

## 教材第三册 第三课 《寿命无常》（一）

Original HDZG\_ZEN 慧灯之光禅修 2017-04-18



### 《寿命无常》 （一）

#### 小编语

视频内容与法本内容不完全一致，为了更好的理解法义，建议学习时，视频和法本相结合。

#### 概 述

本课介绍四外加行的第二个：寿命无常。一共有七个修法，本课讲了其中两个修法：通过分别思维器世界和有情世界的变化，从而体会到万事万物都是无常的。并介绍了打坐时如何避免掉举和昏沉，以及对治的方法。



### 本课相关链接

- 本课视频在“慧灯之光”网站地址链接为：

<http://www.huidengzhiguang.com/index.php/huideng-jiangtang/2016-07-21-09-15-04/2017-01-20-04-20-16/657-l15075>

- 本课文字在线阅读地址链接为：

<http://www.huidengzhiguang.com/index.php/huideng-zhiguang/huideng-zhiguang-2/162-a00023>

- 本课电子书下载地址链接为：

<http://d.huidengzhiguang.com/?id=F00023>

- 本课有声书下载地址链接为：

<http://d.huidengzhiguang.com/?id=B00023>



微信号：HDZG\_ZEN  
长按二维码识别关注平台

