归结于生厌患生

一、总思

先要提问：是否要到这个人世间来呢？恶趣是苦的，生到这个人间是否有乐呢？如果有乐，当然允许生；如果尽是苦的话，那就应当不生，这样就遮止于人道生的欲。关键要思维生老病死四条苦河，现在是思维死苦。要知道，死的无量苦就是由生带来的，没有生就没有这些苦，有生就必然有这些苦，从而非常细致地看到生的大过患。

先前没有经过思维的时候，觉得生的一切现相充满了意义，有很多的乐，有很多需要营造的事情，而且贪恋不休，经营不已，这是颠倒的乐执。这样的话，心中一直对此怀着欲求。这个欲退不掉的话，心在缘起上就一直是往轮回方向走的，不可能有一念往解脱上走，而所谓的修出离心，就是要在欲上转变，因此，我们要进入四条苦河中第四——死苦的思维。这又要知道，这无数的苦就是由生造成的。生的状况、生的欲求、生的意义的建立、生的营造等等，所带来的就是死时无量无数的苦。

二、别思

接着，我们要对照生和死的关系，看到引导文里讲的每一句，都是由生带来的苦。

（一）身失坏苦

首先，我们要在人世间取得一个身体。在中阴的时候，心识直接投入到精血里，被封裹在里面。接着经过七天七天各分位的转变，这样非常复杂、精密、备受艰辛之后，营造出一个身体来了，这叫“胎生”。接下来降生以后，就有童年、少年、青年、中年、老年。那么，前面所有的营造、所有的维护、所有的发展，到了最后成了什么呢？它带来的是身体全面地崩塌。卧在床榻上，连起身都不晓得了。

了解了所依身上因缘的营造多诸过患，就知道有为法是很苦的。无论你有多少个营造，到最后就是彻底地倒塌，倒塌到已经没有能力，当然也就不晓得起身，不可能了。这样就知道，身体最终的失坏就是由原来的生带来的。一直推演到最后，不是发现它有无限的青春的风光、身体的乐受，不是这种结局。所以，所谓的希求长生而不死，只是一种颠倒的生执而已，实际最后就是要沦为一具尸体。

（二）饮食失坏苦

接着要知道，得了这个身体以后，需要以饮食去长养，那也是极具欺惑性的，认为在这上面会有所谓的乐。其实，生存的能量要靠饮食来供给，在胎中是受取母体中的养料；诞生以后，在三年当中去吸取母体精华的乳汁；之后开始吃饭，一天三餐，一年三百六十五天，一生三万天，大约九万顿饭，天天去长养它。人也感觉受用饮食是一种乐，是个有意义的事情，每天少不了它，天天喂养这个“小毒疮”。然而到了最后如何呢？看到饮食，连一点吃的想法也没有了。

因此，所有的饮食之乐，所谓的饮食的意义，到了最后就彻底地完结了。那时一点也不能吸取，一点欲也没有，所谓的饮食又有什么意义呢？一生不断地在吃、在养、在受用，到底得了些什么呢？最终成了一具尸体，它不知道起身，它也不要吃了。

（三）死受逼切大忧苦

先前受生以后得了身体，来到这个人世间，这时六根开张，智识形成，人就感觉我能够去拿到非常好的色声香味触，人生充满了希望，有好多的乐受。所谓生的喜乐，就是根取可意境，发生非常多的喜乐，那时候识在身体里是很安稳的。人在年轻的时候，坐着也快乐，走着也快乐，洗个澡也快乐，睡个懒觉也快乐等等，似乎有圆满的身体的受用。到了成年以后，感觉世上有那么多的财富，我一定要拥有，为此不断地打拼、创业，得到好多的财富，这样感觉拥有圆满财富的乐。之后要有可意的对象，然后成家，有家庭的乐。然后感觉有各种喜欢的五欲生活、眷属、事业等等，非常舒心悦意。又觉得在这个世上待着是很快乐的，可以尽情地去营造自己的生活。每天想干什么就干什么，现在还有手机网络，在那里能够尽情地满足自己的欲望，想要什么就有什么的。总之人们感觉，在生的时候能够随意地取到可意的境，生活充满了乐受，人生是让人迷恋不休的，因此，心常常处在似乎快乐的状况当中。然而，所有这一切所结晶出来的、综合出来的，就是在死时出现的无数苦，那时种种苦受逼切在身上，因此忧心不喜。过去所有以因缘造成的取境之乐，在死的时候都要分离。

从外内密各层上去观察，首先心识要离体。不像过去，识住在身上，那时年轻、健康、快乐等等，现在是要走了，全部都要完了，因此要舍离可爱圆满的身体，这时候有非常大的舍不得。当心里已经意识要走的时候，一下子处在巨大的忧苦当中。再说，这一世所经营的一切财富，最终一个都带不走，当心里已经意识到要走的时候，就处在巨大的忧苦当中。或者，所有的眷属、亲友等等，当要舍离他们的时候，也会出现巨大的忧苦。再者，人世间的一切全部都要舍离，心里一想到这个，就有猛利的忧苦现行逼切着自心。

诸如此类，自己意识到要死了，全部都要完了。这时无论是内在的心识离体，还是外在舍离可爱的眷属、受用、财富等等，一取境的时候，全数跟在生的时候完全相反。他感觉没有希望，心是绝望的，因为他的自我完全不满意，死要剥夺一切，这时会出现无量逼切的苦受，因此心就陷在最低的状态，那种忧戚超过了一切。

（四）自信失坏苦

过去生的时候有一种乐，年轻气盛，很有能力，什么都敢，而且骄慢，这叫做“有自信心”。但是要知道这是虚假的，它是靠着有为因缘的一种暂时显现。气很盛，心缘着这个气，他就感觉什么都敢，什么都可以，无所谓的，然后把自我抬得非常高。现在要看到，这一切在死的时候怎么转为苦。

人来到世上，认为这是“我”，当然我是最重要的。而且在生的时候，暂时因缘积聚，这个“我”是可以逞出去、高起来的，要大显一把、大创一把。那么就要知道，在生时那样心心念念、密密麻麻地，都是在张扬自我、显示自我、驰骋自我、抬我自我等等，而且那个自我自以为是，它叫“自信心”。就像这样，所有这一切都是虚假的乐，它的势能刹那刹那都在积聚，一个一个的过程，一种一种的积聚，预示着在死的时候会彻底地陷落。

到了死的时候，由于自我的资本没有了，那时再也不敢说“我什么都不怕”，因为死直接就抓住了这个虚妄的心识。他也不能说“我很高，看我多有力气、多有智慧、多有能力，我可以为所欲为”等等，哪里显得出呢？缘起一下子突变，顿时就落在巨大的自卑中。他比谁都胆小，比谁都怯弱，比谁都卑下。

就像这样，那种大苦就是由生带来的，而生最关键是自我要实现。他在所有可以进行的场合中，一定要进行；在所有可以显耀的时候，一定要显耀；在所有能够拼过别人的时候，是不惜一切的；在所有要崭露头角的时候，是蠢蠢欲动、跃跃欲试的，而且一有机会就要充分地显露。这样一种状况，就是因为有生，而且执著是“我”，那当然在生时最大的欲就是要为我争取。而在争取的疆场里面，这个自性是要突显得最大，谁都不会说“我是不行的”，我就是自己王国里的国父。像这样就要知道，由生带来的私欲、显耀自我的欲，一种勇敢和骄慢的自信，在这里就彻底地垮台，全部都要歇掉，过去的自信全部转为巨大的失落的苦、巨大的胆怯胆小的苦，这就可以看到在生时的荒唐。

（五）大迁移苦

接着要观察大迁移的苦。首先明白大迁移有六大件，它可不是小的迁移。平常的小迁移，别人也能帮你推延，或者不是彻底瓦解，自己也能带得走受用，可以有一种自豪或者不怕等等。但是大迁移来了就没办法，这一世的显现全部要隐灭，这时候六种状况要出来。也就是错乱显现的迎宾女到了，大迁移之际已经发生。这时就如同落叶不可能回到树上，影片变到下一幕不可能再回来一样。

它的六种相状是：一、一切亲友都无法推延；二、身心彻底瓦解的苦自己要受；三、无量受用无一随行；四、生的显现全数隐没，只有业随身，想到生前的罪业极度后悔，想到来世堕落无比恐惧；五、死亡突然降临极其弱小，无法超越；六、一切生时的显现全数隐没，倍极凄凉。这就是大迁移的六大苦相。

对此又要知道，这所有的一切都是由生带来的。生意味着我们到这世上来，认为这里是永远的家园，它是可以永恒保有的。虽然有上班、下班，从此地到彼地搬来移去，但那不算什么。我们的认识是说：“现世生活是稳定的，这就是乐！我们可以处在地球的家园上，我们觉得一个个显现是那么真实，这就是人生的风景。总是日出又日落，年头又年尾，早出又晚归，风雨晦明，节假吉日等等，这就是人生的内容。

我们在这里有很多亲友可以联络，有事情时都会来帮忙，同舟共济，患难与共。夫妻之间是相亲相爱的，一家人也是互相帮助的，这不就是人生的快乐吗？我们要在这里营造现世的乐。一直就有这个身体存在，这上面有眼耳等的感官，可以有无限的享受。比如，可以看到五光十色的境相，有那么多现代化的生活，有美味、有华衣、有豪宅、有影视、有观光旅游，有那么多信息的享受、感官的盛宴等等，这些就是快乐的资源。当然我们对这里样样都是要的，凡是能争取的就应该争取。对于现世的这一切，当然受用是越多、越新、越高越好。凡是能够拿在手上、看在眼里的，我们一个也不漏过，因为这就是生活的内容。因此，作为一个人，就应该活得精彩，应该活得丰富，应该紧随时代的脉搏，应该跟上时代的脚步。一切新的、好的都不能放过，都要去尝试一把，都要去拥有。”这就是我们对于生的愚痴。

之后当然是这种庸俗的现代主义，把我们带入到无止境地追逐虚假欲尘当中。在追求的浪潮中，发生无数的贪嗔、愚痴、骄慢、嫉妒、散乱、竞争等等的烦恼，造下种种的非福业，因此，它所积聚的是堕落的势能。而且在这当中，私欲一逞起来，善心少得可怜，基本上就是把快乐建立在别人的痛苦上，把胜利建立在别人的失败上。这样的话，造下非常多的违背良心、违背天理的罪业。这样造了以后，眼睛还是一直盯在欲尘上，一直关注的是自我有没有实现，有没有站在人群的最高峰，有没有把自我显得最大等等，法老早就抛在九霄云外去了。这样的话，这一生在念念当中，哪里是在依止法呢？所作的都是非法。因为是为着私欲寻求名利、五欲的客尘假相，而欲望是迫不及待的，这样的话不可能想到别人，所以造的多数是黑业、染污业。

那么在生时，这些黑业在心中积得密密麻麻。然而真实的因果见也没有，真实的伦理观念也没有，一切顺于正法的心从来没有好好修过。而真正有的是在欲尘里面拼搏、争取，在这上面贪婪、狂妄、愚痴、狡诈等等，加行、正行、结行全部迅速具足，“圆具德相”。这就可见，在生时完全被生的私欲所控制，那死时当然对于所造的业产生追悔，对于未来堕恶趣产生怖畏等等，这些到临终时会猛利地现行出来。因为从前的黑业全部在心上有，想到所造的罪，会生猛利的追悔，忧悔的火在心中炽燃；想到即将堕恶趣，怖畏得简直失掉了心神。这就可以看到，这些都是对生的贪著所带来的。

那么刚才所说的这一切，为什么在死时全部都转成了苦？这就要非常细地看到，当时在生的时候，那种心是怎么耽著上去，然后怎么起非理的烦恼和恶业。在死的时候会发现，自己的观念完全错了，所谓的常执，所谓的稳定生活、快乐基础，这些观念是最骗自己的。到了死的时候，在反面看到完全不是这样的话，那时候就非常苦了。因为他平时没有修过法，没有看破生，没退掉耽著心，所有的心都胶著在上面，那么一旦产生大的搬迁，他的心是没办法承受的，因此，所有这一切的事，全数要转为巨大的忧苦。

这样就明确，从前在生的时候，你是怎样感觉身心是稳固的话，那到时候就会出现怎样的身心全数瓦解的解肢节苦。在生时不断地营造各种色声香味触的受用，也就是所谓现代化的美好生活，当时心心念念系著在那里，一心营造。然而你的心越细、耽著越大、欲求越大，到死的时候就越苦，因为无量的受用，连一点点带的自在都没有。比如对一块表、一件衣服、一个手机、一台电脑等等，心都是不舍的，然而要走的时候，一点也带不走，所以那个时候难以割舍的苦会剧烈地现行。

再者，你以为亲友是多么好，我要去营造，所谓的家庭、朋友，这里面有好多的联欢、联络，制造虚假的感情、虚假的快乐等等。这样的话，到死的时候，所有的亲友即使全部围绕在床边，也是一点用处都没有，他们不会帮你走生死之路。

像这样就要知道，从前在现世法里抓得有多紧，付出的心有多大，寄予的希望有多大，迷恋得有多深，那么翻过来就有多少灭没时的苦，一切贪著生的心力都转成了没办法不舍离的忧苦。一触及到的时候，人就是忧苦充满了心。由于过去为着生，想让它稳固再稳固，坚实再坚实，保有再保有，创新再创新，在这上面有无数的投入，起的心念有无量种类，所以死的时候，这一切综合起来，就会陷入到一条巨大的苦河当中，没法度过。

这样就知道，所有在生时的那种耽著、那种非理的心，在死的时候全数都要翻成苦。因为生时在三万天里的那种心，全部叫做“现世心”，一点没退过，因此在死的时候，这些全部会反弹出来，因此就叫做“死的苦河”。不然怎么相信，死不过那么两天，怎么叫做苦河呢？其实它是苦发展到最高峰了。它表示有为法的过患到这个时候充分地显露，一切全数要瓦解。而心对这些所寄予的想法、观念全是错的，所抱有的希望是那么大，因此在它破灭的时候，当然会发生巨大的忧苦。

特别思维死时弱小凄凉之苦

接着又要解释一下，为什么在死突然降临时会感觉极其弱小，或者在一切生的显现全数隐没时，会感觉倍极凄凉，这就是由于生的自我伟大感，和生活虚假的热闹感所造成的。死的时候，这种由因缘突变所突显出来的苦，顿时就会出现，这是没办法避免的。因此，对于所谓的生，不要太得意忘形，种种的乐最终都要落入苦中，种种的自以为是最终决定都是要破灭的。

我们一直以为，这个身心是我，我是可以挺立起来、崇高起来的，无论在什么时候，我都要突显得最大、维护得最好。甚至脸上有一个疤，有一颗牙齿掉落，身上有一点点问题，都要好好地修复，不能让自我有缺陷。对于自我的形象、自我的名誉、自我的地位、自我的派头等，样样都非常精细地去经营、去保护，对自我的执著处处都是那么精细。然而到了最后，死突然降临，这时自我的基础粉碎得一无所有，因为它就寄托在身心上。当自我面临死的大雷时，它就变得无比的弱小，那时就发现一点也挺不起来，一点掩饰不过去，想怎么样巧伪、怎么化装、怎么经营，全数都没有用了。而且，过去越是这样执著，到那个时候就越表现出脆弱、渺小。这样可以看到，生中自我的伟大，带来的就是死时自我无比的弱小。

再者，有生的时候，认为我已经出现了。这时如果不能看到我执的虚假、现世心的可怕，那当然三万六千日，七十多万小时，日日都是在营造我，时时都是在注意我。然而这所有自以为有实义的事，实际都是在制造死时不堪一击的衰落之苦。越是制造得多、制造得细，死的时候认为我被摧毁的苦就越大。

生时有一个个的显现，自己感觉人生是多么丰富、多么热闹、多么繁荣，好像特别有生活的色彩、生活的意义、生活的内容，有各种滋味。实际上要看到，人太虚假了，为了营护虚假的生，即使黑暗的夜，也要让它变得辉煌无比；即使寂寞孤独，也要让它信息的内容层出不穷。尤其在现代这种状况里，任何种类显现都可以制造出来，色有多少、声有多少，连吃的食物多少都是人工制造的。像这样，这就是所谓生的显现，心一直抓牢在这里。如果到一个偏僻一点，没有这些声色显现的地方，都没办法忍受。

像这样，不要太得意了，以为网络空间有无数的信息内容，现代化欲尘的海洋应有尽有，玩得太精彩了、太丰富了、太惊动了，不要这么想，所有这一切全是坏苦。在迎来死的当刻，全数荡然无存，连一根手指头都剩不下，所以，这时必然出现倍极凄凉的苦，这就是由原先喜欢乐、喜欢声色造成的。所有生时的乐，全数都是制造死时大苦的因。在生时我们就要知道，生中的乐全是在酝酿死时大苦。不要以为这里面有任何真实的乐，其实全是一些送葬品，都是把人推到死的悬崖下面，让人淹没在死的苦河里的因缘。

这么一想，是不是所有死的苦都是由生带来的？如果我们还抱有幻想，以为在人生中有真实意义的话，那我们还希望受生，我们就没办法退掉来世的心。如果窥破了人生中生老病死四条苦河，全数是由生带来的话，那我们就不想受生了。这样会发出“一定要脱离轮回的生”的心，这叫“出离心”，一定要从生的因缘中解脱出来，这叫“求解脱心”。就像这样，要知道轮回是不可能有意义的，即使在善趣也不可能有真实的乐。

思考题

1、对比生时的状况，观察以下死时的苦相：（1）身失坏苦；（2）饮食失坏苦；（3）死受逼切大忧苦；（4）自信失坏苦。并一一思维：为什么这种苦是由生带来的？

2、大迁移苦：

（1）为什么死时是“大迁移”？

（2）大迁移的六大苦相是什么？详细观察每一种苦相。并一一思维：为什么死时会有这种苦？