

接下来，圣天菩萨就从无常四际，来具体教授我们修习这样的殊胜法义。

丁二、广说彼如何修习轨理分四：一、思维生际必死规则而修习无常；二、思维高际必堕规则而修习无常；三、思维聚际必散规则而修习无常；四、思维合际必分规则而修习无常。

无常四际，是诸行无常的四个显著特征。际，意思是到了顶点。生、高、聚、合，正是凡夫所希求的，最能代表凡夫的常有执著，它们发展到了顶点，也就是它们衰落的起点，这是它们的名言自性所决定了的。因此这些欲乐没有坚实，并不能满足众生的希求，带来的反而是苦，众生应该做的，是放下对它们的执著。圣天菩萨以理抉择这无常四际，来给众生开示无常的真相，使众生能如理观修，数数修行，现前无常修行的境界。

戊一、思维生际必死规则而修习无常分二：一、正说其义；二、广说彼之理。

关于这无常四际的科判，都是说“思维……的规则而修习无常”。就是说修习无常，需要首先思维无常四际的规则，然后再数数地安住修。这里的思维是观察修，修习是指安住修。

思维是修习的前提，至少要符合下面三个要求。

思维的第一个要求是要如理。

如理就是按照正理，不能胡思乱想，不能自己去增加很多无关的内容。正理也就是这里说的规则。所以要思维无常，首先要抉择好无常的规则，也就是获得正见。抉择好规则后，再数数串习，通过安住修，就可以真正安住在这个智慧状态中，不会被常有执著染污自己的心相续。这样修习无常的境界就会成就。

偈颂或者每一段所讲的内容，全都是用正理在作真实的圆满的抉择，没有一句话是没有道理的。这些偈颂和科判，都是证悟的高僧大德从开悟智慧中流露出来的，能够开智慧的金剛句，有很大的加持力。所以科判偈颂的字字句句都

是如意宝，字字句句都很重要，字字句句都是符合客观实际的真实状况，不是我们一般的世间人的思考的结果而形成的文字。因此如理思维的过程，就是佛菩萨在用正理在给我们开示，给我们作抉择，从而让我们产生如实正见的过程。

思维的第二个要求，是要把法义和自己的状况结合起来。

思维不是仅仅看文字的词句，不仅仅是想获得一点对于无常的知识性的了解，不仅仅是耳朵里听进去得到了一个传承，或者上了一堂课，这堂课的修法内容就OK了。这就好像是看戏或者看电视一样，看完的同时，什么都没有留下。这些法义都是指导众生进行修行的，因此要把法义与自己的身心状态进行联系并对照，要如实的、如理到量的一一进行分析抉择，直到对自己的身心相续产生触动。这样的如理观修一定要到位，这是真正产生智慧的方法。

思维的第三个要求，是专注。

真正来说，每个人都要在安静的环境中，比如自己的精舍，或者家中的佛堂里，在打坐的威仪中非常专注，非常深入。仅仅积累一些无常的知识，泛泛思维了一下，这样虽然口头上是可以说一些无常的道理，但是对自己一点作用都不起，自己的身心状态还是老样子，仍然活在常执当中。

如果自己不这样进行有效的思维，别人讲得多好，学得多好，修得多好，对你帮助都不大。仅仅听一遍、看一遍是不够的。而且在平常的散乱心状态下是不能真正的集中精力，进行深入思维的。我们需要深入的思维，没有深入的思维，这样就永远不可能获得修行无常之后应该生起的功德，因而就不能安住于无常的状态中，就更谈不上解脱了。因此专注地思维，也非常重要。

这样思路清楚以后，就知道下面都是圣天菩萨为了给我们开智慧而进行的以理抉择，通过这样的如理思维，我们心里的种种未知，邪知，不符合真实义的颠倒的疑惑全部可以断除。这时心里会真正生起以佛法正理抉择的非常断定的定解。如果忽略了这个思维，正见就起不来，然后修习

无常当中的修就是盲修瞎练，由无常正见引起的境界就不会现前。

己一、正说其义

“正说其义”里的内容，是修行无常四际里生际必死的主要方便。“广说彼之理”，则是引导大家深入认识生际必死的具体方便。“正说其义”是略说，在略说了重点之后，凡夫内心深处还存在着很多疑惑和不合理的颠倒执著，菩萨们慈悲，再进一步进行广说，来帮助凡夫将这些疑惑和执著彻底地断除。

生际必死中的生，就是从母胎中出生，是婴儿呱呱坠地。凡夫觉得，一切世间的快乐，都是因为生才会拥有，所以生是世间生活的希望。所以对自己的生日，人们都觉得要好好庆祝，对子女的出生，也满怀欣喜和期待，觉得这是自己生命的延续，是孩子幸福生活的开始。但是生到底能不能给人带来快乐，生到底是不是世间生活的希望？答案是否定的，原因就是生际必死，下面圣天菩萨引导大家来具体认识这个世间的基本无常规律，来法随法行，修习无常。

设问：虽然三界中所有众生，都受着死主的主宰，但是死主只在命终的时候才到来，因此，在这之前，众生只要还存活着，就不必畏惧死主。

对此圣天菩萨回答说：

**为死故而生，随他行本性，
现见是为死，非是为存活。**

难词释义

随：是被控制、被驱使。他：是指老、病、衰等在存活中出现的现象。行：行走，指在存活中一天天过日子。随他行：是指存活是被老、病、衰等驱使而行。本性：这里不是胜义本性，而是名言本性。现见：可以明显地见到，现见的内容，包括第三句和第四句。

颂文直解

众生是为了死，才先有生的。在中间活着的时候，众生又被老、病、衰等驱使着，根本没有自在可言，且最终都被

老、病、衰等交付到了死主面前。这就是所谓名言中存活着的本性。以此观察，可以现见到所谓的生，仅仅是为了死而已，而根本不是为了存活。

这个偈颂的第一句是所立，后三句是能立。其中出现的三个“为”字，以及“随他行本性”、“现见”，是理解本颂的关键之处。

三个“为”字并不是重复，他们是必须有的，没有的话，关键的问题就没有办法抉择。“随他行本性”他的本性就是这样的，如是本性，要如是现见，“现见”是让我们见到的，是本性上随他行，是不可靠的，是无常的。如果我们没有现见，就是处于被邪见迷惑的状态，尤其不高度重视无常观的修行人，就会处于放逸懒惰懈怠中，或者是处于常有执著为主的种种不好的颠倒妄想中。如果真正如理思维抉择就会如理现见，确实是为了死，而不是为了生。所谓的“生”的真实本性，就是这样的。

如何理解“为死故而生”？

凡夫认为生是为了存活，而圣天菩萨一针见血地指出，生是为死，不是为存活。

凡夫是必定要死的，而死是怎么来的呢？无生当然不会有死，有出生了，才会有死。在无始以来的轮回中，凡夫死过了无数次，每次都是先有了生，之后一步步发展形成的，如果没有了生，那死也就不可能产生了。也就是说，生的结果，注定了就是死，所以圣天菩萨说“为死故而生”。

仁达瓦上师的注释中对此用了做饭这个形象的比喻。不管做饭的过程有多复杂，结果就是为了吃，所以人们习惯上也把做饭称为做吃的，同样众生所谓的活着，最后的结果都是死，所以不管在做什么，只要目标是今世的欲乐，那其实做的都是死的事情。因为这些欲乐，并不坚固，并不恒常，到死的时候，都要失去，什么都不会让你继续带走。所以这样的存活，没有丝毫可以信任之处，人们不应再以希冀存活来欺骗自己。

《本生经》中说：“人中勇识如初夜，安住世间胎胞中，

彼从此后日日中，全无暂息趣死前。”意思是说，国王啊，人从入胎的那个晚上开始，之后的每一天中，他都刹那不停地在走向死。全无暂息，是说没有一刻停止过，每一分，每一秒，都在向死走去。这不仅仅是指做世间上的俗事，也包括闻思修行等佛事。就像大家现在在听法，听法的过程中，死也在越来越接近。这一点，一定要认识清楚。

还有很多不合理的想法，比如尽管“为死故而生”，死主来了，生命就会这样结束。但是死主现在还没有到，在死主到来之前，还有漫长的存活时间。这段存活的时间应该还有快乐，应该还可以放纵，还可以享受，不必要特别恐惧，不必要特别不自在，不必要有特别的紧迫感而进行精进的闻思修等等。因此会给自己安排休息的时间，给自己安排放松的时间，甚至朝山，逛街旅游，睡个懒觉。尤其是不上课的那天，因为放假了，自己也要给自己放假休息，找道友串串门聊聊天，觉得这些应该是没问题的。很多的类似这样的放纵的想法都会出来。这些借口、想法，都是颠倒的不合理的。每个人要充分的反省，充分的认识到这些想法的完全颠倒不合理性。以下用教证来看这些想法的不合理性。

《破四倒论》亦云：“如从险峰堕地坏，岂于此空受安乐，从生为死常奔驰，有情于中岂得乐。”意思是说，就像从险峰中不慎坠落，在空中下跌的过程中，怎么可能感受到安乐呢？同样，有情从生到死，为世事奔走忙碌的过程中，也根本不应有安乐可言。

凡夫的颠倒执着是无始以来就在串习的，已经根深蒂固，所以学到这些有力的道理的时候，要反复去思维。

就像一群牛，被主人驱赶着前去屠宰场，牛群虽然都是自己在走路，并且路上偶尔也可以吃吃青草，但是他们的目的地、路线都是主人安排好了的，它们每前进一步，离死就更接近一步。同样，众生出生后，虽然看起来都是自己在过日子，有时也可能有享受色声香味触五欲等坏苦可得，但是目的地是死，路线就是老、病、衰，这些都是注定了的。每过一天，也就离死更接近了一步。

又比如农村人家养鸡，是为了过年过节的时候，杀了请客。所以这只鸡孵出来的那天，就已经注定了它要被杀的命运，主人把鸡喂得饱饱的，是为了能早点吃上它的肉。人们感叹鸡的命运，觉得它们可怜，生来就注定要被宰杀，但是人自己的命运也没有比鸡好多少，也是一生下来，死主就已经等候在前面了。

如何理解“随他行本性”？

也许有人会这样想，虽然生的最后结果都是死，但是至少在中间活了那么多的时间，就像大家现在不是好好地活着吗，那这中间的状态应该是为了活，而不是为了死吧。

人中间活着的时候，充满了老苦、病苦，以及爱别离苦、求不得苦、怨憎会苦，和五取蕴苦。人被这些苦控制着，没有一丝一毫的自在，也享受不到真正的安乐。因为轮回纯粹是苦，没有真实的安乐，这是佛告诉我们的苦谛。修到解脱的境界，这时才有法喜，才有寂静的涅槃的真正安乐。更主要的是，这些苦正在将人一步步地带到了死主的面前。

众生的有漏取蕴，本性极其危脆，极易坏灭，从中可以明显地看到众生“随他行本性”的真相。

不进行详细的抉择，凡夫的颠倒执著不会无因就消于法界。因此我们来作具体的观察。比如人在一生中会生很多病，每一次生病，都加剧了对色身的损耗，预示着死将更快地到来。那么不生病的时候，是不是就没有损耗了呢？当然不是，即使不生病，人也都是在走向死。因为人的呼吸，心脏的跳动，血液的流动等等，这些一刻都停不下来的变异，都是对身体器官的损耗。即使是坚固的钢筋，到了疲劳极限，也会变脆而断裂，何况是并不坚固的血肉之躯呢！

人的色身由四大组成。四大之间既相生又相克，它们必须保持平衡，才能形成相对健康的色身，其中某一大太强，或者太弱，人的健康就会出现问题的。这像一张桌子，它的四个脚都得一样齐，其中一个高了，或者低了，桌子就不稳。所以身体的健康，其实是四大的一种动态平衡。四大如果少了一个，整个色身就垮掉了，比如少了水大，地大的肌肉就

会萎缩，骨头就会脆化，少了风大，人就不会呼吸，血液就不会流动。也就是说，人只要活着，四大就必须都得发挥恰当的作用。这就意味着，人就像一台一直停不下来的机器一样，每一刻都在损耗，都在折旧，一直到最后散架报废为止。

而心、心所呢，则更明显地在呈现变化。妄念纷飞，就是一个明显的例子。并且随着年龄的增大，根身的迟钝和老去，心、心所也逐渐变得迟钝，最后到死有的时候趋近无记，然后在中阴时因为脱离了色身，又开始了新的心、心所的生死过程。

在五蕴的变异中，老病等苦必然会发生，这就导致了众生的存活是随他行的本性。这就像是由劣质建筑材料建起的房子，损坏、倒塌是无法避免的结果一样。

而圣者的无漏蕴聚，比如佛陀的清净报身，因为断尽了一切烦恼，凝聚了无量的无漏功德，所以完全脱离了生际必死的世间法规律，成为了能够自利利他的极其殊胜的蕴身。所以大家要发誓将自己的有漏五蕴身，转变成为清净的无漏蕴身，当然这就需要像现在这样，从学习生际必死等正见开始，来逐渐断除心相续中常执等的颠倒见。

众生的活着，具有随他行的本性，这在名言中谁也改变不了的，哪怕佛神通再大，也改变不了这样的本性，哪怕这个众生再怎么幸运，也是无法改变的。

如何理解现见？

众生出生是为了死，中间的存活，因为本性是随他行，所以也是为了死，最后的结局，就是死，这一系列都是可以现见到的事实。大家就从这三个方面，去结合实际，理解众生是为死故而生的无常规则。

邮差、刺客

有一个残暴的国王，在一个寒冷的夜晚，让一位邮差去送信，并说如果不在一个特定的时间里送到，就要杀了邮差。这位可怜的邮差，只得马不停蹄地赶路。同样，人无论做什么，都是在被拖向死，寿命一刻不停留地在逐渐减少。

有人雇了个刺客去杀人，刺客眼见杀不了那人，索性转而回头把雇主给杀了。这说明世间人的各种算计，往往不能得逞，但是有一个结果人们没有去算计过，却是一定会到来的，那就是死。死主往往会以出其不意的方式，让死降临到人的头上。

对这些所讲的内容，无论是般若基础班、讲考班、还是讲研班的道友们，都要多花功夫，要仔细地听，反复地看，去参加法师们的辅导课等。

我自己也记得，以前听法王上师讲课，如果没有预习，会似懂非懂地就下课了。后来再听法师的辅导，加上研讨、辩论、背诵，在再再思维的过程中，收获就比较大。听第一堂课，和再听法师辅导的课，收获更大的是听法师辅导的第二堂课。所以要高度重视法师辅导的讲课，要重视共修的机缘。

那么大家学的时候，首先要仔细消文，要结合科判来抓住思路，领悟到偈颂的中心要点，这样就能获得对偈颂的正确理解，产生出闻慧；之后要按照闻慧不断地如理思维，进行巩固，并且使理解不断地深入，这样就能产生出思慧。再在定解的基础上，数数忆念、串习修行，就可以得到证法的加持，这样《中观四百论》就会真正成为你心里修行的宝典。

比如在今天的科判中，出现最多的就是思维二字及修习二字。《中观四百论》的特点就是要瑜伽修行。瑜伽修行包括两个，一个是思维的方式，就是观察修，第二是不必要再观察来安住的方式，就是安住修。瑜伽修行就是不离开观察修和安住修。

只有按照法义明确的做到了，也就是如理思维及数数串习，才能叫瑜伽。如果没有这样做，再殊胜的修法也加持不到自己的心相续上。

圣者法王上师等讲了很多引导我们的殊胜教授，但是我们之所以今天的心相续还没有成熟，没有解脱，没有像圣者那样自由自在，不是法没有加持，不是上师没有智慧，是我们相续没有修这些主要的基础法。下面的基础没有打好，

上上的很多修法就修不起来。所以这里给大家说很重要的一点，大家一定要记住，本论前八品的内容非常非常重要，非常非常的殊胜，大家一定要认真地按照上面的要求去做。如果前八品的方便没有做到，也就是心相续没有得到转变，没有达到真正成熟，那么后八品的方便生的修法就会落空，就会像说口头禅一样只是口头上说空空空的文字。相反如果每个人打好前面八品的基础，那么后八品的学习就会事半功倍，如同顺水推舟，很容易。

不管学佛三五年，或者十年、二十年，如果基础法没有打好，没有成熟的心相续，再殊胜的灌顶，再殊胜的引导的教授，再了不起的伟大的殊胜上师，也无法让你现前超凡入圣、翻天覆地的变化。

到今天为止，我们讲的学的很多高高的法门没有效果，就是前八品所要讲的内容，没有真正转变自己，没有真正成熟自己的心相续而导致的。所以本论后八品这次不一定从很多角度的广讲，因为讲了我们也修不上去。但是前八品，尤其是第一品修无常观，特别特别重要。如果有常执耽著今生，那么严格一点说，是修不到解脱法门的。

当年萨迦法王见到文殊菩萨的时候，就得到远离四个耽著的窍诀法门，其中第一个就是“耽著今生非修行”。心相续有常有执著，耽执世间，那么每天就会忙忙碌碌，就有很多追求，有很多世俗的目标要实现，在这样的状态中要修出世间的解脱法是绝对修不起来的，因此第一品的无常观相当重要。噶当派祖师在讲修行六个要义中，第一个要义就是讲的无常法门。

所以我们前几节课一点不要着急，第一品让大家清清楚楚明明白白，以理抉择，如理思维，让自己的心相续心服口服的相信，产生这样的定解，树立这样的正见。坚固的定解产生后，每天是否精进的修行是自己个人的问题。帮助你们树立佛法的正见，作为法师是有能力有力量做到的，但是要完全靠法师的力量，让你成为彻底解脱的圣者，这个很难。最终的解脱成就，还是要看你们是否精进是否珍惜佛法等等很多因素。这是我给道友们一定要交代的，一定要说清楚的。