

離去時，彼時後悔莫及，雖懊惱在昔日將佛法擱置於閑暇卻無法挽回。應於今起不將佛法擱置於閑暇，憶念起死無常，將所思付諸於行動。

有關於彼義的思惟，總體而言，有為之體，皆是無常——諸生必死，諸聚必離，諸積必盡。過去已出生者，未有能得不死而遺留者；從今起將出生者，亦不免死亡；現已存在者中，較自己年長者、年幼者、同年者、與自己親密者、不親密者、頑強者、聰穎者、富有者，終必死亡，這些皆是親眼可見。因此，我亦必定死亡，然而何時死亡卻一無所知，且於死緣無可確定，時間不定、處所不定，死亡則是確定。

在死亡時刻，今生之優劣、苦樂、貧富、話語的悅耳與否、福德大小、能幹與否，是否落於人後等等，皆已無必要。即使強悍，也是無可自主而死；縱使形貌姣好，亦是喪失蘊身而亡；財產富饒，自己亦是空手而死；即使善巧於方便，亦無處可逃脫，這一切將如夢般，棄於一邊而行，無可自主地墮落於諸惡趣中，感受無法忍受之苦，彼時縱然後悔亦晚矣！

即使痛苦也無處可抱怨，即使恐懼也無處可逃，所有親友毫無感知，即使明瞭亦無從救起。像這樣的時刻，何時來臨無可預知，又未曾掌握對壽命的自信，自那一刻自己出生後，在人世間居住已過那麼多年，在這些年中，又不甚具備對自己死亡時有益的佛法，以受苦而精勤於諸業又無任何成果；從現在起一直到剩餘的壽命中，不再失心迷亂、自我欺騙，應修持究竟清淨法，不令懈怠，迅速地於當下即修持，應由衷的思惟且祈請：「上師三寶鑑知！令我能安樂輕易地，成辦如意寶般之善妙正法。」而這若僅是須臾（熱度），並無助益：應在一切時中，心續融合，此乃甚為重要。

二、身體沒有精華故思惟死亡：

這個身體除了三十六種不淨物之外，沒有任何堅固的精華。

《入行論》云：「先自皮膚再漸次，以自心智各分析，血肉肌腱脈絡中，以般若刀善剖析，一切骨骼亦剖開，乃至足底善觀察，此中何有精華云，自身應予如實觀。」

《寶積經》：「佛云色如泡沫般，於中不得精要矣。」

因此，從此時身體的頭頂一直到腳底之間，若加以觀察，並沒有任何清淨且悅意的精華，這個身體舉例而言，就像是一堆嘔吐物，充滿三十六種不淨物，這當中遍滿八萬隻蟲的自性；如同潰爛的傷口，從九孔中流出不淨的污水，僅是短暫碰觸亦無可忍受，終將成為犬鳥蟲蟻的食物；好比荊棘叢，是八萬四千種煩惱之所依，四百零四種疾病之處所，八萬種魔祟之廣場，因此我等諸眾所愛執的此無有精華之身體，終有一天被火焚燒而成灰燼，或是摔落水中被蟲啖食而成污穢，抑或曝曬太陽而枯乾，或是爬滿蟲類而壞滅，或遭風吹而消逝，或是腐朽地底而分解，或是被畜生撕成碎片而各自分散，無論如何不出以上範圍，應深思而瞭解。

《誠王頌》云：「身終成灰終落終乾枯，終是不淨不具備精華，終將壞逝終將成腐爛，各自分離之法祈鑑知。」

以上諸義的思惟方式：「我不出必死範疇的自性，在此世界中，倘若先前出生者，沒有不死亡的，現在出生者，也不會有不死亡的，正出生者亦無法避免死亡，我何能不死！在死亡時，以何種病痛而死？死於何處？誰來照顧？是否會出現厲烈的斷氣之苦？且定會出現此言：『他死得真慘…』」此實令人淒然。我的身體怎能恆常？！卻將無常執為恆常，沒有精華執為精華，我的這個身體，或被火燒成灰，或落水中成魚獺之食，或和入牆面而乾枯，或被蟲蟻啖食而成空腹，或是埋在地下而腐爛，或是送往墳場而被鳥獸吞食等等，將面臨任一下場，最終連骨頭也不存留，絕對就像自己從未出現過，最終我的名字亦將消

失無蹤。

無可依憑的自心，將是失去財富、衣食、親友而行至另一個世間，隱沒在中陰險境，進而飄盪於三惡趣等輪迴之處，彼時這世間的任何一切，不僅沒有助益，反而因需要承受不善異熟的猛烈痛苦而成大害。在那個時候，有所幫助的除了正法之外再無其他；在那個時候，有能力從憂懼痛苦中救拔者，除上師三寶外再無他人，因此，現今起即該修持**清淨死法**，應該如是轉變且深思：『祈請上師三寶鑑知！』

三、壽命無可執常故思惟死亡：

若能理解一切有為剎那即成無常，即得容易理解人的壽命亦是無常，這當中據說人的壽命在損耗上，比起其他（一切）來得更加迅速。舉例來說，四名大力士打賭而向四方射箭，另一個人若能在半空中同時抓住（射向四方的箭），此乃極為迅速，而奔走於地面的餓鬼又較此甚快，奔走於虛空的餓鬼又較急速，日月輪又更迅速，大力天神又較其更火速，經云人壽損耗又較前更加迅速。若是壽命在每一剎那都如此疾馳損耗，更何須多言在年、月、日與食頃中的損耗。

自己從出生直到現在之間，去年到今年、昨日到今日之間已消逝了多少時間，在壽命上也同樣的損耗了，壽命唯有損耗而無可增加，因此絕對無可跨越死亡。

《入行論》：「晝夜無可暫停留，此生壽命恆損減，損已延年不可得，我見豈能不死亡？」

以上以喻義來開顯則有五種：

一、懸崖的瀑布

二、必殺之死牢

三、入罔罟之魚

四、屠場的牲畜

五、草頭露水般

一、如同懸崖的瀑布：比方說懸崖所流下的水，像是後浪唯恐追趕不上前浪似的，極為迅速地降下般；壽命亦在剎那中，後頭唯恐追趕不上前方似的流失而逝。《大方廣莊嚴經》：「三有無常恰似秋季雲，眾生生死等同觀看舞；士夫壽命如虛空閃電，懸崖瀑布一般速消逝。」然而，這僅是作為迅速之譬喻，人的壽命之消亡較彼更為快速。

二、如同必殺之死牢：譬如被劊子手帶領前往行刑的死牢時，邁出一步即接近死亡，第二步更為趨近死亡；我等亦是每過一年一月一天一食頃，即是越來越趨往死亡。《特讚品》：「譬如必斬之犯人，任其腳步邁向前，越趨接近刑場般，眾人性命亦如是。」

三、如同入罔罟之魚：猶如眾漁夫在大河中布置網罟，圍捕所有魚類且依序宰殺至最後皆不剩餘；同樣地，我等生於輪迴河中，入於煩惱漁夫所置之網，若是到了死主的口中，當然只有一死。《入行論》：「煩惱漁夫所獵捕，入於生之漁罟已；將入死主之口中，何以至今仍不懂？！」

四、如同屠場的牲畜：例如印度的賤民屠夫宰殺水牛時，先是驅趕待殺的水牛進入窪地深溝的盡頭，再派人把守出口令其無法走脫，諸牛雖親見賤民屠夫逐一宰殺同類，剩餘待宰者依舊相互碰撞與尋求食物，就在不經意的過程裡，到了最後一隻也不剩餘地被殺害；同樣地，我等亦是趨入生之窪地深溝的盡頭，被無明阻礙解脫道後，我等雖親見賤民種