丁五、思维种种喻义而修习无常

**思维种种喻义而修习无常者，总的思维劫的增减也无常。**

“种种喻”，指总别、内外等各种事例。“义”，指看到这些大大小小的事物都是无常迁变的自性，“思维”，就是从后边际看都荡然无存，再推就前面显现的事都没有常坚的自性，从而看到世间法无一可靠。“修习无常”就是要发起“一切轮回法无可依靠”的无常想，从而坚定地寻求出离，之后对世上的事无一贪著、无一希求。已经见到无常自性，见到生灭幻化、毫无实义，由此会感觉，执著这些是常法而精心地经营、打造、幻想都是愚痴的。它有让人放下的作用。

总和别是一对，“总”是总体，“别”是差别。“总”就是从整个大的时空去思维，一切法都是无常的。“劫”代表大的时间量，这里是从住劫一段去看它如何增减变化，最终消失一空，从而看到整个劫从始至终的万象全是无常性，毫无实义。好比在极为漫长虚假的梦里出现的各种假相，在因缘迁移的瞬间就变灭无有，这就可以看到的确特别无常。

所谓的“别”，是指在虚幻的大的时空领域里出现的各类差别相。而且要回到自身切近的四季、家族、牲畜、城市等上去看到，内外器情法全是无常的。“别”就是总体中的差别相，从我们能切身了解的地方做观察。再者，“别”又有“积聚皆消散，崇高必堕落，合会终别离，有命咸归死”等各种无常相，四法都在显示无常、宣说无常。这些都是因缘所生的缘故，从后边际看全都变灭无有，所以有“有生归死、积聚分离”等的无常相，这一切就叫做“差别”。

由总体和差别两分，能断定世间界全是无常变灭的自性，毫无自性，毫无坚实，没有可依靠、可抓取的地方，这样就发生了大的无常观。以下从总的方面对于劫的增减做思维，会发现旷大的时空领域全是无常的。

下面先对于总思维的大纲做一个概要指示。思维包括减、增、总三分。

**也就是往昔劫初之时，一切人是由各自的身体现光，此外空中无日月，以神变游步虚空。身躯也具多由旬高，食甘露食，喜乐圆满，有堪比诸天之处。然而由烦恼及不善的增上力，渐次隐灭而成了如今这样。继而由人类烦恼变成越来越粗的增上力，寿量及福德的一切方面越来越减，而到最终人寿十岁之间，寿量也越来越短地在走。**

对减劫的观察包括初、中、后三分。首先要看到劫初人类的状况是多么圆满。

接着要看到中间递减的状况。这又要做因缘观，知道随着烦恼和恶业的增上力，前前兴盛的相逐渐减退，到了后面，前面不复存在，逐渐递减到现在这样，往后还要继续下降，这就是对于中间阶段的观察、认定。其中，“由烦恼及不善的增上力，渐次隐灭”这一句是关键，也就是要看到因上已经转移了，人的烦恼越来越重、恶业越来越增上，结果使得前面那些好的现相逐渐没有了。观察时要细致地看到，一到了后面，前面就没有了，一到了后面，前面又没有了，像这样会逐渐感知到这些东西都是不常存的，没办法止住无常的脚步，这不是以个人的力量能遮止的，会发现它是世间的定相。这时候就会持“减劫历史退化论”的观点。

到了末端，就要看到三灾兴起的状况，会知道整个世界变得非常悲惨，已经落到谷底了。以上从初到中到末追踪的时空观察，叫做对减劫的观照，由此认定世间无常的铁律，从而不抱幻想。

**疾疫、刀兵、饥馑的三灾兴起后，能将南瞻部洲的人类多数灭尽。而于诸剩余者，由圣尊弥勒的幻化讲说断杀生法故，身量也成了一肘，及寿量将成二十岁等，渐次增上。人类的寿命能达八万岁的时期，怙主弥勒降生后成佛，转正法轮。**

接着对增劫做观察，也包括初、中、后三分。初要知道，在小三灾过后，人类是怎么起步回升的。这也要做因缘观，知道人们的心在逐渐变善，之后寿量和福德增长了。接着是中间的观照，从人寿二十岁逐渐增上，一直到八万岁之间，这一段是中间观照。八万岁时期是末后的观照，这是人类最好的时期。

这样从初中后去观察，也可以看到世间相无常，因缘一变就逐渐在变，过去的状况没有了，变得更好。就像冬天过后又是春天，在春暖花开之际万物复苏、非常繁茂等等，会看到它是增上的相。这一增一减叫做“循环相”，整个世间都在循环当中。

**如是一增一减的十八个来回圆满后，到人寿堪住无量岁的时期，胜解佛出世后，于之前贤劫千佛之寿量的总和那么长安住，而且如彼等作诸义利之事，尽其所有的总和那么多作了事业。而最终此劫也将坏尽等。于劫的增减观察，也不超出无常的自性。**

最后要知道总相。也就是多次的循环又构成一个住劫总体的状况，之后整个三千大千世界全部变灭，一无所剩。

通过这样细致、全程地观察，最后心中会起胜解，发现此前的一切都是虚假的，在这里不可能捞取到什么实义，都是瞥而一现的泡沫。这样就会知道，整个大劫不超出无常的自性，之后会认定这是有为法的法性，绝对不在这上面抱有任何幻想。

这里做思择修要注意两个重点：第一、这是承接前面大三灾的观念而来，所以，首先要有之前七火一水等大三灾的具体思维，特别要细致地结合《阿含经》来做观察。到了这里，属于进一步的观察，在大的器界无常观之后，看到其中关键的有情界是如何增减变易的。这两个合起来就会知道世间界全是变灭的自性，一点常坚性都没有，知道全是虚假的，会在心里生起非常大的触动。

第二、以上引导的文字是总纲性的，它是在给我们指示观行的道路，具体要结合《阿含经》做观察。刚才所说的大框架里的具体内涵，《阿含经》中都有具体讲述，像这样一步一步地结合佛语的指示才能在心里生起理解。深入地观察才能发起胜解，如果停留在总纲性的文字上，天天念多少遍，而不做具体观察，那决定无法形成胜解。

接下来我们按总纲里的各分内容做具体的描述。有了素材以后才能进入观修，否则所谓“巧妇难为无米之炊”，终归只是空洞的概念，没法形成内心的观念。首先，按照佛在《长阿含·世记经世本缘品》中所讲的，观察减劫的状况。

劫初众生

有一时，世间再度形成，众生多数上升光音天，他们都是自然化生，以欢喜为食物，身体发出光明照耀自身，以神足通飞在虚空中，安乐自在没有障碍，寿命很长。之后这世间变成大水周遍弥满，就在那时天下大暗，没有日月、星辰、昼夜，也没有岁月、四时的差别。

这以后世界还要变化时，有其余众生福尽、行尽、寿尽，从光音天命终化生到这世间来。从光音天下来的人都以欢喜为食，身体发出光明照耀自身（不必有日月，天地间一片光耀），他们都很自在，以神足通飞在虚空里，身心喜乐没有障碍，在世间长久安住。那时没有男女，也没有尊卑、上下，也没有不同名称，大家共同化生来此世间，所以叫做“众生”。

贪吃地味

那时，地上自然出现了地味，凝聚停留在地上，像醍醐一样，形相犹如生酥，味道甘甜如蜜。之后有的众生就用手试着品尝它是什么味道，最初尝的时候觉得好吃，就生了味著。这样辗转品尝，就对此地味生了贪著，于是用手舀起捧在手上，渐渐地揉成团，不断地揉出来吃。其他众生见到后心想：“他在吃什么？吃得那么津津有味？”他们也效仿着来品尝。像这样，大家都开始吃，从此就有吃了东西的现象。那时，诸众生由于贪吃地味的缘故身体变得粗糙，光明也转而消失了，不再有神足通，不能在虚空中飞行（只能在地上走）。

那时没有日月，众生的身光又灭了，所以天地间一片大暗，变得像前面一样（那时的人们多么狼狈，因贪心丧失了威德、光明、神通，结果在黑漆漆的地方生存，是这么无常）。这以后经过很长久的岁月，有大暴风吹着深八万四千由旬的大海水，让海水两面劈开，取出日宫殿放在须弥山的半腰，安置在日轮运行的道中。从此，太阳从东边生起、从西边隐没，周遍地在四天下运行。

竞争人我

再说，劫初的众生吃了地味后，在世间长久安住。那些吃得多的人脸色粗糙憔悴，吃得少的人脸色光耀润泽。这以后大家才知道，诸众生的脸色、相貌有优劣差别，于是起了互相计较是非的心，说：“我胜过你，你不如我。”由于心中存有“人、我”，怀着竞争的缘故，使得地味完全消失。

之后又有地皮出生，形状像一张薄饼那样，色味香洁。那时，诸众生聚集在一起，懊恼悲哭，捶着胸说：“真是大祸患！现在地味忽然不见了。”（他们想到：光明没有了、神足没有了、威德没有了，现在连地味也没有了，我们该怎么办？没有吃的了，又回不到曾经欢喜为食的境界。）就像今天的人们，得了丰盛美味时都说太好吃了，失掉后就因此感到忧悲苦恼，那时的人类也像这样忧愁悔恨。后来人们实在没办法，既然出了地皮也只能吃了，逐渐地就尝出了它的美味。那些贪心大、吃得多的人脸色变得憔悴粗糙，吃得少的人脸色光耀润泽。然后又知道，诸众生彼此间的容色、相貌有优劣之别，于是互相计较是非，说：“我胜过你，你不如我。”因为心存“人、我”，怀着竞争的缘故，地皮也逐渐消失殆尽。

之后又出现了地肤，比地皮更粗更厚，色彩像天花，柔软如天衣，味道如纯蜜。那时，诸众生由于被贪欲、饥饿所逼，就取地肤来吃，他们的寿命还是很长。吃得多的人容色损减，变得越来越差，吃得很少的人肤色保持光泽。然后又知道诸众生容色相貌有优劣，就互相计较是非说：“我胜过你，你不如我。”因为人类心里存着“人、我”的是非之心，彼此竞争的缘故，恶业进一步加重，导致地肤也消失了。

这以后地上又出现了一粒一粒的自然粳米，米上没有糠秕，不必加调料，具足众多美味。那时，诸众生聚集在一起说：“真是大祸患！现在地肤又忽然不见了，我们该吃什么呢？”就像今天的人们遇到很大灾难时，都说“苦啊！苦啊！”那时的人类也像这样懊恼悲叹。

夫妻之名

之后诸众生就共同取粳米吃，由此身体变得粗糙丑陋，有了男女之形。他们互相看着生了贪欲之想，于是一男一女就共同在隐蔽处做不净行。其他众生见到了，说：“哎呀！这是在做什么呀？为什么众生共同生在此世间会有这样的事？”那个行不净行的男子见到他人呵责，就自己悔过说：“我做的不对！”然后脸朝下全身扑倒在地，不起来了（他羞愧得不敢见人）。那个女人见到男子以身投地，悔过而不起来，女人就过来给他送食物。其他众生见了，问女人说：“你拿这个食物想送给谁？”回答：“那个悔过众生，堕在不善行里的，我送食物给他。”因为这个话语的缘故，世间就有“不善夫主”的名称；由于她送饭给夫主，因此称她为“妻子”。

建立舍宅

这以后众生的胆子更大了，放逸行淫，不善法逐渐增长。为了障蔽、遮羞开始建立房屋，以这个缘故，就有了“舍宅”的名称。后来众生的淫心和淫行辗转增长，就建立了固定的夫妻关系，有了家室。其余众生寿命、业行、福德穷尽，从光音天命终来此人间降生，就入到母胎里，因此，世间就有了“住胎”的名称。当时（由于家庭逐渐增多，就有必要建立城市，聚集在一起生活），先造立瞻婆城，接着造伽尸婆罗捺城，再造王舍城。那时，太阳出来开始造城市，到第二天天亮时就建成了，以这个因缘，世间就有了“城郭、郡邑”等的名称。

积存余粮

那时，众生最初吃自然粳米时，早上去收米，到晚上米就再度成熟了，如果晚上收粳米，到第二天早上就又成熟了，这样收了又出生，没有茎秆。有一天，有个众生自己默默心想：“天天这样收割，我何必这么劳累呢？今天应该一次取来能吃上几天的粳米。”他动了歪脑筋后，一次收割了很多，积累数天的粮食。其他人后来对这个人说：“我们今天该一起去取粳米了。”这人回答说：“我先前已经积聚了，不必再取。你要取的话，自己随意去吧。”后面那个人自己想：“他能取两天的余粮，我为什么不能取三天的余粮呢？”这个人就积累了三天的余粮。又有其他人对这个人说：“我们一起去取米粮吧。”这个人回答：“我已经取了三天的余粮。你想取的话，自己随意去吧。”那个人心想：“他能取三天的余粮，我难道不能取五天的余粮吗？”他更厉害，取了五天的粮食。这时候就乱了，众生争着取很多余粮的缘故，导致粳米生起了糠秕，而且收了以后不会再生，枯秆也出现了。

立私有制

那时，诸众生聚在一起懊恼悲泣，拍着胸说：“唉呀！唉呀！真是大灾祸！”悲伤自责地说：“我们原本都是化生，以心念为食，身体自然有光明，而且有神足通，在空中飞行，安乐自在，无有障碍。这以后出现了地味，色味具足，那时，我们吃这地味能够长久安住世间。那些吃得多的人皮肤变得粗糙，吃得少的人容色还很光泽，于是众生就怀着人我之心，生起骄慢说：‘我长得好，你的容色不如我。’由于竞争相貌而起骄慢的缘故，地味逐渐消灭。之后出现了地皮，具足色香味。我们那时又共同取这种食物吃，能够长久安住世间。贪食多的人容色变得粗糙憔悴，吃得少的人容色还是很光泽，于是众生又怀着人我的比较心，生起骄慢说：‘我的色相好，你的色相不如我。’由于竞争容色而骄慢的缘故，地皮也消失了。之后又生起了地肤，更加粗厚了，具足色香味。我们那时又共同取食，能够久住于世。吃得多的人容色变得更加粗糙憔悴，吃得少的人容色还很光泽，于是众生又互相比较起了人我心，生起骄慢说：‘我的容色好，你的容色不如我。’由于竞争容色骄慢的缘故，地肤也退灭了。之后出生了自然粳米，具足色香味。我们那时又共同取食，早上收获，晚上再度成熟，晚上收获，早上又长出来，收了以后随即再生。由于我们那时争相多积累粳米的缘故，粳米长出了糠秕，而且收获后不再生，又出现了根秆。我们今天宁愿共同商量，分出田宅来，属于私家所有，这样才不会竞争，各管自己的田地（此后就有了私有制）。”

出现盗业

那时大家共同分田地，来定各家的范围，人们开始计执人、我（认为这是我家的，那是你家的，一种“人、我”的心就起来了）。之后就有人藏着自家的米，去盗别人田地里的谷粮。其他众生见到后，说：“你在做非法！你在做非法！怎么藏起自家的东西偷别人的财物？”然后呵责说：“你以后不能再做贼了！”尽管如此，那个人却贼心不改，继续去偷。其他人又呵责道：“你又在做贼，怎么没完没了？”然后用手杖打他，再带到众人当中，对大家说：“这个人自藏粳米，偷别人的田谷。”偷盗的人又说：“那个人打我！”众人听后懊恼哭泣，拍着胸口说：“世间越来越恶了，就这样让恶法产生吗？”从这里就生起了忧结、热恼、苦报，这就是生老病死的根源，堕落恶趣的因由。

大众之主

有了田宅分界的差别就发生了诤讼，导致产生怨仇，没有人能决断。人们说：“我们现在是不是该立一个平等主，善护人民，赏善罚恶，我们大家共同减割自己的粮食来供养他？”当时，在众人当中有一个人身体魁梧，相貌端正，很有威德，大家就说：“我们现在想立你为主，善护人民，赏善罚恶，我们都会减割食物来供养你。”这个人听后就同意作大众之主，对应奖赏者作奖赏，对应惩罚者作惩罚，从此就有了“民主”的名称。（这里的“民主”指众人之主，而不是现在的民主。现在认为人民应该分权，那时认为应该选一个有德之人作大众的领导。）

最初的这位民主有儿子叫做“珍宝”，珍宝有儿子叫做“好味”，好味有儿子叫做“静斋”，静斋有儿子叫做“顶生”，顶生有儿子叫“善行”，善行有儿子叫“宅行”，宅行有儿子叫“妙味”，妙味有儿子叫“味帝”，味帝有儿子叫“水仙”，水仙有儿子叫“百智”，百智有儿子叫“嗜欲”，嗜欲有儿子叫“善欲”，善欲有儿子叫“断结”，断结有儿子叫“大断结”，大断结有儿子叫“宝藏”，宝藏有儿子叫“大宝藏”，大宝藏有儿子叫“善见”，善见有儿子叫“大善见”，大善见有儿子叫“无忧”，无忧有儿子叫“洲渚”，洲渚有儿子叫“殖生”，殖生有儿子叫“山岳”，山岳有儿子叫“神天”，神天有儿子叫“遣力”，遣力有儿子叫“牢车”，牢车有儿子叫“十车”，十车有儿子叫“百车”，百车有儿子叫“牢弓”，牢弓有儿子叫“百弓”，百弓有儿子叫“养牧”，养牧有儿子叫“善思”。

从善思以后，分出家族的十个支分，累代有转轮王相续不断。这十族是：一、伽耨粗；二、多罗婆；三、阿叶摩；四、持施；五、伽楞伽；六、瞻婆；七、拘罗婆；八、般阇罗；九、弥私罗；十、声摩。这十族里，伽耨粗王下面有五位转轮圣王，多罗婆王下面有五位转轮圣王，阿叶摩王下面有七位转轮圣王，持施王下面有七位转轮圣王，伽楞伽王下面有九位转轮圣王，瞻婆王下面有十四位转轮圣王，拘罗婆王下面有三十一位转轮圣王，般阇罗王下面有三十二位转轮圣王，弥私罗王下面有八万四千位转轮圣王，声摩王下面有一百零一位转轮圣王，最后的王名叫“大善生从”。

声摩王有子叫“乌罗婆”，乌罗婆有子叫“渠罗婆”，渠罗婆有子叫“尼求罗”，尼求罗有子叫“狮子颊”，狮子颊有子叫“白净王”，白净王有子叫“菩萨”（指悉达多太子，即释迦佛），菩萨有子叫“罗睺罗”。以这个因缘有了“王族”（刹利）的名称。

思考题

1、“思维种种喻义而修习无常”一科中，总思维的理路是什么？思维时要注意什么？

2、按照《长阿含·世记经世本缘品》所说，详细观察减劫的情形。