

佛教的宇宙观（一）

一、打开心眼、开拓视野

我们对宇宙观的看法，都是懵懵懂懂的。如果了解佛陀所说的宇宙观之后，再回头来看，那些藉助科学仪器所看到的银河系，竟是那么的渺小！

就像中国汉朝的汉武帝派张骞通使到西域时，经过一个夜郎国，夜郎国国王问张骞：「是我们夜郎国的国家比较大、国土比较多？还是你们汉朝比较大？」

张骞和那些使节们看到夜郎国那么小，怎么能够相比？于是哈哈大笑。

「夜郎自大」因此而流传了下来。夜郎自大的故事在告诉我们，当我们不了解这个世间是什么样子的時候，会自以为很了不起。

当我们了解佛教的宇宙观，就会知道外面的世界有多大，再回来看看我们的心，是放在大？还是小？放在大，我们的心就会大，放得很小，我们的心就会很小。

所谓心小是什么？比如在交往中的男女朋友，眼中容不下一粒沙子，不容许别人和我所爱的人在一起，那是不是很小？宇宙那么大，你才看到这一个人，出现在我所

爱的人旁边，就放不下。比对之下就会知道，我的心怎么那么小？

所以当我们了解佛教的宇宙观是多么宽广的时候，我们的心就会跟着大。

所以「佛教的宇宙观」就是「打开心眼、开拓视野」，不要做夜郎国的国王。

二、什么是三千大千世界？

所谓宇就是空间，宙就是时间；以世界这两个字来讲：世就是宙，界就是宇。

在经典里面，我们常常会看到「三千大千世界」，三千大千世界是怎么形成的？

它成就起来是什么状况？毁坏了以后又是什么状况？人们是怎么来的？以后会怎么样？会去哪里？佛陀都很清楚的告诉我们。而我们世间人，用各种科学仪器，要去探讨外面的世界，却探讨不完，用太空梭也看不出来。

但是佛陀的智慧无量无边，能完全的清清楚楚。

三千大千世界，是指一个大千世界；一个大千世界，有一千个中千世界；

一个中千世界，有一千个小千世界；一个小千世界，有一千个世界。

须弥山只是一个世界的中心而已，所以三千大千世界就有百亿个须弥山，而所谓整个银河系，以佛教的观点来看，它只是一部分而已。

1. 须弥山

依照佛陀所说，须弥山用印度当时的空间距离的尺度——由旬（相当于现在的距离四十里）来衡量，从地面到须弥山的山顶有八万四千由旬；

从海平面下去，也有八万四千由旬，所以须弥山其实是非常高、非常广的。

2. 九山八海

以须弥山为世界的中心主轴，有八座山围绕着须弥山，一层一层的推广出去，山越来越低。两山之间是八万四千由旬，中间是一个海，第二座山的高度是四万两千由旬，与第三个山之间的距离即是四万两千由旬，以此类推。

◎ 九山：1 须弥山

2 持双山（伽陀罗）

3 持轴山（依沙陀罗）

4 担木山（树巨陀罗）

5 善见山

6 马食山

7 鱼耳山（尼名陀罗）

8 持山（调伏）

9 铁轮山（金刚围）

铁轮山的外面是大金刚山，与铁轮山之间是黑暗的，太阳与月亮都照不到。以须弥山为主轴，我们平常看到的日与月，只是在须弥山的山腰，四万两千由旬的地方运转，而在平面处有四大洲。

◎ 四大洲：

①北俱芦洲（郁单越）——位置：须弥山的北方。

土地：四方形。

人民脸型：方形。

寿命：一千岁，不会夭折。

②东胜神洲（弗于逮）——位置：须弥山的东方。

土地：圆形。

人民脸型：圆形。

寿命：两百五十岁，会夭折。无八寒、八热地狱。

③南瞻部洲（阎浮提）——位置：须弥山的南方。

土地：南狭北广。

人民脸型：上宽下窄。

寿命：岁数不定，会夭折。

④西牛货洲（瞿耶尼）——位置：须弥山的西方。

土地：半圆形。

人民脸型：半圆形。

寿命：五百岁，会夭折。

3．天：须弥山的山腰，四万两千由旬的地方，有日月的宫殿，

往上有欲界天、色界天、无色界天。

◎欲界天：①四天王天：位于须弥山的山腰，与日月等齐的地方。

②三十三天：天王就是帝释——释提桓因，位于须弥山的山顶。

这两个天叫做地居天，因为它是依靠着须弥山而成立。

再往上就是空居天，它是依着空、虚空而有的宫殿。

③夜摩天。

④兜率天。（弥勒菩萨住处，为天众说法）

⑤化乐天。

⑥他化自在天。

天一层一层的上去，叫做六欲天。

六欲天里，每一个天，都还有五欲和男女之欲，所以叫做欲界天。

◎色界天：色界天是在人间修禅定，而往生到色界天去，色界天有四个禅天。

①初禅天：梵众天、梵辅天、大梵天。

②二禅天：少光天、无量光天、光音天。

③三禅天：少净天、遍净天、无量净天。

④四禅天：无云天、福生天、广果天、无想天、

无烦天、无热天、善现天、善见天、色究竟天。

色究竟天是属于色界，四禅天里的最高点，是有形有体的天。

◎无色界天：空无边处天、识无边处天、无所有处天、非想非非想处天。

天界里面的欲界天、色界天与无色界天，一层一层的上去，它的距离就一倍的增加，一个世界就已是如此宽广。在银河系里有那么多的星星，是以一个太阳来看，如果超出一个太阳，那就是另外一个世界。

一个世界是以须弥山为主，从地狱到初禅天。

一千个这样的世界，叫做小千世界；

一千个小千世界，就是一个中千世界；

一千个中千世界，叫做一个大千世界。

所以三千大千世界，是由无量无边的须弥山所组成。

一百亿个须弥山，在银河系根本发现不到，所以众生无法从有形有相的科学中，找出这些世界。那么要如何找？就是要成佛才能够真正的究竟知道，唯有佛陀才能告诉我们这件事情。

4·畜生道：畜生道里比较大的畜生有龙与金翅鸟。在佛教的护法天龙八部里也有龙与金翅鸟。有人说，为什么现在看不到龙与金翅鸟？要看到龙与金

翅鸟是要有相当的因果果报，才能见到。金翅鸟与龙的身形是非常大的，有一个形容是，将龙尾放在龙宫，它的头可以从恒河伸到舍卫国的祇园精舍，所以我们可以想像龙是很大的。

畜生道里比较小的畜生，像蚂蚁、蚊子等等。

5．饿鬼道：鬼有三大类，无财鬼、少财鬼与多财鬼。

通常所说的神明，就是指鬼的意思。多财鬼在人间的分类里，是属于有福报一点的鬼。比如说城隍爷、妈祖婆。无财鬼是没有钱财的，就是平常我们在放焰口的焰口鬼。他的嘴巴一张开，就有火从口里喷出来，将嘴巴烧掉，口中有火焰所以叫做焰口，这是无财鬼。

6．地狱道：有八热地狱与八寒地狱。

◎ 八热地狱：①想地狱。

②黑绳地狱。

③堆压地狱。

④叫唤地狱。

⑤大叫唤地狱。

⑥烧炙地狱。

⑦大烧炙地狱。

⑧无间地狱。（阿鼻地狱）

这八个地狱，每一个地狱，都会附带十六个小地狱，好像附生一样。

（一）想地狱：众生下到想地狱，看到人就会拿刺去刺对方；或是拿着像影子一样薄的刀子，互相砍来砍去，被杀死以后，心想「我活了！」马上就会活起来。所以想地狱有另外一个名字，叫等活地狱。我想要你活过来，你就会活过来。风一吹就活过来，活过来以后又拿刀互砍对方，地狱是如此的可怕，随时都活在恐怖里。

1. 黑沙地狱：在想地狱里受了无量无边的苦，罪业还没有结束，一出城门，会进入黑沙地狱。风一吹，黑沙就会罩在地狱受罪的人身上。那个黑沙像烧热的那么烫，会从皮肤渗透进去，将里面全部烧烂。死了以后风一吹，又活过来，又继续受苦，就这样一直重复，直到罪业完了。

2. 沸屎地狱：沸屎地狱顾名思义，就是被煮沸的粪便。众生进入这里被煮烂，在那里受苦，但是煮死了，风一吹又活过来，活过来以后又煮。

3. 五百钉地狱：众生的罪业如果还没受完，就会到五百钉地狱。

狱卒会将受罪的人钉在墙壁上，用五百个钉子，一钉一钉的把他钉死。死了以后，风一吹又活过来了，又继续钉……共钉了五百钉。

4. 饥饿地狱：罪报若是没有受尽的人，会到下一个地狱，叫做饥饿地狱。狱卒会问：「你来做什么？」受罪的人说：「我很饥饿。」

狱卒就会给这个饥饿的罪人东西吃。将他的嘴巴拉开，强迫他吃热铁丸烫死。烫死以后，风一吹又活过来，继续再吃，不断的受苦。

5. 渴地狱：罪业未消的众生会到渴地狱。

狱卒会问：「你来做什么？」罪人说：「我很渴。」

狱卒就将热铁汁灌进罪人的嘴巴，热铁汁从身体穿过去，罪人死了，风一吹又活过来。狱卒又继续倒热铁汁给他吃，直到罪业受完了，再到下一个地狱受苦。

6．一铜釜地狱：狱卒将罪人赶到一铜釜地狱，像炸油条一样放到油锅里去炸，烫死了，风一吹又活过来，又继续炸。罪业若是还没完，就到下一个地狱。

7．多铜釜地狱：与一铜釜地狱一样，罪人在油锅里不断的被炸。炸完以后再到下一个地狱。

8．石磨地狱：石磨地狱就好像以前在磨豆浆一样，罪人被放在两块石头的中间，磨到罪人的肉碎了、骨头也坏了。受苦以后再到下一个地狱。

9．脓血地狱：罪人在脓血地狱里，全身被煮的体无完肤，与脓血混在一起，非常苦！然后再到下一个地狱。

10．量火地狱：罪人在量火地狱里被火烧死，风一吹又活过来，不断的重复。

11．灰河地狱：灰河地狱里都是剑刺，将罪人全身割烂。从灰河地狱出来到岸上，岸上也有很多剑刺，罪人受剑刺苦以后，再到下一个地狱。

12．铁丸地狱：在铁丸地狱里，罪人要吃热铁丸，或者被热铁丸丢到痛死。

13．斧釜地狱：斧釜地狱像一个火釜，很多罪人在里面被煮，煮到痛苦而死。

14．豺狼地狱：豺狼地狱里，有铁做的豺狼在扑杀罪人。

15·剑树地狱：罪人在剑树地狱里，会看到一棵树，想要上去乘凉。当他爬上树的时候，所有的树枝都变成刀子往下垂，将罪人的身体都割烂。罪人因为业力的关系，无法停下来，一直爬到树顶。树顶上似乎是凉了，但是有一条蛇跑出来将罪人咬死。风一吹，罪人又活过来，然后要爬下树，此时树枝又变成向上的刀子，将罪人的身体割烂。剑树地狱这么苦，受完以后还要到一个地狱。

16·寒冰地狱：罪人在寒冰地狱受寒冷的苦。

罪报众生在寒冰地狱受完罪，再到畜生道受苦，然后到饿鬼道受苦。饿鬼道受完苦，才有可能到人间天上去。所以一旦下地狱，就会受无量苦，没完没了。我们佛弟子的福利，是不要到三恶道受苦，好好的在人间修行求解脱。

（二）黑绳地狱：狱卒会把罪人的皮剥下来，然后将全身绑起来，绑的地方好像是被热铁烧到肉里。受罪的人罪业如果还没消完，根本不可能结束。

还有一种就是在罪人的身上画线，狱卒沿着线不断的割，割到罪人受不了。在地狱里，也无所谓的自杀行为，因为死了以后还会再活过来，再继续受苦。

黑绳地狱受完苦出来，又会到黑沙地狱、沸屎地狱等十六个地狱去受苦。

（三）堆压地狱：堆压地狱两边的门，好像扇子一样夹过来，将罪人全身夹烂，痛苦万分、没完没了。死了又打开，风一吹又活过来，再继续夹，夹到他的罪业受完，再到黑沙地狱、沸屎地狱，最后到寒冰地狱受苦。

（四）叫唤地狱：叫唤地狱很热，有火在烧罪人。

（五）大叫唤地狱：与叫唤地狱一样充满火。大地狱受完再到十六个地狱去受苦。

（六）烧炙地狱：城里都是火在烧。

（七）大烧炙地狱：与烧炙地狱一样，有更多的火在烧。

（八）无间地狱：无间地狱没有一个地方不苦的，眼睛所看到的都是不好的东西，比如说火在烧、耳朵听不到好声音、鼻子闻不到好香、舌头尝到都是苦的、身体接触到也都是很热很烫的、心里也都是想不好的、很苦的事情，所以无间地狱，真的苦得不得了。无间地狱受完，还要再到黑沙地狱、沸屎地狱，乃至寒冰地狱，为什么会这样？都是因为人间造了十不善业，甚至做了五逆重罪，才会在这八大地狱与十六个小地狱里受苦。

◎ 八寒地狱：①疱地狱。

②疱裂地狱。

③呵罗罗地狱。

④阿婆婆地狱。

⑤虎虎婆。

⑥青莲花地狱。

⑦钵特摩地狱。

⑧大钵特摩地狱。

一个世界的地狱就这么可怕，如果是十方世界就更多了！这都是因有缘世间集，有因有缘就会有地狱现起。有人说地狱是佛教所想象出来的，错了！不是佛教所想象出来的，是众生的业力感应出来的。如果众生的业力里，没有地狱的业，地狱就会灭了，所以就众生来说，真的有地狱。有人说：「我看不到地狱。」如果不想到地狱最好是学佛，相信佛陀所说的，因为佛陀讲的话是最真实的。佛陀来到这个世间的用意，就是要让我们能够知苦离苦，所以我们要感恩佛陀，

要体念佛陀，知道佛陀对我们的大慈大悲。

佛教的宇宙观，我们已有一个具体的概念，从须弥山到东胜神洲、南瞻部洲、西牛货洲、北俱卢洲到天界，到四天王天、三十三天，夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天、初禅天、二禅天、三禅天、四禅天，还有空无边处、识无边处、无所有处、非想非非想处，整个天界到地狱、饿鬼、畜生。

从地狱到初禅天叫做一个世界，

这样的世界有一千个，再包括二禅天，叫做一个小千世界；
一千个小千世界，再包括一个三禅天，叫做一个中千世界；
一千个中千世界，包括四禅天，就是大千世界。

三、天的快乐

地狱是那么的苦，天上到底有多快乐？

- 1．端正：天人长得很漂亮、很庄严、很端正。
- 2．快乐：外在的快乐很大。
- 3．高大：天人的身体很高大，不像人间的身体很短。

4．寿长：天上的寿命非常长。

5．无病：人的寿命是那么短又多病，天人没有病。

6．无生产苦：人间生产的时候很苦，天人没有这些苦。

色界天没有生产，只有欲界天才有生孩子，因为欲界天还是有家庭，但是欲界天生孩子，是有人往生欲界天的时候，男的生在男天子的膝盖上，女的生在天女的两大腿之间。

四、转轮圣王的因缘

在佛经里，我们看到在阎浮提的人寿八万岁的时候，「转轮圣王」会出现。

为什么 would 做转轮圣王？

因为他在过去生里修十善，也劝别人修十善，所以这一生做转轮圣王。

转轮圣王也会劝别人要修十善、行十善。

当转轮圣王看到头上有白头发时，会叫侍者将白头发拿给他看，侍者就会将白头发夹起来交给他。这个时候，转轮圣王就会把王位交给太子，并告诉太子：「你要记得用十善法来治理国家，不要引起斗争、贪欲。」然后转轮圣王就去修行。

没有佛的时候，他们都修慈、悲、喜、捨，修四无量心。

转轮圣王死后，会生到梵天去。

所以世间的政治，应以佛所说的转轮圣王法为理想，如果因为众生的业力，感应转轮圣王出现，我们这个世界会很和平、很安详，绝对不会有斗争。

转轮圣王有四种：

金轮圣王统治四天下（四大部洲）、

银轮圣王统治三天下、

铜轮圣王统治二天下、

铁轮圣王统治一天下。

五、大梵天王的因缘

大梵天王是一个世界的世界主，其他宗教所说的上帝，就是指在初禅天的大梵天王。当大梵天王出现时，他心想：「这个世界是我创造的，我最大。」

因为他看不到其他高层的天，二禅天、三禅天、四禅天、空无边处、识无边处、无所有处、非想非非想处，所以他认为自己最大。

佛陀知道他起了自大妄为的心念，就用神通力坐在大梵天王的头顶上。其他四个大阿罗汉，宾头卢尊者、舍利弗尊者与其他两位尊者坐在大梵天王的四周围。

当佛陀坐在大梵天王的头顶上时，大梵天王才知道，他不是最大，但是面子问题还是放不下，所以就告诉佛陀：「我最大，为什么你还坐在我的头顶上？」

佛陀说：「你不是最大的，我能够坐在你头上就表示我比你尊胜。」

其实大梵天王知道自己是什么因缘，能够往生做大梵天王。于是就问佛陀：「我从过去世到现在，已经修了很多的善业，这一生里，我看到七十二个梵天生生死死当中，而我都没有死。为什么我能够保持这么长的寿命？」

佛陀告诉他：「因为你在过去世里，救了一村与一船的人并供养僧众，所以你的福报很大。当你看到大家都在生死当中，自己却都没有死，因此而起了我慢心。」佛陀为大梵天王说法后，他就调伏了慢心并且证三果。

如果我们了解到这个，就不要随便起我慢心，认为自己了不起。

这是佛教的宇宙观的「宇」——空间的部分。



堪忍、忍苦、娑婆世界



庄严劫 (千佛)	成劫 中劫 (20小劫)		
	住劫 中劫 (20小劫)		毘婆尸佛 尸弃佛 毘舍浮佛 等千佛
	坏劫 中劫 (20小劫)		
	空劫 中劫 (20小劫)		
贤劫 (千佛)	成劫 中劫 (20小劫)		
	住劫	1小劫 ↓ 9小劫 10小劫 ↓ 20小劫	拘留孙佛 拘那含牟尼佛 迦叶佛 释迦牟尼佛 弥勒佛 : : : 楼至佛 等千佛
		坏劫 中劫 (20小劫)	
		空劫 中劫 (20小劫)	
星宿劫 (千佛)	成劫 中劫 (20小劫)		
	住劫 中劫 (20小劫)		
	坏劫 中劫 (20小劫)		
	空劫 中劫 (20小劫)		

三千大千世界

无色界	非想非非想处 (80000劫)									
	无所有处 (60000劫)									
	识无边处 (40000劫)									
	空无边处 (20000劫)									
色界 (乐生)	天	四禅天	色究竟天 (16000劫)	善现天 (4000劫)	善见天 (8000劫)	无热天 (2000劫)	无烦天 (1000劫)	三千大千世界 指		
			无想天	广果天 (500劫)	福爱天	福生天 (250劫)	无云天125劫			
	三禅天	遍净天 (64劫)		无量净天 (32劫)		少净天 (16劫)		大千世界： 一千个中千世界		
	二禅天	光音天 (8劫)		无量光天 (4劫)		少光天 (2劫)				
	初禅天	大梵天 (1劫半)		梵辅天 (1劫)		梵众天 (半劫)(半由旬)				
	道	他化自在天 (1600年/人日 16000岁=921600万)						中千世界： 一千个小千世界		
		化乐天 (800年/人日 8000岁=230400万)								
		兜率天 (400年/人日 4000岁=57600万)								
		夜摩天 (200年/人日 2000岁=14400万)								
		忉利天 (100年/人日 1000岁=3600万)								
四天王天 (50年/人日 50*30*12*500 500岁=900万)										
人道	南瞻部洲		n~84000~10岁数不定 5尺4~7尺2				大千世界： 一千个中千世界			
	西牛货洲		500岁会中天							
	东胜神州		250岁会中天							
	北俱芦洲		1000岁不中天							
畜生道	鲸、龙 (1劫) 、 、 、 、 、 、 、 、 鸡、鸭、 、 、 、 蚁、虫						大千世界： 一千个中千世界			
鬼神道	多 财 鬼		少 财 鬼		无财鬼 1日/人月 500岁*12*30					
地狱道	八热	无间 (20劫*40劫)		炎热 (10劫*20劫)		极热 (2.88亿*1.6万)		大号叫 (1.44亿*8000)		
		号叫 (7200万*4000)		众合 3600万*2000		黑绳 1800*1000万		等活 500*500*50*30*12		
	八寒	15616斛*100年*/大钵特摩 +20		钵特魔 +20		温钵罗 +20		虎虎婆 +20		
		霍霍婆 +20		额哲叱 +20		疱裂 +20		疱 20斛麻*100年*粒数		
16游增	热灰、尸粪、锋刃[刀刃、剑树、铁刺]、烈河									
孤独	谷中、山上、旷野、空中									

佛教宇宙观

欲不净想，出离为要
意根专注所缘境，为心一境性

无色界（四蕴）无形体

色界天（五蕴）

世界主：大梵天王

（纵广6000由旬）魔王、子、女
欲界

一生补处..弥勒

天帝

鬼神

（禅支）

捨念清淨地〔捨、心一境性〕
离喜妙乐地〔乐、心一境性〕
定生喜乐地〔喜、乐、心一境性〕
离生喜乐地〔寻、伺、喜、乐、心一境性〕
〔离欲界〕

空居天

（长二30世纪经阎浮提洲品）

六受欲、交、抱、执手、笑、视淫→男女欲
（色）（声）（香）（味）（触）五欲饮食

纵广10000由旬

人方
土方

北俱
卢洲
（郁单曰）

1000岁不夭折
且上升天上

天金

三十三天

84000由旬

三十三天

喜
乐

42000
由旬

天银

月

四天王天

地居天

人土正圆9000由旬
人寿250，会夭折
无八寒八热地狱

胜
庄严
土
（弗于逮）

须弥山

持鬘
伽楼罗足
天琉璃

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

海

金轮

84000由旬

大金剛山

水轮

（黑暗地狱）
日月光明不照

风轮

空轮

84000由旬
海平面以下

人、土南狭北广

7000由旬

岁数不定

会夭折

南瞻部洲

（阎浮提）

1. 热灰

3. 刀剑 八热地狱 2. 尸粪

4. 烈河

凡出八热，须再依序受四地狱

须弥山纵、广各84000由旬，第一重海亦同。
其余各山海纵、广依次降低。

42000→21000→12000→6000→3000→1200
→600→300

八大地狱：

1. 想 2. 黑绳 3. 堆压 4. 叫唤

5. 大叫唤 6. 烧炙 7. 大烧炙 8. 无间

一大地狱中有16小地狱，小狱纵横500由旬

想狱之小地狱：各500由旬

1. 黑沙 2. 沸屎 3. 五百钉 4. 饥 5. 渴 6. 一铜釜

7. 多铜釜 8. 石磨 9. 脓血 10. 量火 11. 灰河

12. 铁丸 13. 斤釜 14. 豺狼 15. 剑树 16. 寒冰

离苦得乐的妙法(二)

出 版 者 / 释大势

编 辑 / 妙有菩提园 法宝编辑组

通 讯 处 / 中华民国台湾 540 南投市八卦路 292 巷 26 号

电 话 / 886-49-2291838

传 真 / 886-49-2291848

法宝结缘专线 / 886-933-523972 陈居士 886-912-743038 林居士

网 址 / www.deerbridge.idv.tw

E - m a i l / nothing.mail@msa.hinet.net

新加坡网址 / www.mypty.sg

简体版流通处 / No.15 Lorong 29 Geylang #02-01

PTH Bldg (彭氏大厦) Singapore 388069

普轩居士 (65) 97657881 净觉居士 (65) 97879508

中 国 / 山西省太原市小店区亲贤北街 94 号

宇智写字楼七室 如居士 (86) 03517043682

出 版 日 期 / 2009 年 9 月初版



结缘品

免费结缘，欢迎随喜护持助印，

利益大众，功德无量。

本园一切法宝、免费结缘、绝无托人义卖募款，敬请明察。