《前行》第032课-答疑全集

**目录**

1. [**名词解释**](#_名词解释)
2. [**喻义**](#_喻义)
3. [**劫的理解**](#_劫的理解)
4. [**其余疑问**](#_其余疑问)

## 名词解释

问：思维各种喻义而修无常。“喻”在原论中哪里体现了？“义”是否就是生际必死等9个无常？

**答：喻就是比喻、例子、案例、事例，就是文字所列举的几个例子，义就是无常的道理、法义、意义。通过那些案例展示这些道理。**（正见C1）

问：32课中说饥馑劫时五味隐没或变味，五味是指那些？

**答：个人分别念理解可能是酸﹑甜﹑苦﹑辣﹑咸这些味道，包括相关的食物。**（正见C1）

参考资料：**指酸、苦、甘、辛、碱（盐）等五味。**FROM：【佛光大词典】

问：“而后渐次贪执味”，这个“味”怎么理解？

**答：味道，美味。**（正见C1）

问：上师如意宝在《无常道歌》中说：“若能观想一切内外法，乃为指示寿命无常书。”这里“内外法”如何理解？感恩法师！

**答：可以有很多理解角度，比如内有情世界，外器世界等**（正见C1）

## 喻义

问：无常科判前四个科判讲了器世界和有情世界的无常，以喻义是从哪个角度讲无常呢？通过前五个小科判应该明了，我一定会死，第六个死缘无定讲我随时随地会死，第七个猛厉希求讲死时唯有佛法有益。

**答：好像还不一定是这样理解的。实际上喻义无常是通过各种各样的比喻和意义，所以第六个科判还不确定是在讲随时随地会死的意思。虽然我们讲寿命无常主要是讲人的寿命无常，但是这里面在讲人的寿命无常的同时，也会讲一些我们平常比较执著的，比如亲怨无常的关系，苦和乐的关系，高际必堕等等，还有生际必死这些方面，所以各种喻义是这样讲的。第六个问题所讲到的死缘不定是通过这个角度安立的。**

**第五个科判是通过各种各样的喻义讲，它的侧面是什么呢？就是各种各样喻义。所以前面五个是不是就讲我一定会死，刚刚我们讲了不确定是这样安立的，有时候也讲了其它的一些无常，不一定都讲死亡。前面也讲了一些死期无定的道理。第六个比较确定讲死缘不定，它主要是指我们死的因缘、死的时间不定的，可以这样理解。第七个是很快就会死，不知道什么时候会死，他就会猛厉希求。当然这里面也会讲到一些修行，最后的时候修行有利，但它还是在讲猛厉希求的意思，猛厉希求的意思就是说很有可能我坐下来就死了，哪个地方就是最后一次的意思，他就会更加强烈地观无常的含义。**

**当然前面五个小科判主要的可以这样安立，而不是说真实的百分之百，主要是指必定死亡。第六个是死缘无定，第七个主要是指很猛厉地去思维观修，然后再牵扯到一些死亡的时候修行才有利益。大概可以这样去理解。**（生西法师）

问：在前行中寿命无常，从科判的角度，第五个课判喻义无常，看起来包括了前面两个科判的内容，比如劫无常、生际必死的有情无常，为什么汇总喻义上讲解无常呢？是否不断深入的层次，还是有别的意义？

**答：个人理解这里可以蕴含各种零散的安立，喻就是例子的意思，因为除了大的分类之外，还可以通过各种零散的例子来补充说明**（正见C1）

问：32、33课中依靠各种比喻和意义观修无常。请问法师：哪些是比喻？哪些是意义？

**答：个人理解，喻在此处可以包括各种例子、事例，比如可以说“打个比方（比喻）”，也可以说“举个例子”，有类似的含义。义可以说是无常的道理，通过各种例子来说明无常，就是比喻和意义结合。**（正见C1）

问：前行广释32课，本科判是通过各种喻义思维无常，末学愚笨，在本课当中并不十分清楚哪是比喻，哪是意义？

**答：这里的比喻就是例子，花开花落等等都是例子（比喻），通过这些例子可以体现无常的意义（意义）。**（正见C1）

问：讲记当中泰姬陵是否说明：生死无常、权利地位无常、亲情无常、意念无常？

**答：可以这样理解。**（正见C1）

问：顶礼法师，前行32课寿命无常的第五个科判是‘思维各种喻义而修无常’。如何和内容的思维劫的增减、四季变迁、无常四际、亲怨苦乐无常联系起来。四季变迁能够比喻和意义对应，其他内容中不是能够明显的和科判联系起来。请法师开示，感恩师父！

**答：此处，喻就是例子的意思，example，各种喻义意思是说，通过各种例子说明无常的意义（道理），其他内容可以理解为都是—例子。**（正见C1）

## 劫的理解

问：怎样理解在减劫中人的寿命在下降，可实际统计人均寿命在增加？

**答：统计人均寿命增加，是有些地方的人均寿命在增加，但是如果从全球来看，整体寿命还是在下降。前几年也看到过一个统计数据，实际上从几年、十几二十年时间的统计，人的寿命的确是在逐渐减少的。局部地区，像比较发达的一些地方，有一些寿命增加，但是放眼全球，人均寿命还是在减少，如果把这些平均值加进去，整体的寿命还是在缓慢减少的。**（生西法师）

参考资料：

**【在《黄帝内经》当中记载，“黄帝曰：余闻上古有真人者，提挈天地，把握阴阳，呼吸精气，独立守神，肌肉若一，故能寿敝天地，无有终时，此其道生。”目前世间有些对人类历史只是一种世间考证和推测而已。】**（正见C1）

问：在思维劫的增减中讲到饥馑劫、疾疫劫、战争劫的具体时间和周期，比如战争劫是七天七夜，疾疫劫是七月七日等等，是怎样的依据推算出来的，为什么都是与七这个数字有关呢？

**答：这是通过众生的业推算出来，主要是通过佛陀的智慧安立的。可能是当时的这样一种七天七夜的，从某个角度来讲已经出现了很多次。从另外角度来讲，虽然现在没有出现，佛陀的智慧、他的遍智能了知一切，所以以前发生过的、现在正在发生的和未来将要发生的这些，佛陀都了解，所以通过这样进行安立的。**

**为什么和七有关，这个不清楚，佛经当中没有说为什么和七有关，反正是这样安立的。**（生西法师）

问：我班一位师兄请问法师：在《前行》第32课中讲到有“饥馑劫”、“战争劫”和“疾疫劫”，这三个劫难的时间为什么都是以7为长度单位呢，如7天、7个月、7年？有什么典故存在么？

**答：个人也不太清楚，缘起甚深。**（正见C1）

问：前行的32课里面讲到了劫的增减，前面已经知道了一个大劫分为成住坏空四个阶段，每个阶段20个中劫，现在的问题是，我们现在是在坏劫还是住劫？弟子听说是坏劫，但也有师兄提出质疑，此外我们想知道其他劫是否也有人类众生？

**答：我们现在处于住劫;成劫也是有人类的，坏劫的某个阶段和范围内也有人类。《俱舍论颂疏》：“成中初劫。起器世间。后十九中。有情渐住。坏中后劫。坏器世间。前十九劫。有情渐舍。”（有论典中说，第一个众生转至无间地狱，便是住劫的开始；无间地狱里的众生空无，便是坏劫的开始。）**（正见C1）

问：为何说“住劫经过二十个中劫，前后两个中劫比较慢，中间十八个中劫十分快速。”？

**答：【住劫有二十中劫。每一中劫的量：从人寿无量岁下减到八万岁之间，再到十岁之间为一中劫，之后上升到八万岁并下减到十岁之间也是一个中劫。如是上增下减算为一，如此有十八中劫，最后上增为一中劫，到底是如何上升的呢？是从寿量十岁到八万岁之间上升的。那么，初终二劫是单独的，中间是往返的，这样一来，不是有长有短了吗？无有这种过失，因为初终二劫时间过得缓慢、中间过得快速之故。如此形成的世间住存二十中劫。世间形成、毁坏、灭空也都同等有二十中劫。】**

**——以上是《俱舍论释》当中的内容。**（正见C1）

问：《加行教材1》第337页最下面有小字，讲的是劫往返十八次，我想问一下，是不是这个意思：从10岁增到8万岁，再减到10岁，算一个中劫，往返了18次。这个18次，它没有从无量岁开始，也没有从无量岁结束。然后加上一头一尾，第一个劫，从无量岁开始降；最后一个劫，一直增加到无量岁为止。是这个意思吗？

**答：可能有不同的解释方法。个人理解，也可以从无量岁开始计算，只是那个长度按照那个例子来计算。**（正见C1）

问：请问饥馑劫、疾疫劫和战争劫都分别是在每个中劫最后阶段经历吗？

**答：许多情况下是这样的，也有其余的安立方式。**（正见C1）

问：如果这样，是否有的中劫最后以饥馑劫而结束、有的中劫以疾疫劫或战争劫结束，但不会在一个中劫中同时出现饥馑劫、疾疫劫和战争劫？

**答：也有地方提及同时出现，这方面有不同安立。**（正见C1）

参考资料：

（1）大恩上师索达吉堪布《入行论广解》：**【根据《瑜伽师地论》、《成实论》及《俱舍论》中记载，在人寿20岁的时候，人类造不善业极为严重，非天不悦而降下瘟疫，怎样服药治疗都没有效果。**

**.......**

**佛经及《俱舍论》中记载，在未来人寿30岁时，世间上将出现可怕的饥荒，那时人们根本没有饮食，就像寻找如意宝一样，寻找古代人遗留下的粮食颗粒。倘若侥幸找到一粒人寿80岁或100岁时的粮食，他们都说：“这是有福报的人所遗留下来的，如果把它熬汤喝，就可以维持自己的生命。”所以，他们对这粒粮食非常重视，将其锁在铁箱子里，作为自己的精神食粮，将所有的生存希望都寄托在这一粒粮食上。或者他们在挖地时，有时候能挖到人寿100岁时的骨架，他们说以前的人类有福报，所以骨架有营养，用来熬汤喝也能维持生命，不会因饥荒而饿死。**

**.......**

**所谓刀兵劫，是指在人寿10岁时，众生的害心尤为增长，福报渐渐隐没，身体非常矮小，以头发为衣服，以稗子为食物，由于共业所感，世间上的草木全部变成武器，随手捡起来即可互相残杀，犹如复活地狱重现人间。】**

（2）大恩上师索达吉堪布译，蒋阳洛德旺波尊者著：《俱舍论释》：**【若问：中劫是依靠什么而结束的呢？中劫是以刀兵、疾疫、饥馑而结束的，依照次第，刀兵劫为七日、疾疫劫为七个月零七日，饥馑劫为七年七个月零七天。**

**出现此三劫的情况：人寿十岁时，人们的害心尤为增长，手中所持的东西全部变成兵器而相互残杀，死后全部堕入地狱。在七日里山中林间居住的人们来到城中，相互见而欢喜，仁慈相待，断除杀业更加奉行十善，如此一来，他们的儿女等寿命上增到二十岁，尔后逐渐上增到八万岁之间。此时的赡部洲富饶昌盛，庄稼丰收，人城遍地，五谷丰登，禾穗硕大，女人们都在五百岁以后才出嫁。之后又下减到人寿十岁之间，人们造不善业极为严重，由于非天不悦而出现瘟疫，大多数人死后转生地狱，剩余的人们聚集后戒杀，他们的子女等寿量又上增，再下减，在人寿十岁时，极度造不善业，导致天人不降雨水，出现箧盒、木条、白骨三大饥荒。其中的箧盒饥荒：人们获得微不足道的粮食，马上装在箧盒中为后代保存，因而得名。木条饥荒：当得到少量食物时，母子都用木条来吃，因此称木条饥荒。白骨饥荒：由于饥饿所逼，死人的骨头粗糙无有光彩。七日、七月、七年中所有死去的人都转生为饿鬼，余下的人们聚集后奉行十善，由此一来，他们的子女等寿量上增到二十岁，接着又如前一样渐次上增到八万岁之间。】**

（3）生西法师《俱舍论》笔录第45课：**【首先出现的是刀兵劫，三个劫说法不一样。按照有些大德的观点，人寿三十岁时出现饥荒劫，时间是七年七月七天；人寿二十岁时出现瘟疫劫或者疾病劫，要连续七个月零七天；人寿十岁时出现刀兵劫，有些说法在每一个中劫后面都是以三个小劫结束。有些大德的观点是中劫最后都是人寿十岁时，以刀兵劫、饥荒劫或者瘟疫劫结束，没有分三十岁、二十岁、十岁，都是在十岁时。**

**一增一减，第一个劫减到最后会以小三灾结束，如果第一个劫以刀兵劫结束，第二个劫就应该以疾疫劫结束，第三个劫就应该以饥荒劫结束。现在我们的人寿已经到了七十五岁了，往后一百年减一岁。大概七千多年之后，中劫就会结束，我们这个中劫是以刀兵、饥荒结束不是很清楚，这里没有讲。反正就是这三个，刀兵劫、疾疫劫或者饥荒劫。】**

问：在前行三十二课思维劫的增减中，上师所讲的刀兵劫、疾疫劫、饥馑劫，弟子想问住劫里轮番出现的刀兵劫、疾疫劫、饥馑劫，在坏劫里，会出现吗？

**答：也有可能出现。**（正见C1）

问：请教堪布，坏劫中有小三灾吗？

**答：有的。**（生西法师）

问：还有，在所有的暗劫里有没有刀兵劫、疾疫劫、饥馑劫？

**答：暗劫也很可能有上述灾难（个人理解）。**（正见C1）

问：一般来说佛陀是在住劫人寿下减的时候出世，那我们现在到底是属于住劫还是坏劫？

**答：住劫。**（正见C1）

问：顶礼法师！弟子对前行32课中所讲的“这样往返增减满18次之后，人类的寿命达到无量岁时，胜解佛出世”不解，住劫中的20个中劫到底是如何计算的？请法师开示。

**答：**可以参考《俱舍论释》**：“住劫有二十中劫。每一中劫的量：从人寿无量岁下减到八万岁之间，再到十岁之间为一中劫，之后上升到八万岁并下减到十岁之间也是一个中劫。如是上增下减算为一，如此有十八中劫，最后上增为一中劫，到底是如何上升的呢？是从寿量十岁到八万岁之间上升的。”**（也有说上升到无量岁）（正见E）

问：用什么办法可以避免将来转生到这三种劫难（饥馑劫、刀兵劫、疾疫劫）中？

**答：《俱舍论》云：“若能一昼夜持不杀戒，于未来生，决定不逢刀兵灾；若能以一粒诃子，以殷净心奉施僧众，于当来世，决定不逢疾疫灾；若以一抟之食，起殷净心奉施僧众，于当来世，决定不逢饥馑灾。”**（正见E）

参考资料：

（1）生西法师《大圆满前行引导文》第32课笔录：**【有些论典中告诉我们，如果现在造恶业也很有可能投生到战争劫、疾疫劫或者饥馑劫当中。如果不想投生到这么悲惨的时间段中，就要修一些对治的方法。比方说，为了不投生到疾疫劫中，要给僧众供养一些药品。有些道友给僧众看病，有些道友给僧众提供一些药品。一方面因为僧众是殊胜的对境，另一方面是治愈了很多修行人的病，可以让他们继续修行。有了这样强大善根的缘故，这个人不会投生疾疫劫中。所以我们如果有这样的机缘，能够给僧众提供一些药品是非常好的。一方面我们当下就积累很多的善根，一方面可以为了不转生到疾疫劫中做些准备。或者以家人、其他人的名义做一些供养，可以惠及到这些人。这些人不是那么主动积极的，但是以他们的名义去做，肯定对他们会有些帮助的。**

**然后战争劫，哪怕你现在守一条不杀生的戒律，比如五戒中守一条不杀生的戒律，也不会让自己转生到战争劫。其实守戒律对我们帮助很大，其中一个功效是，如果你现在守了一条不杀生的戒律（如八关斋戒），那么到时候就不会转到战争劫这么恐怖的人间杀戮的屠场中，这样一种状态你永远不会遇到。这方面也是非常善妙的一种法。不管怎么样，自己要守持不杀生的戒律，可能的话就劝一些亲友，劝别人守不杀生的戒律。至于守一天的八关斋戒里面就有不杀生，如果能这样守的话，就不会转生到战争劫，对今生后世都有很大的帮助。**

**饥馑劫，就是饥饿，最好的方法是给僧众供斋。前面是提供药品，现在是提供饮食——供斋。如果能给僧众供斋的话，绝对不会转生在饥馑劫当中。一方面饥馑劫是很可怕的，一方面我们现在知道了，提前做些准备积些福德，还是可以避免的。**

**乃至于我们通过这样的方法想，轮回的确很痛苦，有可能我这一世通过供斋和守戒而避免几个劫中遇到这样的情况。但如果还在轮回中飘的话，那就不知道哪个劫当中又会遇到这种情况，那真是非常可怕的事情。唯一的办法只有修持出离道，从轮回当中解脱，然后再帮助其他众生解脱。每一个众生看起来都是不悦意的，这个轮回无常的变化，如果思维很到量的话，会觉得整个轮回都没有意义，为了出离轮回一定要精进修持，要通过菩提心，空性等等来殊胜、正确地来修持佛法，这才是最有意义的事情。】**

## 其余疑问

问：往昔初劫时，空中本无日月，所有的人都是凭自身的光芒照明，依靠神变行走空中，天人为什么要下来娑婆世界？

**答：有些地方讲，那个时候南瞻部洲和天界之间界限还不清楚，还不是很明确的，还没有通过业形成三界的情况。有些时候天上的人嬉戏时，通过神通到处走，就到了现在我们的地方，对于南瞻部洲而言，就是地球。其实娑婆世界的范围很广，天人也是在娑婆世界当中。那个时候范围、界限还不是那么明确。天人有的时候下来，经常这样来来去去，有一种说法是这样，天人是来南瞻部洲耍的。还有一种情况，天人为什么下来南瞻部洲，因为天人的业尽了，成熟了转身为人的业，那时候天人的福报和人的福报差别并不大，即便是人也可以飞行。但是，因为毕竟不同道，毕竟是人道，虽然没有那么明显的差别，但是人道、天道之间的道不一样，他已经从天道到了人道，因为他的功德福报，他还是可以飞行的、自身发光的。初劫的人的福报可以和天人媲美，说明自己就是一个人的自性。这个人本身能力很大、有福报，可以飞行、可以发光，是从这个方面来理解的。这两种观点都有。**（生西法师）

问：请问众生最初的形成。众生是不生不灭的，那么形成众生的原因是什么？有的论典说是天人堕落，那么天人又是如何生出？

**答：最初的形成，在显宗当中佛陀也不讲最初的形成，佛陀就是讲十二缘起，就像圆形一样，前因生后果，不断循环。在密宗中讲，众生的本性是不生不灭的，但是显现上有形成众生的一种因。以一块铁为喻，一方面，铁有铁的自性，还有与铁共同存在的锈的因，锈的因素和铁并存。如果做一些加工，把生锈的因去掉了，就变成不锈钢，这种情况下就不会再生锈了。但如果你不去做一些特殊的提炼，它本身有锈因存在，遇水之后潮湿了，铁就生锈了。生锈是从哪里来的？生锈本身有这种因缘，遇到潮湿或者水滴，它就会生锈。如果通过提炼锻造加工之后，把生锈的因去掉了，就不会生锈。所以修道也是一样的道理。我们的佛性、如来藏当中，在没有证悟之前，本来清净的佛性和众生的最早的一个因素是并存的。如果我们通过锻造，把生锈的因去掉之后，它永远不会生锈；如果我们通过修道，把众生的因、把它的种子灭掉之后，就成佛了，永远不会再轮回了。但是没有通过修道去掉这种因之前，众生的因和如来藏相续并存的状态，就像铁中有锈因一样，不是佛性里面有，而是和佛性并存的，有一种众生的因。没有认知它的本性的话，众生的因就会逐渐逐渐开始形成众生的情况。形成之后，我们现在修道。修道干什么？修道其实就是把众生的因灭掉，把生锈的因灭掉。灭完了，再也没有了，它就是纯粹清净的状态而安住。这叫最初的成因。**

**至于说有些是天人堕落，这是中间的，不是最早的。中间，比如这个世界灭掉之后，有一部分众生转到天界去，下面空了、灭掉了，但是二禅天以上，或者三禅天、四禅天暂时不会坏，所以众生转移到上面去。下面的世界毁坏了、空了，因为众生的业还存在，当业力成熟之后，又会在下面，通过众生业力重新显现成世界。以前在天界的众生就下来居住。最早的时候是从天人下来的，所以那个时候不存在胎生，也不存在其他的生，就是化身的，直接下来了。**（生西法师）

问：本课中上师讲到“两三年对人的一生来讲其实并不长，倘若你不能将前行学圆满，那三个阿僧祇劫中，行持善法断除障碍都是非常困难”，是什么意思？

**答：这个意思是说大乘的修学者发愿成佛，是要发誓三个无数劫当中要圆满资粮才能成佛。如果我们想要得到究竟的利益，必须要有一个长远的心修学佛法，才能够得到大的利益。所以，心态很重要。其实真正来讲，就是在修行佛法过程当中，一定要把这个法修圆满为止，不管是多少年，什么时候修圆满，什么时候就可以了，而不是说指定只是在两三年当中修佛法，其他不修。两三年当中我们其实学不到什么，两三年对一生来讲不长。所以，我们应该知道，无论如何应该花时间把有用的东西学好、学圆满，如果这个做不到，没有这个决心，想成佛就非常困难。大恩上师讲的是这个意思。**（生西法师）

问：佛说目前人寿每一百年减一岁，但有人会说自古就有人生七十古来稀的说法，现在的社会反而七十岁的人都不觉得稀有了，如何理解？也有人说，以前古代经常吃素反而活得不久，现在就是因为吃肉人的寿命才长，该如何辩驳？

**答：这个事我们要从全局来看。人生七十古来稀，的确是这样的，真正过七十岁的人现在其实也不多，只不过从局部的侧面来讲，似乎某一个地方、某一个地区七十岁的人慢慢多起来，现在中国的平均寿命也是刚过七十多一点点。再加上把战乱、短寿的，综合起来分析整个世界的话，真实来讲七十岁还是不多，所以我们如果只盯着一个地方看，似乎很难理解，但是如果是盯着全盘来看的话，的确是这样的。**

**吃素和吃肉到底哪一个更健康呢？现在很多医学人已经讲了，吃肉能引发很多问题，这个方面都不用我们辨别，通过世间搞的一些对比资料我们也可以看出来，吃素的确对我们的健康非常有益。吃素容易消化，不会有很多副作用。总体来讲，吃素比吃肉肯定健康很多。但是，我们也不能说：某某人吃素了，他身体反而不好了，怎么怎么样。虽然有很多其他的因素，但总体来讲应该是吃素比吃肉要健康很多。**（生西法师）

问：有常有的地方吗？

**答：从修行的究竟的侧面来讲，所谓的有常是一种解脱的境地，或者说是密严刹土等等，这方面可以安立为恒常，因为它不是有为法，没有生灭，从那个侧面安立为恒常的地方，这个是有的。**（生西法师）

问：在修上师瑜伽时，可否边顶礼边念诵经咒？上师在32课法本中开示：如果你觉得与法王的缘分不太足，信心不太够，那观想你的根本上师也可以，续部中并没有说非要祈祷某一上师。那是不是意味着可以不念法王祈祷文，代之以其他？

**答：一般来讲，我们按照仪轨当中所说的去做，可以观想法王如意宝，但如果我们对法王觉得缘分不大的话，观想其他的、自己的上师，再念诵自己的上师的祈祷文也可以。如果说上师可以变通的话，祈祷文也应该可以变通的。从道理上来讲应该是可以的。**（生西法师）

问：人寿30岁时距离人寿百岁时要很久的时间，就算现在是人寿80岁，那也要有5000年了。怎么还能挖到百岁时的人骨来熬汤呢？应该早就变成灰了吧？

**答：比如，几千年前的木乃伊，汉墓、马王堆等等当中，骨头都是完好的。**（正见C1）

问：在32课，“到那时，弥勒菩萨所示现的化身将为剩下的人们传扬断除杀生的妙法。此时人类的身高到了一肘左右，人寿增长到二十岁，尔后逐渐递增，到了人寿八万岁时，怙主弥勒出世，示现成佛转大法轮。”

这段中“弥勒菩萨所示现的化身”“怙主弥勒”都是指弥勒菩萨吗？

**答：可以这样理解。**（正见C1）

问：顶礼上师三宝！顶礼法师！法王如意宝在《无常道歌》中说：“若能观想一切内外法，乃为指示寿命无常书。”有没有什么法不是无常所摄？（第32节课）弟子的回答是：无为法不是无常所摄。因为法分有为法和无为法。轮回中的一切内外法都是有为法，都会被无常所摄；从无为法的角度看：断除我执、证悟空性获得圣者果位的诸佛和佛果是无为法，不会被无常所摄。佛陀为了向有常执的众生显示无常，《大般涅槃经·金刚身品》中，曾很明确地说过：“如来身者，是常住身、不可坏身、金刚之身、非杂食身，即是法身。”佛陀在众生面前显现涅槃，只是一种示现，实际上真正的佛陀就是法身。而佛果是无衰无退、人天应供、圆满正等觉的，所以才是我们唯一希求的。请问法师，弟子如此回答合理吗？

**答：你的理解基本上是合理的。我们所说的，一切法是无常，主要指的是轮回当中的一切法。**（正见C1）

问：在第32课中，上师仁波切宣说了米拉日巴尊者道歌中关于无常的8个比喻。弟子由此想请法师开示一下，在缘外境变化修无常的时候，是应当由外境的无常变化联系自身变化，然后修无常观，还是由外境无常变化生起诸法皆无常的觉受，然后再联系自身，修无常破常执呢？比如在学习米拉日巴尊者道歌的时候，是否可以由比如美丽的鲜花到秋天会被寒霜冻死，联系自身贪执美丽的容颜，而再美丽的容颜也像鲜花一样，到了秋天就会逝去，这样破除贪执？感恩法师慈悲开示！

**答：这样观想都是可以的。了知外境无常也有一个特殊的必要，那就是打破自己对于轮回当中某些外在事物的执著之心，导向出离心。**（正见C1）

问：“在往昔初劫时，因福报所感，人们的生活非常快乐。那时候空中没有日月，所有人都是凭借自身的光芒照明，依靠神变行走空中，身体高达数由旬，以甘露为食，幸福美满可与天人相媲美。”所谓“人”肯定是指生活在地球上的众生，而初劫时空中没有日月。但据科学家的测算，太阳的形成比地球的形成要早。上师仁波切在28课中也说太阳的寿命有50亿年，地球的寿命46亿年。我不明白初劫时地球上有人时，怎么没有太阳呢？请法师开示！

**答：个人理解，28课引用一些科学家的观点，主要是说明，很多科学家也认为地球、太阳都是无常的，法本提到：【尽管许多研究结果不尽相同，但没有一个人认为它会常恒不变、永远存在。】这里提到科学研究结果本身有不同的观点，我们不一定完全认同某些科学家的所有观点（有的科学家的观点也在改变，也许过几年，几十年，有新的研究结果出来，又可能有新的观点），我们这里强调的就是说很多世间的科学家也认为器世界是无常的。**

问：在第32课，思维各种喻义而修无常中，关于人寿递减及递增，请法师开示，这里的人寿，指的是人均寿命还是一般情况下大多数人的寿命？如果是人均寿命的话，有师兄提出现在的人均寿命高于原来，应该是递增的。而有的师兄又提出，佛法中对人均寿命的计算是按照住胎开始计算，计算人均寿命不能按照世间法中的计算方法，现代社会很多人堕胎，导致很多人未出生即死亡，因此按照所有已住胎的众生平均寿命来算，当然是递减的。恳请法师开示，是否是这样？感恩法师慈悲开示！

**答：具体算法个人不太确定。个人理解有多个角度。堕胎的情况现在很多每年只是中国就堕胎一千多万次，打个比方我也可以说某某婴儿2个月就被堕胎了，在二十一世纪的今天，这个人的寿命只有2个月，具体寿命的范围，计算方式我个人不是特别清楚，但如果包括堕胎灾难，平均寿命会比较短。有些时候总体趋势可能是上升或者下降但在短时间内（几十年在历史当中只是很短的一段时间）也可能有波动。**（正见C1）

问：前行第32课中：这样往返增减满十八次以后，人类的寿命长达无量岁，此时胜解佛出世，在印度金刚座示现成佛。此佛的寿量、事业最为广大，住世寿量是前面贤劫千佛寿量的总数，饶益众生的事业也等同于千佛事业的总和。

根据部分佛教典籍的论述，人最初的自然寿命是84,000年，以后每100年自然寿命减少1年，最后减到10岁，然后又每100年增加1岁，增到84,000年，如此循环，即为1小劫。按此计算一小劫为1,680,000年。每20小劫为一中劫，即33,600,000年。经历四个中劫（成、住、坏、空）为一个大劫。那么此处上师讲的人寿无量岁是多少岁呢？是不可计量吗？（如果是不可计量则就成为常有的，则和寿命无常想矛盾，我的理解是等同于84000岁，这只是上师对84000岁一个方便的说法，不知道这样理解对吗？

**答：《俱舍论释》提到：【从人寿无量岁下减到八万岁之间】，《俱舍论》颂词提到：【此赡部洲不一定，最终十岁初无量。】“无量岁”的内容在《俱舍论》原文和大德的注释当中都出现过，而且有些地方是和八万岁等等一起出现的，由此可知，无量岁不等于八万岁，个人认为，无量岁可以理解为数量非常大（远远超过八万，但也不一定是无穷无边）。**（正见C1）

问：按照这样的规律，每个大劫都会有千佛出世吗？只是劫的名称不同以及佛的名称不同，是吗？

**答：不一定，暗劫是没有佛出世的，有些大劫当中出世的佛陀数量也不一定是一千，有可能有其他情况。**（正见C1）

问：在《大圆满前行引导文》第66页及上师讲记154页思维各种喻义而修无常中均提到：现今的人们烦恼越来越粗重，势必导致福德越来越减弱，寿命越来越短。最后到人寿三十岁、二十岁、十岁……

但根据联合国发布的《2014世界卫生统计》中提到：在全球范围内，随着生活水平的提高以及对疾病的有效控制，人们普遍比以前活得更长、更健康。平均而言，世界上活得最长的人是日本的女性，寿命高达八十七岁…这是世界卫生组织5月15日发布的《世界卫生统计》报告的主要结论。世界卫生组织重点关注全球人类寿命，从2005年开始每年发布一份《世界卫生统计》报告，其中的数据来自世卫组织194个会员国。

对此，想请教法师，我们该如何理解？

答：二十世纪来说，几次世界大战、饥荒、瘟疫等等，有大量人类死去，如果算是堕胎的数量，还可以有另外的计算方式，比如仅仅中国每年堕胎数量一千多万，每年有一千多万死亡人口的寿命不足一岁。有些时候，也可以区分一下阶段性的起伏和长期的趋势这两者的差异（在某一个相对短暂的时间当中，不排除有上下起伏的波动，短时间内似乎是增长，长期来看总体趋势可能是下降）。**（正见C1）**