

## 三界：欲界、色界、無色界

三界，大家很熟悉，像平常人們所說的跳出三界外，不在五行中，就說到三界。三界的內容，是欲界、色界、無色界。佛教認為世界是以須彌山為中心，圍繞著有情的生命層次不同安立了三界。現代人關於須彌山有多種猜測。有人認為：須彌山就是喜馬拉雅山；也有人認為：須彌山是象徵著太陽系的核心。關於這些猜測我們不必去管它。總之，佛教所說的一個世界，是以須彌山為中心，有一個太陽和一個月亮，還有眾多的星球，如水星、火星、金星、木星等。這樣的一個世界，在佛教經典裡稱為一個小世界。每一個小世界，都以有情生命為核心，圍繞著有情生命的層次，分為欲界、色界、無色界。

什麼叫欲界呢？欲，就是欲望，也就是說生活在這個層次的人，欲望特別的強烈。什麼叫欲望呢？佛經裡對欲望的定義是需求，一方面是生理的需求，另一方面是心理上的需求。關於欲望的內容，佛教裡面通常說有五欲，就是對財物需求的財欲，對男女房事需求的色欲，對名譽需求的名欲，對飲食需求的食欲，對睡眠需求的睡欲。佛教對五欲的內容，還有另外一方面的解釋，就是根據人的五種感官需求：色欲，眼睛希望看到好看的顏色；聲欲，耳朵希望聽到好聽的聲音；香欲，鼻子希望嗅到好嗅的氣味；味欲，舌頭希望嘗到可口的味道；觸欲，身子希望感覺到好的感覺。在欲界裡生活的眾生，對五欲都有非常強烈的需求，所以，這個世界就叫欲界。

在所有的欲望當中，有兩種欲望最為強烈，這兩種欲望就是飲食、男女。中國古人說過飲食男女，人之大欲存焉，但是其它的欲望也很重要。當然，在現實生活中，人的欲望還是有偏重的：每當人們偏重於哪一方面，哪一方面的欲望就特別的強烈，像有的人偏重於吃，對飲食非常講究，認為吃才是人生最大的快樂，這樣，他的食欲就很強烈。有的人性欲特別強烈，認為亂搞男女關係才是人生最大的快樂；有的人對地位看得很重，認為得到了名譽，有了地位才是最重要的；有的人偏重於睡欲，他覺得只有睡眠才是最開心的時候。所以，欲望的強烈程度因人而異，但不管怎麼說，人類都生活在強烈的欲望中，很難擺脫欲望的左右。這是欲界眾生的特點。

三界眾生有六道差別。六道眾生以人道為核心。在人道的上面有天道，天道的特點就是享受快樂，這裡的生存環境非常的優越。在人道的下面有地獄道，這裡的生存環境極為艱苦。生活在地獄道的眾生痛苦不堪，時時刻刻都在受到各種刑罰的折磨，佛教裡講到比較著名的地獄有八寒地獄和八熱地獄。八寒地獄的特點就是寒冷，冷得不得了，冷到什麼程度呢？在我們這個世界裡根本就找不到如此寒冷的地方。地球的南極和北極夠冷的了吧，八寒地獄比南極和北極不知要冷多少倍！

生存在八寒地獄裡的人，被凍得渾身起泡，這個泡起得很大，就像蓮花瓣一樣，從外表上看非常的好看，但這是建立在地獄眾生極度的痛苦之上。根據凍起泡的形狀，分別被命名為：**1、額部陀**，又叫額浮陀。意思是說受罪的人因嚴寒所逼，皮肉泡起。**2、尼刺部陀**，又叫泥賴浮陀。意思是說，受罪的人因寒苦所逼，泡即拆裂。**3、額咄吒**，又叫阿吒吒。意思是說受罪的人由寒苦增極，唇不能動，唯於舌中作此聲。**4、嚩嚩婆**，又作阿波波。意思是說受罪的人因寒苦增極，舌不能動，唯作此嚩嚩之聲。**5、虎虎婆**。以三者皆為因寒冷而發之異聲。**6、優鉢羅**，譯為青蓮花。意思是說，受罪的人由寒苦增極，凍得皮肉開拆，就像青蓮花一樣。**7、鉢特摩**，又作波頭摩，譯為紅蓮花。

就是說受罪的人由寒苦增極，凍得肉色大拆，就像紅蓮花一樣。8、摩訶鉢特摩，譯為大紅蓮花，意思是說，受罪的人因寒苦增極，皮肉凍裂，全身變紅，就像大紅蓮花一樣。這就是八寒地獄的特點。

八寒地獄以外，還有八熱地獄。受罪的人一天到晚生活在高溫及各種刑罰之中，千生千死，萬生萬死，飽嘗極度的痛苦。八熱地獄是：1、等活獄，眾多的地獄中人聚集在一起，各種刑具依次加害，使他們悶絕倒地，然後又跟以前一樣活過來，再受同樣的痛苦。2、黑繩獄，地獄中的人被獄卒先以黑繩在身上彈劃，再以斧等斬鋸。3、眾合獄，地獄中的人被獄卒逼入兩鐵山之間，鐵山合攏，把受這種刑罰的人撞壓得七竅流血。4、號叫獄，地獄中的人尋求房舍，入鐵屋中，屋中火起，燒得他們發出號叫。5、大號叫獄，大號叫獄的情況與號叫獄相似，只是在號叫獄中有二層鐵屋，有情受苦更慘。6、燒熱獄，獄卒把地獄中的人放到燒得極熱的大鐵板上，好像烤魚一樣，再用大鐵釘由下身貫入，從頂擊出。這樣就使得受刑的人的眼耳孔竅和全身毛孔都起火焰。7、極燒熱獄，獄卒用三股叉從地獄中的人下面貫入，從兩手胳膊和頂門而出，使得口等出火。再以鐵葉將受刑的人包起來丟入燒得翻滾的盛滿灰水的熱鍋中煎煮，等到骨肉分離後，將骨頭撈出，放在地上，讓皮肉等再長起來，又丟進鍋中煎煮。8、無間獄，在無間獄中受刑的人極為悲慘，主要的受三種刑罰的折磨：在鐵地上有火焰先從東方撲面而來，燒受刑的人們，就像燒蠟燭一樣，其他三方之火依次而來，大火熊熊，只聽見受苦的叫聲，才知道火中還有人在受刑；另一種刑罰是在鐵箕中裝滿燒熱了的鐵炭，把受刑的人放入，一起簸顛，再放到熱鐵地上，命令他們登大熱鐵山，反覆上下；還有這樣一種刑罰，就是從受刑人的口中拔出舌頭，以百鐵釘釘在鐵板上，就像張開一張牛皮一樣，使得沒有一點皺紋。又用鐵鉗撬開受刑人的口，把熱鐵丸放到受刑人的口中，並把熔化了的鐵水從口中灌入，燒爛受刑人的口、喉、五臟，然後從下身流出。由此可見，地獄就是受苦。

跟人道住在一起的眾生有兩類：一是畜生道，就是牛馬豬羊之類的動物；二是鬼道。鬼道眾生的種類很多，人的種類有多少，鬼的種類就有多少。佛教所講的鬼道眾生，以餓鬼為主，另外還有有錢的富鬼，沒錢的窮鬼，有威德很高的鬼，有沒有威德的下賤鬼，有的鬼的福報非常大，住的宮殿富麗堂皇，而那些沒有福報的鬼，就是孤魂野鬼，他們主要依草附木而生活，就像我們廈門南普陀後山上，到處都有那些孤魂野鬼附在草木上，可見鬼的種類是很多的。

阿修羅道，意譯非天，就是說，阿修羅道的眾生具備有天人的福報，但沒有天人的德行。阿修羅道裡的眾生的特點就是喜歡打架、好鬥。阿修羅經常跟天人打架。阿修羅為什麼跟天人老打架呢？原因是天人有好吃的東西，阿修羅有好看的女人，這樣一來，阿修羅想天上好吃的東西，天人喜歡阿修羅的美女，這樣，阿修羅就跟天人時不時地就會幹上一架。

在三界中，欲界就有六道眾生的差別。欲界眾生的共同特點，就是生活在欲望中。但是，每一道眾生的欲望又有所不同，從人間到他化自在天，越往上的層次，欲望的強烈程度也就越來越淡薄。現在舉一個例子來說明，就以淫欲為例吧！六欲天上的天人和人間的人對性欲的發洩和滿足程度是不一樣，人世間的人跟四天王天、忉利天上的天人在行淫欲的時候，其形式完全一樣；而夜摩天的天人的淫欲就比較淡一些，他們只要擁抱在一起，淫欲就會得到滿足了；到了兜率天的天人，在行淫欲的時候，只要拉一拉手，淫欲就會得到滿足；化樂天的天人，在行淫欲的時候，就更簡單了，彼此見面的時候只要笑一笑，淫欲就得到了滿足；在他化自在天，這是欲界裡最高的一重天，在這重

天上的天人，行淫欲的時候連笑都不用笑，彼此只要看一眼，淫欲就會得到滿足。從中可以看出，在欲界，層次越高，所表現出來的欲望程度就越淡薄。所以欲界裡的六道眾生，就是都沒有離開欲望。

什麼叫色界呢？色界的色，不是指顏色的色，也不是指女色的色，而是物質的意思。佛教認為，我們對物質的認識要從兩個方面：一是顯色，即顏色也。一是形色，即形狀也。我們對物質現象的認識，主要通過顏色（顯色）與形狀（形色）這樣的兩個渠道，所以，佛教把物質現象叫做色；佛教所說的色界，指的是色界天，在六欲天的上面。色界天比欲界天的生命層次要高，因為欲界天享受的是物欲的快樂，而色界天享受的是禪悅的快樂。前者是物質的，後者則是精神的。

相應的，升到欲界天和色界天所通過的方式是不一樣的。升到欲界天的方式是持五戒，修十善，還要加上布施，就是把自己擁有的錢財、知道的佛法、掌握的技術以及自己具有的能力施捨給別人，這樣將來就能升到欲界天上去享受快樂了；而升到色界天，持五戒、修十善、布施，那是不行的，必須要修禪定，就是通過修禪定，才能升到色界天。

修到色界天的主要內容是修四禪。根據修禪定的境界不同，色界天又分為四禪十七重天，就是初禪天，有三重天；二禪天，又有三重天；三禪天，有三重天；四禪天，一共有八重天。這樣加起來色界一共分為四禪十七重天。換句話說，一個人禪定境界的高低，決定了他將來升到色界天的層次的高低。三界中最高一界就是無色界，無色界是純精神生活的世界，它是通過修四種空定：即空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非想非非想處定，獲得的果報。

色界天的四禪加上無色界天的四空定，也叫四禪八定。值得注意的是，這四禪八定並不是佛教所特有的。當時，在印度有很多外道，他們也修四禪八定。那麼，佛教也修四禪八定，這與外道又有什麼不同呢？印度的外道認為，一個人修了四禪八定以後，就獲得解脫了，就證入涅槃了。所以，在印度的傳統觀念裡，認為一個修行的人要突破三個界限：就是首先要突破欲界天；其次要突破魔的天，就是魔鬼、天魔的世界；最後進入大梵天的境界，就得到解脫了。印度還有一種外道認為，只有進入非想非非想處定才算是解脫，才算涅槃。據說，釋迦牟尼佛在修行時，就跟外道學過四禪八定。但是，在佛陀看來，四禪八定都不是真正的涅槃，不是真正的解脫，它僅僅是解脫的一個基礎。所以佛教有跳出三界的說法。因為三界之內仍然有生死，不能獲得真正的解脫（信息來源：摘自《妙智》）

<http://big5.xuefo.net/nr/article0/4403.html>

\*\*\*補充：三界&六道所指範圍相同，三界按境界區分，六道按照眾生種類/業力/果報而區分。欲界包含人道、阿修羅道、畜生道、鬼道、地獄道及天道一部分(六欲天)。色界&無色界皆在天道。佛是虛空無量宇宙境界。