对比思维

这里重点是对比思维，由见到不可思议的佛和圣者阿罗汉示现涅槃，反观自己虚假不净、随时会被死缘摧灭的身体，自然会想到：不晓得什么时候身体就摧灭了，因此要及时修法。

思维时要作强烈的对比，先要意识到释迦佛极其不可思议，从他的因缘、体性、功德等方方面面去看，一定要显出自身在佛面前相差无数倍。佛经过三大阿僧祇劫积累功行，上兜率天，在无比吉祥的时辰从右胁降神母胎，以愿力投生，住胎时母亲也非常吉祥。出胎时显现光明，在六方各走七步，宣说“天上天下，唯我独尊”，有众多天神护卫，相貌极其殊胜。幼年时就有不可思议的智慧、神力等，从这就可以看到，他极其不可思议，毫无缺陷，是具足无上功德的表相。然后修道，一层层修上去，降魔，证得无上果位。之后在人间这一期教法中示现圆满的教化事业等等。

诸如此类就可以看到，世尊是这么殊胜，然而因缘一到，仍然要显现老、病、死三相。就像《长阿含经》里描述的那样，不会因为他是佛就示现常住不灭，他在人类面前还是显现皮肤松缓没有弹性、身体衰朽、背痛等等，有各种老、病、死的苦相，最终时辰一到无法抗拒，自然入灭，荼毗后身体就没有了，只剩下舍利。把整个过程详细读下来就知道，我这个虚假、低劣、不净物堆聚的身，在世间范畴里，在有为法或分别心的境界里，决定是无常性，无法久住，必然归于坏灭，丝毫不剩。

我们可以作两种思维：一方面反照自身，看到自己以业力投生，由不自在的力量牵着心识入母胎。住胎十月像处在地狱里一样，母亲吃热的如同泡在沸水里，吃冷的就像卧在冰湖里，走动时像被抛在空中，坐卧时像被压在山下，母体里的饮食经过脐道入到身上会发生猛利的苦触，有这么多住胎的苦。出胎时被业风所吹，身体自然旋转，头部向下，通过母亲骨轮时非常艰难，如同受众合地狱之苦，降生后只会“哇哇”大哭。之后，幼年成长时幼稚无知，稍大一点受世间教育，熏很多不清净见解，染上自私、竞争、贪享受、散乱、放逸、自我表现等各种恶习气。到了十三四岁，人随着生理成熟，我执特别炽盛，这时表现为爱取很强烈。之后我们都很清楚，自己的一生就这样随着业轮在转，这就叫做“以恶业为因”。再者，一直被恶缘的风所驱逼，不断地到这里到那里，扮演各种角色，与各种人、事接触，起各种分别、烦恼，造的几乎都是不清净的业。

身心的体性如何呢？我们没断烦恼，四大一点不自在，譬如得了心脏病、肺病、胃病、肝病等就苦得不得了，毫无自在。年纪大了，衰败的苦就非常大，关节不行，内脏衰退，精力不够，马上到了风烛残年。这还没出现横死的因缘或特发性因缘，算是比较平安，但也非常脆弱。可以明显看到，这个虚假的身像泡沫一样，充满各种不净物。所谓的地有皮肤、肌肉、骨骼、内脏等，所谓的水有血流、组织液等，所谓的风就是身体在不断运转等，所谓的火就是有一些热量等，身中的四大一旦紊乱、不太协调就发生各种病变，痛苦得不得了。再者，如果出现偶发性的死缘，譬如一根刺刺入心脏，或者一点饮食噎在喉咙里，风转不过来，马上就告以毙命。这个身以不净习气维持呼吸，使得蕴体在相续，如果保护得好，没有因缘去摧灭它，暂时能安住一段时间；一旦业风吹动，出现死缘，就像广场中的油灯被风熄灭一样，虚假的现相就一下子戛然而止，归于后世了。我们是这样的情形。

另一方面要跟圣者作比较。他们的所依身那么殊胜，是纯净、没有污染的状况，他们的身体能放光，口里不说恶语，心中具有智慧慈悲，随愿轮在运转，然而，由于示现在苦谛的世间，在凡夫的生灭心前没有不灭的，最后都灭得一干二净。相比自身是这么低劣、虚假、脆弱，充满了无始以来各种业的冤家，假如一下子被人掐住喉咙，或者喝水呛入气管，气无法运行，马上归于坏灭了。这时就感觉：我的身体朝不保夕，圣者们的身都一下子没有了，我的身还能保住吗？会想：这个身哪时、哪处灭，都是不定的。

这样跟圣者一对比，就不再相信自身像钢铁、金刚一样了。原来认为自己的智慧高、辩才好、事业大等等，这么一比才发现，原来自己只是一个有漏法的幻影，特别可笑，纯粹是这样的情况。之后就不再依恃自己的身体，以为它坚实、能常存、能保得住，不会起这样的想，会开始起无常观念。

如果大家感觉心里现的还不是特别清晰，那可能是缺乏对有情圣凡层次差别的了知所导致的。这就要比较圣凡的福德、智慧、力量等差别来引生定解，之后会发现原来佛是那么不可思议的人。引导文里“不可思议”四个字非常重要，表征与凡夫的极大差别。这就要结合《随念三宝经》的注释来理解，会深入不少。

譬如佛的福德力，佛一毛孔的福德都无数倍超过我们。南瞻部洲所有众生的福德，比不上铁轮王福德的百千分之一；两个部洲所有众生的福德，比不上铜轮王福德的百千分之一；万亿个四洲金轮王的福德，比不上四大天王眷属福德的百千分之一；万亿个四大天王眷属的福德，比不上一个四大天王福德的百千分之一；一万亿个四大天王的福德，比不上一个忉利天眷属福德的百千分之一；一万亿个忉利天眷属的福德，比不上一个忉利天王福德的百千分之一。像这样逐级比上去，以下层的天众比天王，天王又比上层的天众，再比上层的天王，逐级比过了六欲天、色界梵天，乃至色究竟天，后者的福德超过前者福德的百千万亿倍。像这样，跟一个独觉阿罗汉的福德相比，一万亿个色究竟天天王的福德，比不上他的百千分之一；一万亿个独觉阿罗汉的福德，和一个安住慈心三昧菩萨的福德相比，百千分不及其一；一万亿个安住慈心三昧菩萨的福德，比不上一个最后生菩萨福德的百千分之一；恒河沙数最后生菩萨的福德，比不上一尊佛的福德百千分之一，乃至算数譬喻分之一。

这就知道，佛具有极圆满的福德，圣者阿罗汉福德的量也特别大，我们在他们面前的确微乎其微，只有一点点小福德。能吃一口饭、穿几件衣，稍好点的人觉得自己住豪宅、坐小车就不得了，实际连佛一根毫毛上微尘的福德量都比不上。这才知道，我们的身是何等渺小，因为身体是由福德所成就的。

再看佛的相好，十倍所有有情福德聚成就佛的一个毛孔；百倍所有毛孔的福德，成就佛的一个随形好；千倍所有八十种随形好的福德，成就二十九相（除了白毫相、顶髻相和法螺相）中的一相，这样逐步比上去，最不可思议的是法螺相。像这样，佛显现出三十二相圆满身形，多么殊胜！而我们的样子实在很难看，眼没眼相，鼻没鼻相，身没身相，这么一看，的确是由下劣的业所感的低劣身体。再一想：连那么殊胜的佛身都示现涅槃，最后一烧什么都没了，何况我呢？我原以为自己青春、妙好，能长寿，即使老了，也要化化妆，表示我还年轻，还能活很久，这很愚痴。这么一比，佛那样光辉圆满的相都没有了，何况我这么黯淡丑陋的相？业风一来马上会灭，这么低级的品质还能保有多久呢？这么一比就很清楚，由于量级相差太远，我肯定很快归于坏灭。

再从力量上逐级比较，看到我们的确是极渺小的凡夫。无上的佛尚且示现圆寂，圆寂后父母所生的力量荡然无存，可见世间多么无常，才知道无常是铁律。反观自身，在佛面前自己的身力就像蚂蚁一样，是这么一点点东西，无常的风一吹不就立即灭掉了？就好比劫末的毗岚风一刮，连须弥山都要垮倒，那一个小泡泡就太脆弱了，不知道什么时候会灭。要像这样去理解。

我们还是根据《随念三宝经》的注释，先取得对具体等级的量的认识。那时佛这样说道：父母生我身体所给的力量有多大呢？要这样来了解：首先，十个人的力量加起来，等于一头凡牛的力量；十头凡牛的力量，等于一头青牛的力量； 十头青牛的力量，如同一头小象的力量；十头小象的力量，如同一头大象的力量；十头大象的力量，如同一头青象的力量；十头青象的力量，如同一头红象的力量；十头红象的力量，等于一头白牙象的力量；十头白牙象的力量，等于一头宾陀山象的力量；十头宾陀山象的力量，等于一头香象的力量；十头香象的力量，等于一个力士的力量；十个力士的力量，等于一个大力士的力量；十个大力士的力量，等于一头猛象的力量；十头猛象的力量，等于一个章住罗夜叉的力量；十个章住罗夜叉的力量，等于半个那罗延的力量；两个半那罗延的力量，等于一个那罗延的力量；三百二十个那罗延的力量，就是如来父母所生身体的力量，像这样，如来每一节中都有那罗延力自然生出来。

我们与佛相比，不知相差多少倍了，就像须弥山旁边的一个小水泡一样。佛连铁围山以及十方群山，用手都可以揉成粉末，而我们这么脆弱的身体，连一百斤都背不动，走起路来骨节“吱嘎吱嘎”，像老爷车在响。如来的力量这么雄健、伟大，每个关节里都发出无与伦比的力量。在具有雄健体魄、威神力量的金刚身面前，我们就像一片破叶子、一个浮泡一样，一点力量也没有，我的身能有多大功能呢？那样大力之王的如来身，在因缘到时尚且被无常大风摧灭，入灭后什么也没剩下，只留有弟子们用以供养的舍利。这么一比较，我的力量这么小，太脆弱了！业风一吹就要灭掉。这时会感叹：我这样虚假的身、四大不自在的浮泡显现，说不定哪时、哪处就会灭掉。要感觉自身是保不住的。

再说智慧的情况。譬如四大部洲的上空乌云密布、大雨滂沱，境内所有江河巨浪滔天，源源不断地流入大海。在这种情形下，如来知道每一个水分子从哪里来，属于哪个洲、哪座城市、哪个区域，包括它从哪棵树的哪片叶子、哪朵花、哪个果子上滴下来等等，在一刹那间如来都了了分明地知道。这样具有不可思议智慧力的世尊，在因缘到时也要示现无常，再不可能以这样的身对众生说法，开显无量法义。而我们是什么情况？我们的智慧衰退到听了两小时的课，课后连三句话都想不起来。这样稀里糊涂、低劣残缺的意识状况，还能保有多久呢？绝不可能保千万年，很快就会坏灭。

总之，要在强烈的对比下，看到连最高的有为法现相——在众生面前示现的佛色身都要示现无常，何况我这个相差无量无数倍的凡夫身呢？跟佛一对比，自身就像粪坑里的蛆虫。连一大桶水都提不动；吃点辣的东西，舌头、肠胃就要痛几天；又是近视眼，连眼前的人都看不清；风一吹关节就痛；忘性很大，什么也记不起；几天不睡就精神失常，出现幻觉等等，是这样一种状况。这就感觉它很快会灭掉，因为没有住持的功能。像这样，通过胜劣的比较，看到自身是弱中弱、虚中虚、假中假、泡沫中泡沫，才知道实在朝不保夕，很快会死。要常常这样提醒自己不要起常执。

思考题

1、对比思维的理路是什么？以释迦佛为例，详述对比圣士夫而思维自身无常的方法。