# 系列二.大圆满龙钦宁体前行实修引导讲记二·寿命无常

[1] import TOCInline from ‘@theme/TOCInline’;

目录

[2] import Mypara from ‘@site/src/components/myp’;

[3]

| 课时 | 文档 | 音频 | 视频 |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | [前行实修引导之法轨—无常引导01.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc01.docx) | [前行实修引导之法轨—无常引导01.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc01.mp3) | [前行实修引导之法轨—无常引导01.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/《大圆满前行引导文》第58讲晋美朗巴尊者《实修引导法轨》第01讲無常（益西彭措上师）2016%5bSVWUQP4cUGw%5d.mp4) |
| 2 | [前行实修引导之法轨—无常引导02.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc02.docx) | [前行实修引导之法轨—无常引导02.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc02.mp3) |  |
| 3 | [前行实修引导之法轨—无常引导03.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc03.docx) | [前行实修引导之法轨—无常引导03.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc03.mp3) |  |
| 4 | [前行实修引导之法轨—无常引导04.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc04.docx) | [前行实修引导之法轨—无常引导04.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc04.mp3) |  |
| 5 | [前行实修引导之法轨—无常引导05.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc05.docx) | [前行实修引导之法轨—无常引导05.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc05.mp3) |  |
| 6 | [前行实修引导之法轨—无常引导06.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc06.docx) | [前行实修引导之法轨—无常引导06.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc06.mp3) |  |
| 7 | [前行实修引导之法轨—无常引导07.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc07.docx) | [前行实修引导之法轨—无常引导07.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc07.mp3) |  |
| 8 | [前行实修引导之法轨—无常引导08.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc08.docx) | [前行实修引导之法轨—无常引导08.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s2/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%ae%9e%e4%bf%ae%e5%bc%95%e5%af%bc%e4%b9%8b%e6%b3%95%e8%bd%a8%e2%80%94%e6%97%a0%e5%b8%b8%e5%bc%95%e5%af%bc08.mp3) |  |

## 01

[4] 按照晋美朗巴大祖师的宗轨，在外前行第二部分思维寿命无常的修法里，首先要思维外器世间的大无常相。也就是按照经教，了解到我们以为似乎恒常永固的须弥山、四大洲、天界，乃至整个铁围山所包括的上下所有境界，到坏灭时经历“七火一水”等的大灾难，最终连微尘也不剩，对此生起厌患之心。

### 三灾和三恢复

[5] 修持方法首先应了解《阿含经》所记载的世界坏灭的情形。这是佛亲见后为我们详细指点，一一道出事情的经过，所以，我们依靠佛语能显示出具体的景象。这里世尊一段一段地引导，首先指示整个状况，然后告诉我们有为法深可厌患，应当寻求解脱之道，来引发我们的出离之心。只有这样很细分地一段一段了解坏灭的苦相，我们才会有无常的见解。

[6] 首先，从最庞大的整个世界坏灭无余的状况，让我们一下子清醒地认识到，目前危脆的人身很快就要消失，必须抓紧此次机会寻求解脱。再者，这种非常充分、现实、肯定地观照，会让我们警醒到世间没有任何有实义的法，由此产生出离的见解和行为。我们在出离上是不断定的，以为可出可不出，还可以追求一些世间法，这是在见解上连小乘最基础的无常正见都不具足所导致的，无法将心引入到后世以上的法道中。所以，现在必须先建立共小乘道最重要的一个见解——无常见。

[7] 下面我们跟随《长阿含经》里世尊的圣言量，来展开思维的前奏。

[8] 佛告诉比丘：有四件事非常长久，无量无限，不能用日月年数来计算。是哪四种呢？第一、世间灾难渐渐发起，损坏此世间时，中间的历程非常长久，无量无限，不能用日月年数来称计；第二、此世间坏后，中间很长的空旷期没有世间，极其长久，不能用日月年数来计算；第三、世界最初形成，在快要形成的阶段，中间很长久，不能用日月年数来计算；第四、天地形成后很长时间安住不坏，不能用日月年数来计算。这叫“四事长久，无量无限，不能用日月年数来计算”。

[9] 佛告诉比丘：世间有三种灾难，哪三种呢？火灾、水灾和风灾。这三种灾难波及的最上边际是什么呢？一、光音天；二、遍净天；三、果实天。火灾发起时一直烧到光音天，以光音天为边际；水灾发起时一直淹没到遍净天，以遍净天为边际；风灾发起时一直吹到果实天，以果实天为边际。

[10] 什么是火灾呢？火灾才开始要发起时，世上的人们都行持正法，正见无颠倒，修持十善行。正当行此法的时候，有人证得第二禅，就上升于虚空，住在圣人道、天道、梵道中，高声唱言：诸贤者！要知道无觉无观的第二禅很快乐！第二禅很快乐！（“无觉无观”指无寻无伺。）这时，世间人听到此音声后，仰头对他说：善哉！善哉！唯愿为我解说无觉无观的第二禅道。当时，空中人闻到声音后，就给他解说无觉无观的第二禅道。此世间人闻到他说法后修持无觉无观第二禅道，身坏命终就生于光音天。

[11] 当时，地狱众生罪业完毕命终来生人间，又修无觉无观第二禅，身坏命终生光音天。其他畜生、饿鬼、阿修罗、四天王、忉利天、焰摩天、兜率天、化乐天、他化自在天、梵天的众生命终来生到人间修无觉无观第二禅，身坏命终生光音天。以这个因缘地狱道空尽，畜生、饿鬼、阿修罗乃至梵天都空尽。在这时，首先地狱尽，然后畜生尽，饿鬼尽，阿修罗尽，四天王尽，忉利天尽，焰摩天尽，兜率天尽，化乐天尽，他化自在天尽，然后是梵天尽，之后是人类空尽，无有剩余。当人类空尽无余后此世界败坏，乃成灾难，这以后天不降雨，百谷草木自然枯死。

[12] 佛告诉比丘：从这样的转变现象要知道，一切诸行无常，变易朽坏，不可依靠。这些因缘合成的有为法都是很可厌患的，常常要寻求从世间超出的解脱之道。

[13] 那以后又经过很长久的时间，有大黑风暴剧猛发起，吹动大海水，海水深八万四千由旬，大风把海水劈分成两部分。然后取着日宫殿，放在须弥山的半腰，离开地面四万两千由旬，安置在日轮运行的道中，因为这个，世间出现了两个太阳。这两个太阳出来以后，使得世间所有的小河、汱浍、渠流皆悉干枯。

[14] 佛告诉比丘：从这一点要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法深可厌患，应当寻求从此世间解脱的道。（这就看到，两个日轮出来时，世上的小河、溪流等全部烧枯竭了，原先看起来世上有很多小河、渠流等，在此时一点不剩了。这些由因缘暂时显现的现相只是虚假幻影，会变易、会朽坏，无法依靠，所以，我们的心不能耽著在这上面。一切有为法都像这样有变坏的苦相，令人厌患，应当从这样苦的世间中寻求出离，修解脱道。）

[15] 之后又过了很长时间，有大黑风暴强烈刮起，使得八万四千由旬深的海水吹开成两部分。取出日宫殿，放在须弥山半腰，离地四万两千由旬，安置在日轮道中，因为这个，世间出现了三个日轮。当三个日轮出现后，这世间的大水，像恒河、耶婆那河、婆罗河、阿夷罗婆提河、阿摩怯河、辛陀河、故舍河等全部干枯，没有一点剩余。

[16] 从这里知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都特别可厌患，应当寻求从此世间度出的解脱之道。（这要知道，当三个日轮出现时，像印度的大恒河，中国的长江、黄河、珠江、雅鲁藏布江，或者世界上的各大河流全部干涸了，一点不剩。原先河流是此世间一大景观，到此时都滴水不剩了。像这样，有为显现的暂时一度的现相，实际并不是什么安乐，它是坏灭的自性，是很可厌患的。一旦看到世间是毁灭的相以后，我们应当尽早从中出离，寻求永久安乐之道。）

[17] 之后过了很长时间，又有大黑风猛烈刮起，把深八万四千由旬的海水吹开成两部分，取日宫殿放置在须弥山半腰，安置在日轮运行的道中，因为这个，这世间有四个日轮出现。四个太阳出来后，世上所有的泉源、很深的水池，善见大池、阿耨达大池、四方陀延池、优陀罗池、拘物头池、分陀利池、离池等，长宽各五十由旬的大池全都枯竭了。

[18] 从这里要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都很可厌患，我们应尽早寻求从有漏世间超出的解脱之道。（这里要知道，过去能看到世上有很多大池，像善见大池、无热恼大池等等，从这些大池里会流出江河等。然而，现在不仅世上的江河全部枯竭了，连这些大池都滴水不剩，可见世间完全是苦恼相，毕竟没有实义可得。所以，我们在了解无常后，要对此世间生厌患，不要贪著，一心利用此世的暇满来获证解脱。）

[19] 之后过了漫长的时间，又有大黑风猛烈刮起，吹着大海水分开成两部分，取日宫殿安置在须弥山半腰，安放在日轮运行的道中，因为这个，世间有五个太阳出来。当五个太阳出来以后，世界极其酷热，大海水初步减掉一百由旬，逐步发展到减掉七百由旬。从这个现相可知，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都是很可厌患的，应当寻求从苦的世间度出的解脱之道。

[20] 这时候，大海稍许枯尽一部分，逐渐剩下七百由旬，再降到六百由旬、五百由旬、四百由旬乃至剩到一百由旬。从这里知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都特别让人厌患，应当寻求从世间度出的解脱之道。

[21] （这就可以看到，本来是非常深广的大海，当五个日轮出现时，海水开始逐步蒸干，先是蒸掉一百由旬，逐渐蒸掉七百由旬，海水逐渐减少，并不是原来那样充盈的状况，一去不复返了。之后继续损减，减到海水只留下七百由旬、六百由旬，乃至一百由旬，海水减掉那么多了。这么看起来，整个世间的确是坏灭相，一切都并非常法，因缘一散就逐渐荡尽了。所以要知道，世间是靠不住的，不要对此富有幻想，连大海都要枯竭，何况我们泡沫般的身体呢？瞬间就可能破灭。因此，应尽快寻求解脱之道。）

[22] 之后，大海水又一部分一部分地干枯掉，一直降到只有七由旬、六由旬、五由旬，乃至只有一由旬，基本全都蒸干了。佛告诉比丘：从这里要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法很可厌患，应当寻求从世间度出的解脱之道。（这才知道，因缘和合的法都是虚假的，从暂时性来看，一刹那都不住，它在念念变灭中；从相续上看，连大的相续现相也终归消散无余。所以，不要愚痴地以为有为法里有什么实义，富有幻想，在里面虚生浪死，以各种常执系著在世间造生死业、染污业，那很不值得、非常愚痴。）

[23] 之后海水越来越减少、枯竭，发展到只剩下七多罗树高度的水量、六多罗树高度的水量，乃至一多罗树高度等的水量。佛对比丘说：从这里要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都很可厌患，应当寻求从世间度出的解脱之道。

[24] 之后海水越来越浅，最终发展到只有七人高的水量，然后六人高、五人高、四人高、三人高、二人高、一人高的水量，之后整个大海枯竭到只剩下齐到腰部的水量、齐到膝盖的水量，最后只有到脚踝部的水量。佛对比丘说：要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都是很可厌患的，应当寻求从苦世间度出的解脱之道。

[25] 然后，海水就像春天雨后的一点水，又像牛脚印里的一点水，最后发展到完全枯竭，连一个指节的水量都没有（整个大海全枯了，降到海底，用手指伸下去时，连浸到一个手指的水量都没有）。佛对比丘说：要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都很可厌患，应当寻求从世间度出的解脱之道。（从大的变易相来看的确越减越少，那么深的大海逐渐枯竭，到了只有一人深，然后只有腰部深、齐脚踝深，最后基本全没了。我们这个世界的东海、南海、西海、北海，多少洋、多少海全干枯了，只剩下一个干干的地。可见当时枯竭到什么程度，往昔的大海再也见不到了。所以，大海是苦相，它是由业现出的暂时现相，到因缘散坏时就成了这般景象。也就是，不要以为一直有大海，当五个太阳出来时，大海就逐渐没有了，比非洲还要干旱百千万倍，那是非常可怜的景象。）

[26] 之后过了很长时间，又有大黑风猛烈刮起，吹着干枯海底的海沙，深八万由旬处，风非常大，席卷着细沙一直飘到两个海岸旁边（当海枯竭时，就可以看到东西两岸间很深的海底，像深渊一样。下面已经没有水了，大风把八万四千由旬处的海沙全部吹刮到两个海岸上面去了）。之后，取日宫殿放在须弥山的半腰，安置在日轮运行道中，因为这个，世界有六个太阳出来。六个太阳出来后，四天下的范围连带到八万天下的诸山、大山、须弥山王，全部烧起很黑的烟，即将要燃火了。就像陶器作坊里最初烧陶时出来的黑烟那样，六个太阳出来的情形就是如此。佛对比丘说：从这里要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都特别可厌患，你们要尽早寻求从苦难世间度出的解脱之道。（前面只是干枯的相，现在即将要出现大火灾。火的前相是烟，以六个日轮热度的烘烤，大地上的各种山峰都由于热量过度而发出黑烟了。世上充满了烟焦味，有各种烟气，表示大的灾难即将来临。）

[27] 之后过了漫长的时间，又有大黑风猛烈刮起，吹着海底的细沙，从八万四千由旬深处一直吹刮上来，吹飘到大海两岸的边上。然后，取日宫殿放在须弥山的半腰，安置在日轮运行道上，因为这个，世上有七个太阳出来。当七个太阳出来时，四天下乃至八万诸山、大山、须弥山王都烧得一片洞然，都烧穿了。就像陶师的作坊里烧陶的火焰发起来那样，七个太阳出来时也是如此，天地间烈火熊熊。佛告诉比丘：从这里要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都深可厌患，应当尽早寻求从苦难世间度出的解脱之道。

[28] 这个四天下的广大范畴里，以及八万座天下诸大山峰、最大的须弥山峰全都烧穿了（过去是固体的山峦，它会把很多东西挡住，现在烧空了、穿透了，从这边能直接看到那边，就像烈火把建筑物烧毁时能从这边看到那边一样，这叫做“洞然”）。一时间烈火到达了天界，连同四天王的宫殿、忉利天的宫殿、焰摩天的宫殿，以及兜率天、化乐天、他化自在天、梵天宫殿，全烧得一片洞然。

[29] 佛告诉比丘：所以要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都深可厌患，应当尽早寻求从世间度出的解脱之道。（这才知道，这个火特别厉害。一般的火能烧毁一大片森林，或者在广阔的范围里，连同城市、平原、田野等全烧完了，最后烧得一片空空荡荡的，这种还是小火灾。七个日轮出来的大火灾是从海底开始烧，把整个人间范围全烧毁了，所有山都烧空了。就像在地球上不仅没有水，像喜玛拉雅山、冈底斯山、泰山、黄山等种种山全烧光了，地球不复存在了。不但把地烧光了，就连须弥山都烧光了。从须弥山烧上去就烧到四天王天，四天王天的宫殿都烧毁了；再往上，整个三十三天都烧没了；之后，焰摩天、兜率天、化乐天、他化自在天全烧完了，整个欲界烧得干干净净、空空旷旷。然后还要烧到色界，连梵天的宫殿都是一片洞然。这就知道，不仅人类的地球环境，这些由共业显现的泡沫，在因缘消散时会烧毁无余，连道教、婆罗门教等修天所寻求的欲天或色界天，在烈火烧上去时也全没了，有什么实义可得呢？所以，不要对这个世间有什么幻想，它是苦的自性。我们要尽快寻求往生净土，这才是三界外的真常大乐之地。）

[30] 这个四天下一直到梵天都被烈火烧得一片洞然之后，风吹着火焰又到达了光音天。那些刚刚诞生的小天子们见到火焰都生起怖畏说：啊！这是什么东西？在前面生的那些老天子们对后来生的新天子们说：不要害怕，这个火曾经也来过，但是到这里就停止了。由于忆念从前出现的火光，所以叫做“光念天”。当时，这个四天下一直到梵天烈火洞然之后，须弥山王一部分一部分地倒下来，塌下来一百由旬、两百由旬乃至七百由旬，须弥山就这样垮掉了。佛告诉比丘：从这里要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都深可厌患，应当寻求从世间度出的解脱之道。

[31] 这个四天下乃至梵天都烈火洞然之后，大地和须弥山烧得连一点灰烬也没有了，整个世界都空掉了。所以要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都深可厌患，应当寻求从此世间度出的解脱之道。（从这里就知道，我们曾经以为坚固常有的世界，到此就灰飞烟灭了，所以，不要依恋这个世间，以为它特别坚固。尤其学一点物理学、天文学，认为这个世界如何如何，虽然天文学里也有“宇宙爆炸说”，但实际上，佛法里早已用现量照见的方式宣说了世界成住坏空的真实状况。这只是一个由妄念形成的世界，有什么实义可得呢？到最后就像佛经描述的这样，整个世界烧得连微尘也没有了。）这个大地被火烧完以后，再往下烧的时候，地下面的水也烧光了，水下面的风也烧完了。所以要知道，一切行无常，变易朽坏，不可依靠，凡是有为法都深可厌患，应当寻求度出世间的解脱之道。

[32] 佛又对比丘说：当火灾起的时候，天不再下雨，大地上的百谷草木自然枯死，谁能相信这一点呢？只有见到这种情形才会知道。（我们不要以短浅的见识认为世界不会毁坏，这只是常执的表现，有天眼者的确见到世界必然这样报废，灾难必将来临。一般人想到世界末日即将到来会恐慌一阵，过后又以为没事吧、不可能吧，实际只是来早来迟的差别，当因缘消散时什么也不会留下。）像这样，最后发展到连地下的水都没有了，不必说地面，最终连水下的风都没有了，风就是它的运行相、动转相，这也没有了。这一点谁会相信呢？只有见到了才相信，这就叫“火灾”。

[33] 那么火灾过后是怎么重新恢复的呢？之后过了很长时间，有大黑云显现在虚空里，一直到光音天，周遍地降下大雨，雨滴像车轮那么大。这样在无数百千年中降雨，雨水逐渐增长，高到无数百千由旬，一直到光音天。

[34] 当时有四个大风刮起，持着这个水安住。哪四种大风呢？叫做“住风、持风、不动风、坚固风”。之后这个水渐渐下减了百千由旬，直到无数百千万由旬。水的四面有大风刮起，叫做“僧伽风”，吹着水使它运动，鼓荡涛波，鼓起了很多水沫的积聚。风吹着水离散，在空中自然坚固，这个水就成了固态变成了天宫，由各种七宝庄严美饰，由此因缘有了梵迦夷天宫。

[35] 这个水又逐渐减到无数百千由旬，水的四面又有大风刮起，叫做“僧伽风”，吹着水让它运动，鼓荡涛波，起了很多水沫的积聚。风吹着水离散开来，在虚空中自然坚固变成了一座天宫，七宝庄严校饰，以这个因缘有了他化自在天宫。水又逐渐减到无数千万由旬，水的四边有大风刮起，叫做“僧伽风”，吹着水使它运转，鼓荡涛波，起了很多水沫的积聚。风吹着水发散开来，在虚空中自然坚固变成天宫，七宝严饰，由此因缘有了化乐天的天宫。水又逐渐减到无数百千由旬，有僧伽风吹着水动转，鼓荡涛波，起了水沫的积聚。风吹着水分离开来，在虚空中自然成了固体变成天宫，七宝严饰，由这个因缘有了兜率天宫。水辗转减到无数百千由旬，有僧伽风吹着水使之运动，鼓荡涛波，发起各种水沫的积聚。风吹着水分开来，在虚空中自然坚固变成天宫，由这个因缘有了焰摩天的天宫。

[36] 水辗转减到无数百千由旬，水上有泡沫，深六十万八千由旬，没有边际。就像我们这里的泉穴流水，水上有水沫那样的情形。以什么因缘而有须弥山呢？有乱风刮起，吹着水沫形成了须弥山，高六十万八千由旬，长宽八万四千由旬，由金、银、水精和琉璃四种妙宝合成。以什么因缘有四种阿修罗的宫殿呢？这以后，乱风吹着大水沫在须弥山的四面起了大宫殿，长宽各八万由句，自然变成七宝宫殿。又以什么因缘有四天王的宫殿呢？之后乱风吹着大水沫，在须弥山的半腰四万两千由旬处自然变成七宝宫殿，以这个缘故叫做“四天王宫殿”，也就是东南西北四方各有宫殿。以什么因缘有忉利天宫殿呢？之后乱风吹着大水沫，在须弥山上方自然变成七宝宫殿。

[37] 又以什么因缘有伽陀罗山？之后乱风吹着大水沫，离开须弥山不远自然化成了宝山。山的下根或下部入到地下四万两千由旬，长宽四万两千由旬，没有边际，由各种色彩间杂组合，七宝合成，以这个因缘有伽陀罗山。又以什么因缘有伊沙山呢？之后乱风吹着大水沫，距离伽陀罗山不远，自然变成伊沙山，高两万一千由旬，长宽两万一千由旬，没有边崖，由种种色彩参杂组合，七宝所成，以这个缘故有伊沙山。之后乱风吹着大水沫，距离伊沙山不远，自然变成树辰陀罗山，高一万两千由旬，长宽一万两千由旬，没有边际，由各种色彩组合，七宝所成，以这个因缘有树辰陀罗山。

[38] 之后乱风吹着大水沫，距离树辰陀罗山不远，自然变成阿般尼楼山，高六千由旬，长宽六千由旬，没有边际，以种种色彩参合间杂，七宝所成，以此缘故有阿般尼楼山。之后乱风吹着大水沫，距离阿般尼楼山不远，自然变成弥邻陀罗山，高三千由旬，纵广三千由旬，无有边际，由各种色彩参合间杂，七宝所成，以此因缘有弥邻陀罗山。之后乱风吹着大水沫，距离弥邻陀罗山不远，自然变成比尼陀山，高一千两百由旬，长宽一千两百由旬，无有边际，由各种色彩参杂组合，七宝所成，以此缘故有比尼陀山。之后乱风吹着大水沫，距离比尼陀山不远，自然变成金刚轮山，高三百由旬，长宽三百由旬，没有边际，也是由各种色彩参杂组合，七宝所成，以此因缘有金刚轮山。

[39] 以什么缘故有一个月轮和七个日轮宫殿呢？之后乱风吹着大水沫，自然变成一个月轮的宫殿和七个日轮的宫殿，由种种颜色参杂组合，七宝所成，被黑风所吹恢复到原处，以此因缘有日、月宫殿。之后乱风吹着大水沫，自然变成四天下以及八万天下，以此因缘有四天下和八万天下。之后乱风吹着大水沫，在四天下和八万天下自然变成了大金刚轮山，高十六万八千由旬，长宽十六万八千由旬，没有边际，金刚坚固，不可摧坏，以此因缘有大金刚轮山。

[40] 之后过了很长时间，有自然的云遍满虚空，普遍降下大雨，雨粒像车轮那么大，洪水弥漫，淹没了四天下，水面达到须弥山的高度。之后乱风吹着大地成了大坑，溪涧的水都流入到里面，以这个缘故出现了海，以此因缘又有了四大海水。海水咸苦有三种因缘。哪三种因缘呢？第一、有自然云遍满虚空，一直到光音天，周遍地降雨洗涤天宫、涤荡天下（把整个天宫天下都洗了一遍），从梵迦夷天宫、他化自在天宫，往下到焰摩天宫、四天下、八万天下、诸山、大山、须弥山王都荡洗了一遍。其中各个地方有很多污秽、咸苦、不净的液体，都通通流下汇入到海里合成一味，所以海水都是咸的。第二、古昔有大仙人持禁咒加持海水，使得它长久都是咸苦的味道，人不能饮用。第三、大海的水藏里有很多水族杂居，这些水生动物有些非常庞大，或者一百由旬、两百由旬乃至七百由旬。这些大水族旁生呼吸、吐纳、大小便等都汇入到海里，所以使得海水咸。以上是火灾的情形。

[41] 思考题

[42] 1、了解《阿含经》所记载的世间坏灭情形有何必要？思维时要引发怎样的认识？

[43] 2、哪四件事非常长久，无量无限，不能用日月年数来计算？三灾是什么？三灾波及的最上边际是哪里？

[44] 3、火灾开始发起时的情形如何？

[45] 4、世间出现两个太阳到七个太阳之间的情形如何？

[46] 5、火灾过后，世界是怎么重新恢复的？

[47] 6、为什么海水是咸苦的？

## 02

[48] 了解了火灾如何毁坏世界后，再继续了解水灾如何毁坏世界，依据佛的圣言量来认识。

[49] 佛告诉比丘：什么是水灾呢？当水灾发起时，这世上的人都信奉正法，正见不邪见，修十善业。修十善业后，当时有人得到了无喜的第三禅境界，踊身上升在虚空中，住于圣人道、天道和梵道中。他高声唱道：诸贤者！要知道无喜第三禅快乐！无喜第三禅快乐！当时，世间人听到这声音后，仰面对他说：善哉！善哉！愿为我演说无喜第三禅的妙道。空中人听到这话后，就给他演说无喜第三禅之道。这个世间人听到解说后修第三禅道，身坏命终生在遍净天。

[50] 那时，地狱众生罪业穷尽命终生到人间，又修第三禅道，身坏命终生到遍净天。畜生、饿鬼、阿修罗、四天王天、忉利天、焰摩天、兜率天、化乐天、他化自在天、梵天、光音天这些众生，命终生到人间，修持第三禅道，身坏命终生在遍净天。由此因缘，地狱道穷尽了，畜生、饿鬼、阿修罗、四天王，乃至光音天这些道都穷尽了。当此之时，首先地狱空尽，然后畜生道空尽；畜生道空后，饿鬼空尽，阿修罗空尽，四天王天空尽，忉利天空尽；忉利天空尽后，焰摩天空尽；焰摩天空尽后，兜率天空尽；兜率天空尽后，化乐天空尽；化乐天空尽后，他化自在天空尽；他化自在天空尽后，梵天空尽；梵天空尽后，光音天空尽；光音天空尽后，人就空尽无余。当世上没有人以后，这个世界开始败坏，成了大灾难。

[51] 之后过了很长时间，有大黑云猛暴出现，一直上到遍净天，周遍地下大雨，下的纯粹是炽热的水。这些水涌沸起来煎熬天上，那些天的宫殿被煮得全部消尽，没有剩余。就像酥油放在火里煎熬消尽没有剩余，马上融化消失，光音天宫也是如此，在烈火般的热水中煮尽了。这样就知道，一切行无常，是变易法，无法依靠，有为法很可厌患，应当寻求从世间度出的解脱之道。

[52] 之后，这雨又浸到梵迦夷天宫，炽热沸涌的水把梵天宫殿都煎熬尽了，一点不剩。就像酥油放在火中没有剩余，梵迦夷天宫也是如此。之后，这雨又浸到他化自在天宫、化乐天宫、兜率天宫、焰摩天宫，全部煎熬消尽没有剩余。就像酥油放在火中无有剩余，这些天宫也是如此。（这些再度形成的天宫，在一时的炽热水灾后都被煮得一干二净，世上共业的苦相尽是这般的难堪。这个世界的确没办法待，我们以为它很好，能让我们安心，实际再怎么都逃不过劫难，当大灾难出现时终将毁灭一空，所以，应该从这里寻求出离。）

[53] 之后，这雨又浸到四天下以及八万天下的诸山、大山、须弥山王，煎熬地毫无剩余。就像酥油放在烈火中马上融化消尽没有剩余，四天下以及诸山也是这样。所以要知道，一切行无常，是变易法，不可依靠，凡是因缘造作的有为法都很可厌患，应当寻求从世间度出的解脱之道。

[54] 以后，这水又煎熬大地，消尽无余后，地下的水穷尽了，水下的风穷尽了。所以要知道，一切行无常，是变易法，不可依靠，凡是有为法都甚可厌患，应当寻求从世间度出的解脱之道。

[55] （这就看到，当大水灾来临时，从上方开始一层层地把世界煎熬穷尽，光音天也会消失。由巨大的业力集成的大灾难，使得世间一切都变坏无余，无常的景象尽是这般苦难。业是很稀奇的，当共业现前时，人间会出现狂风、巨浪、地震、战争、瘟疫等等，瞬间就毁灭很多事物，但是，相比劫末三灾而言就微乎其微了。当共业积聚到一定程度时，包括光音天在内的器世界，全部被炽热的大水煎熬得一点不剩，世界最终就毁灭了。可见，有为法毫无实义，有什么值得寻求的呢？只是被常执蒙骗而已。

[56] 从这样大的场景里就可以看到，常执生生世世都在蒙蔽我们。我们对这世界有太多幻想，以为这是坚实的、有意义的，有青春美好、庄严靓丽等等，应该充满希望，实际只是秋蝇般的眼光，以为能在世上得到什么，不知道自己很快就要死了。这样无常的生命有什么价值呢？应当唯一用来寻求正法的利益。）

[57] 佛告诉比丘：一直上到遍净天宫殿为止，全都煎熬穷尽了，这一点谁会相信？只有现量亲见才能知道。梵迦夷宫煎熬消尽了，乃至地下的水消尽了，水下的风消尽了，谁会相信呢？只有现量亲见者才知道。这就是水灾。

[58] （这里世尊告诉我们，不要相信自己带有邪思偏见的眼光，不要被常执所蒙昧，应该信受如来的现量境。这是佛亲见的事实，没有一点欺诳，我们应当深信佛语，认识这个世界的坏灭性、苦性。了解了大无常，会深刻地认识到所谓“无常故即是苦”的涵义。也就是，既然最终都要被大水歼灭无余，还有什么可乐的法呢？纯粹是苦的自性。

[59] 这才知道，原来我们都被蒙蔽了。上到色界的光音天、梵天，他们的宫殿也全都磨灭了、毁尽了，下到地下的水、水下的风也全都消尽了，将来世界竟是这样被毁灭无余，还有什么值得留恋的呢？为什么不尽快寻求出离呢？以我们生存的地球为例，当发生地球大爆炸，或者地球上的所有矿物、山峦、房屋等全部浸泡在极其炽热沸涌的液体中，被业的力量消融地一点不剩，那是多么大的灾难！世界终将这样毁灭，耽著泡沫般的现世法有何意义呢？

[60] 从世界最初形成到最终毁灭期间，以我们蚊虫一样的心识来看那是非常漫长，科学家们也认为宇宙有多少亿年等等，非常久远，但从整个法界来看只是一瞬间。不但从细分上说刹那即灭，而且，从宏观相续来说，最终也要毁灭无余，从宏观空间来说，从地下一直到光音天宫丝毫不剩，是这么大的浩劫。我们应该知道这个事实。）

[61] 水灾后恢复的情形如何呢？这以后又经过很长久的时间，出现了大黑云充满虚空，一直到遍净天，周遍地降下车轮般的雨滴。经过无数百千万年，水量逐渐增长，一直到遍净天，来了四大风持着水安住。哪四大风呢？一、住风；二、持风；三、不动风；四、坚固风。这以后，水量渐渐减少了无数百千由旬，四面又有大风刮起，叫做“僧伽风”，吹着水使它搅动，鼓荡涛波，起了很多水沫的积聚。风把水滴吹得离散，在虚空中自然变成光音天宫，七宝校饰，以此因缘有了光音天宫。水再逐渐减少无数百千由旬，僧伽风吹着水使它动，鼓荡涛波，起很多水沫。风着吹着水沫散开，在虚空种自然变成梵迦夷天宫，七宝装饰映衬。如是乃至出现一味咸苦的海水，就像火灾后世界恢复那样。整个过程叫做“水灾”。

[62] 佛告诉比丘：什么是风灾呢？风灾发起时，此世间人都信奉正法，正见不邪见，修持十善业道。当修善行时，有人得到清净护念第四禅，在虚空中住于圣人道、天道、梵道，高声唱道：诸贤者！护念清净第四禅乐！护念清净第四禅乐！这时，世人听到声音后，仰面说道：善哉！善哉！愿为我解说护念清净第四禅道。当时空中人听到此话后，就为他解说第四禅道，世间人闻说后修第四禅道，身坏命终生在果实天。

[63] 当时，地狱众生罪报完毕，命终生到人间，再修第四禅，身坏命终生在果实天。畜生、饿鬼、阿修罗、四天王乃至遍净天，众生命终来生人间修第四禅，身坏命终生果实天。以此因缘，地狱道全部穷尽。畜生道、饿鬼道、阿修罗道、四天王乃至遍净天趣全部穷尽，一个也不剩。当时，地狱先空尽了，然后畜生道空尽了；畜生道空尽后，饿鬼空尽；饿鬼空尽后，阿修罗空尽；阿修罗空尽后，四天王空尽；四天王空尽后，一直辗转到遍净天空尽；遍净天空尽后，人类就空尽，一个也不剩。这样人类全部空尽后，这个世界就开始败坏，成为大的灾难。

[64] 之后过了很长时间，有大风刮起叫做“大僧伽风”，一直刮到果实天。风四处弥漫，吹到了遍净天宫、光音天宫，使得宫殿和宫殿相互拍击，碎得像粉尘一样。就像力士拿着两个铜杵，杵和杵相互撞击，碎尽无余，两个宫殿也是这样撞击，变成了粉末。这就知道，一切行无常，是变易法，不可依靠，凡是有为法都很可厌患，应当寻求从此苦世间度出的解脱之道。

[65] （这里要知道，当风灾出现时刮得极其猛烈，宫殿房屋等相互撞击。就像刮龙卷风时，房屋、树木等被卷到空中，相互撞击，这还只是小的风灾，出现劫末的大风灾时，连天宫之间都会猛烈地撞击，之后碎为微尘，可见破坏力极强。像这样，世界在大灾难面前被毁于一旦。先前由众生的福德力感得世界形成，最终由福德力耗散出现毁灭性的大灾难，这就看到世间无常大苦的相，终究坏灭一空。）

[66] 然后，这风就吹到梵迦夷天宫、他化自在天宫，天上出现了风灾。过去很安稳的天宫现在相互拍击，碎得像粉尘一样，没有剩余。就像力士拿着两个铜杵，杵和杵相互拍击，碎尽无余，两宫相拍也是如此。以此要知道，一切行无常，是变易法，不可依靠，凡是有为法甚可厌患，应当寻求从此世间超出的解脱之道。

[67] （要知道，天宫是一时福业力所现，因缘生故是无常法，无有坚实自性，如果以此为安乐自性，那真是最大的欺诳。我们不要以为世间有什么真实安乐可得，把心寄托在上面，像这样，福业力一消散，天人的宫殿就在业风的吹击下相互撞击，风的力量比原子弹的爆发力还大，把这一切全都碎为微尘了。业力的反弹竟是如此可怕。过去由众生共同的福业力，世界暂时维持安稳相，当福业力一消尽，所谓“势力尽，箭还坠”，顿然间就出现大粉碎、大灭亡的相，这就是有为法的规则。

[68] 当我们窥破了这一点，知道有为法变易无常，终将迎来粉碎性的结局，无法依靠，之后就要想：有为法是这般欺诳，在它现前时，我以为它是坚固的、常住的、能靠得住，看到结局才发现原来一点靠不住，它本来就是无常性、坏灭性的。如果我被常执蒙蔽，以为能在世间法上得到真正的安身之处，把心寄托在上面，那会使我不能从此世间寻求出离，这就是最大的错算，也是最大的欺诳。这样了解后，就要顺着佛的教导，一心在此生寻求解脱之道。）

[69] 这以后，风又吹着欲界化乐天宫、兜率天宫、焰摩天宫，一级一级往下吹。所有宫殿都两两撞击，结果碎成粉末，一点都不剩下。就像力士拿着两个铜杵猛烈地撞击，结果粉碎无余，那些从上到下的天宫就像这样碎尽无余。这就知道一切行无常，是变易法，不可依靠，凡是有为法都是很可厌患的，我们应当一心寻求从世间超出的解脱之道。

[70] （看到这一幕幕巨大的毁灭相要认识到，诸法的体相就是如此，这是一种普遍性的灾难相。“力士”代表共业的相状。到了劫末，业力像个大力士，以极大的操纵力量使得宫殿和宫殿之间猛烈撞击、各种器界物之间猛烈撞击，最终都粉碎无余。这是极大的灾难相、苦相。像这样污秽的娑婆世界，最后完全以大苦而告终，我们为什么对此贪恋不舍呢？我们还有什么样的梦想追求、希望寄托呢？这样窥破它苦的自性之后，就要对此彻底绝望，不抱任何幻想，一心寻求出离。这种决断来自见解，见解来自对无常法则一以贯之的认识，这样心里就不会再留有什么希望幻想，之后会发出行为上的断定——一心寻求出离，不在世间造任何贪染业。这就是转心的方法。

[71] 这里还要以类比法来认识。天宫的情形是佛以现量在作指示，我们还见不到，但可以通过类比的方式来观想。譬如地球上突然发生剧烈的风灾，大楼与大楼、车辆与车辆、山峦与山峦等之间都发生猛烈撞击，它的程度就像两辆超级动车以极快的速度撞在一起，结果立即变得粉碎，又像两架飞机以最大的速度相互撞击时马上粉碎那样。可以想象：地球上所有的建筑物、大小山峰等都像这样相互撞击，刹那之间粉碎无余，像这样，全世界发生极剧的灾难。之后扩展到整个太阳系、银河系等等，三千大千世界里的无数星体都相互撞击，撞得粉碎，整个世界就变成微尘了。

[72] 要想到：这个世界的结局竟是如此可怕！如果佛不宣说，我们就一直活在常执的梦臆中，何其可怜！还对此抱有各种幻想。所以，尽快放下吧！世间的事毫无实义。当我们以宽阔的眼界看到整个世界的结局后，对眼前的假相就不会执著得很深，不再抱有幻想了。）

[73] 之后大风吹刮四天下和八万天下，种种诸山、大山、须弥山都吹置在虚空中，高百千由旬，山峰和山峰之间相互撞击，碎得像粉尘一样。就像力士手里拿着最大的容器，装了无数糠秕迅速撒向空中，纷纷扬扬飘散得到处都是，那个四天下以及须弥山等的诸山被粉碎分散，空中充满了尘埃，也是这样的情形。以此可以知道，一切行无常，是变易法，不可依靠，凡是有为法都非常可厌患，应当寻求从苦世间超出的解脱之道。

[74] 之后，风吹着大地完全灭尽掉了，地下的水灭尽掉了，水下的风也灭尽掉了（彻底粉碎瓦解，消失一空）。所以要知道，一切行无常，是变易法，不可依靠。凡是有为法都是非常可厌患的，应当寻求从这苦世间超出的解脱之道。

[75] （这里应具体化地观想：这是极大的飓风，它的吹击力使得四天下、八万天下的各种山峰、大山、须弥山都连根拔起，抛置在空中。譬如超级台风来临时，百层高楼被连根拔起抛在空中，大楼与大楼之间猛烈地撞击，与此类似，须弥山以及旁边的各种山峰，包括地球上的所有山峰都被大风连根拔起，抛到百千由旬高的虚空当中，相互之间猛烈地撞击，碎成微尘。就像力士拿着一个巨型容器，装满糠秕迅速投向远方，由于速度极快，轻薄的糠秕一下子弥漫在空中，纷纷散落。就像这样，如力士般的共业之风把大大小小的山峦连根拔起，相互撞击，以刹那间撞击的发散力，使得无数尘埃弥散在空中。在短时间内，天下的山峰乃至各种固体物，在大风的吹击下被撞地粉碎无余，顿然间呈现出一种超级毁灭性的现象。

[76] 要像这样按佛的圣教量模拟、类比去观想这些情景，之后心里断定下来：原来世界最终会变成这样，真是太超出我的想象了！之后还要从巨到细、从宏观到微观，从这个最大的事件推到任何有为法的事件，知道一切因缘所生法都要以坏灭而收场。然后断定：一切行都是无常变易法，最终都要坏灭，完全靠不住。连坚固的山峰、屹立千万年不倒的东西，也只是一时的假相，最终要在超级业风的吹击下被撞得灰飞烟灭，消失殆尽。可见这个世界毫无实义，它是苦的，即使在千万年里太平无事，最终也难逃破灭的结局。

[77] 凡是有智慧的人必然会由此反省，知道此世间就是无常、苦的结局，毫无实义，从而断掉对世间法的追求。这种眼光极其深远，超出了各种外道求仙、求梵天等的观念。这是以佛的圣教量开启了自心中的正见，一下子看到极广远的缘起真相，由此一举截断往世间道上走的等起和相关行为，这就是佛语的大恩德。我们应该随顺佛语，在自心中得到断定，并发起决断：我要一心利用暇满求解脱生死的道，不走在世间营造、争取、延续的道，对世间不抱任何幻想。像这样，一定要在这里断定下来，否则就没有任何出世法的内涵了。）

[78] 佛告诉比丘：像这样，此世界最后为风灾全部粉碎瓦解，遍净天宫、光音天宫，宫殿和宫殿相互撞击，刹那间碎如微尘的情形，谁会相信呢？只有见到的人才能相信。像这样，不仅是地面上的情形毁灭一空，连地下的水也会被风消尽，水下的风也由风消尽，这谁能相信呢？只有见到的人才能相信。这就是“风灾”。

[79] 风灾之后又如何恢复呢？经过很长久的时间，有大黑云周遍虚空，一直飘到果实天，降下大雨，雨滴像车轮一样大，在无数百千万年中连绵不断，水量逐渐增长，长到果实天。当时有四种风持着这个水安住。哪四种风呢？住风、持风、不动风和坚固风。之后，水逐渐减少无数百千由旬，水的四面有大风刮起，名叫“僧伽风”，吹着水使之荡动，鼓荡涛波，起了很多水沫的积聚。风吹着水离散，在虚空中自然变成遍净天宫，种种色彩参杂组合，七宝所成，以此因缘而有遍净天宫。水逐渐减少无数百千由旬，僧伽风吹着水使之搅动，鼓荡涛波，起了很多水沫的积聚。风吹着水离散，在虚空中自然变成光音天宫，种种色彩参杂组合，由七宝所成。乃至海水一味咸苦，也像火灾后恢复时的情形。这是风灾。

[80] 以上讲了三灾和三恢复。

### 思维内情众生而修无常

[81] 思维内情众生而修无常，就是要想到：无论世出世间哪一类圣贤凡夫，都超不出死亡。首先要了解，殊胜的圣人们曾在这世间出现过，也都相继示现无常。就像过去有毗婆尸佛、尸弃佛等七佛出世，而且有不可思议的声闻阿罗汉等眷属，曾经以三乘法利益无数所化众生，但是，到了今天释迦牟尼佛教法下没有一个余下，佛和眷属都入了涅槃，所宣演的正法也都逐渐隐没。我们从《阿含经》中，能得到一些关于七佛曾经住世以及示现涅槃的记载：

[82] 过去九十一劫有佛出世，号“毗婆尸如来”；又到过去三十一劫有佛出世，叫“尸弃如来”；在这三十一劫内，又有佛出世，叫“毗舍罗婆如来”；在我们这个贤劫里，第一尊佛出世，叫“拘留孙如来”；接着第二尊佛出世，叫“拘那含牟尼如来”；又在贤劫有佛出世，叫“迦叶如来”；接着是释迦文佛出世。

[83] 曾经出现过的这些佛，都有各自的种性、成道历程以及说法利生等，教下有很多弟子，最终示现涅槃。在《阿含经》里也有具体的记载：

[84] 毗婆尸如来出于刹利种性；尸弃如来出于剎利种性；毗舍罗婆如来也出于刹利种性；拘留孙如来出自婆罗门种性；拘那含牟尼如来出自婆罗门种性；迦叶如来出自婆罗门种性；释迦文佛出自刹利种性。

[85] 再者，毗婆尸佛坐在波罗利花树下成就佛道；尸弃如来坐在分陀利树下成就佛道；毗舍罗婆如来坐在波罗树下成就佛道；拘留孙如来坐在尸利沙树下成就佛道；拘那含牟尼如来坐在优头跋罗树下成就佛道；迦叶如来坐在尼拘留树下成就道果；释迦佛坐在吉祥菩提树下成就道果。

[86] 毗婆尸如来的弟子有十六万八千；尸弃如来的弟子有十六万；毗舍罗婆如来弟子有十万；拘留孙如来弟子有八万；拘那含牟尼如来弟子有七万；迦叶如来弟子有六万；而到释迦如来弟子有一千二百五十人，这些弟子都得到阿罗汉果，永断烦恼，没有结缚。

[87] 再者，说到当时毗婆尸佛，乃至释迦佛都有相应的侍者。

[88] 又说到住世的寿量。毗婆尸佛寿命八万四千岁；尸弃如来寿命七万岁；毗舍罗婆如来寿命六万岁；拘留孙如来寿命五万岁；拘那含如来寿命四万岁；迦叶如来寿命两万岁；到释迦如来寿命极为短少，最多不过一百岁。

[89] 到今天此时，贤劫七佛曾经应现的史实都成了一种概念，没有任何剩余。连七佛以及法教弟子等都示现无常，何况我们这样的微沫人身？我们处在极其混乱的时代，处处有邪师引诱，熏很多邪法，而且内心相续不净，以这样泡沫、污秽的身心状况哪里能保持长久呢？由此应当想到：我一定也会死亡的。

[90] 思考题

[91] 1、水灾毁坏世界以及后来恢复的情形如何？

[92] 2、按照佛的圣教量模拟、类比观想风灾的情景。

[93] 3、对于劫末三灾的无常相，应如何思维而转心？

[94] 4、叙述七佛的名号、种性、成道处、弟子数量、寿量，对此无常相应如何思维而转心？

## 03

[95] 再从七佛缩短到释迦佛住世时的情形。根据经中具体的记载，我们选几个例子，让大家自己品味无常的那种悲怆，以及它是世上的铁律，无法扭转。这里举释迦佛的父亲、姨母以及释迦种族的无常事例，会让我们有很大触动。下面大家翻到这三个篇章，按照经文来学习。

### **释迦父净饭王泥洹记(出《净饭王泥洹经》)**

[96] **舍夷国王名曰“净饭”，治以正法化德仁义，常行慈心。时被重病，身中四大同时俱作，残害其体肢节欲解，喘息不定如驶水流。辅相宣令，国中明医皆悉来会，种种疗治无能愈者。**

[97] 迦毗罗卫国国王名叫“净饭王”，以正法治国，以仁义教化人民，常行慈心。当时患了重病，体内四大同时发作，残害身体，肢节欲解，喘息不定就像急流水。当时宰相宣布，国中名医都来集会，但种种治疗都不能治愈。

[98] **时王烦恼转侧不停，如少水鱼。夫人婇女见王如是，益更愁恼。**

[99] 当时，国王病得很苦、很烦恼，辗转反侧，就像少水的鱼没有几天活了。夫人宫女们见他这样更加愁恼。

[100] **时白饭王、斛饭王、大称王等及诸群臣同发声言：“今王丧崩永失覆护，国将虚弱！”王身战动，唇口干燥语声断绝，眩冒泪下。**

[101] 当时，白饭王、斛饭王、大称王等以及群臣们都这样说：“今天假使大国王驾崩，天下永失覆护，国家将变得虚弱！”大国王身体颤动，口唇干焦，话语断绝，眼睛里流泪。

[102] **时诸王等长跪叉手，同共白言：“大王素性不好作恶，经弹指顷，种德无厌，护养人民莫不得安，名闻十方，大王今日何故愁恼？”**

[103] 当时，诸王长跪合掌，共同启白说：“大王平素的秉性不喜欢作恶，下至弹指顷，而且无厌足地种植福德，养护人民，使得天下无不安宁，美名传闻十方，大王今天为何忧愁苦恼？”

[104] **时净饭王语声辄出，告诸王曰：“我命虽断不以为苦，但恨不见我子悉达；又恨不见次子难陀，以除贪淫世间诸欲；复恨不见斛饭王子阿难陀者，持佛法藏一言不失；又恨不见孙子罗云，年虽幼稚神足纯备，戒行无缺。吾设得见是诸子等，我病虽笃未离生死，不以为苦。”**

[105] 当时，净饭王发出声音，告诉诸王说：“我命虽断不以为苦，只遗憾不见我儿子悉达多；又遗憾不见次子难陀，他能除去贪淫世间诸欲而证圣果；又遗憾不见斛饭王子阿难陀，他能一字不失地总持佛陀法藏；又遗憾不见孙子罗云，他年纪虽幼，但具足神足，戒行不缺。假使见到这些孩子们，我的病虽然困笃，免不了生死，但也不以此为苦。”

[106] **诸在王边闻如是语，莫不啼泣泪下如雨。时白饭王言：“我闻世尊，在王舍城耆阇崛山中，去此悬远五十由旬。王今转羸，设遣使者，道路悬邈迟晚无益，唯愿大王莫大愁悒悬念诸子。”**

[107] 那些在国王身边的人听到净饭王这样说都泪流如雨。当时，白饭王说：“我听说世尊在王舍城耆阇崛山中，离这里有五十由旬的距离，相当远。国王现在越来越虚弱，即使派人去，由于路太远，很晚到来时也见不到了，唯愿大王不要太忧愁、挂念这些孩子们。”

[108] **时净饭王闻是语已，垂泪而言答白饭王：“我子等辈虽复辽远，意望不断。所以者何？我子成佛以大慈悲，恒以神通，天眼彻视、天耳彻听，救接众生，应可度者。如有百千万亿众为水所溺，以慈愍心，为作船筏而度脱之，终不劳疲。若我今日望见世尊，亦复如是。所以然者？世尊昼夜常以三昧，恒以天眼观于众生，应受化者以慈愍心，如母念子”。**

[109] 当时，净饭王听后垂泪答白饭王：“我儿子等虽然遥远，但我心里一直不断地盼望。为什么呢？我儿子成佛，以大慈悲恒时以神通天眼彻视、天耳彻听，救济一切应度的众生。假使有百千万亿众生被水漂溺，都以慈愍心为作船伐而度脱之，终不劳倦。像我今天想见世尊，也是如此。为什么呢？世尊昼夜常以三昧恒时以天眼观察众生，应受化的以慈愍心如母忆子般（所以，佛一定证知我心）。”

[110] **尔时世尊在灵鹫山，天耳遥闻迦维罗卫大城之中，父王悒迟及诸王言，即以天眼，遥见父王病卧着床，羸困憔悴命欲向终，知父渴仰欲见诸子。**

[111] 当时，世尊在灵鹫山，用天耳遥闻迦毗罗卫大城中，父王忧愁叹息以及诸王的话语、问答等，当即以天眼远见父王病卧在床，憔悴、瘦弱、困顿、快要命终，知道父亲特别渴望见到孩子们。

[112] **尔时世尊告难陀曰：“父王净饭胜世间王，是我曹父，今得重病，我曹应往，及命存在得与相见，令王愿满。”难陀受教长跪作礼：“唯然世尊，净饭王者是我曹父，能生圣子利益世间，今宜往诣报育养恩。”**

[113] 当时，世尊对难陀说：“父亲净饭王胜过世间王，而且是我们的父亲，现在得了重病，我们应当前往在他还命存间见一见，使得父王心愿满足。”难陀受教长跪作礼，说道：“唯然世尊！净饭王是我们的父亲，能生圣子利益世间，现在应当前去看望，报育慈恩。”

[114] **阿难合掌前白佛言：“净饭王者是我伯父，听我出家为佛弟子，是故欲往。”罗云复前而白佛言：“世尊虽是我父弃国求道，我蒙祖王育养成就，而得出家，是故欲往奉觐祖王。”佛言：“善哉！宜知是时，令王愿满。”**

[115] 阿难合掌上前对佛说：“净饭王是我伯父，允许我出家作佛弟子，所以我也要去。”罗云也上前对佛说：“世尊虽是我父，弃舍国城入深山修道，我蒙祖王抚养成才而能出家，所以我也去看望祖王。”佛说：“善哉！我们应当准时出发，使父王心愿满足。”

[116] **于时世尊，即以神足犹如雁王，踊身虚空，忽然而现在维罗卫，放大光明。国中人民遥见佛来，皆共举声涕泪而言：“设大王崩，舍夷国名必断灭矣！”城中人民向佛啼哭，白世尊言：“大王如是命断不久，唯愿如来宜可时往，及共相见。”国中人民，宛转自扑哽咽啼哭，中有自绝缨络者，中有取尘土而自坌者。佛见是已谏国中人：“无常离别古今有是，汝等诸人当思念之，生死为苦唯道是真。”**

[117] 当时，世尊以神足通如雁王般腾身虚空，忽然显现在迦毗罗卫国，放大光明。国中人民远远见到世尊到来，都放声哭泣说道：“假使大王驾崩，迦毗罗卫国的名字必定断灭！”国中人民向着佛啼哭，对世尊说：“大王不久就要命终，唯愿如来即时前往，能与大王相见。”国中人民宛转扑地哽咽啼哭，其中有的人自己扯断缨络的，又有取尘土洒在自己身上的。佛见后劝谏国人：“无常离别之性古今都是如此，凡是聚会终将别离，这是有为法的法性。你们要忆念法，生死是苦，只有法道才是真实！”

[118] **于是世尊，即以十力、四无所畏、十八不共诸佛之法，放大光明；更复重以三十二相、八十种好，放大光明；以从无量阿僧祇劫所作功德，放大光明，其光照耀内外通达，周遍国界。光照王身，患得安息。**

[119] 世尊当即以十力、四无畏、十八不共法放大光明；再次以三十二相、八十种好放大光明；以无量阿僧祇劫所作的一切功德放大光明，光明朗照，内外透彻，遍满全国。光明直照国王身体，苦患得以止息。

[120] **王遂怪言：“是何光耶？为日月之光明耶？诸天光乎？光触我身如天栴檀，令我身中患苦得息。脱是我子悉达来也？先见光明是其常瑞。”**

[121] 净饭王很吃惊地说：“这是什么光？是日月的光吗？是诸天的光吗？照到我身上就像天界的栴檀，使我身中的苦痛得以止息。莫非是我儿子悉达多来了？先放光明是他常规的瑞相。”

[122] **时大称王从外入宫，白大王言：“世尊已来，将诸弟子阿难罗云等，乘空来至，王宜欢喜，舍愁毒心。”王闻佛来敬意踊跃，不觉起坐。**

[123] 当时，大称王从外面入宫，对大王说：“世尊来了，带着弟子阿难、罗云等乘虚空而来，国王应该欢喜，舍掉愁毒之心。”国王听说佛来了敬心踊跃，不觉坐起身来。

[124] **须臾之顷佛便入宫。王见佛到，遥举两手接足而言：“唯愿如来手触我身，令我得安。为病所困，如押麻油痛不可忍，我命将断宁可还返？我今最后得见世尊，痛恨即除。”**

[125] 须臾间佛就入宫了。国王见到佛来，遥举两手接着佛足说：“唯愿如来手触我身，使我得安。我为病所困，就像押麻油一样痛苦无法忍受，我的命快断了，哪里能返回？我现在最后能见世尊，就没有任何悲痛遗憾了。”

[126] **佛知父王病重羸瘦，色变难识，告难陀言：“观王本时形体巍巍，颜色端正名声远闻，今得重病乃不可识，端正形容勇健之名，今何所在？”**

[127] 佛知道父王病重消瘦，相貌变得都认不出了，告诉难陀说：“看父王原先形体巍巍，色相端正，名声远闻，现在得了重病都认不出了，从前的端正容颜、勇健名声现在何在？”

[128] **时净饭王一心合掌，赞叹世尊。佛言：“唯愿父王莫复愁悒。所以然者？道德纯备无有缺减。”**

[129] 当时，净饭王一心合掌，赞叹世尊。佛说：“唯愿父王不要再忧愁。什么缘故呢？父王道德完善，无有缺减（应当心安理得，在安详中安住）。”

[130] **佛出金色臂，掌如莲花，以手着父王额上：“王是清净戒行之人，心垢已离，今应欢喜不宜忧恼。当谛思念诸经法义，于不牢固得坚固志，以种善根，是故大王宜当欢喜，命虽欲终自可宽意。”**

[131] 佛伸出金色手臂，掌如莲花，随即用手放在父王额头上说道：“父王是清净戒行之人，心垢已离，现在应当欢喜，不要忧恼。应当谛思忆念诸经法义，有为法都是不牢固的，应得坚固心种植善根，所以，大王应当欢喜，寿命虽然要终结，自己可以宽心。”

[132] **时大称王以恭敬心白净饭王言：“佛是王子，神力具足无与等者；次子难陀亦是王子，已度生死诸欲之海，四道无碍；斛饭王子阿难陀者已服法味，佛所说法犹若渊海，一句不忘悉总持之；王孙罗云道德纯备，逮诸禅定成四道果，是四子等已坏魔网。”**

[133] 当时，大称王以恭敬心对净饭王说：“佛是王子，神力具足无与伦比；次子难陀也是王子，已经度越生死欲海，证得四果无有障碍；斛饭王子阿难陀已经餐服法味，佛所说的浩如烟海般的一切法语，一句不忘都总持在心；王孙罗云道德纯备，达到禅定，成就四果，这四个孩子都已经破坏魔网。”

[134] **时净饭王闻是语已，欢喜踊跃不能自胜，即以自手捉于佛手，着其心上。王于卧处，合掌心礼世尊足下。**

[135] 当时，净饭王听说此语欢喜踊跃，无法抑止，就以自己的手捉着佛的手放在自己心上。国王躺在那里，双手合掌，内心顶礼世尊足下。

[136] **时佛手掌故在王心上，无常对至命尽气绝，忽就后世。**

[137] 当时，佛手掌放在国王心口，当无常一来就命尽气绝，忽然诣至后世。

[138] **于是诸释号叫啼哭，举身自扑两手拍地，解髻乱发同发声言：“永失覆盖！王中尊王今已崩背，国失威神。”**

[139] 当时，释迦种性的人们号叫啼哭，身体扑在地上，两手拍地，有的解下头髻，头发蓬乱，共同出声说：“我们永远失去了庇护者！王中尊王现在已经驾崩，国土也失去了威神。”

[140] **时诸释子，以众香汁洗浴王身，缠以劫贝帛氎，及诸缯绵，而以棺敛，于师子座，七宝庄校，真珠罗网垂绕其傍，举棺置于师子座上，散花烧香。佛共难陀在丧头前，肃恭而立，阿难罗云，住在丧足。难陀长跪白佛：“父王养我，愿听难陀担父王棺。”阿难合掌前白佛言：“唯愿听我担伯父棺。”罗云复白佛言：“唯愿听我担祖王棺。”尔时世尊念当来世人凶暴，不报父母育养之恩，为是当来不孝众生设化法故，如来躬欲担于父王之棺。**

[141] 当时，释子们以各种香汁洗浴王身，在遗体上缠着劫贝帛氎以及各种缯绵，用棺木敛身在狮子座上，七宝庄校，珍珠罗网垂挂在棺木旁边，举棺放在狮子座上，散花烧香。佛和难陀肃恭站立在遗体头前，阿难和罗云站在脚边。难陀长跪请白佛说：“父王养我，愿许难陀担父王棺。”阿难合掌上前对佛说：“愿允许我担伯父棺。”罗云也对佛说：“愿听许我担祖王棺。”当时，世尊念及未来世人心凶暴，不报父母养育之恩，为未来世的不孝众生设教化之法的缘故，如来想亲自担父王棺。

[142] **即时三千大千世界，六种震动，一切众生𡽠峨踊没，如水上船。**

[143] 当时，三千大千世界六种震动，一切众生如同水中船般不断涌没。

[144] **尔时欲界一切诸天，与无数百千眷属俱来赴丧。北方天王毗沙门王，将诸夜叉鬼神之等，亿百千众俱来赴丧；东方天王惟提赖咤，将诸妓乐鬼神之等，亿百千众俱来赴丧；南方天王毗楼勒叉，将鸠槃荼鬼神之等，亿百千众俱来赴丧；西方天王毗留婆叉，将诸龙神亿百千众，俱来赴丧，皆共发哀举声啼哭。**

[145] 当时，欲界一切诸天王以及无数百千天人眷属都来赴丧。北方天王毗沙门王，带着夜叉鬼神等众亿百千数都来赴丧；东方天王惟提赖咤，带领诸多妓乐鬼神等亿百千众都来赴丧；南方天王毗楼勒叉，带着鸠槃荼鬼神等亿百千众都来赴丧；西方天王毗留婆叉，带着鬼神亿百千众都来赴丧，都共同发哀举声啼哭。

[146] **时四天王窃共思议，瞻望佛为当来世诸不孝父母者故，以大慈悲，亲自身担父王棺。时四天王俱共长跪，同时发声俱白佛言：“我等是佛弟子，从佛闻法成须陀洹，以是之故，我曹宜担父王之棺。”**

[147] 那时，四天王私下商议，看到佛为当来世不孝父母者，以大慈悲心想亲自担父王棺。当时，四天王都过来共同长跪，一时发出声音对佛说：“我们是佛弟子，依止佛闻法而成就须陀洹果，以此之故，我们应当担父王棺木。”

[148] **佛听四天王担父王棺。四天王各自变身如人形像，以手擎棺担着肩上，举国人民一切大小莫不啼泣。**

[149] 佛听许四天王担父王棺。四天王各自变成人的形像，用手擎着棺材担在肩上，全国人民大大小小无不啼泣。

[150] **尔时佛威光益显，犹万日并现，如来躬自手执香炉，在前行出诣墓所。**

[151] 当时，世尊威光更加显耀，就像一万个日轮同时出现，世尊亲自手持香炉，在前面走出，到达墓所。

[152] **灵鹫山上有千阿罗汉，以神足力乘虚来至，稽首佛足复白佛言：“唯愿佛敕使作何事。”时佛便告诸罗汉：“汝等疾往大海渚上，取牛头栴檀种种香木。”即受教敕如弹指顷，各到大海共取香薪，屈伸臂顷便已来到。佛与大众共积香薪，举棺置上以火焚之。**

[153] 灵鹫山上有一千阿罗汉以神足力从虚空飞来，顶礼佛足，启白佛说：“唯愿佛命令我们，无论做什么都可以。”当时佛就告诉阿罗汉们：“你们快速前往大海洲岛取牛头栴檀、种种香木。”诸阿罗汉受佛教敕，一弹指的功夫各自到了大海，共同取了香木，在屈伸臂顷就已回来。佛和大众共同堆积香木，把棺材放在上面用火焚烧。

[154] **一切大众见火盛然，皆向佛前，宛转自扑益更悲哭。有得道者皆自庆幸，未获道者心战惶怖，毛衣为竖。**

[155] 一切大众见到烈火炽燃，都在佛面前扑到在地辗转翻滚，更加悲号哭泣。得了圣道者都自感庆幸，没有获圣道者心战栗恐怖，衣毛为竖。

[156] **佛告四众曰：“世间无常苦空非身，无有坚固，如幻如化，如热时炎如水中月，命不久居。汝等诸人，但见此火便以为热，诸欲之火极复过此，是故汝等当自劝勉，求离生死乃得大安。”**

[157] 佛告诉四众说：“世间一切法都没有常住性，都是苦性，都是空的、无我的，并没有自主性，所以都是无坚固，一切都是随缘而现，就像幻事、化影、热时焰、水中月一样虚假一现，随缘而灭，命是不会久住的。你们大家看到这烈火就以为热，实际贪欲之火远远超过它，因此，你们要常常自己勉励求离生死，才能得到长久大安。”

[158] **时火焚烧大王身已。尔时诸王，各各皆持五百瓶乳，以用灭火。火灭之后竞共收骨盛置金函。即于其上便共起塔，悬缯幡盖供养塔庙。时诸大众，同时发声俱白佛言：“大净饭王今已命终，神生何所？唯愿世尊，分别解说。”于时佛告众会曰：“父王净饭是清净人，生净居天。”**

[159] 当时烈火炽燃，转眼间烧完了国王的遗体。当时，诸王各自拿着五百瓶乳汁用来灭火。火灭以后，竞相收拾遗骨，盛在金函中。就在这上共同建塔，悬挂缯带幡盖供养塔庙。当时大众同时出声请白佛说：“大净饭王现已命终，他生在哪里？唯愿世尊为我等解说。”当时佛告诉众会说：“父王净饭是清净人，生到了净居天。”

[160] 听了这则公案，关键要把公案中的主人公和自己对比，想想自身的情况。不做切身地思维，法就没有太大作用，只是听故事。这里要看到净饭王的身份、威德、眷属、果位等，他能不能抗拒死亡？他是功德巍巍的帝王，特别有道德、有福报，而且证了圣果。他是佛的父亲，佛亲自来看视疾病，却不能延长他的寿命，佛用金掌放在他心口，却不能挽救死亡，当寿命尽的时候，立即就现前死亡。

[161] 我们是一个渺小的人，我们有没有佛这样的眷属亲自来看望、作加持？有没有净饭王那么大的帝王的福德、威德、道德？我们的身心很不清净，福报又这么小，处境上有非常多的困难，这样哪里能不死呢？净饭王都要死，何况我们？佛来到他身边，也是安慰他，让他不要忧愁：你的心垢已离，现在应该欢喜，应当思维法，万法都是不坚牢的，要得坚固心来种善根。并没有说可以不死。

[162] 从这里要知道，身体要死是决定的，不可能在这个世间永远安住，应当看清这个微沫的身体没有实义，一定要用它及时来修坚实圣法。我们要反反复复从公案里体会这个意思，而且要在自身上去看：我是如何的？我能不能免去死亡？我的结局是什么？我现在应当做什么？等等。

[163] 思考题

[164] 1、净饭王涅槃的情形如何？你从中得到了哪些启发？

## 04

### **释迦姨母大爱道泥洹记(出《佛母泥洹经》)**

[165] **王园精舍，大爱道比丘尼，即佛姨母也，将欲灭度曰：“吾不忍见世无如来、无所著、正真道、最正觉，及诸应真灭度，吾当先息灵还于本无矣。”**

[166] 王园精舍大爱道比丘尼也就是佛姨母，快要涅槃时说：“我不忍心见世上没有如来、应供、正遍知、无上正等正觉，以及诸阿罗汉灭度，我应当先息止灵神还于本无之地。”

[167] **佛一切智具照其心，即告阿难：“大爱道念曰：‘吾不忍见世尊并诸应真泥洹，欲先灭度。’”阿难闻教即稽首言：“今闻尊命四体萎堕，心塞智索，不识四方之名。”**

[168] 佛一切智完全照了大爱道的心，于是告诉阿难：“大爱道心想：‘我不忍见世尊和诸阿罗汉涅槃，想先灭度。’”阿难听后就稽首说：“现在听世尊这样说，我四肢无力，心像闭塞了一样，搞不清东南西北了。”

[169] **佛告阿难：“汝谓大爱道灭度，将戒定慧解脱度知见种、四意止，乃至八品道行去耶？”对曰：“不也！但惟佛生七日太后薨，慈母至有弘恩在佛所耳。”**

[170] 佛告诉阿难：“你认为大爱道灭度，戒、定、慧、解脱、解脱知见、四念住乃至八圣道行就不再见到，而心识迷闷吗？”阿难说：“不是，世尊！我只是想到佛生下七天太后驾崩，慈母对佛有很深的恩。”

[171] **世尊叹曰：“如汝所言，慈母于吾实有乳哺重恩，此惠难报吾已报之。我亦有难算之恩在母所也，由我开示归命三宝，苦习尽道眼明朗，尽诸有结获无所著。若人能悟愚者之惑，令入真正苦习尽道者，恩过须弥。是故阿难！吾有重恩于大爱道为无量也。”**

[172] 世尊叹道：“就像你所说的，慈母对我实有哺乳深恩，此恩难报，我已报答。我也有难以衡量的大恩在慈母处，由我开示，她才归命三宝，对于苦集灭道四谛开启法眼，断尽烦恼，获得无所耽著。如果有人能晓悟愚者的迷惑，让他们入到真实的四圣谛中，这个恩德比须弥山还重。所以，阿难！我对大爱道有很重的恩德，无法计量。”

[173] **于时大爱道与除馑女五百人俱到佛所，皆头面着佛足，礼退叉手立白佛言：“不忍睹佛及诸应真灭度，欲先泥洹。”佛默可之。**

[174] 当时，大爱道和五百比丘尼一同来到佛处，都头面顶礼佛足。礼拜后倒退，双手合十，站着对佛说：“不忍心见到佛和诸阿罗汉灭度，我们想先涅槃。”佛默然答应。

[175] **大爱道以手摩佛足曰：“此晚睹如来最正觉，自今不复睹矣。”五百除馑陈辞如上。佛可之，为说身患灭度之安。诸除馑女莫不欢喜，绕佛三匝稽首而去。**

[176] 大爱道用手摸着佛的双足说：“今晚最后见如来无上正等正觉，以后不再见了。”五百比丘尼也像这样诉说。佛听许，为她们讲说五取蕴过患、涅槃的安乐。比丘尼们无不欢喜，绕佛三匝，顶礼而去。

[177] **还于精舍布五百座皆各就座。大爱道现神足德，于自座没从东方来，在虚空中作十八变，八方上下亦复如是，放大光明以照诸冥，上耀诸天。五百除馑变化俱然，同时泥洹。**

[178] 五百比丘尼回到精舍，布置五百个座位，各自就坐。大爱道显现神足功德，在自己的法座上隐没，从东方而来，在虚空中做十八种变化，在其他九方也是如此，放大光明普照冥暗处，光明向上朗照诸天。五百比丘尼也如是变化，一同涅槃。

[179] **佛告阿难：“汝明旦入城到耶游理家所，告之曰：‘佛母及五百耆年除馑，皆已灭度。佛劝理家，作五百舆床，麻油、香花、樟楠、梓材事各五百，真妓正音当以供养。所以者何？斯诸除馑皆六通四达，获空、不愿、无想净定，今得泥洹为佛所叹，一时供养其福无量。’”**

[180] (“理家”指优婆塞。优婆塞受戒在家，故名“理家”。)

[181] 佛告诉阿难：“你明早进城到耶游优婆塞那里，告诉他们说：‘佛的姨母和五百长老比丘尼都已涅槃。佛劝理家们做五百车床，麻油、香花、樟楠、梓材，每一种都有五百个，用真正的音乐作供养。为什么呢？这些比丘尼们都证得了六通四达，获得空、无相、无愿三摩地，现在得以涅槃，是佛所赞叹的圣者，一时供养能得无量福报。’”

[182] **阿难稽首敬诺。平旦入城，至理家门。闻阿难来心怖毛竖：“今来甚早斯事非恒，将以何故？”**

[183] 阿难顶礼，恭敬奉命。到了第二天清早，他进城到了理家门口。理家们听说阿难来了心中惊恐，汗毛都竖起来了，说道：“尊者今天来得很早，不像往常，发生什么事了？”

[184] **阿难如教具为宣说。理家闻之即躄身于地，抗哀而云：“自今惟耶梨精舍都为空寂，王道四街不复睹神通除馑，国道为空，其痛何甚乎！”**

[185] 阿难按照佛的吩咐，具体给他们讲了情况。理家们听后当即扑倒在地，哀声说道：“以后惟耶梨精舍都变空无了，在王道四街上再也见不到示现神通的比丘尼们，国家也空了，真是太可悲了！”

[186] **阿难答曰：“佛说：乾坤虽久始必有终，三界无常如幻如梦。生求不死，会冀不离者，终不可得也。”理家心解欢喜。**

[187] 阿难对他们说：“佛说：天地虽然长久，但有始必定有终，三界无常，一切法都没有常住性，只是暂时因缘一现，如同幻梦。生者希求不死，聚会希求不离，是终究不可得的。”理家们听后心中开解欢喜。

[188] **阿难复至诸梵志理家，值集在讲堂有异论议，即告之曰：“佛劝诸贤者，作五百祭具。所以然者？佛母五百除馑，皆以灭度。”梵志理家闻阿难言，靡不躄地宛转哀号。**

[189] 阿难又去诸梵志理家那里，刚好他们聚会在讲堂里做各种论议，就告诉他们说：“佛劝诸贤者做五百祭具。为什么呢？昨天佛的姨母和五百比丘尼都灭度了。”梵志理家们听了阿难的话，无不扑身在地，宛转哀号。

[190] **阿难又说：“三界如幻都为非常，身为苦器恼痛所聚，唯泥洹安，故圣归之也。”理家心解稽首奉办。**

[191] 阿难又给他们解释三界一切法都像幻化，都是无常，身是苦器，是各种心恼身痛所集会处，只有涅槃才是安宁之所，所以圣者们归于涅槃。理家们听后心里开解，顶礼奉命承办。

[192] **阿难还至佛所，如事以闻。梵志理家，即备葬具驰诣精舍。**

[193] 阿难回到佛这里如实汇报。梵志理家们马上备办葬具，向精舍奔过来。

[194] **时王园门闭，理家使人缘入开门，欲入讲堂。有女沙弥三人，一人得不还道，次者频来，小者沟港，告理家曰：“吾师坐禅今得寂定，慎勿扰动。”答曰：“师已灭度非为定也。”沙弥闻之躄身绝息，有顷乃苏，哀而曰：“谁当教诲吾等？圣训绝矣！”理家睹之莫不哀泣，告沙弥曰：“佛本说经，恩爱虽会终必有离，但当建志力取应真。”**

[195] 当时，王园精舍的门关闭了，理家们叫人从旁边进去开门，想要进讲堂。有三个女沙弥，一个得了三果，一个得了二果，小的是初果，告诉理家们说：“我师父们在坐禅，现在正入定，不要干扰她们。”回答说：“师父们已经圆寂了，不是入定。”女沙弥们听了当时就扑身在地，昏迷过去。过了一段时间才苏醒过来，悲哀地说：“以后谁来教诲我们？圣训已断！”理家们看了无不悲伤哀泣，告诉女沙弥们说：“佛一向说经，虽然有恩爱聚会，但终究别离，所以唯一要建立志愿，努力取得阿罗汉果位。”

[196] **理家阇维毕，捧舍利诣佛所。佛告阿难：“汝东向叉手，下右膝曰：‘有直信直业、三神六智、道灵已足者，皆来赴斯。所以然者？佛母及诸除馑女五百人，今皆善逝，宜当法会。四方俱然。’”**

[197] 理家们荼毗完毕，捧着舍利到佛这里。佛告诉阿难：“你现在向着东方双手合掌，右膝著地说：‘有直信直业、具三神六智、道灵已足的人都来这里。为什么呢？佛的姨母和五百比丘尼现在都圆寂了，应当参与法会。向着南方、西方、北方都如是宣说。’”

[198] **于是四方各二百五十应真，神足飞来稽首佛足。佛起至大爱道舍利所，千比丘从皆就座。**

[199] 阿难这样祈请后，四方各有两百五十位阿罗汉，以神足通飞来，顶礼佛足。佛起身到大爱道舍利处，一千比丘随从都入座。

[200] **佛告阿难：“取舍利盛之以钵，着吾手中。”阿难如命以钵盛舍利，长跪授佛。佛以两手受之，告诸比丘：“斯聚舍利本是秽身——凶、愚、急、暴、嫉妒、阴谋、败道坏德，今母能拔女人凶愚之秽，为丈夫行，获应真道，迁灵本无，何其健哉！”**

[201] 佛对阿难说：“你取舍利放在钵中，再放到我手上。”阿难按吩咐以钵盛好舍利，长跪交给佛。佛以双手接受，对比丘们说：“这些舍利本是秽身——凶、愚、怒、暴、嫉妒、阴谋、败道坏德，现在姨母能拔掉女人凶愚暴恶的秽身，做大丈夫之行，得到阿罗汉道，心识迁于本无，多么崇高明智！”

[202] **告比丘众及诸理家：“宜共兴庙，应修供养。”佥曰：“唯然！”于是四众天人鬼龙，造庙立刹种种供养。**

[203] 佛告诉比丘众和理家们：“应当共同兴建庙宇，应修供养。”大家都说：“唯然世尊！”于是四众天人鬼神龙族造庙立刹，作种种供养。

[204] 这一则无常事例中，大爱道比丘尼是从小抚养佛的姨母，后来成为比丘尼众的领袖，是大阿罗汉的身份。她所带领的五百比丘尼个个都是证得六种神通，得到空、无相、无愿三摩地的圣人，但是她们都示现无常，这以后就不可能在世间多停留一个刹那。

[205] 她们所要示现的意义，就像阿难对居士们的回答那样。佛说了，乾坤虽然很长久，就像我们前面所说，天地形成以后，经过漫长的劫数，但有始就一定有终，这是无常的大规律。三界都是这样不常住，像梦幻一样，如果想求有生的法不死、会遇的法不别离，那终究不可得。我们在前面了解了大三灾，就知道世界最终是苦的结局，最终要坏灭，无有实义。而在这其中生存的身体就更是泡沫了，它只是一个苦器——各种苦恼的积聚处，最终要坏灭一空，一点都留不住。所以，只有涅槃是大安乐，应当借虚假之身，一心寻求无为涅槃大道。

[206] 这就是大爱道比丘尼及五百阿罗汉尼为我们示现、作教导的地方，让我们感到无常，感觉这世界不可久留。她们想到佛等马上涅槃，不忍心看到佛和阿罗汉们一个个涅槃的景象，所以想提前走掉。像这样，我们在这世间当然也会一个个走掉。这些大圣人们在佛世中得到阿罗汉果，是国家中法道的持有者，但也终将显现无常，在这世上连影子也不留下，是这样的事实。对比思维，我们这样渺小的人，一个凡夫之躯，由烦恼和业的机关在掌控，有限的寿数、福德能活多久呢？他们都得了六神通，能飞行自在，能见到极广阔的现相，而且得到漏尽通，没有烦恼，他们尚且不能免于无常，而我们的见识这么狭小，除了自身一点虚假感受外，其他方面几乎处在盲然不识的地步，而且烦恼相续不断，业力非常深重，我们能活多久呢？就像航空飞机最终都要无常，何况我们这样的老牛拉破车，哪里能不朽坏、不最终坏灭呢？这样想后就知道，自己必然要死，这个身保不住，没有意义，一定要趁着有限的光阴尽量去修有实义的法。

[207] 思考题

[208] 1、大爱道比丘尼及五百阿罗汉尼涅槃的情形如何？对此如何思维而转心？

## 05

### **释种灭宿业缘记(出《长阿含经》)**

[209] **尔时波斯匿王新绍王位，便作是念：“我今新绍王位，先应取释种家女。”即告一臣曰：“往迦毗罗卫，至释种家持我名字，告彼释种云：‘波斯匿王问讯兴居轻利，致问无量。’又语彼释种：‘欲取释种女，设与我者抱德无已，若见违者当以力相逼。’”**

[210] 当时，波斯匿王新继王位，就这样想：“我现在刚刚登基做王，先应娶释迦种姓的女子为妃。”就告诉一个大臣说：“你去迦毗罗卫，到释种家说我的名字，告诉他们释迦种性的人说：‘波斯匿王问讯起居轻利，致问无量。’再对他们释种说：‘大王想娶释种女子，假使答应，感恩无尽；如果违背，就以武力相逼。’”

[211] **大臣受教，往告迦毗罗卫国。尔时释种，五百人集在一处。是时大臣，至释种所具宣王言。释种闻已极怀瞋恚：“吾等大姓，何缘当与婢子结亲？”其众中或言当与，或言不可与。尔时摩诃男语众人言：“诸贤！勿共瞋恚。所以然者？波斯匿王为人暴恶，或坏我国界，我今躬自当往，与共相见说此事情。”**

[212] 大臣奉命去告诉迦毗罗卫国的人。当时释迦种性五百人集会一处，大臣来到释种这里具体宣告了国王的意思。释种听后生很大嗔恚：“我们是大姓之家，凭什么跟婢女的儿子结亲？”众人中有的说应该给，有的说不可以给。当时摩诃男对大家说：“诸贤！不要嗔恚。什么原因呢？波斯匿王为人凶恶，或许会摧坏我国界，我现在亲自去跟他相见，说明此事。”

[213] **时摩诃男家中婢生一女，面貌端正世之希有。沐浴此女，与着好衣载羽葆车，送与波斯匿王言：“此是我女可共成亲。”时波斯匿王得此女极怀欢喜，即立此女为第一夫人。时此夫人到此数日而身怀妊，后生一男儿，端正无双世之殊特。**

[214] 当时，摩诃男家中有个婢女生了一个女孩，美丽端庄世间少有。于是让这个女孩沐浴，穿著漂亮衣服，坐在羽葆车里，送给波斯匿王，对国王说：“这是我女儿，可以与国王成亲。”当时，波斯匿王得到此女特别欢喜，就立这个女子为第一夫人。那时，夫人嫁过去没几天就怀孕了，后来生下一个男孩，相貌端正得无人能比，与众不同。

[215] **时波斯匿王集诸相师，与子立字。时相师言：“大王当知，求夫人时诸释共诤，或言不与，使彼此流离，今当立名名曰‘流离’。”**

[216] 当时，波斯匿王集合诸相师给孩子取名。相师们说：“大王要知道，当初求夫人的时候，释迦族众人争论，有人说不应该给，使得彼此流离，现在应该给孩子取名，名为‘流离’。”

[217] **时波斯匿王，爱此流离太子未曾去前。年向八岁王告之曰：“汝今已大，可诣迦毗罗卫学诸射术。”是时波斯匿王给诸使人，乘大象往诣释家至摩诃男言：“波斯匿王使我至此学诸射术，唯愿祖父母事事教授。”时摩诃男报言：“欲学术者善可习之。”是时摩诃男释种，集五百童子使共学术。时流离太子共学射术。**

[218] 那时，波斯匿王很爱这个流离太子，从来不离身边。到了八岁时，国王对他说：“你现在已经大了，可以去迦毗罗卫学习射击技术。”当时，波斯匿王让诸使者跟着太子，乘大白象前往释迦种族，到摩诃男家里，说道：“波斯匿王让我来这里学习射术，唯愿祖父母事事教授。”那时摩诃男回答说：“想学技术可以好好学。”这时，摩诃男释种集合五百童子，让他们共同学习射术。那时，流离太子和五百童子共同学习射术。

[219] **尔时迦毗罗城中新起一讲堂，自相谓言：“今此讲堂成来未久，画彩已竟，犹如天宫。我等先应请如来于中供养，及比丘僧，当令我等受福无穷，然后我等当入此堂。”**

[220] 那时，迦毗罗卫城中新盖了一座讲堂，这些人彼此说道：“现在这座讲堂新建成不久，绘好了彩图，像天宫一样美丽。我们先应该请如来在里面供养，比丘僧也是如此，这样会使我们得到无穷的福报，然后我们再进这座讲堂。”

[221] **是时释种即于堂上，敷种种坐具，悬缯幡盖，香汁洒地，烧众名香，复储好水，然诸明灯。是时流离太子往至讲堂，即升师子之座。时诸释种见之极怀瞋恚，即前捉臂逐出门外，各共骂之：“此婢生物敢入座！”扑之着地。**

[222] 那时，释种人们就在堂上施设各种坐具，悬挂缯带、幡盖，用香水洒地，烧各种名香，又储存了好水，燃各种明灯。当时，流离太子来到讲堂，直接升到狮子座上。当时，释种人见了特别生气，往前捉住他的手臂赶出门外，都共同骂他：“这个婢女生的东西竟敢入狮子座上坐！”气不过，还把他扑倒在地。

[223] **是时流离太子即从地起，长叹息而视后。是时有梵志子名曰‘好苦’，流离太子语好苦梵志子曰：“此诸释种骂我毁辱，乃至于斯，我后绍王位时，汝当告我此事。”**

[224] 当时，流离太子就从地上起来，他长长地叹息看着后面。当时有个婆罗门的孩子叫做“好苦”，流离太子对好苦梵志子说：“这些释种们骂我、侮辱我到这个地步，我以后继承王位时，你要告诉我这件事。”

[225] **是时好苦梵志子报曰：“如教！”**

[226] 当时好苦梵志子回答说：“遵命！”

[227] **是时波斯匿王命终，便立流离太子为王。时好苦梵志至王所而作是说：“王当忆本释所毁辱。”时流离王报曰：“我忆本事。”时流离王兴起瞋恚，敕诸群臣：“汝等速严驾集四部兵，吾欲往征释种。”诸臣即受王教，令即云集四种之兵，往至迦毗罗越。**

[228] 后来波斯匿王命终，就立流离太子为王。这时，好苦梵志来到国王这里，这样说道：“国王还记得原先释迦种性的人毁辱您吗？”这时流离王说：“我记得从前的事。”当时，流离王发起嗔怒，下令群臣：“你们赶紧严备车马，集合四部兵众，我要征讨释迦族。”大臣们遵从国王命令，当即集合四种军队，浩浩荡荡往赴迦毗罗越。

[229] **尔时众多比丘，闻流离王往征释种，具白世尊。是时世尊闻此语已，即往逆流离王，便在一枯树下无有枝叶，于中结跏趺坐。**

[230] 当时，比丘们听说流离王要征讨释迦族，就秉白世尊。那时，世尊听到这个话后就去迎接流离王，坐在一棵没有枝叶的枯树下，在下面结跏趺坐。

[231] **时流离王遥见世尊，即下车礼足在一面立。尔时流离王白世尊言：“更有好树树枝繁茂，何故在此枯树下坐？”世尊告曰：“亲族之荫故胜外人。”是时流离王便作是念：“今日世尊故为亲族，吾不应往征，宜可齐此还归本土。”**

[232] 那时，流离王远远见到世尊，就下车顶礼世尊双足，在一面站立。这时，流离王对世尊说：“还有枝繁叶茂的好树，为什么在这棵枯树下坐？”世尊告诉说：“亲族的荫凉当然胜过外人。”这时，流离王就这样想：“今天世尊特意为了亲族来到这里，我不应该征讨释迦族，应当到此为止就回到本国。”

[233] **是时好苦梵志，复白王曰：“王当忆本释种所辱。”王闻此语已，复集兵诣迦毗罗越。**

[234] 那时，好苦梵志又对国王说：“国王应当记得原先释迦种怎么侮辱您。”国王听了这话后，再次集合兵众往赴迦毗罗越。

[235] **大目揵连闻流离王往征释种，白世尊言：“今日流离王往攻释种，我今堪任使流离王及四部兵掷着他方世界。”世尊告曰：“汝岂能取释种宿缘，着他方世界乎？”时目连白佛言：“实不堪任使宿因缘着他方世界。”尔时世尊语目连：“汝还就座。”**

[236] 大目犍连听到流离王征讨释迦族，对世尊说：“今天流离王正在往攻释迦族，我现在能把流离王和他的四部军兵扔到他方世界。”世尊说：“你能取释迦族宿缘放在他方世界吗？”当时，目犍连回答佛说：“我确实不能把宿世因缘放在他方世界。”那时，世尊对目犍连说：“你回去就坐。”

[237] **目连复白佛言：“我今堪任移此迦毗罗越着虚空中。”世尊告曰：“汝今堪能移释种宿缘着虚空中乎？”目连报言：“不也世尊！”佛告目连：“汝今还就本位。”**

[238] 目连又对佛说：“我现在能把整个迦毗罗越地区移到虚空中。”世尊说：“你现在能把释迦种族宿世因缘移到虚空中吗？”目连回答说：“不能，世尊！”佛告诉目连：“你现在回去就坐。”

[239] **目连复白佛言：“愿听许，以铁笼覆迦毗罗越城上。”世尊告曰：“云何目连！能以铁笼覆释种宿缘乎？”目连白佛：“不也世尊！”佛告目连：“释种今日宿缘已熟，今当受报。”**

[240] 目连还是很着急，又上前对佛说：“唯愿世尊听许，我能以铁笼覆盖在迦毗罗越城上保卫释迦族。”世尊说：“目连！你能以铁笼覆盖释迦族的宿世因缘吗？”目连对佛说：“不能，世尊！”佛告诉目连：“释迦种族今天宿缘已经成熟，现在要受报应了。”

## 06

[241] **是时流离王，往诣迦毗罗越。时诸释种复集四部之众，一由旬中，往逆流离王。**

[242] 那时，流离王往赴迦毗罗越城。当时，释迦种族的人集合四部兵众，在一由旬内迎接流离王。

[243] **是时诸释一由旬内，遥射流离王。或射耳孔不伤其耳，或射头髻不伤其头，或射弓弦不害其人，或射铠器不伤其人，或射床座不害其人，或射车坏轮不害其人，或坏幢麾不害其人。是时流离王见此事已，便怀恐怖，告群臣曰：“汝等观此箭为从何来？”群臣报曰：“此诸释种，去此一由旬中射箭使来。”流离王报言：“彼设发心欲害我者，并当死尽，宜可于中还归舍卫。”**

[244] 当时，释迦种的神射手们在一由旬内远射流离王。有的射中耳孔不伤其耳，有的射到头髻不伤其头，有的射掉弓弦不害其人，有的射中铠器不伤其人，有的射掉座位不伤其人，有的射坏车轮不害其人，有的射掉幢麾不害其人。这时，流离王见到这个情况非常恐惧，对群臣说：“你们看这箭从哪里来？”群臣回答说：“这是释迦种族的人在离这里一由旬的地方射箭过来。”流离王答复说：“他们假使心里想伤害我，那我决定会死掉，我们应该中途撤退，返回舍卫国。”

[245] **是时好苦梵志，前白王言：“大王勿惧，此诸释种皆共持戒，虫尚不害，况害人乎？今宜前进必坏释种。”是时流离王渐渐前进向彼释种，是时诸释退入城中。**

[246] 当时，好苦梵志上前对流离王说：“大王别怕，这些释迦种性的人都持戒，连小虫都不害，哪里会害人？现在应当前进，一定能摧坏释迦族。”那时，流离王听信后渐渐向着释迦种族前来，当时释种们都退入城中。

[247] **时流离王在城外而告之曰：“汝等速开城门，若不尔者尽当杀之。”时迦毗罗越城，有释童子年向十五名曰“舍摩”，闻流离王今在门外，即着铠持仗至城上，独与流离王共斗。是时舍摩童子，多杀害众人，各各驰散。并作是说：“此是何人？为是天耶？为是鬼神耶？遥见如似小儿。”是时流离王便怀恐怖即入地孔避之。时释种闻坏流离王众，是时诸释即呼舍摩童子，而告之曰：“年幼小儿，何故辱我等门户？岂不知诸释修行善法乎？我等尚不能害虫，况复人命耶？我等亦能坏此军众，一人敌万人，然我等复作是念：杀害人命死入地狱，若生人中寿命极短，汝去，不须住此。”是时舍摩童子即出国去。**

[248] 那时，流离王站在城外对他们说：“你们快开城门，否则就把你们杀光。”当时，迦毗罗越城里有个释迦族的童子，才十五岁，名叫“舍摩”，听到流离王正在城外，就著铠持仗跑到城上，独自和流离王的军队共战。当时，舍摩童子杀了很多人，他们各自溃逃，并这样说：“这是什么人？是天吗？还是鬼神？远远看去，好像是个小孩。”那时，流离王就怀着恐惧躲到地洞里面。当时，释迦种人听说流离王兵众被击败，释迦种们叫来舍摩童子，对他说：“你年纪幼小，为什么侮辱我们释迦门户？你不知道释迦种族修行善法吗？我们尚且不能害虫蚁的性命，何况人命呢？我们也能击败军众，一人敌万人，但我们又这样想：杀害人命死了后会堕地狱，如果生在人中寿命也极短少，你离开吧，不必住在这里。”当时，舍摩童子就被大家驱逐出国了。

[249] **是时流离王复至门中：“速开城门不须稽留。”是时诸释自相谓言：“可与开门？为不可乎？”尔时弊魔波旬作一释形：告诸释言：“汝等速开城门勿共受困。”是时诸释即开城门。**

[250] 这时，流离王又到了门中，说道：“快开城门，不必延迟。”当时，诸释种们彼此说道：“现在可以开门吗？还是不可以？”那时，魔王波旬变成一个释迦种族的人，告诉诸释种说：“你们快开城门，不要共同在这里受困扰。”这时，诸释种们就开了城门。

[251] **时流离王告群臣曰：“今此释众人民极多，非刀剑所能害尽，悉取埋脚地中，然后使暴象踏杀。”尔时群臣受王教敕，即以象踏杀之。时流离王敕群臣曰：“汝等速选面手释女取五百人。”时诸臣受王教令，即选五百端正女人，将诣王所。**

[252] 当时，流离王对群臣说：“现在释迦种族人口特别多，不是刀剑能杀完的，应当把他们都抓来，把脚埋在地里，然后让暴象踏死他们。”那时，群臣接受国王的敕令，当即用象踏杀释迦种人。当时，流离王又敕令群臣说：“你们选一些美貌的释迦族女人，带五百个人来。”当时，诸臣受王教令，选了五百个美貌的女人带到国王这里。

[253] **是时摩诃男释至流离王所，而作是说：“当从我愿。”流离王言：“欲何等愿？”摩诃男曰：“我今没在水底随我迟疾，使诸释种并得逃走，若我出水随意杀之。”流离王曰：“此事大佳。”**

[254] 这时，摩诃男释种到了流离王这里，这样说道：“你应该顺我一个愿。”流离王问：“你有什么愿？”摩诃男说：“我现在沉在水底，随着我沉在水中的时间长短，这段时间里让释迦族人自由逃走；如果我出水，你可以随意杀戮。”流离王说：“这事很好，可以。”

[255] **是时摩诃男释即入水底，以头发系树根而取命终。是时城中诸释，从东门出复从西门入，从南门出还从北门入。是时流离王告群臣曰：“摩诃男父何故隐在水中，如今不出？”尔时诸臣闻王教令，即入水中出之，摩诃男已取命终。尔时流离王，以见摩诃男命终，王方悔心：“我今祖父已取命终，皆由爱亲族故，设当知者，终不来攻伐此释种。”**

[256] 这时，摩诃男释种就沉入水底，把头发绑在树根上自尽。当时，城中的诸释迦种人从东门出又从西门入，从南门出又从北门入。这时，流离王告诉群臣说：“祖父摩诃男怎么隐在水中到现在还不出来？”当时，群臣听从国王的教令，就入水把他扶出，摩诃男已经命终。当时，流离王见到摩诃男命终，才生起后悔心说：“现在我祖父已经死了，都是由于爱亲族的缘故，假使我知道，终究不来讨伐这些释迦种族。”

[257] **是时流离王杀九千九百九十万人，流血成河，绕迦毗罗越城，往诣尼拘留园中。**

[258] 那时，流离王杀了九千九百九十万人，血流成河，血水绕着迦毗罗越城流入尼拘留园中。

[259] **是时流离王语五百释女言：“汝等慎莫愁忧，我是汝夫，汝是我妇，要当相接。”时流离王捉一释女而欲弄之，时女曰：“大王欲何所为？”时王报言：“欲与汝情通。”女曰：“我今何故，与婢生种情通？”是时流离王甚怀瞋恚，敕群臣曰：“速取此女，刖其手足着深坑中。”诸臣受教刖其手足掷着坑中。及五百女人皆骂王言：“谁持此身与婢生种共交通？”时王瞋恚尽取五百释女，刖其手足着深坑中。是流离王坏迦毗罗越已，还诣舍卫城。**

[260] 那时，流离王对五百释迦女说：“你们不要忧愁，我是你们的丈夫，你们是我的妻子，要彼此相接。”当时，流离王抓着一个释迦女想玩弄她。当时女子说：“大王想干什么？”这时国王回答说：“想跟你交会。”女子说：“我现在为什么跟婢女的儿子交会？”这时，流离王特别嗔恚，敕令群臣说：“赶紧砍掉这女人的手脚，扔到深坑里去。”诸臣受教砍去她的手脚扔到坑中。五百女人都骂国王：“谁以此身跟奴婢的儿子彼此交通？”这时国王嗔恚，把五百释迦女全部抓去，削掉她们的手足扔到深坑里。当时，流离王摧坏迦毗罗越城后返回舍卫城。

[261] **尔时祇陀太子在深宫中，与诸妓女共相娱乐。王闻作妓声，即敕御者：“汝回此象诣太子所。”是时守门人，遥见王来而白王言：“王徐行，祇陀太子今在宫中自娱，勿相触娆。”是时流离王，即时拔剑取守门人杀之。祇陀王子，闻流离王在门外，便出与王相见：“善来大王！可入小停驾？”时流离王报言：“岂不知吾与诸释种共斗乎？”祇陀对曰：“闻之。”流离王报言：“汝今何故与妓女游戏，而不佐我耶？”祇陀报言：“我不堪任杀害众生。”是时流离王极怀瞋恚，即复拔剑斫杀祇陀。**

[262] 当时，祇陀太子正在深宫中和诸歌女舞女们一起娱乐，国王听到歌舞的声音，就下令车夫：“你回转这头大象，前往太子处。”这时守门人远远见到国王来了，就对国王说：“国王慢走，祇陀太子正在宫中娱乐，不要彼此触恼。”这时，流离王立即拔剑把守门人杀掉。祇陀太子听说流离王在门外，就出来跟国王相见：“善来大王！可否稍微停下进来坐？”当时流离王回复说：“你不知道我和释迦种族战斗吗？”祇陀回答说：“知道。”流离王说：“那你现在为什么和歌女们游戏，而不辅佐我作战？”祇陀回答说：“我不能杀害众生。”这时，流离王生起极大嗔恚，立即拔剑杀死了祇陀。

[263] **尔时世尊，以天眼观祇陀王子，以取命终生三十三天。**

[264] 当时，世尊以天眼观察，祇陀王子当即命终，生在三十三天。

[265] **是时五百释女，自归称唤如来名号：“如来于此间出家学道，而后成佛，今受此毒痛，世尊何故而不见忆？”尔时世尊以天耳清彻，闻诸释女称怨向佛，将诸比丘往至迦毗罗越。时五百释女，遥见世尊将诸比丘来，皆怀惭愧。尔时释提桓因及毗沙门王在世尊后，顾语释提桓因言：“此诸释女皆怀惭愧。”释提桓因即以天衣覆此女上。尔时世尊告毗沙门王曰：“此诸女人饥渴日久。”毗沙门王即办自然天食，与诸释女皆悉充足。**

[266] 那时，五百释迦女归命呼唤如来名号：“如来在这里出生，也在这里出家学道，而后成佛，现在我们受这样的极度苦毒，世尊为什么不见不忆呢？”当时，世尊以天耳清澈，听到诸释迦女向佛称怨，就带着比丘们前往迦毗罗越。这时，五百释迦女远远见到世尊带着诸比丘们前来都怀着惭愧。那时，释提桓因和毗沙门王在世尊身后，世尊回头对释提桓因说：“这些释迦女们都心怀惭愧。”释提桓因就以天衣覆盖在这些女人身上。当时，世尊对毗沙门王说：“这些女人已经饥饿、干渴很长时间了。”毗沙门王就去置办自然天食给诸释迦女，她们都得以饱足。

[267] **世尊渐与诸女说微妙法，苦习尽道尽与说之。尔时诸女，诸尘垢尽得法眼净，各于其所而取命终，皆生天上。**

[268] 世尊渐渐对诸女宣说微妙法，苦集灭道四谛法全部作了开示。当时，诸释迦女尘垢消尽得法眼净，各自在当处命终，都生在天上。

[269] **尔时世尊诣城东门，见城中烟火洞然。尔时世尊，往诣尼拘留园中坐，告诸比丘：“我昔在中与诸比丘说法，如今空墟无有人民，自今以后如来更不复至此。”从座起去，往舍卫祇树给孤独园，告诸比丘：“今流离王及此兵众，却后七日尽当磨灭。”**

[270] 那时，世尊来到城东门，看到城中烟火洞然，整座城市都烧空了。当时，世尊前往尼拘留园中安坐，告诉诸比丘们：“我从前在这里给诸比丘们说法，现在城市变成了废墟，人民也没有了，从今以后如来再不来这里了。”佛从座位起来，到舍卫国祇树给孤独园去，告诉诸比丘们：“现在流离王和他的那些兵众，七天后会全部灭尽。”

[271] **是时流离王闻世尊记，闻已恐怖告群臣曰：“如来今记却后七日，我及兵众尽当没灭，汝等观外境无有盗贼、水火灾变、来侵国者？何以故？诸佛如来语无有二。”**

[272] 当时，流离王听说了世尊的授记，听后特别恐惧，告诉群臣说：“如来现在授记，七天以后我和兵众都要毁灭，你们去看看外面有没有盗贼、水火灾变以及前来侵略国家者？为什么呢？诸佛如来的语言没有两样，一定会应验。”

[273] **尔时好苦梵志白王：“王勿恐惧，今外境无难亦无灾变，今日大王快自娱乐。”流离王言：“梵志！当知佛言无异。”**

[274] 这时，好苦梵志对国王说：“大王！不要害怕，现在外面没有战难、盗贼，也没有灾变，今天大王应当好好地娱乐。”流离王说：“梵志！要知道佛的话是不会有错的。”

[275] **时流离王，使人数日，至七日头。王大欢喜踊跃，不能自胜，将诸兵众及诸婇女，往阿脂罗河侧而自娱乐。**

[276] 那时，流离王叫人数日子。说已经到第七天了。流离王认为没事了，特别欢喜踊跃，情不自禁，带领诸兵众和诸宫女前往阿脂罗河边娱乐消遣。

[277] **即于彼处，卒大雷震非时云起，暴风疾雨。时流离王及兵众，尽为水所漂皆悉消灭，身坏命终入阿鼻地狱。复有天火烧城内宫殿。尔时世尊以天眼观见流离王及四种兵，皆悉命终入地狱中。**

[278] 就在那里突然响起一阵大雷鸣，非时的乌云聚起，刮起急骤的大风，暴雨倾盆而下。当时，流离王和兵众们全部被水所淹，都灭尽无余，身坏命终堕入阿鼻地狱。又有天火烧掉城内和所有宫殿。当时，世尊以天眼观察，见到流离王和四部兵众全部命终，堕在地狱里。

[279] **尔时诸比丘白世尊言：“流离王及四部兵，今已命终为生何处？”世尊告曰：“流离王者今入阿鼻地狱中。”**

[280] 当时，诸比丘请问世尊：“流离王和四部兵众现在已经命终，他们生在哪里？”世尊告诉说：“流离王他们现在堕在阿鼻地狱里。”

[281] **诸比丘白言：“今此释种昔作何因缘，今为流离王所害？”**

[282] 诸比丘们又问：“释迦种族过去做了什么因缘，现在被流离王等杀害？”

[283] **尔时世尊告诸比丘：“昔日之时，此罗阅城中有捕鱼村，时世饥俭人食草根，一斗金贸一斗米。彼村中有大池水，又复饶鱼，时罗阅城中，人民之类，往至池中捕鱼食之。”**

[284] 那时，世尊告诉诸比丘们：“往昔世中，这罗越城里有个捕鱼村，当时世上闹饥荒，人吃草根，一斗金换一斗米。那个村里有一口大池塘，里面有很多鱼，当时，罗越城中的人民都到池塘捕鱼吃。”

[285] **“当于尔时，水中有二种鱼，一名钩锁，二名多舌。是时二鱼各各相谓言：‘我等于此众人先无过失，我是水性之虫不处干地，此人民之类，皆来食啖我等。设前世时，少有福德者，其当报怨。’”**

[286] “就在那时，水里有两条鱼，一条叫‘钩锁’，一条叫‘多舌’。这两条鱼彼此说道：‘我们从未对这些人做过什么过失，我们是水族，不处在干地，这些人却都来吃我们。假使前世有少许福德的话，一定要报仇雪恨。’”

[287] **“尔时村中有小儿，年向八岁亦不捕鱼，复非害命，然复收鱼在岸上，小儿见已极怀欢喜。”**

[288] “当时，村里有个八岁小孩，他既不捕鱼又不害命，只是把鱼收到岸上，鱼扑腾乱跳时，小孩看了很欢喜，发了随喜心。”

[289] **“比丘当知，尔时罗阅城中人民之类岂异人乎？今释种是也；尔时钩锁鱼者，今流离王是；两舌鱼者，今好苦梵志是；小儿见鱼笑者，今我身是。尔时释种坐取鱼食，无数劫中受地狱苦，今受此对。我时坐见而笑之，今患头痛如似石压，犹如以头戴须弥山。所以然者？如来更不受形，已舍众行度诸厄难。是诸比丘！由此因缘今受此报。”**

[290] “比丘们！要知道，当时罗越城中的人民哪里是别人？就是今天的释迦种族；当时的钩锁鱼是现在的流离王；两舌鱼是现在的好苦梵志；见鱼在岸上跳而发笑的小孩是我的前身。那时，释迦种族因为取鱼吃的恶业，无数劫中在地狱里受苦，现在受这样的报应。我那时因为见此情景发笑现在头痛，就像被石头压一样，好像用头顶着须弥山。为什么呢？如来再不受身，已经舍离众行，度诸苦厄。所以，比丘们！以这个因缘，现在释迦种族受此报应。”

[291] 《法句譬喻经》里有一段讲得更详细。当时，目犍连见流离王讨伐迦毗罗卫国以报宿怨，要杀四众弟子。他相当悲怜，就到佛面前说：“流离王要征伐释迦种族，我想用四种方便来救他们：第一、把迦毗罗卫国人举到虚空中；第二、把他们放到海里；第三、把他们放在两座铁围山中间；第四、把他们举到他方国土中央，使得流离王不知道他们到哪里去了。”

[292] 佛对目犍连说：“虽然你有智慧神力，能安置迦毗罗卫国的人们，但是众生有七种无法回避的法，所谓生、老、病、死、罪、福、因缘，这七件事想躲避却不得自在。像你的威神力能做到这四件事，但没办法把宿世罪报拿开。”

[293] 这样目犍连就顶礼佛走开了。但他心里还是放不下，就用神通力把迦毗罗卫国里一些相识的人和檀越施主们共四五千人放在钵里，举到虚空有星宿的地方。流离王讨伐了迦毗罗卫国，杀了三亿人之后带军回国。那时，目犍连又来到佛前给佛作礼，显现上有一点骄傲地说：“流离王讨伐了迦毗罗卫国，弟子承佛威神，已经把国中四五千人放到虚空里了，他们都脱离了战争之难。”佛告诉目犍连：“你有没有去看看钵里的人还在不在？”回答说：“我没有去看。”佛说：“那你就先去看看。”目犍连以神通力把钵取下，见到钵里的人都死了。目犍连伤心地哭泣，悲愍他们的苦难，回来对佛说：“钵里的人全死了。”佛告诉目犍连：“这是由业力决定的。”当时，座上无数人听到佛说无常法都欣然得道，证得须陀洹果。

[294] 思考题

[295] 1、由思维释迦族灭宿业缘公案，如何在无常等法上转心？

## 07

[296] 二、思维寿命无常分二：（一）思维器之世间而修无常；（二）思维精华有情而修无常。

[297] 承接暇满难得的实修，接着要发展念死无常的心。这里的“寿命”指具足暇满的寿命，它极其珍贵，可以用来成办解脱等。然而它却十分无常，在此世存活不久，甚至今日就可能失去，因此要念无常，尽快把心投入到修法中，摄取后世解脱成佛的大义。尤其修持《大圆满龙钦宁体》法，要即生得到成就，因此需要尽一生的时间用于修法，这就更要有迫切的无常感，才能遮止掉对现世法的一切贪著，远离八法，一心一意地精修殊胜妙法。这是思维无常的必要性。

[298] 此专题的思维分两大门类：一、对于器世间，思维它坏灭的状况来修无常；二、对于精华有情，思维如何归于死亡而修无常。按藏文直译，“器”和“精华”是一对，好比容器里有大米，所依是容器，能依是大米。“器”是依报的意思，它是有情生存、安住之处，器中的精华是有情，因为有灵性的缘故，称为“含灵”，也就是人们所说的“生命”。分两大门类总括了一切世间法，由于是因缘所生，所以都归于无常，最终发现毫无实义，由此能判别法与非法，知道要借无常的蕴身来摄取坚实的正法。

[299] 所谓世间现相，除了器和情之外没有第三种。本传承的特点是从巨至细看到整个器情世间都归于无常坏灭，产生一个大的无常观。为什么要把观察面伸展得这么庞博广大，而且由大到小、由粗至细、由器至情，从上到下贯穿到底，最终归结到自身的躯体也要归于死亡呢？这种方式，在观念上先开张、再彻底，一直归结到最根本的自身，会产生非常大的摧灭常执的爆破力，所用的是“原子弹爆炸术”，而不是小米加步枪，近距离小射击。也就是首先从上面盖下去，由于辐射度大，摧灭常执的力量就大，经过再再地思维、认定、深化，就会把我们的常执摧灭得一干二净，这就是它的手法。

[300] 譬如高空投射，攻击力就特别大，大祖师运用的就是这种手法，来引导我们突破常执罗网的缠缚。尤其当今时代，世上充满了常执的论调，大至宇宙，小至人身，都被认为有所谓的永恒、美好、坚固、实义等等。经由本法的修持，会彻底看到宏观的大宇宙、微观的小人身全部归于坏灭。再者，不仅要粉碎某些科学带来的常执观念、某些顺世外道传播的乐著现世的观点，包括一些宗教说到的上界安乐等都要一概破尽，最终产生“一切器情世间终归坏灭、毫无实义”的观念，这样来取得彻底的出离心。

[301] 我们首先要从现世法中出离。怎么出离呢？要认识到器情两方面都是无常的本性，先通过具体的佛经教量展开认识面，然后结合近期的人类历史作观察，再缩近到几十年到今天为止的各种现相，再落到自身受生后必然归于死亡。这样一路升进，就会逐层破掉意识深处的常执。经过很多道的观察破执、引发定解，最终生起坚固的无常观念。这是小乘根本的见解，以这个见解摄持才能退掉耽著现世的心，并成为趣入解脱道的根本动力。

[302] **（一）思维器之世间而修无常者，这样四洲、山王包括天界的范围坚固乃至劫之间安住，此等也某时坏时降临，以七火一水连微尘那样也不会剩下，对此思维而发起厌离。**

[303] 这一段是修持器世间无常的总纲。本引导文是在告诉我们修法的路线，实修时要依循如地图般的路线在自心上找到这条路，而且要补充非常多的材料，作各种思维去填充它。要产生一个定解或观念的转变，需要很多量变的积累才能达成质变，就像在炸药管里放很多炸药，达到饱和点才能爆炸。如果忽略前面非常多的修习，只盼望一种速效，那就叫“无因求果”，终究无法达成，背离了缘起规律的缘故。同样，修无常要结合《阿含经》等描述得非常详实、具体的无常法要，那是世尊以现量见为有情作无常的引导，一段一段的细节全是真实的。只有透过细致地认识，我们的观念才会萌芽，否则脱掉有血有肉的细节，只抓一个骨干，那也不会成具体的人形。

[304] 也就是，我们要在纲领的引导下，在细节上一路一路地观察认定，由观察促成观念的形成，这又要逐级地在心中经过。这里的总纲有几条：第一、了解此世间宇宙的组成；第二、知道时劫的概念；第三、知道坏劫大三灾降临的情况；第四、知道七火一水逐层摧灭世界的次第。这些方面统合起来，借着佛陀教量的指示，在心中以比量来显出各种各样的情形，就会深化无常观念，对整个器世间发生厌离。发生厌离，关键是要看到坏灭的结局。当看到最终连一个微尘也不剩，变得那样可怕，毫无实义，就会对无常幻化的欺诳性发生厌离。也就是原先信任它，以为它坚固，可以作为自己安身立命之处，在这里能永恒地生存，现在发现终究坏灭一空，就会认识到这里不是久住之地，要尽快寻求出离。

[305] 四段的关系，首先要从《阿含经》等中了解人天世界的组成。了解了须弥山王、四大部洲、七金山、八重海、铁围山，再加上欲界、色界等的情形，才会对广阔的世界发生观念，这不仅是现在天文学所看到的范围，也不仅停留在目前科学的范畴里。再要了解，最初如何从空轮里发生风大，再出水大，再出地大等等，这样知道了世界的生成，才知道坏灭的过程是反程序。再者，要了解到它的坚固性。

[306] 这是非常广大的宇宙观念。“宇”指空间，“宙”指时间，也就是十方三世范畴里的世间界。宇宙不等于法界，这是两个概念，现在是对虚假世间界作观察，而且要知道它的量度非常大。为什么首先要了解这一层呢？如果没有很详细地在这上确立观念，那后面说的大宇宙彻底被三灾毁灭的相就出不来，因为缺乏前因。如果不知道世界是怎么形成的，对它的宽广度、里面无数种事物的情形不了解，那后面讲它怎么坏灭时就很难发生认识。所以，首先要在这上取得认识。

[307] 其次要知道“劫”的概念，一劫有多长。这样了解后，就知道在人天世界里，大池、海洋、河流、溪涧、山岛、树木、日、月以及欲界天、色界天等形成以后，在非常漫长的时间里安住。

[308] 接着要了解什么是“坏劫”，以及坏劫时大三灾出现的情形。先按照佛经如实地了解火灾、水灾、风灾出现的过程，这样确认以后，再去观察坏劫的情形。如果不按佛经里说的事实作观察，自己杜撰一番，那就只是幻想小说，对生起无常观毫无用处。从目前的情况来看，如果没有《阿含经》等作辅助，一般人会很简单地忽略而过，修不起来就是因为缺少基础。要经过很多步骤，一个个环节都在心里确认、记忆、思维，才会在心中安装上佛教的宇宙观，而它的入口就是无常，然后要知道轮回的苦、空等等，之后你的观念会跟世人迥然不同。

[309] “七火一水”表示大三灾，先从局部逐渐发展、蔓延、不断升级，之后发生七火，一直烧到光音天。像这样，七火过后是一水，七火一水经过七个循环，最后七火一风使整个世界化为乌有，连微尘也不剩下，这是最后边际的相。这就要结合《阿含经》等来看，怎么一步步发展，最后烧得连微尘也不剩，按照佛的引导一步步地生心。如果能按《阿含经》等来反复地思维修习，就会产生无常的观念，对此世间发生厌离。

[310] 像这样，看清楚整个器世界宽阔的背景和结局后就会恍然明白：我本以为能在这里找到什么意义，原来世界的真相不过如此。智者看到末尾，就知道过程里的一切都没有实义，只是以常执在作愚痴的幻想而已。他会明白，真正要紧的是尽早从苦中出离，否则将继续遭遇无数次劫的坏灭、器世界的毁灭。

[311] 或者由大背景缩小到自身上来看：连庞大的宇宙最终都要坏灭一空，渺小的人身怎么可能长存呢？这样对比会看到自身的渺小。就像夜晚遥望星空，看到广阔的太空时，会感觉人是很小的，同样，当看到整个人天世界最终灭得连微尘都不剩时，会想到世间的苦、无常、无意义，想到自己肯定要死，这样来转心趣向法道。

[312] **（二）思维精华有情而修无常者**

[313] 看到了器世界的坏灭相，利根者就知道在里面生存的有情必然归于坏灭，然而，一般情形还要进一步观察，里面的精华有情是怎么全数归于坏灭的。本引导文十分简要，《言教》里还依循晋美朗巴尊者在《功德藏》和《自释》里的教授，前面加有出世圣贤示现无常的相，这里主要就人、天两种世间逐层观察。

[314] 首先用非常宽广的镜头，看到天界崇高的天人们、大仙们都脱不了死，之后反观自身，一对比就知道，自己这样低级的人身决定无法避免死亡。进一步把镜头集中在人类世间，先追溯到久远的古代，再联系今朝，看到过去曾经有过的人类都归于灭亡；再缩近到百年之中，自己记忆里曾经存在的那些人们，现在都归于无有；再缩近到去年和今年，很多人去年还在今年就没有了，像这样看到人类一个个都归于无常。

[315] 再切近到自身，看现在如何保养它，最终结局如何，仔细审视自身从始至终的过程，最终会到达什么样的地步。像这样，预先就要思维很快会死，死时的情景如何？怎么归于坏灭？又怎么送到尸陀林被解剖、吞啖，只有心识随业而行？看完了整个过程，就知道最后就要这样死，我现在应该赶紧修持能脱离死的妙法。

[316] 最后要集中到连今天不死的保证都没有，产生更切近的无常感、迫切感。在我的身上充满了死缘，某个死缘一降临，今天就可能一命呜呼。所以，无论做什么都要想到这是今生最后一次了，由此产生无常的两个最有力的想法：一、今天会死，死的时候什么也没意义，因此一切放下；二、今天会死，只有正法有意义，因此唯一要修法。这样来起猛利的修法欲，将自心推进到法道中。

[317] **寿堪住劫且威德圆满的诸天、仙人，也从死之分位中未脱的话，我等于南瞻部洲寿命无定之处中，末世生故，唯仅速死。**

[318] 这是由人天强烈对比观引发比量智，促成“唯仅速死”的定解。特点是透过展开广大地观察，看到事实的真相。比量是由彼推己，看到自身定是此结局。为了引生此比量智，必须具足两方面的条件：首先，对上界天人们要有真正的观感；其次，对现今人类状况要有真实的认识。这又要依随佛的教量，才会对这两大领域产生真切的认识。

[319] 我们要引起认识，无非是现量引起和比量引起两种。我们没有以现量引起认识的福分，佛带着我们到天界去看，再追溯到远古人类一代一代一直到今天，以及对四洲状况作比较，唯一的途径是依随教量发生比量认识。为了后面能发生大无常的观念，前面要有充足的闻思质量，否则只停留在几句简单的鹦鹉学舌上，内心并没有发生观念的话，那在前行的修法上决定是苍白的。

[320] 现在首先要了解修心的理路、途径。就这一分无常的修习来说，必须引生“故”字之前两方面的闻慧思慧，才能达成后面的观念。这两方面叫做“强烈对比观”。首先要有一个大背景，看到下面是广阔深遂的三恶趣，充满了苦难，有情的心识频率非常快，苦受极其粗重，那是惨不忍睹的世界，上面有愉悦、轻安、充满喜乐的天人世界，人类就处在这中间。当心中呈现出广大的世界相后，首先要看到天人世界里的状况，以及他们一个个都归入死亡。之后作对比：我是南瞻部洲末世的人类，在四洲里作横向比较，发现这是寿命不定之处；纵观人类历史，先是光音天人下降为人类，之后出现王，经过历代转轮王的辗转演变，如今处在福薄、寿短、非常糟糕的时代状况中。

[321] 第一分一定要看《念处经》，随着世尊一层层的指引，会发现偌大的天人世界，那里详实、具体、细腻地讲了天人们的状况。他们有两大特点：一、寿堪住劫；二、威德圆满。从总报寿命上看的确非常长，那里是高级世间，用“劫”这样的大数来代表。其次，威德圆满是在总报的差别分上看，天人们相好光明、飞行自在、饮服甘露、身心轻安等等，享受清净喜乐，远远超出下界的污浊世界，特别高级。

[322] 要产生这个观念，就不能停留在空洞、狭小的认识上，心中要出现广阔的世界观。通过一处一处地具体认识，产生“那是高等世界”的观念，之后在佛一分分地引导下，看到他们都无法超出死殁。他们的寿命那么长，在百千万年乃至大劫之间住世，连感冒等的小苦都不会出现，有那么大的身量、光明、享受，整天逍遥快乐，没有烦心事。但是，随着时光的推移终究到了死位，先是现前衰相，当死亡到来时，天人们丝毫抵御能力也没有，顿时会被死魔吞没。这样一级级看上去，每一个高级世界都是如此，这就给我们提供了跟人类作对比的很好的材料。

[323] 要在这上形成观念，就要对《念处经》里百数以上的事例，一个个真切地去了解，对天人世界产生具体认识。就好像佛带我们参观了那么多天人世界，一一作了现量指示，这时会产生很真实的感觉，之后一个个认定来集成观念，作为对照观察人类的材料。这就是第一分认识——对天人世界形成观念。

[324] 第二分认识是了解南瞻部洲浊苦人类的现状。这又要横向对比四洲情况，纵向了解人类退化史，开发出极广大的认识后，才知道我们当处当点的状况以及将要发生的情形。首先要按照《阿含经》等中世尊的指导，了解四洲人类的状况，对比后会发现南瞻部洲的人类寿命不定。北洲固定千岁，东西二洲也有大致稳定的寿量，唯独南洲寿量不定。也就是必须发展出广阔的眼光，真切地看到四洲的情形，再一对比才会有强烈的观感：这个世界的突发性太大、偶发因素太多、死缘太重了，是这样飘摇不定，时时可能死。

[325] 其次要有纵向的历史观照。这又要从《阿含经》等中了解到，光音天人们怎么在劫初时下行于人间，堕落成了人，之后有了夫妻、家庭、城邦、国主等，以及转轮王世代递减的历史、人类的堕落史。人类的始祖是高级的光音天人，经过逐步递减，到了今天人寿七十岁时，已经跌落到谷底了。或者从《悲华经》中也能知道这个世界的恶浊。像这样，了解到人类演化到了末端，处在业力深重的时期，就会感觉：我是这么糟糕的时代里出现的一个报体，真是太沉重、太污浊了！对这上发生的削减寿命、缺乏威德等事就会了然而知。这是第二分认识。

[326] 第三分是两者对比，叫做“极度的对比观”。有了前两分的观念就有了思维的材料，之后由比量智去想：在偌大的三界领域里，上面高级世间里的天人们具足威德，能安住长劫，他们都没办法避免死亡，何况我是在寿量不定之地的南洲业重末世出生的蕴体，这么低级、不堪能，肯定无法住持寿命。就像一个饥虚羸弱、食不果腹的难民跟转轮王对比，连转轮王都过不了死关，何况自己呢？决定是要速死的。譬如一个火葬场专门处理名人、伟人们的尸体。这里的工作人员看到一个个人类仰望的人被送到焚尸炉里化成了灰，就会想：这位名人在世时青春美丽、能力超群，那位伟人位高权重、声名显赫，连他们都要死，何况我一个打工的？肯定很快要死。

[327] 像这样，把两方面的认识结合起来作对比，就会出现“唯仅速死”的结论，有比量智慧的人由灵性自然会产生这种观念。开启了对上界高级世间的认识，知道他们都无法超脱死亡，要被死魔吞噬化为乌有，之后对比观察：我是在这个星球最黑暗时期出生的人，这么脆弱不堪，哪里能长久保持？决定很快报废。这种认识会出来。就像用最精良的机器跟地下工厂制造的伪劣产品相比一样，连前者都决定报废，何况质量极差的东西？决定很快坏掉，用不了几次就要废掉。像这样，在对现相的观照、对缘起的对比等各方面的认识下，一定会产生“唯仅速死”的观念：我唯一决定很快会死。

[328] 思考题

[329] 1、思维无常有何必要？本引导的思维方式是什么？这样思维有何利益？

[330] 2、简述思维器世间无常的总纲。具体思维时应如何展开观察？如何转心入法？

[331] 3、对比人天而修无常的理路是什么？具体要作哪三分思维？需要产生什么观念？

## 08

[332] 在作了人天寿命、身心状况等的比较后，还要关注末法时代世界的现状，从而认识到自己身处其间，处处都有损害寿命的因缘。当了解到内在身心和外在世界的各种染污后，就会对这方面产生定解。

[333] 现在由于科技发展没有通盘考虑到人类的生存环境，破坏了自然界的生态平衡，造成大量的染污，包括空气污染、水源污染、废物污染等等。譬如很多工厂、交通工具等排放大量废气，有害健康，吸入少量就感觉不舒服，何况长年累月在这里呼吸，怎么不导致短命夭折呢？现在大多数都市都处在废气形成的气层笼罩下，污染特别严重。世界各国都在加强军备竞赛，以拥有核弹为荣，在空中试爆散发出的辐射原子层都进入了大气层，随着地球自转散布全球，这种污染的危害更加深重。

[334] 再说水源污染。核弹试爆、生活垃圾、工业废料、农药化肥等等，因降雨以及人工排放汇集成流，渗入地下水、河流里或直接入海，导致全球没有干净的水源了。我们每天喝的所谓纯净水，实际已经被严重污染，虽然万不得已做一些净化，但还会发生很多毒化作用。不光是水源，包括粮食、蔬菜、垃圾食品等等，都是短寿的因缘。

[335] 还有废物污染。像核能辐射废料的储存所都成了永久的荒地，不适合人类居住。物质文明发达的国家就是大量废物、垃圾等的生产地。发达国家每天废弃的旧车、废纸、瓶罐等都以百千万亿来计算，加上人口剧增，又习惯浪费，所以垃圾堆积成山，里面有各种破坏自然、危害人体的毒物，影响寿命。我们处在这样的环境里，当然会加速死亡。

[336] 再者，从自己目前的身体状况而言，整天虚弱无力，食物也没有滋养的力量，难以补充能量，加上作息时间紊乱等等，各种状况导致必然会快速死亡。

[337] **昔日兴旺的城市及寺院空墟之处，于此等起先是有个好的主人，而今已成了禽鸟的窝巢。以自己仅存忆念的父母、亲戚、邻居、同乡家畜等，所有存在过的当中，彼等都已无有。而去年有的也今年无有，当观此时位。**

[338] 这里把镜头进一步拉近到人类数千年的历史中。过去曾经兴旺的城市和寺院所在地现在都成了空虚之处，这是针对藏地，人口密集的地方主要是城市和寺院。经过时光的运转，一代一代的人都死掉了。当时有座很大的寺院，聚集了很多僧人，或者是一座繁荣的城市，人口往来众多，但现在都成了空虚的地方，成了禽鸟安住的窝巢。

[339] 思维时还应转换成汉地的景象。我们从历史中能看到对过去的王朝、繁华都市等情景的述说，但今天一个人也不剩了。那时有很多宫殿、房屋、店铺等，街道上车水马龙，家家都有主人，曾经都有血有肉地活着，但今天一个也不剩了。像这样，要引起“人都要死”的感觉。尤其到一些历史上著名的地方，会感觉时光过去以后就什么都没有了，现在不是禽鸟的窝巢，而是换成了很多现代化的设施，工厂、商厦、地铁等等。譬如一百年前的人，现在几乎找不到了，两百年前的人一个也不剩，一直往前推，在千万年的历史长河里，曾经生活在地球上的人一个也不剩了，今天已经变成这样了。这时就想：原来世上的一切都要坏灭，都留不住，这样来引起“人都要死”的定解。

[340] 再把时间缩短到自己这一生。曾经跟自己一起生活的祖父、祖母、父亲、母亲、叔伯姑舅等，以及相邻而住的邻居，一个城市、村庄里的老乡，还有蓄养过的猫狗牛羊等，这些生命都曾经存在过，但现在很多人和动物都没有了。

[341] 再把时间缩短到一年之中，去年有的很多人今年已经没有了。譬如，世上的交通事故发生得很频繁，在一年中死于车祸、空难、海难等的人非常多。世界各大医院每天都有死人的现象，在一年当中很多人都病死了。这就知道，在一年里，很多人出生了，也有很多人死掉了，那么多人都没有了。在存活的人口里，每年都要划掉很多数目，就像一个阎罗王，每天都要按众生各自的业力清掉很多人一样。这样就知道有命都归死，我也没办法避免，决定要死。

[342] 思维精华有情来修无常，就是要想到“死”。先从总体上看到人类一代一代地死掉，百年之前的人基本不复存在了，百年之中的人也都相继死去，所以，人生就在向着死亡奔进，无非是一个从生到死的过程。这样想后就会很清醒：世间的一切都归于灭亡，现世法没有任何意义，生是一种欺诳。世间法都在教你怎么求生，社会、家庭、科学、教育等都教你怎么来维持生、求取生。而佛法教我们修出世道，第一个就是要修无常，有了无常观才会有出离心。他告诉你人都是要死的，了解这个以后，才可能从生死轮回里超出。我们要有这样的观念。

[343] “当观此时位”是这一段总的观修要求，也就是对于一切有情，不要从当初生的那一段看，而要从后面灭的一段看。往后看就知道，前面出现的生命现相都灭尽无余了。按照时间一段一段地看，可以看得很长，在那么长的时间里，出现过的所有有情全都没有了。可以想得很广泛，譬如，中国历朝历代出现了非常多的人，他们处在什么地区、当时是什么身份、在世上做过什么事等等，然而今天全都灭尽了。再缩短到一百年之间，百年以前出现过的人到今天基本都没有了。再缩短到十年、一年，那时在的很多人现在都死了。这样往后看，发现前面出现的人现在已经死了，这时会意识到：有情都逃不过一个死，要让这个“死”字在心中越来越大。

[344] 世间法教导你要对生充满希望，因此，你会对现世法投入非常大的热情，认为每一件事都有意义，都要去取著，这就使你卷入到现世无意义的造作中。而修无常是从另一端去看，看到所有人的结局都是死，每一个出现过的人都以死亡收场，而他们在世时根本没得到什么。像这样，要让“死”字扩充到曾经出现过的每一个人身上，之后会出现对此世现相的消极观，觉得我肯定要死，一切有情都是这样死的，念念想着“人都是要死的，现世法没有意义”。应当这样观察。

[345] **特别在现在位中，自己身体的支分，支分的支分，对此等配置好的衣食、装饰及谨慎威仪，也以每日人寿成短故，不耽误很久而死亡到来。**

[346] 接着要把“死”放在自己一个人身上思维。我现前处在生存时位时，精心地呵护身体。对于身体的支分——头、手、脚、躯干等，以及支分的支分——头上的头发、眉、眼、鼻、唇、耳等，手上的指甲、皮肤，身体的各个部位等等，配置很好的衣服、饮食，还要装饰它，让它青春美丽又健康，在人群中很荣耀等等。而且，为了生存特别小心，日常的饮食起居、行住坐卧都很注意，连晒个太阳、吹个风都谨慎防护。尽管这样呵护有漏蕴身，但它是因缘所生法的缘故，寿命每一天都在减少，就像日历一天天撕掉、变得越来越少那样，生命越来越靠近死了。

[347] 自身的蕴是宿业抛出来的现相，就像一台由业力制造出的机器，寿命每天都在缩短。在一天二十四小时里，心脏每一刹那都要跳动，身体要损耗，命数就在缩短。像这样，在浊世出生的人寿量短促，每天又在不断减少，没有丝毫可增添，因此，不必很久死亡就降临了。

[348] **而气息急促、光泽变坏、手足纷动、心想错乱，全然变成尸体后，以绳绑缚，帘子遮住，裸体丢弃尸陀林中，身支破散，为飞鹫走兽啖食，发及骨块也彼此脱离的阶段时，亲戚受用不随行，心中难舍，唯随业行之时，彼者连今天日落之时不产生的保证也无有故。**

[349] 这一段是讲死时的状况以及死后的结局。像这样，我们非常留恋的现世也只不过是一场梦，很快到了死位，出现彻底的瓦解。由于生命即将衰竭，所以临终时气息急促，身体黯然没有光泽，手脚无法控制地在动，心想也变得错乱模糊，最后变得一片黑暗，就这样归于死亡。曾经有活力的身躯已耗减到零，变成一具尸体。今生最爱执的身体以及现世的显现，都只是由妄想力出现的幻梦，最终必然彻底败坏、瓦解，丝毫不剩。

[350] 接下去按照藏地的风俗，用绳子绑住尸体，人们都不喜欢见到死的现相，所以要用帘子遮住，然后裸体丢弃在尸陀林里，被天葬师割截成很多块，之后，秃鹫飞下来吃上面的皮、肉等。最后到了连头发和骨块都分离的阶段时，神识出去了，在中阴路里茫然无助，非常恐惧。这时，平生非常亲的亲戚不会跟你走，非常爱恋的首饰、衣服、房屋、小车、存款、事业、名誉等等，一个都带不走。而你却对现世充满留恋，不愿离开，但不得不唯一随业而行。这就是我们最后的结局。这里关键要看到整个一生的过程。愚人只看当前一点，认为有实义，一旦看到后面是这样悲惨、坏灭，落得一场空，就知道执著现世泡影是何等愚痴。

[351] 由于业力变得很快，而且浊世障重，生命就像泡沫一样，周围充满了各种各样的死缘，所以，就连今天太阳落山时，都无法保证不出现这些状况。这就看到生命是这么苦、无意义，现世法是这样欺瞒我们，然后想到：我最后会变成这样啊！结局竟是这么悲惨。身心逐渐走向衰竭，死亡的阴影越来越大，最后全部罩下来生命就没有了。每一次受生都要遭遇死，最终都要被死魔吞噬。像这样，对生的现状、结局、本性，感到非常难忍受。然后想到：这里不能待了，我不能再去抓现世法，我的结局竟是这么可怕，决定要死。因此一心念着：怎么才能从死中脱离呢？只有法能救我，其他都是要吞噬我、障碍我的，最终就是残破的结局，所以我唯一依止法。

[352] **极为难忍的想法，以猛利欲作忆念后，于一切行住卧三者中是此世间的最后威仪，口里也说，心里也明现，当这样修。**

[353] 当产生了猛利地厌舍现世和执取法道的欲以后，时时都这样念着：我今天就会死。一想起整个世界都在死亡阴影的笼罩下，都要被死魔吞噬掉，是死的苦相，对世间就没什么希求，一想到现世法就冷淡，一想到要死就不愿去做。原来看起来光华亮丽、充满诱惑、有实义的现世就变得黯然、没有意义了。

[354] 这样忆念后就要持住死的观念。就像过去一直持着生的观念，一起床就想：今天我要好好活着，争取人生的成功。行住坐卧念念想着要得到什么样的现世法。现在要彻底反过来，一切行住卧，乃至做任何事时都想到：恐怕这是最后一次了，生命不会久住，很快会死，我得赶紧为后世努力。像这样，口里要常说，心里要清楚地现出它的意像来。应当这样修。

[355] 思维无常要切合到自身上，发现自己生命的趣向以及当前应做什么，因此，从上到下、从远到近一路下来，都要结合自身来思维，每一个地方都要把“我会不会死？”“我会怎样死？”提起来。譬如，对比人天时要想：天人们都没脱出死位，那我当然唯一很快会死。在证成它的时候，也要以天人的寿命、威德来对比自身：我是什么样的人？有多少福报？多少寿量？多少能力？比较后就知道我这个暇身很快会死，绝对活不了很久。

[356] 从人类以往的情形来思维也要反归到自身，要想到：曾经有过的那么多人，无论是显赫、强盛，还是卑微、衰弱，现在都没有了，全都归于死亡，那我当然也免不了。历史的无常观也要落实到自身上思维。从人一生的经历而言，也要放到自身上思维，想到我也是同样的结局。祖父、祖母、父母、亲人、朋友、老师、同学、同事等等，他们一个个都走掉了，马上要轮到我了。也是结合在自身上想：我一定会死。再者，从去年到今年之间，也要联想到我会死：他们都走了，我也快了，我要赶紧修法。最后落到自身的前程上也要想到：我这样一个人，从诞生以后一直这么走，将来会是什么结局？像这样，一直要思维自己这个生命是死的体性。

[357] 为了产生寿命的观念，要从“三种根本”思维而引发——决定死，死无定期，死时除正法外其他都没有利益。在本引导文中，“每日人寿成短故”这一句说到死亡决定要来，有限的寿量每天都在减少，就像在一小捧水里的鱼，水逐渐蒸干，它必然很快会死。再者，“连今天日落之时不产生的保证也无有”是思维死无定期。“发及骨块也彼此脱离的阶段时，亲戚受用不随行”等，是思维死时一生最爱执的身体、眷属、受用等，没有一样能跟着走。其中对于身体要思维前面说的，最后怎么样被剖截、离散、吞噬，按汉地的情况，怎样被推进焚尸炉里烧成骨灰，它是根本带不走的。像这样，三根本的修法蕴含在这一篇引导文里，我们要细心体会。

[358] 这样思维的结果是一直念着自己会死，而且很快会死，今天不死的保证都没有，死的时候什么都没意义，无法忍受这种结局，一定要从中超脱。当有了这种猛利的欲后，消极方面会认为：连身体都要死，此世的法毫无意义；积极方面会想：我只能走修法这一条路，没有第二条路可走。这个猛利的、迫切的、当下就要修法的欲，会摄持自心及时修法，它在取心要欲的基础上，进一步发展到不但今生要修法，而且今天就要修法，不能等到明天，说不定就没有明天了。像这样，在任何时处都要让死想摄着心，行住坐卧中一直念着“这是最后一次了”。由于这个心达到了猛利恒常，所以口里也这样说，心里也这样想。

[359] 当死的观念渗到骨髓里，之后它就成了一切有为想中最殊胜的想。就像在一切足迹里象迹最胜，一切果实里秋实最胜那样，以无常想可以摧灭掉对现世的一切贪执、打算，消除掉我慢、贪欲、散乱等的烦恼。它最初成为入道的门，中间成为精进的鞭，最后成为现证无生的因。

[360] 我们要从这篇引导文中体会祖师的心意。它非常殊胜，从上到下一气盖下来，让你很快看到世间的面目以及自己的结局。首先给你打开一个大的背景，非常善巧地让你的心量扩大，心一开通，后面很快就能流下去，流下去以后再让你看到结局是什么。这时马上明白世间就是这样，你会非常有定解。这里出现的任何假相都没办法瞒过你的眼睛，不可能左右你的想法，你不会再认为世上还有什么常和实义，现世法有什么值得追求的，知道只有从世间中解脱才是正路。

[361] 思考题

[362] 1、思维当今时代内外染污的状况，认识到自身决定很快会死。

[363] 2、思维以下情形，引生“人都要死”的定解：

[364] （1）数千年历史中曾出现过的建筑等如今成了空虚之处，曾出现的人如今无一存留；

[365] （2）曾跟自己同住的亲友、家畜等，如今很多都死了；

[366] （3）去年在的很多人如今已死去。

[367] 3、结合“三种根本”，阐述在自身上思维死无常的理路。这样思维应产生怎样的欲？对此应如何忆念而修？