有喜受的内水灾，因此招感外水灾淹没二禅天；三禅有运转的风息，等同外风灾，所以会被风灾毁坏。

说到这里，有人会提问：第四禅天有怎样的外灾情形呢？

回答：第四禅远离内三灾的缘故，不会遭遇外三灾。

又问：如此一来，第四禅的器界是不是常法呢？

回答：不是常法，它随着有情一同生灭的缘故。第四禅天处没有总的地形，而是如同空中的星星，各有处所。当一位天人诞生时，就有一处宫殿随之而起；那位天人死时，天宫也随之坏灭。如是第四禅天的器界随有情的生而显现，跟以下色界、欲界的器界有所不同。人类共处在地球上，地球环境是人类共业所感，当一个人死去时，共业环境不会消失，它仍然存在。其他的欲天、初禅天、二禅天、三禅天也都是如此，唯独四禅天是自身所现，属于个人独有的器界，以器界不共故，不会有三灾毁坏共器的情形。

有关三灾的问题需要辨明的是：很多人以为在坏劫时三灾共同发生，之后世界空无，便是空劫，其实这一点并不成立。如上所述，六十四个大劫中，“七火一水”是前七个大劫的坏劫只发生火灾，到第八个大劫发生一次水灾，之后又是七劫火灾、一劫水灾，如此次第更替，一直到第六十四个大劫才发生一次风灾。也就是说，如果坏劫时发生火灾，之后就会有二十小劫处于空劫中，二禅以下的一切器情都不存在，经过空劫二十小劫后，再进入下一个成劫，即有情从二禅天陆续降下，一直到无间地狱出现第一个有情为止，一个完整器情的规模已具时，成劫结束。假使坏劫发生的是水灾，则三禅以下灭尽无余，经过二十空劫，到成劫时，三禅天的天人们逐渐下生，一直到出现无间地狱的第一个有情为止，即是成劫结束之时。如果坏劫发生的是风灾，在之后的二十小劫中四禅以下就全部成为虚空，由此再进入成劫，器界形成，第四禅天的天人们逐渐生到下界，当无间地狱的第一个有情受生时，成劫结束。

再者，劫末火灾毁坏大千世界的情形，是指大千世界所包含的二禅以下的范围全部烧尽。这就不止是烧毁一个小千世界的一千个日月、须弥山等，而是烧毁十亿个四洲、日月、须弥山、欲天、梵世等，三千大千世界里二禅以下的器界全部烧尽无余。

发生水灾时，也是整个大千世界范围里三禅以下的范围全部被水毁尽，即十亿个四洲、梵世等的规模，再加上所有的二禅天。发生风灾时，也是整个四禅以下三千大千世界范围里的十亿个四洲、日月、须弥、欲天、梵世、二禅天、三禅天等全部毁坏。

思考题

1、 学修无常法要达到怎样的修量？如理思维敬礼句的涵义，对此功德生起随学之心。

2、 简述以下空间状况：

（1） 三轮的形成过程；

（2） 金轮上的山、海，九山八海的位置，九山的体性、形量；

（3） 人类居处的位置，人间大河的由来；

（4） 日、月的位置、形量、作用；

（5） 四王天、三十三天、空居天的器界；

（6） 三界九地的状况；

（7） 三千大千世界的构成。

3、 简述以下时间情形：

（1） “劫”的涵义；

（2） 坏劫的开端，有情世间的坏灭次第、时间，器世间的坏灭次第、时间；

（3） 空劫的状况；

（4） 成劫的开端，器世间的形成次第、时间，有情世间的形成次第、时间；

（5） 住劫的开端，南瞻部洲人寿的增减次第，小三灾发生的时间、次数；

（6） 大三灾发生的时间、次第、涉及范围。

这就是说，当一大劫的坏期来临之时，内情众生自下界起次第空尽后，初禅天处以下将成一个有情也没有。此后，虚空中将渐次出现七日：以一日而枯死一切果木园林；以二日出，溪流池沼悉皆干竭，无有遗余；以三日出，诸大江河悉皆干竭；由四日出，无热恼大池亦尽干竭；以五日出，外大海水干涸一百由旬，渐次干涸二百由旬、七百由旬、一千由旬、一万由旬，乃至八万由旬，所余的水量又从由旬、俱卢舍起，终将干至连如牛迹中水也无遗余，而干涸穷尽；由六日出，大地包括雪山皆被烧燃；以七日出，须弥山王、四大部洲、八小辅洲、七大金山、铁轮围山悉皆烧燃，随后成一火聚向下旋烧一切地狱之处。火焰上腾，梵天诸空虚宫殿亦皆烧坏，光音天诸幼小天子悉皆惊怖，举声唱言“如此大火，炽然来矣”，尔时诸耆年天子安慰道：此火昔日亦至梵世，随后退没，勿得惊怖。

心要提示：

一、次第：从末至源，从表到里，由近至远。

二、细节：对于过程、相状、前后关联等都要精确掌握。

三、观修：心中的意向要达到非常确定、鲜明，犹如身临其境。

器世间是如何被七火一水毁坏无余的呢？从时间上，是器世间形成后，经历成劫，再经历住劫的二十个小劫，坏劫就来临了。首先，坏劫是以十九个小劫的时间空尽初禅天（包括初禅天）以下的有情界。“自下界起次第空尽”是指从地狱开始逐渐空尽，接着是旁生、鬼趣等逐渐空尽。后来，人间有一人自然入定，随后南洲的有情也逐渐全部上升到梵世，东西二洲也是如此；人趣空尽后，上界天趣的四王天乃至其余的五欲天也是经历类似的情形而空尽；此后，初禅的一位天人自然趋入二禅，随后其他天人们也逐渐升入二禅，一一情形如上所述。

“此后”是指坏劫的前十九个小劫空尽了初禅天（包括初禅天）以下所有有情界之后，接下来将发生坏灭器界的大灾难。先是发生火灾之前一直不下雨，使得一切果木园林等植物界全部枯死、焦坏。这种灾情非常惨烈，毕竟四大部洲都是由阳光给予热力、雨水给予润泽，放眼看去，山峰、平原、丘陵地带等原本充满了各种植物，如今火大炽盛、水大消减而失衡，整个四大部洲大大小小的园林，下至一花一草全都成了枯枝败叶，焦干得没有一点生气。事实还远不止如此，这种状况是在整个大千世界十亿个四洲中扩展，其中所有的植物全数枯死，连一根草都不剩。

以上是观想初度的灾情，由于连年干旱，使十亿个小世界完全变成寸草不生的大荒漠。之后又经过很长时间，以有情的共业力，有大黑风暴猛烈刮起，吹开深八万由旬的海水，并取出日轮宫殿放在须弥山半腰，离地四万两千由旬，安置在日轮运行的轨道中。从此，在天空中出现两日并行的状况，即“二日出现”。

当两个太阳绕须弥山双行并运时，向四大部洲放射的热量自然增加到两倍，这种灾情使得所经之处四大部洲的一切小溪流、小池沼等全部蒸干，一滴不剩。

我们观想火灾的灾情时，要把握“从末至源”的规则。雪山作为一切江、河、海的根源，其中有无热恼池，它是一切大江大河的根本。从无热恼池流出大江大河后，它们会分出支流，成为小的河流或池沼，这些江河都将汇入大海。当火灾发生时，轻则导致枝末的水流干涸，重则导致大江大河干涸，更重的灾难会使江河的根源——无热恼池干涸，进一步会使更深广的水藏——八海等全部枯竭。

我们还要更细节化地观察到，两个太阳共同炙烤着大地，使各种小水流日甚一日地减少，直到最后完全被蒸干，在整个四大部洲范围内再也找不到一条小溪、小河、小池塘。之前有水的地方变成了焦土、砂砾，每当起风，到处都是尘埃。严重的灾难使整个地面都是热气，除了大江河以外，一滴水都找不到。再扩展到整个四大部洲的范围，也都无不如此。因为两个太阳一直围绕须弥山运转，其他三洲的溪流、池沼等也必定干涸，只是时间早晚而已。我们还要想到，灾难是遍及大千世界这非常广阔的范围，十亿个四洲里的小溪、小河等都完全枯竭。

之后，经过漫长的时间，三日同时出现的情形就更为严峻。由于有情的共业力，有大黑风暴刮起，把深八万由旬的海水劈成两部分，从中取出日轮宫殿，放在须弥山半腰日轮运行的轨道里，从此，空中同时出现三个太阳。

三日绕须弥山运行时，就以三倍的热量照射四大部洲，使得大江大河逐渐干枯，过去汹涌奔腾的恒河、长江、黄河等都滴水不剩。比如，长江最深处约一百米，相当于几十层楼高，但这时只能看到高大的、干涸的山谷。而且，整个四大部洲乃至三千大千世界中十亿个四大部洲的大江河都是如此。

此后，在相当长的一段时间里维持着空中三日并照的情形。之后又有大黑风暴刮起，把八万由旬的海水吹开成两半，取出日轮宫殿安置在须弥山腰的日轮轨道中，于是，世界就有四个太阳照向大地，如同四个极度炽热的发光器，使无热恼大池逐渐干涸。之前大江大河干涸时，无热恼池的水位当然也会下降，但还不足以就此干涸，如今四日并照，即使是作为一切江河之源的大池也只能枯竭无余。

按照《长阿含经》记载，不仅无热恼池，包括世上所有的大泉源、大深池，例如深广达五十由旬的善见大池、阿耨大池、四方陀延池、优钵罗池、拘物头池、分陀利池、离池等，也完全干涸无余。我们对此一定要生起具体量的观想，按《俱舍论》所说，一由旬以十六里计算，五十由旬就是八百里深，相当于长江深度的四千倍。如是不仅世上最大的水库或蓄水池完全干涸，而且四大部洲所有的大水池也全都干涸，乃至三千大千世界里十亿个四洲中所有的大泉源、大深池等也不再有一滴水。由此应当体会，无常迅猛，导致水源断绝，海岸以上的水都被消减净尽。

四个太阳同时照射世间的状况又维持了很长一段时间。然而，坏劫的无常毕竟要逐步毁灭世间，于是，又以巨大的业力刮起大黑风暴，把深达八万由旬的大海劈成两半，从中取出日轮宫殿放在须弥山腰的日轮轨道中，世间就有五个太阳一时照射。

五日围绕须弥山运行，使四洲的大海水不断消减。先是蒸干一百由旬（大约相当于大海水量的八百分之一），逐渐又减掉了两百由旬，接下来又干涸掉四百旬、七百由旬、一千由旬，水位已经降得非常低下，于是出现了海岸的高山。之后继续消减一万由旬、两万由旬乃至八万由旬，直至海水基本见底。可以想见，当时整个世界的海面很快陷落，出现一座一座的大峡谷，只有极深的地方还剩下很少的由旬量、俱卢舍量的海水。水量继续消减，只剩下七由旬、六由旬、五由旬，甚至只剩下一由旬。再后来，海水消减到七多罗树高、六多罗树高，乃至一多罗树高。再减下去就只有七人高（大概是三层楼房的高度），乃至降到六人高、五人高、四人高、三人高、两人高、一人高（大约不到两米的水量）。之后继续消减，到只有腰部、膝部、踝部的高度。再消减到只剩下如牛脚印里的一点水。再继续减下去，最终完全干尽。

我们要从海水被蒸干一百由旬开始，观想逐步消减千由旬、万由旬、二万由旬、八万由旬的情形。还要意识到：原来浩大的海量如今只剩底层，这一点水再继续消减，就只剩几树高、几人高，再到只剩牛脚印里的一点水，之后继续消减而全部耗尽。而且，这是大千世界十亿个小世界里的水全都耗尽，九山之间的八海等全部消失。可以想象，十亿个小世界里的每个小世界都只剩下如同九个大沙堆般的九山。

五个日轮蒸干大地以后，世界在很长一段时间里都处在“大沙漠时代”。地面、八海等没有一滴水，不见一点绿色，山峦都成为大沙丘，只剩下孤零零的四洲和九山。但是，坏劫并没有到此结束，许久之后大黑风暴起，吹着海底沙尘分开来，又取出日宫殿安置在日轮道上，于是，世上出现了六个日轮。

六日炽烤大地，使得大地和雪山都燃烧起来。“包括雪山”，意为雪山原本寒冷，如今连它都起火，可见大地无处不燃烧。我们要细致地思维：大沙漠时代经过很长时间，整个世界的地表极其炽热，冒出很多热蒸气；之后，六日并出，四天下乃至八万天下的所有山——诸山、大山、须弥山王等都冒起了黑烟，整个世界乃至大千世界里的一切处都冒起烟来，犹如陶家最初烧陶时会燃起焦烟一般。这种连火带烟的初始状况是大火出现的前相，被称为“黑烟时代”。

这种六日炙烤大地的“黑烟时代”又经过很长一段时间。在业轮的运转下，大黑风暴再次刮起，由于已经没有了海水，大风直接吹刮着海底八万由旬处的沙尘，把海沙吹飘到两岸上（岸高八万由旬，现在居然把海底的沙都吹到了岸上，真可谓是狂风大作）。之后，大风取出日轮宫殿安置在须弥山半腰的日轮道中，从此，世间出现七日并照的苦难。

七个太阳并驾齐驱围绕须弥山运行，极大的热量烘烤世界，世界从黑烟时代进入烈焰时代，完全燃烧起炽盛照天的火焰，犹如陶家烧陶，灶里的火焰升腾、窜出一般，地大属性的山峰、地面等开始从表层烧到里层，火势越来越大。如果此时展望大千世界，不难发现须弥山王、四大洲、八小洲、七金山、铁围山等都燃起了熊熊烈火，而且不光一个世界，是整个大千世界都成为一片火海。

之后，还需要观想火焰下烧上腾、周遍焚烧的状况。先是全部的地面从表层烧到深层。这时，火焰从地面往下旋绕而烧，如同烧香一般从上往下不断地烧下去，一直烧到位于地下数万由旬处的地狱，乃至无间地狱处都燃起火焰，全都烧尽无余。

再者，以须弥山为中心，烈火从下往上烧，一直烧到忉利天宫。须弥山四层级药叉神所在的宫殿以及四王天的宫殿，过去是由福德力形成，如今福力消尽时，同样难逃这毁灭性的大火灾。灾难进一步波及到须弥山顶的三十三天，美丽天宫中的诸多园林、宫殿、城市，如善见宫、殊胜宫，城外的众车苑、粗恶苑、杂林苑、喜林苑、圆生树等，无不被烈火烧得一干二净。到此为止，地居天完全已经是劫火洞然的状况。之后，火焰继续上腾，烧到空居天，再一级级往上烧，夜摩天宫、兜率天宫、化乐天宫、他化自在天宫以及梵天宫殿，全都烧成一片洞然。

我们需要注意“火焰上腾”四字的涵义，这是指烧到梵天宫殿的情形，文字非常简要。如果将此进一步开显，其实是从四王天烧起，逐级烧到上面一层层的天宫。而且，下层天到海面的距离等于它和上层天的距离。譬如，四王天距离海面四万由旬，离上层三十三天四万由旬；三十三天距离海面八万由旬，离夜摩天八万由旬。依此逐级类推，相隔的两层天距离越来越远，然而，劫火炽盛，加上被大风吹飘上腾，还是会烧尽上一层天宫，再随火焰的进一步扩张而烧毁更上一层天宫。“诸空虚宫殿亦皆烧坏”，是指梵世的天人们法尔升入第二禅天，宫殿里没有一个有情时，劫火逐渐上腾到梵世，包括梵众天、梵辅天、大梵天等都被烧毁。

随后，风吹火焰上腾到光音天。那些新生的幼小天子们见到大火都惊恐地说：“大火炽然起来了！”有阅历的老天人们安慰说：“这样的火过去也曾烧到梵世，之后就停止了，不要害怕！”

如是，从四天下到梵处之间都是劫火洞然，须弥山王也渐渐倒塌，塌下去一由旬、一百由旬、两百由旬乃至七百由旬。大地和须弥山都被烧得不剩一粒微尘后，火势还会一直往下烧，烧穿三亿两万由旬的金轮；继续烧下去，地下深厚的水轮也被烧光；水下的风轮也很快被烧光，随后进入空劫时代。

（空劫持续二十个小劫后，这一大劫结束。）

坏灭器世间有三种情况：一、火灾；二、水灾；三、风灾，以上所述是火灾坏灭器界的情形。

接下来，新的一个大劫如何开始，世界如何重新形成呢？漫长的空劫之后，虚空中出现上达光音天的大黑云，黑云周遍降下如车轮般大的雨粒，如是在无数百千年中暴雨不停，水位便逐渐上涨，一直涨到无数百千由旬乃至光音天的天界。那时，有四种大风吹起，执持此水而令安住。之后，水稍微减下百千由旬，以至减下无数百千万由旬，水的四面有大风刮起，吹水动荡，鼓荡涛波，浮起很多水沫。水沫被风吹到空中，自然形成固态的天宫，有七宝校饰庄严，这就是新梵天天宫出现的因缘。

随后，大水退减到只有无数百千万由旬，在水的四面又有大风吹起，使水动荡、运转，如此鼓荡涛波后浮起很多水沫。风把水沫吹到空中，水沫自然坚固，形成天宫，七宝校饰庄严，这就是六欲天最上层的他化自在天宫。

下几层天宫的出现依然是这种方式：水又减到无数千万由旬，水的四面又有大风吹起，风吹水动，波涛荡漾，浮起很多水沫。风把水沫吹到空中，水沫自然坚固成七宝装饰严丽的化乐天宫。如是乃至形成七宝严饰的兜率天宫、夜摩天宫。

再说，由什么因缘形成须弥山、三十三天、四天王天、阿修罗宫殿，乃至山王旁边的七金山、铁围山以及各种山峰等呢？也是同样的方式。乱风刮起，吹着水沫，水沫自然坚固成须弥山，由金、银、水晶、琉璃四宝合成。之后，风吹水沫形成自然宫殿，这就是阿修罗的宫殿、四天王的宫殿等出现的因缘；乱风吹刮着大水沫，在须弥山顶自然形成七宝宫殿，这就是忉利天宫出现的因缘。七金山如何形成呢？也是乱风吹刮大水沫，在距离须弥山不远处化成持双山；接下来，乱风吹刮大水沫形成其他金山，出现持轴山乃至持边山等。此后，风吹水沫自然形成铁围山。

之后，又由乱风吹刮大水沫，形成一个月宫殿和七个日宫殿，都是七宝所成，杂色参间，（经一定的周期）被黑风又吹回到原处，这就是日、月宫殿运行的因缘。

此后，乱风又吹刮大水沫，自然变成四天下和八万天下。随后，乱风吹着大水沫，在四天下和八万天下自然变成大金刚轮山（又称大铁围山），边际无限，金刚坚固不可毁坏，即是大金刚轮山形成的因缘。再经过漫长的时间，有自然云遍满空中，周遍降下大如车轮的雨滴，于是，大水很快弥漫了四天下和须弥山等。乱风又吹地形成大坑，涧水都流进去而成为海，这就是四大海水出现的因缘。诸如此类，新的器世间形成，随后便进入又一轮的成、住、坏、空周期，成为又一个大劫。

如是七次火坏之后，二禅天处生水藏云故，大雨暴注犹如轭木、箭矢般，由此如盐溶于水般，光音天处以下悉皆消尽。

“如是七次火坏”，指从第一个大劫到第七个大劫都是以火灾来毁坏世间，此后开始由水灾坏灭世间。如上所述，劫火烧毁梵世宫殿，又被风吹刮上腾到光音天时，耆年天子们都说不要紧，火势必退等。的确，前七大劫火烧不到二禅天，因为二禅远离了寻伺。那么，二禅天是不是真正的太平世界呢？不是，他们内在有喜受的灾情，外在就会被水溶浸。

到第八个大劫，经历成、住以及坏劫的前十九个小劫后，大灾难降临二禅天。在这一周期中，会从二禅天宫起一直毁坏到下界。以业力因缘，上空出现水藏云，这突然出现的大黑云上至三禅遍净天以下，降落特别猛暴的热雨，而且是“犹如轭木、箭矢般”。以此缘故，包括光音天在内的下界器世间全部像盐溶于水一样消尽无余。

观修此段需把握两点：一、水灾毁坏世间的方式；二、水灾毁坏世间的次第。

在方式上，降下的大雨流纯粹都是炽热的水，热水沸腾起来，把天上的宫殿都煎熬净尽，毫无剩余。当时的相状犹如盐溶入水，倏尔化去，不留痕迹。《阿含经》中也说，比如酥油放在火里很快融化一般，由于水温极高、沸腾翻滚，宫殿刚一接触沸水就全部融解。又如同雪花飘入炽热的钢水，当下消融。

毁坏世间的次第是先坏光音天，之后，炽热的雨水溶浸梵世天宫，将其煎熬消尽。如是逐层往下，六欲天也都犹如酥油放入火中般次第消融坏灭：热雨水溶浸他化自在天，使天宫完全被消解得毫无剩余；之后溶浸化乐天、兜率天、夜摩天等，也都次第煎熬而消尽。再溶浸四天下和八万天下的诸山，七金山、须弥山王等也都煎熬而消尽，不剩分毫。到此为止，二禅以下都消融殆尽了。之后，地层都被融解，地下的水轮也融解，水下的风轮也融解。

随后，整个器界归于空无，进入空劫阶段的二十个小劫。

如是经历第八个大劫的成、住、坏、空之后，接下来进入第九个大劫，世界重新形成。同样是由大云降下大雨，水一直上涨到遍净天，又以四大风发起，吹水鼓荡涛波，浮起并积聚很多水沫。风吹水沫，在虚空中自然变成光音天宫，七宝严饰，这就是重新出现二禅天宫的因缘。再逐步往下，也是以类似的方式出现梵天的天宫、下界九山、八海等等，从而形成新的器世界。

思考题

1、 坏劫空尽有情界的具体状况如何？

2、 坏劫发生火灾时，空中渐次出现七个太阳次第烧尽器世间的具体状况如何？

3、 火灾后世界如何重新形成？

4、 简述坏劫时水灾毁坏世间的方式和次第。

5、 解释“七火一水”的涵义。

如是水坏满七次后，下基十字金刚杵形风轮上举，三禅天处以下如风飘散粉尘一般飘散而坏。如是一个三千大千世界中的十亿数的四大部洲、须弥山王以及诸天处所，一切同时坏灭后，最后一切成一虚空。

“水坏满七次”，指七火一水八大劫作为一个周期，每个周期的末尾一劫都是以水灾坏灭二禅以下的世界，这种周期满七次即五十六劫以后，又有七个大劫是以火灾毁灭世间，之后到第六十四劫，是以风灾来坏灭世间。

在第六十四个大劫中，经历成劫和住劫之后进入坏劫，坏劫的前十九个小劫仍然是空尽有情界，范围是四禅以下（不包括四禅）。当时，由于世间刚刚经历增劫，人们普行正法、修十善业，有人获得第四禅——舍念清净的禅定。他出定后高声宣布：我得到了舍念清净第四禅的安乐！其他人听后也修持第四禅道，命终生到果实天。那时，地狱众生受报完毕来生人间的，也修第四禅生到果实天。畜生、饿鬼、阿修罗、四天王乃至遍净天等有情，命终也生到人间，修第四禅而上生果实天。以此因缘地狱道尽，乃至畜生、饿鬼、阿修罗、四天王天，乃至三禅天等诸趣也都空尽。最终，人间也空尽无余，随后就开始发生大风灾。

对此需要把握两点：一、风灾毁坏世间的情形；二、风灾毁坏世间的次第。

先是下基金刚杵形状的风轮向上飘举，一直到三禅天，然后从上往下毁坏。最初毁坏时，风四处飘击，吹刮第三禅遍净天宫等，犹如大力士拿着两个金刚杵互相拍击，使两杵碎成粉尘那样，三禅天的宫殿也是互相拍击而碎成粉尘；之后，大风吹击二禅光音天宫等，各种宫殿也互相拍击而碎成粉尘；随后，风吹梵天世间，梵天宫殿也是互相拍击而碎成粉尘；再往下界，大风次第吹击他化自在天、化乐天、兜率天、夜摩天，宫殿和宫殿之间也是相互拍击而碎成粉尘。由此，空居天范围内的器世界全被吹散无余。

此后，大风吹击四天下和八万天下，使整个须弥、四洲范围里的大山等都被吹到虚空当中，高达百千由旬。山和山互相拍击而碎为粉尘，犹如大力士拿着轻飘的糠秕散在空中般，四洲、须弥、诸山等全部碎尽、分散。之后，大风再吹击大地使之散尽，又吹击地下的水轮、水下的风轮，使彼等也都次第灭尽。

到此为止，一个三千大千世界里的十亿个四洲、须弥山以及地居、空居诸天等都坏灭无余，四禅以下成为空无一物的虚空。

若三千大千器界尚有如此空尽之时的话，我等人身如秋日蝇，又哪有常存坚固呢？要由衷地这么想来修。

“秋日蝇”，指秋天的苍蝇，它微小、脆弱，稍微沾一点水就爬不起来，而且很快会被溺死。

我们可以对比观察：三千大千世界广阔无垠，有十亿个日月、须弥、诸山、四洲、诸天等，如此旷大的世界到最后却连一个微尘都剩不下；而我身处其中犹如一只小苍蝇或一个细菌的生命，是何等危脆无常！决定会很快死亡。

如果不在广大的背景下观察自身，我们会以过分的常执、乐执、我执把自己想象得非常强大，以为目前的时间很长，现世的意义很大。但是，经过之前的思维，有了大劫的观念，了解到整个世间的大无常相，了解到最终连一个微尘都不剩的状况，就不难认识到：自身只是在幻生幻灭轮回里一眨眼功夫的相续现相，哪有什么所谓的常、坚呢？

从前到后的整段引导都是要让我们生起一种定解。如上所述，既然大千世界能在经劫之间安住，一般人就会信任它常恒永固，永不坏灭——世上无数代人都死去了，它宛然尚在，当然是常；其他有情、无情都有生死、有变易，它却看起来比钢铁还坚固。然而，当最后暴露出大无常的苦相时，才发现这些都靠不住，相比之下，我是不是常？是不是坚呢？

如此浩大的世界，自己身处其中只如一粒细菌般渺小，相对于大劫的长久，简直是朝生暮死，倏尔而逝。由此不难认识到人身脆弱，心识依存在以业力幻出的身体上，只是轮回梦幻般相续中的一个小水泡，它能常存吗？它很快会被境缘的风吹灭，死缘来临时，心识就不得不离开。因此，我们要常常提醒自己：如此微小、短暂、细菌一样的生命状况，有什么值得执著？对这个小小的幻化躯壳拼命地保养、装饰、承事、满足它等等，把心力全部投注于现世法中，有什么重大意义吗？只能表明自己的愚痴罢了！

既然犹如大千世界里的一个细菌、一个浮泡、一只苍蝇，既然我这个微末的生命相比旷大的劫数来说只是刹那电闪，可我却对细菌、闪电般的现世光景有着极大常执，愚痴地认为生活有意义。如今，从本引导的前文一路学修下来，到此不难认识到这是多么颠倒、愚痴的幻想。

我得到的宝贵暇身犹如一线生机，又如旷劫难遇的极短片段，如果没把握好，它很快就会破灭落空；如果把握好，就能获得解脱，往生净土。所以，我一定要百倍珍惜这朝不保夕的生命，珍惜今生修法的机会，万万不可浪费。

有什么理由不珍惜呢？我是如此脆弱，而生命根本没有常、坚，因此就要时刻把握现前的机会努力修法。这也是思维器界无常后再返归自身而修习的一种非常重要的思维。

进一步修厌离

此处的引导对于我们厌离整个三千大千世界有着直捷的作用，同时它也最为现实，因为我们就生存在其中。每当想到三灾来临，所有植物、矿物、海水，乃至须弥山、各大山脉等统统毁灭，不仅人间全部毁坏，就连天界也都坏灭一空，就会感觉非常厌离。原以为是可依靠的安身立命之处，是具足实义之处，我们抱持各种幻想，做着各种美梦，然而，巨大的无常观将这一切彻底粉碎。所以说，无常犹如大锤，能锤碎一切贪欲、骄慢、散乱等妄念。

本引导中的无常大法非常殊胜，最初就把世间的由来、组成、内涵，以及上下级别、环境相等等给予透底的说明。这是佛语无上殊胜的正量，世间任何学问、宗教都无法企及，因为他们不能现量见。只有佛陀彻见事实，所说的一个词就代表一种真相，譬如，说“苦”即表明三界周遍是苦；说“无常”，是因为一切有为法决定无常，这些圣言量能为我们带来定解。

本引导就是在巨大的背景下，讲解世间从始至终的情形，因此很容易让我们生起厌患，并且来得彻底、全面、直捷。也就是通过了解无常的真相，会发展出长远的眼光——我要从中出离。我们会彻底断定：在世间无论怎样谋求，即使是谋求千千万万年，到头来还是什么都得不到；或者说，在世间无论建立什么，最终都要败落一空。

无常遍满整个世间，大三灾之相能够促使我们觉醒。连经劫安住的器界最终都毁灭得一尘不剩，我们在这短暂的时期、年代、世纪里出现的各种有为现相又有什么可靠呢？希求现世的有为现相又有什么意义呢？作为人类，虽然需要一些饮食、衣服、住所、医药等，需要依靠各种劳动来维生，但除此之外，的确毫无意义。世间处处宣扬的所谓快乐、永恒、实义等，其实全是欺诳。最终一切都将坏灭无余，何必对此世间抱持希望呢？理应发出彻底的出离心。

本法的四种外前行叫做“四部退心法”，一开始就把整个世间界全部明示出来，让我们从头到尾观察透彻。之后，我们才能对于世间的欲望、追求等退得一干二净，决定踏上出离之道，坚定地寻求解脱。

思考题

1、 简述坏劫时风灾毁坏有情世间的情形以及毁坏器世间的方式和次第。

2、 思维外器世间而修无常的总体理路是什么？如何归于自身而修？

丁二、思维内精华有情而修无常（讲记）

第二、思择内精华有情而修无常者，如此，上至有顶以下，下自地狱地基以上，一切有情没有一个能从死处解脱。《除忧书》云：地上或天中，有生然不死，见闻生疑否？如是般，有生者即有死的事情故，高层天世间以下，所谓此者生后不死者，如是见或闻乎。何需说呢，决定连生起彼“死或不死”的怀疑也没有。

继思维器世间的坏灭无常后，此处需要进一步思维有情世间的坏灭无常。

上至有顶下到地狱的最底层之间，欲界、色界、无色界的所有有情，没有一个能从死处解脱。即使是上界具威德、寿量长达数劫的天人们，到了死的分位同样无法摆脱死魔，一切有情界最终都要被死魔吞没，由此透露出三界巨大的苦相。生命如此无有实义，我们势必要一心归入法道，从坏灭、苦性、无实义的有漏法中彻底超出，得到解脱利益。

《除忧书》中说：在地上或天中，生而不死的事你见到过吗？听到过吗？怀疑过吗？的确，凡是有生就必定有死的事情到来，以此缘故，从高层天世间以下，所谓某人、某有情出生以后不死，这类的事岂可见或闻？不必多说，连“他死还是不死”的怀疑都不会有。这就充分证明：死是决定的铁律。

在缘起图中，阎罗王口咬以十二缘起相续而来的一切有情，显示着有为法的法性。配合有情界，可以说凡有生就决定有死，死亡必定在我们人人身上降临，不但人类，所有有情也都必然会死。从广大的天世界到地狱之间无数六道种类的有情，其中有一个生而不死的吗？有谁见到、听到过？由于从无始至无终，所有三有世间都被无常定律限定，没有反面的个例，因此，也没有机会生起“某人可能不死”的怀疑。

我们对此要产生深刻的定解：只要有生必定有死。也就是说，“生”没有自主，是由因缘和合而现，是随因缘而转，而因缘刹那不住的缘故，当因缘灭时，“生”便无法独立存在。任何生的现相都是由因缘力变现，决定没有住到第二刹那的能力；从迁流的相续而言也就不可能永远显现。总之，一切有生的有情相续，最终决定出现重大的死无常。因此，我们不难发现，一切有为法都没有实义。

这是总的思维内情世间无常。在观修时眼界需要开阔，需要观察到生的无义，从而一心求取不生不灭的涅槃之道。正如佛经所说：“诸行无常，是生灭法，生灭灭已，寂灭为乐。”这也是世尊过去用生命求来的法偈。我们思维器界无常之后，还要从有情界展开来，譬如，观察人间从古至今、从上到下，一切有情都在因缘结束时归于死亡，不可能再延续或重现。如果我们仍然以为有情界存在常有、实有，并缘此生起诸多贪嗔等，求取各种意义，岂不是很愚痴吗？

就地球而言，水、陆、空各类有情中，有的只有一眨眼的寿命，有的能活百千年，但所有的水族、野兽、牲畜、飞禽等没有一个例外，最终都会归于死亡。

而且，古昔的仙人们修长寿术，但没有一人能够永存；曾经出现过的所有转轮王、帝王、小王等，也没有一个不死。再观察上界天人们，他们也没有一个不死，只不过以更大的福业力或不动业力，出现更高级的、相续较长的生命幻相，但业尽之际都会一并消亡，连影子都不剩。下界的众生就更不必说，它们当然无法逃脱死魔。

也就是说，死是每个人都要面对的巨大苦事。如果今生不从中超出，就会一直被它控制，往后将有无数次生的无奈、死的痛苦。有漏生命的出生本身就是一种苦，因为不具实义且必将以死亡而告终。观察到有为法不可依恃的本性，我们就应当深生厌患，进而求取不生不灭、永恒法性寿命的圣法，并对圣法由衷地用心思维、抉择。以上是总的观修。

此处的抉择分为总、别两部分，“总”是抉择三界有情有生决定死亡，“别”是抉择南洲此时代的人类必定速死，而且死时不定。

以下就从特别的一分，针对自身进行抉择。只有抉择清楚，才能知道生命的走向以及无常的状况，从而及时采取面对的办法，对于我们而言，这一点非常重要。断定自己时时都可能死亡，先要从受生的处所和时代来抉择；还要进一步认识到，在寿量短促且寿命不定的状况下，时时都在趣向死亡，我们可以由此确认死时不定，并发起“现在就要修法”的决断。为便于学习以下一段，我们需要掌握这种理路。

特别是我等在南瞻部洲寿命无定之处，末世而生故，今唯速死。

南瞻部洲与其余三洲相比，是属于寿命无定之地。北俱卢洲决定一千岁，西牛货洲大致五百岁，东胜身洲大致两百岁，虽不绝对，但多数能得定限，唯有南瞻部洲人寿极其不定，劫初无量岁，劫末十岁。此地人们的心识转变极快，业力变化极大，感生的寿命非常不定，因此，此地也被称为“寿命无定之处”。在这一小劫当中，人寿从八万岁一直递减，减到百岁时释迦佛出世（寿量继续下减，就不再有佛出世，因为有情的恶浊太重，无法受佛教化），如今佛已灭度，处在人寿几十岁的末法时期，所以我们是“末世而生”。

也就是说，人寿由业来决定，寿命的长短取决于福德大小。从人寿八万岁不断下跌到二万岁以后，随着烦恼、业以及见解越来越粗重，人间的果报渐趋衰弱，人类的寿命也越来越短。如是五浊越来越炽盛，我们身处末世的共业中，当然不会例外，这一时代的我们，一般寿命不过百年，就如同处在身高约一米七的人群中，并没有出现三米高的人。而且，存在各种减寿因素的缘故，我们决定很快死亡，没必要去做长久的打算。

从最初生的夜晚，就开始与死越来越接近故，寿命无增而有减。而死主之魔刹那也不停，如西落阴影般越来越过来故，无法决定何时死及何处死，或许明天就死，或许今晚就死，或连现在呼吸出入间也没有不死的保证。

在抉择为决定速死后，进一步要认识到：我连今天不死乃至呼吸间不死的把握都没有，无常竟是如此紧迫。

自从我们投入母胎受生的第一个夜晚开始，犹如一支向着死亡靶心飞驰的箭，生命没有一刻能停。业力不断运行，生命之箭也越来越接近死亡。以此缘故，我们不足百年的有限寿命随着昼夜的流逝而减少，却没有一刹那增添，岂不是决定趋向死亡？

奔向死亡的另一种表述，可以说是死魔拿着钢刀刹那不停地朝我们奔来，他的速度非常快。犹如日暮黄昏，太阳西斜的光线照下，高大建筑物等的投影会越来越大，天地间很快就充满了黑暗。同样，死魔如阴影般不断朝我们靠近，他刹那不停、毫无情面地前来捉拿有情，他正开着最快的车子来到我面前，我作为“死刑犯”之一，正面临着死魔的缉拿。

还要思维：我连自己什么时候死、在什么地方死都不决定。可能明天就被死魔抓走，或者今晚就被死亡的绳索牵去，甚至现在呼吸之间，死魔突然到来，也都是说不定的。生命叵测，死缘的风刮来，我将会当场毙命，再没有存留的可能。我应该意识到：生命不定，时时都有死亡的危险。

学修本法，一定要摸清祖师引导的理路、脉络，这一点非常重要。一旦准确掌握，对于这条脉络上的细枝细节也就很容易全部领会，并能够从正反两方面去证成它，之后自然产生定解，得到祖师的心要。藏文原文都是一路到底的缘起理路，是殊胜的修心法，因此，我们要悟明缘起的秘密，确认心上的缘起。

以下通过三个层次——一正、一反、一正，把我们引入修心的正道。首先是“一正”，告知在正缘起上确认人命在呼吸间的理则，随后产生的心态应该是及时修法，断定自己的存活已经非常稀奇。这就是无常的心态和行为，它能真正有益于自己的修途。

反之，如果没确认到死时不定、人命在呼吸间，就必然被常执驱使，觉得现世法特别有意义，还要为此患得患失，持续散乱，没有几念能让心住在法中。因此，往往在忙碌此生无意义的活计之时被死魔抓住，无有逃脱之地，其实，这种结局恰恰来自于颠倒的缘起。

最后又是正说：通过以上正反两方面的理由，我们现在就应该修死想，尤其是思维死时不定、人命在呼吸间。具足这种正缘起，不被颠倒缘起的懈怠、推延等心态所转，我们才能及时趣入到修法当中。

以理路引导自心去认识、去确认、去断定，当自心如理变动后，就会自觉发起趣入法道的心。毕竟，具灵性的生命会选择对自己最有利益的方式，绝不会在认识它的虚假、诳骗、颠倒后还一如既往地糊涂下去。所以，通过认知来开启正见，指导自己的行为走上光明之路，这一点非常重要。

如《法句经》云：“明日死谁知，今当随应作，彼死主大军，与汝非为亲。”

再引经教来证明。《法句经》说：明天会不会死谁知道呢？今天该作的就要当天做到（也就是应该修法，争取用有限的光阴、极难得的机缘好好修法，以免枉度此生）。为什么现在就要做呢？因为死主阎罗王的大军队不是你的亲戚，他铁面无私，不会护佑你、轻饶你，他来到的那一瞬间决定会把你捉往后世。现在趁他还没来，就应该加紧修法，做应作之事。

对这一段，我们要把握正面的见解、心态、行为、结果四点。“明日死谁知”是见解。一般人会想：明天肯定不会死；而正确的想法是：明天死不死谁知道呢？应该会死。这种无常死想切近到说不定明天就会死，即是“见解”。以此见解会产生心态——“随应今当作”，今天我就要及时修法。由此自然发生及时摄取正法的行为，进而出现对临终有利的结果，或者使自己的未来取得实义。

“彼死主大军，与汝非为亲”，这两句含有很深的无常观念，用拟人的手法来表达深刻的心态。也就是说，在无常的铁律下，死主一旦降临，有情都无计可施，即使佛陀到来也无法遮止。死主大军不是你的亲戚，假使是亲戚，也许还可以贿赂、说情，但他是铁面的非亲者，谁都无法抵挡，所以我们不应存在侥幸心理。第六意识的颠倒心常常对抗法界规则，但在世俗谛中，无常贯穿一切，各种常执的幻想与假设、一厢情愿的认识等都无法逃避或抗拒它的到来，“非亲”二字就表达了铁律的无情。因此，死亡无法躲避，今天都有可能会死，要在死亡之前尽早、及时地开始修法。也就是说，以无常的见解会促进自己积极的心态和行为。

内心可以有一正一反两条缘起之路，我们现在的困局就是被自己无始以来串习的颠倒心态网所缠缚，时时走在颠倒路上，被违背缘起法则的愚痴心态所左右。通过学习这一段，我们应当了知，什么才是内心正确的走向。

怙主龙树云：“若其寿命多损害，较风激泡尤无常，出息入息能从睡，有暇醒觉最稀奇。”如所说般，人们贪著睡眠之乐而呼吸徐徐出入之间，也无不死的决定故，彼中未死而安然醒觉也是应持为稀奇的自性。

怙主龙树菩萨也说：我们周围有无数损害的因缘，寿命又是这般脆弱，以至于它比风吹水泡还要无常。又如广场中央的一盏油灯，一阵微风都能把它吹灭，我们的生命也同样是如此不堪一击，死缘现时，当即毙命。比如，在我睡眠时，别人稍微做一点动作，捂住我的口鼻，断绝我的气息，我就会死掉。而我昨晚在酣睡之间，能够一口气进、一口气出地连续那么多次，之后竟然还能醒来，还有闲暇，这实在是极为稀奇的事。这就是说，人们贪著睡眠的安乐，但在徐徐呼吸间并没有不死的决定性，经过那么多次呼吸，竟然还能安然醒来，真是太稀奇了！

龙树菩萨的教导关键在于“最稀奇”三个字，这是在确认“死时不定、人命在呼吸间”之后，出现的一种特别心态。这种心态是如何生起的呢？“故”字之前是真实的无常状况：人命只悬于一口气间，呼吸一旦中断就会死亡，而在睡眠中，呼吸了几千次，都没被切断，等于是逃过了几千次的劫难而安然醒来。由于有随时会死的定解，所以他醒来后会意识到：真稀奇啊！像是躲过了枪林弹雨，每一次都幸运地逃过死关，今天我竟然还能醒来！

譬如，一个人在战争激烈的前线，几千次都没被枪击或被炸弹轰炸等击中。事后，他会由衷地思维：真稀奇！一枪都没打中，我居然活着出来了！文中就是表达这个意思。同样，我们只有生起不同于世人的无常见解，内心真正认可后，才会由衷地感到稀奇。这时，不再是口头重复，而将具备真正修法人的特别心态，真正具备无常的观念。

普贤上师说：你应该把安然醒觉持为稀奇的自性。也就是常常要处于念死无常的心态，感觉能在睡眠中醒来已经非常稀奇，但是难保今天不死，因此要赶紧修法。相反，常执心会认为：我今天肯定不会死，醒来是正常的，就该醒来。如果是这种心态，被常执欺骗，不感觉死亡正在降临，他会一直忙碌今生活计，做些无意义的事。

总之，“持为稀奇的自性”是正面的心态，因为实在很难越过一个个与死亡交锋的时刻。我们理应认识到生命叵测、旦夕难保，死主的流弹时时都有可能射中自身，因此一定要及时修法。用“持”字来表达一定要受持这种心态：活着很不容易，能这样一刻又一刻不死极其难得。原先感觉活着才是正常，有什么稀奇？世上的人都不会死，上午在的人下午肯定还在，今天在的人明天肯定还在等等，其实这些都是常执的颠倒看法，必须纠正。

是故，由于我们现在只是有某时要死的想法，然而心中未生死时无定的想法故，唯一以常执在对生计患得患失中散逸。正耽著于成办此世的身乐、心喜、名誉这三者的勤作时，突然死主魔执持黑索、牙咬下唇、露出獠牙而到来时，勇士之军、帝王之力、富豪之财、智者之辩、美女之色、疾足之驰，任何皆无所益。纵入无缝小铁箱中，以勇敢之士持锋利之器，数十万人，剑端、矛尖皆向外后围绕而住，亦丝毫不能守护和遮蔽。死主阎魔他以黑索系其颈上，面色青青的、白泪涟涟的、以头和手足五体晃荡的同时，于后世的大道中带走外，以勇士无可争之地，以帝王无敕令之所，以财食无欺诳之处，无逃避处，无隐藏处，无归无救，无怙无援，无方便大悲可施。纵药师佛亲临，也于命尽之死无力延缓。

总的来说，上一段与这一段分别讲到了正反两方面的缘起运行。明行系统就是在生起正见后，以正见发起正确的心态、行为，从而得到好的结果。也就是说，我们必然速死、死时不定，这个世界、时代充满了各种死缘，根本无法预料什么时候会死，有了这种观念才能生起紧迫感，想要赶紧做好当天应作的事，从此使心入于法行的轨道，修习对死有利益的正法。然而，如果尚未生起这种正见，就必然依随无明的力量运行在颠倒的轨道里，出现颠倒的心态、行为和结局。文中“是故”就是从反面讲述必然的因果关系，需要我们领会普贤上师继正面之后的这一段引导。

从最开始的见解上如何颠倒，到如何以此引起颠倒的心态、行为和颠倒的结果，普贤上师都指示得非常清晰，我们对此确认以后才能知道该何去何从。既然朝往这条路走决定是这样的结果，当然我们不愿随顺颠倒，我们要回转心意，开始修持对命终有利益的正法，不再荒废难得的暇满。

接下来我们就依随祖师的引导来认清四个环节：其中，“故”字以上指见解没有转变，还处在常执当中；“故”字以后，“常执”、“患得患失”等是颠倒的心态；“散逸”是颠倒的行为；“突然”是必然的结果。之后的“无所益、无归、无救、无力延缓”等，表达了在死亡降临时一切都派不上用场。如果以常执来营办此生事务，那一定是一条由无明引起的颠倒路线。

检查下来，我们有什么颠倒见解呢？自以为已经具备某时一定会死的想法。其实一般人都知道自己会死，缺乏的是今天必死的观念，也就是根本没有生起死时不定的观念，没有观察“我今天一定会死”或“多半会死”。这就是见解尚未转变，整个一套身心系统未以正见摄持。在这种状况下，自以为在修法，实际处处落在常执中，它成为内心的元首，成为一切心态、行为的发动者，占据了内心王国的主宰地位。就这样，我们被常执大魔牢牢地控制着。

常执是什么样的心态呢？是生起“今天决定不死”或“多半不会死”想法的心态。以执著不死的这种常执，就会为了在现世中更好地生活而多番筹备，却丝毫不去筹备有利于后世的事。他会对这一世能否满意地活着有着极大的得失心，只想要争取更好的现世法，恐怕失去或比不上别人。他的心态几乎百分之九十九都落在这方面，他的行为或身口意也就一直缘现世法而散乱、放逸，几乎没有几个念头专注于正法。

这种行为的结局如何呢？我们以颠倒常执，一直执著不死，丝毫不为死亡做准备，却并不会遮止死主突然降临的情形。因为，在此业力不定的南瞻部洲，出生于末世的人，必定寿命极短；再者，自己的心念极其快速、颠倒，业力非常深重，很容易刮起业缘之风，导致死亡马上降临，这种结果一定会在我们身上出现。然而，由于生前并没有修习正法，而正法以外的一切又都没有利益，所以死魔决定会迅速夺去我们一世的暇满，把我们推入深不见底的恶趣险地。这种被常执蒙骗后最终暴露出来的大结局，值得我们所有人提前有所警觉。

如果认为一时还不会死，当然就会为现世存活做种种准备。每个人都有私心，内心最根本的愿望都是为了自己幸福。比如，现代标榜的现世幸福就有三大要件：一、身乐；二、心喜；三、名誉。从个人而言，身体一定要很快乐；心情要很喜悦；而且生活在社会团体中，在大众面前要有很好的名誉。总之，奔忙、追求现世法就是为了成就这三件大事。

身体方面要有感官享受、五欲之乐，包括吃好的食物，穿漂亮的衣服，住舒适的房屋，还要拥有各种高级设备等等。为了吃一顿美餐，会花很多时间去做；为了享受感官盛宴，会花好几个小时看电视、电影、上网；为了身体舒服，会装修房屋、配置愉悦感官的诸多家具；成年之后还要享受男女性欲等等，为了这些身乐，人们会非常勤奋努力地争取。

同时，要求活得心情舒畅、愉快。在任何时处都讲究悦意，要满足自我，不能有忧苦、压迫，任何人都要尊重我，适合我的心，让我得到内心的愉悦等。

再者，我要有很好的声誉，得到大家的赞赏，或者有很大的知名度，要做某某领域的成功人士、顶级人物等。这些就是为了名而追求，想脸上有光，在人群里特别荣耀。

如果认为不会死，在世上还要活很久，又认为这三法都是有实义的，以此颠倒心态当然会发起行动，致力于求取和成办现世三大幸福要件，一直耽著不舍，这些都是以常执引起的极其细密、频繁、强大的颠倒运转。如此一来，被常执蒙蔽自心，自己沉湎其中，但是并不能改变无常迅速的本质。当我们正对于成办此世而忙碌、耽著不舍时，死主突然就会降临。

“死主魔执持黑索”，“黑”比喻衰败、苦难，“索”比喻无法脱出，当死亡降临，业轮旋转到死亡位时，根本没办法挣脱。“牙咬下唇、露出獠牙”，比喻我们不得不接受的巨大惩罚。死主到来时，任何世间法都没有利益。

平日在生时，好像有通天的本事，什么都能运转。譬如，拥有勇士大军的我，假设谁敢捉拿，我一定把他们灭掉。但是，到了临终，却挡不住死主的捉拿。即使拥有帝王的权力，能下一道圣旨马上挡退敌军，此时却无论如何都挡不退阎罗王的捉拿。即使拥有富豪的大财，拿得出几万根金条，却无法贿赂死魔王而免遭捉拿。即使拥有智者的雄辩，在各种场合里都能驳倒对方而大获全胜，能不吃官司，能不受惩罚，然而面对死亡却丝毫派不上用场。或者，拥有国色天香的美貌，可以使出美人计蛊惑对手而取胜，但却不能使死主放自己一马。或者，平时有飞毛腿的奔跑能力，善于逃避、躲闪，但面对死主的到来，也都没有任何利益。总之，面对死亡，凡夫毫无退却的能力，死亡不是以力量可退，也不是以财富可退，也不是以速走就能逃脱等等。

继续观察：如果我能躲进一个没有缝隙的小铁箱里，再雇几十万个勇敢之士，他们握持锋利的武器，剑端、矛尖都直指向外，并且团团围绕而住，这样一来，是不是阎罗王的“警察”就抓不到自己了呢？按一般情形，世上的敌人根本没办法穿过这重重的保护圈，并在小铁箱里抓到我，但实际上，面对阎罗王，这些守护根本不成为丝毫的遮蔽或障碍，因为他无孔不入。无论在海下、山尖、空中任何地方，一旦死亡的业力来临，他当即就会把我们抓住，拽到后世的道上。什么原因呢？因为死亡是在我们的身心上发生，身心则是随着死缘的到来而殁世，外在的任何武装都不可能守护或遮止，阎罗王当即就可以摄持人心，把神识从身体中拎出来，无论我们有多么不想离开现世，都不得不在瞬间死亡。从这种无可抗拒性，我们要深刻了知，一切现世法在死时没有任何利益。

再观察：下一步的结局如何呢？有着无碍入心本领的阎罗王当即“用黑索系在脖子上”，这表示攫夺心识。人们做不到丝毫抵挡、防御，就这样乖乖地被拉走。彼时的情形又如何呢？有身心两方面的状况：外在的表现是脸色转青，眼中白泪涟涟，之后神识恍惚，识的显现马上就要隐没而去往后世。在这四大分解之际，感觉头和手脚五体都在晃荡，现世的显现也不再稳定而马上消失。与此同时，自己被牵入后世的大道，今世任何人物的任何做法都没有利益、无法挽回，无论身处哪里都无法逃避、无所救援。也就是说，当可怕的死亡降临时，人们都无计可施。

文中描述到，再多的勇士也没有可争之地了。在生时有块地方，勇士们可以发生争夺，但是到了死亡的一刻去哪里争呢？一切显现顿时隐没。再者，帝王也没有可以下命令的地方。在现世可以下令禁止敌军入境，可以下令抵挡，但在死的时候，一刹那间一切消失，即便是帝王又能如何下令呢？再者，以财食无法也欺诱死主：平时为了打通关系，可以送礼贿赂、宴请，使对方一时糊涂而放过自己，但在死时，财食根本起不到贿赂的作用。

再者，此时心识瞬间离体，被带入后世，在这刹那之间哪里可以逃避呢？哪里能躲得过去呢？好比说，把油灯安置在何处才能遮止最后的熄灭呢？在世时或许还能依靠帝王、山神或权力、财富、世间手段等各种神、天的力量，死时如果没有佛法作为依怙，的确就没有归处、没有救护、没有依靠、没有救援，也没有方便和大悲可以施展的地方。纵然药师佛亲自降临，对于命尽之死也没有力量延缓一个刹那。

由此可知，如果一直忙碌现世法，根本不去关注迅速降临的死亡，也就没办法改变无常突然显现的事实，无论如何，它迟早都会在我们身上出现。我们千万不要等到那时才知道后悔，因为在那种情况下，再做什么都没有用了。如此从前观察到后，就应该及时觉醒，应该改变常执所导致的各种颠倒心态、行为，以及这一生的错误投资。这就是第二度的引导。

通过以上从正反两方面的指示，我们就可以观察到黑白分明的两条缘起之路，接下来，普贤上师给予最后的教导。

故现今立即不为懈怠、推延所转，而须修一个对命终决定获益的真实圣法。由衷地修习此想。

所以，现在就要立即不被懈怠和推延所转，利用难得的暇满人身，修一个对命终决定有利益的真实圣法，这是心中必须要发起的决断。修无常有三种决断：必须修法、必须当下修法、唯一法有利益，由此才能使我们今世的暇满人身唯一用于正法，这就是修行无常需要达成的结果。

在《增一阿含经》中有一段切实的教导：

当时，世尊告诉诸比丘：“你们要修行死想，思维死想。”

于是，座中有个比丘秉白佛说：“我是常修行、思维死想的。”

世尊问：“你是怎样思维、修行死想的？”

他回答说：“思维死想时，心想自己只能活七天，由此思维七觉支，在如来法中多作饶益，死后就没有遗憾。世尊！我是这样思维死想的。”

世尊说：“停住！停住！比丘！这不是在修行死想的修法，这叫做放逸之法。”

又有一个比丘对如来说：“我堪能修行死想。”

世尊问：“你是怎样修行、思维死想的？”

比丘回答：“我现在是这样思维：自己只能活六天，我要在这六天里好好思维如来的正法，之后受取命终，这样就能有所饶益。我是这样思维死想的。”

世尊说：“停住！停住！比丘！这也是放逸之法，不是思维死想。”

又有比丘对佛说：“我想自己能存在五天。”又有说四天、三天、两天和一天的。

当时，世尊对比丘们说：“停住！停住！比丘们！这些也是放逸之法，不是思维死想。”

那时，又有一个比丘对世尊说：“我能堪任修行死想。”比丘对佛说：“我是这样思维的：我今天会死。我到了预定的时间，就搭衣持钵入舍卫城乞食，乞食完毕就出城回到住处，我会在静室中好好地思维七觉支，准备随后受取命终，我是这样思维死想的。”

世尊说：“停住！停住！比丘！这也不是思维、修行死想。你们诸比丘所说的都是放逸之行，不是修行死想的法。”

这时，世尊再次告诉比丘们：“如果有人能做得像婆迦利比丘这样，就叫做‘思维死想’。这位比丘是思维死想的好榜样，他厌患此身恶露不净。他思维死想时一心系念，心不移动。他想：‘在出息入息之间，呼吸往返的时候我就会死，所以要在此程中思维七觉支，以求于如来法中多所饶益。为什么呢？因为一切诸行都是空、寂灭，所起的和所灭的都是幻化，没有真实性。’所以，比丘们！应当在出息入息之间思维死想，则能解脱生老病死、忧愁苦恼。比丘们！你们要这样来修学。”

思考题

1、 如何总的思维内有情世间的无常？请详述抉择的理路、所要产生的定解。

2、 如何特别思维南瞻部洲的人必定速死、死时不定？请详述抉择的理路。

3、 细致思维普贤上师正反面的引导，反复观察正缘起的见解、心态、行为、结果，以及颠倒缘起的见解、心态、行为、结果。在认清这两条路线后，我们该怎么做？

4、 对于人命在呼吸间，应如何抉择、思维而修？