

# 第三百四十八讲 《大圆满前行引导文》讲解之六十一

我们本节继续学习大圆满前行引导文。

莲花生大士曾经说过这么一段话，看着日日、月月、年年的时光荏苒而去，一步步逼近死亡，你难道不会感到绝望吗？

每个人都会毫无预警地死去，你怎能满足于此？当死亡到来之时，子孙和财富毫无用处，你怎能满足于此？伴随你的，除了善行和恶行之外，什么都没有，你怎会如此有自信？

莲花生大士一番话，直接尖锐地点破了我的最大的愚痴。我们对死

亡的态度，就是我们的最大愚痴所在。人这一生要面对的最大的无常是死亡，这是充满不确定性的人生中唯一能确定的事情。有生就有死，从出生的那一刻起，我们便在一步步趋向死亡。虽然行持善法以及使用某些技术、药物等有助于延长寿命，但是大的趋势是无法改变的。延

年益寿或许是可以办到的，但是免死是绝对不可能的事情。死亡是必定的，没有人会天真到以为自己能永生不死。但既然没有足够的福报做到长生，更没有能力阻挡死亡，我们却为什么一再拖延，总是避免去考虑死的问题？或许是一贯的人生态度在影响我们，大家对死亡这

件事情不都是避之唯恐不及的吗？不要说思考，就连偶尔谈论这个话题，都会被 认为是不吉利的。通常我们对令自己恐惧的东西，本能地会去逃避，扭头便 跑，多一眼都不看。对待死亡，我们就是这样的。

为什么我们会这么怕死呢？恐惧可以来自了解，

也可以来自无知。如果对死亡的恐惧是来自了解，知道死会带来怎样的痛苦，所以才如此强烈地惧怕死亡，那么我们每个人想必都亲身经历过死亡。死亡痛苦的记忆那样深刻，以至于对它的恐惧成为一种本能。但是我们过去世的死亡过程，已经全盘忘记了。而现在世我们也

不可能经历死亡，只能说有可能有过看到别人死亡的过程和经历，但是也是非常片面的部分表面的经验，不可能真正知道死亡的全部过程。真正的四大分离的痛苦，中阴的恐惧，我们并没有机会经历。在佛法当中，尤其是密法独有的中阴教法，对死亡过程有精确的描述，而这也

只能让我们了解到经历，却不是感受，我们对死亡的深度恐惧是直接的感受连接的。况且，这个世界上大多数人都没有接触过中阴教法，他们无从知道死亡的详细过程，却也依然怕死。所以，如果说我们对死亡的痛苦有所了解的话，这个了解不大可能是单纯来自于知识。



另一种情况，对死的恐惧不是因为尝过它的苦头，知道它有多可怕，而是因为无知，恰恰是不知道死后的陌生的世界，该如何独自去面对，所以会胆战心惊。其实，对陌生环境的恐惧，我们都或多或少有这方面的经验，不过我们会尽量先提前了解那个新的

环境，以减少自己的惧怕焦虑。可惜现代社会关于死亡的教育太少。我们的生活中很多事情并不会一定发生，但我们却为了这些事情而作了很多学习和训练。死亡是一定会发生的，却没人教你应该怎么做，在内心深处，我们知道自己还没有准备好，所以那么恐惧，想尽办法

逃避。佛陀说，人在爱欲中，独生独死，独自面对死亡，意味着现在的一切，家庭、工作、地位、财富，一切我们努力经营、积累，希望能帮我们抵御无常的东西，在死亡面前都无能为力。临命终时，多少权势财富声名也换不来哪怕一天的寿命。家庭亲友，感情再深，谁也

不能替谁去死。失去整个生活，乃至这副躯体，所有珍惜的东西都会失去，什么也抓不住，什么也带不走。对现世的深深执着，加剧了对死亡的恐惧，事实上，也增加了死时的痛苦。

我们通过对死亡的学习，要非常明白我们现在的问题所在。我们大多数

人，是无知者无畏，直至死亡现前，才明白自己面对的是何等的恐惧。而我们现在的气定神闲，我们现在对那些敬畏死亡的修行人的无视，实际上是我们的愚痴和无知。

本节的分享就到这里，  
感恩大家！