

無常就是無法標示有效期

透過對無常的觀照，讓人們學會從生離死別、愛恨情仇之中，看清因緣生滅的現象，並警覺生命只在呼吸之間，唯有放下對自我的執著，才能產生對世俗的出離心，走向解脫生死之道。

前行法所講訴之『壽命無常』，指的是世事的無常，以及生命的無定期，因為身體不像其他商品，能標示有效期，因此應學習在有限的生命過程中，看清無常的事實，並將無常化為修行解脫的動機。

尤其，處於瞬息萬變的世間，人們隨時都得面臨無法預料的變局，因此必須要培養定力與智慧，才能在繁亂之中不受動搖，在絕望之中點燃希望，在逆境之中依然保持向上邁進的毅力。

由於生命無法重來，所有的快樂與痛苦也都是一體兩面的，端看自己如何取捨，因此，我們千萬不要妄自菲薄或自亂陣腳，應該經常提醒自己，隨時放下對自我的執著，同時也應提起利益眾生之心。因此，平常我們就應該練習對於無常之觀修，目的並非要我們變得心神不寧，而是隨時要有所警覺。

無常的現象對於環境而言，有『成住壞空』之變化，就像百千年的興盛大國，而今可能已消失得無影無踪；或者是昔日的富饒之地，今日卻成了一片荒蕪；也有可能過去是窮鄉僻壤，現在卻成為成千上萬人居住的城市等，可見得滄海桑田，一切都是因緣生，因緣滅的。

無常對於眾生而言，也有『生住異滅』之變化，就像我們從小到大所熟識的親朋好友之中，現在有許多人都已離開人世。而歷代偉大的聖者們，以及曾權傾一時的帝王將相們。也早已不在世間，現代人也只能從他們所流傳的經典及歷史文物之中，去找尋他們的遺迹了。

或許有些人自認為還年輕，應該可以不必煩惱生死問題；也有些人認為現代醫療已很先進，即使生了病，只要找到好的醫生治療，就可以健康長壽，卻不知生命是無法標示有效期的，只要業緣成熟之時，即使再好的醫療或再多的金錢，也無法換取寶貴的生命。

因此，在所有修行的觀想中，無常應該是最好的一種觀想，尤其觀修『壽命無常』，就是在心中要經常思惟，隨時提醒自己『無常』是無預警的，也是無定期的，是隨時隨地都可能發生的，因為生命並沒有一定的有效期。

因此無論在行住坐臥之間，都應將對無常的警惕，深深烙印在內心之中，平日可觀想，或許今晚睡着了之後，明天就再也醒不過來了，並且把自己所在的任何地方，都當成是練習觀想無常的機會。唯有認清壽命的無常，才能產生修行的動力，也表示此生已具備得度之因緣。

對於無常之觀修

過去噶當派的上師們在山洞閉關修行時，生活不像現在這麼方便，白天必須燒柴生火才能煮飯，到了晚上再用灰燼把火苗蓋住，使火不會熄滅，因此隔天只要稍微再撥弄一下，火就很容易再燒得起來。

其中有位上師，對於無常有很深刻的體悟，因此隨時觀修無常，他認為自己隔天未必還能起得來，所以就不用灰燼把火苗蓋住，只任由它自然熄滅；而當吃過晚飯後，也把碗筷收拾得非常乾淨，心想明天也許就用不到了，這就是過去噶當派上師對於無常觀修的實例。

此外，在上師傳記里也曾提到，有位上師在山洞閉關修行，有一回當他出去化緣的時候，不小心被洞口的荊棘勾到褲腳，他心想，應該找個時間把荊棘砍掉，出入山洞時才會比較方便。

然而隨時又想，無常是隨時都會發生的，或許當我在砍伐荊棘的時候就往生了，也或許出去化緣之後，就再不會回到山洞里了，更說不定正在禪修時就往生了，因此，始終都沒有砍掉荊棘樹。

又有一回當他化緣回來，剛要進入山洞的時候，一不小心又被荊棘鉤到褲管，他心想，應該找時間把荊棘砍掉；可是隨即又想，無常隨時會到來，說不定永遠也不會再出這個山洞了。

於是，他每天就在這山洞口進進出出，直到他圓寂之時，都沒有將荊棘樹砍掉，而此時，荊棘樹早已長得非常高大，甚至把整個山洞



作者 蔣康祖古仁波切

轉心

(11)

口都給堵住了。

過去吉美林巴尊者在山上閉關時，每回進出關房，都要經過一條小溪，由於當時天氣很冷，因此渡溪很困難，令他出入十分不方便。

他心想，或許應該找時間造一座小橋，好讓出入方便些，可是後來又想，無常是隨時會發生的，自己還是

應該好好修行才是，所以，一直到他修行成就之後，小關房外面的小溪依舊潺潺如昔。

這就如同當我們到某地時，都會投宿於當地的旅館，而離開之後並不會把旅館帶走。相同的我們的身體也只是神識暫時投宿的旅館，當死亡之後，身體就成了一副臭皮囊，當然也無法把身體帶到生命的下一站。

因此一生之中，若只為滿足自己個

人的需求，而付出太多心力與時間，並沒有實質意義，因為身體無法標示有效期，唯應善用此難得的人身，付予生命真正的意義與價值，才不枉此珍貴的人身。

因為當我們死亡之後，一生中所有的親人、財物，全都得放下，即便把身體照顧得無微不至，只要一旦死亡之後，無論生前是達官貴人，或是販夫走卒，都一樣化為灰燼。

而當生命結束之後，未來將會上昇善道，或是下墮惡道，完全取決於生平所積聚的因果業力，因此，唯有善用難得的人身，積極行善去惡，才能讓無法標示有效期的『人身』，得到最有效的運用與保障。

待續 希望大家法喜充滿，身體健康 吉祥如意！

Palyul Changchub Dargyeling Ohio Tibetan Buddhist Temple
3750 West Streetsboro Road;
Richfield Oh 44286
Email: pcdo@palyulohio.org
Website: www.palyulohio.org
Ling Ling: 330-819-0277



Direct Import Home Decor, Inc.

CABINETS & GRANITE DIRECT

俄州首家華人經營的廚衛建材公司

新的一年新的開始



再創佳績 再展鴻圖



DIH 豪華廚房傢具



DIH 豪華廚房傢具

使用我公司生產的豪華花崗石臺面和家具將使您的家裏滿堂生輝！



DIH 豪華酒吧傢具

4979 West 130th Cleveland OH 44135 **216 898-9758**
2251 Mentor Ave, Mentor OH 44077 **440 357-9338**
3750 W. Market st, Fairlawn OH 44333 **330 666-8288**

更多信息網上查詢：www.dihusa.com
免費電話：1888-883-8829

遠東紀念公園

俄亥俄州唯一私人墓地

FAR EAST MEMORIAL GARDEN, LTD
8592 Darrow Rd, Twinsburg OH 44087
Located inside Crown Hill Cemetery Park

我們提供各項服務，大小壽地，各式墓碑，如果需要詳細資料，請打電話：**330-819-0277; 330-352-7788**

穴位优惠价從\$1,500起，如果顧客購買遠東花園墳地，將為顧客提供系列服務。

優惠價到
2012 年
6 月底止！
勿失良機！



福人擇福地
福地福安
祖先安，後人樂
遠東紀念公園
全為福人備

預先選定一處風水福地，既可陰澤後人，又可為自身添福增壽。



日本海鮮壽司自助餐

地址: Market Square at Montrose (原 Ni's Buffet) 4054 Medina Rd. Akron, OH 44333
Tel: (330) 666 9988, Fax: (330) 666 4004

俄亥俄州最大的自助餐廳



歡迎光臨

新鮮刺身、蟹腿、生蠔、豆豉炒蜆，各式海鮮、壽司、東西方美食應有盡有



營業時間

星期一至星期六 午餐 11:30 AM - 3:00 PM
星期一至星期四 晚餐 5:00 PM - 9:30 PM
星期五至星期六 晚餐 5:00 PM - 10:30 PM
星期日 11:30 AM - 9:30 PM (全日晚餐)

來本餐館用餐享受更多優惠！查詢詳情請上網：
www.yellowtailoh.com

