

轮回过患 之 非天之苦

上师知

具足众多难忍之苦痛
彼现安乐欺惑无常众
一切有漏五蕴痛苦因
三界轮回犹处火坑中
我等不知如是尚贪世
总集三宝上师悲眼视
生起出离意乐求加持

[慧灯之光]

非天也叫阿修罗，其寿命、环境和受用跟天人差不多。

他们最大的痛苦，就是战争。

[菩提道次第广论]

非天 苦者。本论按照《亲友书》宣说非天的两种苦：

- ① 斗争之苦
- ② 不见圣谛之苦。

如《亲友书》云：“诸非天中意苦重，由其性瞋天德故，此等由其趣性障，具慧不能见圣谛。”

以下解释论文含义。

此由不忍，嫉天富乐，令意热恼。由此因缘，与天斗争，受割裂等伤身众苦。

非天见到三十三天圆满的享受时，内心无法忍受，嫉妒天人的富贵安乐，内心热恼。由此因缘发动战争，与天人交战，有些头被砍断、四肢断裂，有些被天人的金刚、利矛、铁轮等击伤，感受割裂等身体受创之苦。

天界的如意树，根长在非天的境内，果实却供天人享用，所以非天难以忍受，与天人交战，但多数是以非天的惨败而告终。据说天人将宝剑轮系在天象的鼻子上，派出天象，能杀死数十万的非天，他们的尸体从须弥山顶纷纷掉入游戏海，鲜血将海水染得通红。

此等虽具智慧，然由异熟障故，于彼身中不堪见谛。

非天虽然也具有一定智慧，但是因为异熟障的缘故，以非天身就没有能力现见四圣谛。

所谓异熟障，就是一转生到非天趣，自然就具有此障碍，非天的所依身，终其一生也无法现见四谛。

以人间而言，有一类人竞争心非常强，虽然擅于经商、争权夺利等，但由于竞争成性，而成为现见无我空性的严重障碍，无法内观，也可以说是人间修罗的障难。

反观自相续，如果现前在因位具有嫉妒烦恼、竞争心等，以此烦恼种子随逐，将来遇缘必定感受非天之类种种的斗争、嫉妒之苦。所以为求解脱，一定要厌离非天的痛苦和苦因。否则，若转生为非天，便成无暇之身，如此空耗、毁坏自己，最后还会堕入恶趣。因此应如《心性休息》中说：

“故求善妙寂灭众，当速修持解脱法。”

《念住经》将非天归类为旁生。

《瑜伽师地论》将非天归在天趣当中。

非天的斗争和不堪见谛之苦，其根源就是行苦。因为五取蕴当中，始终安住着烦恼粗重，所以一旦转生到阿修罗道后，以天界的圆满做为所缘境，会引发猛利的嫉妒、斗争等众苦，如此痛苦必然会发生，无法逃脱。

[前行广释]

《楞严经》中说，阿修罗依胎、卵、湿、化四生而分四种，其中胎生者为人道所摄，湿生者为旁生道所摄，化生者为天道所摄，卵生者为鬼道所摄。

还有《法华文句》中讲，阿修罗有两种：“鬼道摄者，居大海边；畜生道摄者，居大海底。”可见，各经论对非天的描述不尽相同。

通过学习非天的痛苦，大家就会明白，即使非天是善趣，那里也不会有快乐。尽管他们的受用、相貌、能力跟人类相比，远远超胜，但就像人类中有智慧、富裕、强势的人一样，虽为愚痴、贫穷、弱小之人所羡慕，但其身心也不离痛苦，同样要遭受三苦的逼迫、折磨。

所以，学了这样的大乘佛法，每个人要知道：三界中任何一处，都不会有真实的安乐。现如今，有些众生正在感受苦果；有些众生虽未感受现行痛苦，但却在造痛苦之因，时时处于行苦之中，苦果很快就会现前。因此，有智慧的人依靠学习经论，会深深认识到佛经中“三界无安，犹如火宅”的道理。

话说回来，转生为阿修罗的根本因，其实主要是嫉妒心。

前面也讲过，若对超过自己的人无法忍受、心生忧恼，这就是嫉妒。清朝雍正年间有个白太官，是当时八大武术家之一。一次他在回乡途中，恰巧遇到个小孩正对着一块大石头练功，掌到之处，火光四溅，功夫非同一般。白太官心想：“我家乡竟有这样的小孩，现在武功就如此了得，长大后肯定会超过我。”在强烈嫉妒心的驱使下，他竟生起杀心，一掌把小孩打死了。在断气之前，小孩怒目而视，咬牙切齿地说了一句：“你杀了我，我爹白太官定会找你报仇！”白太官一听，如五雷轰顶，方知杀的是自己儿子，但悔之晚矣。

因此，以嫉妒心害别人，终究会害了自己。莎士比亚曾说：“你要留心嫉妒啊，那是一个绿眼的妖魔！”的确，人一旦有了嫉妒心，真像着了魔一样，很多事情不会去考虑。所以，在同学、同事、同修之间，倘若出现竞争对手，我们一定要观察自己的心。否则，今生嫉妒心太强，来世很容易转生为阿修罗。

在天界中，如果阿修罗的力量大，天人的力量就会削弱，双方一旦发生战争，天人若被打败了，人间就会出现种种晦气，产生四大不调、天灾人祸等诸多苦难。当然，天人力量

的强弱，也跟人间是否行善有关，假如世人行善的多，不但人间风调雨顺、四时吉祥，天人的白法力量也会增上，从而战胜阿修罗。如《正法念处经》云：“若世间人，顺法修行，天众则胜，阿修罗军，退散破坏。”

我们作为修行人，若想不投生为阿修罗，一方面要多思维轮回痛苦，另一方面，也不要有好战的心态。有些人平时酷爱打仗、武器，喜欢看武侠小说和武打片，这种习气很不好。而作为在家居士，倘若天天如此，常看跟打仗有关的电影、电视或书籍，对自己也有害无利。

[前行系列 3]

- 1、思惟内争之苦
- 2、思惟外战之苦
- 3、总结

1、思惟内争之苦

必要提示，从时间的流程上去看，要把握三点：

- 一、前世恶业的串习；
- 二、今生的等流习性；
- 三、由此一辈子以斗争度日。

非天之苦者，总的财富、受用有堪比诸天许的量，然昔于不善嫉妒与斗争串习，而由彼业牵引故，仅从受取彼身依时起，嫉妒之想粗重，自处中也处与部纷争而互不和故，仅仅斗争度时。

先看前世。虽然修一些福，但心里一直在串习不善方面的两大重点：一、嫉妒；二、斗争。嫉妒是其中的内在根源，斗争是外在与别人之间的表相。就好比有的人做功德主、做某个团体的头等等，他很想作一个大功德、大名堂，做得很卖力，也很有能力，可是心里就是在嫉妒，就是想跟人比赛。

那么，这样串习以后，又有福，又有嫉妒等，由这种业一牵引，在中阴要投胎的时候，一下子那个引业就引过去了。其实业也是气，当引的时候，最开始入的那个气一下子就取了一个修罗的身所依，也就是他的蕴身报体。在这时候，特定的气脉明点已经形成，心是依在这上面的，它有特定的相。而当时引的那个气过去的时候，那是叫“引业”，过去它是种子，种子决定根身；然后身心是相依的，也决定心识状态。

譬如，假使中阴的时候由愚痴的气氛，一念投入就成了猪，那当然就出一个猪的身所依，而猪的痴心就很重；或者投为鸽子身，就会淫欲重；投为豺狼身，嗔恚就重等等，这些都是报障。因此要知道，报体是相当重要的，它决定着这一生内心的主要状况。这样拓展开来就会知道，如果生在饿鬼里，悭贪的心很重；或者生在欲天中，就很享乐，而且不会起很多恶心，但会一直在散乱中。那么受了修罗的身，嫉妒的想是非常粗重的

这种状况是怎样的呢？仅从受了这个蕴身报体时起，已经决定命运了。就好比一念投入猪胎以后，从那时起，决定痴心是很重的，同样，依靠这个修罗身，出来的嫉妒的想非常粗重。众生的性情不同，有的贪重，有的嗔重，诸修罗是嫉妒重，也就是当看到别人的圆满时，一种无法容忍的想会出来，而且出得程度很大。懂了这一点就知道，众生都有生死业力的病、烦恼的病，修罗与生俱来的就是嫉妒的病很重。既然有此心病，那是不会安的，也不会有什么乐可得。

“自处中”，是指不必说向外跟天打仗，就在修罗自己的处所里也是纷争不断。这里举两类：一、地方的纷争；二、部派的纷争。地方纷争，就好比我们这个世界，国与国、民

族与民族、这个地方跟那个地方会斗争；部派纷争，就像人间的派系斗争、党派斗争等等，也就是这一派跟那一派由于持的见解等不同，而发生纷争。就像这样，那个世界都是一群嫉妒重、好斗的众生转生过去的，因此碰到一起就常常要斗，就像在我们地球上，有的民族天天打斗等等。由于互不和睦的缘故，如果生在修罗界，那整天就是身体斗、口里争、心量很小，纯粹以斗争的状况度日。

2、思维外战之苦 分四：

- | | |
|-----------|-----------|
| (1) 修罗讨伐； | (2) 天人应战； |
| (3) 战争苦相； | (4) 唯行斗争。 |

思维外战之苦 (1) 修罗讨伐

心要提示：这里关键要掌握嫉妒心。对此又要知道，以何种缘而现行、发生的嫉妒之相如何、由嫉妒驱使而发起的斗争恶行。

现行之缘，指见财富、受用圆满由如意树生，树根却在自身地盘中，以这种随顺引生嫉妒的境缘而引发；由于内心有嫉

妒习气，因缘和合，就生起难以忍受天人圆满的嫉妒之心；
由此嫉妒驱使，器械庄严，往与天斗。

诸修罗与诸天人斗也是以嫉妒为根本因。由于修罗们过去世串习嫉妒非常重，因此种子的功能很强，只要一遇到顺生嫉妒的境缘，就决定会发起嫉妒之心。那么这里描述的首先是起嫉妒的因缘，然后讲由此发生的心态，之后讲以嫉妒烦恼驱使的斗争之行。

首先，诸修罗的嫉妒是怎么起的呢？当然是遇到境以及起了非理作意，然后种子顺此而现行。诸修罗常常喜欢往上面看看天界怎么样。比如，修罗王能够探到须弥山顶，去看天上的花园怎么样。他向上看天的缘故，见到天人们的财富、受用好圆满，有那么好的色声香味触，音乐也那么高级，喝的是那么好的饮料，园林里有各种各样的好东西等等。这样看到天上富乐圆满，他就感觉有点受不了。然后，看到天人们需要什么、心想什么都从如意树里出，衣服也从里面出，乐器也从里面出等等，要什么就从如意树里面出什么。之后他又看到，这如意树的根就长在自己的地盘里，于是起了非理作意：“三十三天的财富、受用这么圆满，都是从如意树里出来的，可这如意树的根就在我们这里，是属于我们的！”这样的话，没法忍受的嫉妒就出来了。他的非理作意认为：

“如意树是我们的，因为树根在我们的地盘，怎么能归你们享受？”

这样起了嫉妒之后就要去讨伐天人。由此阿修罗们穿上了铠甲，持上各种兵器后发起了大军，向天宫进发。这就是他们的斗争之行。就像我们这里国与国之间，一看到那个国家资源那么丰富，就想吞掉他们的石油或者想占一块很肥的土地，这时候嫉妒心一起，就要去拼夺。一切的苦根本上就是从烦恼发生的，诸修罗最大的烦恼病是嫉妒。

思维外战之苦 (2) 天人应战

必要提示：天人应战有应征、部队、声势三方面内容。

- 应征，有见 修罗来战和器械庄严 两个内容；
- 部队，有 首领和部从 两个内容；
- 声势，有 喊叫和辉光 两个内容。

尔时，诸天往至粗涩园取出甲杖后，大天象伊罗婆那，三十二个头上骑着三十二近王，中间头上骑着帝释天王，由难可思量的各部天军围绕后，锐声厉呼、辉光耀目而临。

那个时候，修罗众的大军冲向天界（按照《念处经》所说，当时有修罗众和各层天的战争，这里省略，只讲三十三天的应战）。天王帝释已经宣令征战，天上应战的号令会传到三十三天的各个地方，比如传到林园中、山峦中、宫殿里等等，这个紧急信号传出去以后，诸天人们就去粗涩园。本来以诸天人的福德性，他们一直处在善和无记的心态里，不像诸修罗，天人们通常不会起嗔恚、斗争等的恶心。但是到了业力发动的时候，他们会去作个沐浴，随后嗔恚就起来了，接着就去粗涩园拿武器。这时，各部的天人们都纷纷前往粗涩园，穿上铠甲，拿起各种兵器后，大军要结集了。

天人作战时，总司令是天王帝释，分司令是三十二个近边的天王。忉利天的组织就是三十三天，东南西北各有八个天，中间是善法堂天，帝释天王就住在里面。当时，最大的天象叫“伊罗婆那”，它有三十三个头，中间坐着总司令——天王帝释，分司令们分坐在三十二个头上。之后，没办法用思惟测度那么多的各部天军，从不同的方向而来，有的从虚空中来，有的从山峰里来，有的从园林出来等等，总而言之都集合围绕着天王。

当时锐声厉呼，天人们都说：“格索！格索！”非常有勇气，有英雄气概，想把对方胜伏。而且，诸天人们身上有光，

那辉光照下来的时候，修罗们的眼睛都受不了。天众大军就这样从天而降。

思维外战之苦 (3) 战争苦相 分二：1) 总；2) 别。

战争苦相 总：① 天人威力；② 修罗常多失败。

战争苦相 总① 天人威力

心要提示：天军的威力大，这里举降兵器雨和投掷大山两个现相来说明。

战争之时，天人雨金刚杵、飞轮、短矛、大弩箭等，且天人具神通故，连诸大山也由腹部举起而扔掷。

双方战争的时候，修罗军遭到了惨败。这要看到在双方武力的较量上，天人们的福德力更大，所以能得胜。战争的场面在《念处经》中有非常详尽的描述，这里只是举代表性的两例：第一、诸天人会降兵器雨。以诸天的福德力，能从空中普降金刚杵雨、轮雨、短矛雨、大弩雨等等，密密麻麻地降到阿修罗的军队中。第二、诸天人有神通的缘故，多少

由旬的大山，可以直接从山的腹部把它举起来，扔到阿修罗的军队里。

战争苦相 总② 修罗常多失败

必要提示：内在宿因是福德力不够，但诸修罗还是妄想打过诸天，这不合天理，因此注定失败。

由往昔业增上力，诸天譬如七人身量许高，修罗则矮似一人。又，诸天除断首而死外，身体随受几许创伤，也无间由天之甘露恢复而不死，修罗则如人法，击中任何要害皆必死亡，是故战争常多失败。

在这种交战中，修罗军几乎是十战九败，还有比这更高的失败率。这是什么原因呢？要知道，诸修罗的苦是命中注定的。这也要从缘起的线路上去看，当宿业力量推动的时候，会发生怎样的情形；然后在天阿大战中，两军较量时，修罗军决定要死伤无数，败退而归。就像《念处经》所描述的那样，非常地可怜，死了非常多的修罗众，最后连修罗王都耷拉着脑袋回家，他没死只是因为帝释天王饶了他一命。

这里要以智慧观察到，诸修罗那么喜欢打仗，不服气，每次都要去打，却每次都遭受惨败，原因就在于修罗众和天众的福德不一样。“由往昔业增上力”，表示这都是由业决定的。【那么诸修罗和诸天之间有这样的差距呢？】用个譬喻来说，我好比是一个修罗，那么当我仰望诸天人的时候，诸天人有七个我这么高。再者，诸天人除了断头以外，身体无论哪个地方受伤，由天的甘露力，无间就恢复了。而诸修罗身上的任何要害处，比如太阳穴处、颈部的穴位处、心口、腰部等等，只要击中哪一个，他们很快就会死。这两点合起来看就知道，修罗军准保是常常失败的。

这样就知道，修罗军跟天众打十有九败，最终是惨败的。《念处经》里讲，有四种阿修罗，其中钵呵娑阿修罗还是蛮厉害的，他们一去打的时候，连四天王天的天人们都吃不消，要跑到三十三天去求救援。所以，当最厉害的修罗军打上来的时候，有那么几次，低层的天是抗不过的。但是，从总的天阿大战来看，绝大多数都是修罗军失败，最终也基本是修罗军失败。就好比一个贫穷的国家，跟一个世界顶级大国打仗，贫穷的国家用人海战术来打，而那个大国把先进的核武器一投过去，不晓得这边死多少人。

战争苦相 别

又天人派普护神象醉鼻上系着剑轮等，杀众多俱胝阿修罗众，而他们的尸体从须弥山边缘纷纷滚落而下，堕在诸大游戏海之中，诸海显现血色。

特别来说，天人们会放出普护神象，在它醉的鼻子上挂一个剑轮，然后把它派出去，那么这头天象一下来，杀伤力是非常大的。“等”字包括其他战争的手段，具体可以看《念处经》。像这样，在大规模地使用大武器的时候，成千上万的修罗众会被杀死。由于诸天人的处所就在须弥山顶或者半腰上，因此当两军相接，诸阿修罗被打死的时候，成千上万的阿修罗众就从须弥山的边缘滚落而下，掉落到各个大的游戏海里。由于滚下来的死尸太多，结果海水都染成了红色。

思维外战之苦 (4) 唯行斗争

诸如此等，唯一常行斗争之事。

这样就知道，诸阿修罗唯一常常行在战争当中。“等”字指以上内容之外，其他没有描述的相。

“行”，表示他们的业行，而业行又是由嫉妒的烦恼驱使，要去拼、要去斗、要去搏，因此他们唯一行于斗争中，这就

是他们的苦状，就像商人常常行在奸诈当中，好武者常常行在搏斗当中，好名者常常行在名的竞争中那样。“行”字也表示没有办法，当被那种业力驱使的时候，只能不断地在这上面走。就像一个人自从走上犯罪的道路，之后还会不断地犯罪那样，他们会不断地走那种黑色路线。

3、总结

由是因缘，阿修罗处亦不出于苦之自性，当于此理至心修习。

那么我们要问：来世想不想生在阿修罗处呢？据说那里非常富裕享乐。

但要知道，他们内在有非常重的嫉妒病，由于无法忍受他者的圆满，会发出各种竞争、斗争等的恶行。可以看到，在整个不忍、夺取的过程中充满了苦。再说，以此种恶业，来世还要深陷在苦海里。这样从缘起的因、体、果三个方面去看就知道，他们也是不出于苦的自性。由此就要想：“假使我生在那里，苦患太大了，那真是无穷无尽的苦海！”就像这样，要从内心去修这个苦相。不是当成学知识那样，而是真正要考虑自他在轮回中的前程，要设身处地地去想：“我生在那里如何？”

这样想通了以后，当然就没有了想生的心，这就叫做“断了生的欲”。之后，对于生为天人的状况也抉择好了以后，整个轮回就一无是处了，从此你就再也不会想来世还生到轮回里求个乐等等，这样就叫“退来世心”。现世心和来世心一并退掉了以后，对于轮回就再没有想求的了，就是一心求解脱。求解脱只有两条路，要么即生证无生；如果证不了，那即生要生净土。

整个大圆满前行的路线就是如此，是好汉，即生就开悟证果；能力不够，就赶紧往生。

前行系列 4

阿修罗苦的修法

思惟的时候，由处所、色身、苦相、考量四个方面来把握。

首先对于《念处经》，要有大量的听闻、了解。之后正式进入思惟时，就想自己所造的修罗业已经成熟，生在了修罗界的处所里，那里有可与天媲美的各种安乐受用，有非常美丽的修罗花园。而自己的色身，假使是一个阿修罗男，那是怎样地具有威势、相貌丑陋等等。生在这样的世界里，一遇缘就常常发生各种嫉妒、竞争等的苦。这要知道，过去由于嫉

妒、竞争的恶习，又造了一定的福业，一生在阿修罗界就是这样的身心状况，处在这样一种受用境界里。

之后思惟苦相，主要包括嫉妒苦、竞争苦两大苦相。比如思惟天阿大战的苦，就想，我就是那个阿修罗王或者阿修罗民，当一层层战争发生的时候，我是怎样被一股烦恼的气推动着然后去应战，之后怎么奋不顾身地拼杀，身体受到怎样的割截大苦，然后败退下来、惶恐而逃等等。那场战争旷日持久，一直没法了结，乃至没被打死之间始终不服气，阿修罗们一阵阵败下来，又一阵阵卷土重来，真是没完没了。那种战争比人间的世界大战不知道激烈多少倍。像这样设身处地地思惟，就知道身处在那种战役当中有怎样的大苦。

寿量按照《念处经》来了解，就知道非常地漫长，在那么漫长的时间里不断地受这种苦。

像这样思惟，很具体地、清晰地现出那种战争场面，自己就在那里跟天人们打仗，感受着战争带来的恐惧、紧张、伤残，心长时间处在嗔火喷涌的状态等等，简直不是人过的

日子。这样清晰地现出来以后，当时就非常厌患，然后就想：绝对不能受阿修罗的身。自己的心非常具体地针对阿修罗界，不想受生其中，想永断修罗之身，这样会出现从修罗界出离的意乐。

按照《念处经》上描述的一分一分的战争之苦，以及《言教》里讲到的各种苦相，很具体地去思惟，在每一分上都清楚地看到这是非常可厌恶的，然后就会发生一种厌的心。就像整日在战场里打仗的士兵，一想起战争就非常地厌患，以后再也不想当兵，再也不想打仗了。或者想到人类经济的竞争、名誉的竞争、政治的竞争、读书的竞争等，一开始心就要提起来跟人家搏斗、跟人家争，争的时候还常常失败，却又不甘心，下一次还要继续地争斗等等，心上有非常大的竞争苦，知道了这种情况以后，自然就起厌患，就想以后再也不要再去竞争等等。

或者嫉妒一起来，那是根本无法忍受别人的圆满，看到别人拥有那么多，自己却一点也得不到，心里特别地苦，真正知道了这种苦相以后，就想从中解脱。而修罗界是嫉妒、竞争发展到极度的一种情形，比人间的情况严重无数倍，假使真实知道那种心上苦的状况，就会对修罗身起厌患了。

像这样，有了灰兔出离后，接着就要着手切断连向修罗界的缘起链。在业感缘起上要知道，受生为修罗的因就是带着我执，有嫉妒、竞争的那些有漏善业。那么自己从无始到今生，集聚了不可计数那么多的这种不清净的善业。单从今生来看，在世间的圈子里、佛教的圈子里，起过好多嫉妒、竞争的心，然后由这种心推动，为了跟人比、超过别人，去作各种的善业。这样由于行善的一分，就会感得福报，由于嫉妒、竞争，就成了修罗，只要这个业习成熟，就会受生到修罗界里。而从初中后整个命运发展的状况来看，没有一点乐，心时时处在嫉妒、竞争的热恼当中，常常发生各种的厮杀、搏斗，之后败亡，非常地可怕，最后还因为这种恶业导致后世不妙。这样从头到尾看了以后，就知道绝对不能入修罗圈，不能入这个最大的竞争苦圈里。就像这样，了解了修罗的过患，又知道自相续中积聚了无数的修罗之因，那一定要以四力忏悔破掉这种业的功能，之后还要对未来发誓。也就是想：“将来即使我的肉被揪成一块块宰杀掉，我也绝不作修罗之业！”也就是，我绝对不要为了私我得到名利，然后起竞争心，投入到各种善法的修集上，不要再作竞争性的善法等等。有了这样的誓愿力，就能钳制住心不再进入修罗的怪圈。

自己知道了这种境况，再看到大千世界里有数以亿计的修罗世界，那里面的有情们整天处在竞争的烦恼、战争的痛苦当中。然后就想到，这些都是母亲，对自己有过很大的生养等的恩德，他们处在竞争之苦等当中，没有丝毫安乐，他们不指望我来救，指望谁来救呢？我看到他们这么苦还不救那算是人吗？就像这样，发起想报恩的善心。以此推动进一步要出现大悲的意乐，也是修欲、愿、誓三关联。先是起一种很好的希欲：“愿全法界正沦落在修罗界里的这些母亲们，都能舍离这样的苦因苦果！愿他们都能舍离这样的大病！”然后要有一种祈愿：“如果这一切沦落在阿修罗苦海里的母亲们，都能舍离这样的苦因苦果该有多好啊！”之后不光只是在旁边的一种欲和愿，还要自己主动地去作拔济他们身上苦因苦果的事情。也就是发誓：“我要担起拔济一切修罗界母有情苦因苦果的重担！”发了这个誓以后，那就不是旁观者或者仅仅有一种善愿，而是自己实际要做到拔济每一个修罗界有情心中的苦因苦果。

有了全体承担的增上意乐以后，还要有自力和他力两分的连接。**【这是悲心和信心两者相合的修法，有悲心要度一切沦落阿修罗界的诸母有情，有信心祈求三宝】**。也就是自己心里有一种胜解：只有三宝有力量拔除这些母亲们的苦因苦果。只有三宝的力量加被他们的心，能够脱掉这些嫉妒、竞争的业习业种，去掉修罗界里各种斗争等的苦。这样认定

之后向三宝祈请，这时悲的意乐要发展到非常迫切的地步，没法忍受这些母有情们沦落在修罗界里受这样的苦，因此口里就这样说：“我的所有生在修罗界里的母亲们，愿现在不隔第二刹那、不延缓一点点，就在这个处所、这个坐垫上，全数地解脱掉修罗界的苦因苦果！”这样迫切地向三宝祈请，然后念诵仪轨文。

思考题：

- 1、阿修罗前世主要串习了哪种恶业？由此导致今生的习性状况如何？阿修罗总的苦相是什么？
 - 2、如何思维，可以真实的升起对阿修罗身的厌患心？
-