

济群法师

佛教怎么看世界

- 【一·世界者何】
- 【二·佛世时人们对世界的看法】
- 【三·世界的结构】
- 【四·世界的生成及演变】
- 【五·世界的原理】
- 【六·存在的本质】
- 【七·结 说】

佛教究竟怎么看世界？

可能有人会奇怪：佛教关心的是人生烦恼及痛苦的解脱，与认识世界、了解世界有什么关系？事实上，对世界能否达成正确认识，直接关系到我们的幸福。因为人生的许多烦恼和痛苦，都是由错误世界观造成的，正如我们平时所说的那样：天下本无事，庸人自扰之。所以说，对世界的观察和认识，是正确或是错误，是深刻或是肤浅，是全面或是片面，总会在不知不觉中影响我们的心灵感受，左右我们的行为方式。

【一、世界者何】

佛教对中国文化的影响极其深远，现在使用的很多词汇，最初都来源于佛教，包括我们经常说到的“世界”。佛法所说的世界，由时间和空间组成。《楞严经》卷四曰：“云何名为众生世界？世为迁流，界为方位。汝今当知，东西南北东南西南东北西北上下为界，过去现在未来为世。”

“世”为迁流义，属于时间范畴。佛法认为，时间像流水一样，处于不断的迁流中。从过去延续到现在，又从现在延续到未来，所以时间的存在形式为三世，即过去世、现在世、未来世。而“界”则是对方位的界定，属于空间范畴。佛教对宇宙的空间，有六方和十方之说。六方是指东、西、南、北、上、下；十方则是指东、西、南、北、东南、西南、东北、西北、上、下。佛教又把世界称为世间，“间”为间隔义，世界就时间划分，有三世的间隔；就空间划分，有方位的间隔。

佛法所说的世界，古人称之为宇宙。《淮南子》曰：“四方上下曰宇，古往今来曰宙。”宇为空间，即东、西、南、北、上、下；宙为时间，即古往今来的变化过程。就其基本定义而言，与佛教关于世界的概念基本一致。

世界包罗万象，若从佛法的角度认识，有不同的划分方式。

从内容上，可归纳为两部分：一是有情世间，

所谓有情，即六道中一切有知觉、有情感的生命，比如人类和形形色色的动物等；二是器世间，指一切生物赖以生存的山河大地等。从结构上，可划分为三部分，即欲界、色界、无色界。从生命的存在形式上，则分为地狱、饿鬼、畜生、阿修罗、人、天、声闻、缘觉、菩萨、佛，也就是通常所说的“十法界”。

相对于我们看到的现实世界，佛法对世界的认识更为深远。世界不是单一的存在，而是有着重重不同的层次。

【二、佛世时人们对世界的看法】

人类文明就是取得认识的过程，而对世界的如实认识，正是一切认识的最终目标。自古以来，人类对所依存的世界，始终没有停止过探索。如果说洞察万物是一切科学的愿望，那么了解生命真相就是所有宗教的动力。所以，不论哲学、宗教还是自然科学，都是建立在对世界的不同观察方法，和由此而来的认识之上。

这一点，在四大文明古国之一的印度表现得尤为突出。印度是热带国家，人们的生活问题相对容易解决，所以印度人关心生死甚于生活，关心世界甚于家庭，一旦衣食无忧就去打坐冥想。这使得他们在两千年前就形成了众多的思想理论，并依照各自对世界的认识，创立了派别众多的宗教和哲学体系。

佛经记载：佛陀在世时，对世界的解释已形成九十六家学说，可谓众说纷纭。其中又以六十二种最具代表性，称为“六十二见”。根据其共性，可归纳为以下三种：

1. 宿命论

宿命论又称定命论。持此论点者认为，我们一生的命运，一生的富贵贫贱、吉凶祸福，都是前生早已注定的。有些人似乎特别被命运垂青，事业、家庭样样如意，诸事顺遂；而有些人命运多舛，即便劳苦终日，最后还是穷困潦倒……是什么在冥冥中操纵着一切？是什么导致了这些不平等现象？在宿命论者眼中，都

取决于我们与生俱来的命运。

宿命论的观点很容易和佛教的因果观混淆，令许多不曾学佛或是对佛法了解不深的人将两者混为一谈。事实上，因果观与宿命论存在本质的差别。宿命论者所说的因果，属于机械因果论。依照他们的理论，命运来自不可知的力量，也是人类无法通过自身努力改变和扭转的。命运既已注定，那么，不论今生努力修善或无恶不作，都没什么切实的意义。

2. 神佑论

东西方宗教大多认为，宇宙中存在主宰一切的神，比如上帝之于基督教，真主之于伊斯兰教，大梵天之于婆罗门教。

《圣经·创世纪》记载：“上帝说，要有光，于是便有了光。”上帝按照他的意愿，在六天内创造了天空，创造了大地，创造了海洋，创造了生命和物种，创造了果实和作物，最后按照他的形象创造了人类。而在《古兰经》中，我们可以看到同样的描述：“他以大地为你们的席，

以天空为你们的幕，并且从云中降下雨水，而借雨水生许多果实，做你们的给养。”

对于他们的信仰者来说，神的权威超乎一切之上，整个自然界都属于神的创造，而操纵世界进程的规律同样来自神的旨意。人类想要通过自己微薄的力量去改造命运，无异是天方夜谭。神佑论和宿命论一样，否定了现生努力的作用。既然万物都来自神的恩赐，那么，人生幸福也只能通过对神的祈求才能获得。

3. 偶然论

偶然论认为，世间万事万物，乃至人生的一切，都是偶然而没有规律可循的。

在持这一观点的人看来，我们的出生来自父母偶然的结合，而成长过程更充满了偶然因素：偶然进入某个学校，偶然从事某种职业，偶然遭遇成功和失败……如果一个人的认识仅仅局限于自身，那么，发生在他身上的很多事的确貌似偶然。我们常常会在回顾人生时陷入这样的假设：“如果当初……那么，我的命运就

是另一番景象。”似乎人生完全是由各种偶然因素促成，我们只是在偶然的选择和机缘中被造就。

事实上，任何事物的发生都具有内在联系，也就是它所产生的原因和由此带来的结果，两者包含了现有事物的一切信息。但我们常常由于个人经验的限制，不了解因果规律，不了解偶然背后的必然，因而对人生充满困惑，只能把自己无法理解的一切笼统地归之于“偶然”。

那么，佛法又是如何看待这些问题的呢？

在佛法看来，宿命论的观点往往偏执一端，难以自圆其说。比如疾病的产生，固然有业力的影响，但也会因为四大不调而造成。若是我们平日疏于饮食调养，不是暴饮暴食就是三餐无着，久而久之，健康自然受损。那由此带来的疾病也是命中注定的吗？又比如我们的寿限，虽有命定的因素，但若是因为看不到人生意义而去自寻短见，这轻生的结果也是无法避免的。吗？按照宿命论的观点，一切行为都是命中注

定的，在强大的命运面前，我们只是受操纵的傀儡而已。如果认同这样的解释，犯罪行为是否会因命运使然而不必受到法律制裁？所以说，宿命论的观点不仅消极，而且难以让人信服。

佛教所说的因果，虽然也承认命运的存在，承认生命发展有一定规律可循，但命运不是绝对的。一方面，命运建立在因果基础上；另一方面，由因感果的过程又取决于缘的推动。佛法所说的因果是众多条件的和合，绝不等同于宿命论者的论调。我们今生的生命状态固然和命运有关，和前生带来的生命信息有关，但因还需要缘来成就。在由因感果的过程中，任何一个条件的改变，都会影响到最终结局。也就是说，今生的言行及环境等因素，直接关系到前生种下的因能否成熟。

举例来说，某人天资聪慧、记忆超群，有文人之因。若有幸出生于学习氛围良好的家庭，有老师的精心栽培，那么他的才能就会得到正常发挥，成为学识渊博之人。反之，若是出身

贫寒，基本生活都无法保障，更没有读书机会，没有师长指点，纵使聪明过人也难有所作为。又比如说，我们前生与某人结冤，种下不善之因，今生若有缘相逢，这个因就会像种子受到阳光雨水的滋润一样迅速生长。因为前生播下的恶因而导致今生的对立，甚至一见面就觉得不顺眼，为些许小事造成相互之间的毁谤、争斗。这是因在缘的催化下结果，所谓“因缘会遇时，果报还自受”。但如果他们一直无缘相遇，那么因就像埋在仓库的种子一样，遇不到生长的缘，也就缺乏成熟的条件，所谓时节未到。由此可见，缺少缘的因就像没有土壤的种子。没有外缘作为条件，纵使历经千年，业因也不会结果。

命运也是同样的道理。每个生命都带着无始以来形成的业力，如果我们能正确认识因和缘的内在联系，就可以通过改善外缘，达到改造命运的效果。若是我们因前生不修布施，导致今生的贫穷下贱，但只要现在通过行善、布施和供养来积累福德资粮，就能在因上逐步改

变贫困的命运；若是我们因前生嗔心炽盛而树敌众多，但只要现在修习忍耐和谦让，严以律己，宽以待人，对方也就无法和你继续争斗，从而在客观上改变这段恶缘的成熟；若是我们因为前生杀生过多，导致今生的多病与短命，但只要现在修习慈悲，积极放生并护生，福田中就能不断增长延寿的缘，从而改变短命的业报……然而，外缘的影响是相对的，它既能使命运朝好的方向迈进，也能促其朝相反一面发展。若是我们因为前生行善积德带来福报，却不懂得好好珍惜，善加利用，反而仗势欺人，多行不义，那么今生造下的因缘一旦成熟，就会转福为祸。

世间没有一成不变的命运，因此佛法又将命运称为“运命”。也就是说，命运是由自己运载的，它的改变就掌握在我们手中。基于此，佛教也不承认主宰神的存在，认为命运是由业力决定的，即阿赖耶识中储藏的、无始以来的生命信息。这些业力又是由我们的所思、所言、所行决定的。我们过去的行为，导致今生的生

命状态，再由现在的行为决定未来去向。

“众生业力不可思议，果报亦不可思议。”世上之所以会有那么多我们无法理解的现象，并不是某种不可知的神秘力量在推动，而是由我们自身行为导致的。因此，偶然论者的观点同样不符合佛教的因果观。佛法认为，世上所有现象都有内在联系，即“诸法因缘生，诸法因缘灭”。所谓的偶然，是建立在必然的前提下。

所以，不论宿命论、神佑论还是偶然论，都是从某个角度来观察世界，带有很大的局限性和片面性，对于世界的认识是不究竟的。

【三、世界的结构】

宇宙的结构是什么？我们生存的地球，在宇宙中究竟处于什么位置？

面对茫茫宇宙，人们思考着，探索着。古希腊哲学家首先提出“地心说”，认为地球是静止不动的、处于宇宙中心的球体，其他星球都围绕地球运转。到16世纪初，天文学家哥白尼

又提出“日心说”，认为太阳才是宇宙的中心，地球围绕太阳运行。其后，天文学家们进一步发现：天空中的很多星辰，是和太阳同样的恒星，它们分布在广阔无垠的宇宙中，按各自的运行轨道存在着。

佛教对世界结构的认识，既不同于地心说，也不同于日心说，和现代科学倒是有相似之处。当然，其深刻程度又非现代科学所能及。

1. 三界

三界，即欲界、色界、无色界，这是佛教对有情世界的基本划分。佛教认为，世界以须弥山为中心，在它的周围，根据有情的不同生命层次，形成世界的差别。关于须弥山，现代人有种种猜测，或认为是喜马拉雅山，或认为是太阳系的中心。这些推断我们且不必理会，总之，围绕着须弥山，除了太阳、月亮，还有众多星球，形成有情世界。其中，包括欲界、色界和无色界。

什么是欲界？顾名思义，生活在这个层次的人，欲望表现得特别强烈。在佛经中，将欲

望定义为需求，包括生理和心理两方面的需求。

从内容上分，可分为财、色、名、食、睡五欲。

即人类对财物的需求，对性爱的需求，对名誉的需求，对饮食的需求，对睡眠的需求。五欲又建立在色、声、香、味、触这五种感官需求之上。我们的眼睛喜欢悦目的色彩，耳朵喜欢动听的声音，鼻根喜欢芬芳的气味，舌头喜欢可口的味道，身体喜欢舒适的感觉。

一般来说，所有欲望中，又以食、色两种最为强烈，所谓“饮食男女，人之大欲存焉”。具体到每个人，由于兴趣不同，对欲望又有各自偏重：有人热衷敛财，将积攒财富视为首要任务；有人热衷性爱，将男欢女爱看作至高享受；有人热衷名誉，将名扬天下当成人生目标；有人热衷饮食，食不厌精、脍不厌细；有人热衷睡眠，大好光阴，一睡了之。虽然欲望的强烈程度因人而异，但作为欲界众生，无一不是沉溺在欲望的追求和享乐中。

三界众生又有六道的差别。其中，以人道

为枢纽。人道之上是天道，生存环境非常优越，有享不尽的荣华富贵。和天人相邻的是阿修罗道，意译非天，他们有天人的福报，却没有天人的德行，并且嗔心炽盛，经常出于对天人的嫉妒与其发生激战。

和人道共住的众生有两类：即畜生道和鬼道。畜生道是我们最熟悉的，包括形形色色的动物。在地球上，动物种类非常之多，现存物种就已五花八门，成千上万。而就地球有限的历史来说，业已灭绝的物种更多达现存数量的一万倍。至于佛教所讲的鬼道，以饿鬼为主，此外还有威德的鬼，有下贱的鬼，有寒酸的穷鬼，有多财的富鬼……有的鬼福报非常大，住在富丽堂皇的宫殿，而那些没有福报的孤魂野鬼，只能在荒郊野外依附草木生活。

饿鬼道之下是地狱道，可分为“八寒地狱”和“八热地狱”，其生存环境之艰苦，实是难以想象，何况亲历。生活其间的众生，时刻都在经历难以忍受的折磨，生不如死。八寒地狱的

特点是寒冷，冷到什么程度？在这个世界根本找不到如此寒冷的地方，比南极和北极不知冷多少倍。处在八寒地狱的众生，被冻得浑身起泡，大如莲瓣，身临其境，实在是倍受煎熬。八寒地狱分别为：

1. 额部陀，又名额浮陀。罪人因严寒所逼，皮肉起泡。

2. 尼刺部陀，又名泥赖浮陀。此处罪人寒苦加剧，所起之泡即刻爆裂。

3. 额嘶吒，又名阿吒吒。此处寒苦更甚，口不能言，于舌中吒吒作声。

4. 嚩嚩婆，又作阿波波。此处罪人寒苦至舌僵，唯于喉中作嚩嚩之声。

5. 虎虎婆，亦是因寒冷而发出之异声。

6. 优钵罗，译为青莲花。此处罪人皮肉受冻开裂，色如青莲。

7. 钵特摩，又作波头摩，译为红莲花。此处罪人皮肉受冻开裂，色如红莲。

8. 摩诃钵特摩，译为大红莲花。此地寒苦

至极，罪人皮肉冻裂，如大红莲花一般。

八寒地狱外，还有八热地狱，处于其间的罪人终日在极度高温中饱受各种刑罚之苦，千生千死，万生万死。八热地狱分别为：

1. 等活狱，罪人依次遭受各种刑具加害，闷绝倒地后再次复苏，继续受苦。

2. 黑绳狱，罪人被狱卒以黑绳在身上分割，再以刀斧或斩或锯。

3. 众合狱，罪人被狱卒逼入铁山之间，然后铁山合拢，将罪人挤压至七窍流血。

4. 号叫狱，罪人寻求房舍入铁屋中，屋内火起，将其烧得发出惨叫。

5. 大号叫狱，情况与号叫狱相似，只是有两层铁屋，有情受苦更惨。

6. 烧热狱，狱卒将罪人置于烧热的铁板上，再以大铁钉由下贯穿全身，使受刑者七窍及毛孔遍布火焰。

7. 极烧热狱，狱卒以三股叉从罪人下身贯入，至两手及顶门而出。再以铁叶将罪人包裹

后丢入沸腾的锅中煎煮，骨肉分离后将骨骼捞出。待皮肉复原，复又煎煮如前。

8. 无间狱，处于此地的罪人极为悲惨，所遭受的酷刑主要有三种：

① 火焰从东方扑面而来，罪人立于铁地上，其余三方之火依次而来，四维上下只有熊熊大火及火中传出的惨叫声；

② 在铁箕中装满烧热的铁炭，将罪人放入其中颠簸，再置于热铁地上，令其登热铁山，上下反复不休；

③ 将罪人之舌拔出，以铁钉绷于铁板上，又用铁钳撬开其口，将热铁丸置入，并灌以熔化的铁水，从口、喉、五脏至下身流出，所经之处无不溃烂。

地狱众生由于往昔造作的恶业，在无量无边的痛苦中绝望挣扎。

尽管所处环境不同，各自福报不同，但欲界众生都未脱离欲望束缚，只是在表现形式和强烈程度上有所区别。从人间到他化自在天，

层次越高欲望就越淡泊。以淫欲为例，天人和凡人就不尽相同。四天王天和忉利天的天人尚未脱离凡人的交合形式，但夜摩天的天人欲望就相对淡泊，只需拥抱就能得到满足。到兜率天，天人们只要拉拉手就能心满意足。而到化乐天人就更简单，相视一笑即可。到最高一重他化自在天，甚至连笑都是多余，彼此只要看一眼，欲望就会得到满足。但不管怎么说，只要身处欲界，仍会有欲望的困扰。

什么是色界呢？色界的“色”不是颜色，也不是女色，而是代表物质。佛法认为，我们对物质的认识主要依据两方面：一是显色，即颜色；一是形色，即形状。任何物质现象都是通过显色与形色两个渠道呈现在我们眼前，所以，佛法将物质现象定名为“色”。

色界天在六欲天之上。欲界天享受的是物欲之乐，而色界天享受的则是禅悦之乐。前者是物质的，后者是精神的。相应的，到达欲界天和色界天的要求也不同。如果我们能布施并

受持五戒十善，将自己拥有的钱财、掌握的技术、具有的能力施舍给他人，再以戒律约束行为，净化德行，就可以投生欲界天。而要到色界天的话，仅仅布施、持戒就不够了，还必须修习禅定。只有具备禅定基础，才能继续上升到层次更高的色界天。

据禅定境界的不同，色界天又分为四禅十七重天，即初禅三重天、二禅三重天、三禅三重天、四禅八重天。由修行者的禅定境界，决定其在色界天的层次。

三界中最高的是无色界，属于纯精神的世界。投生于无色界，是修习四种空定的果报，即空无边处定、识无边处定、无所有处定、非想非非想处定。

色界的四禅加上无色界的四空定，合称四禅八定。值得注意的是，四禅八定并不是佛教特有的。佛陀在世时，印度许多外道也修四禅八定。那么，佛教的禅定与外道有什么不同？

20 外道认为，一个人可以通过四禅八定证悟涅槃，

所以修行人要突破三界：首先突破欲界，其次突破天魔的世界，最后进入大梵天的境界而解脱。还有一种外道认为，只有进入非想非非想处定才是最终的解脱。

释迦牟尼佛在修行之初，也曾跟随外道修习四禅八定。但佛陀以自身实践认识到，四禅八定并不是真正的涅槃，仅仅是证悟解脱的基础。所以，佛陀要我们“观三界如火宅”，因为三界之内仍有生死和轮回。

2. 三千大千世界

三千大千世界也是大家比较熟悉的一个词汇。那么，三千大千世界究竟是什么含义？究竟有多大？三界内，欲界与色界的初禅天合为一小世界。三千大千世界则是以小世界为单位来计算，一千个小世界合为小千世界；一千个小千世界合为中千世界；一千个中千世界合为大千世界。

小千世界、中千世界、大千世界合称三千大千世界。如此，再以每一个三千大千世界为

单位，作为一位佛陀教化的区域。如我们居住的娑婆世界以释迦牟尼佛为教主，西方极乐世界以阿弥陀佛为教主，东方琉璃世界则以药师佛为教主。

现在，我们再来计算一下三千大千世界的容量。每个小世界就是一个太阳系，小千世界就是一千个太阳系；由一千个小千世界组成中千世界，等于是一百万个太阳系；一千个中千世界组成大千世界，即十亿个太阳系。

3. 十方微尘世界

虽然三千大千世界已大得惊人，但它并不能代表整个宇宙。事实上，它在宇宙中就像砂粒一样渺小。整个宇宙又有多大？佛经中是以十方微尘世界来说明。十方是指东、南、西、北、东北、西北、东南、西南、上、下，其间散布着无量无边的微尘。而在十方世界中的三千大千世界，就如微尘那么数不胜数。这在佛教的很多经典中都有说明。

娑婆世界十万亿佛土之遥的地方。鸠摩罗什翻译的三十卷《摩诃般若经》中，佛说摩诃般若大法时所放的光明，遍照十方恒河沙数世界。又如《维摩诘经》记载：维摩诘示疾，佛遣文殊师利及众比丘前去慰问。及至维摩诘家中，舍利弗发现屋内空无一物，连座位都没有。正在疑惑之间，维摩诘知其心意，便问文殊师利菩萨道：“您已游历无量佛土，觉得哪一佛国的椅子最好？”文殊师利答说，“依我看，从我们这个东方世界过去，经三十六恒河沙国，有世界名须弥相世界。其佛为须弥灯佛，那个世界的椅子皆是师子座，高八万四千由旬，美妙无比。”维摩诘闻言，随即用神通将那里的椅子搬来让比丘们落座。到了用餐时间，维摩诘居士发现，从我们这个世界过去，经四十二恒河沙佛世界，有国土名香积，那里的饭特别香，且能开发智慧，于是又用神通到那里取了一大钵饭来。这都说明在我们所处的宇宙间，世界数量之多不可穷尽。

随着现代科技的发展，使人类不得不放弃几千年来的妄自尊大，放弃自以为是的“地心说”和“日心说”，也使人类不得不承认这样的事实：我们的故乡地球乃至太阳系决非宇宙的中心，和宇宙间无穷的未知部分相比，它们不过是小小的砂粒。但科学对宇宙的认识还远远不够，它能告诉我们的只是：宇宙具有潜在的无限性。但这也从一个侧面印证了佛法对世界的认识：小世界是有量有边的，而十方微尘数世界，乃至整个宇宙却是无边无际的。

【四、世界的生成及演变】

世界是怎么形成的？生成后又遵循什么样的规律在发展？

佛法认为世界由因缘而生，既有形成的过程，也会走向毁灭。任何一个世界都要在无常规律的支配下，经历生成、稳定、毁坏、消亡四个阶段。这个过程经典中称为成劫、住劫、坏劫、空劫。

如我们平时用来计算时间的概念：一年、一天、一小时乃至分分秒秒。佛教所说的劫，主要有小劫、中劫、大劫三类，此外还有更漫长的芥子劫、磐石劫、侵蚀劫等。

小劫是根据人寿计算的。按印度传统说法，人寿从 8 万岁开始，然后随着众生道德的堕落，每 100 年减去一岁，一直减到人寿 10 岁的时期，世界充满饥馑和灾难，人类苦于自然环境的恶劣，开始寻求道德帮助。此后再从人寿 10 岁开始，每经 100 年增加一岁，如是增至 8 万岁。这个增减过程所耗费的时间为一小劫。如果以现在的概念来计算，一小劫为 1599.8 万年。

每一中劫为 20 小劫，即 $15,998,000 \times 20$ ，共 319,960,000 年。

每一大劫为 4 中劫，即 $319,960,000 \times 4$ ，共 1,279,840,000 年。

佛教所说的芥子劫，时间漫长得几乎无法计算，只得以比喻来说明：在方圆 40 里的城池内，全部堆放着芥子。天人每百年从这里取走一粒

芥子，直到拿完城里所有芥子为止。在此期间经历的漫长时间即为一芥子劫。而磐石劫是以磐石的损耗来形容：有磐石方圆 40 里，天人每 500 年下来一次，用衣袖往磐石上一拂，将磐石表面抹掉一点。如是再三，直到将磐石磨损殆尽，所须耗费的时间为一磐石劫。

在佛教中，宇宙的存在以“劫”作为时间单位。世界的形成和毁灭，同样以“劫”来划分。包括成住坏空四个阶段。

1. 成 劫

成劫，就是世界形成的过程。

佛经说，世界形成于众生的业力。当然这不是某个众生的业力，而是一切众生的共业。众生的共业在宇宙中产生旋风：“觉明空昧，相待成摇，故有风轮执持世界。”再由旋风在空中转动，出现风起云涌的现象。云越聚越厚，开始下起大雨。经中将首先出现的旋风称为风轮，将由此带来的大雨称为水轮。风轮把空中众多微尘旋刮在一起，又由水轮的力量使各种物质

凝聚。经过一小劫的漫长时间，世界的雏形开始显现。世界形成后，再经十九个小劫，逐渐出现三界六道众生，即为成劫。

2. 住 劫

地球形成之初，土壤松软肥沃，到处生长着茂密的森林和香甜的水果。其时，地球还没有人类居住，除植物外一无所有，水果成熟后也无人采食。后来，光音天的天人来此云游玩耍，发现此地物产丰富，就经常飞来采食。由于贪食过甚，身体沉重得无法飞翔，无奈之下，只好留在地球上。在此之后，经过一代又一代的繁衍，人口越来越多，世界渐渐进入稳定的发展状态。佛经中把这个时期叫作住劫。

住劫长达 20 劫。我们可以计算一下，一劫是 15,998,000 年，那么 20 劫就相当于 319,960,000 年，现在我们所处的正是住劫。住劫有两种情况：一是有诸佛住世，二是出现三种灾难。据佛经记载：在住劫第九劫期间，释迦牟尼佛来到娑婆世界成佛，并度化众生。由

此可知，我们现在正处于住劫第九劫。佛经还说，至住劫第十一劫，弥勒菩萨将继释迦牟尼佛之后，来此世间成佛度众生。其后，第十五劫、十九劫都会有佛陀出现在这个世界。

至于住劫出现的三种灾难，则是战争、饥馑和瘟疫。这些灾难一般发生在减劫，是在人类道德堕落时出现。首先是生态环境遭到破坏，然后人类为抢夺资源发生战争，并由战争导致饥馑和瘟疫这两种更大范围的灾难。生活在灾难中的人类，由于极度痛苦而良心发现，道德逐渐回升，减劫转至增劫。当增劫开始后，世界也随之趋于和平、安定。按照佛教理论，人类道德的升华与堕落，直接关系到世界的发展前景。这是佛教和其他宗教以及科学的不同认识。

3. 坏劫

经过住劫之后，地球开始走向毁灭。这种毁灭不是一夕之间，而要经历二十个中劫。包括有情世界的毁灭和器世界的毁灭。

有情世界的毁灭，是指世上一切生命的消

亡，不论人类还是动物，都在死亡后投生于其他星球，地球逐渐荒芜。待生命完全消失后，他们赖以生存的地球也随之瓦解。器世间是在三种灾难的摧毁下逐渐毁灭的：首先出现火灾，将世界化为灰烬；接着出现水灾，将万物悉数淹没；最后出现风灾，将世界散成碎石及无边无际的粉尘，重又回到初始状态而回归太空。这三种灾难，即经典所说的“火烧初禅天，水淹二禅天，风吹三禅天”。

4. 空 劫

坏劫之后，世界开始进入空劫。此时，世上的一切不复存在。众生投生于其他星球，山河大地化为微尘飘散于太空。据经典记载，空劫要持续整整二十劫。

宇宙中的各个世界，都处于不断的成、住、坏、空之中。从十方世界的局部来看，有的正在形成，有的已经安住，有的趋于毁坏，有的化为虚空。而从整体来说，虽然各个世界有成住坏空的变异，但宇宙却在无限的循环中不增不减。

【五、世界的原理】

人类对于世界的探讨主要涉及两个问题：一是世界的本原，二是世界的发展规律。这也是古今哲学家和宗教家关注的热点。哲学的本体论和宗教家的神创说，都是为解决这两个问题提出的。

关于世界本原的探索，哲学上有唯物和唯心两种观点。唯物论者着眼于现象，认为世界由物质构成。印度顺世论提出世界由地、水、火、风四种元素构成；中国五行说将金、木、水、火、土作为万物产生的基础；古希腊的德谟克利特则认为世界由原子构成。而唯心论者致力于现象产生的起因，认为世界的本原是精神。如古希腊的柏拉图，认为理念是世界的本原；德国古典哲学集大成者黑格尔，认为绝对精神是世界的本原。不论唯物还是唯心，都是从单一的角度看世界，难免有失偏颇。

神学家们基于各自的信仰，针对世界的形成提出不同版本的“神创说”。印度婆罗门教认

为世界由大梵天创造，伊斯兰教将真主作为世界的创造者和维护者，基督教崇拜上帝无所不能的创造力……这些关于世界本原的解释属于唯神论。

佛教的认识既不同于哲学家，也不同于神学家。那么，佛教是如何看待世界的形成呢？

1. 缘生缘灭

佛教认为，世界的生成和毁灭来自因缘聚散，所谓“因缘成世界，因缘灭世界”。所以，佛教对世界的解释，可以归纳为“因缘因果”四个字。在佛教经论中，关于因缘的解释很多。《阿含经》云：“诸法因缘生，诸法因缘灭。我佛大沙门，常作如是说。”这是佛经中非常著名的偈颂。关于此偈，在佛陀时代还有这样一个故事：

一天，佛弟子马胜比丘至城中乞食。他行走时举止安详，威仪具足。舍利弗尊者当时还是外道，但见到这位比丘的威仪后，立刻被他的庄严从容所吸引，情不自禁地生起恭敬心：

凭此人的气质，一定不是等闲之辈。不由自主地上前打听：“我见您气质非凡，和旁人完全不同，能告诉我您的导师是谁吗？他一定是解脱的圣者，他的主要思想是什么？”马胜比丘回答说：“我的导师佛陀是一位了不起的智者，如果您有不明白的问题可以去请教他，他一定能回答您所有的疑难。我出家时间还短，许多道理还不清楚，不过僧团中经常念诵这样一个偈：诸法因缘生，诸法因缘灭。”舍利弗觉得大有深意，于是皈依在佛陀座下，后来成为佛陀十大弟子中的智慧第一尊者。

“诸法因缘生，诸法因缘灭”中的“诸”，是众多或一切之意；“法”是指宇宙间的一切现象。万事万物都可归于法的范畴，这些法从哪里来？从因缘中来。《杂阿含经》进一步解释道：“有因有缘集世间，有因有缘世间集；有因有缘灭世间，有因有缘世间灭。”其中，“集”是生起、产生的意思，“因”是诸法生起的主要条件，“缘”是诸法生起的次要条件。佛法认为，宇宙人生

的生成和灭亡都是由条件决定的。条件聚合时法就开始生起，条件消散时法开始败坏，重又归于虚无。一切诸法无非如此。

比如从种子生长为大树，这一过程需要什么条件？种子是其中最重要、最亲近的条件，而生长所需的阳光、水土，则是次要、疏远的条件。但不论这些条件是亲是疏，都缺一不可。如果我们认为种子就是一切，而忽略阳光、土壤等外缘，再好的种子也无法发芽，更不必说成长为一棵大树。反过来说，若有充足的阳光雨露而没有种子，就更是无稽之谈。只有众多因缘和合，才能成就法的生起。再如我们这次讲座，也是因缘的和合。有法师来讲课，也有在座的诸位听众，还有南普陀弘法部举办这次活动及讲堂的存在。这些条件的共同参与，才能成就本次讲座。

关于缘起的定义，简单地说，就是“此故彼”的关系，所谓“此有故彼有，此生故彼生，此无故彼无，此灭故彼灭”。“此有故彼有”，是说

具足这些条件，然后才有某种现象的生起。比如桌子，是因为木料、木工、铁钉、油漆、工具等条件的存在，所以才有桌子的出现。“此无故彼无，此灭故彼灭”，是说一旦成就桌子的条件败坏了，桌子也将随之消失。不仅桌子如此，世间万事万物都由条件决定它的生存和消亡。由此可见，每一法的形成，都离不开由因感果的基本规律。

2. 缘起法的三大特征

佛教所说的缘起法，有以下三大特征：

第一，果从因生。

果就是结果和现象。结果从哪里来？哲学家和神学家也是从结果去寻求事物产生的原因，但由于他们的智慧不够圆满，从而导致对起因的错误认识。比如前面说到的神创万物，把神作为事物产生的原因。宿命论者也是类似的想法，认为一切都是前定的，而偶然论者认为事物无因无缘。这些都是片面的观点。佛陀以大智慧亲证宇宙人生的真理后，为我们揭示了万

物的真正起因。也就是说，任何一种结果都由因缘和合而生。

第二，事待理成。

事就是事物的具体存在，如桌子、房子、麦克风、座谈会等，都叫作事相。理则是事相存在的规律，例如人的存在法则是十二因缘。其中，我们最容易认识的两个环节是生缘老死。生，代表生命的诞生，它存在的结果是老死。这是人生的必然规律。任何一个人出生后，都要走向死亡。不论男人还是女人，今人还是古人，中国人还是外国人，都无法摆脱生和老死的过程。这就是“事待理成”。

第三，有依空立。

有是指存在，空是指不存在。任何一种存在的现象，都是建立在不存在的基础上。以茶杯为例，正因为没有这个茶杯，所以它才能经过工人的制造而产生。我们不能离开具体条件谈存在。各位可以想一想，离开具体的条件，会有我手里的茶杯吗？这就是佛法所说的“有

依空立”，是缘起法的第三个特征。

任何事物的存在都具备上述三个特征。我们还是以桌子为例，桌子是果，通过木料、铁钉等加工而成，再油漆为成品，这是“果由因生”。实际上，不是任何人都能做桌子，而是掌握专门技术的木匠才能做，这是“事待理成”。这张桌子在被制作出来前是不存在的，是由木匠加工而成，这是“有依空立”。以这三点去检验，我们会发现，宇宙间任何事物都具备这些基本特征，都离不开缘生缘灭的法则。

3. 从缘起看世界

佛法正是从缘起的角度，才主张世上不存在第一因。因为万事万物都是各种条件的组合。就条件本身来说，是相互依赖的，并没有一个最初的条件。就以我们穿的衣服来讲，是由棉纱、染料、机器、纺织工人和裁缝等众多条件和合而成的。缺少任何一种条件，都不能成为衣服。其中什么才是最初的条件呢？根本就找不到。所以佛法说“无始”，否认世界有开始，否认世

界有名为始基的本原。

古希腊人之所以主张世界有本原，是从有限的人生经验来判断的。就每个人来说，某年某月某日出生，几岁开始读书，几岁开始工作，似乎都有一个起点。基于这种经验型的思维，他们以为世界的产生也有本原，有起点。而佛法从缘起的角度透视，认为世界是因缘和合而成，不存在第一因，也没有作为开始的本原。以上帝或真主作为创造世界的第一因，在佛教看来是不能成立的。

【六、存在的本质】

我们看到和接触的世界到底有没有实质？这是古今中外哲学家、宗教家们关心的问题。一般人总以为，我们接触的世界是实实在在、真实不虚的。因为我们很相信自己的感官，并以感官觉知来看世界。有没有鬼呢？没有，因为我们没看见；有没有菩萨呢？没有，因为我们也没看见。这些认识源于我们的感觉，但感

觉是不是可靠呢？事实上，感觉既要受到感官的限制，又会被错误观念所误导。如果盲目地跟着感觉走，就像“盲人骑瞎马，夜半临深池”，实在危险。

佛教是怎么看待世界本质的呢？佛教对世界的认识，是建立在如实见的基础上。所谓如实见，就是如实地认识世界，它来自清净、圆满的智慧。如实见也称正见，为八正道之首，是对世界本质的正确认识。这种认识同样没有离开缘起法。下面，我从几方面说明。

1. 缘起法：无常恒不变性

常恒不变，是人们很容易产生的错误认识。我们习惯把一切看成永恒的，希望生命永恒、家庭永恒、事业永恒，总是活在对于永恒的期待中。正是这种错误观念，给人生带来很多事与愿违的痛苦。

佛法说人生是苦，其中有一种就是“行苦”。“行”是有为法迁流变化的特征，比如人的生老病死，世界的成住坏空。这些本来属于正常现象，

可众生愚痴，总期望一切是实在的、永恒不变的，所以经历无常变化时会万分痛苦。比如执著爱情永恒、家庭永恒，当夫妻发生矛盾，或亲人病故时，就会无法接受这一事实，从而陷入绝望。

其实，无常具有普遍性和必然性。世间一切都是无常变化的，人有生老病死，朋友间有聚有散，我们的心情有喜怒哀乐。此外，大海有潮起潮落，草木有荣有枯，月亮有圆有缺……如果我们认识到这一切是发展的必然结局，就不会有这么多痛苦了。

2. 缘起法：无独存主宰性

我们总认为事物是可以自主主宰或独立存在的，基于这些见解，就会产生两种错误认识。

其一，认为世界有主宰一切的神，一切来自神的创造。之所以产生这种误解，是因为不了解因果规律，不了解缘起法则。错误认识还会导致行为的偏差，盲目崇拜神灵，将幸福寄托于对神的祈求，不知通过修行改善生命的重要性。虽说心念的力量不可思议，但如果自己

不努力，一味期待神助，就像求神使水中的石头浮起一样，不是很愚昧吗？

其二，产生“我”的错觉。我们的生命体，从色身到精神世界都是因缘所生。身体是各种元素的组合，精神世界是众多经验的积累，哪有独立存在的“我”呢？可我们总是执著有“我”，并以自我为中心产生种种烦恼。对我喜欢的便贪，贪心生起，就可能造下杀盗淫妄的恶业；对我不喜欢的则嗔，嗔心生起，同样会造下杀盗淫妄的恶业。人类的烦恼、痛苦乃至罪恶，就产生于这种虚妄的我执之上。生命本质是无我的，世界本质也是无我的，所以说，宇宙人生的一切现象都无独存主宰性。

3. 缘起法：无实在性

虽说万物在本质上是无我的，是空的，但存在的假相还是有的。在佛法看来，人生烦恼都是因为不能正确认识空和有的关系而起。我们总是把自己眼中的“有”和真实存在混淆起来，看桌子，觉得桌子是实在的；看身体，觉得身

体是实在的。这种实在的感觉，佛法称为自性见。所谓自性，即能够自己有、自己成、自己规定自己。世上究竟有没有这样的东西？茶杯是自己有的吗？不是，必须具足条件才有。

与自性见不同，缘起法认为一切存在都是条件有、条件成、条件规定。而常人由于对缘起缺乏正确认识，就会被假相所迷惑，产生错误的自性见。人类的自性见根深蒂固。在原始社会，人们会把梦境看成真实的存在，做了噩梦不但害怕，还要祈祷三天。又如给婴儿照镜子，他会对着镜子乱抓，以为镜内的影像是真实的。这都属于自性见。科学家对事物起因有更深刻的认识，却把组成世界的基本元素看成实在的，同样没有摆脱自性见。哲学家似乎比科学家更高明，已认识到事物的现象是虚假的，但他们还是认为有一个实在的、隐藏在现象背后的本体，依旧没有超出自性见。

但世上根本不存在常恒不变的东西。任何事物都是缘起的，是条件的组合，其本质是空

的。所谓空，是空去对有的执著。在我们眼中，看得见、摸得着的一切都是实在的：实在的茶杯、实在的桌子、实在的房子……如果我们用缘起法去衡量，会发现它们根本就不具有固定不变的实质。可人们脱离有见之后，往往会落入空的极端，认为什么都没有，其实那是顽空，同样是错误的。

佛法所说的空，是对事物本质的透视，并不否认缘起的现象，不是什么都没有。从现象看，茶杯有，桌子有，房子也有，但有的只是假相，是条件的组合。佛法揭示了世界本质的无自性，让我们以空的智慧透视一切。但要明确的是，无自性既不是空，也不是有。之所以说空，只是为了帮助我们摆脱对有的执著。

4. 因缘所生，唯识所现

唯识思想是佛法的重要理论之一，揭示了心与境的关系，认为心境相依，境不离心。也就是说，能认识的心与所认识的境相互依存。

42 世界由心和境组成，但我们往往不能正确认识

两者的关系。我们比较容易感觉到境，也就是物质部分，而心是无形无相的，很容易被忽略。事实上，心比境更重要，心才是一切行为的根源所在。

比如一个持刀行凶的罪犯，要受到法律追究。我们能否认为刀是杀人凶器，罪责就在刀？显然不能。我们都知道罪责在凶手，因为他太凶残了。怎么判断这个人凶残？一般人只能看到表面现象，比如他已犯下杀罪。如果一个人有杀人动机，还没有付诸行动时，我们就难以判断了。事实上，一个人的善恶不仅在于表现，根本还是在于心，这才是起到主导作用的。心的重要性，可以从三方面来说明。

第一，心是行为的根源。人和动物最根本的区别在哪里？就在于心。人在很多方面比不上动物，但心智比动物聪慧得多，所以才成为万物之灵。人不会像鸟那样飞翔，却能制造出飞机，比鸟飞得更快。

学佛和不学佛的区别在哪里？也在于心。

我们建立信仰，首先是思想上的认同。《华严经》说：“若人欲了知，三世一切佛，应观法界性，一切唯心造。”“法界性”就是十法界，是佛教对生命层次的划分：最高的是佛，其他依次为菩萨、缘觉、声闻、天、人、阿修罗、畜生、饿鬼、地狱。这十种生命层次的区别都在于心。成佛在于心，做人在于心，当牛作马还在于心。在十法界中，人道的作用就像中转站，非常重要。佛教讲人身难得，正是因为人道具备最好的修行条件，可以断恶修善。这还是没有离开心。

六祖慧能在《坛经》讲到佛和众生的区别：“前念迷即众生，后念悟即佛。”迷与悟，是众生和佛的天渊之别，但从另一个角度说，这种差别不过是在一念之间。有道是“放下屠刀，立地成佛”，所谓放下，不仅在形式上放下，更要在心中放下。佛经记载了这样的故事：一个修行人拿着东西去见佛。佛陀叫他放下，他把左手的东西放下了；佛陀又叫他放下，他把右手的东西也放下了。佛陀还叫他放下，他很疑惑：

我不是都放下了吗？佛陀告诉他：我不是让你放下手中的东西，而是让你放下心中的执著。

第二，境由心造。也就是说，我们认识的一切对象都离不开能认识的心，这是唯识非常重要的概念。一般人往往认识不到这点，总以为自己看到的一切是客观存在的。我们看见这个茶杯很好看，就认为茶杯本来好看；看见这朵花很美丽，就认为花本来美丽；我们看见那个人很讨厌，就认为那个人本来讨厌……殊不知，这些境都是由心所造，都没有离开心的认识。谁能举例说明，哪种东西能离开心的认识？其实，举例本身就离开心的认识。如果离开心的认识，也就无法举例了。

人类对一切现象的感觉，都来自我们的认识。其中既有社会的影响，也有属于个人的经验。我们说这个茶杯好看或不好看，茶杯本身存在美丑吗？不过是仁者见仁、智者见智罢了。《大智度论》中有一个比喻：一个美丽的女性，在丈夫眼中是贤慧的妻子，在孩子眼中是善良的

母亲，在与她同样漂亮的女人眼中就成了仇敌，而在鸟兽们看来，她就是可怕的人……“境由心造”说的正是这个道理。

世上一切现象的美丑和价值，都是我们出于自身需要设定的：一只古碗，鉴赏家看到的是历史，收藏家看到的是价值，外行却只看到它的破旧。又如馒头和金子，通常情况下，人们都会认为金子比馒头更珍贵，但在特殊情况下，它们的价值也会发生改变。有个故事说，一艘船遇难时，大家都跳到海里逃生。其中有位富翁带走了金子，另一位贫民带走了馒头。在海上漂流几天几夜后，贫民因为馒头渡过了生死难关，富翁却抱着金子惨死海中。由此可见，任何事物的价值都不是绝对的。

又如天上的月亮，在不同观赏者眼中会产生不一样的作用：有人觉得赏心悦目，有人却因此伤怀哀叹；同样是秋天，有人觉得“我言秋日胜春朝”，有人却觉得“秋风萧瑟天气凉”而不胜悲戚。境本是同样的境，不同的心却再

造出不同的境。所以说，“风月无今古，情怀自浅深”。同样的事物，在不同的人看来，会有不同的发现。即使是我们自己，在不同心境中也会有不一样的感受。哲人说，“人是万物的尺度”，而这个尺度就是我们的心。

第三，苦乐由心感受。一般人或许以为有钱有势才能快乐，事实是不是如此呢？有钱有势的人，往往将快乐建立在别人的羡慕之上，但这种快乐并不真实，也不会长久。事实上，人只要安于现状，都能找到属于自己的人生快乐，所谓知足常乐。所以说，苦乐并不在于外境，而是在于心境。

虽然人人都在追求幸福，却很少有人了解幸福的内涵和源头，一味向外寻找。比如将幸福建立在物质改善上，为挣钱不择手段，结果钱挣到了，幸福却没有随之而来，甚至在盲目追寻中迷失了自己，实在是舍本逐末。幸福人生的关键是心灵健康，其次是身体健康，第三才是财富。虽然生存离不开物质条件，但如果

只有物质，没有健康的心灵和身体也不行。就像病人，再好的食物也不觉得可口；就像帝王，权力和财富都达到顶点，没有好心情同样不会感到幸福。

我们可以逃避环境，逃避人际关系，但无法逃避自己的心。如果心中有烦恼，不论换作什么样的环境，还是不能摆脱烦恼。直面人生，就是直面我们的心灵，因为苦受和乐受都来自心。所以学佛要从培养健康心灵着手，这才是追求幸福的根本。因为世界不是唯物的，而是唯识的。在人生起主导作用的，正是我们的心灵。

【七·结 说】

佛法关于世界的理论，向我们揭示世界的本质是无常、无我、无自性、唯识所现的。如果我们用这四种智慧审视世界，就可以从烦恼中解脱出来，安心自在。

2020.6 修订版