三、思维落入轮回的状况分二：（一）总的思维轮回为大苦海；（二）特别思维生到善趣也终将落入苦中。

思维落入的轮回的状况分两个方面：首先，总体上由缘起理看到轮回是纯一苦海；接着，最让我们放舍不下的是善趣中那些诱人的安乐，因此，要特别思维善趣安乐唯是苦性。

前面讲完了第一个方面，下面进入第二段，特别针对善趣乐作观察。如果能从这里窥破善趣乐的虚诳，看清它唯是苦性，那就对轮回再也没有留恋了。

（一）总的思维轮回为大苦海分二：1、此世喜乐无有实义；2、善趣之乐高下变易的过患。

1、此世喜乐无有实义

首先观察自己在轮回里的前途，这又要由对比法来认识。梵王、帝释的寿命、色身、财富都非常圆满，但最终也不能超越死，死了以后要非常弱小地受恶趣诸苦。与之相比，我们这一世得人身的乐非常渺小，享乐的时间也非常短暂，然而，我们却被这几天、几月、几年乐的假相所蒙骗，以为是真实的乐。其实，一旦乐果享尽，一定会出现两种非常可怕的状况：第一、在此生，后半生变得贫乏困苦，落入非常可怜的境地；第二、死了以后，来世在恶趣里感受非常难忍的苦，不想受也要受。所以，现在的乐就像短暂的美梦正浓时马上就醒来那样，最后落入大苦海中，可见这种乐只是暂时的假相，没有实义。

这一段的扩展思维

这里要与之前的无常引导中，思维世间主的情形相连，也就是要有了知帝释天王、顶生王等世间尊主的无常情形这个基础。如果要扩展思维，应当先对《念处经》有一定程度的闻思，对于欲界诸天里的天王、天人们的生活有所了解。再反照我们此世——末世南洲人类的状况，就会认识到，自身目前的生活就像纳米区间里的状况，极其渺小、短暂，如秋蝇一般。

也就是，在千万亿年天人生涯的比照之下，我们的生命如同水中蜉蝣一般，朝生暮死。再者，跟天王所受用的宫殿、园林、妙乐、衣食、天女等等作比较，我们的一点点快乐就如同微生物的受用一样。在这种强烈的对比下会发现，现在的安乐就像一瞬间的美梦，才刚刚做就醒来，马上跌入极苦的深渊。这种强烈的对比观，会让我们知道浮生一梦，毫无实义。

因此，如果要作广大、透彻的观察，发起深刻的定解，需要有非常多的《念处经》《阿含经》等经教的熏习。非常可行的方案是，闻思《念处经》里讲的几十个欲天天人们的实例。当有了一定的量以后，心中就会形成观念。然后立即会发现，末世地球人类的生命的确非常短暂，所拥有的喜乐像蚂蚁窝一样微不足道，瞬间就破灭了，会马上见到这样的人生没有实义，因此，唯一应当利用此世人身求取究竟的安乐。

2、善趣之乐高下变易的过患

接着要从高下变易，看出轮回似真的乐没有可依靠处。以暂时的一点善行，会感得一些乐果，然而这并不是真实的乐或自性的乐，所以，引业一尽，连一刹那安住的自在也没有，马上就掉落下去了。它不是自性的乐，只是善业给你现一个乐的假相。落入轮回就是自性的苦，里面没有真实的乐。暂时抛出的假相并不符合实相、本性的缘故，马上就会变掉，而一变掉就落到下面去，苦顿时就出来了，所以它不是坚地。从这里要看到，轮回乐是假的，因此称为“假乐”或“现似的乐”。

一举看出轮回乐的欺诳，是一个非常重大的课题。首先要通过两个典型的例子来得到确认，之后作推广法，看到轮回的一切盛事全是欺诳。也就是，先看到崇高必堕落或者假乐必幻灭，进一步观察就知道，的确是积聚必消散，会合终别离，有命咸归死，轮回里的一切乐全是欺诳。所谓的“没有可依靠处”，是指如果依止各种有漏有为法的乐，那最终无不破灭。即使得到了天王的乐也无可依靠，最终会全部破灭，全数陷入苦境，这样就知道全是虚假的。

以下分两步思维：（1）两个典型例子的思维；（2）推广思维。

这一切都要用“前后对照法”，也就是要看到前面是如何兴盛，后面是如何衰灭。当看到先前那么辉煌、灿烂、圆满的相，最终落得那么败坏、凄惨，前后一对比就知道是假的。也就是，对于目前极具欺诳性的假相，一旦看到它的后边际，就知道现在的这个不是真的。再者，一个一个对比，会越来越看清乐的假相，知道当初那个是骗我的。

（1）两个典型例子的思维

首先看诸大天王。他们头朝上，坐在宝座上，志得意满；后来头朝下毫无自在地堕落下来，而且，先前的一切圆满，一刹那间全部没有了、破灭了，真是太欺诳了。再者，前面坐在珍宝座、天蓐垫上；后面掉在烧热的铁地上，在地上匍匐，非常苦，惨兮兮的。前面尽享天界的高级五欲；后面倍受地狱大苦。前面心满意足；后面难忍难堪。前面是天王；后面是囚徒。前面自由快乐；后面毫无自在。这样一个一个地前后对照，就发现全是欺诳的。

一定要认识到，前面现的乐是骗我的，它是暂时抛出的假相，让人误以为非常真实。如果依靠它，那享完了以后，就会出现这种结局，可见是非常可怕的。比如年轻时以为自己很美，到老了的时候，发现曾经任何一个美丽的相都变成了丑陋的相，任何一个健全的相都变成残缺的相等等，可见当初的美好都是假相。又比如看到一束花，是多么鲜艳美丽，当看到它后面凋零的相时，就知道当初的美景都是虚假的。以为可以得到快乐的境相，能够把握住幸福的人生，但是最终所有的幸福全部败落了，变得无比悲苦。这才知道，轮回里的乐全是骗我的，就像肥皂泡骗小孩一样，根本抓不到，最终全灭了，反而变得更加悲苦难堪，真是上当了！

第二个典型的例子是日月天子。他们身上的光明能照耀四天下的范围，是那么明亮、晃耀；后来一下子堕到阴沉沉的黑暗处，连自己手脚的伸展都看不到。可见，前面的光明是欺诳的，当初的光耀、辉煌等全是骗人的。如果它是真实的，持着自身的体性，那就不应该变掉；然而到了后面，一瞬间连一点影子都没有了，过去那个光明晃耀的天子，现在生到黑漆漆的地方，什么都看不到，因此，不要以为这是真实的乐。

（2）推广思维

接着推广周遍地观察，认定三有中的一切盛事，后边际全部落入衰败，没有一个例外，由此对世间乐彻底失望，甚至发呕吐心：这一切全是骗我的，把我骗得太惨了，我为它付出那么多努力，最终却只收获了悲苦。

也就是，要更广大地一类一类看到，比如那些转轮圣王们后来做了奴仆，低三下四地给人擦鞋、扫地等等。前面做帝释天王，普受天下人的供养，后来堕落下趣，就像顶生王那样，一下子掉到人间的地上，从前的荣耀彻底消失了。前面在须弥山顶，踩在柔软的地上享诸快乐，后来堕入煻煨坑、尸粪泥里，惨不忍睹。前面在天界的瑶池里和诸多天女一同游泳、嬉戏，后来落入地狱极其滚烫的沸水河里，被煎煮得不见身躯。先前在梵天世间享受离欲之乐，后来堕入无间地狱成了烈火中的薪柴。诸如此类，通过观察轮王、天王们后边际的相，就会认识到，轮回里的一切乐都是欺诳的。还要结合此世最近的人间现相来观察，一代代帝王，一个个富豪、明星等，这些上层人物、人们所羡慕的对象，最终一个个如流星般殒灭，或者全部翻到相反面了。

要像这样，彻底认识到所有三有中的盛事，都将从高处堕下，从而厌患三有。三有中的一切盛事，最后唯一落入衰败，没有第二种结果。因此，佛在经中说：“积聚皆消散，崇高必堕落，合会终别离，有命咸归死。”这样就对现前生死中的快乐有一个断定：凡是会变的都不是真的，最终都是凄苦无比；不会变坏的才是真的。进一步看到，变坏的乐不但是假相，还会引来无穷的后患，所以根本不是依靠处，而且决定不能依它。

要明白引导句中“无”和“无可”的涵义。“无”就是彻底点明，这不是真实的依靠处。“无可”是警诫词，意思是绝对不能依赖它，依赖它有大患。因此，对于生死中的乐如弃唾液般，不再恋著。

又要进一步抉择，为什么会有大患来临呢？比如，现前的名誉不是真实的乐，一下子烟消云散，落入失去名誉的苦中。那种不甘心、没法接受等等，使得心里非常苦，甚至没脸见人，感觉自我无处容身。再者，世间的地位也是一朝高高在上，一朝跌落低谷，惨不忍睹。有地位高的乐，就有地位低的苦。而且两者成正比例，地位越是崇高、实现自我的乐越大，下台时失去自我的苦就越大。在当今时代，世上出现了各种心理病症，人们有各种悲惨的命运，就是由于执著现前人世间的富贵所导致的。

这样推广来看，此世的名誉、地位、权势、爱情等营造的乐，全部都要落入苦中。有意识地去营造聚会的乐、五欲的乐、现代生活的乐、事业成功的乐、拥有财富的乐等等，这一切都终将在因缘消散时，刹那间消失无余，而且落入极大的悲苦之中，所以，这一切都是欺诳的，不是真实的乐。

像这样，由过去所造的福业力，会投出乐的幻影，过后一个个都破灭无余，就像一场电影的收场一样，所以，不要以为是真实的乐，不要把幻影当成真的。但是它看起来很真，非常适合人的欲望，让你感觉满足，陶醉其中，所以叫做“现似之乐”。明白了现似之乐其实就是假乐，并非是乐，之后就不应再把它执为所追求之处。

胶片放映的譬喻

这里要由譬喻来了解。从前稍微积过顺福德分的善行，也就是起了一些好一点的分别。由于心顺合天理就没有业果愚，但由于不了知无我，所以总是落在粗细二取里，这样起了妄分别来行善，就叫做“顺福德分”。当行善以后，就在识田里熏了业习气，到了果位的时候就出现果位识，不断地演一些较好看的影片。但由于输入的胶片是有限的，所以，演若干次就结束了，当引业穷尽时，连安住一刹那的自在也没有。譬如拍摄了一些较好的胶片，然后把它们放映出来，放出天王、轮王等的好影片。当放到一定程度，到了结束时，连安住一刹那的自在也没有，因为它是有为法，一下子就没有了，随后就出现了可怕的片子。从这一点就知道有为法的欺诳。

懂了这个譬喻以后，把它放在一切现前似乐的状况里观察。只因为过去有一点好的分别，就录下了胶片，以它的力量，在成熟时就放出一段影片。这些影片适合自己的心意，感觉很快乐，实际只是分别投出的影像。再者，当因缘消散时，连一刹那继续放映的可能性也没有。由于它是随因缘力转的，所以叫“无自在”。由于因位行善时丝毫没有认识无我空性，所以属于真实义愚。由这种妄分别所现的境相哪里是真实的乐呢？当因缘消散时，由妄分别所支配的这一切，哪里有继续安住的自在呢？一下子就没有了。

我们去推现世的人生，似乎有爱情、地位、权势、享受等等，也无非是放出来的一段好片子。这一幕幕影像一下子就演完了，再想演是不可能的，美梦顿然破灭。再上推到欲天、色天等，那些境相无非是顺福德分的业或者好一些的分别放出的影片。当引业穷尽，也就是能引的业势力或者胶片放完时，连再演一刹那也不可能，顿时就没有了。从这里就能窥破，尽三有世间从此世到来生的所有轮回乐全是虚假的。

两个要点

两个要点：一段影片过后就是空白，一段喜乐剧过后就是恐怖剧。知道了这两个要点，套在任何处都可以趣入思维。

譬如人生中遇到一场爱情，看起来非常甜蜜，这样的一段影片过后就再也没有了，要么分手，要么成了冤家。或者人生的青春时代，也不过几十年而已，演一段之后就再也没有了，很快就迎来了衰残的老年。或者所经营的世间事业，也只不过是一部成功剧，一段胶片过后就出现了空白，再也没有了，接着就是破产。

像这样，在每个地方去想，其中的引业就是过去积的顺福德分善根。由于不明了无我，以执著有我和想得到乐的分别做了一点善行，由那种虚妄分别所持，就在识田里熏下了业习气成为因位识。到了果位，那些善业的胶片就毫无紊乱地放映一些快乐的影片。而有限的引业一旦穷尽，人就死了，就像放完了胶片，银幕出现一片空白那样，接着开始演恐怖片。轮回里上映的所有喜乐剧全是这种状况。因此，有限的因缘力一尽，即引业穷尽时，连安住一刹那的自在也没有，一下子全部破灭。其实用智慧去观察，当它正放映时也是假的，只不过没识破而已。到了最后，彻底暴露出一无所有的真面目，紧接着就是非常恐怖的片子。结合此生各阶段的状况去观察，求学、谈恋爱、成家、做事业、得到名位等等，总是一段喜剧片过后，迎来悲惨的苦剧。

再往上看上界的天王、天众们，他们也只不过因为当初的虚妄分别好一些，持久一些，所以演的片子更加富丽堂皇，剧情更丰富，时间更长。但胶片演完以后也是顿然一空，出现堕在地狱热铁板上倍受煎熬的苦相。或者先前日月天子光辉灿烂，然而引业一尽顿然下堕，落到伸手不见五指的黑暗之地。诸如此类，一旦窥破其中的机制，就知道只是分别投出的幻影，没有实义。因此，要寻求真实的安乐，那种安乐就是回到了正路。

四、思维心要依止解脱的真实安乐

**以如是故，心作是想：“在这次的生命中，无论如何也要修一个从轮回的大苦海中解脱、究竟安乐的圆满正等觉位。”具足加行、正行、结行三者而修持。**

已经明白现在的乐不是真乐以后，就要认识什么是真实安乐，从而建立真实的所愿境，它不会欺诳我们，而且，按照诸佛开示的法道，终将得到真实安乐。因此，辨别真假十分重要，否则像瞎子一样看错方向的话，想求乐却会落入苦中。

“究竟安乐”，指一切幻妄的客尘都息灭了，回到本来的坚实之地，那是不会变的，因为它是本自元成的自性。凡是观待都是假的，不观待才是真的，因此，无论如何我要修一个圆满的正等觉位。也就是，从轮回大苦海里解脱，彻底息灭二取或我执所生的流转状况，达到真常不变的大乐之地，此即是圆满正等觉之位。不像有漏法里的崇高，最终全部堕落而坏灭，圆满正等觉之位不会变，它没有圣凡两边、高下两边等的任何相，是我们本来的地位，也就是流落之前的本来正等觉之地。

我们现在已经落入虚假的轮转里，因此要好好修道，回到本来的法界。这是从证德方面来说的，从无明睡眠中醒来，广大的智慧已经开启，就像莲花盛开那般。所谓证到了最圆满，就是指本来的正等觉佛性无余开发。这个本来之地不是因缘所生，而是本自元成的自性，一旦证得它，是不会坏、不会退、不会变的，这是真实的乐，其他全是假的。因此，我们唯一要修的就是从轮回大苦海中解脱、究竟安乐的圆满正等觉之地。

按甚深义而言，所谓的“圆满正等觉位”，“正”，是指实际理地没有虚妄分别所现的一切惑业苦杂染相；“等”，是指一切二边对待的法本来没有；“觉”，指并不是冥顽不灵的虚空，而是明觉的；“圆满”，就是一分也不缺少，本来是佛；“位”，指诸法本来住在法位中，没有脱开过。所谓的“究竟安乐”，是因为它本来没有迁变，是无为法的本性之地，极为坚实，一旦回到这里，就是永恒的大安乐。

因此要明白，幻梦般的业识相续就是所谓的“轮回”，从中发展出无穷无尽的苦就是“大苦海”。在我们这一生中，出现了极难得的修法机缘，因此，我们的第一目的就是返回本来正觉之地。这时要有求解脱心，唯一希求出离迷梦般的轮回相续。

在抉择透彻以后，就知道不必求此生的乐，因为它并非真乐，很快就随死无常的力量而转，无法抗拒。这样就知道，此世没有真实安乐，不必去求，从而退掉耽著现世的心。那么，来世有没有真实的乐呢？来世落在轮回里也只是幻梦，最终落得一场空。可见轮回里没有一点真实乐可得。因此，这一世得人身的意义唯一是求解脱，也就是从唯是苦性的相续里脱离出来。我们要求什么样的乐呢？究竟的真实大乐。什么是究竟的真实大乐呢？就是返回本来正等觉之地。

明了以上的法理后，就知道耽著此世的心、耽著来世的心要一概退尽，彻底地发出求解脱心。按照这种见解不断地作意：我这一生一定要从轮回大苦海中解脱，得到究竟安乐，也就是回到本来圆满的正等觉位。

要具体加行、正行、结行三殊胜来修持。

思考题

1、如何用对比法认定此世喜乐无有实义？

2、（1）如何用前后对照法认定轮回乐无可依恃？以诸天王和日月天子为例思维。

（2）为什么耽著轮回乐有大患来临？

3、胶片放映的譬喻说明了什么？思维的要点是什么？掌握后结合自身情况如理思维。

4、什么是真实的乐？解释“究竟安乐”“圆满正等觉位”的涵义。