

四、思维世间主而修无常

第四、思择世间主而修无常。

前面思择了圣者涅槃而修无常，看到圣法界在世间示现的所有化身都是因缘力的显现，在度生缘尽时都归于灭度，一点不剩；之后反观自身，我是以劣业为因、被劣缘风所吹、由劣习气结生相续的虚假不净的蕴身，相当不自在，那当然说不定什么时候，因缘一触发就可能死，从而产生死时不定的紧迫感。之后想到：这次得到人身，出现了转瞬即逝的良机，必须把握好用于修道，否则一旦失去不会再现，因为目前的因缘只有一度的使用权，而且特别难得。这时就会劝动三门当即转入善品的修习，再怎么都要在宝贵的光阴里，用身口意摄取正法的利益，也就是一定要修法，心缘在法上，在法上思维、修习等等。这就是自己的人生观念。

接着要继续思维，从圣法界的化身拉到世间界来，看那些最高的天主、人主们的情形，结果发现每一个最终都归于死亡，无法摆脱。思维时，首先要把他们那种非常伟大的相现出来，他们以福业力，出现了圆满的威德、财富、权势、眷属、受用等以及极长久的寿命等等，这些都是曾闪现在人天上空最伟大的明星、尊主。这时会想：那么了不起的天主、人主，有那么大的威德、能力、权势，他们还会死吗？结果发现没有一个能躲过。之后看到，当他死的时候，过去拥有的一切都化为乌有，一点不剩，这时才警觉到：最高级别的寿命、福德、权势、威德、财富、眷属等等，最终都要化为泡影，毫无用处。

之后对比自身就发现，跟他们相比，自己实在太渺小了。人由于过分执著自我、执著眼前，以非理作意往往会出现一种错觉，把自己所拥有的受用看得非常大，以为自己很了不起。譬如，把自己的房子想成无比富丽堂皇的宫殿，认为这一身衣服是天下最美的，对于高档电器、小车，包括妻子、权势等等，把这些看得非常大，认为我非常高贵，特别执著，拼命营造窝巢般的生活，始终放不下，认为现世法很

有意义。

怎么来破掉这种常颠倒、乐颠倒呢？这就一定要通过强烈的对比来显示出巨大的反差。当你清楚地了解天王、天众的生活，知道他们受用五欲的情景，再比照自身才发现，人世间的事太没意思了。在这种比照下，自身的生活场景、受用状况，一下子就缩得非常小了。之后观念会转移，认为没必要去苦心营造这么一点点事，它只是一点小泡泡，马上会破灭，哪里保得住呢？这样了解后，就能够放下今生。

譬如看天人，从四天王天、三十三天一层层看上去，如果学好了《正法念处经》，一段一段地去了解、思维、忆念，对天界的状况很熟悉，再对照自身时，马上显示出巨大的反差。然后知道，人世间的现相的确是窝巢生活，微不足道，那时自然会看轻人世间的一切。然后再想：天人的福报那么大，最终都归于破灭；我的福报这么小，那决定很快破灭，一点坚实性也没有。只要视野开阔，心就看得开、放得下，否则一点小意义都执著得厉害。

以上讲了总的思择世间主，在自身上修无常的方法。接下来我们首先把引导文过一遍，知道它的理路、归结点、修习方法，然后做具体的举例说明。也就是在天主、人主等方面举一些例子，具体看到世间主的无常。了解了他们曾经那么辉煌，有那么大的福德、受用，之后看到后边际的无常相时，就会发生很大的震动，再归到自身上，就觉得自身的受用等很渺小，微不足道，也就不再看重了。

结合具体事例相当重要，没有这一环很难成功。如果能研习《正法念处经》和《阿含经》等就非常好，在这些地方能到位，观念上能达成变化，会感觉心态、观念与过去完全不同，能真正看得清世间事，能放得下对现世的耽著，这一点要再三强调。因为课程不可能一下子讲那么多，但是，只要讲到《念处经》四天王天和三十三天以后，相信大家对这些就轻车熟路了。学好了马上会凝结成巨大的观念，那时出离心会生根，一心坚决地想出离世间，在见解上能完全断定

，之后生活方式、意乐、行为等会截然不同。

寿命堪能住劫、威德圆满的诸天及仙人们也未脱免死地。

这一句来自晋美朗巴祖师的《法轨》，以寿量和威德两点标出诸天和诸仙的伟大。

首先，他们的寿命能长劫安住。如果了解“劫”的涵义，就知道在他存活期间，人间不知道改朝换代多少次，经历了多少沧桑。在天人看来，人间的生活朝生暮死，人的生命像蜉蝣一样，地球就是一个弹丸之地，就像在一个小小的试管里有很多细菌一样。这么一比较，那些寿堪住劫的天人们、仙人们，实在太崇高、太伟大、太不得了。人类都向往神仙的日子，以为神仙能长生不死，虽然并非如此，但他们的寿命的确相当长，人间经过了无数次变换、更替，而天人们还在天堂里享福。

再者，他们的威德相当圆满。“威德”代表以过去极强、极厚、极大的福业力所感，他的身体、眷属、色声香味触等的受用、安定度，以及所拥有的宫殿、园林等等，都十分圆满。“威”就是有势力，威重远远超过下界。譬如在有威德的人王面前，乞丐会自惭形秽，自己食不果腹、衣不蔽体、贫病交加，感觉各方面都很卑微，这就是威德的差距。同样，诸天和仙人们不论依报还是正报，方方面面都表现出很大的威德，有威伏下界的力量，这就是福业力所现的雄厚资本。

对于这样的诸天和仙人们，我们会想：他们那么厉害，应该不会死吧？实际上，他们没有一个能脱免死地。当有为法的福业力罄尽时，这些天人们、仙人们，包括最大的天王都没有一刹那自在，不得不从光明的境界逐渐退堕，变得一片暗淡，最终完全消失，因为无常力无可遮挡。他们毕竟是有为法投出的影像，怎么能长存久住呢？可见，所有天人、仙人全部处在阎罗王的魔掌中。这才知道：原来世间尊主没有一个能脱出死。

接着要进一步认识这一点，这又要落实到观察天界、人界各层面，以及观察从古至今各阶段。经过一番详细、真实地如理观察，相信我们心中都会结成定解。

以下是普贤上师的详细引导。

如是作为世间之主的梵王、帝释、遍入天、自在天等拥有经劫安住的寿量，拥有高达由旬和俱卢舍的身量，这些连日月都胜伏的诸具威德者，并未解脱死地。

就像《法轨》所说，世间主包括天主和人主。天主有大梵天王、帝释天王、遍入天、自在天等。他们拥有在多劫或多少万亿年中安住的寿命，身体达到了多少由旬和俱卢舍，或者上百上千的里数，而且，身体的光明胜过日月，这都是非常大的威德。

从寿、身、光三者就可以看出他们有极大的威德。寿命那么漫长；身相特别巨大，在他们面前，我们比蚂蚁还小；身上光明的照耀度超过了日月，这种有情的确不得了。怪不得大梵天王以为天下人都是他的子民，他的确有自慢的资本，感觉世间全是自己造的。那些天王们看下界的确很渺小，然而他们却不能脱出死地。

《功德藏》云：梵释自在及轮王，亦不思避死魔术。

就像《功德藏》所说：梵王、帝释、自在天、转轮王等具威德的世主，他们从来不想从死魔手中逃出的方便。

一般世间主都沉浸在世间福乐中，根本不想死的事。感觉死太遥远，现在的生活太美好了，有巨大的权势、威德，连一点病都没有，所以从来不想怎么从死中逃脱。他们都是被业绳系缚的标准凡夫，只不过那根业力的导火线很长，“吡吡吡”地烧过去还没烧到边，一旦烧到了头，他们也当即爆炸、毁灭。所以，他们有再长的寿量、再高大的身体、再显耀的光明，也是脱不出死处的。

此外，众多的天人和人中仙人具足五神通，以神变力行于虚空道中，然而终究无力超越死处。《除忧书》云：

大仙具五通，乘空极远行，然无力行至，无死之行境。

再者，很多天人以及人中的仙人，具有天眼、天耳、宿命、他心、神足等五神通，以神变的力量在虚空的道中行走，但是终究走不到无死之处。他们很厉害，一下子就飞行到千万里之外，而且天眼宽阔，又知道宿命，知道别人心中的想法，能听到很微细的声音，像这样，有巨大的身根功能，然而在死亡面前仍然无法超脱。所以《除忧书》说：大仙具有五神通，能在虚空中行到非常远的地方，但是，对于无死的行境之处丝毫也行不了。到死来的时候一点不自在，善趣的景象顿时熄灭，落入黑漆漆的地方，是这么不自在。

这就可以看到，天人的寿量、身相、威德、受用等也只不过是暂时一现的美梦，当福业力穷尽，忽然间醒来时，发现已经到了下界，这就看出世间法的虚假。

在此人间，以威力、财富而巍巍的诸转轮王，以及印度圣境中从众敬王王系所出的主宰南瞻部洲的大王，此诸不可思议者曾降诞于世；另有三巴拉王、三十七代旃陀罗王等印度东西两境的大王，权势、威力、财富炽盛，他们很多都出现于世。

再降到人间，看那些世主出世的状况；之后移到西藏，看历代藏王兴盛的情景；对于汉地学人来说，还应结合汉土各代王朝的情形来观察；最后归结到，这一切盛世帝王的景象，到今天除了口头谈论外丝毫不剩。这样思维后反观自身，自己这么一点住宅、受用、眷属、财富等等，无论多么好，跟这些大级别的帝王相比，也只是一点可怜的蜂巢生活。这么渺小、微薄、脆弱的法，哪里会恒常坚固呢？要在这上思维，发生坚定的观念。

按照时间顺序，首先，劫初时光音天的天人们下到人间，由于贪吃地味逐渐起了贪心，失去光明，失去在空中飞行的能力。后来有了烦恼，在一方土地上出现了男女，贪欲重的成了女性，贪欲轻的成了男人，之后发生彼此交合，由此

建立了家庭。有家庭后开始怀孕、生育，人数逐渐增多，就建立了城邦，由此选择众人中的大福德者管理大众，之后就出现了历代转轮王。那时的轮王们具足七宝、四殊胜等，有非常多的财富，所谓“财富”，指所拥有的色声香味触五尘受用。“巍巍”，意思是与后代的诸王以及今天的人类相比，诸转轮王就像群山中的须弥山王一样，非常高大、显赫。这些转轮王一代一代地出世了，就像《阿含经》所说。

此外，在印度圣境中，从众敬王王系出现了很多主宰南瞻部洲的帝王，他们的福德是我们没办法想像、谈论的，这样具福德的帝王曾出现在世间。之后有三巴拉王、三十七代旃陀罗王等，统治印度东西两境的国王，他们的权势、威力、财富等都很兴盛。在数千万年的历史长河中，出现了一代一代的王朝和国主。

在雪域藏地，自除盖障菩萨化现的涅赤赞普王出世以来，也有所谓的天上七赤、地上六勒、中间八德、各朝五赞、幸福十二代半、极乐五代等相继出兴于世；并且在法王松赞干布年间，上至尼泊尔下及汉地，以变化之军普遍征服；迨至天子赤松德赞时期，摄伏南瞻部洲区域三分之二；法王赤热巴金时期，立铁碑于印度恒河之滨，作为印藏边界，将印度、汉地、格萨、大食等许多国土摄伏后，拥有“新年佳节各国使臣需一日中齐临拉萨城”的权势等。

再看西藏雪域，以除盖障菩萨化现的涅赤赞普王出世作为开端，几十代的藏王相继出兴于世，所谓的“天上七赤”等等。看吐蕃王朝的世袭历史，所谓的赤、勒、德、赞等都是藏王名字中的一个字。比如，“天上七赤”就是涅赤赞普、目赤赞普等，有个“赤”字；“地上六勒”就是艾雪勒、德雪勒等，有个“勒”字；“中间八德”就是德初蓝雄等，有个“德”字；“各朝五赞”也指国王的名字里有个“赞”字等等，有这些国王出现在世间。

之后说到非常尊胜、显赫的三代王朝。在松赞干布期间，对于上到尼泊尔下到汉地的广大地区，都以变化的军队来征服；到了赤松德赞王朝，摄伏了南瞻部洲地方的三分之二；在赤热巴金时期，在印度恒河岸边立了铁碑，作为印度和藏地的边界，那时，把印度、汉地、格萨、大食等很多国家都摄伏了。当时有一种权势，在新年佳节，让这些国家的使臣在一天当中就到拉萨城集合。这表示他很有威力，一发出号令，这些国家的使臣们必然会在那一天到达。诸如此类，就看到那些王朝曾经的辉煌历史。

然而，对于现今除了如是谈论之外任何皆无的阶段思维的话，我们现在的住宅以及受用、眷属、权势等，无论算是多么好，和前人比较起来，也只是蜂巢而已，这些法哪里可能有所谓的常与坚呢？如此思维而修习。

“然而”是转折，从天主到人主，把世间出现的最兴盛、最圆满、最大级别的威德、福德摆出来后，转而想到：到今天为止，那些一个也不剩了，只是我们在口里谈论，历史书上有记载，此外一点点都没有了。这样思维的话，现在的住宅、受用、眷属、权势等，无论自己认为多么好，别人多么羡慕，世间评价说这样多好，跟天上和人间的帝王相比就像蜜蜂的巢穴一样，只是那么一点点。

然而，由于过分的我所执以及自我的夸张，认为这真是世上最好的生活，我是多么富足、美满，整天臭美不已。现在通过对比才知道：这的确太可怜、太微薄，就像蚂蚁窝里的受用一样。自己是一只蚂蚁，对这么一点色声香味触的低级幻影耽著不已、爱恋不已，时时在上面经营、打扮、装饰，花那么多心思去做那么一点小事情，太没意思了！这样对比就知道，这么一点蚂蚁窝般的小影像，哪里有什么常恒和坚固呢？它无法长久住留，在天人长久的寿量中，我们的生命就像水中浮泡一样，很快就没有了，哪里有常？再者，它像浮泡一样经不起微风的触碰，突然间就破灭了，哪里有坚？

天人的身体很坚固，好像什么都摧毁不了，眼睛也不眨。我们身上的一整套组织器官不断地运行，刹那停不下来，而天人们很有福报，身体很安祥，上界天一直住在定境里。不像我们三天不吃饭就面色暗淡，天人们在千万亿年里一直发出胜过日月的威光。这么一看，他们那么伟大却没有常和坚，因为世上的法都危脆、无常、不可依靠，是幻化的，而在这幻化里，我们是极其渺小的微生物，这一点点幻相哪会有常和坚呢？相比而言就更加脆弱、短暂了。之后想：我在这万劫难逢的人生机遇里，要尽量利用这一世人身修出最大的意义，彻底从轮回苦海中超出，这才是人生的意义所在。

接着开始举例，结合天王、人王的具体事实来作对比思维。首先讲述三十三天中央之天——善法堂天，天王以及天众福乐的情形，出自《正法念处经》。

三十三天善法堂天

天王帝释姓“憍尸迦”，名“能天主”，有九十九那由他天女作为眷属，恭敬围绕供养帝释。就像一个女人一心承事敬奉丈夫那样，诸天女们心无嫉妒。供养天后也如同侍奉帝释一样，没有嫉妒心。天王的善法殿宽五百由旬，以毗琉璃珠作栏楯，以珊瑚为柱子，以水晶、砗磲、玛瑙作严饰，以阎浮檀金作殿堂的墙壁，就像融化的金水一样灿烂。床榻都以金刚摩尼、红莲花珠、青珠、玉宝作为庄严。

莲花池

池中莲花以金刚为花须、真金为花茎，清净花池作为庄严。还有很多鸟，有毗琉璃的翅膀、红莲花珠作为嘴、青因陀宝作为身体，遍满在水池中。水池有四岸，青摩尼花、摩尼铺陈在地面上。还有很多鸟，青因陀宝为脚、砗磲为嘴、珊瑚为眼，充满水池。池里还有很多鸟，全身都像阎浮檀金一样，珊瑚为翅膀、因陀罗宝为眼睛。又有浴池，以天上的各种蜜蜂作为庄严。天蜂的色彩就像毗琉璃那样，这些蜂在池中飞行，庄严着浴池。

善法堂中有十大莲花池：一、难陀莲花池；二、摩诃难陀莲花池；三、欢喜莲花池；四、大欢喜莲花池；五、游戏莲花池；六、正忆念莲花池；七、一切义莲花池；八、正分别莲花池；九、如意树莲花池；十、因陀罗覆处自在大光明莲花池。这十种大莲花池用以庄严天善法堂。

还有其他莲花林池，花很清静，以白银作花茎、真金作花须、琉璃为花叶、金刚为花台。又有的莲花以金刚为花茎、有杂色的花叶，一片一片的花叶有的像红宝，有的像毗琉璃，有的像砗磲，还有的像金色。有像这样的各色莲花。莲花有一百叶、二百叶乃至一千叶，各种色彩的莲花千差万别，用以庄严帝释天王的善法殿堂。莲花里有很多各种各样的鸟，有常欲鸟、一切行鸟、常音声鸟等等。如果天帝释和天女们入莲花池娱乐游戏，鸟也随着游戏，天人奏起音乐，鸟也发出妙音。还有很多鸟叫做“欲放逸鸟”，如果天帝释在花池里游戏，鸟也随之游戏，它们的身形十分美丽，像天女的身体一样。还有很多鸟名叫“游行鸟”，在花池岸边，口里衔着花须，花池的边上到处都是，鸟在池边舞弄游戏，发出微妙音声。帝释天王有这样殊胜的莲花池。

接着要认识莲花池里的情形。池中有很多天上的鱼，有真金鱼、白银鱼、琉璃鱼，这些鱼以红莲花宝作为翅膀，以砗磲作为眼睛，鱼瞋恚时就像开放的红莲花一样，有种种不同的宝在身上作鱼鳞，又有七宝的翅，这些天鱼在莲花池里游戏享乐。莲花池的底部有珍珠沙覆盖地面，有的以银沙，有的以金沙，有的以琉璃沙，铺在池底。像这样有各种彩色的庄严。

再来看天王的波头摩花妙林，周围以真金作栏楯，或以琉璃作栏楯，以白银作栏楯。在这些上面又有真金的罗网覆盖，各式各样的天鸟都发出美妙的音声，在池边游戏。

再者，莲花池里有很多不同颜色的天蜂，发出妙音。金色的花里有银色的天蜂，金刚作为翅膀，身体很柔软；在白银的莲花里，有金色的天蜂。像这样，种种形色的天蜂在莲

花里游戏。这都是善业成就的果报。

善法林

接着要观察帝释天王有几种园林，善法诸天、帝释天王和天女们在哪些园林里游戏享乐，以五欲自娱。

一、天女游戏林

首先，有一处园林叫做“天女游戏林”，里面具足天树、天花、天果，充满了各种天鸟。

如意树

特别奇特的是有很多如意树，随着天人心中所想，自然从林中出生所需物。如果天众在园林里游戏，殊胜的妙花当即开放。天女入到林中，如果靠近天树，花枝就自然下垂，交到天女手上。那时，天女们取花以后，枝条又重新举起。像这样，众多的妙花，色、香、形貌千差万别，随着天人们心中所想自然出生，因此叫做“如意树”。

如果想听音乐也是如此，会闻到种种音声，随着心中所想，善业的风吹着树叶互相敲击，发出极美妙的天乐之音，因此叫做“如意树”。还有无量忆念之树，随着天女们心中所想，各种庄严资具、天衣、天花随念就得到，因此叫“如意树”。又有如意树，琉璃的色彩、真金的茎叶、白银的树枝；又有以琉璃为叶、珊瑚为枝；或者七宝为叶，从中流出所要的美味。

又有如意树，天女们想见帝释，以善业的缘故，就在此林中见到化现的帝释共同娱乐，此林的功德是能见到化现帝释。像这样，林中有九十九那由他数的天女，每一位天女各自见到天王和自己娱乐，不见其他天女和天王相会。随着天女们所念的那种庄严相，就见到相应的帝释身相现在眼前，因此叫“如意树”。

喜乐山

天众在天女游戏林中次第游戏后，又来到喜乐山。这座山相当庄严，由七宝合成，山体是金刚所成，有险峻的高崖。山上有真金树枝，密枝浓荫普遍覆盖大地，一棵棵树覆

盖起来就像宫殿一样。山上又有金子的鹿、银子的鹿、青珠的鹿，游行时相当美观。又有很多鸟发出动听的声音。

胜上殿

山上有宫殿名叫“胜上殿”，也称为“殊胜殿”“尊胜宫”。殿中有一千根柱子，都是以黄金、毗琉璃、青摩尼宝所成就的，柱子里填充了金刚。在这山峰上有百千座宫殿，都是红色的，端严殊特。宫殿里敷设了狮子座，敷具柔软，共有一千张床，以毗琉璃宝作为庄严。当帝释天王与阿修罗交战得胜凯旋而归时，一切天众都怀着欢喜，赞叹着天王的功德，和天女们一起升上此宝殿游戏歌舞，共相娱乐。这是胜上殿的情形。

饮食

接着要认识善法堂的饮食受用，分饮料和食品两种。天人们前往一条河，在那河中有上等美味的饮食，顺着河水流淌而下，散发出各种香气，特别诱人。上等的饮料充满河中，如果有人喝到这些天上的琼浆，就会远离醉乱。

饮料有三种，一种叫“欢喜饮料”，天女喝后，心情欢悦快乐。第二种叫“能观饮料”，喝了以后能周遍观察到天界里所有园林，能透视被群山遮障的一切地方（喝了这种饮料后眼目清澈，什么都挡不住，好像望远镜、显微镜，那么大的天界情景无所遮障，出现了遍观天上景色的享受）。第三种叫“众味饮料”，这个饮料种类特别多，滋味丰盛，喝了以后，色身的精力能百倍地增长（天人们喝了身上特别有劲）。

天女们享受了饮料后入于食品之地，随着她们过去所做的上中下善业的等级得到相应的果报，但总的来说，那食品地里充满了色香味具足的各种美食，的确是美食的天堂。

音乐

再看天人们的精神享受。他们喝过了美饮琼浆，饱餐了上味肴膳，之后想到：我们要去音乐之地欣赏音乐。天界的音乐是自然的，山峰中有毗琉璃宝做的乐器，真金为琴弦，还有众宝所成的鼓发出各种音声，又有玛瑙杂宝做成的

箫、笛等，天女们唱着无量的歌音。像这样，有无量无数种音乐、天上乐神的音曲。天女们全身装饰得非常美丽，拿着琵琶或吹着箫、笛等，这样游戏享受快乐。她们弹奏、演唱的音声，韵律、曲调和雅整齐，有非常丰富的音乐受用。

之后，他们又前往铃音之地，这里有自然的音乐，有各种挂着铃铛的罗网，微风吹着铃铛发出无量百千种妙音，听了以后心里非常欢喜，情不自禁地唱起歌、跳起舞来，处在娱乐的境界里。这是天界音乐的受用。

池中嬉戏

接着看莲花池里的受用。天众前往众鸟庄严的莲花池，池里有很多天鸟，金银等杂宝作为庄严。天女进入池中游戏享乐，各自采集金花共同游戏，天女们彼此散花，内心没有嫉妒。做各种游戏，声音美妙，在八功德水里游戏。

镜树林

天人们在池中游戏后，为了进一步享受欲乐，又来到了镜树林。这片树林中的天树都像明镜一样，能映现出天人的身体。进到此林就会见到自己的身体有各种庄严，具足德相，在种种林中见到种种色相。譬如，一个天女到了此林中，看到到处都是像镜子一样的天树，里面有无数个自己的身体，白色的、红色的、金色的等等，相当好看，所以天女们欣赏着身体非常自恋，有十倍的放逸。

一切时林

接着再看在一切时林中享受的情况。天人们离开镜树林后，又到达一处叫做“一切时”的妙林。这片树林里一天有六个时辰，像轮转一样不断绝，每天有六番境相的变换。林中众多天鸟有无量种不同色彩，搭配着林中的某一个时辰，出现相应的鸟群风景。天人们共同在此妙林中游赏，远离嫉妒，心情特别喜悦。

六时林

见到这树林后，随着心中所想就进入到六时林中，随着时辰而游戏，享受喜乐。有各种应时鸟自然集合游戏，跟天

女们共同娱乐，在此林中享受五欲之乐，不再想其他园林。所谓的时鸟，指按照时辰自然会集合的一种鸟。总之，它像轮子运转一样，每天有六个时辰的节目，让天人们玩得非常过瘾。当时，天帝释来到此林中，天女们欢喜歌舞嬉笑供养帝释。像这样，在帝释的一个园林中就具足各种色声香味触，天女、天禽、天鸟等的无数功德庄严。

思考题

1、思择世间主而修无常：

- (1) 思维方法是什么？
- (2) 要引生什么观念？
- (3) 阐述本引导的理路。