

止觀大意

1993/1994 于台北華藏講堂

壹、緒論

各位法師、各位居士、各位法友！我們今天在這裡共同地學習止觀法門，這是非常吉祥的事情。但是，在本人來說，對於佛法的學習是沒有心得的，一無所得！我只是按照經論上佛菩薩開示我們的止觀法門，為各位作簡單的介紹而已。在這裡邊也可能有多少出入的地方，我希望各位還是多讀經論做決定。

這個題目是「止觀大意」，(講義)第一頁是把這個題目裡邊我所要介紹的、全面的寫成這樣的科目，從這裡邊也就可以知道我要講什麼了。

我們中國的佛教，當然是由印度的佛教傳譯過來，我們中國才有佛法流行的。但是，流行到中國來之後，由於佛法裡邊有小乘、大乘的不同，而在大乘佛法裡邊，也有多少學派的不同，又加上我們中國古德各有各的方便，所以關於禪（止觀就是禪）在中國也就有各樣不同的教授。我們平常最容易說到的，就是所謂如來禪、祖師禪，有這樣的說法。但是，在我個人的看法，禪在佛教裡邊是普遍的，不能說禪宗才有禪，其實小乘也有禪，所有的大乘學派都有禪，不管是天台宗、華嚴宗、三論宗、唯識宗、連密宗也算在內都有禪，所以禪不是個別的。但是我們中國學習佛法的人很能夠體會佛陀的慈悲，特別地重視實踐，所以，禪宗特別地立為一宗，成為專宗了。所以也有很多人學習禪而有大的成就，這真是我們中國佛教值得讚歎的地方。

我簡單把這個表念一下，我一共是分成六章。

第一章是「釋名」：就是解釋「止觀大意」這個名。

第二是「方便」：這方便是什麼呢？就是若想要學習禪、若想要修習止觀，不是立刻就可以做的，需要有一個前方便，你需要預先準備一下，不然這一件事是不能做的，所以要有一個方便。

第三是「正修」：就正式地去學習禪。這個「禪」在中國古代禪宗的大德，那真是不可思議境界！但是我們初學的人還是要有名言，不能完全離文字相，不能那樣子，我們還要有文字。所以要把它說得我們能有一個下手處，令我們能夠開步走，我們第一步能邁出去，好像有一個臺階，給我們一個臺階向前進，向前一步一步地可以進步。這樣子，我們大家都可以學習禪。這個臺階是什麼？就是止觀！禪雖然是方法很多，實在就是這兩個方法：一個止、一個觀。

這個「止」，第一段是「明止門不同」。止是個門，其實觀也是門。「門」這個字怎麼講呢？就像我們住的房子要有門，我們才能進來；沒有門，我們進不來。佛法裡面

講第一義諦，第一義諦是一切聖人所居住的地方——一切賢聖皆以無為法而有差別，就是所有的聖人都到無為的那個地方去；我們所有的佛教徒都是希望到那裡去，所以叫做「皈依法」。但是怎麼樣去法呢？就是要有門！這個門——止就是門、觀就是門。我們從這個門就可以到第一義諦那裡去了；或者說我們可以到涅槃那裡去了，所以這是涅槃的門，這樣說也可以。《法華經·譬喻品》的火宅，這個房子起火了，只有一個門可以跑出去，那是出火宅的門，那是出，那個門是出的意思；但是，出火宅，同時就是入涅槃，它也是入涅槃的門。那麼這止觀其實就是出火宅的門；若約涅槃來說，它就是入，所以「門」有出的意思、也有入的意思。其實或者說是一個「安樂門」，我們到安樂的地方的一個門。

但這個止門，這也是通說的，也是不一樣的。按天台智者大師，他就分成三個止：繫緣止、制心止、體真止，分這麼三個止，按照這三個方法去修學。這是第一科。第二段「辨止深淺之相」。我們這個虛妄分別心流動得很厲害，你叫它停下來也不是容易。停下來之後還由淺而深，不是「放下屠刀，立地成佛」，那是特別的意思；我們一般人修行總是要緩慢一點，慢慢地由淺而深。所以在這裡分成三個階段：第一個是九心住，第二個是近分定，第三個是初禪。應該說二禪、三禪、四禪也在內，但是，我想不必說，那就不必講了。

宗喀巴大師寫的《菩提道次第略論》上面，〈奢摩他〉章的後邊，他也就說到近分定，就是未到地定，初禪他都不講了。他說出個理由來，宗喀巴大師說出個什麼理由呢？他說：「現在的人得未到地定的人都很少很少了，所以不要說初禪。」現在這裡若是按宗喀巴大師的意思，我就是說過頭了，也應該說到近分定為止，但是又說到初禪。不過這裡我也有一個理由，從九心住到近分定（近分定也叫做未到地定，九心住就是欲界定），由欲界定到未到地定，很難很難的！很不容易！九心住都不容易成就。由九心住到未到地定（到近分定）也都不是容易。可是你若成就了近分定到初禪去，容易！不難！反倒是容易了。所以也不妨從近分定說到初禪。這是把止就說到這裡為止，由三個階段來說明「止」的意思，這是「辨止深淺之相」。

第三段是「驗知虛實」：驗知虛實這是個問題。就是你修九心住、你修近分定、或者是得初禪，這裡邊有虛、也有實；就是虛假的、真實的這樣意思。「我現在得未到地定了！」其實不是！「我得了初禪了！」其實不是！這裡邊有真、有假的問題。善根深厚的人、做功德特別多的人，他可能沒有業障，也可能有業障被他的功德鎮伏住，他能很順利地就得初禪。若是我們功德不是那麼強、多諸業障，那就靠不住！說是得九心住了，其實不一定；得了初禪，其實也不是，就是這裡面有問題。所以應該驗知虛實，要知道這件事。所以，修行這件事真是不容易！

在這裡「正明驗知虛實」分成兩科：「則相驗知」、「以法驗知」，從這兩方面去考察它是真的、是假的。第二段是「辨是魔非魔」。這裡面的意思就是：自己用功修行根本沒有成就，但是魔能給你造一個假的境界「哎呀！我很好！我一下子就得初禪了！」其實是魔給你搞的，其實魔就是來欺騙我們，等到魔他不願意搗亂我們了，我們就什麼也沒了，還有這種事情。所以修行的事情你不要著急，有點成就的時候你不要著急，你自己努力地觀察觀察。不要說：「哎呀！不得了！我發財了！」不一定！這個地方要知道。

這是「止」，分這麼三段解釋。

第二段就是說「觀」、觀察。第一說「我空觀」，第二說「法空觀」，這都是經論上常說的話。經律論這都是佛菩薩的法語，佛菩薩的慈悲開導我們的話，我們根據佛菩薩的法語去修行，經論上這樣開示我們，我們就是這樣去學習。

在中國禪宗古德的語錄上看，也有這「我空」、「法空」的意思，但是他不用我們的語言去講什麼叫做觀、什麼叫做空——我空、法空，他不這樣講。我們讀《六祖壇經》，我們還知道那個時代的禪，多數還是用經論上的成語來開示佛法的。但是，後來的禪師逐漸地、逐漸地就改變了，他就用一些隱語，就另外說出一句話來，你如果本身沒有多少佛法的知識，你沒有多少的功力，你就不知道他說什麼。其實，那裡面也是說這些話。

這個我空觀、法空觀，下邊的文，我都是根據現成的經論上的話來說明它的道理。法空觀是分三段：第一段是「總明」，第二段是「別說」，分「七空」、「四禪」，第三段「釋疑」。這個四禪不是色界四禪那個四禪，不是的。用這三段來說明法空觀的修法。這是正修。

其次，說到第四段是「覺魔」。這裡這個魔和前面的「辨是魔非魔」其實是一回事，但是又不同。

第五是「證果」。前邊我們能夠努力地修止，我們可能會成就九心住、近分定、初禪，可能會有這樣的成就。但是你若修了我空觀、法空觀之後，如果我們有成就，是成就什麼呢？就是證果了，就是得了出世間的聖道，那是我們佛教徒的一個正常的事情。

按現時代歡喜修禪的人，多數是願意修止而不願意修觀。不要說在家居士，就是出家人也算在內，就是歡喜修止而不歡喜修觀。歡喜修止，什麼原因呢？因為你常常修止有多少好處，就是感覺到很舒服，就算是沒得九心住，也感覺到很舒服。或者是有多少成就，那是更好了！容易減少病痛、身體健康，這都是人所歡喜的嘛！身體沒有病痛、身體健康，這是最好了。在家人修習禪、不信佛教的人都有可能也願意來學

禪，就是因為禪有這樣的好處。但是在佛教的立場來說，我們佛教徒不應該以此為目的而修禪的，不應該是這樣子。

不應該這樣子，這裡面是什麼呢？因為，的確！你若常常地修正，這樣用功的話、你肯努力的話，的確是能少病痛、身體健康的，是有這種作用。但是身體真是健康了以後又怎麼樣呢？我們是凡夫啊，身體一健康就容易放逸，一放逸以後，你所修成的少分的禪就破壞了，那麼又不對勁了。所以我們的本師釋迦牟尼佛深深地知道眾生是這樣子，所以特別地讚歎要有出離心，要願意得涅槃、行菩薩道、廣度眾生，要有這樣的意願。不要說：「我坐禪為身體健康」，你不要用這為目的。但是雖然你不這樣做，你若肯常常坐禪，它自然是會減少病痛、身體健康，自然是這樣子的。

修觀這個地方有一個問題，什麼呢？修觀；若在我的看法，你一定要把佛法裡面說的六波羅蜜這個般若波羅蜜你要把它搞通了才可以。般若波羅蜜就是《大智度論》了。龍樹菩薩解釋《大般若經》的第二分，鳩摩羅什法師翻的《摩訶般若波羅蜜經》，龍樹菩薩有《大智度論》來解釋。我們若是單獨地去讀經，可能不容易明白，有龍樹菩薩的解釋，我們會好得多，去學習般若波羅蜜應該不是太難。但是，學習般若波羅蜜的人不是太多，本來《金剛般若波羅蜜經》在中國流行得很廣，很多人願意受持讀誦，但是，又好像不是那麼回事。所以般若波羅蜜搞不通，你的觀很難修得好。所以，多數是歡喜修正而不能修觀的原因就在這裡，因為般若波羅蜜搞不通啊！這我空觀和法空觀怎麼修？修不來！所以也就只好修正了。那麼在中國佛教史上看，這就是中國佛教衰落的開始。

現在說證果，就是你要把般若波羅蜜學好了，然後修我空觀、法空觀，你就會有進步。最好當然是得聖道——得無生法忍了、得初果了。

我們讀《阿含經》也好、讀《般若經》、《方等經》這些經，我們感覺到佛在世的時候很多人很容易得聖道。我們通常說：要他坐破幾十個蒲團，在深山裡面修行幾十年，這時候他是有修行了。但是，我們在經論上看，有些人聽佛說法，當時就得聖道了！這可見佛在世的時候得聖道的人多，很容易。原因在什麼地方？就是聽佛說般若波羅蜜，他心裡面有領會了，所以他容易得聖道。若是我們現在肯那樣修行，當然也是一樣，也應該無差別，也應該是容易得聖道，所以我也相信我們現在的人若真能夠按佛所開示的，把般若波羅蜜搞通，我相信能得無生法忍！所以這裡面說到證果。

第六是「結示」，最後一段結束，再多說幾句話。

「止觀大意」這個大意就是這樣子。從第三頁開始。

貳、正論^六

止觀之義頗廣，茲依經論，略陳大意，分為六章。

「止觀之義頗廣」，我們讀《華嚴經》也好、讀《阿含經》、《方等經》、讀《維摩經》、讀《大般若經》、讀《法華經》，很多很多都是說止、說觀的，所以止觀之意是很廣的。《瑜伽師地論》裡邊就是說的止觀。

「茲依經論，略陳大意」，現在就是根據經論上說的、佛菩薩的法語，「略」，我不要說太多，說它一個大意而已，就是分成「六章」來介紹這件事。所以，這裡邊沒有一句話是我說的，我沒有講一句話，這都是經論上說的話。

甲一、釋名第一= 乙一、止義

止有二義：息義、停義。

息義者：諸惡覺觀，妄念思想，寂然休息。《淨名》曰：何謂攀緣？謂緣三界。何謂息攀緣？謂心無所得。此就所破得名，是止息義。**停義者：**於所緣境，繫念現前，停住不動。《仁王》云：入理般若名為住。《大品》云：以不住法，住般若波羅蜜中。此就能止得名，即停止義。（節錄《摩訶止觀》卷三·大正 46·21 中）

第一章釋名，解釋止觀的名。「止有二義」，止有兩個意思、兩個道理。那兩個道理？「息義」和「停義」，這個息和停，用這兩個字來表示止的含義。

「息」怎麼講呢？「妄念思想，寂然休息」。「妄念」，就是我們不明白道理的人——只要是凡夫，我們都不明白什麼叫做第一義諦。這「第一義諦」這是一句話，裡邊的含義，我們都是不明白的；不明白，那麼我們的心意識就在虛妄的境界上去分別，這都是妄念。我們欲界的人這樣子，色界天、無色界天的人也都是妄念，都是沒能和第一義諦相應，那都叫做妄念——虛妄分別。這樣子說，這個妄念的意思包括得很廣了。

「思想」，我們在色聲香味觸上思想、種種的分別，人我的是非煩惱，這思想。「寂然休息」，用止的方法把它停下來。「寂然」這個字是什麼意思？寂者，靜也，就是靜的意思。靜的對面就是動，動靜是相對的；沒有動的時候，就相對的說是靜。我們的妄念思想就是動，這妄念思想的動停下來，就寂靜了，就是這麼回事。那麼這就叫做休息，就是把妄念思想停下來，那就叫做「息」。

《淨名經》云（《淨名經》就是《維摩詰所說經》）：「何謂攀緣？謂緣三界」。這個攀緣，人上樹，就是手在攀、足在緣，手足攀緣這個樹，就跑到樹的上面去了。現在不是上樹，是表示我們的心意識——我們的眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識，這個意識在色聲香味觸法的境界上分別，就像人在上樹似的，那手足的攀緣，就是這樣意思。

形容心理活動的相貌，叫做攀緣。

那麼怎麼叫做攀緣呢？「謂緣三界」。就是攀緣這三個世界——欲界、色界、無色界，生死的眾生在這三個世界裡邊流轉。我們欲界的人就攀緣欲，就在欲上活動，我們的心也就是在這上思惟。色界天、無色界天的眾生，他們是在禪定裡面攀緣，也還是有攀緣的。所以，攀緣就是攀緣三界裡邊的這些虛妄的境界。

「何謂息攀緣？」怎麼樣才能把攀緣停下來呢？「謂心無所得」。這個「得」字就是執著的意思。我們的心執著色聲香味觸法，心就被色聲香味觸法繫住了，心就在色聲香味觸法上活動，那就叫做有所得。現在「無所得」，你不要執著它，把心收回來，那叫無所得。這是一個淺白的解釋，如果深一點，那是觀一切法空叫無所得；現在先不要說那麼深，「謂心無所得」，這樣子就是息攀緣了，就是「妄念思想，寂然休息」的意思。

「此就所破得名，是止息義」這樣子說這個息的意思，「就所破」——妄念思想是所破的，把這些不應該有的東西把它破除去，那就叫做止息。

「停義者」，停的意思怎麼講呢？「於所緣境，繫念現前，停住不動」，這是停的意思。「於所緣境」，就是所攀緣的境界，在所攀緣的境界上繫念現前。

禪宗的大德有一句話：「不與萬法為伴侶」，就是我們的一念心不與萬法為伴侶，這是有修行人的境界。我們一般沒有修行的人的境界，我們的心總是要有伴侶；這個心是能思惟分別的，與所思惟分別的境界作伴侶。所思惟分別的境界給我們能思惟分別的心作伴侶，就是這個意思。那麼有了伴侶的時候，就是心在伴侶這裡活動，這叫做伴侶。不與萬法為伴侶，那正好就是這個意思。不與萬法為伴侶，那就是有成就了的人、有修行的人了。

現在說「於所緣境，繫念現前」；我們初開始用功修行的人，不與萬法為伴侶這件事辦不到，不可以，辦不到這件事。那怎麼辦呢？就是還是要有個伴侶。我們看釋迦牟尼佛告訴我們修止的方法，就是一個伴侶，其他的伴侶都停下來，用一個伴侶。譬如說修數息觀，數息觀就是（出入息）這個息作我們一念心的伴侶，就是把我們這個心安住在息上，這樣子叫這個心停下來。如果我們修止的時候，不選擇一個境界把我們的心安住在那上面，那是不可能修止的。你停在什麼地方呢？說是我們駕一個車，你不能一直地駕駛嘛，你到了目的地，這車要停下來，要停在一個地方的，你不能沒有地方，不停不可以嘛！就是我們這個心修止的時候，說是不住色生心、不住聲香味觸法生心，一切無所住，這我們辦不到，不行的。那怎麼辦呢？就選擇一個地方。如果普遍地都住：住色生心、住聲香味觸法生心，那麼我們的心就亂了，那就不是修止了。所以，佛菩薩的辦法很適合人情，我們能辦到，這件事不難！

禪宗有一句話叫「萬法歸一」。「萬法歸一」這一句話也可深可淺，我們在這裡也可以這樣解釋，就是一切的境界都停下來，只選擇其中一個境界，把我們的心住在這裡。那麼，佛告訴我們什麼辦法呢？就是剛才說了，譬如說這個息，用這個出入息數一二三四五，用這個辦法叫我們的心安住在息這裡，其他的都停下來，不要住，就是選擇一個境界。也可以不用息，也是可以，還有其他的方法，我這是舉一個例子了。

「於所緣境，繫念現前」這句話，就是你選擇你自己歡喜的一個所緣境，當然這裡面也有問題，就是我們凡夫的心，心隨境轉，我們對境界有的時候生貪心，有的境界能生起我們的瞋心，這樣的境界不可以作所緣境，我們不能選那樣的境界作我們內心安住的地方，不可以的！佛說，用息作我們的所緣境，這可以。經論上也說到很多的所緣境，那都是能令我們生清淨心，是可以的。

「於所緣境」，在你所選擇的所緣的境界，你願意把心安住在那裡那個境界，「繫念現前」，你這個心時時地念這個所緣境，時時在念，這個境界就在你心裡面現出來了。如果你不念，這個境界就隱沒，就不出現了；不出現，那你就是打妄想了。譬如說：我這個心想念我的母親，那麼立刻地我母親的相貌在我心裡面就現前了。我若念別的事情，我母親的相貌就不出現、就不現前了，這個現前是對不現前說的。

「於所緣境，繫念現前」，在你所選擇的所緣境，時時地憶念它，就像綁住了似的。繫，像綁住了似的，這樣現前了。你這樣子，這也就是一個用功的方法。

「停住不動」，這個心就停在這個所緣境上，你不要離開，不要跑到別的地方去，那麼這就叫做止，這就叫做「停」。這個停和前面那個息不一樣：前面是說把虛妄分別停下來，前面那個「息」是把虛妄分別消滅了；這個「停」是安住在所緣境上叫做「停」。這兩個意思不一樣，但是兩個意思不能分開的。因為你若有了虛妄分別、有了雜念、有了妄想的時候，你就不能安住在所緣境上的，所以這兩個解釋還是不能分開的。

《仁王般若》云，這底下引一個證明。在《仁王般若經》上說：「入理般若名為住。」所緣境這件事可以分兩類來說。一種是因緣所生法的事境界；因緣所生法的境界。譬如我們剛才說出入息為所緣境，這是一個因緣所生法，這也可以作所緣境。佛像也可以作所緣境，宗喀巴大師的《菩提道次第廣論》上，他提倡以佛像為所緣境，也是好，觀像念佛也是好。這都是因緣生法作所緣境。《仁王經》上說：「入理般若名為住」，是以真理為所緣境，那是無為法了；以無為法為所緣境，你把你的心安住在無為法上，這也是可以，這也叫做止，那就是所謂「體真止」，也叫停。

不過，我們可能會疑惑：真理——這個無為法上，那裡還有能住、所住的分別呢？「不住色生心、不住聲香味觸法生心，應無所住而生其心」，那就是住在無為法，那是無住的境界。是的，無住就是住！那就是住在真理上了。這樣說，停義這裡面含藏兩

個意思：一個是住在有為法的一個所緣境上，一個是住在無為法的境界上，有這兩個不同的意思。

「《大品》云」，《大品》就是《摩訶般若波羅蜜經》。《摩訶般若波羅蜜經》上說：「以不住法，住般若波羅蜜中」，這就比較深了一點，其實和前面意思一樣。

「不住法」，其實我們還是說住，用我們這一念心住在般若波羅蜜裡面。「般若」：我們通常說是文字般若、觀照般若、實相般若；這應該是說實相般若，也就是前面那個「入理般若名為住」，就是這樣意思，一樣。不過，那句話：「入理般若」，般若是能入，無為的理性是所入，也可以這樣解釋；無為的理性就是實相般若。「入理般若」這個「入」就是契入，契入到真理，那就是聖人了。我們是凡夫，也可以那樣學習。

《大品般若》：「以不住法，住般若波羅蜜中。」這個不住法，我們還是說是住，用這個住，住在實相般若、住在無為的理性上；但是能住的這一念靈明的心也是畢竟空的，所以，有住就變成無住。「以不住法，住般若波羅蜜中」，這也是住在理性上的意思。

「此就能止得名，即停止義」，這樣講這個停義是就能止得名。

前面那個「妄念思想，寂然休息」是所破，把它破除去叫做止；這裡說停義，是能止，就是能安住的叫做止，能安住在所緣境上，即停止義，是這樣解釋。這是「止」這個字，這個名詞用這兩個意思來解釋。

乙二、觀義

觀亦二義：貫穿義、觀達義。

貫穿義者：智慧利用，穿滅煩惱。《法華》云：穿鑿高原，猶見乾燥土，施功不已，轉見濕土，遂漸至泥。此就所破得名，立貫穿觀也。觀達義者：觀智通達，契會真如。《瑞應》云：息心達本源，故號為沙門。《大論》云：清淨心常一，則能見般若。此就能觀得名，故立觀達觀也。（節錄《摩訶止觀》卷三·大正 46·21 下）

「觀亦二義」，觀也有兩個意思：「貫穿義、觀達義」，用這兩個意思來解釋。

「貫穿義」怎麼講呢？什麼叫做貫穿呢？我們在街上看賣魚的人，用一個竹子把魚串起來，這叫做貫穿；但是這裡的貫穿，不是那樣意思。「智慧利用，穿滅煩惱」，這叫做貫穿。就是我們的智慧它那種銳利的作用，能夠破壞煩惱，那就叫做貫穿義。

我們自己日常生活裡邊也容易體驗到這裡，就是我們有的時候糊塗了，誤會那個人對我不利，就引生了很大的煩惱。後來知道那個人對我沒有惡意，他是對我有善意的。那麼你對他的憤怒就沒有了，你又同他和氣、又同他恢復友好。這就是你能知道

那個事情的真相的時候，就把那個誤解息滅了。那麼這就也有一個「智慧利用，穿滅煩惱」的意思在裡面的。

但是現在這裡不是粗淺的意思，是我們眾生在世界上流轉生死的動力，能夠從根本上消滅了它，那就是「智慧利用，穿滅煩惱」。這個智慧是什麼？就是般若波羅蜜！般若波羅蜜的作用，能夠破壞我們流轉生死的煩惱。那麼，這個智慧是什麼？就是觀。這是從這一方面來表示觀的作用。

我們的智慧，本來應該說我們沒有智慧；但是我們學習佛法，這個智慧逐漸地、逐漸地就生起來了。下文會看出來。

《法華經》云：「穿鑿高原，猶見乾燥土，施功不已，轉見濕土，遂漸至泥」，此就所破得名，立貫穿觀也。」這地方也舉一個例，也等於是引證，就是《法華經·法師品第十》〈法師品〉上說出一件事：「穿鑿高原，猶見乾燥土」，就是有一個人渴了，他的身體裡面缺少水了，他就渴，就想要飲水。怎麼辦呢？「穿鑿高原」，就是鑿高原去求水。求水的時候，在這高原上求水，你用什麼利器、掘土的機器，還是看見是乾燥土，也看不見水。可是「施功不已」，你繼續地努力，就「轉見濕土」。那麼，你再不停下來，「遂漸至泥」。那麼後來也就知道取水不難了，這段文是這麼說的。

這個意思是什麼呢？就是〈法師品〉上說這一個人，他渴了想要飲水，這表示什麼呢？表示佛教徒感覺到六道裡面生死輪迴太苦了，想要得聖道，想要明心見性，想要見到法性理——法性理譬喻為水也！是這麼意思。那麼「渴乏須水」，這可見修道的人他心裡面希望得聖道，就像人渴了要飲水似的，非要去飲水不可！不然感覺到不舒服。飲水，怎麼能飲到水呢？這個水，是在地下有水。高原譬喻什麼呢？高山上有一個廣大的平原，這個譬喻我們眾生心裡面的煩惱。眾生有煩惱就看不見水——看不見聖道。那麼就是穿鑿——從佛法的經律論上學習智慧，用這個智慧來破壞煩惱。

「穿鑿高原」，正面上從佛法來說，就是用智慧破煩惱的意思。但是初開始的時候，你怎麼樣去觀察這個臭皮囊是空的、色聲香味觸法都是如夢如幻的，「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電」，你怎麼樣觀，「猶見乾燥土」，我們還是看不見水、看不見聖道，照樣煩惱還是活動，所以猶見乾燥土。「施功不已」，你繼續努力地用般若波羅蜜觀一切法空這麼樣修行，「轉見濕土」了。轉見濕土就是有一點水的意思了；但是還是有土，土就是煩惱。繼續用功，「遂漸至泥」；再用功就看見水了，是這樣意思。猶見乾燥土，這到證聖果的時候我們會說這個意思，在這裡不多說。

「此就所破得名」，這是按照修觀的時候，你這個般若智慧的觀察，它能破煩惱，從這一方面叫做觀，所以叫做貫穿的意思，「立貫穿觀也」。所以貫穿是破壞的意思；這個「觀」有破壞煩惱的作用，所以叫做觀。

「觀達義者」，觀達義怎麼講呢？「觀智通達，契會真如」，這個般若的智慧它能通達真如理；它能明白什麼是真如理，它能通達。這個通達就是聞思修三慧。我們從經論上去學習佛法，能夠通達什麼是佛法，你真實是認識了佛法的真義了，這時候叫聞慧——「聞所成慧」聽聞的慧。思慧，聽聞了以後，你再去專精思惟，到寂靜的地方，按照經律論裡面說的真理去思惟；遠離這些塵勞的境界，到寂靜的地方去專心地思惟。這時候，你的智慧又更進一步了，叫「思所成慧」。「修所成慧」就是修禪定，就是修止了；止成就了以後，智慧又進了一步，就容易見到真理了。所以，我們的智慧，初開始的時候要假藉語言文字的佛法來引發出來我們的智慧。我們繼續努力地去學習、繼續努力地去修行，我們的智慧逐漸地增長，力量強大了，就把煩惱息滅了，所以它有滅煩惱的作用。

現在說是煩惱滅了，就看見水了，所以就說「契會真如」，智慧和真如理就相契合了。宗喀巴大師他說出個譬喻：「如水入水」——這個杯子裡面有水，你再把水再入到杯子裡邊去，這個水就相合了。就是我們的智慧水和真理的水相融合了，那就叫做契會真如。這表示什麼呢？沒有能所的分別！但是在我們現在的學習來說，般若的智慧是能覺悟真理的，真理是所覺悟的，有能所之別；但是真實覺悟真理的人是沒有能所之別的，沒有那個分別。所以宗喀巴大師他說那麼一個譬喻。

現在這裡說「觀達義」，就是般若的智慧它能與真理相契合。譬如我們現在的貪心、瞋心、疑惑心、各式各樣的煩惱，它與真理作障礙，它不能與真理相契合，非要成就了般若波羅蜜才可以的。

《瑞應經》上說：「息心達本源，故號為沙門。」就是把這些妄想分別都停下來，能通達到本源（本源就是真理），這時候才叫做沙門，那麼就是聖人才是沙門了。

《大智度論》上說：「清淨心常一，則能見般若。」「常一」就是不變的意思，若變就是二了。那麼「清淨心常一，則能見般若」，就是能見到實相般若；或者是般若就出現了、就成就了，那也就是「觀智通達，契會真如」的意思。「此就能觀得名」，能通達真如理的意思，「故立觀達觀也」。

這樣說，觀有兩個意思：一個是能破壞煩惱，一個是能契會真如，這就是觀的意思。和止的二義：能把煩惱、虛妄分別心停下來，最後也是安住在真如理上不動，那就叫做止。

從這裡我們也就可以知道聖人大概的境界，聖人他是怎麼回事情呢？就是他那個心常在真理上不動。我們凡夫平常的時候，如果有理智的人也能講理。但是，是別人的利害關係的時候，他有理智、能講理；若與自己有利害關係的時候，講理就吃虧了，

就不講理了。那表示什麼呢？就是不能安住在真理上。我們的心不能安住在真理上，所以我們不是聖人；聖人不是這樣子。

我們在經論上看，凡夫的修行人得了聖道以後，得到初果、二果、三果、四果、得了阿羅漢果，在世間上老病死的境界也還是有，有的時候也會涉及到政府裡面有什麼事情，會處罰這個阿羅漢、叫這個阿羅漢也會受苦的；但是阿羅漢不動。阿羅漢不會像我們凡夫：「這個事不是我做的，是他做的！」不會，阿羅漢不會這樣說。阿羅漢他決定不會做惡事的，你若說他做種種惡事、犯法了，完全是冤枉他，他不辯的。我們在經論上看見這些事情，阿羅漢他不辯的！他也是有神通，他也知道這個罪過的事情是誰做的，但是他不說。政府的官員怎麼樣令他苦惱，他不在乎，他的心還能在真理上安住不動，所以「清淨心常一」，這是聖人的境界！不是我們凡夫能辦得到的。

本來這個聖人的境界，我們凡夫的智慧是分別不來的，也可以說是不可思議的，但是我們彷彿可以這樣解釋。聖人是什麼？「清淨心常一」，清淨心不變。

不過，我們也可能會想到，經論上的故事我們不要說，他們那些人或者是用刀、或者是用什麼處罰罪人的器去傷害聖人的時候，我們會感覺到那是很苦、很痛苦啊！但是聖人不像我們想像那樣子，聖人他能夠把心安住在真理上的時候，他沒有苦。我們感覺那不得了啊！其實他沒有那麼回事。所以他沒有苦，所以他能清淨心常一，這也是有關聯的。所以修了聖道不是白修習的，沒有白辛苦，就是在苦上、苦而不苦，是有那個境界的。

「清淨心常一，則能見般若」，聖人他能看見什麼是般若，成就了。「此就能觀得名，故立觀達觀也」。

甲二、方便第二

欲修止觀，先須具足五法為前方便。五法者：願、勤、念、巧慧、一心。

方便第二，這是大科的第二段。

「欲修止觀，先須具足五法為前方便」，我們若想要學習止觀——是涅槃的門，那麼我們必需具足這五個條件——「五法」，做一個前方便的。五法是什麼呢？「願、勤、念、巧慧、一心」這五個。

一、願者：欲離世間一切妄想顛倒、欲得一切諸禪智慧法門故。

「願者：欲離世間一切妄想顛倒、欲得一切諸禪智慧法門故。」要有這樣的願才可以的，就是我們願意離世間一切妄想顛倒。「離」就是棄捨，棄捨世間上這些妄想顛倒的事情，「我不願意世間上塵勞的人我的是非、榮華富貴、這些顛倒的事情，不歡喜

這些事情，願意把這些事情都停下來！」你要有這個厭離心才可以。剛才說那個《法華經》的譬喻：你想要喝水，這個水是在地下，那麼大地的土在水的上面，你一定要把土破壞了，然後才看見水，不然這個水是得不到的。那麼現在想要修行得聖道，就是我們這些妄想顛倒是障礙，如果我們沒有厭離心，我們還歡喜世間上這些是是非非、煩煩惱惱的事情，止觀是不能修的。

所以，你要有這樣的願：「欲離世間一切妄想顛倒」。「顛倒」怎麼講？就是錯誤的意思。若是世間上的這些事情都是正確的，那就不要放棄。正確的事情應該成就，錯誤的事情應該放棄。現在佛法叫我們放棄這些妄想，就是因為錯誤了，所以要放棄。

我們在想，我們這個地球上的人、地面上的人，我們很現實的一個問題，就是要吃飯，為了吃飯就會引出來很多很多的問題。我們人還常會想，這是必然的要吃飯的；但是在佛法裡面講，這件事不是決定的。如果你修行得了禪定，若是到了色界天以上就不需要吃飯。在我們這個世界上，我們會感覺，若不需要吃飯，我們會省了很多的事情、很多很多的問題。

色界天上的人他們不吃飯，他們就是禪悅為食；入了禪定，那就是吃飯了。而且色界天上的人壽命特別長，不老、不病，身體是健康的、快樂的。你看，若不老、不病，這又省去了很多……不需要有醫院。而且有禪定的人他內心和平，我們剛才說阿羅漢，他決定不說別人的壞話，所以他決定也不需要警察這個事情。我們一般不修禪定的人、我們有欲的人，就有貪心、就會有瞋心，就會做善事、也會做惡事，所以需要警察、有法律、法官，還要有牢獄，那麼就是槍砲子彈就都來了。如果是修學禪定的話，這個人一定是個好人，所以這些事都沒有了。所以到了色界天以上的人，那完全是另一個安樂的世界；但是那還是凡夫境界。所以我們若到阿彌陀佛國去，那真是一個好的地方，那地方不需要有軍隊，很多很多的問題都沒有，那真是個安樂的世界。

所以「欲離世間一切妄想顛倒」，我們佛教徒應該承認，我們凡夫、在這個地面上生活的人，很多很多是妄想顛倒。所以明白地說，我們在這個世界上，很多很多的煩惱啊，我們不要說是「你不對！」實在是我自己招感來的，是我自己的錯誤招感來的，很多都是這樣子。

所以若學習佛法了，你能修學十善業，你也會很安全，你的家庭、你心裡面的境界也是和樂的。你不修學十善業、你不受持三歸五戒，「我要殺生、偷盜、邪淫、妄語、飲酒！」你內心不會快樂的。若不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒，你會減少很多很多的問題。所以佛法勸我們「離世間一切妄想顛倒」是對的！所以我們若想要修行，應該是這樣子，應該有這個願才可以。

方便第二。「欲修止觀，先須具足五法為前方便，五法者：願、勤、念、巧慧、一心。一、願者：欲離世間一切妄想顛倒」，昨天講到這裡。「欲得一切諸禪智慧法門故」，

這裡說這個願，正好是兩個願：一個願就是棄捨、遠離世間上的妄想顛倒，這是第一個願；第二個願就是欲得一切諸禪智慧法門。想要修學止觀的人，應該有這兩個願。你想要有這樣的成就，要有這樣的願才可以的。

第一個願，若是在社會上受到了傷害、失敗了，也還不容易有這樣的願的。一定需要學習過佛法，在經論上對於世間上的事情有深刻的說明，你同意了，你才會有這樣的願的。第二個願，也是應該是從經論裡面的介紹，你認識了佛法說的禪定、智慧法門，有大功德、有大利益，是真實不虛的，你相信了，你才能有這樣的願的。你具足了這樣的願，你才能開始修學止觀。一般的人只是聽說我要靜坐、修止觀，修奢摩他，身體健康、少病痛，那就是修止觀了；但是那樣的目的，在佛法來說是有問題的。所以應該正確地「欲得一切諸禪智慧法門故」。

「諸禪」，我們昨天也簡單地說過，最好的就是色界的四禪：初禪、二禪、三禪、四禪。這四種禪，在修學佛法上有很大的幫助。阿羅漢得阿羅漢果，最好的來說，就是在色界四禪裡邊得阿羅漢果的；妄想顛倒是不能得阿羅漢果的。佛得無上菩提，他在什麼境界上得無上菩提呢？在禪裡邊，在色界第四禪。他要入在第四禪裡邊，在那裡邊得無上菩提，不然這無上菩提是不能得的。所以「禪」是一切聖道的依止處。所以，若想要修學止觀的人，應該有這樣的志願：「我希望成就諸禪智慧法門故。」

禪有什麼好處呢？剛才說是能夠得聖道，這是佛法最圓滿的一個說明。其中，另外別的意思，就是禪裡邊有快樂，得到禪以後有快樂。我們世間上的人、這個地球上的人，大家所追求的就是欲樂。這欲樂就是眼耳鼻舌身，在色聲香味觸上得到的如意的樂，這叫做欲樂。這種欲樂不是那麼好。因為你追求的時候也很辛苦，你成就了以後又可能會失掉了，要保護它；保護又不容易，失掉了更不得了！又會有很多的病痛，有很多的副作用，很苦。若是得了禪定的樂就沒這個問題，得了禪定的樂，不待外緣。欲樂要待外緣，你本身沒有樂。譬如說我肚子餓了要吃飯，吃飽了心裡感覺到舒服；餓，是不舒服。不吃飯，那麼吃飯的樂就得不到了。說是我會寫字，我把字寫得很好，寫了一個好的字，心裡快樂；畫了一幅好畫，心裡快樂，但是你若沒有這件事，這個樂就沒有。那麼這是欲樂要待外緣。但是禪定的樂不待外緣，只要你內心裡面一攝心不亂，禪定的快樂就來了。而且這個樂時間是很長的，只要你一入定，這樂就來了，土匪也搶不去，水火都不能傷害你的。而且得了禪定的人，他的壽命長；死掉了以後，生到色界天上去，那壽命是更長。

但是問題就是天上也要死，若死亡了這個禪定也就破壞了。所以佛法對於禪定樂

也重視它、又不重視，所以需要進一步地修學般若波羅蜜這個智慧法門；修學智慧法門成功了以後，就沒有死亡的問題了，就沒有老病死了，那麼就是永久地得大安樂、得大自在了。所以又需要有禪、也需要有智慧；沒有智慧，問題的根本還不能解決的。所以，禪定之外，還需要有智慧。我們佛法裡面實在是重視智慧，有了禪定，佛法的智慧你容易成就。所以為了成就智慧也需要有禪定，是這樣的意思。

所以這裡是說，你想要修正觀，你應該要有這樣的志願才可以。

二、勤者：堅持禁戒、棄於五蓋，初夜後夜專精不廢，譬如鑽火未熱，終不休廢，是名為勤。

「二、勤者」，勤是什麼意思呢？是精進的意思，不懈怠。「堅持禁戒、棄於五蓋，初夜後夜專精不廢，譬如鑽火未熱，終不休廢，是名為勤。」精進，不是說只是精進地修正觀，也應該堅持禁戒、棄於五蓋才可以的。

「堅持禁戒」是什麼呢？譬如說，在家居士應該受五戒：不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒，這是五戒。這五戒對於修正觀的人來說、對修行人來說，非常重要。五戒裡邊，這個殺生殺害生命，主要是不可以殺人，不可以殺人的，其他的有生命的東西也不可以殺。譬如說，我們殺死一個蚊蟲、一個螞蟻，牠也是有生命的，也不應該殺；但是若同殺一個牛還是不一樣的。譬如殺一個牛你得到的罪，要比殺一個蚊蟲的罪要大一點的。那麼若是殺死一個人，罪過是太大了。我們要修正觀、想要修行，你不要造殺害生命的事情。這有什麼不好呢？就是能障礙你修學止、修學觀，不容易有成就了，不容易。尤其是若殺害了人，那更是沒有希望了。你造了這個罪以後，會引發很多的問題，你心裡不安，所以修正觀是修不來了，所以要堅持禁戒。譬如這偷盜的事情也是一樣，你做了偷盜的事情你心裡不安，可能警察會來找你，或者那個被偷盜的人，他也不會就完了的，那麼你若在那兒靜坐的時候，這心安不下來。邪淫也是不行，也有問題。妄語，你說謊話，用謊話來佔別人的便宜，傷害了別人，你回到自己的地方靜坐，也是坐不來的，所以要堅持禁戒。飲酒這件事，它能使令你失掉了理智，那麼也就容易做錯事；做錯事，你想要靜坐修正觀也有困難了。所以應該堅持禁戒。

「棄於五蓋」：「蓋」就是障礙的意思。「五蓋」是什麼？就是貪欲、瞋恚、睡眠、掉悔、疑，這五種。因為我們的心若是貪著世間上的五欲，修正觀也有困難。你就是打主意去貪著五欲，怎麼能修正觀呢？所以一定要把這個心情要停下來，「貪欲」。

「瞋恚」：你常常發脾氣、憤怒，修正觀也有困難，所以這件事也要停下來。

「睡眠」：睡眠就是睡覺，要減少睡眠才可以。我們地球上的人，我們要有飲食、

要吃飯，不吃飯不可以；要吃飯，這個人就是要有睡眠的。所以從飲食上來的睡眠是不可能減掉，是要有；但是不能太多。這個文上說：「初夜後夜專精不廢」，晝夜，印度古代在時間上的分別，是晝三時、夜三時。我們中國古代是十二個時；印度，晝夜是六時，白天三個時、夜間也三個時。這樣子，把晝夜二十四小時來分別，白天十二個小時、夜間十二個小時。夜間十二個小時用三來分，那就是初夜四個鐘頭，後夜也是四個鐘頭，中夜是四個鐘頭。這樣說，「初夜後夜專精不廢」，那就是一天就是睡四個鐘頭，睡四個小時；其餘的時間你就應該修正觀，這上面這個功課表，應該是這樣子分別的。白天不能睡眠，夜間只睡四個小時。但是在《瑜伽師地論》上看，你小小地休息一下也可以，這是容許的。

睡眠，由飲食來的睡眠，佛菩薩給我們的時間，就是睡四個鐘頭；但是另外，除了從飲食來的睡眠之外，還有兩種睡眠：就是從習慣來的，你天天那個時候睡覺，到時候就得睡，不睡就不行，這是從習慣性來的睡眠；第三個，從放逸來的：就是習慣性之外，放逸，就是歡喜睡、要多睡。有的人一天要睡十二個鐘頭的覺，那就是太多了。

從放逸來的睡眠，愛著睡眠、要多睡，另外從習慣來的，這兩種睡眠應該取消。只是由飲食來的，這還是需要休息。不休息，我們的眼睛不行，受不了！「眼以眠為食」，眼以眠為飲食，所以不睡覺，眼睛會受到傷害的。所以有的人說，你若常靜坐，如果你睡覺睡四個鐘頭，你最少也要再闔上眼四個鐘頭，要叫這個眼睛休息八小時，這個眼睛才好一點；如果你只睡眠四個小時，其他的時間一直地用眼，眼睛也是受不了的。

這樣說，貪欲、瞋恚、睡眠，這睡眠要減少。

「掉悔」：掉悔是什麼意思呢？「掉」是掉舉。掉舉是什麼意思？掉者，動也。就是我們修行人在靜坐、修正觀的時候，心裡面就留戀過去經過的這些如意的事情，在那裡妄想，就不修正觀了，那麼這就叫做掉舉。如果不是屬於特別如意的事情，一般的這些妄想、分別，那叫做散亂。散亂是通於一切的妄想，掉舉是單獨指你自己經過的歡喜的事情，這叫做掉。

「悔」是什麼意思呢？就是過去做過的事情，現在後悔了。說「我有一個機會，我可以把我那個仇恨的人殺害的，有一個機會可以報仇的，但是我沒有做！」心裡後悔；那麼這是不對的！或者是應該有一個時候，我應該做什麼什麼功德、栽培善根，我沒有做，心裡後悔。這個後悔，小小地悔一悔也是可以，或者我做什麼錯誤的事情心裡後悔，也是對的；但是不能一直地在妄想，那就是不對了。所以不合道理的悔，也是障道的。

第五個就是「疑」，疑惑。修正觀能得聖道；能得聖道嗎？心裡面疑惑。我這個人業障深重，我能得聖道嗎？我能成功嗎？輕視自己、自己沒有信心，這都是不應該的，所以應該除掉它。

「棄於五蓋」，這五種事能障礙我們修習止觀，應該棄捨它。「勤」也包括這兩件事在內的。

「初夜後夜專精不廢」：不要說白天，就是夜間的初夜和後夜，也應該專精地（精者不雜，不加雜、不間雜其他的妄想）能夠專一地修正、修觀，不要空過光陰。

「譬如鑽火未熱，終不休廢」：舊時代沒有火柴，是鑽燧取火；鑽火沒有熱的時候，終不休廢，不停下來，一直地、相續地在那兒鑽，它才能出火的。修行、修正觀也是一樣，你要不停止相續不斷地用功才可以；「是名為勤」。

三、念者：念世間為欺誑可賤，念禪定智慧為尊重可貴。若能具足無漏禪智，即發一切神通道力，成等正覺，廣度眾生，是為可貴，故名為念。

「三、念者，念世間欺誑可賤，念禪定智慧為尊重可貴，若能具足無漏禪智，即發一切神通道力，成等正覺，廣度眾生，是為可貴，故名為念。」前面第一個是說「願」，這個願，對於一切修學止觀的人來說，是非常重要的。「勤」從那兒來的？是從願來的。你因為願意得止觀、成就止觀，你才能去採取行動，精進不懈怠地去修行。你的願如果不是太懇切，「我修行也可以、修正觀也可以，我不修行也可以！」這樣子，你不可能會勤的。所以願是非常重要的。所以底下說念，還是和願有關係的。

「念世間欺誑可賤」：這個修行人在修正觀之前，他應該有這樣的正念，怎麼樣正念呢？念世間上的事情，世間上的榮華富貴、五欲之樂，都是欺誑的事情，不是真實的。那一件事是可賤，不是一個可尊重的事情，是可輕視的！

「欺誑」這個話，這是思想的問題。我們對於榮華富貴、世間上的五欲樂，認為「這東西非常重要，怎麼能說是欺誑呢？是真實不虛的！」那你就不能修正觀了。可是，若是仔細地去思惟這件事，應該承認這一點，應該承認世間上都是欺誑、不是真實。我們沒有得到富貴榮華的人，我們看那個富貴榮華的人很好、很值得羨慕：「哎呀！我幾時能夠富、我幾時能夠貴呢？」就是心裡面羨慕，所以努力地去追求，向前衝。但是，你若是能真實得到富貴的人，如果你問問他，他的心情快樂不快樂？我看真實得富貴的人，心情不快樂。可能他心情的痛苦、苦惱，和我們不是富貴的人不一樣，原因可能不同。我們貧苦的人，生活困難，心裡不高興；他可能不是生活困難，但是有其他的苦惱，使令他心裡不快樂。

我們說漢高祖劉邦！劉邦和項羽爭天下，他是成功了，他把項羽打敗了，最後勝

利了。勝利了，劉邦這個人他快樂不快樂？我認為他不快樂。他和項羽作戰的時候，他也很苦惱；他做了皇帝以後，這個地方造反、那個地方造反，他快樂不快樂？他心裡也不快樂。後來他知道他要死了，他知道他所愛的戚夫人將來是苦了，他要保護戚夫人的安全，這件事辦不到。所以他臨死之前常是哭、常是流淚。他貴為天子、貴為皇帝，這件事辦不到。他快樂不快樂？他心情不快樂。他富而且貴了，但是他心情不快樂！

我們中國宋朝的宋太祖趙匡胤，他做了皇帝的時候他說：「我做節度使的時候能睡著覺，我做了皇帝就是睡不著覺。」因為什麼睡不著覺呢？他說：「別人做皇帝，我把他推倒了；我做皇帝，也一定會有人要來推倒我啊！所以我心裡不安！」這個皇帝到那兒去，就是要有很多的軍隊保護著，那就證明他心不安。我們普通的人不需要誰保護，在大街上自由自在地走，就表示我們心裡好一點、安一點。富貴的人要找保鏢的，那就表示他心裡恐怖、心裡不安。其實不止於此，他內心的痛苦，很多很多的事情、很多的痛苦啊！

所以我們心裡面想：「富貴榮華很快樂。」那你就是被富貴榮華欺騙了啊！所以叫做「欺誑」，被它欺誑了。而且世間上很多人，不是佛教徒、也有好人，而佛教徒相信佛法的人、也不能說完全都是好人。不過是真誠地能受三歸五戒，誠懇地受比丘戒、比丘尼戒、真誠出家的人、真誠地受三歸五戒的人，決定是好人！其他的人馬馬虎虎的，那就不一定。非佛教徒也是有好人，就是相信基督教的人也有好人，相信回教的人、乃至沒有宗教信仰的人也有好人。但是，少；其他的人，不是。

我們說勸一個人受三歸五戒，他不受，這表示什麼呢？表示隨時要殺人就殺人，就表示這個意思；表示隨時有機會能偷盜就偷盜，「我不能守這條戒的！」那就表示這個意思。那麼這就可以知道，這個世界上很可恐怖的，那就表示都是欺誑。表面上看，人都很好，其實都是假的，那麼就是欺誑。

所以要「念世間欺誑可賤」，不足以重視的，這樣的世間的確不是一個好的地方。說是我們佛法裡面說有淨土——清淨的世界，清淨世界有七寶莊嚴。其實那個清淨的世界並不在乎七寶莊嚴、沒有七寶莊嚴，不在乎這一點。那麼約什麼說是清淨的世界呢？是約人說的。那個世界上的人都是善人，諸上善人俱會一處，所以是清淨的世界，是那麼回事。如果不是善人，有七寶莊嚴的世界也不是淨土啊！

那麼現在說我們要發心修學止觀，就是要有這樣的觀念、要有這樣的思想。什麼思想呢？「念世間欺誑可賤」。這樣子，我們對於世間的榮華富貴沒有留戀心，「我不希求這件事！」不希求，你求什麼呢？這才能夠專心地去修學止觀的，是這麼回事。

「念禪定、智慧為尊重可貴」，你心裡面要念禪定和智慧這是很尊重、很值得珍貴

的事情。我們平常的人、我們不修行的人、我們在城市裡面生活的人，到深山裡面看見那個修行人，他的生活很簡單，他的衣食住和城市的人那是不能比了，他是很差的。我們感覺這個人很苦！他在山裡面很苦。他住得也不好、吃得也不是那麼好，穿得也不是很好，這是我們肉眼的境界。那真實在深山裡面用功修行有成就的人，他心裡面快樂！什麼快樂？就是他有禪定、有智慧。有禪定的時候，他心情快樂。高深的境界我們不說，就是初開始發心靜坐的人，你隨著大眾或者打禪七、或者你自己能靜坐一小時，內心裡面能平靜了多少，你就會感覺到快樂。和世間上忙忙碌碌的境界完全不同！完全不一樣，何況你有高深的成就呢！所以，「念禪定、智慧為尊重可貴」，是值得尊貴的。

我說一個小小的故事。有一個出家人在一個村莊裡面，他自己在那裡用功修行。他住的地方有一個井，這個村莊裡（當然不是現代的事情）有個井，這個井就離他的住處不遠，那村莊裡的人都到這兒來取水。取水，這也是很平常的事情，平常的事情裡面就有變化。

其中有一個女孩子（一個年輕的女人），每次來取水的時候，總是和這個出家人談話，談了又談、談了又談。談話，也是很平常的事情；但是後來這個女孩子有孕了，女孩子並沒結婚就有孕了。有孕了以後，大家就知道了，說是「這個女孩子沒結婚，她怎麼會懷孕呢？」大家就疑惑了：「哦！她每次來這井裡取水，她老是和那個出家人談話，這個出家人有嫌疑。」有的人談一談就算了，但是有的人就憤怒，說是「這個出家人他不是修行人，他在這裡騙人的嘛！」一憤怒就和別人講，就集合了多少人，就把這個出家人打他、罵他，就把他驅逐了。

但是驅逐的時候，這個出家人就說：「你們怎麼這麼大的煩惱，要來毀辱我呢？」說是：「你怎麼怎麼地，你做了什麼什麼，你破戒了，你怎麼怎麼地。」這樣說他。這個出家人面色不變，就說：「是那麼回事嗎？」就說這麼一句話，然後這出家人就走了，再也沒有什麼話說，就走了。

走了以後，那個女孩子也就知道了。「哎呀！這外頭發生什麼什麼事情？」

大家說：「那個出家人怎麼怎麼地，被多少人打了，然後驅逐他走了。」

這女孩子說：「哎呀！這是不對的啊！不應該打他啊，和我有關係的是另外一個人，不是他啊。」那麼她就出來聲明這件事。

這些驅逐、毀辱、打這個出家人的人一看，「哎呀！我們心太粗了啊！我們自己心裡想的、就認為這麼回事，就這樣子去做了，這件事是太魯莽了，是不對的。」這樣子又去找這個出家人，向這個出家人道歉。

這個出家人說：「是那樣子嗎？」也不說什麼。又要請他回來，好！回來就回來。

那麼，我們在想，我們用我們凡夫的心理來衡量這件事，如果說是我說這個人並沒有做什麼錯誤的事情，你就說他做什麼事情、毀辱他，他應該怎麼樣反應？若按我們平常的人說：「我要找律師來告你！」要同你怎麼怎麼的了，不能說：「是那樣子嗎？」不會的，不會這樣子。若是請他回來，若是我們普通人：「我不回去了！」或者要講什麼條件，都會這樣子。而這個修行人，沒有！他心裡面滿不在乎。「是那樣子嗎？」就是這麼一句話就完了。這表示什麼？這個人有修行。我們凡夫的這種行為、這個煩惱的境界，他不在意，他不介意這件事。

我們從這裡看出來什麼事情呢？就是這個修行人他自己有個獨立的世界！他心裡面有一個獨立的世界，就是禪定、智慧！他在禪定、智慧裡邊，在那裡出入、生活，心裡面很快樂的；其他的事情像樹葉掉下來，不會打你腦袋的，他根本不在乎！那麼這看出來什麼呢？禪定、智慧是快樂的，是個大智慧境界！對於世間上的事情不介意，他就沒有苦惱。你用苦惱的事情加在他身上，他心裡面不苦惱，不和你去一般見識、同你爭論，都沒有這些事情。我們沒有禪定、智慧的人，若說一句錯話就不得了！不要說說錯話，可疑就不得了！那他就要來對付你。修行人沒有這件事。

從這件事來看，就是禪定、智慧是快樂的，在苦惱的境界上不苦惱。所以念禪定、智慧是尊重可貴。不要說我們佛教徒有修行的事情，就是儒家有修行的人、有修養的人，境界都很高，都高過我們一般人的境界。孔夫子的學生顏回，「一簞食、一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。」就是那個貧苦的境界，他心裡面很快樂，他並不苦惱。所以從表面上你看不出來的，何況佛法！儒家當然和佛法還不能比。所以，「念禪定、智慧為尊重可貴」。

但是有的人這種苦惱的境界還沒出現，「我雖然是沒有修行，我也沒有禪定、也沒有智慧，我生活得也很正常、沒有什麼苦惱！」但這件事靠不住！隨時有些障礙的因緣出現的時候，苦惱境界就來了。所以不能因為是暫時的平靜，就認為不是可輕賤，也不是的。

「若能具足無漏禪智」，若是佛教徒能學習佛法，努力修行。「具足」就是成就，成就了「無漏禪智」。「漏」是煩惱的意思。就是我們身體譬如說是有病了，身體長瘡了，從這個瘡往外流膿、流血，這叫做漏；這等於是個譬喻。就是我們凡夫的眼耳鼻舌身意接觸色聲香味觸法的時候，煩惱就來了，不是貪煩惱、就是瞋煩惱，再不就是疑惑、高慢、各式各樣的煩惱就來了，那就等於是從眼睛往外流出來貪煩惱、流出來瞋煩惱、流出來各式各樣的煩惱，從耳、鼻、舌、身、意流出來煩惱；就像長瘡了，流膿、流血似的，所以名之為漏，漏是這樣意思。「無漏」就是沒有煩惱了，他的眼耳鼻舌身意接觸色聲香味觸法的時候，沒有煩惱流出來了，這是聖人的境界——無漏的

禪、無漏的智慧。

如果不是佛教徒，他也可以修禪定，得到色界四禪，無色界的四空定，都可以成就的。成就了，但是他沒有佛教的般若的智慧，不能斷煩惱，所以那是有漏的禪。他們成就的智慧也是有漏的智慧，沒有無漏的，因為沒有斷煩惱的法門的關係。

「若能具足無漏禪智，即發一切神通道力」，成就了無漏的禪定智慧，他就會發出來很多的神通道力的。神通就是天眼通、天耳通、他心通、神足通、宿命通、還有個漏盡通。這前五通（就是不算漏盡通），外道也可以有的、也可以成就，就是凡夫也可以成就的。漏盡通，那是聖人才可以，凡夫不能成就。

這是說有了禪定，你再修學得神通的方法成功了，才有神通的。如果沒有禪定，就是沒有神通的，沒有禪定那裡有神通呢？但是我們這個世界上的人，有的時候他沒有禪定，他也有一點超過常人的境界，那麼我們也就名之為神通。說這個人有天眼通、有他心通、有什麼神通，也可以這樣說；但是那是小境界，不是真實的神通。因為真實有了禪定而後成就的神通，那是非常厲害的！他所觀察的事情、他說出來的什麼什麼事情，多數是準確的，不會說到時候又不兌現了，不是那麼回事情。

能發出來神通的道力，「道力」是另外一回事，這個道力就是無漏的了。譬如剛才說這個修行人，我們凡夫的境界，你向他怎麼樣地毀辱他、傷害他，他心裡面不介意，那就是道力，道的力量；如果沒有道的力量就不行。就是得了禪定、而沒有得到無漏的智慧的人，高慢心非常大！如果他不是佛教徒、沒得到聖道，他若成就了禪定、得了神通，他內心裡的高慢心非常大！因為沒有無漏聖道，他就是有我見，有我，「我比你強，你不如我！」凡夫是這樣的；若是聖人，沒有這回事。他有這種我慢、高慢心，如果你毀辱他，他暫時也可能會不動，但是你繼續毀辱他，他就會有煩惱，他會發出來的；會發出來煩惱，這是不得了啊！

我想講一個故事，但是我恐怕我們四天講不完。我這個故事還是不要講。

「即發一切神通道力，成等正覺」，成等正覺就是成佛了。成佛了，就是他有等覺、有正覺這兩種智慧。正覺就是佛的無分別智；等覺就是佛的有分別的智慧，我們簡單這麼講了。「廣度眾生」，能廣度一切眾生。「是為可貴」，所以若能具足無漏的禪智、有神通道力、成佛、廣度眾生，這件事是非常可貴的。

「非常可貴」這個地方，我再說幾句話。度眾生這件事：譬如說這個人他貧苦，沒有房子住，我們能夠給他造一個房子，這也是好。說是他身體有病了，他沒有飯吃，我們給他找一個職業、或者怎麼的；說他有病，我們造一個醫院，給他看病，把這個人的生活改善了，這樣也可以說是度化眾生，對於眾生有利益了。度眾生就是饒益他，就可以名之為度眾生。但是度眾生，我們譬如說看病吧，病假設是看好了；但是過了

一個月、兩個月又有病了，所以這件事就是不究竟，這是有問題。

那麼，現在佛法說度眾生，不是這個意思。雖然佛教也提倡這一點，改善人民的生活，也應該做這件事，但是這件事不是究竟的，應該是修學止觀，把生死的問題究竟地解決。究竟解決以後，永久不會再有問題了。就像病好了以後，永久不會再有病了，這個醫生是最好的醫生。佛法度化眾生就是這個意思，就是能解決眾生的根本問題，那叫做度眾生。如果說是你叫他暫時的不錯，以後又有問題了，這還不能算是度眾生的。

所以，這樣說，你能具足無漏的禪智，有神通道力，成等正覺，廣度眾生，這件事是非常有意義的。「故名為念」，這叫做念。這是修正觀的人，他先應該有這樣的正念。

四者、巧慧：籌量世間樂、禪定智慧樂得失輕重。所以者何？世間之樂，樂少苦多，虛誑不實，是失、是輕。禪定智慧之樂，無漏無為，寂然閑曠，永離生死，與苦長別，是得、是重。如是分別，故名巧慧。

「四者、巧慧。」巧慧就是巧妙的智慧。什麼樣的智慧呢？「籌量世間樂、禪定智慧樂得失輕重」。「籌量」，就是你這個智慧去觀察思惟，思惟世間上的快樂和禪定的智慧樂，這兩種樂那一樣的樂是最好的？最好的就算是「得」，那個不好的就算是「失」；不好的就算「輕」，好的算是「重」，這樣意思。

世間上的快樂，剛才說了，就是欲樂和三昧樂。欲樂，我們剛才說到這個欲樂；三昧樂就是得了四禪八定的快樂，世間上的人追求這兩種樂。我們一般人就追求欲樂；更高尚一點，感覺到欲樂的問題不太好，欲樂還是有問題，那麼就追求三昧樂，得到四禪八定。世間上有這兩種樂。

出世間、佛法裡面的禪定智慧樂是無漏的。世間上的快樂，欲樂雖然是人所追求的，但人為了欲受了很多的苦惱。世間上的人應該是常常經驗到的事情，也是時時有的這種事情。天上的人得到四禪八定的快樂，比欲樂好，但是也是無常的。因為他若是死掉了，他的樂也就失掉了，所以還是不圓滿。若是佛法裡面的禪定智慧樂，是永久不可破壞的，成就了就永久也不可以破壞了，那是最好的。所以世間樂和佛法的禪定智慧樂，還是佛法的樂是得，你得了以後就不會再失掉了；世間上的樂，你得到以後還會失掉的，所以那個樂還不太好。所以出世間的禪定智慧樂是得、是重，是最好的。

「所以者何？」什麼道理呢？「世間之樂，樂少苦多」，這說出理由來。世間上也不是沒有樂，如果決定沒有樂，世間上的人也不會迷惑；也還是有樂，但是那個樂少。

因為去求得那個樂、要保護那個樂，受到的苦惱很多很多，對比起來，得不償失，所以樂少苦多。追求的時候很辛苦、保護的時候也辛苦、如果失掉了也辛苦！所以這是苦惱多而樂少。「虛誑不實」，而那個樂也是虛誑的，不是真實的，「是失、是輕」。

「禪定智慧之樂，無漏、無為，寂然閑曠」，佛教裡面說的禪定智慧樂，因為沒有煩惱，「無漏」就是沒有煩惱。「無為」，佛教所成就的樂，成就了以後，他能夠無為。譬如我們人間的人，你「無為」不可以，一定最低限度要去找個工作，你要「為」，你非要努力地去工作才可以。那麼「為」這裡面有很多很多的苦惱；若是你成就了佛教的禪定智慧樂，就「無為」。

我昨天說過，我們世間上，說「我不去工作」不行，要吃飯。你若有衣食住的需要，你一定要工作，不工作還不行。說「我有了衣食住，衣食住的問題都解決了」，你不能無為，因為你內心閑不下來，非要找事情做才可以的。

所以，這個「為」有兩個意思：一個為了生活的問題不能不為；一個是心閑不下來也要為。為，就是有很多的煩惱。若是成就了佛法裡面的禪定智慧樂，能夠無為，所以稱「無為閑道人」；他心裡面（我昨天說）「不與萬法為伴侶」，那是無為的境界。他就那個心和一切事情完全不發生關聯，他能夠獨自地湛然常住，能到達那個境界。不過這個話，我相信你們各位可能會有靜坐的經驗；就假使沒有到達那個境界，由你靜坐小小的經驗，可以意會一下，可以相似地、彷彿地意會到那個無為的境界，不是我們所想像的非要有這些衣食住的問題，沒有這個問題。能到達那個無為、清淨、自在的境界，沒有生老病死的問題，沒有怨憎會、愛別離、求不得，這一切苦惱的問題都沒有了；「無漏無為」。

「寂然閑曠」：「寂然」，我們昨天講過了，就是他內心裡面非常地寂靜。「閑曠」：「閑」，他心裡面能靜下來、而特別廣大，境界廣大，不是我們凡夫內心分別的境界。「永離生死」，世間上那個生了又死、死了又生的事情，是永遠地遠離了。「於苦長別」，和這些苦惱的事情永久地分別了，不再有苦了。「是得、是重。如是分別，故名巧慧」，所以叫做巧慧。

這裡面有一個問題，就是我們凡夫有很多很多的貪瞋癡的煩惱在心裡邊，你叫我棄捨了世間的樂、去修學禪定智慧，心裡面不舒服，心裡面還老是在動，去貪求世間樂，還會有這個問題。不過我們若學習佛法，漸漸地增長我們的理智，這理智強起來，來調伏自己，慢慢地內心裡面就會安閑下來，這個問題是能解決的，是可以解決的！

我們認為那件事很好，就是想辦法去求、把它拿過來；拿過來，結果它令你苦惱！我看世間上的人很多都是這麼回事。如果你把這件事能夠看清楚，把理智強起來，不要去搞這個事，安心地去修行，我認為會很快樂！就是沒成功也會很快樂的。

這是第四巧慧。

五者、一心：既知世間可患可惡，善識定慧功德可尊可貴，爾時應當一心決定修行止觀，心如金剛，天魔外道不能沮壞。設使終無可獲，終不回易，是名一心。譬如人行，先須知道通塞之相，然後決定一心涉路而進，故說巧慧一心。（《修習止觀坐禪法要》卷一·大正 46·466 下）

「五者、一心：既知世間可患可惡，善識定慧功德可尊可貴，爾時應當一心決定修行止觀」。這第五是一心，一心是什麼意思呢？看它的解釋。

「既知世間可患可惡」：我們從佛法的學習，能認識到世間上是個災難。世間上的事情，看上去很快樂，其實那是個陷阱，到那裡你就苦惱了，「患」；「可惡」，是可厭惡的。「善識定慧功德可尊可貴」：善者，能也，你就能認識佛法說的定慧功德是可尊貴的，那是真實能夠使令我們安樂自在的。

「爾時應當一心決定修行止觀」：你若能認識到這裡，你就應該決定這件事。一心就是決定的意思，去修行止、修行觀。「心如金剛」：你這個決定就像金剛似的，不可破壞。「天魔外道不能沮壞」：人間的小鬼那個不要說，天魔都不能破壞你，不要說外道了。「設使終無可獲」：假設你修止、修觀，修了很久也沒有什麼成就。「終不回易」，我也不會改變我的主意的；「是名一心」。

「譬如人行」，譬如一個人走路到什麼地方去。「先須知道」道路的「通塞之相，然後決定一心涉路而進」：這條路是一個平坦安全的道路，這道路有賊、有土匪，那我就選擇安全的道路去。這個地方有土匪，這條路不要走；世間上的道路，是有土匪的道路。所以你要選擇好了，涉路而進。「故說巧慧一心」。

這是第二方便，講完了。

甲三、正修第三二 乙一、修止三

智者大師云：「止乃伏結之初門，觀是斷惑之正要。」《解深密經·勝義諦相品第二》云：「眾生為相縛、及彼麤重縛，要勤修止觀，爾乃得解脫。」

正修是第三，這一科分成兩科：第一科是修止，第二科是修觀。

智者大師說：「止乃伏結之初門，觀是斷惑之正要」。修止，是調伏、降伏煩惱的初門。「結」這個字是什麼意思呢？就表示我們的煩惱。結，就是個釦，這個繩子挽一個釦。挽一個釦，挽的時候很容易，你若想把它打開還是很難的。這表示什麼呢？表示我們的煩惱：我們動煩惱的時候很容易就動了，你想要把它去掉可是不容易，就是這個意思。所以，「結」是譬喻煩惱的不容易除掉的意思。

「伏結之初門」：佛法裡面說這個止，你若能夠學習，就能把煩惱調伏，能降伏住它，叫它不動！止有這種力量。你初開始應該學習止，這就是個門。

「觀是斷惑之正要」：煩惱調伏了，煩惱還在、並沒有斷掉，你若不繼續修止，這個煩惱又起來了，所以還沒有究竟。那麼怎麼辦呢？要修觀，觀能把煩惱（惑就是煩惱）去掉；去掉了，問題就究竟地解決了。所以觀是正要，是非常正確而重要的一個方法。

「《解深密經·勝義諦相品》」，這是一部經。「第二」，〈勝義諦相品〉是第二品。那上面說：「眾生為相縛、及彼麤重縛，要勤修止觀，爾乃得解脫。」

「相縛」：「相」是什麼呢？就是色聲香味觸這些塵勞的形相，它能繫縛我們眾生。我們眾生遇見色聲香味觸的時候，就被它綁住了、不能解脫，我們眾生是這樣子。我們一般人說「綁住了」，說是我們有愛煩惱，看見可意的境界就愛這個境界，就被這個境界綁住了；固然是這樣子，但是瞋心也是一樣，它也是把我們綁住了。

你可以有的時候注意，注意什麼呢？注意一個人在憤怒的時候（你本身沒有憤怒的時候，那人在那兒發脾氣、憤怒的時候），你在那兒看，看那個人發脾氣的時候，他就被那個瞋煩惱綁住了，被那個憤怒綁住了，他不能解脫。他那個心被瞋心困住的時候，那個苦惱的境界，你在那兒看就看出來了。

我有一次看見一個神經病，他在那裡就像和人打架那樣的，又動手、又動腳、又開口罵，我們看著就像前面有一個人和他對罵、對打似的。那麼我在那兒看著這個人，我在想：前面也沒有人，沒有人罵他、也沒人打他，但是他就是認為有人罵他、有人打他，他在還擊。我在想：這個神經病這個人的心意識就鑽到那個境界裡出不來，就被那種境界欺騙了、被那個境界困住了，就是繫縛這個「縛」字。眾生為相縛這個「相」實在是什麼？就是我們的虛妄分別心！

剛才說那個出家人被人誤會了，他心裡面……你不能縛他，「是那麼回事嗎？」就完了，他就走了。他來來去去地、心裡沒有事，就是沒有貪的繫縛、也沒有瞋的繫縛，他不在乎，所以他心裡面自在快樂。我們不是！我們就是為相所縛。有一點事心裡面就不得了！還有時候會作個夢，「哎呀！不得了這個夢！將來會怎麼地」，就是為相所縛。你若修習止觀，有了般若波羅蜜，把這一切事情都看空了，它就不縛；不縛，你心裡面自在，就會快樂。

「及彼麤重縛」：這個「麤重」是什麼？實在「縛」就是一個縛——就是「麤重縛」。如果沒有麤重縛，就不會有相縛。麤重是什麼東西呢？「麤」者劣也，麤劣；「重」是沈重。這是什麼東西呢？就是我們煩惱的種子。譬如說，一個人他沒有出來工作，沒出來工作，並不是說沒有這個人，他在家裡睡覺，我們在外邊看不見這個人。等他睡

醒了，出來的時候：「喔！這個人出來活動了。」

我們的貪煩惱、瞋煩惱，疑惑心、高慢心、各式各樣的煩惱，也有睡眠的時候；它在睡眠的時候，這個人很平靜、很正常，也不貪、也不瞋，但是並不表示他不貪、不瞋，是因為煩惱在那兒睡覺了。煩惱在那兒休息的時候，叫做羸重。我們凡夫肉眼看不見，但是聖人、佛菩薩看，這個眾生心裡面煩惱的種子、煩惱的功能是很羸的、是很重的，隱藏在那裡不動，是這麼回事。這個東西它若遇見了憤怒的因緣，瞋煩惱就出來了；遇見可愛的境界，貪煩惱就出來了。就是外邊有因緣引發，內裡面的煩惱就發生作用。所以相縛實在不是真實的，主要就是羸重縛。

這兩種繫縛，「要勤修止觀，爾乃得解脫」，你要精進地修止來調伏相縛，你勤精進地修行觀來斷羸重縛，「爾乃得解脫」，這時候你才能夠解脫煩惱，得大自在，成為聖人。這是說止觀的一個大意。

丙一、明止門不同_三 丁一、繫緣止

繫緣止者，略明有五處：一、繫心頂上，二、繫心髮際，三、繫心鼻柱，四、繫心臍間，五、繫心在地輪。令繫心頂上者：為心昏沉多睡故，在上安心。若久久，即令人浮風、乍如風病，或似得通欲飛；有此等過，不可恆用。若繫心髮際：此處髮黑肉白，心則易住，或可發本骨觀。久則過生，眼好上瞻，或可見於黃赤等色、如華如雲種種相貌，令情慮顛倒。若繫心鼻柱者：鼻是風門，覺出息入息，念念不住，易悟無常。若繫心臍下：臍是氣海。繫心在臍，能除眾病，或時內見三十六物。若繫心地輪：此最在下，氣隨心下，則四大調和。約此五處為緣，令心不散，以辦修繫緣止。譬如猿猴得樹，騰躍跳躑，若鎖之於柱，久久自調；心亦如是。（節錄《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三·大正 46·492 中～下）

乙一、修止為三：丙一、明止門不同，丙二、明證止的深淺之相，丙三、驗知虛實。第一段，明止門不同，分別止門的不一樣。怎麼不一樣呢？第一、是繫緣止，第二是制心止，第三是體真止。

「繫緣止」怎麼講呢？「緣」就是所緣的境界，就是所明了、所認識的境界。「繫」就是綁住它，把我們這一念心綁住、在所緣的境界上不要動，所以叫做繫緣。

「略明有五處」，簡單說有五個所緣境：第一個、是繫心頂上，第二、是繫心髮際，第三、繫心鼻柱，第四、繫心臍間，五、繫心在地輪。

「令繫心頂上者：為心昏沉多睡故」，就是我們用功修行的人要減少睡眠，我一天就睡四個鐘頭、或者我睡五個鐘頭，但是你平常習慣睡八個鐘頭，如果你睡四個鐘頭，

你靜坐的時候就打瞌睡。說我習慣是睡四個鐘頭，那麼我靜坐的時候不打瞌睡嗎？也會打瞌睡。因為譬如說你有事情跑到街上去走了兩小時，你回來一靜坐就打瞌睡。說是我沒有去街，但是你在你的住處做事情，你搬東西、做這個事情、做那個事情了，那麼你靜坐的時候還是要打瞌睡。所以用功靜坐的人打瞌睡是一個很平常的事情。但是你只是打瞌睡兩分鐘也不要緊；但是若一打瞌睡打了十分鐘、或者一刻鐘，或者一坐一個鐘頭完全打瞌睡，那就不對了！那怎麼辦法來對治它呢？這上面說，「為心昏沉多睡故」，你心就注意頭頂；你心注意頭頂，它就不昏沉了。這佛菩薩的智慧，用這個辦法能破除去昏沉。

我感覺若學過心理學的人、學過生理學的人，可能會解釋出一個理由來。我沒有學過生理學、也沒有學過心理學，但是我也分別出一個理由來。我們身體的氣血，血隨氣行、氣隨心行，所以心到什麼地方去，氣血就到那個地方去。我們打瞌睡的時候是怎麼回事？就是頭部的血少了一點，胃以下血多了，這時候就打瞌睡。所以我們吃完飯的時候，飯在胃裡面，血到胃裡多，要消化飯；那麼，頭腦的血少了，所以飯後人容易打瞌睡，所以飯後不要靜坐。

那麼現在若是靜坐的人打了瞌睡，怎麼辦呢？你心注意頭頂，氣血就跑到頭上。頭上的血一多了，人就精神，就不打瞌睡了。所以用這個辦法來對治。再或是用冷水洗頭，也是可以。

所以「繫心頂上，為心昏沉多睡故，在上安心」，把心安在頭頂上。「若久久，即令人浮風、乍如風病」：若久久，如果你心在頂上時間太久，就不對了，不應該這樣子。如果你久久地把心在頭頂上注意，就「令人浮風」，就像人得了風病。「浮風」就是得了風病，得了風病就是頭昏腦脹、頭重，就是有這些事情。

「乍如風病」，忽然間這個人好像得了風病似的，也可能會頭痛、也可能會吐血這些事情，就是臉也發紅、眼睛也發紅，有很多問題。所以心在頭頂上安住，時間要少，破除昏沉以後，你就不要安在那裡了，心要改變，不應該那樣子辦。

「或似得通欲飛」，你心注意頭頂時間久了，就像得了神通，身體要飛那樣子，還會有這個情形。其實這是個病相，並不真是得神通。「有此等過」，所以「不可恆用」，不能常這樣做的。

「若繫心髮際」：「髮際」是頭髮的邊際。「此處髮黑肉白，心則易住」，我們的心容易安住在那裡。「或可發本骨觀」：「本骨觀」是什麼意思呢？就是這個人前生是佛教徒，修過白骨觀，這個身體是一節一節的骨頭組成的，頭是個髑髏骨，頸骨、肩骨、臂骨、肋骨、脊骨，這樣子一節一節的骨頭。你以前修過這種觀的話，你現在若把心

安住在髮際，以前修白骨觀的境界會出現的，這叫做「心則易住，或可發本骨觀」，就是過去修的白骨觀或能出現。出現了，你若繼續修行就很容易成功了。

「久則過生」，但是，若是你沒發白骨觀，你繼續地注意髮際，也會有毛病、也會有過失出現的。「眼好上瞻」，這眼睛歡喜、容易向上看。「或可見於黃赤等色」，就是這眼睛就看見黃色、或見赤色，看見這種顏色。這個人就是（我們通常說）「上火」的意思，也就是有病了，這是病相。「如華、如雲」，看出來那個黃色的花、或者是紅色的花雲，看見這些現象，「種種」的「相貌」現出來。「令情慮顛倒」，使令我們的心情顛倒，認識得不正確；本來那是白的、看成是紅的，就是有這些事情，這就是有病了。所以，也是不可以常這樣做的。

「若繫心鼻柱者：鼻是風門」，就是氣息的門。「覺出息入息，念念不住，易悟無常」，容易明了人命無常的道理。

「若繫心鼻柱者，鼻是風門，覺出息入息，念念不住，易悟無常。」這是說我們學習禪的人的所緣境。修奢摩他，一定要有一個所緣境，將自己的心安住在所緣境上，你才能夠修止；如果沒有所緣境，那是不能夠修奢摩他的。這裡說出來五個所緣境：前邊是繫心頂上，第二是繫心髮際，第三是繫心鼻柱。

「鼻柱」就是我們的鼻。「鼻是風門」，我們的這一口氣就是風，風的門，從這個門入到身體裡面去；它也從這裡呼出去。一呼、一吸，以鼻為門的。

修止觀、修奢摩他的人，「覺出息入息」，自然地會覺察到、覺知到息從鼻這裡出，又從鼻入，是這樣子的。「念念不住」，我們這個息在我們內心的覺察下，它一直地不會停留的，一直地出又入，入了以後又出，這樣子我們就會容易覺悟到人命無常的道理。因為息若是出去以後不回來，人就死亡了；或者是入了以後不出來，也就死亡了，所以容易覺悟到人命無常的道理。從這裡邊我們應該有所覺悟：做什麼事情是對不對、值得不值得。「易悟無常」，在佛教裡面，無常的道理倒還是非常重要的。

「若繫心臍下」：「臍」，就在腹部有一個臍。若是靜坐的時候，把自己的注意力放在臍這裡。這樣子，應該在私人的地方，把褲腰帶解開，自己看一看臍，把臍的形相取在心裡面，修奢摩他的時候就注意這個臍，應該是這樣的。「臍是氣海」，我們的氣是從臍這裡發出來的，這是氣海。

「繫心在臍，能除眾病」：我們若心放在臍這裡有什麼好處呢？能夠消除去很多的病痛，能治病的，有這種好處。

「或時內見三十六物」：或者有的時候，你的功夫進步了，你的心眼……。我們人彼此面上這個眼睛，這是一個；另外還有一個心眼——就是閉上眼睛，心裡面也能現出來物相、能看見東西，那就是心眼。當然這是靜坐的時候功夫進步了，有了心眼的

時候，自己能看見體內所有的心、肝、脾、肺、腎、大腸、小腸、很多很多各部份的成份都可以看見的。這是大概說，說三十六物。能看見，倒不是說非要醫生把它解剖了才看見。「繫心臍下」也會有這種作用。

「若繫心地輪」：地輪就是大地。佛法加個輪字，這個輪有個圓的意思，形相是圓的。我們平常說是地球，佛法說是地輪。地球和地輪，字是不同，義應該是一樣的。繫心地輪，我們靜坐的時候，把座位弄高一點、離開地面，心裡面注意下邊地面這個地方，這樣注意。

其他的地方有說明這個辦法，說明一個辦法：如果是夜間，不要開燈，完全是黑的，然後用手電筒，開手電筒，照這個地面上，地面上現出一個圓的光，你把這個相記在心裡面。你靜坐的時候，就注意下面這個圓光，也可以這樣做，注意地輪。

或者是你放一大碗水，不是飯碗，稍微大一點的碗，這裡面放上水，放在下面。你取這碗水的形相，取好了以後，把這個碗去掉，不要。那麼，一坐下來的時候，心就注意這個水——碗裡面的水，這也是可以。熟能生巧，可以有種種的辦法的。

「此最在下」，這樣的所緣境是最在下邊，前面繫心頂上那是最高的地方。「氣隨心下」，你這樣注意地輪，注意力強了，我們周身的氣力也向下去。「則四大調和」，我們身體的地水火風、生理的組織，它就互相和合而不矛盾、不衝突。四大互相衝突，人就有病了；四大調和，當然病痛就好了，所以也是能治病的。

「約此五處為緣，令心不散，以辨修繫緣止。譬如猿猴得樹，騰躍跳躑，若鎖之於柱，久久自調；心亦如是。」約這五個地方作所緣境，使令自己的心不要散亂，用這個方法叫它不亂。「以辨修繫緣止」，這樣子來說明修繫緣止的方法。

「譬如猿猴」，這個猴，牠若得到樹了的時候，牠就在樹這裡，從這裡跳到那裡、從那裡跳到這裡，來來回回地在那裡跳動。「若鎖之於柱」，若把猴鎖在柱上面，牠就不能跳了，久久地牠就調順了，牠就不跳了。

「心亦如是」，我們的心也是這樣子，你一定要有一個所緣境。有個所緣境就譬如這個柱，猿猴就譬喻我們的心，這心鎖在所緣境上。猴鎖在柱上是用一個繩來鎖的，我們心把它鎖在所緣境上，怎麼鎖法呢？就是用「念」。「念」就是心老是憶念這個所緣境，心就鎖在那裡不動了。如果你忘念了、失掉了這個念，那就是打妄想了。所以念力強的人容易得定；念力薄弱的人，得定就會困難。但是佛法的道理，你常常念、常常念，念的力量就會增長。所以記憶力不好、念力不好，你不要失望，還有希望把它強起來的！佛法的道理是這樣子。說我們的煩惱很強，為什麼煩惱會強呢？因為你常常起煩惱，煩惱就強，煩惱強就是這麼來的。

我們的定慧是很少很少的，我們只是在路上走、不倒，這也有一點定力的，也是

有一點，但是就是很小。什麼原因這定的力量小呢？就是從來也沒學過嘛！從來也不這樣訓練，沒有熏習，所以它就軟弱。像是小孩子讀書，背〈赤壁賦〉，背《古文觀止》，這篇文章背，念一遍背不下來，再念第二遍、念第三遍，多念幾遍就背下來了。這就是念力會增長的一個證明。所以猿猴鎖在柱子上面，這個鎖就是譬喻我們的念；念力強，定逐漸地就出現了。

這是說繫緣止。繫緣止是所有修奢摩他的人一開始的時候所用的方法。

丁二、制心止

制心止者：心若靜住，則不須制之，但凝其心，息諸亂想，即是修止。隨心所起即便制之，不令馳散。故經云：此五根者，心為其主，是故汝等當好制心。復次，以息或佛像為所緣。心有時沈浮，調適之法，其事云何？心有時沈浮，為調適故，上下安之，於行無失。若心浮動，可作意下著止之；若心沈沒，可上著止之。復次，若下著安心，利益眾多，略說有二：一者、心易得定，二者、眾病不生。（節錄《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三·大正 46·492 下）

丁二、修制心止者：「心若靜住，則不須制之，但凝其心，息諸亂想，即是修止」。修繫緣止是有一個境界，有形相的境界作我們的所緣境。制心止以什麼作我們的所緣境呢？以心。能緣的也是心、所緣的也是心。其實說是制心止也是可以、說繫緣止也是可以，但是又有一點不同。有色法、有心法，繫緣止是以色法——色聲香味觸——為所緣境；制心止是以心為所緣境。以心為所緣境，應該說比繫緣止深了一點，稍微深了一點。應該是說，修繫緣止過了一個時期，你再修制心止比較合適。若一開始修制心止，如果你能合適也是可以。那麼這上面修制心止，它是怎麼修法呢？

「心若靜住，則不須制之」，這個心它沒有雜念，它很安靜地安住在那裡，你就不需要約束它。「但凝其心，息諸亂想」，只是把這個心靜下來，凝靜其心，一切亂想都停下來，就只此而已。「即是修止」，這就是修制心止。

這底下，「隨心所起即便制之」，你心裡面若一有妄念的時候，你就把這妄念停下來。「不令馳散」，不要叫它跑到外面的種種的境界上去散亂。「故經云：此五根者，心為其主」，就是《佛遺教經》上說，我們的眼耳鼻舌身這五根，是以心是主、心是王。心為其主。「是故汝等當好制心」，所以佛就告訴我們：你好好地來管制你的心，就一切的問題都解決了。

如果你常常地修繫緣止、修久了，然後你再修制心止，會感覺到很妙，會感覺到很微妙的。以心緣心，就是心注意自己的心在做什麼；你一注意，心就沒有妄念了。

你自己可以問自己：「我的心在做什麼？」這個時候就是所有的妄想都沒有，它就會靜下來。所以靜坐的人修止，你不妨靜一會兒，你就自己問自己：「我的心在做什麼？」坐一會兒你就問這麼一句，坐一會兒你就自己（舌頭不要動）問一句。那麼就幫助自己明靜而住的心容易相續下去、不亂；就是偶然地它有了妄想，你容易發覺。

因為初開始靜坐的人，把這個學習來的靜坐的方法記住了，一開始坐的時候，這個心還在這裡，可能不會到一分鐘心就跑了。如果是坐一個鐘頭，只有前面那幾秒鐘那個心在那裡，其餘的完全是打妄想。等到知道腿痛了才知道回來，心才會回來，初開始是這樣子。但是你下坐再跑一跑，再坐就會好一點。你漸漸地、漸漸地就進步了。進步了的時候，你也多少地會嚐到一點寂靜樂，多少地會嚐到一點。那麼你若再修制心止，就會更感覺到妙、感覺到好。

再下邊，「復次，以息或佛像為所緣」，這多說這麼幾句。前面說繫緣止，沒有說到以息為所緣、沒有說到以佛像為所緣，但是這兩個所緣境也是很好。

「息」，我們人有兩個息。那兩個息呢？就是我們這一口氣呼出去（人與人不一樣，有的人這個肺能容納很多的氣），你不要有意的呼這個氣，讓它自然地呼出去；呼、呼，不呼了，但是沒有立刻地又吸進來，這時候有一個停止的一個階段，這叫做息，這個息叫做「出息」。這個息以後，又把氣又吸進來；吸、吸，不吸了，不吸又不立刻地呼出去，又有一個息，這叫入息。所以我們有一個出息、有一個入息，兩個息。

這兩個息還不一樣，小孩子（一兩歲、兩三歲的小孩子）他的入息長，他的息吸進來以後，要隔一會兒才呼出去，入息比較長；他那個氣呼出去以後的那個息比較短，息有長短的不同。老年人就相反，老年人是把息呼出去以後這個息長；入進來、吸進來以後的這個息短，和小孩子是相反的。壯年人就不是，壯年人是相等的，出息、入息都差不多，是相等。你自己靜坐的時候，你會感覺出來。年紀大了，出息長、入息短。

用息作所緣境，有不同的方法。一個是你坐下來的時候，舌頭不要動，你就說兩句話：「知息長、知息短；知息出、知息入」，說這麼兩句話。然後你就是注意，注意這個息由鼻至臍、由臍至鼻，它是一出一入，就注意。這個心就是這樣子以出入息作所緣境，就這樣就好了，這是一個方法。

譬如睡了一夜的覺，這一夜的睡眠，早晨醒來以後，如果這個人他沒有什麼壓力，環境對他都沒有什麼壓力，他心情很平和，那麼睡了一夜的覺，他睡醒了以後，他的雜念自然的會少。因為我們這個心有一種習慣——是等流性，有這種習慣。這個等流性，「流」，像水由東邊向西流、由西邊向東流，我們的心也是這樣子，由前流到後。《般若經》、或者是唯識的經論、或者《阿含經》，說我們的心如流水，它不是常恆住、不

變易的，它是即生即滅、即生即滅這樣子相續下去的，心是這樣子，就像流水一直地流，它隨時老是動的。我們的心也是這樣子在流，前面的流和後面的流是相等的，這叫等流。說我們這個心有等流性，怎麼叫等流性呢？睡了一夜的覺，睡覺不作夢就沒有妄想，那麼睡醒了以後，也有相似的情形，就是妄想少。這樣子，你起來靜坐的時候，假設這個人的環境沒有壓力、很自在，坐下來的時候，就是知息出、知息入，知息長、知息短，然後你就靜下來，就是知、就是知，你心一直地是知。

在《清淨道論》上說一個譬喻。兩夫婦玩鞦韆，玩鞦韆的時候，他的太太坐在那上面，他先生用手這麼一推，這個鞦韆盪過去、又盪回來、盪過去，就是盪來盪去。那麼這個先生坐在這裡就看那個鞦韆從這裡過，那邊也不要看、那邊也不要看，就是它從這兒經過，這樣子。這個鞦韆在動，你只是一開始的時候用手推它一下，以後你就不要管它了嘛，你只是看它過來過去。說是你在修奢摩他，以出入息為所緣境的時候也這樣子，它這個息自然地出、自然地入，你不要推動它，你只是看它在出入，這樣子把這個心靜下來。

如果一個人生活自在一點，少欲知足的人，早晨起來這樣做，心就能定下來。如果是妄念來了，自己擋不住，還是有妄想，怎麼辦呢？加上一點事情，就是你舌頭不要動，息在出的時候、呼出去的時候，你心裡面默念「出」，入的時候不要管它，只是說出；或者只說「入」也可以。這兩個字說一個字，不要說兩個字。這樣子，你的注意力強了，心也能靜下來，就能把這妄念擋住它不起，這也是個方法。這是用出入息作所緣境。

第二個方法就是我們平常數這一二三四五，這個方法也是好，就是數出入息。出息的時候數一，入息的時候數二，再出息的時候數三，就是這樣數一二三四五六七八九十。數到十以後，再數一二三四五六七八九十，這樣子。但是念力強的人、頭腦好的人，也可以繼續數下去，十一、十二……數到幾千萬也都可以，不過那是特殊的人，我們一般不要數太多。那麼就數到十、再重頭數。你掉過來數也可以，從十數，十九八七六這樣數也可以。若是中間忽然間亂了，就放棄它、不要，再重頭開始數。

或者是你不要數這麼多，數出息就不數入息，數入息就不數出息，這兩個息數一個，這樣數也是可以。

還有一個方法：只數一四七。數一，這個息三次出入以後，再數四；數四，出入息又三次，然後再數七；這樣子出入息又四次，這就從一到十了。這樣子也可以。隨自己怎麼樣合適，你就怎麼樣做。

另外有一種情形：我們數一二三四五，心裡緊張；一緊張，氣就喘起來了，那就反倒是不能靜坐了，你就不能數息，只好「知息出、知息入」這個可以用。這等於是

六妙門裡邊那個「隨」，數、隨、止，等於是隨的辦法。

這是用息作所緣境也是很好。其中也可以加上一個方法：由臍至鼻、由鼻至臍，這個息的出入，你不要注意鼻，就是注意腹部的臍，你注意這一部份，心不要向上面注意，只注意下邊，注意這個臍，這樣也是比較好，也可以這樣做。這是說以息為所緣境。

若以「佛像」為所緣境，也是好。《菩提道次第廣論》上，宗喀巴大師他提倡以佛像為所緣境。以佛像為所緣境的辦法，你可以各地方去看，或者是紙畫的、木雕的、泥塑的都可以，你認為那一個你最歡喜的，你就取那一個佛的像。取那個佛的像，你就是用眼睛看，看完了，眼睛閉上再看；閉上看不清楚，用眼睛再看。就是這麼樣地看，幾時閉上眼睛和睜眼睛看一樣，這時候你就算畢業了。然後你就是回到你自己住的地方，把座位準備好，心裡面一直地就想念這個像、念這個像。

念這個像還有個問題，就是白天有光明的時候，你一注意，心裡面就把這個像現出來了；但是若沒有光的時候，就現不出來。沒有日月燈的光明的時候，你心裡面這個像就現不出來，就會有這個困難。那怎麼辦呢？如果你能夠夜間用燈光也是可以。如果夜間不能用燈光，那怎麼辦呢？也有辦法，就是白天取太陽的光明。在曠野的地方好，在城市裡不太合適。曠野的地方，你臥在草地上，面向上，不要看太陽，天空裡沒有雲，只是光明遍照的境界，你看這個光明，然後再閉上眼睛看光明。幾時閉上眼睛和睜開眼睛一樣，看見都是光明，就是夜間的時候，你一閉眼睛就是光明，這時候也就算畢業了。那麼就是不管有沒有日月燈的光明，你心裡面有光明。你一閉上眼睛，這個佛像就很分明地現出來，就是一直地注意這個佛像，這樣子。以佛像作所緣境也是好！當然這成功了就是念佛三昧了。這也是一個所緣境。

「心有時沈浮，調適之法，其事云何？」我們靜坐，你不管用什麼作所緣境，我們初開始靜坐的人，這個心有的時候就昏沉、有的時候就打妄想。「沈」就是沈沒，沈沒就是所緣境不現、沒有了，就是昏沉、打瞌睡了。「浮」動就是掉舉、打妄想了。

心有時沈浮，「調適之法，其事云何？」你想要把它調轉，叫它合適，怎麼辦呢？「心有時沈浮，為調適故，上下安之，於行無失」，對於修行、修止並沒有過失。「若心浮動」，心裡面打妄想的時候，「可作意下著止之」，你就把心往下邊，放在臍輪、或者放在地輪，可以這樣對治。「若心沈沒，可上著止之」，就是昏沉的時候，像繫心頂上，就可以放在頭頂上這樣子注意。

「復次，若下著安心，利益眾多」，這個利益是很多的。心放在臍輪、或者丹田也可以、或者放在地輪也可以，這有很多的好處。略說有兩種：一、心容易得定，第二、眾病不生，很多的病痛都沒有了。所以靜坐的人要注意，心不要向上去，不要注意上

部，注意下邊，這樣子對於身體的健康有幫助，還能夠治病。

丁三、體真止

明修體真止者：所謂隨心所念一切諸法，悉知從因緣生，無有自性，則心不取；若心不取即是真，若心不取則妄念心息；故名為止。（《修習止觀坐禪法要》卷第一·大正 46·467 上）

「丁三、明修體真止者」，前面說繫緣止、制心止，這兩個止簡單地說完了，現在說體真止。

「所謂隨心所念一切諸法，悉知從因緣生，無有自性，則心不取；若心不取即是真，若心不取則妄念心息；故名為」體真「止」，體真止是這樣意思。

「體」是通達的意思，是明了的意思。「真」就是諸法畢竟空的意思；諸法畢竟空是諸法的真實相，所以叫做真。你通達了諸法畢竟空，把心住在畢竟空那裡，這就叫做「體真止」，是這樣意思。所以，這裡面包括觀的意思在裡邊。體真，就是觀真，觀一切法的真實相是觀真。觀真以後就停下來，不要繼續地觀，所以叫做體真止。大意就是這樣。

「所謂隨心所念一切諸法」，這底下解釋，就是隨我們的內心所憶念的一切事物。「悉知從因緣生」，你完全要通達它是從因緣有的，它不是自然有的，是有因緣才有的。「無有自性」，這個所生法沒有自己的體性，那麼這個體性從那兒來的呢？從因緣來的。這個話就是這樣意思。譬如說這裡有燈，燈是個因緣所生法，離開了因緣、沒有燈自己的體性，就是這麼一句話。那麼離開了因緣，若有燈的體性，那叫做有自性。若是離開了因緣就沒有燈，那就是沒有自性，就是這麼回事。

譬如拿我們人說，我們人在佛法來講，就是我們的煩惱和業力、加上父母的幫助，就成就了我們的身體了，我們的身體就是這麼因緣有的。如果離開了這個因緣，還有這個身體沒有？沒有了。所以觀察這個身體的自性就是無有少法可得，就是畢竟空了，就像虛空似的，沒有了。

「隨心所念一切諸法，悉知從因緣生」，它是沒有自己的體性的。我認為我這樣解釋就是解釋完了，我認為這幾句話就是這樣解釋，就是解釋明白了，但是你們聽沒有聽明白？你聽明白沒有？這個無有自性這句話聽懂沒有？

佛法是重視思惟的！也重視聞——聽聞、多聞，但是也重視思惟，你若多思惟就懂了，就會明白這個道理；你不思惟，就困難一點。有人問我：怎麼樣觀察這個身體是空的？自己觀察自己的身體是空的，怎麼樣觀？我說：你先不要觀察自己的身體是空的；你觀察別人的身體是空的，你容易觀。另外一個說法，父母觀察他的兒子身體

是空的，容易觀；觀察他的兒女的身體是空的，是沒有自性的，也容易觀。你從這幾句話去思惟，也可能容易懂、容易明白一點。

我說，我們人就是由自己的煩惱和業力、加上父母的幫助，成就這個身體。成就了以後，出胎以後，還要靠空氣、飲食來滋養他，他才能繼續長大。這可見，這個身體的生存要靠空氣、要靠飲食種種的條件，才能夠增長。這可見這個身體不是本身就這樣子的，是因緣的支持它。若把這個因緣的成就都還給因緣，剩下的就是你自己了。這樣說，把煩惱、業力歸於煩惱和業力，父母的那一部份還給父母，還有剩下什麼？我看看父母未生以前、我的本來面目是什麼樣子？看一看。若是從「因緣所生法，我說即是空」，《中觀論》是這樣說，那麼就是無有少法可得！無色、無受想行識，無眼耳鼻舌身意，就是這麼回事兒。所以色即是空，受想行識即是空，就是說觀察它自己的體性是沒有的。若觀察因緣，就是有了，因為因緣和合，這件事就出現了。

所以現在先觀察所有的一切事物都是由因緣有的，不管是什麼，一切法都是由因緣有。那麼，然後再觀察因緣有的事情的自性是什麼樣子的？這個自性，就是自己的體性。這個自，就是對他說的。有自就有他，是相對的。誰是他呢？就是因緣。所有的因緣都是他，去掉了他，剩下來就是自。那麼，去掉了他以後，什麼是自呢？沒有！沒有自，沒有自己。

譬如說我現在兜兒裡有一千塊錢，但是我是從某甲那裡借來五百塊、從某乙那裡借來五百塊。有人問我：「你有沒有錢？」我說：「有錢。」「有多少錢？」我說：「我有一千塊。」這某甲和某乙一談，他說：「他借我五百塊。」某乙也說：「他借我五百塊。」那麼，加起來就是一千塊。那麼某甲和某乙說：「你一毫錢也沒有啊！你都是借來的。所以你實在來說是一個窮光蛋！你沒有錢哪，有錢是假的。」假者，借也。那麼這樣說，我們這個身體是由因緣有的：我們自己的業力和煩惱這算因，父母是緣，從這因緣有的。那麼，這個身體完全還給因緣了，還有什麼？沒有了啊，無有少法可得！就是畢竟空了！

所以「所謂隨心所念一切諸法，悉知從因緣生，無有自性，則心不取」，那麼你這個心，一切法都空了，還有什麼可取著、可分別呢？沒有色了、也沒有受想行識，都是空無所有的；眼耳鼻舌身意也都是不可得的；色聲香味觸法也是不可得的；乃至佛也是因緣有的，也是不可得的。所以心就不取著了，沒有法可執著。我們用手拿東西，這個取是用手去拿東西，叫取來了。現在說用心，你用心去抓東西，沒有法可得，都是自性空的。所以，「則心不取」。

「若心不取」，這是聖人的境界！聖人才能這樣子。大阿羅漢一切法不受，這個受就是取，一切法他都不受，他那個心就遊於畢竟空。「菩薩清涼月，常遊畢竟空」，這

是《華嚴經》上的話，那他就是不取，心裡不取。不取，這是聖人的境界，這是真實的，「即是真」。我們凡夫都是虛妄的，都是假的。「若心不取，則妄念心息」，這一切虛妄分別都沒有了，「故名為」體真「止」。

我現在心裡又有個故事要講，不過我這樣講，恐怕很難講得完了。我們現在想要增加一天，增加一天也還是講不完，但是我這個故事要講。

這個故事，是洞山禪師和另外一個上座參禪。說是神秀禪師他沒有得到衣鉢，慧能禪師得到衣鉢了，就是因為「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃！」他得了衣鉢。但是，洞山禪師說：「本來無一物，也不能拿到衣鉢的，也不能傳給他衣鉢的。」為什麼呢？「本來無一物也不能夠得衣鉢！」所以下邊還應該有一句話。那麼怎麼樣才能得到衣鉢、才夠資格傳給他衣鉢呢？還應該有這麼一句話。那一句話應該怎麼講呢？

這個時候，那個上座就說出來一句，這洞山禪師不滿意。

那麼再說第二句，說第三句……，說了九十六句，洞山禪師也不滿意。

到最後說出一句，洞山禪師說：「這一句話可以了！」

說：「你為什麼不早說這一句呢？」早就是說不上來啊！

那麼這時候，另外有一個學禪的人，就聽他們這兩個禪師在那裡談這些禪語。那九十六句話都聽到了，就是最後這一句沒聽到。他就向這個上座請求：「你最後這一句怎麼說的？說給我聽聽。」不說！怎麼也不說。但是那個學禪的人對這個上座非常恭敬，就給他做侍者，做了三年，侍奉他、給他做雜事。侍奉這三年內，他也不告訴他這一句話，最後這一句，就是洞山禪師滿意了的這一句話他不講。

這時候這個上座有病了，這個學禪的人還侍奉他、服侍他的病。但這一天對這個上座說了：「我侍奉你三年了，你今天有病了，我還是照顧你，請你把那一句話告訴我。」不告訴。

說是：「我對你很有禮貌、很恭敬，這麼樣你還不告訴我，我現在要拿一個刀來，我去拿刀。」他就把刀拿來。

說是：「你若是還不告訴我，我就殺掉你！」

這時候這個上座緊張了，說：「你等一等！等一等！我告訴你！」他就等、拿著刀。

他就說了，他說一句：「直饒將來，（亦無著處！）向何處著呢？」就算是我把那一句話拿來了，向什麼地方放呢？說這麼一句話。「直饒將來，向何處著？」說這個東西我就是拿來了，向什麼地方放呢？就是我這一句話說了，誰能聽見這句話呢？

這什麼意思呢？就是悉知因緣所生法無有自性的意思。就是眼耳鼻舌身意都是畢竟空的，誰能聽這句話呢？你一定要執著，要去聽最後這一句話怎麼妙，其實你是眼

也不可得、耳鼻舌身意不可得，色也不可得、受想行識也不可得，這是《大般若經》上的話，《心經》也是這樣意思。誰能聽這句話呢？說這句話的人也是，眼耳鼻舌身意也是畢竟空的、色受想行識也是畢竟空的，誰能聽這句話？就是這麼個意思。這就叫做體真止。

所以我們讀禪師的語錄，你若能把《大般若經》、《大智度論》這大乘經論裡邊佛的法語你能搞通了，你再去讀禪師語錄，就能知道東西南北了，不然的話就不一定。所以這裡說體真止：「所謂隨心所念一切諸法，悉知從因緣生，無有自性，則心不取；若心不取即是真，若心不取則妄念心息；故名體真止。」

我們下邊說到我空觀、法空觀，其實主要就是自性空，觀一切法自性空的意思。在這裡也等於是講了我空、法空了。一切法空，我也不可得、一切法也不可得，不可得也是不可得，離一切分別相了。那麼就是這樣觀，就是這樣思惟分別。這樣思惟分別，分別了一會兒、然後再修止；止了一會兒、再修觀，就是這樣修行。

丙二、明證止深淺之相_三 丁一、九心住

九心住：一、內住，二、等住，三、安住，四、近住，五、調順，六、寂靜，七、最極寂靜，八、專注一趣，九、等持。

丙二、明證止深淺之相為三：丁一是九心住，丁二是近分定，丁三初禪。這是說我們修止的時候，內心的深淺之相，有淺也有深的不同。

先說淺一點的，就是「九心住」，九個心住。九心住就是「欲界定」，這是最淺的定。

九心住第一是「內住」。內住，這話什麼意思呢？就是我們不修行的人，我們的這一念心老是向外面去攀緣，老是去看色聲香味觸的事情，總感覺外邊有好事情，我要拿到。總感覺外邊有很好的事情，我要拿到。我如果不注意，我吃虧了！總是這樣子向外攀緣，總是感覺外邊有好東西，不修行的人是這樣子。現在要開始修奢摩他，要把心收回來，住在所緣境上面，這叫做「內住」，不要向外攀緣。就是住在所緣境上，這叫內住，不要散亂。這是內住的意思。

「等住」：你心住下來以後，要繼續地，等住也叫「續住」，繼續地安住在那裡。不能說是住了一秒鐘就不住了、不能說是住了三十秒以後就不住了，要繼續地安住在所緣境那裡，繼續這樣子。這個「住」，剛才我們說過，就是用念的方法來住。怎麼樣住呢？就是心裡面念這個所緣境，那就是心住在那裡了。不然怎麼住呢？我們放一個或者說是一個銅錢，放在那裡它不動了，無情物是那樣子。我們這個心是一個活的東西，它怎麼能住在那裡呢？就是要念！你念、它就住在那裡了。你念什麼，它就住在

什麼地方。所以那叫做住。第二是「等住」，就是相續地安住在那裡，要相續地念這個所緣境，叫做等住。

第三是「安住」：我們話是這麼說：內住、等住，但事實上，我們住、住，它就不住了，它就跑了，跑到外面去虛妄分別，跑到色聲香味觸那裡去分別、去妄想去了。有的人啊，不要說心住，那個身在那裡住都不容易。你讓他盤腿坐一會兒是不行的，坐一會兒，馬上放腿要出去跑，都住不來啊。所以修行的事情不是容易！現在是說心住，心若不住了、它跑了怎麼辦呢？你馬上要覺悟，要收回來。收回來，再繼續地住在那裡，這叫做安住，叫它安住在那裡。

四、「近住」：近住這句話，實在就是總說前面這三個住的一個修行住的方法，總起來說的。是怎麼樣呢？就是你若是數數地憶念所緣境，一次又一次地憶念所緣境，這樣子叫心住在這裡，不要叫心跑到外邊去，不要叫這個心遠離所緣境，要數數地作念，念所緣境的時候，心就住在這裡了，這叫做近住。「近」是親近的意思，我同你親近；同你遠離了，那就不是親近了。就是我們這個心老是親近這個所緣境，怎麼親近它呢？數數地憶念，一次又一次念這個所緣境。我剛才說了：「我這個心在做什麼？」你立刻就覺悟了，就讓它回到所緣境那裡，安住下來，這樣意思。這叫做近住。

五是「調順」：調順和寂靜是什麼意思呢？我們修奢摩他的人、坐禪的人，自己要反省自己：「我為什麼坐在這裡老打妄想呢？」要想一想。諸法都是因緣生的，為什麼要打妄想呢？它是有個原因的。什麼原因呢？我們靜坐的人有兩個情形：一個是我這時候沒有靜坐，有這個臭皮囊在，總是有事情嘛，我要上街上買一點麵、買一點米，要吃飯，或者是怎麼地，總是做事情。做事情的時候，我們的眼耳鼻舌身就會接觸到色聲香味觸的。接觸了，也會看見男人、也可能看見女人，也可能看見眾生貪瞋癡的境界；一接觸這個境界，內心裡面就會分別。有分別，那麼怎麼辦呢？修行人應該怎麼個態度、來面對這些塵勞的境界呢？你不可能完全沒有事情，說：「我一個人住在深山裡面住。」深山裡，你也不能老在那兒坐，你也要準備吃的東西，你一個人嘛，你也要去做事，你還會看見一個鳥飛來、看見一枝草，這些雜亂的事情也會看見的。那麼這個時候，修行人心裡面有正念，就在想：「這些事情都會引起我內心的散亂，我看見這色聲香味觸，就會引起我內心的散亂，我不要散亂。」馬上地要警告自己，應該這樣子。這個時候，雖然沒有入定，眼耳鼻舌身意還接觸色聲香味觸，但是這個時候已經有了控制了，控制它，叫這一念心不要在那上散亂，應該這樣子。所以那叫做調順，就是控制這一念心，雖然沒有靜坐，控制這一念心不要在外境上散亂。這是調順。

「寂靜」：就是靜坐的時候；靜坐的時候，坐坐的，他心裡面不住，他就貪心來了、瞋心來了。有人講：說一個賣豆腐的，常到寺院裡面賣豆腐。這一天，廟裡面出家人

說：「這裡禪堂打禪七，你也來坐一坐吧！」他說：「好！來坐。」他也不懂得怎麼坐，但是也坐在那兒。忽然間想起來，多少年前某人買他豆腐還沒給錢！所以我們說是沒有賣過豆腐，但是也可能有問題，就是坐在那裡忽然間想起來：某某人對我對不住！就又想起來了，心裡面憤怒。或者是過去有什麼貪愛的事情，心裡面又現出來。就有貪欲、瞋恨、各式各樣的煩惱，心裡面會現出來。這就是所謂掉舉了，那麼怎麼辦呢？修行人你一坐下來的時候，你心裡面想：「這些貪心、瞋心、各式各樣的煩惱，是障礙我修行的，我不要為它們所傷害！我不要再有這些雜念、這些妄想！」自己訶斥自己。你有這個厭離心，對貪欲有厭離心、對憤怒有厭離心，種種的煩惱你都有厭離心，你這種心情強了的時候，靜坐的時候，貪一起來，你馬上知道不對，馬上就會知道。這樣子，你妄想就減少了。

靜坐的人有很多妄想，這妄想從那兒來呢？就從你有生以來的生活、你的經驗上來的，這些妄想是從那裡來的。所以在家居士修禪定、靜坐，不能和出家人比。出家人在一個寂靜的地方，看見的都是佛像、再不然經書、再不然我看你也是出家人、你也是出家人，大家都是出家人，這樣子這個佛法僧的境界，他就是有妄想也就限於這個範圍，其他的妄想自然是少。你在家居士不同的啊！所以我主張：你若真想修行，就是出家好！當然，大菩薩境界那是另當別論。

「寂靜」就是靜坐的時候，內心裡面有種種的煩惱出現的時候，自己預先訶斥自己！有一句話（註：原詩云：「遠之易為士，近之難為情；香味頹高志，聲色喪軀齡」）：「聲色頹高志」，色聲香味觸這個聲音和形色；說這個人的志願很高，但是他若歡喜聲色，他這個高志就垮了。「香味喪軀齡」，人歡喜吃好東西，歡喜這個、歡喜那個，我看家常便飯是最有營養了，我看。「遠之易為士，近之難為情」。所以，色聲香味觸能生人的貪心、也能令你生瞋心。你不修道，那也就不要說了；若修行人來說，這都是障道的因緣！那麼，你常能訶斥自己，這妄想就減少了，所以能夠叫它寂靜，使令心的妄念自然減少，就寂靜了。

七、「最極寂靜」：最極寂靜是什麼呢？就是他這時候常常修奢摩他的人，他還有多少妄念，但是妄念要起的時候，他立刻就覺悟了，就把這一個妄念就停下來。我們修行功夫不夠的人，妄念都起了老半天了才知道，「哎呀！我有妄想了。」但是，功夫高了的時候，它要起、還沒起的時候就知道了，就能把它停下來、不動。所以，他若是一靜坐八個鐘頭，只起一個小妄想，立刻就停下來，能有那種境界。所以叫最極寂靜。

八、「專注一趣」：簡單地說，就是他的心能專一地安住在一個境界上，一點雜念沒有。就是精進、相續不斷地、長期地這樣靜坐，這一坐完全沒有妄想，完全是心裡

明明了了、而又很寂靜，心裡面很寂靜、又是明明了了，也不昏沉、也不散亂。能這樣子，那叫做專注一趣。可是這個境界，心裡面要注意，要注意才可以的。

最後這一個「等持」：等持就是他不需要特別注意，就很自然地就是明靜而住，一坐幾天不出定也是可以，明靜而住，那叫做等持。這個「等」字是平等的意思。怎麼叫做平等呢？譬如說我們沒有修行的人，我們靜坐的時候，不是散亂、掉舉、就是昏沉，這就是不平等；修行的人也不散亂、也不昏沉，這就叫做平等。就是我們人睡覺的時候不作夢，也沒有妄想，但是什麼也不知道；我們睡醒了的時候，心裡面東想西想，雖然是明了、不昏沉，但是東想西想是亂的、動亂。我們不睡覺的時候心裡面動亂，睡著覺了什麼也不知道，這就是不平等。有了功夫的時候，他心裡面不昏沉，明了而沒有動亂。所以，心裡面是平等的。

「持」就是這個平等的境界能保持住、不失掉，但是他也不需要特別的注意。像我們若靜坐的時候，你心裡面要特別注意念所緣境，才能沒有雜念，你一放鬆了就不行，一放鬆這妄想就來了，這是沒有功夫的相貌。若是成就了、有了功夫的時候，等持就是不需要特別注意，就是很自然的它就能明靜而住，那叫做等持。

由內住到等持是九個，這是九個心住。這個時候叫做欲界定。就是這個時候這個人他還是有貪瞋癡煩惱的，但是輕微多了，和我們一般的情形不同、不一樣的。

丁二、近分定

近分定——有作意：

先發如是正加行時，心一境性身心輕安微劣而轉難可覺了。復由修習勝奢摩他、毘鉢舍那，身心澄淨身心調柔身心輕安，即前微劣心一境性身心輕安漸更增長，能引強盛易可覺了心一境性身心輕安。謂由因力展轉引發方便道理，彼於爾時不久，當起強盛易了身心輕安心一境性。如是乃至有彼前相，於其頂上似重而起，非損惱相。即由此相於內起故，能障樂斷諸煩惱品心麤重性皆得除滅，能對治彼心調柔性心輕安性皆得生起。由此生故，有能隨順起身輕安風大偏增眾多種種來入身中。因此種種入身中故，能障樂斷諸煩惱品身麤重性皆得除遣，能對治彼身調柔性身輕安性，遍滿身中，狀如充溢。彼初起時，令心踊躍令心悅豫歡喜俱行，令心喜樂所緣境性於心中現。從此已後，彼初所起輕安勢力漸漸舒緩，有妙輕安隨身而行在身中轉。由是因緣，心踊躍性漸次退滅，由奢摩他所攝持故，心於所緣寂靜行轉。從此已後，於瑜伽行初修業者名有作意，始得墮在有作意數。何以故？由此最初獲得色界定地所攝少分微妙正作意故，由是因緣名有作意。

得此作意初修業者有是相狀，謂已獲得色界所攝少分定心，獲得少分身心輕安心一境性。（《瑜伽師地論》卷 32·大正 30·464-465 頁）

「明證止深淺之相」，我們學習奢摩他，從開始到有成就的時候，有深淺的相貌、有深淺的相狀。在這裡分三個階段說明：第一是九心住，第二是近分定，第三是初禪。九心住，我們昨天說過了。現在是說第二、近分定。

「近分定」這三個字，就是表示這個定距離色界初禪很近了，離它不遠。就是九心住離色界初禪還是遠的，但是近分定就是離它很近了。「分」有個範圍的意思。它這個定的範圍是這樣的：就是超過了九心住，但是還沒到色界初禪，可是距離色界初禪很近了。在其他的文上也名之為「未至定」，就是它還沒有到色界初禪，但是快了，快到了，這叫未至定。

「近分定——有作意」：「近分定有作意」連起來讀也好。「有作意」也是近分定的一個名稱，也是它的名字，也叫做有作意。「有作意」到下文再解釋。

九心住名之為欲界定，「欲界定」這個話，我們在解釋九心住的時候，應該是明白了。就是他的內心靜下來了，沒有其他的雜念，名之為等持。但是我們這樣解釋的時候，我們沒有提到有輕安樂，欲界定沒有輕安樂，只是很舒服就是了。當然，有這樣功夫的人很了不起！要很努力才能成就；雖然沒有輕安樂，可是也很好很好了。唯一遺憾的事情，就是欲界定很容易破壞，你很辛苦、千辛萬苦地減少睡眠，也可能要減少飲食、也要減少人事的關係，放下了很多很多的事情，好不容易成就了，但是一下子就會失掉了。欲界定就是這樣子的，容易失壞、沒有輕安樂。

近分定就是在九心住的基礎上繼續地修行，他有輕安樂了，他的定力又深入了，就是有這樣的情形。

「先發如是正加行時」，就是一開始、在最初，你開始這樣子修行的時候。「加行」，就是努力地修行叫加行。「正」就表示沒有錯誤，表示你用的方法很正確，你的目的、你的動機也是很正確，叫做正加行。所以若是想要學習佛法的禪，學習佛法的奢摩他，你要認真地學習關於這一方面的經論，不是一知半解就可以的。

我們在社會上找一個職業、做一個專業，你都要學很久，你要有那樣的知識才能做的，何況修這種定。定叫做上人法，是超過了人以上的境界的，叫做上人法，你怎麼可以不學呢？

先發如是正加行的時候，你當初開始修行的時候，就是連九心住都在內。「心一境性身心輕安微劣而轉」：「心一境性」，就是我們的心安住在一個境界上，這叫心一境性，這就是等持。最初沒得等持，但是也是這樣學習，你逐漸地、逐漸地有多少心一境性了。靜坐一個鐘頭，有五分鐘的心一境性已經了不得，都不容易啊！假設一小時，你

有半小時的心一境性，那你很快地就會一個鐘頭了。所以這個時候的情形，你這「身心」的「輕安微劣而轉」，在你的身體裡邊、在你的內心裡邊就有輕快的安樂。那個安樂、那個輕安，微劣，微小、很劣弱的在裡邊活動。「難可覺了」，不容易發覺，自己也不知道。（這個事情就是在前面那個等持就是這樣子，也有一點微劣的輕安樂，但是自己也不知道。）

「復由修習勝奢摩他、毘鉢舍那，身心澄淨身心調柔身心輕安」，復由修習，這就開始近分定了。又由於你努力地修習勝奢摩他、毘鉢舍那，就是超過了九心住、超過了欲界定。那個時候修習奢摩他（就是止）、毘鉢舍那（就是觀）。

這個觀，本來我們下文有說觀，但是現在這個地方說觀也是觀，但是和後文說的觀不一樣。這個觀是什麼觀呢？修定，我們目的應該是要得到色界初禪！因為得到色界初禪，或者二禪、三禪、四禪，你這個心的力量強大，非常的大。說是現在這裡有一個石頭在這裡，那一個得定的人他說這是黃金，那它就是黃金！這個心的力量非常大。所謂心能轉境，有那樣禪定的人就是那樣子。我們心的力量不夠，你說它是黃金，它也不是，它也不變，就是力量不夠。所以我們欲界的人，心的力量為欲所困擾，心的力量就小了；色界天上的人他的心的力量特別大，所以他們有神通。

但是欲界的人和色界天上的人，也就是欲界定和色界定這兩個定來對比，究竟有什麼不同？就是色界定是沒有欲了。我們欲界定的人得到了等持，功夫很可以了、很好了；但是還有欲，對於色聲香味觸還有很深很深的愛著，還是有欲。現在你若進一步想要得色界定，怎麼辦呢？就是要離欲！不然的話，色界定是不能得的。怎麼離欲呢？所以要觀。「復由修習勝奢摩他、毘鉢舍那」，要修觀。修什麼觀？其實就是修不淨觀。

有的人說：「你們出家人修不淨觀，我們家居士不修不淨觀。」這個話也可以這麼說，但是你若想得色界定，那你就一定要修不淨觀，不然的話你沒有辦法得色界定的。所以，不管你是在家、你是出家，你若想要得色界定，你就是要修不淨觀！

不淨觀，在《大智度論》說三十七道品的時候，解釋三十七道品的四念處那裡，觀身不淨說了很多，那麼就可以那樣觀。而在《瑜伽師地論》裡面也說得很清楚、也說得很詳細。現在我簡單說一下。

在《法句經》上有一個頌：「觀此粉飾身，瘡傷一堆骨，疾病多思惟，絕非常存者。」這是一個大概的不淨觀。我們觀察這個粉飾身，穿上衣服、戴上帽子，或者怎麼怎麼樣裝飾起來，看上去很美，「觀此粉飾身」。「瘡傷一堆骨」，實際上就是一堆骨頭，人有什麼好呢？就是一堆骨頭而已，就是一個髑髏骨，人家畫那個骨頭的像，你到醫院裡面也可能會看見，就這個髑髏骨，眼睛那裡兩個大洞，牙齒那地方也很難看，那麼

一個頸骨、肩骨、肋骨、脊骨……一直到腳趾骨。人就是一堆骨頭。一個骨頭、一個骨頭連接起來的，就是這樣子。

「瘡傷」，「瘡」是什麼呢？人的眼耳鼻舌身意，這六根其實就是六個瘡，這裡邊都是不淨。眼睛實在有的時候有眼屎，耳朵裡頭也不是太好，而這個嘴裡面往外吐痰、鼻子流鼻涕，有什麼好呢？就是「瘡傷一堆骨」。我們靜坐的時候，不是閉上眼睛就沒有事了；就是心裡面思惟這個不淨觀，思惟這個身體：「觀此粉飾身，瘡傷一堆骨」。

還有什麼問題呢？「疾病」多思惟：這個一堆骨的身體常常有病，常常要去看醫生，看一回還不行，就是常常要有病。疾病「多思惟」，另外還有一個問題，就是妄想多得很！睡著覺了它還要作夢，白天更不得了，東想西想，「疾病、多思惟」。

最後一個問題就是「絕非常存者」，這個身體不會永久存在的，它一定是要死掉的。說是要把這個身體怎麼樣叫任督二脈打通了，又這個、又那個，終究有一天要死掉的。所以佛法的修行，我們在經論上看，佛法的意思就是好好地用功修行，重換一個，這個身體是不要、不想保留它，不想叫它長生不死；重換一個，佛法是這樣意思。所以觀察這個身體就是「疾病多思惟，絕非常存者」，就是這樣子這麼觀察。

《大智度論》上還有一個頌：「是身為穢藪，不淨物腐積，是實為行廁，何足以樂意！」這個頌也很有意思。「是身為穢藪」，我們這個身體是個穢藪。什麼叫做穢藪呢？「不淨物腐積」，很多臭穢的東西、腐爛了的東西積聚那麼一大堆，就叫做穢藪，我們的身體就是那樣子。「是實為行廁，何足以樂意」，這個身體就是會走路的廁所，它就是會走路、還會說話、會罵人、會發脾氣，那就是這麼一個廁所而已。「何足以樂意」？這樣子形容身體的不淨。但是在《大智度論》裡邊說得倒是很詳細，那九種不淨觀說得更詳細。就是作這樣的觀察。作這種觀察就能夠破除去欲心，欲心就沒有了；欲心沒有了，人就不同了，他就安樂自在。人有欲的時候，欲一動了就不自在，就有問題。

那麼這上面說：「復由修習勝奢摩他、毘鉢舍那」。沒有修定的人、沒有靜坐、沒有修定的人，就是沒有得到等持的人、靜坐沒有什麼成就的人、或者不靜坐的人，他自己有了欲心，為欲心所苦惱，他不知道，不知道這苦惱是由欲來的；他感覺這是對的，這是人生的正常，沒有什麼不對。但是，你若靜坐達到了等持的程度的時候，就多少會厭煩一點，自己就會厭煩。他一靜坐到等持，這境界很好，但是欲心一動就不對了，就不能等持了，它就會破壞。欲能破壞自己的禪定，若成就了禪定也能破這個欲，它們兩個是不並存的——漢賊不兩立！有我就沒有你、有你就沒有我，就是這樣子。

成就了欲界定的人，他也有欲，當然和一般沒有欲界定的人比，沒有那麼重，但是還是有的，他有點厭離心了。有了厭離心，這個時候如果他是佛教徒，這欲界定，

不是佛教徒也可以成就，佛教徒能努力修行也能成就。成就了以後，他也感覺到自己的修行是不圓滿的，需要繼續努力。應該怎麼樣修行呢？在佛法裡面說，這個人他向前進有兩條道路：一個是出世間的聖道，就是修三十七道品、得初果，這是一條聖道；另外一條道路，就是到初禪去。到初禪那裡去，當然成功了是沒有欲了，但是還是凡夫，還不是聖人；如果修三十七道品的聖道，那就能到初果、到阿羅漢果，那就是聖人了，是有這麼兩條道路。

現在這裡說，成就了九心住的人，他繼續向前進、修得色界定。在佛教徒來說，佛教徒大概的情形，分成兩類：一個是鈍根人、一個是利根人。利根、鈍根怎麼解釋？我們也可以按通常的意思，說這個人很笨，就算是鈍根人；這個人非常聰明，就是利根人。可以這樣解釋，但是又不是太恰當。就是般若波羅蜜的善法沒有學習，學習得不及格，這個人就是鈍根人；他的般若波羅蜜學習得很成功，這個人就是利根人，可以這樣解釋，這樣比較好。鈍根人想要學習聖道就困難一點，那麼這個人就可以學習由欲界定經過未到地定到色界初禪去，走這條路。利根人他的般若慧特別強，那他就由欲界定也可以到未到地定，就可以到初果聖人、到阿羅漢果，走這條路，可以這樣子。

現在不管是那一種人，從九心住的欲界定向前進，修色界定、修未到地定。修未到地定就是一方面修奢摩他、一方面還要修毘鉢舍那，就是修不淨觀。但是這個時候，這兩種：一個止、一個觀，是「勝」——是超過了九心住了。

「身心澄淨、身心調柔、身心輕安」：這樣子修行的時候，你就會成就了「身心澄淨」，這個身也感覺到清淨、心也感覺到清淨。如果你參加過禪七，你就會感覺到。如果你知道怎麼樣靜坐，你參加過禪七，然後你再從禪七出來、回到社會上去，你就知道：打禪七的時候身心澄淨，就會知道怎麼叫做澄淨。「身心調柔」，身也調柔，不是那麼羸硬。說是血管硬化，那就是不調柔了。可見把定修好了，身體就是減少病痛；就是有病，對它也沒有大影響，身心都是調柔。調柔表示煩惱輕微了，有煩惱就是不調柔，有病也是不調柔。因為身心調柔，所以「身心輕安」，身也輕安、心也輕安。這幾句話是總說的。

「即前微劣心一境性身心輕安漸更增長」，那微劣的身心調柔、微劣的心一境性、微劣的身心輕安，你努力地修行、不要懈怠，「漸更增長」，逐漸地就增長了；心一境性也增長了、身心輕安也增長了。「能引強盛易可覺了」，能引發出來強盛的「心一境性、身心輕安」、易可覺了的「心一境性、身心輕安」。

我們沒有得身心輕安的人，就是沒有得三昧樂的人，當然欲樂是樂，不肯放棄；但是若得到三昧樂，對於欲樂也不歡喜了。就像那個大富翁，看一個窮人有一張毯子，

看不上眼的。就是得了三昧樂的人、得了色界定的那種殊勝的輕安樂，對於世間上人的欲樂也不認為是值得留戀的。所以，還是可以向前進的。所以，捨掉了欲樂，進一步能得到三昧樂，這個人就是成功了，還算是不錯。如果欲樂棄捨了、三昧樂也沒得到，這個人有點問題。

「謂由因力展轉引發方便道理」，這都是《瑜伽師地論》的文，玄奘三藏他翻得非常微細。這就是說由於因力，就是你不斷地修勝奢摩他、勝毘鉢舍那，就是因力。這個因力展轉地增長、展轉引發的方便道理，就是由下品增長到上品、由上品增長到上品，就是逐漸逐漸地引發，就像你栽培一枝花，你常常施肥、常常澆水，它逐漸地逐漸地就長大了。這叫引發的方便道理。

「彼於爾時不久，當起強盛易了身心輕安心一境性」，那他不會太久，這個強盛的身心輕安、心一境性就成就了。「如是乃至有彼前相，於其頂上似重而起，非損惱相」，「如是」就是前面說的這個事情，「乃至有彼前相」，就是由微劣的身心輕安、身心調柔，到了強盛易了的身心輕安、心一境性，所以叫做乃至。可是到那個時候，強盛的心一境性、身心輕安現前的時候，「有彼前相」，先有一個相現出來。什麼相呢？「於其頂上」，在他的頭頂上面，「似重而起」，就好像有點重，感覺那個地方重，有重的感覺，這頭上有重的感覺。「非損惱相」，這個重的感覺出現的時候，這是你成功的一個相貌，不是損害，不是對你有害處的。

「即由此相於內起故」，由於重相在你頭頂上現出來。「於內起故」，在你內身上現出來。「能障樂斷諸煩惱品心麤重性皆得除滅」：「諸煩惱品」，我們內心這個煩惱主要是欲，而欲也能令你苦惱，所以就有瞋，這些煩惱品。「樂斷諸煩惱品」，你歡喜除掉煩惱。但是「能障」，你歡喜斷煩惱是一回事，但是你的身心裡面，還有一個東西能障礙你樂斷諸煩惱品的。是什麼東西呢？「心麤重性」，心的麤重性能障礙你樂斷煩惱。心麤重性是什麼東西？其實就是煩惱。你內心裡的煩惱能障礙你樂斷煩惱。所以有的人用功修行，修行、修行，不修行了，就是那煩惱起來了，他就不能修行了。

「麤重」，我昨天講過，就是煩惱睡眠的時候叫做麤重。就像人他沒有出來工作，他在家裡面休息，你外面看不見他。煩惱它沒有在你的眼耳鼻舌身意活動，就感覺沒有煩惱；其實煩惱還是有，就是在你心的深處在那裡睡覺了，就是它休息了、沒動，那叫麤重性。那個麤重性「皆得除滅」，就由於你頭頂上有重相現前的時候，就表示你那個煩惱品的心麤重性除掉了、滅了、沒有了。

「能對治彼心調柔性心輕安性皆得生起」：那個重相——頭頂上的重，表示你內心裡面的心麤重性滅了，但是它不是自然滅的。是能對治彼，就是能消滅煩惱的那個，是什麼呢？「心調柔性、心輕安性，皆得生起」，這個心輕安性、心調柔性，也就是心

一境性，它生起來了、現出來了，所以那個煩惱品也就沒有了。就是明生暗滅，光明生起來，黑暗就滅了。所以心調柔性、心輕安性一生起來，心麤重性就沒有了。

「由此生故，有能隨順起身輕安風大偏增眾多大種來入身中」，這前面是說心麤重性滅了，心輕安性現出來了；這下面說身，說身體。

「由此生故」，先是心的輕安現出來，心輕安先現出來，然後才有身體的輕安。所以由於心輕安生起了，這個時候就「有能隨順起身輕安風大偏增」：這個風大偏增能幫助我們身體的輕安生起來，所以叫做「隨順起身輕安」。「風大偏增」，就是我們身體裡面有地水火風四大，但是四大裡面的風大它偏增，特別地它增加了、多起來了。「眾多大種來入身中」，很多的風大來到身體裡邊。這個「大」字，因為我們這個世界上都是地水火風成就的；「大」是很普遍的意思，地大也是很普遍的、水也是很普遍的，地水火風都是很普遍的，所以叫做大。那麼我們這個身體裡面的地水火風也名之為大。

「眾多大種」，種者因也，因為這個物質的世界就是由地水火風為因而組織成的。那麼很多的風大入到身體裡邊來了。這是怎麼回事情呢？我們沒有修定的人，我們身體裡面也有風大（地水火風四大），但是程度是低了一點。若是你得到色界定的時候，你身體裡面就有色界天的地水火風。現在沒有得色界定，是得到近分定（未到地定），就是欲界的四大、和色界四大中間性的那個地水火風，現在就是先有風大來。這可見，佛法還是說是唯心所現，我們原來是這麼個程度的人，因為不斷地努力修習止觀，修習達到一個程度的時候，我們的身心就改變了，身心就變化了，所以有更高一點的物質來到我們身體裡邊，所以身體的感覺就不同了。

「因此大種入身中故，能障樂斷諸煩惱品身麤重性皆得除遣」：身麤重性能障樂斷諸煩惱品。心麤重性也是能障樂斷諸煩惱品；心麤重性，主要是欲煩惱、瞋煩惱、各式各樣的煩惱。那麼身麤重性是什麼東西呢？就是欲煩惱在我們的身體裡面不斷地活動，就使令我們身體的地水火風也有這種成份、也有這種麤重性了，它就能障礙我們修行，所以叫做身麤重性。現在因為風大偏增的關係，能障樂斷諸煩惱品那個身麤重性也除掉了、也沒有了。

「能對治彼」那個「身調柔性身輕安性，遍滿身中，狀如充溢」，能對治那個麤重性的身體的輕安性、調柔性，充滿了這個身體，這就是風大。這可見這個風在身體裡邊，使令我們有輕安樂，是這樣意思。這是簡單這麼說，以後還有詳細的說法。

「彼初起時，令心踊躍令心悅豫」：「彼初起時」，這個身輕安、心輕安性初開始生起的時候，因為有特別的輕安樂，所以使令我們心裡面踊躍，特別高興。「令心悅豫」，使令我們的心特別喜悅。我們從來沒有過這種享受，忽然間來了，心裡面快樂。「歡喜俱行」，我們的心和歡喜同時活動。「令心喜樂所緣境性於心中現」：因為我們的心是個

明了性的東西，由於修勝奢摩他、毘鉢舍那，達到那個程度的時候，在生理上有這樣變化，在我們明了性的心裡面，都是明明了了知道這件事，所以這些都是「所緣境性」。但是在《清淨道論》上有一個特別的說法，我想你們可以自己看看這個說法。

「從此以後，彼初所起輕安勢力漸漸舒緩」，也可以這說是個高潮，這個高潮以後，「彼初所起」的輕安的力量，逐漸地、逐漸地就寬舒遲緩了，就是低下來了。「有妙輕安隨身而行」，有更好的安樂隨著你的身體裡面繼續下去。「在身中轉」，在你身體裡面繼續活動。

「由是因緣，心踊躍性漸次退減」，心的踊躍的歡喜也減少了一點。「由奢摩他所攝持故，心於所緣寂靜行轉」：身體有那麼好的輕安樂，但是心並沒有亂，因為你修成就的奢摩他能攝持你的心，叫你這個心在所緣境上繼續地、寂靜地這樣子相續下去。

「從是以後，於瑜伽行初修業者名有作意」：從這麼以後，你的修行有這麼一回的這樣的境界出現以後。「於瑜伽行」：瑜伽行就是奢摩他和毘鉢舍那行。「瑜伽」翻中國話就是相應的意思；止相應、觀也相應的時候。「初修業者」，初修瑜伽行的這個人就叫做「有作意」，就名之為有作意。「始得墮在有作意數」：這才落在有作意的範圍內了。

「何以故」，什麼原因叫做有作意呢？「由此最初獲得色界定地所攝少分微妙正作意故」：因為這是最初得到色界定——色界初禪——所攝的，屬於色界初禪的少分，不是全部的，一少分。「微妙」的「正作意故」。

「作意」這句話怎麼講呢？作者，動也。作意就是動意，就是動心的意思。我們這個心和外面的境界相接觸的時候，一開始先有一個作意，這個作意就來動那個心，叫那個心去接觸外面的境界，就是「引令趣境」，它引導你的心去接觸外面的境界，那個力量叫做作意。作意，大概地說有兩種：一個如理作意、一個不如理作意。不如理作意：我們種種的煩惱，想要害人，有不如理作意在那裡計畫，怎麼樣可以佔他的便宜，那是不如理作意。如理作意就是慈悲心、愛人的心。

但是在這個地方，論修行人來說，這個地方倒是很重要。譬如說這個人是個凡夫，他要修行，凡夫就是有煩惱的，「你的煩惱在活動，怎麼能夠修行呢？」噯！話不是這樣說的！你雖然是凡夫，但是你若能如理作意，煩惱就不動。煩惱要活動，需要有不如意作意作引導才可以的。譬如說這個人的欲心動了，但是你把這不淨觀一修，欲心它就不動。所以雖然是凡夫，還有成為聖人的可能。原因就是我們心理上的活動有這麼一個制衡的力量，就像總統他要提你的名，你才能有機會上來，這個事就是有這麼一個力量。你常常有如理作意，煩惱就不動。說是「我隨隨便便，我不願意受約束，你叫我受三歸五戒，我不自由，我要隨便的。」那你不如意作意，你的煩惱隨時可以活動。所以這個事情，有的在家居士想要出家：「哎呀！我不能出家，我不行！我不可

以。」其實你不知道，你要知道就不要緊，還是可以出家！因為什麼呢？因為有這個作意的心所能節制。你常常如理作意，煩惱就不活動，就沒有事。

所以現在這裡說是有作意，就是這個修行人能夠引導這個心到心一境性那兒去，常到禪定那裡去，他引導這個心到禪定那裡去，他不引導它到五欲那裡去，所以說這個人是有作意了，是這麼意思。「於瑜伽行初修業者名有作意，始得墮在有作意數」。這就是能發憤圖強的人，「你說我不行，我非要行不可！我一定要得禪定！」那麼也就成功了。「由此最初獲得色界定地所攝少分微妙正作意故，由是因緣名有作意」。

「得此作意初修業者有是相狀」，就是前面說這一段，有身輕安、心輕安，還有這個前相在「頂上似重而起」。《瑜伽師地論》是玄奘三藏從印度翻譯過來的；但是我們中國大德、在南北朝時代的修行人，他不說「重」，他說「動」，多數用這個作例。就是他得定的時候，他先是動相，先有個動相，而不說重。這也許中國人——漢人的生理多數是動、而不是重；印度人多是重相現前。但是當然也不是一種，後邊說有八觸，不只是一種的。

「謂已獲得色界所攝少分定心」，不是全部。「獲得少分身心輕安心一境性」，還沒有圓滿。這是在《瑜伽師地論》的三十二卷，三十二卷的末，三十二卷的最後說這一段文。

這是說，由欲界定的九心住進一步得到近分定，就會有這種境界。近分定，就是修奢摩他、同時也要修不淨觀；修了一段不淨觀、然後再修奢摩他，奢摩他修了一會兒、再修不淨觀，就是這樣子，你逐漸地、逐漸地就進步了，就會達到這個境界。

但是天台智者大師在《釋禪波羅蜜》裡面講，說是得到未到地定的時候，他也會現出一個形相，就是忽然間感覺到沒有身體了，身體沒有了，也沒有床，座位什麼都沒有了，猶如虛空似的，也會現出這種形相。但是在《瑜伽師地論》裡面不看見有這樣的說法。可是在《菩提道次第廣論》上，宗喀巴大師他說了，他也是說忽然間身體不見了，也有這個說法。這樣和智者大師說的是相同了。那麼，這裡是沒有說。這個修行的事情是各式各樣的，有的人可能現、有的人可能不現，也不是決定的。

丁三、初禪

謂先於欲界觀為麤性，於初靜慮若定若生觀為靜性，發起加行離欲界欲。

為離欲界欲勤修觀行諸瑜伽師，由七作意方能獲得離欲界欲。何等名為七種作意？謂了相作意、勝解作意、遠離作意、攝樂作意、觀察作意、加行

究竟作意、加行究竟果作意。(《瑜伽師地論》卷 33；大正 30·465 頁)

這底下說初禪。由近分定繼續向前修行，就可以得初禪。

「謂先於欲界觀為麤性，於初靜慮若定若生觀為靜性，發起加行離欲界欲。為離欲界欲勤修觀行諸瑜伽師，由七作意方能獲得離欲界欲。何等名為七種作意？謂了相作意、勝解作意、遠離作意、攝樂作意、觀察作意、加行究竟作意、加行究竟果作意」，就得初禪了。

「謂先於欲界觀為麤性」，就是前面我剛才說：修近分定的時候要有毘鉢舍那，那個毘鉢舍那就是這個意思。「先於欲界」，先要對於欲界的色聲香味觸的欲，觀察它是麤性、是麤劣、不可愛樂的東西。

「於初靜慮」，色界初禪叫初靜慮。「禪」，翻中國話就是靜慮。「靜」是內心寂靜，「慮」就是觀察的意思。靜就是奢摩他，慮就是毘鉢舍那。到了初禪，也可以說是定慧。「若定、若生」：定和生是什麼意思呢？就是我們欲界的人，你能努力地修行，你得到色界初禪，這叫做「定」。得了這個定的人，他的壽命到了，他死了；死了以後，就生到色界初禪天上去了，所以那叫做「生」，這是兩種不同。「觀為靜性」：你要觀察色界的初禪定是非常美妙的，定也是美妙、生也是美妙，你這樣觀察。「發起加行」，你要發起來、要努力地去修行，就是修奢摩他、毘鉢舍那。「離欲界欲」，因為你修不淨觀，所以就把欲界的欲破壞了。

「為離欲界欲」，為求棄捨欲界的欲，要「勤修觀行」，要精進地修行，不精進是修不成功的。「諸瑜伽師，由七作意」：勤修觀行，究竟怎麼修呢？瑜伽師由七種作意才能夠「獲得離欲界欲」的。「何等名為七種作意」呢？

「謂了相作意」：「了相」就是明了它的相狀、明了它的情況，就是了相作意。了相作意，就是明了欲界的欲是令人苦惱的、不是令人快樂。昨天說：樂少而苦多，那不如初禪天的三昧樂是最圓滿的了。要這樣思惟，要了達、明白它的相狀。

《瑜伽師地論》裡面，說到我們欲界的欲，我昨天、前天也說過，你追求的時候很辛苦；你很僥倖成功了，你還要保護也是很辛苦；另外，這可愛的境界若破壞了，心裡也很辛苦。另外一件事，就是你成就、你得到了這種欲，這個欲令你老是無厭足，老是感覺到不夠，還要再多、還要再多，就是這樣子，這也是很辛苦。另外一種情形，不自在！你得到這種境界、這些如意的事情，還有不自在的苦惱，我們在歷史上完全能看出來。

我們說劉邦！劉邦他是作了皇帝了，外邊有一個王造反了，他領了二十萬軍隊、是多少萬軍隊，把那個王殺掉了。他這件事做完了，回到他家鄉去，召集了很多的原來的親戚朋友，大家吃酒；又召集了很多的小孩子，大家唱歌，在那兒跳舞。這劉邦

就是作了一首那算是詩、算是詞？他說是：「大風起兮雲飛揚，威加四海兮歸故鄉，安得猛士兮守四方？」這是「大風歌」。唱這個歌的時候，淚——數行下，眼淚就流下來。這就是不安！心裡頭不安。

「大風起兮雲飛揚」，我解釋一下，這個風，很大很大的風，天空裡有很多的雲，這風太大了，就把雲都飛揚、都吹跑了。這等於是個譬喻，譬喻什麼呢？「威加四海兮歸故鄉」，他的威力太大了，能夠普及到四海，就是統一中國了，把楚霸王打倒了，後來有多少人造反，也都打倒了。這時候可能韓信也殺死了。「威家四海兮歸故鄉」，回到他的老家去了，很光榮啊！那麼心情是很快樂，結果下一句：「安得猛士兮守四方」，怎麼樣能得到猛士，有勇有謀的大將軍，保護我的天下、保護我的四海？這個意思：不容易得到；你得到了，又怕他造反；沒有這樣的人，更不安全！所以心裡不安。所以《瑜伽師地論》上說：得到欲，這個欲能叫你不自在！你心裡不自在；老感覺到不足，還要繼續地追求，都是很辛苦的，很辛苦、很辛苦。

在《百喻經》上有一個小小的譬喻，也等於是一個小的故事。說是一個貧窮的夫妻，生活都不那麼好，生活很困難。但是這個時候，這個城市裡面有一個節日、一個紀念日，很多人到這個大會上，又唱歌、又跳舞的。那麼他這個貧窮的夫婦的太太也要去，但是自己穿的衣服不大好、很襤褸的，就對他丈夫說：「你給我買一件新衣服，給我買花，還要買花，我要戴在頭上。如果你不給我準備好，我就不做你的太太了！」哎呀！他的先生心裡面很苦惱。沒有錢，生活都困難，現在還要再去增加開支，這怎麼辦呢？喔！想個辦法，去作賊！

作賊去，經上就說到，國王的花園裡面有個蓮花池，到那兒去偷蓮花。偷蓮花，那裡有管理人嘛，他到那裡面，裡面有水，一走路它就有聲音，管理員就聽見聲音，就問：「是誰？」他心裡面緊張，說：「是我！」「啊！是你！」到那兒就把他抓住了。抓住了以後，他就學鴛鴦鳥叫，他能夠叫鴛鴦的聲音來。那個管理員說：「如果剛才你這樣叫這個聲音，我就不抓你了。你現在叫是不行了。」

那個譬喻，譬喻什麼呢？是譬喻我們相信佛法的人，要趕快地栽培善根，你到臨死的時候再栽培善根就來不及了，表示這個意思。但是這也看出來：不管是富貴也好、是貧窮也好，欲使令人苦惱。這可見，從事實上，不管是古代、是現在，其實都是一樣，的確沒有欲是好得多！

所以，這了相作意就是從事實的經驗上，要知道欲是苦！再加上由佛菩薩的智慧的介紹、說明：欲是苦，你從這裡要認識它——認識欲是苦。認識初禪天、初禪的禪定是快樂，沒有這些事情，我們欲界這個苦它完全沒有，所以它是靜。這叫了相作意，這是第一個。

「勝解作意」：勝解作意是什麼意思呢？因為這個人已經得到近分定了，他入了定以後，他就在禪定裡面修觀——在禪定裡面修了相作意，還是了相；但是因為在禪定裡面思惟，叫「勝解」。「勝」就是有力量，就是有大力量、強有力量的認識叫做勝解。我們沒有定的人，對於事情也會有所認識，但是不夠深刻；在禪定裡面，你去認識一切法，認識欲是苦，認識得深！所以叫做勝解作意。（禪及其他諸定，泛稱為禪定）

「遠離作意」：因為在禪定裡面去思惟：欲是苦、初禪是樂，你這麼修，這樣子奢摩他、毘鉢舍那，毘鉢舍那、奢摩他這麼修。修、修的又怎麼樣了呢？就來了這個遠離作意，就把欲的煩惱棄捨了，就沒有欲了，就把欲煩惱斷掉了，所以叫做遠離作意。

接下來就是「攝樂作意」：欲的煩惱一除滅了以後，內心的感覺和有欲的時候不同，就是有了輕安樂，心情自在。不管這世間上的情況怎麼變化，他心裡面自在。這有欲的人所欲的境界一變，心就不自在。沒有欲的人，不管世界上扔原子彈也好、你怎麼樣變動也好，他心裡沒有事。所以這叫做攝樂作意，他就快樂！攝樂作意，他成就了這樣的境界的時候，愛樂這個境界，愛樂這個無煩惱、沒有欲的境界。「樂」有兩個意思：一個是愛樂、一個是快樂。沒有欲了，心情快樂，所以他愛樂這個無欲的境界，也厭離這個有欲的境界。他的內心還是這樣修行的，所以叫做攝樂作意。

「觀察作意」：修行久了的時候，心就不動了，他心裡面沒有欲，他對於欲的境界，完全不動心了。不動心這個時候，他自己再反省自己：「我是不是沒有欲了呢？」就觀察自己，就是反省自己。反省的時候怎麼辦呢？《瑜伽師地論》上說：他就把凡夫顛倒迷惑的境界在心裡面思惟，思惟凡夫可愛的這些境界。一思惟的時候，感覺自己還有欲心，感覺欲心還有點動的話，那麼他就還要繼續修行，繼續修奢摩他、毘鉢舍那、修不淨觀，還要繼續修行的。繼續修行到完全沒有欲了，他到欲的境界去活動，心裡面也沒有欲，這個時候就叫做「加行究竟作意」。

「觀察作意」，由於自己的觀察，就不會有增上慢了，這不是麤淺的分別，是自己經過考驗了，知道自己有沒有欲，是這樣意思，這叫觀察作意。「加行究竟作意」這時候就是把欲完全清除了，沒有欲了。

沒有欲了以後，「加行究竟果作意」：沒有欲了以後，這時候得了初禪。

初禪一共是有五種功德——尋、伺、喜、樂、心一境性，這五樣功德。「尋」、「伺」：鳩摩羅什法師翻個覺觀，而玄奘三藏翻個尋伺。尋伺其實就是觀察的意思，就是麤略的觀察和微細的觀察，其實就是如理作意，就是這樣意思。「喜」、「樂」：成就初禪的時候，心裡面歡喜、還有輕安樂。「心一境性」就是定。一共有這五種功德。這五種功德具足了，就叫做「加行究竟果作意」。

丙三、驗知虛實=

驗知虛實，略為二意：一、正明驗知虛實，二、辨是魔非魔。

丙三、驗知虛實，略為二意：丁一、正明驗知虛實，丁二、辨是魔非魔。

在正修這一科裡面（這在止——奢摩他這一章裡面），分成三段，第一段是明止門不同，第二辨止深淺之相，第三是驗知虛實。

驗知虛實，就是考察我們修奢摩他所成就的、所現出來的情況。由九心住（欲界定）到近分定（未到地定）、由近分定到初禪，這三個境界，在我們發心修禪的人，很不容易成就的。但是在這裡邊又會出現一些意外的事情，所以需要考察一下，要觀察它：有的境界是虛妄的，有的境界是真實的、是正確的。所以這裡面有虛實的問題，應該要認識，學禪的人應該認識這一點，所以這一科也是應該要學習的。

「略為二意」，不要說太多。第一、是「正明驗知虛實」，第二、辨別是不是魔來搗亂，分這麼兩科來說明。

丁一、正明驗知虛實=

驗知虛實者：若於定中發諸禪善根，是中有真有偽，不可謬生取捨。是事難識，若欲別知，當依二法驗之：一、則相驗知，二、以法驗知。（節錄《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三·大正 46·496 下）

第一科「驗知虛實者，若於定中發諸禪善根」：就是我們在這三個境界裡面都容易有問題，九心住也可能有問題、近分定也可能有問題、初禪也可能有問題的。「發諸禪善根」：發諸禪善根這個「發」字，就是在禪定裡面出現了，出現的時候，若說是善根，應該是好境界。

「發」這個字，可以從兩方面解釋。第一個是我們前一生、前兩生，前多少生修過、學習過禪定，學習過禪定有多少成就，但是還不是有大的成就，還沒能離欲。如果我們前生坐禪離欲了，死掉了以後不會再來到這個世界，一定是到色界天上去了。但是雖然沒有離欲，可是也修得有多少成就，那麼那個成就的善，就可以名之為「善根」。等到現在你靜坐的時候，靜坐時間或者不是很久，或者很久了也不感覺到有什麼成就；但是忽然間來了好境界了。那麼這就可以做幾種解釋。就是前一生修的功德，現在出現了，所以叫做「發」，這個發就是這個意思，「發諸禪善根」。

但是這個發，照理說自己應該知道：我日常生活的眼耳鼻舌身意接觸色聲香味觸法的時候的反應。常用功的人應該反省這件事：我遇見什麼境界，內心反應的程度是什麼樣，應該知道的。這就是你修行的程度，應該知道的。那麼「我自己感覺我很平常，怎麼忽然間有這麼殊勝的境界呢？」你就應該要認識一下、要觀察一下。

「是中有真有偽」，有的是真實的、但是有的是虛偽的。所以我們用功的人有什麼好境界，不要輕易地向人說。就是真實的，但是這裡面就是你自己用功修行，本來應該是這樣子：修行之前好好地學一學，把它學通了，然後再用功修行，應該是這樣子。如果你有一個阿羅漢、有個大善知識做你的師長，那也不要緊，你不需要怎麼學，有師父傳授你一個方法就可以，因為隨時可以請問師父，那就好一點。

這樣子，你在靜坐的時候，忽然有什麼特別境界出現，你不要隨便向別人說，但是可以向師長說，可以請問師父，請問師長怎麼回事。師長告訴你以後，你還是不可以輕易向人說的。這裡邊有幾種問題、幾種事情。

初成就的人，坐禪有多少成就的人，它不牢固，你成就的功德不牢固。你常靜坐的人自己會知道，隨時會失掉了的。你若向人說：「啊！我得了什麼什麼禪定了。」結果還沒有過兩小時，失掉了。那麼這怎麼辦呢？你又向人說你得了什麼境界。所以不要向人說。就真實成就了，也不向人說。到了高深的境界，也不要向人說。不要現出來什麼形相，表示我有修行，都是不應該的。

所以這裡邊就是「是中有真、有偽」，有的是真實的、有的是虛妄的。「不可謬生取捨」，你不要錯誤地執著：「哎呀！我得到什麼什麼不得了的境界了！」你不要這樣子。

「是事難識」，這件事不是容易認識的。因為這個不是一般的……，我頭幾天說過，修定是上人法，超過人的境界的，所以這個事不容易認識。「若欲別知」：你若想要分別它的相貌、認識它。「當依二法驗之」，應該根據、從兩方面來考察它。「一、則相驗知」：就從不同的形相去觀察它，這是一個方法。第二、「以法驗知」：另外有些方法去觀察它。從這兩方面來觀察，就可以知道它是真、還是偽，是邪、是正了。

戊一、則相驗知

一、則相驗知者，即有二意：一、邪，二、正。

現在先說第一種，戊一、則相驗知者。「則相驗知」也分兩部份：第一個是邪、第二個是正。什麼叫做邪、什麼叫做正？真就是正、偽就是邪，這樣意思。

己一、邪相

邪者：如根本禪中諸觸發時，隨發一觸，若有邪法，即是邪相。邪法眾多，今約一觸中，略出十雙邪法以明邪相：一者、觸體增減，二、定亂，三、空有，四、明闇，五、憂喜，六、苦樂，七、善惡，八、愚智，九、縛脫，十、心強軟。此十雙明邪相，皆約若過、若不及中分別。一、觸體增減者：

如動觸發時，或身動手起腳亦隨然，（外人見其兀兀如睡，）或如著鬼身手紛動，或坐時見諸異境，此為增相。減者：動初發時，若上若下，未及遍身，即便漸漸減壞，因此都失境界，坐時蕭索，無法持身，此為減相。

二、定亂。定者：動觸發時，識心及身，為定所縛，不得自在。或復因此便入邪定，乃至七日不出。亂者：動觸發時，心意撩亂，攀緣不住。三者、空有。空者：觸發之時，都不見身，謂證空定。有者：觸發之時，覺身堅硬，猶如木石。四、明闇。明者：觸發之時，見外種種光色乃至日月星辰、青黃赤白種種光明。闇者：觸發之時，身心闇暝，如入暗室。五、憂喜。憂者：觸發之時，其心熱惱，憔悴不悅。喜者：觸發之時，心大慶悅，勇動不能自安。六、苦樂。苦者：觸發之時，身心處處痛惱。樂者：觸發之時，甚大快樂，貪著纏綿。七、善惡。善者：觸發之時，念外散善覺觀，破壞三昧。惡者：觸發之時，即無慚無愧等諸惡心生。八、愚智。愚者：觸發之時，心識愚惑，迷惛顛倒。智者：觸發之時，利使知見，心生邪覺，破壞三昧。九、縛脫。縛者：觸發之時，五蓋及諸煩惱，覆蔽心識。脫者：觸發之時，謂證空無相定、得道得果、斷結解脫，生增上慢。十、心強軟。強者：觸發之時，其心剛強，出入不得自在，猶如瓦石，難可迴變，不順善道。軟者：觸發之時，心志軟弱，易可敗壞，猶若軟泥，不堪為器。如是等二十種惡觸，擾亂坐心，破壞禪定，令心邪僻，是為邪定發相。復次，二十邪法，隨有所發，若不別邪偽，心生愛著者，因或失心狂逸，或歌或哭，或笑或啼，或時驚狂漫走，或時得病，或時致死，或時自欲投巖赴火，自絞自害，如是障惱非一。《大集經》中廣辦魔業之相。行者若證此法，須善識知，方便照了，不著邪定之法，即自便謝。（節錄《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三·大正 46·496-498 頁）

「邪」是怎麼樣認識的呢？「如根本禪中諸觸發時」：根本禪中，初禪以上叫根本禪。「根本禪中諸觸發時」，很多的觸會發出來。很多的觸是什麼呢？一般說就是八種觸：動、痒、涼、暖、輕、重、澀、滑。

「動」：搖動。「痒」：就是我們常也會有病，身體感覺到癢，這也是，也會有這種。「涼」：感覺到很清、很涼，不是熱；或者是「暖」。「輕」：感覺到身體輕；或者感覺到身體沈「重」。「澀」、「滑」：不是那麼流利就是澀；流利就是滑。有各式各樣的感覺的。

那麼，「根本禪中諸觸發時」，應該是比較好一點。到初禪那個程度的時候，發出來的觸應該是好一點；但是又是靠不住的。但是，在九心住（欲界定）的時候，也有發觸的時候，動、痒、涼、暖。假設你參加過禪七，你就會知道，很多人坐那裡就是要動，就是身體各式各樣的動，就有這個事情。那麼這些初開始坐禪的人，最好頂多是欲界定，那欲界定也會有些問題，或者感覺到身體熱，或者是各式各樣的感覺。未到地定裡面也是有，初禪裡面也有。現在假設是初禪。

根本禪中諸觸發的時候，「隨發一觸」，隨你發出來一個觸，或者是動、或者是重、或者是輕、或者是暖，各式各樣的觸。「若有邪法」：假設這個觸發的時候，它不是孤獨的，它一定還有別的東西附帶一同來的；來的那個東西是個壞東西、是邪法，那就不對了，那就是「邪相」。那個「則相」就是不同的形相，現在若有邪法，那就是邪相。

「邪法眾多」，邪法是很多的。「今約一觸，略示十雙邪法以明邪相」，說出來十雙以明這個邪的相貌。「一者、觸體增減」：這個「觸」，在這裡明白一點說，就是當感覺講好了。說是重，實在也是你的感覺；輕，也是你的感覺；涼，也是你的感覺；澀、滑都是自己的感覺。那麼現在這十雙第一個就是觸體增減，就是你在得到初禪的時候，你發出來一種觸，這個觸有增、有減的不同。

有十雙，第一雙就是觸體增減，第二個是定亂，第三是空有，第四明闇，五、憂喜，六、苦樂，七、善惡，八、愚智，九、縛脫，十、心強軟。「此十雙明邪相，皆約若過、若不及中分別」：就是太過頭了也不對，或者不及也是不對，那就是邪法。若能適中，那就是正、就是真實的，這樣意思。

現在先說第一雙「觸體增減」：「如動觸發時」，假設，譬如一個坐禪的人，他到初禪的時候，他心裡面感覺到身體在動。這個發的時候，「或身動手起」，他感覺他身體搖動，這個手也起來、也要動，手也搖動起來，手舞。「腳亦隨然」，腳也要動，連腳也飛起來了，那等於放開了跏趺坐，立在那裡手舞足蹈了。也或者有這些現象，「腳亦隨然」。「外人見其兀兀如睡」這句話是多餘的，沒有這句話。

底下這句，「或如著鬼」：別人看見那個坐禪的人，他平常用功很好，今天看見他就是著了鬼了。「身手紛動」，身體也在動，手也在動，這樣子。「或坐時見諸異境」，或者坐在那裡的時候，看見一些不同的境界。

這修行的事情，人是應該修行，世間上的事情都是苦惱，忙了一輩子，到最後是鬧了一場空，什麼也都沒有了。所以修行能夠得聖道，是最好的一條路。但是又不是容易！修行的時候有很多的問題。

我聽禪堂的老修行說，說一個坐禪的人，他坐在那裡靜坐，坐坐的，忽然間來一個小東西。這個東西類似小貓的那種形相的東西。他一坐禪的時候，心一靜下來的時

候，這個東西就是臥在他的腿上，臥在這裡不動。那麼一次、兩次，他也沒有向人說；但常常這樣子，他就向同參道友說這件事。同參道友說：「這個東西不是好東西，你怎麼辦呢？可以預備一個錐子，牠若再來的時候，你就給牠一錐子。」那麼，所以不應該說不立文字！這句話是大修行人說的話，初發心修行的人還是要文字的。你應該好好學一學嘛！但是他也可能沒有學過，人家這麼說，他就這樣做，他就預備好錐子。當然，這樣一靜坐的時候，心一靜下來，喔！這個東西又來了。他就拿錐子，給牠一下子，結果什麼也沒有，結果這一錐子扎在自己的腿上了！

所以，這個事情就是「坐時見諸異境」，看見種種不同的境界，這個心就隨境界轉。你沒有學過，看見好的境界，心裡就是生了增上慢；見到壞的境界，心裡就憂愁：「哎呀！這表示我怎麼怎麼地。」其實都是假的，根本沒有那麼回事啊！這上面說這些事情，就是的確是有這些事情，這用功修行的人就是有這些事。就常會有人提出來問題：「為什麼會這樣子？」這是這樣子，如果你的修行達到了初禪的境界，超過了九心住、近分定之上，到了初禪以上，這個時候（我那一天說過），就是你的身體裡邊，就有了色界天上的地水火風入到你的身體裡面來。入到你的身體裡面來，這時候你的身體就會現出來一種形相，或者是動、或者是重、或者是輕、或者是暖。那麼若是搖動，這個動就是風，風大，就是風太多了。但是若是色界定，真是一個正常的、真實的，不是其他的原因，這個動若來了的時候，它不是手舞足蹈的這樣子，沒有這回事。

現在說身體也在動、手也在動，或是腳也飛起來了，這就不是了，就太過頭了。前面說「若過、若不及中分別」，太過頭就不是正常，就有問題了。這是說色界定。

如果你是在未到地定裡，也會有這些事情，也可能會手舞足蹈。那麼在九心住初開始靜坐的人，稍稍地心裡面靜下來，也會有這些事情。那麼，我們就會疑惑：喔！色界定初禪的時候，色界四大那地水火風來了！來了的時候，身體特別地快樂（我們上面說過），得了輕安樂。現在在欲界定，還沒有到未到地定，怎麼也會有這種動的事情呢？這個動，或者說有三個原因。三個原因是什麼呢？

第一個原因是自己有病，自己體內的地水火風不調和。不調和的時候，你一靜下來的時候，第六意識，我們靜坐的時候，心若不分別，第六意識它不分別、它靜下來的時候，它控制身體的力量減弱了，這個地水火風有問題的時候就冒出來了，就是這麼回事。若是你不靜坐，你這個第六意識在攀緣活動，那麼就沒有事。當然，這種人若去看醫生，醫生說沒有病，醫生還是說沒有病的。所以這是第一個原因，就是身體裡面有病。身體有病，當然有各式各樣的病。或者是我們中國的醫學說：肝屬木，木主風，那麼這個風有病，也就是肝有點不對，它就容易會動。腎屬水，我這麼看，如果腎不大對的時候也容易搖動的，這個水它不安，也就會動。當然人有病，水能生木，

木若是有病了，也影響到水，所以說是肝有病，也就影響到腎，有種種原因。反正現在說第一個原因，這個動的原因是身體有病，所以會這樣子。

第二個原因，就是魔鬼來搗亂。你若用功修行，他就來戲弄你，叫你這樣子、那樣子，使令你不安。你一動的時候，心就去緣這個動，而失掉了原來的所緣境，那麼你就不能用功修行。那麼若是這樣的情形怎麼辦呢？這兩種情形，怎麼辦呢？你就叫他不要動！不要動，怎麼辦呢？因為我們佛法裡面講，心是王（心王、心所，佛法裡有這個話）。我們全身的眼耳鼻舌身意，以第六識為王。第六識這個王下令：「不要動！」你舌頭不要動，你嘴就是這麼說，他就會不動的。你初開始的時候，就把它控制住，叫它不要動，它也就不動了。但是，有的時候大概過兩分鐘它又要動，可能還是這樣子，所以你要繼續下令控制它，不要叫它動。如果你不控制，越來越厲害，到時候你不能控制就糟糕了，那就麻煩！所以你最初要禁制、要管制住它，叫它不要動。

第三個原因就是好的原因。因為這個動，身體靜坐的時候現出來一種形相，它能夠治療身體裡的病，能有這種作用。現出來這些形相，還有這種好作用的。能使令身體原來的病痛逐漸地消除，也有好的現象。

好的現象，為什麼會有這個現象呢？這也可能就是你自己的善根，也可能你以前有好朋友在鬼神的世界，他現在來幫你的忙；當然你也可能是以前幫過他的忙，他現在看見你用功修行，來報答你。所以人盡量地容忍一點好，不要得罪人。你得罪得輕微一點，那個人有修養也不要緊；如果沒有修養的人，他感覺到很嚴重，他現在不能報復，將來他來到鬼神的世界的時候，你若用功修行的時候，他就來搞你，就麻煩！

現在是說你若幫忙人，對人有很多的功德，對別人的成就有功德的時候，那個人到了鬼神世界，他心裡也是懷念你；你若用功修行的時候，有惡鬼神來搗亂你，他給你作護法。佛教說護法神，這話是真實不虛的！也可能你以前的善知識，他到了天上去了——善知識其實也可以說是個好朋友，他到天上去了，他看：我以前的朋友現在修行了，他給你作護法；感覺到你的生理上不對，有障礙，他就給你調一調，所以也可能會動，這樣動就是好動，好的，能夠治療身體的病。所以這樣說就是三種。這三種通於九心住、近分定，通於這兩個地方。

那麼到初禪的時候，那就是一個魔鬼來搗亂、加上你身體有病，會出現一些不正常的現象。如果沒有這個，那就是最好的，就是你自己用功修行的成就：色界的四大到了你欲界的這個身體的四大裡面來，如果風大多，風大合適的時候就是動，但是它不是那麼樣手舞足蹈，不會那麼厲害。

「此為增相」：這個增相就是太過頭了。增相、太過頭了，這就是邪。

「減者」：減怎麼講呢？「動初發時，若上若下」，這個動初開始出現的時候，可

能是在頭，是上；也可能先從腳那裡感覺到動。或上、或下，「未及遍身」：還沒有周遍你的全身的時候。「即便漸漸滅壞」，這個動漸漸地沒有了，沒有動了。「因此都失境界」：這個動沒有了以後，你原來靜坐的時候出現的那種心一境性、明靜而住，那樣的好境界都沒有了。「坐時蕭索」，坐在那裡沒有什麼意味。「蕭索」在這裡就是疏散了，所有成就的功德都疏散了，沒有了，空空如也。「無法持身」，沒有功德法來攝持你的身體。譬如心一境性，這個定的力量來攝持你的身體，使令你很清淨，明靜而住，很舒服的；這些都沒有了，「無法持身」。「此為滅相」，這叫做滅。

「觸」有「增」、有「減」，減就是不及，增就是太過頭了。這個增減，就是邪相。如果說是也不增、也不減，那就是正。譬如「動」，他自己感覺到有點動，但是別人看見他還是很正常，沒有什麼事情。這個動能周遍全身，而帶來很多的輕安樂。下面一共有十種功德，那就是初禪的好法，那就是正常的、真實的禪定的功德。這是說「觸體增減」。

二、「定亂」，這是又一雙。「定者：動觸發時」，這個動的感覺出現的時候，「識心及身」，我們這個心和身體，「為定所縛」，為定的力量繫縛住了，「不得自在」，你心裡面不能自在、不能自主。自在就是自主的意思，不能自主。「或復因此便入邪定」，你就因為身體不自在，這就是入了邪定了。這正常的呢，就是有了定，但是還是很自在的。譬如說人家用繩子把你的身體綁起來了，你就不自在，你想要動就不能動，就不自在。說得了定，而這個定的力量把你困住了，那就是邪定，就是太過頭了。「乃至七日」可以「不出」定，這樣子。

「亂者：動觸發」的「時」候，「心意撩亂」，本來是心裡面很靜的，但是這個動一來了的時候，你的心反倒是亂了。「攀緣不住」，攀緣很多很多的色聲香味觸法的事情，那麼這也是不對了。定太過頭了也不對、亂也是不對，所以這就是邪定了。

如果那個定不感覺到不自在，感覺到自在，而心又是明靜而住，心一境性，這樣子就是正常的，那就是真實的，就是正而不是邪。

「三者，空有」，第三個邪法是空有。「空者：觸發之時，都不見身」：觸發的時候，感覺沒有身，身體沒有了。「謂證空定」，自己感覺我證到空定了。這個事情，修止的時候，你只是心明靜地安住在所緣境上，這樣修習。那麼你在這個境界，修、修、修，修到一個程度的時候，感覺身體沒有了。我頭幾天說過，未到地定有這樣的現象。

我可以再多說一點。就是修九心住（欲界定），到最後等持的時候，是感覺這個身體如雲如影那樣子，心裡面明靜而住，但是感覺身體也不像這麼很大一塊的樣子，感覺如雲如影、有若無的樣子，不是說沒有，感覺有，但是不是那麼樣的龐重，如雲如影那樣子。繼續地用功修行，就是到了未到地定（近分定）的境界，就開始有輕安。

當然（我們前天講過），他那輕安樂是逐漸地、逐漸地增長的。到未到地定就是有輕安樂了，但是到初禪的時候是更殊勝。有什麼不同呢？初禪的輕安樂能周遍全身都是樂！從頭至足、從足至頭，乃至到手指頭、內外完全是快樂的境界；未到地定還沒有這麼殊勝。同樣有輕安樂，但是有多少的不同、深淺的不同。

現在說這個「空」。未到地定，如雲如影的身體裡面，你一靜下來修止、修觀，修觀、修止的時候，忽然間這個身體沒有了，會出現這種境界；可是這個時候，這個輕安樂不是那麼多。它還會再出現，再出現這個身體，還是如雲如影這樣子。那麼你不斷地修行，這如雲如影的身體又沒有了，就是這樣子。如果是到了初禪的時候，這個空的境界不見了，就是感覺這個身體如雲如影、而有種種殊勝的輕安樂。

另外一個不同（我昨天說過），欲界定還是有欲心，欲還是有；未到地定也還是有欲，但是輕、很輕微的，煩惱來的時候，他把正念一提起來，這個煩惱就沒有了。若是我們在欲界定的時候，我們不修定的人，或者我們也是相信佛法、是佛教徒了，我們受了三歸五戒了，聽聞佛法也知道我們有煩惱是不對的，但是煩惱來了，你想叫它息滅，不行！這貪心來了，很久很久它不停下來；瞋心來了，很久很久都不停下來的，要經過很長的時間才停下來。那麼若是到了未到地定，不是！未到地定的時候，煩惱來了，他正念一提起來，煩惱就息滅了，有這麼個程度。若到初禪的時候就沒有了，貪心、瞋心都沒有了，不動。不過，你得到初禪以後，你要常常地入定，你自己還要謹慎；如果你不常入定，你故意地去放逸的話，初禪也會破壞的。

這上面說這個空：「空者」，觸發的時候，「都不見身」，在初禪裡面不應該是這樣。那麼「謂證空定」，就算都不見身，你就認為是證空定，這也是不對的，不是這麼回事。因為你這時候修初禪，修觀是修不淨觀，止是止於所緣境那裡；你並沒有像《心經》上，《般若經》說：「照見五蘊皆空，度一切苦厄」，你沒修這個空觀嘛！沒修空觀，你說證空定，這是個錯誤，所以這就是過頭了。

「有者：觸發之時，覺身堅硬」，前面說「空」是過頭了；那麼這個「有」怎麼講呢？觸發的時候，不管是動觸、是重觸發的時候，感覺身體很堅硬，像「木」頭、像「石」頭似的，那麼這就不對了，這也是太過頭了。應該是感覺到身體如雲如影這樣子才是對的。所以，過頭了就是不對了。不要過頭，還感覺到身體、而如雲如影，那就是正、而不是邪了。

「四、明闇」：明闇怎麼講呢？「明者：觸發之時，見外種種光色乃至日月星辰、青黃赤白種種光明」，觸發的時候，他在這兒靜坐，譬如是在屋子裡邊靜坐，天黑了，外邊沒有日月燈的光明，但是他能看見外邊的種種事情，乃至日月星辰都看見了，就是在欲界定裡面也會有這個事情，未到地定裡面也會。

我們看虛雲老和尚年譜，虛雲老和尚年譜也有這個事情。在禪堂裡靜坐的時候，好像是夜間吧，在禪堂靜坐的時候，隔了幾道牆、隔多少房子，看那個人是在廁所裡面，他就是看見了，有這個境界。我這麼看，我這麼推測：虛雲老和尚那個時候還沒得初禪，我看那就是在欲界定、未到地定之間。

你們各位看圓瑛老法師的《楞嚴經講義》那裡面，我看見圓瑛老法師他說他坐禪的經過，那是未到地定的境界，他得了未到地定了。但是他說，各處請他講經，他不能常常入定，所以又失掉了。

講經這個事兒，我不是給我辯護，「我聽你講得很平常，沒有什麼好。」但是他也要經過預備，他要注意地預備，才能講出那麼一個平常的境界！如果不預備還不行。所以這樣一來，圓瑛老法師（我這麼想）也是要預備。我聽道源老法師說，他講經幾十年了，你現在要請他講《金剛經》，他還是要看一看、要預備預備，他自己說；我相信這件事。所以預備都是要時間，這個居士也要見見面、那個居士也要見見面，這也是時間，預備經也要時間，那麼你想要靜坐，那有多少時間呢！反正圓瑛老法師他自己就是說：他因為常常要出去講經，不常入定就失掉了。

也有的人因為佛法的學習不夠，說他得天眼通了，他在屋子裡靜坐，看見外邊的境界。有的地方說：日月星辰，就是白天有太陽的光明，他能看見虛空裡面的星辰，那說他得天眼通了，其實不是！其實這就是定的一個境界。而在這裡來說，不是好境界。就是「見外種種光色乃至日月星辰、青黃赤白種種光明」，這是不對的，不是好境界，「當急祛之」，趕快要把它息掉。

「闇者：觸發之時，身心闇暝，如入暗室」，這個動觸、或者什麼觸發的時候，心就是黑闇的，就像到那黑闇的屋子裡面去了的樣子，這都不是好境界！太明了，白天的時候能看見日月星辰；看見太陽、也看見月亮，那不算奇；看見星辰就是有事情了，這是明得太過頭了。你得九心住也好、近分定也好、得初禪也好，這都是邪法，那裡是天眼通呢？這就是說錯了啊！這明是過頭了。「闇暝」，看見是黑暗的，什麼都看不見了，黑的，這也是邪法，也是不對的。所以這就是過了。如果明，心裡面明靜而住，很正常的，那就是正法、而不是邪法了。

「五、憂喜」，第五個是憂喜。憂喜是什麼呢？「憂者」：觸發的時候，「其心熱惱」，他心裡面就好像有什麼重大的傷害的事情，為這些事情所熱惱，心裡面憂愁。「憔悴不悅」：憂愁得我們別人看見他身體不精神了、也不歡喜，有這種境界。

「喜者」：觸發的時候，「心大慶悅」，特別歡喜。「勇動不能自安」，為這個喜所動，心裡面不安靜，這也是過頭了。喜得也過頭，憂愁也是過頭了，所以這也是邪法。也不憂愁、也沒有那麼大的喜，那就是正，是屬於正法。

「六、苦樂。苦者」：觸發的時候，「身心處處痛惱」，身體各處都在痛，有這種苦惱。「樂者」：觸發的時候，「甚大快樂，貪著纏綿」，這又是過頭了，所以這也是邪法。要能夠沒有痛惱，心裡面應該是有樂；樂，但是他不貪著纏綿，那就是正。

「七、善惡。善者」：觸發之時，「念外散善覺觀」，他由欲界定到未到地定、到初禪這個時候，用了那麼多的功夫，禪定的境界很殊勝了。那麼這個殊勝的境界出現的時候，應該繼續保持正常，安住在心一境性；但是這個人不是！他「念外散善覺觀」，心裡面胡思亂想，想這些散亂的善法的覺觀。他心裡想什麼？「我今天得到色界定了，我有這樣的功德，我要造一個大醫院，我去救這些苦難的眾生。我得了色界定，我可以有神通，我去把國王度化度化，叫他不要相信基督教，叫他相信佛法！」自己就是生出種種的虛妄分別。結果這一想，把自己的禪定破壞了！所以人就是自己感覺到「哎呀！我沒有什麼能力，我就這樣好了。」很有自卑感；等到有點能力，又來了個高慢，很多的狂心、很多的野心都來了。所以這就是「念外散善覺觀」，散亂的善法，去虛妄分別，叫覺觀。「破壞三昧」，把自己得到的色界定破壞了。

「惡者」是什麼？「觸發之時，即無慚無愧等」，就沒有慚愧了，就是一點禮儀都沒有了，就是有這種事情。你若讀《楞嚴經》的五十種陰魔，也就是這麼回事，無慚無愧。「諸惡心生」，還有很多的惡事、很多的惡心會生起來，這就是邪法。

如果是正，那就是他得到了禪以後，他心裡還是明靜而住，沒有這些「念外散善覺觀」的事情，也不會發出種種惡心來，那就是正了。

「八、愚智」，這個愚智是什麼呢？「愚者」：觸發的時候，「心識愚惑」，心就糊塗了，迷惑顛倒，就糊塗了。有的時候自己去吃大糞，這些糞穢是不清淨的，他就要吃這些東西，認為這是好東西，就是顛倒，做了很多糊塗的事情。

「智者」：觸發的時候，「利使知見」，他很銳利！智慧超過常人，有很妙的辯才，會有這些事情，超過了一般的這種境界。「心生邪覺」，他會生出來很多很多不正常的分別。不合道理的事情，他能把它講成合道理的事情；合道理的事情，他能把它講成不合道理的事情，總是不正常，有「邪覺」，這樣子破壞自己的三昧。

「九、縛脫。縛者」：觸發的時候，「五蓋及諸煩惱覆蔽心識」，五蓋我們講過：貪欲、瞋恚、睡眠、掉悔、疑這五蓋，及種種各式各樣的煩惱，「覆蔽心識」，就障礙住他的心識，使令他發出來種種的煩惱。

「脫者」：觸發的時候，「謂證空無相定」，他這觸一發，他認為他得到聖人的境界了，得到諸法空性了，證到離一切相的三昧了。他「得」到聖「道」了：得到初果、二果、三果、四果了。「斷結解脫」，他說他斷了煩惱、得大解脫了，生了增上慢。其實不是！其實都不是這麼回事，就是錯認消息了。所以這也是邪法。

如果沒有這些事情，不縛、也不脫，沒有這種事情，那就是正常的，那就是正定、而不是邪定了。

「十、心強軟。強者」：觸發的時候，他的心特別得「剛強」，他要說什麼就是堅固，執著心很強很強的，誰說什麼他都不聽。「出入不得自在」，出定、入定的時候不自在。正常的，出定、入定都自在的，心裡面也非常地合乎道理，而不是那麼樣的剛強；太剛強也不合道理。「猶如瓦石」，他那個心就像瓦石那樣，不那麼調柔，特別剛強。前面說木石是指身體說的。「難可迴變」，心識的動轉，不容易迴轉。譬如要出定、就出不來，想要入定、也不那麼入定，心若想要做什麼就不自在。所以「猶如瓦石，難可迴變」，就是太過頭了。「不順善道」，他和善道不相順。這個好道，說我要拜佛就拜佛；我想要拜佛不能拜，這身體總是不自在，那個心（不是說身體）就不自在。想要說話，這個心就不順；想要說四念處，偏要說四顛倒去了，總是不順善道。

「軟者」：觸發的時候，「心智軟弱」，那個心很軟弱的，你稍微地說一句強硬的話，他受不了；你讚歎他，他也受不了。若按正常的說，讚歎也好、毀辱他也好，他心裡面都是很自在的，不隨你的舌頭轉的，應該是那樣才對。但這裡說，「軟者：觸發之時，心志軟弱，易可敗壞」，很容易就使令他不對了。「猶若軟泥」，像軟泥那樣子，「不堪為器」，不能做器。這也是一種邪法。正常的就不是這樣，對於一切的境界不取、不捨，心能保持正常。

「如是等二十種惡觸，擾亂坐心，破壞禪定，令心邪僻」：像前面這十雙，就是二十種；二十種都是惡觸，不是善。能擾亂你坐禪的心，能破壞你的禪定，使令你的心不能保持正常，而能邪僻，就是總是不正常，是一種邪法。「是為邪定發相」，邪定發出來的相貌是這樣子。

「復次，二十邪法，隨有所發，若不別邪偽」，這二十種邪法，隨那一種發出來的，你若不能夠認識它是邪偽，「心生愛著者」，你心裡面愛著這個邪法。「因或失心狂逸」，你愛著它，這個邪法就是傷害了你自己，你可能就（「因或」就是可能）失掉了你的正常的態度，你內心就狂逸了，那就近乎神經病了！「或歌、或哭」：無故地就唱起歌來，或者是大哭，或者是大「笑」，或者「啼」就是大叫，這就是類似神經病了！「或時驚狂漫走」，或者自己無故的就驚，就各處亂跑。「或時得病，或時致死」，嚴重了會這樣子。「或時自欲投巖赴火」，還會這樣子。「自絞自害」，自絞就等於是用繩子綁起來，要自殺了。「如是障惱非一」，這個邪法若入身，你若愛著它，那逐漸地嚴重了，就會演變成這樣子情形。所以，邪法的障、障礙你，令你苦惱，是各式各樣的情形，不是一種。這是出在《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三。

「《大集經》中廣辨魔業之相」，《大集經》上也說這些魔業之相。

「行者若證此法，須善識知」，修行人在修定的時候，若是有了這些事情的話，「須善識知」，你須要好好地來認識這件事。「方便照了」，應該用佛法說到這些修行的般若的智慧去觀察。「不著邪定之法」，這個邪定若出現的時候，你不要愛著它。你用智慧去觀察，「即便自謝」，邪法就會息滅了，就沒有了。

「邪法沒有」這個事情，照理說，我們修禪定的人，我這麼看，應該把《金剛經》背下來，把《大悲咒》也把它背下來，每一天你至少念一百零八遍——假設你修禪定希望有成就，你應該這樣子。這樣子，就是出現問題的時候，你願意念大悲咒也可以，你或者是背《金剛經》也可以，一定要背下來，不能照本念。因為出現問題的時候，你去照本念，可能來不及！你隨時心裡面能念。這樣子說，你靜坐、你的功課表裡面應該列出來，什麼時候背《金剛經》，什麼時候要念大悲咒，這樣子來保護你；念大悲咒也可以。這上面說「方便照了」，就是般若的智慧，用般若智慧照了。那若說是背《摩訶般若波羅蜜經》是三十卷，我們可能辦不到；《金剛經》比較短，如果你背下來，十五分鐘就能背下來一遍。最好不要十五分鐘，二十分鐘背一遍最好，就是一個字一個字、一句一句、清清楚楚地背，你不要背得太快。背得太快，久了你就背不下來了，久了就不能背了。《金剛經》的力量很大很大的！我們在《高僧傳》上都會看出來。所以，你這樣子出現問題的時候，你就用《金剛經》的智慧來觀照它：「凡所有相皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來！」你也可以這樣子觀察，那麼就沒有事了。你或者是念大悲咒也可以。如果你不念還不行，每天要有念大悲咒的功課，要熟。在《大悲心陀羅尼經》上說：「若諸眾生誦持大悲神咒，若不得無量三昧辯才者，我誓不成正覺！」觀世音菩薩發了這個願，那一定是真實不虛！所以你多念大悲咒也是可以的。

這樣子，「須善識之，方便照了，不著邪定之法，即自便謝」，他這個邪定自然地就息滅了、就沒有了。

己二、正相

第二明正相者：若動觸發時，無向二十惡法，具足十種善法。十種善法者：一、觸相如法，二、定相如法，三、空相如法，四、明相如法，五、喜相如法，六、樂相如法，七、善相如法，八、智相如法，九、解脫相如法，十、心調相如法。云何名如法？若與二十不善相法相違，安隱清淨，調和中適，即是如法，名為正相。（《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三·大正46·496-498頁）

「第二、明正相者」，我剛才講的時候，就把正相說出來了。「若動觸發時，無向二十惡法，具足十種善法。十種善法者：一、觸相如法」，那個動觸不要手舞足蹈。「二、

定相如法」，不能說是身體不自在。「空相」也如法。「明相」也如法，不能說你沒有得天眼通，那麼你怎麼可以看見星辰呢？你白天看見星辰就是不正常了！五者、「喜相如法」，也不要太過。「樂相」也是如法，不要貪著纏綿。「善相」也如法，雖然用功修行有多少成就，但你不要著急，不要有狂心出來：「啊！你作那麼大的功德，我今天要超過你！」這都是不對的，所以這個善相如法。「八、智相」也如法；「九、解脫相」也如法，「十、心調相」也如法。

「云何名如法」呢？「若與二十不善相法相違，安隱清淨，調和中適，即是如法，名為正相」，是這樣子。

戊二、以法驗知

明以法驗知邪正者：自有邪禪，其相微細難別，與正禪相似，非則相之所能別，應以三法驗知：一、定心研磨，二、用本法修治，三、智慧破析。如《涅槃經》說：「欲知真金，應三種試之：謂燒、打、磨。」行人亦是，難可別識。若欲別之，亦須三種試之：所謂當與共事；共事不知，當與久處；久處不知，以智慧觀察。今借此意，以明禪定邪正之相。如發一動觸，若邪正未了，應當深入定中，於所發境中，不取不捨，但平心定住。若是善根，定力踰深，善根踰發；若魔所為，不久自壞。二、以本法修治：如發不淨觀禪，還修不淨觀。隨所修時，境界增明，此則非偽；若以本修治，漸漸壞滅，當知即是邪相。三、以智慧觀察者：觀所發法，推檢根源，不見生處，深知空寂，心不住著，邪當自滅，正當自顯。如燒真金，益其光色；若是偽金，即自黑壞。如此簡別，以三法驗之，邪正可知。定譬於磨，修治喻打，智慧觀察類以火燒。又復久處喻磨，共事如打，火燒即譬智慧觀察。餘禪定例爾驗之，邪正可知。（《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三·大正46·498頁）

這是第二，前面是則相驗知，現在是以法驗知。

「以法驗知邪正者：自有邪禪，其相微細難別」，自有邪禪，它的相貌很微細，不容易分別的。「與正禪相似，非則相之所能別」，從相貌上你不能看出來的。「應以三法驗知：一、定心研磨，二、用本法修治，三、智慧破析」，用這三個辦法。

「如《涅槃經》說：欲知真金，應三種試之。」什麼呢？「謂燒、打、磨」，你用火燒、或者打、或者磨，那你就看出來它是不是真金了。「行人亦是，難可別識」，修行人也是這樣子，他究竟是不是有修行呢？你也不容易認識，若想要認識他，「亦須三種試之：所謂當與共事」，你和他做事，共同地做一件事，你看他的眼耳鼻舌身意怎麼

反應，今天、明天、時間久了，你就會知道了。「共事」還是「不知」道，「當與久處」，你和他常在一起，終究你會看出他的真面目來的。「久處」還「不知」道，「以智慧觀察」，那麼就知道這個人。

有的有智慧的人，他不是個好人，但是因為有智慧，能把那些缺點覆藏住，你看不出來。我們看《史記》上趙高這個人，秦二世的天下失掉了，就是趙高搞的！但是秦二世自己不知道，連秦始皇在的時候都不認識這個趙高！他就是能覆藏。所以，有些有智慧的人，你很難認識他的。

「今借此意，以明禪定邪正之相」，現在也借《涅槃經》上說的燒、打、磨，以明禪定邪正的相貌。「如發一動觸，若邪正未了」，也不知道是邪、是正？還不大明白。那麼怎麼辦呢？「應當深入定中」，你就是把心定下來，你不要去觀察它是邪、是正，你把你這個心一境性深入地入在定中。「於所發境中，不取不捨」，發出來這個動觸，它究竟是怎麼回事兒？你也不去取著它、也不棄捨它，你也不必同它親近，但是也不棄捨它。你的心、你怎麼辦呢？「但平心定住」，這個心不要有波動，就是定住那兒不動，就是這樣就好了。「若是善根，定力踰深，善根踰發」，如果那個發出來的觸，它是屬於善良的，那你的定力越深，那個善根就越會增長，會強大起來。「若魔所為，不久自壞」，如果那個動觸是魔鬼來搞的，不是你自己真實的功德，那麼它那個動觸自然自己就壞掉了，就沒有事了，它不能夠來傷害你的。所以這第一個就是「定心研磨」的方法，就是用定，深入定中，對於發出來的功德相不取不捨，這是第一個方法。

「二、以本法修治」：本法修治，怎麼回事情呢？「如發不淨觀禪，還修不淨觀」，就是你這個動觸發了的時候，也有可能發出來不同的事情，就是前一生你修了不淨觀，這個時候不淨觀的境界出現了，所修的不淨的境界出現了，發不淨觀的禪。「還修不淨觀」，你繼續修不淨觀。「隨所修時，境界增明」，這個境界會增長、會更光明。「此則非偽」，這樣就不是假的了。不淨觀它能令我們的心清淨，沒有貪心；若沒貪心，也就沒有瞋心的，所以這個煩惱就不見了。「若以本法修治，漸漸壞滅」，你若用不淨觀來修，所現出來的境界不能增明，它漸漸漸漸地沒有了。「當知即是邪相」，那就不是好境界了。

「三、以智慧觀察者：觀所發法，推檢根源，不見生處，深知空寂，心不住著，邪當自滅，正當自顯」，這正是體真止的意思了。智慧觀察，就用般若的智慧來觀察你發出來的境界，「觀所發法」。「推檢根源」，推察就是推求、檢查，也就是思惟、也就是觀察的意思。觀察所現出來的境界的根源，就是：它從何處生來的？怎麼發出來的？「不見生處」，一觀察，就看不見它由何處生了。那麼就是我們那天說：觀察一切法自性空，自性空裡面不見有少法可得，那麼就不見生處了。就是這樣意思。「不見生處」，

這也就是《金剛經》上說：「無我相、無法相，亦無非法相」；「離一切諸相，即名諸佛」。你就按這樣的道理去觀察。

「深知空寂」，你會深深地認識到一切法是空無所有的、都是寂滅的。「心不住著」，這樣子就無有法可為心的住著處了。若這樣子觀察，「邪當自滅」，如果它是邪法，它自然會滅壞了、沒有了。若是正法，它會更明顯。正法與正法是相順的，邪法與正法是相矛盾的。但是你本身般若的智慧一現前，正的力量大，邪不勝正，邪就息滅了，是這樣意思。

「如燒真金」，就像你用火來燒真金。「益其光色」，你越燒、這個金它越光明，這個色越新鮮。「若是偽金，即自黑壞」，那用火一燒它就黑了、就壞了，那就不是真金了。「如此簡別，以三法驗之，邪正可知」，是邪、是正，就都知道了。

「定譬於磨」，定心研磨就譬喻那個磨，磨這個金。「修治喻打」，以本法修治就譬喻那個打。「智慧觀察類以火燒」，就好像用火燒似的。

「又復久處喻磨」，與之久處譬喻磨。與之「共事」譬「如打」。「火燒即譬智慧觀察。」

「餘禪定例爾驗之，邪正可知」，發不淨禪是這樣子，若發其他的禪，也是這樣子，那麼就可以知道了。

丁二、辨是魔非魔=

辨是魔非魔，即為二意：一、明是魔相，二、明非魔相。

「丁二、辨是魔非魔，即為二意：一、明是魔相，二、明非魔相。」

戊一、明是魔相

今明魔禪有二種不同：一、明禪非是魔，魔入禪中：如行者於正心中，發諸禪定，惡魔恐其道高，為作惱亂，入其禪中。若心貪著，或生憂懼，即魔得其便；若能如上用心卻之，魔邪既滅，如雲除日顯，定心明淨。二、明一向魔作禪定，誑惑行者：若覺知非真，用法治之，魔退之後，則無復毫釐禪法。（《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三·大正 46·498 中）

「今明魔禪有二種不同：一、明禪非是魔」，禪不是魔。是什麼呢？是你努力修行成就的禪，所以不是魔。但是，「魔入禪中」，魔王就到你所成就的禪定裡面來了。「如

行者於正心中，發諸禪定」，像這修行人他有正念，「發諸禪定」，成就了禪定。「惡魔恐其道高」，這惡魔、最壞的這個魔鬼，他恐怕你修成的道力太高了，對他不利益，他就「入其禪中」，他就來到你的禪定裡面來搗亂。「若心貪著」，他入到你的禪定裡面，他也會現出來種種的形相的。現的形相，有可能現出來可愛的相，你「若心貪著」那個境界，哦！那就是上當了。若是他現出來恐怖的境界，現出個老虎來、現出個毒蛇來，你在那靜坐，心裡靜、靜、靜，忽然看見老虎來，張牙舞爪來對你了，你若是生恐怖心，「或生憂懼」，憂愁恐懼。「即魔得其便」，你不管是可愛的、是可憎惡的境界，你一著在那個境界上，「魔得其便」，魔就得到一個機會來傷害你了。就像大老千來害人的時候，他總是隨順你、叫你生貪心，你一生貪心就上當了！意思差不多。

「若能如上用心卻之」，若是你像上面那三種方法來拒絕他，「魔邪既滅」，這個魔鬼就滅掉了，就沒有事了。「如雲除日顯」，就像雲被風吹掉了，太陽就出來了，就沒有事了。「定心」就「明」而又清「淨」。

「二、明一向魔作禪定」，前面是你自己修行的禪定，魔到你禪定的心裡面來搗亂。第二、明一向魔作禪定，就是你沒有修成禪定，但是魔來欺騙欺騙你，他那個魔的力量來攝持你的心到禪定的境界。「誑惑行者」，來欺騙修行人。「若覺知非真，用法治之」，用前面說的法來治之。「魔退之後，則無復毫釐禪法」，那就是一點禪定也沒有。若是你自己修成的禪定，魔王跑了以後，你的禪定還是照樣的，沒有被破壞。若你沒有修成禪定，但是魔王他從旁邊來欺騙你，教你成就了、現出一個禪定的境界，那就不行，魔的力量一謝退了，就沒有禪定了。

戊二、明非魔相

次明非魔相者：罪障於禪，似如魔作，理實非魔，難可別識。若用前所說卻之，終不得去；若能勤修懺悔，罪既除滅，則禪定自然分明。復次，或入定時，方便不巧，致令境界不如法；若更善作方便，則所證明淨，故知非魔之所作也。（《釋禪波羅蜜次第法門》卷第三·大正 46·498 中～下）

「次明非魔相者」，前面那一段、明是魔相，這第二段、明非魔相。

「罪障於禪」，我們修禪的時候，老是也修不好，不是這裡不對、就是那裡不對，是什麼原因呢？就是我們有罪！前生造了很多的罪，罪障礙我們的禪定。「似如魔作」，我們的罪障礙我們的禪定，就好像有魔鬼來搗亂似的。「理實非魔」，實在不是魔，不是魔來搗亂。但是究竟是魔搗亂、是我們自己的罪呢？「難可別識」，我們自己不認識。那麼「若用前所說」法「卻之」，若用前面這三個方法來拒絕他，「終不得去」，這個障礙還是在那裡。那怎麼辦呢？「若能勤修懺悔，罪既除滅」，所以這因為是有罪，使令

我們修行有種種障礙，你若能夠精進地修懺悔法——我們佛教裡面很多的懺法：大悲懺、梁皇懺、萬佛懺都可以，「罪既除滅」，你一懺悔，罪就消滅了。「則禪定自然分明」，自己靜坐的時候，自然就進步了。

「復次，或入定時，方便不巧」，入定的這些方法、前方便，你沒能善巧搞好。譬如你靜坐的地方潮濕得很厲害，那這個潮濕就是你的障礙，你就不應該在那裡。或修行人要棄捨五蓋、要棄五欲這些事情，但是我們就常常同人通電話，你要修定嘛，還要給朋友寫信，我怎麼怎麼事兒，說那個人結婚了、那個人有什麼什麼事，你又還要去作作禮，你這禪定怎麼能修好呢？這個人情……所以修行人不能講人情的！因為你這個時間、精神都用在一些雜亂的事情上，你還能剩出多少時間修行？就算是有時間修行，你一坐下來就想到：「哎呀！我今天和那個人說了一句話，恐怕得罪他了吧？」自己就是給自己增長很多的雜念，怎麼還能得禪定呢？

所以用功修行的人不要講人情。那些親戚朋友也要原諒一點，那麼就是有希望了！所以「方便不巧」，很多的問題你都弄得不對勁兒。「致令境界不如法」，使令修行的時候，這裡不對、那裡不對。「若更善作方便」，你要重新學習學習修禪定的人應該怎麼辦，你把你的前方便搞好，「則所證明淨」，那就容易成就了。「故知非魔之所作也」，這是自己作的，自己給自己做障礙，不是魔鬼搗亂的！是這麼回事兒。

我講這個題目，我主要就是講兩個：一個是止、一個是觀。我一共是分了六大段來講，現在我講到正修，就是修止是講完了，底下這個觀、和後邊的三段，我不能講了，就是我的時間沒有了。我感覺到很抱歉，對不住各位！

前面這幾次講，我都說過，我們若真實想要修禪的話，要好好學習。這《瑜伽師地論》裡邊說得非常的詳細。但是天台宗智者大師的《摩訶止觀》、《釋禪波羅蜜》也是非常好！還有一個《小止觀》也應該學習。雖然《瑜伽師地論》說得很詳細，但是智者大師這幾本書還是要學習的。

我在想，就是從《瑜伽師地論》說的止、和智者大師說的這些止，都應該參考；加上這些驗知真偽，在這裡面也可以看出來。另外關於修觀——我空觀、法空觀，我認為《大智度論》最好！《大智度論》就是解釋《摩訶般若波羅蜜經》的，會說得明明白白的。不是說隱語，叫你去猜，不是那個意思。那麼明明白白地，這就是所謂如來禪了。

佛真是大慈大悲！他就從我們凡夫的虛妄分別心這裡開始，從這裡開始一步一步向前修行，我們會明明白白地，就像開車的人到另外一個遠的地方，先看地圖，清清楚楚的，就到了。佛說的這個修行的法門也是清清楚楚的。若真實地把《大智度論》、

《瑜伽師地論》、和智者大師這幾本書把它搞通了，修止觀應該是很通順，應該是沒有問題了。

如果你學得不是太好，那不行。尤其是現時代，那一天有人問：「我（怎麼）知道誰是善知識？」這是個問題啊！很不容易。那麼，有人提出個問題：「依法不依人」，這句話也是對！我也同意。這問題是什麼呢？依法不依人，這是很高程度的人才能說這句話。因為你沒到那個程度的時候，你依法？你知道什麼是法、什麼是非法？這又是個問題嘛！所以你要由人幫助一下，你就會容易一點。所以我主張，那天我回答這問題：一方面也親近善知識、一方面你自己多讀經論，這樣慢慢地你就知道法。知道法以後，法就是一面鏡子，也就是一個尺。用這個尺一量，喔！這個房子有多少尺就知道了。用這個尺一量，也就知道這個人是不是善知識。最初的時候，你說你依法不依人，這個不行！

現在還是這樣說，把這幾部經書好好地學，修止觀應該是可以的了。

我講的只是一個介紹，向各位可以說拋磚引玉吧！簡單地介紹而已。我就講到這裡。我祝願各位修學止觀能夠有成就，能遠離魔障，很順利地得大成就！阿彌陀佛！

乙二、修觀-

去年蒙佛菩薩的加被，我們在這裡共同學習止觀大意；但是當時的時間不夠，所以學習到「止」就停下來了，現在我們繼續學習「觀」。

止觀是我們佛教徒修行的方法。六波羅蜜裡邊有禪——禪波羅蜜；禪，實在就是止觀。所以有人說，中國有禪宗，但是天台宗也可以名之為禪宗的。就是因為天台智者大師對於止觀，他所開示的非常完備、非常完美的關係。但是，人的善根的因緣各有不同，所以對於止觀的學習，當然也是不一樣。我們現在所學習的止觀，大要的意思也是向智者大師學習、也是從經論上學習，是這樣子寫的這個講義。

「觀」，說個白話就是觀察的意思。「止」，經過長時期的訓練、長時期的學習，內心裡面能夠明靜而住。這樣子的修行，假設能夠很順利地成功，按一般的情形說，應該是到達初禪、二禪、三禪、四禪，當然這都是屬於世間禪；像智者大師說的體真止、方便隨緣止、息二邊分別止，那是很高的境界，當然還沒能到達那裡。修這樣的止，我們佛教徒想要轉凡成聖，或者是說得涅槃、得無生法忍，這件事還辦不到，所以需要修觀。修觀，如果你方法沒有錯誤，而你內心也能夠有長時期的努力，當然會成功的。

現在說修「觀」，我只說到「空觀」。天台智者大師說空觀、假觀、中道第一義觀，我只說到空觀，其他兩個觀沒有說。沒有說的原因，就是我感覺到生死這一關是初關，

這一關很難過，很難超越過去，所以應該先過這一關。過了這一關以後，再修假觀、修中道第一義觀，會好得多。

丙一、我空觀三

「空觀」分成兩類：第一個是「我空觀」，第二個是「法空觀」。我空觀裡面，我分成三段來解釋。第一先說「我執之相」，我執的相貌；第二說「我空觀」；第三「釋疑」，解釋疑問。

丁一、我執之相

復次，於此論體，九事等中，應善了知七種善巧。何等為七？頌曰：於諸蘊界處，及眾緣起法，處非處根諦，善巧事應知。論曰：住正法者，應善了達如是七種善巧之事。問：何故唯立七種善巧？答：世間愚夫多如是計。頌曰：身者自在等，無因身者住，流轉作諸業，及增上二種。論曰：於諸蘊中不善巧故，執諸蘊體為我身者。於諸界中不善巧故，執自在等為身生因，或執無因身自然起，以不了達從自種因身得生故。所以者何？界者：功能、種子、族姓、因等，名差別故。於諸處中不善巧故，執有身者，依身而住，取外境界。於緣起中不善巧故，執有身者流轉生死。由不善知處非處故，執有身者能造諸業。由不善知諸根諸諦，執有二種增上身者：謂愛非愛業果增上者，及染污清淨增上者。由不善知苦集兩諦，計有染污增上者。由不善知滅道兩諦，計有清淨增上者。頌曰：於身者等起，實我所住持，流轉者作者，及諸增上義，染污若清淨，起七種愚癡，對治此應知，攝七種善巧。論曰：如前總說二種增上分別，顯示二種愚癡：謂增上義愚癡，及染污清淨愚癡。誰依七種身等愚轉？頌曰：妄計我身者，依止諸根住，於境界迴轉，受用愛非愛；言說所依住，作者有覺者，由於差別蘊，總見一身者。論曰：身者愚者。由不了知色蘊體故，計有一我，依止五根，於境界轉。由不了知受蘊體故，計有受者，受用一切愛非愛事。由不了知想蘊體故，別計有我，言說依住。不知想是言說依故，如薄伽梵說：如其所想起於言說。由不了知行蘊體故，計有作者。由不了知識蘊體故，計有覺者，非唯有識，以諸世間於識蘊體起覺想故。如是愚夫，於諸差別蘊自相中，總起一種身者愚癡，即計身者，以之為我。復次，等起愚者。頌曰：迷惑初因故，計常因無因。論曰：世間愚夫，或於身所有初因而生迷惑故，執不平等因：謂有常住自在天、毘瑟弩天、自性等因；或說無因：謂撥無

一切能生因體。復次，實我所住持愚者。頌曰：我住持諸根，能觸及能受。論曰：計我住持諸根，能觸順苦受觸、順樂受觸，及能領受若樂、若苦。復次，流轉作者增上義及染污清淨愚者，謂計有各別住持身者我已。頌曰：從此死生處，計有流轉者；法非法作者，及彼果增上。於修習邪行，計為染污者；於修習正行，妄計解脫者。論曰：彼愚癡者，於彼彼死生處，計有實我生死流轉。即此實我，造作後世法非法因。即為此實我，於彼果自在受用故，彼果法生。即此實我，依於果法，習行邪行，計為染者；修行正行，計為解脫者。頌曰：佛未出於世，如是愚癡轉，由佛現世間，說七種善巧。論曰：此中顯示，依如是時，如其所應，外道愚癡，眾生還滅。由此七種善巧言說，不共一切諸外道故。（《顯揚聖教論》卷第十四·〈成善巧品〉第三）

「我執之相」，為什麼要這樣解釋呢？因為要觀察我不可得，觀察是沒有我的，應該先說一說什麼叫做「我」？然後再說沒有我，這樣比較好一點。就像一個人他失掉了一樣東西，他去找；他一定對他失掉的東西是什麼樣子、什麼性質、怎麼一個情況，他很清清楚楚地，那麼他去找；找到了、或者沒找到，他才能夠清清楚楚地。如果你失掉的東西，你都不知道什麼樣子，你怎麼去找呢？找到了你也不知道！所以觀我空，先說一說我執的相貌。這個相貌就是執著有我的人，他心裡面那個我的相貌；在佛法來說，沒有我，還有什麼相貌呢？這樣意思。

我執之相，是引《顯揚聖教論》上說的。《顯揚聖教論》這一段文在〈成善巧品〉裡面，它對我執的相貌說得很明白。〈成善巧品〉是第三品。

「復次，於此論體，九事等中，應善了知七種善巧」：因為前面還有兩品，那兩品說過了，這又說〈成善巧品〉，所以說「復次」。「於此論體」：就在此《顯揚聖教論》裡邊，全部的這部論究竟是說的什麼事情呢？就說九種事。這九種事，在前面論的開始有一個頌：「一切界雜染，諦依止覺分，補特伽羅果，諸功德九事」，就是這九種事。

第一樣是說「一切」：它那裡邊列出來的就是色法、心法、心所法、不相應行法、無為法，這就是包括了一切法，這樣意思；這是第一種事。第二是「界」：就是欲界、色界、無色界。第三是「雜染」：就是惑、業、苦這三種雜染。第四、「諦」：就是苦集滅道四諦。第五、「依止」：就是四禪八定（色界的四禪、無色界的四空定）把非非想定除掉、它不算數；無色界的四空定只是前三個：空無邊處定、識無邊處定、無所有處定，加上色界四禪，這是七個，這叫做依止，就是依止它去修毘鉢舍那的意思。第六、「覺分」：就是三十七道品。第七、「補特伽羅」：就是一切眾生，也包括修學佛法、成就聖道的人在內。第八、「果」：是約這些修行人所成就的功德，所成就的果——初

果、二果、三果、四果，乃至無上菩提的果。第九、「諸功德」：這裡面很多關於戒定慧的這些事情。加起來是九樣事，《顯揚聖教論》就是說這九種事情。

在這九種事情裡邊，「應善了知七種善巧」：我們應該「善了知」、好好地去通達七種善巧。「善巧」是中國話其實就是智慧，方便善巧的智慧。看底下解釋。

「何等為七？頌曰：於諸蘊界處，及眾緣起法，處非處根諦，善巧事應知。」這就把這七種善巧列出來：蘊善巧、界善巧、處善巧、緣起善巧、處非處善巧、根善巧、諦善巧，這七種善巧。這下邊就解釋。

「論曰」：前面是頌，這底下是長行。

「住正法者，應善了達如是七種善巧之事」：「住正法者」，就是他對於佛法有了信願，對於佛教、對於佛所開示的正法他有信願，有堅定的信心，歡歡喜喜地學習、修行的人。當然，如果說是聖人的無漏的戒定慧名為「正法」，「住正法者」那就指聖人說的了。現在應該是指沒有入聖位之前的修學佛法的人，名為住正法者。「應善了達」：他應該好好地去學習、去了達「如是七種善巧」的事情。

「問：何故唯立七種善巧」呢？「答：世間愚夫多如是計」，因為世間上沒有佛法的智慧的人，多數這樣執著，所以就說七種。不說六種、也不說八種。

「頌曰：身者自在等，無因身者住，流轉作諸業，及增上二種」：這是列出來沒有佛法智慧的人這七種愚癡。這底下就解釋。

「論曰：於諸蘊中不善巧故，執諸蘊體為我身者」：那四句頌頭兩個字是身者，「身者」怎麼講呢？其實就是「我」，就是所執著的我。我們中國人——就是中國哲學，也當然說得很深奧，但是沒能夠明白地說出來這個我相、我執的這件事，沒有明白地說出這件事。但是印度的宗教，他們有這種執著，說出來他們所執著的我是怎麼樣、怎麼樣的。我們中國人雖然不是那麼明白地執著有我，可也是執著有我，不過沒有那麼分明就是了。現在我們佛教徒要修學止觀，修學我空觀，就應該把這個「我」的相貌究竟是什麼樣子，要認識一下才好。

「於諸蘊中不善巧故」：諸蘊就是我們的身體這個五蘊——色、受、想、行、識。舊的翻譯翻個「陰」，玄奘法師翻個「蘊」。「蘊」就是積聚的意思，說個白話就是一大堆。色也是一大堆，受、想、行、識都是一大堆一大堆的，是這樣意思。「不善巧故」：就是沒有佛法的智慧，他就不知道諸蘊是怎麼一回事，諸蘊的真實相不明白。

「執諸蘊體為我身者」：他就認為色受想行識組成的這個身體裡邊有我的體性，執著這裡面有我，這樣解釋叫做「身者」。這解釋得很簡略，下邊還有更詳細的解釋。

「於諸界中不善巧故，執自在等為身生因，或執無因身自然起，以不了達從自種因身得生故。」這底下解釋「自在等」那個「自在」是怎麼回事情。「於諸界中不善巧

故」，前面是說蘊，這底下說界。「界」，我們平常學習佛法，應該是熟悉，就是十八界。眼耳鼻舌身意，這是內六界；色聲香味觸法，這是外六界；眼識、耳識乃至意識，這是六識界，加起來就是十八界。十八界它的真實相，沒有佛法智慧的人也不能善巧通達。

不能善巧通達有什麼問題呢？「執自在等為身生因」，他們就執著大自在天，等，還有其他的，是我們眼耳鼻舌身意這個身體乃至十八界生起的原因。這樣意思，就是大自在天他能夠生出來世界上的一切人，一切眾生都由大自在天生出來的，他這麼樣解釋。

「或執無因身自然起」：或者有的外道他不是認為自在天為身生因，他認為沒有什麼原因的，自然的生出來的，也有這樣執著的。

「亦不了達從自種因身得生故」：他們不明白我們這個生命體、世間上一切有為法，都是從它本身的種子生出來的。我們的身體能現起來，是有它的單獨的原因，就是業力；當然我們人是胎生，那麼就是有父母的助緣，加上他自己的業力，這樣子身體才成就的。但是他們不明白這個道理，就認為是大自在天生我們的身體的。

「所以者何？」這又進一步地解釋。「界者：功能、種子、族姓、因等，名差別故。」十八界這個「界」字怎麼解釋呢？就是「功能」的意思。它有這個能力，能生出來眼耳鼻舌身意、能生出來色聲香味觸法、能生出來眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識，有這個能力。「種子」：這等於說一個譬喻。大地裡邊，我們種上麥、種上其他的植物的種子，這個地就生出來芽，這個種子就生芽，慢慢地就生出來麥、生出來穀。「功能」：我們一切眾生本身的心裡面有各式各樣的功能，我們這個身體——就是我們這個生命體的果報，就由自心裡面的功能生出來的。「族姓」：就是這個家庭一族一族的、一代一代地延續下去，這也是功能的意思、也是種子的意思。「因」：生命體是個果，業力就是因，由因而得果。

這樣說，這個名是有差別的：「界」是個名、「功能」也是名，「種子」、「族姓」、「因」都是名字，這名字是不一樣，它們的含義是一致的。十八界的「界」字是這樣解釋的。

「於諸處中不善巧故，執有身者，依身而住，取外境界。」

前面是解釋「界」，佛法裡面說，「界」是功能、種子、族姓、因的意思；但是其他的宗教徒他們認為大自在天為身生因。

「於諸處中不善巧故」：有的宗教徒對於「處」也不是太明白。「處」是什麼呢？就是眼耳鼻舌身意是內六處、色聲香味觸法是外六處，現在主要是指內六處說。於諸處裡面他不能善巧通達的原因，「執有身者，依身而住」：他執著有一個我，這個我依

止身、依止眼耳鼻舌身意住，在這裡邊居住，指揮眼耳鼻舌身意去取著外邊の色聲香味觸法的境界，他這樣解釋。有一個我在身體裡面，他主持一切的活動，是這樣意思。

「於緣起中不善巧故，執有身者流轉生死」。「緣起」就是十二因緣、十二緣起。十二緣起簡單地說，就是惑業苦。由於我們煩惱的迷惑，造作出來很多的業力，由業力去招感果報。招感果報了以後，又生起來很多的煩惱，再去造很多的業力，又去招感果報——就是惑業苦、惑業苦這樣的流轉下去。但是，沒有佛法的智慧就不善巧，那麼他怎麼樣想法呢？

「執有身者流轉生死」：他執著有一個我在生死裡面流轉。就是由人死掉了，生到天上去；這個身體死掉了，這個我沒有死，我跑到天上去，又得一個果報。天上死了，可能是到地獄去；從地獄跑到餓鬼去，就是這麼樣流轉；但是這個「我」是不死的，它也不生、也不死，永久常住的。就像人住這個房子，這個房子壞了，他跑到另一個地方，又重新造個房子，又在那裡住；那個房子壞了，他又離開了，又到另一個房子那裡去住。這就譬喻流轉生死，生死是不斷地變化；但是這個我、這個身者，它沒有變化。「執有身者流轉生死」。

「由不善知處非處故，執有身者能造諸業」：「處非處」怎麼講呢？「處」就是合乎道理的意思，「非處」就是不合道理。就是由善因得善報、由惡因得惡報，這就叫做處；若說是由善因得惡報、由惡因得善報，那就是非處，就不對了。那麼佛法的意思，是我們的心意識去造作諸業、去得果報。但是外道的意思，他認為「執有身者」、執有一個我，這個「我」能造作善惡業、去得善惡果報——是「我」的力量，他多出來這麼一個執著。

「由不善知諸根諸諦，執有二種增上身者。」這七種善巧，在迷惑那一方面說，就是七種愚癡。這是最後的兩種。

「由不善知諸根諸諦」：由於這個人他不善知諸根、諸諦。「諸根」是什麼呢？諸根一共有二十二個根，這眼耳鼻舌身意也在內，還有男根、女根、命根，乃至信進念定慧的善根，還有苦樂憂喜捨的這些根，很多很多的根。那麼，不善知諸根、也「不善知諸諦」，這個「諦」就是苦集滅道四諦，你不明白苦集滅道的道理，就會執著有兩種增上身者。「增上」就是強有力的意思，就是他有很強大的力量。就是說這個「我」有強大的力量，這樣意思。這底下解釋。

「謂愛非愛業果增上者，及染污清淨增上者」，說出來有這麼兩種增上。「愛非愛業果增上者」：愛業、非愛業，「愛業」就是福業，這種業能令你得到可愛的境界，所以叫做愛業；這種業力能令你得到不可愛的果報、令你苦惱，叫做「非愛業」。愛業得果、非愛業也得果。那個有力量的那個東西，就是指「我」說的。「愛非愛業果增上者」：

它是用「我」來增上、去成就這個果報。「及染污清淨增上者」：愛非愛業果增上都還是屬於「染污」的；「清淨增上」就指修行人，修行人得大解脫了，那麼他是清淨增上者。

就是他那個「我」有強大的清淨的力量、有強大的染污的力量，這是說兩種增上身者：愛非愛業果增上是一種、染污清淨增上是一種。這下面還有解釋。

「由不善知苦集兩諦，計有染污增上者」：由於這一個人他不能夠知道苦諦、集諦的道理，所以他就執著這個我，這個我是很有力量的，這個我使令自己染污，是這樣意思。按佛法來說，就是苦集二諦，苦集二諦也就是惑業苦；你不明白惑業苦的道理，所以計有染污增上者。

「由不善知滅道兩諦，計有清淨增上者」：你不知道「滅」諦滅除了惑業苦、得了涅槃，「道」就是戒定慧；由戒定慧而得到滅諦，這是佛法的正知正見的說法。沒有佛法智慧的人，不善知滅道兩諦，「計有清淨增上者」：執著這個「我」有一個強大的、清淨的力量得涅槃了，不知道是滅道兩諦。這下邊還繼續有解釋。

「頌曰：於身者等起，實我所住持，流轉者作者，及諸增上義，染污若清淨，起七種愚癡，對治此應知，攝七種善巧。」這底下又繼續解釋前面這七種善巧、七種愚癡。

「論曰：如前總說二種增上分別，顯示二種愚癡：謂增上義愚癡，及染污清淨愚癡」，前面這八句頌（就是兩個頌），列出來這七種愚癡的名字，又說出來七種智慧的善巧。這底下就是一樣一樣地解釋，先從二種愚癡這裡解釋。

「如前總說」，像前邊總說兩種增上分別，就是：愛非愛業果增上、染污清淨增上；這兩種增上是總說的。七種增上可以合起來就是這兩種增上，可以這麼說。那麼這「兩種增上分別，顯示二種愚癡」，就是由這兩種增上能夠開示我們眾生有這兩種愚癡，這兩種事情是糊塗的、是不明白的。是那兩種呢？謂增上義愚癡、及染污清淨愚癡，這兩種愚癡。

「增上義愚癡」：這外道的意思，所執著的這個「我」有強大的力量去做這些惑業苦的事情，有這種愚癡，不明白這個道理，這是說這個「我」有這種力量，「我」的力量能這樣子。按佛法的意思：不是「我」，是你的惑業苦互相的轉變。但是，外道執著「我」有這種力量，這就是外道的一種愚癡。

「及染污清淨愚癡」：這染污清淨愚癡就把那增上義愚癡分成兩類，一個是染污的愚癡、一個是清淨的愚癡。也就是前邊的苦集二諦、和滅道兩諦，這樣分別。這底下就是一樣一樣的解釋。

「誰依七種身等愚轉？」這是一個問話。這個「身」就是我見。依止七種我見的愚癡去活動，這樣意思。「誰依七種身等愚轉」：誰這樣子呢？這底下解釋。

「頌曰：妄計我身者，依止諸根住，於境界迴轉，受用愛非愛；言說所依住，作者有覺者，由於差別蘊，總見一身者。」這是兩個頌，頌的意思在下邊的長行裡解釋。

「論曰：身者愚者」，前邊那兩個頌：「於身者等起，實我所住持」，先解釋那個「身者」。「身者愚者」，這也就是那個增上義愚癡，這樣意思。「身者愚者」：身者就是我——所執的我；所執的我是沒有的，但是他認為是有，所以叫做愚，愚者。

「由不了知色蘊體故，計有一我，依止五根，於境界轉」：由於這個人他不知道「色蘊體故」，就是我們這個生命體上這個地水火風的物質組成的這個身體，這個身體裡邊有一個組織——心肝脾肺腎，它有一個組織的。因為不明白這個道理，「計有一我」：他就執著有一個我的體性。這個我的體性「依止五根」：依止就是居住的意思，居住在眼耳鼻舌身這五個根、這五個部份。「於境界轉」：依止五根，在色聲香味觸的境界上活動。色聲香味觸也是物質。我們的眼耳鼻舌身意由我來主持活動，外道是這樣子解釋的，這叫做身者愚。身者愚怎麼講？就是這樣意思，執著有這麼一個我。

「由不了知受蘊體故，計有受者，受用一切愛非愛事。」前邊那個「由不了知色蘊體故」，這是一類的外道這樣執著有我的相貌。這底下是又一種不同的外道，他不知道受蘊的體。什麼叫做受蘊呢？受就是感覺的意思。就是我們的心意識這個識，依止於諸根，和一切境界接觸的時候，心裡面有感覺：或者感覺到涼、或者感覺熱、或者感覺苦、或者是感覺到快樂，各式各樣不同的感覺，那叫做受蘊。他不明白這個受蘊的體性，「計有受者」：就執著有一個我是能夠受苦、受樂的。「計有受者，受用一切愛非愛事」：計，就是執著有一個我，這個我能領受、能用一切愛非愛事。這些可愛的和不可愛的事，他於中領受苦樂的事情，這樣解釋；他不說這是「識」，說是「我」。

「受」，就是領受；但「用」這個字，就是這一切的境界有這樣的作用，能令你苦惱、能令你快樂，有這種作用。你去領受這個作用，於是乎你有感覺，感覺如意或者不如意，所以叫做受用。這是這樣執著我，這又是一類。

「由不了知想蘊體故，別計有我，言說依住」：「想」這個字怎麼講呢？想就是我們的思想；但是這個思想的定義，是取相義。就是我們內心的識，取一切境界的相貌，它是長的、是短的、是好的、是壞的、是對我有利的、是對我有害的，取這一切境界的相貌，那麼這就是想。但是我們不知道想蘊的體，不認識它真實的相貌。

「別計有我，言說依住」：離開了這個想，另外執著有一個我，是「言說依住」。這個話，「言說」和「想」有什麼關係呢？就是因為有想，你才能夠說話。因為你心裡面想所想的事情，其中的內容的情況怎麼一個相貌，你取得了以後，然後你就會說話，

就把你想的說出來；如果你不想，就不能說話了。想的前面就是名，要知道名字。「名為先故想，想為先故說」，所以有了種種的名字，你心裡面就會思想；思想了以後，你就會說話，說話就是這樣子的。但是這個外道「別計有我，言說依住」，另外執著有一個我，這個我是一切言說的依止處，要依止我、有了我才會說話；他不知道這是想才會說話。

這個「想」實在也是第六意識的作用，這眼識、耳識、鼻識、舌識、身識這前五識不會說話，前五識和境界一接觸，一剎那就過去了。唯有第六識才能取相，取了相這時候才能說話。但是外道他不明白這個道理，認為就是我的作用，我這個體性有說話的作用，所以言說依住於我，以我為依止處而才會說話的。

「不知想是言說依故」：他不知道言說是以想為依止處的，有了想才會說話的。「如薄伽梵說：如其所想起於言說」，像婆伽梵，婆伽梵是印度話，翻到中國話本來是有六義的，但是簡單翻譯就翻個世尊。世尊說：「如其所想，起於言說」，像佛說了，如你心裡所想的，你才能發動語言，你才會說話。這可見，想是言說的依止處；但是，外道說「我」是言說的依止處。

「由不了知行蘊體故，計有作者」：色、受、想這三個蘊說完了，說到這行蘊。「行」是什麼呢？就是有目的的行為，叫做行蘊。這個行蘊也就是你內心裡面，經過了受、想，你對某一種事情有一個決定：我要這樣子、我要那樣子；有了目的以後，就有了行動，那麼就叫做行蘊。現在這個外道他不了知行蘊的體性，他就執著有一個我，他能夠造作善事、造作惡事，做種種的事情。

「由不了知識蘊體故，計有覺者」；前面那個文上說：「言說所依住，作者有覺者」，這個作者解釋完了，現在解釋「有覺者」。「由不了知識蘊體故」：你不明白我們身體裡面的識的體性；不知道，就執著有一個我。有我才能夠去覺知色聲香味觸法。他這樣意思、這樣子說。

在佛法裡面說，受、想、行，是識的不同的作用；識是受想行的體性，就是識是心王、受想行三個是心所，就是這樣意思。外道他不明白這個意思、不了知識蘊的體性，執著有一個「我」，它能夠覺知一切事情，這樣解釋。

「非唯有識」：不是說只有一個了別性的識。因為有一個「我」在識的背後來指揮識去認識一切法；如果沒有我，識還沒有作用的。外道是這樣解釋。

「以諸世間於識蘊體起覺想故」：那麼外道說出個理由，說世間上一切的眾生都是在他的心體上——識蘊體上「起覺想故」，執著有一個「我」能覺知一切事情、能思想一切事情。外道這麼解釋。

「如是愚夫，於諸差別蘊自相中，總起一種身者愚癡」，最後那兩句：「由於差別

蘊，總見一身者」，解釋這句話。前邊是各別地執著有我：於色上執著有個我，受、想、行、識各別執著我；這底下是總起來。

「如是愚夫」，這個沒有佛法智慧的這個人，在差別的色受想行識五蘊的體相裡邊，「總起一種身者愚癡」，不是各別地執著有我，只是總起來生起來一種我的執著。「即計身者，以之為我」，他就是執著在這個五蘊身裡面有一個我，不是各別的有我，不是那樣執著。但是在《雜集論》上說：多數的人執著有我，是指識蘊是我，色受想行是我的住處。那麼這就是「由不了知識蘊體故，計有覺者」，就是這個執著。執著識是我，色受想行是我的居處（我的體性的住處），多數是這樣執著的。

這是解釋前面：「於諸蘊中不善巧故，執諸蘊體為我身者」，就是把這一句話在這裡又詳細地解釋過了。

「頌曰：迷惑初因故，計常因無因。」這底下就解釋「等起」——前面那個頌：「於身者等起」，解釋「等起」；也就是解釋上面「執自在等為身生因，或執無因身自然起」這個話。

「迷惑初因故」：初因，最初開始的那個因由不明白，對於這件事不明白，所以就執著常因、或者是無因。看底下解釋。

「世間愚夫，或於身所有初因而生迷惑故」：世間上的愚夫，「或於身所有初因」：或者是「於身所有初因」，就是對於這個身體、這個生命體最初的那個原因而生迷惑——是什麼原因有這個身體呢？現在的身體這樣子、那樣子，種種的不同，現在不管這個；追究最初的那個身體是怎麼有的？

佛法說：我們眾生這個身體死了又生、生了又死，從無始劫來、很久很久就是這樣子流轉生死。那麼這外道就追究：最初的那個身體是什麼原因有的？他對於這件事不明白，但是他也說出來他的想法。因為「而生迷惑故，執不平等因：謂有常住自在天、毘瑟弩天、自性等因；或說無因：謂撥無一切能生因體」，這樣解釋。

「執不平等因」：「不平等因」怎麼講呢？「謂有常住自在天」：「自在天」在別的地方也加個「大」字，「大自在天」，在印度話就是摩醯首羅，「摩醯首羅」翻到中國話就是大自在。這就是色界頂天，色界最高的那一層天，叫做大自在天。執著不平等因的外道，他認為大自在天是常住的，就是他永久也不死，他就是永久存在的，執著他是無始無終的，所以叫做常住。若有始、有開頭的一天，也就會有終了的一天。他能永久存在，表示他無始無終的意思。

執不平等因的外道，認為世間上的萬事萬物、一切眾生，都是由大自在天創造的、由他生出來的。那麼這表示什麼呢？表示一切眾生都是有因緣生起的。但是大自在天他是無因緣的，他是自然而有的，所以叫做不平等。大家都是因緣生起的，就是平

等了；而大自在天他是沒有因緣的，他自然而有的，所以就是不平等了，不平等是這樣意思。那麼「不平等」這句話，是佛法批評他說的不平等因、執著這個不平等因，「謂有常住自在天」。

這底下，「毘瑟弩」，毘瑟弩翻到中國話翻個遍淨（普遍的清淨），也是遍勝。如果按這個常住自在天這不平等因來說，「遍」是一切，他能勝過一切，一切都不如他，所以叫「遍勝」，或者這樣解釋。「遍淨」也可以這麼說，他是最清淨的，其餘的一切都不清淨。所以翻個遍淨、或者翻個遍勝。有的地方說：毘瑟弩天就是大自在天的別名，也有這麼解釋的。這樣說，毘瑟弩天如果就是大自在天，那麼他們的含義應該是一樣的。這是一個說法。

「自性等因」：「自性」是什麼東西呢？這也和大自在天有點相似，不過大自在天他是天上的一個神，自性是說的一種理性。這種理性，它也是自然而有的。世間上宇宙的萬法——萬事萬物和一切眾生，都是以自性為因，由自性生出來一切眾生、生出來宇宙萬物，以自性為因，所以叫做「自性因」。

但是加一個「等」字，這裡面又有其他的事情。就是數論外道說：自性之外還有個「我」。這個「我」感覺到很寂寞，想要享受這個五欲樂，於是乎這個自性就給他創造了各式各樣的色聲香味觸，就是各式各樣的欲的境界。於是乎這個我就去享受這些欲的境界。享受，到時候因為欲又受到苦惱了，於是乎又厭離，厭離這一切的欲，就修學禪定。修學禪定，逐漸地、逐漸地解脫了一切欲以後，這個自性把一切法又收回去了。那麼，這個時候這個我就得解脫了，就得涅槃了。那麼這個數論外道就是這樣解釋。那個「自性等」那個「等」就包括了「我」的意思在裡邊，是這樣解釋的。

「或說無因」：或者他們說一切法都是自然而有的、沒有因緣，也有這麼解釋。「謂撥無一切能生因體」：這「無因」就是他們「撥無」，就是不承認一切法各有它的能生因體，他不承認這件事；一切法都是無因緣而有的、自然而有。那麼這是「等起」。

這個「等起」，就是剛才說那個大自在天——一切法平等的都由大自在天創造出來的。這是一個迷惑、愚癡的說法，所以叫做「等起愚」，這樣意思。

「復次，實我所住持愚者」，前邊「於身者等起」這一句解釋完了；第二句就是「實我所住持」，這又是一句。

「頌曰：我住持諸根，能觸及能受。」「計我住持諸根」這句話有一點意思。就是外道他有這樣的執著：說我們的眼耳鼻舌身意這個諸根，要由「我」來住持它，它才能繼續地生存下去，所以叫「住持諸根」。如果這個我離開了身體，眼耳鼻舌身意就死掉了，所以叫做「計我住持諸根」。

「能觸順苦受觸、順樂受觸」，這個我住持諸根是一個意思；第二個意思：它住持諸根的時候，它能夠「觸順苦受觸」，能接觸順於苦惱的感覺的這種觸；「順樂受觸」，它也能接觸順於快樂感覺的觸。那麼，這前面一個順苦受，第二就是順樂受。「及能領受若樂、若苦」：這個「我」住持諸根，所以它能領受或者是快樂、或者是苦惱。如果這個「我」離開了，這些受都沒有了。

前面「能觸順苦受觸、順樂受觸」是觸、是接觸，第二句「能領受若樂、若苦」是受；一個觸、一個受。這觸和受都是由我住持諸根而有的。就是能住持諸根是我的一個作用；它又能觸、又能受，又是個作用。這是解釋「實我所住持」。

「復次，流轉作者增上義及染污清淨愚者」，解釋這一句。「謂計有各別住持身者我已」，像前面解釋五蘊，是各別地住持身者，那就正好是這個意思。但是增上義、及染污清淨的意思，這底下解釋。

「從此死生處，計有流轉者；法非法作者，及彼果增上。於修習邪行，計為染污者；於修習正行，妄計解脫者」：這是把義標出來，這底下的長行文再加以解釋。

「彼愚癡者，於彼彼死生處」，對於眾生在六道裡輪迴，各式各樣不同的地點、不同的時間，彼彼死、彼彼生的地點。「計有實我生死流轉」：他執著有一個真實的我的體性。「實我」這句話也是這樣意思：世間上一切的有為法都是敗壞的，有生、也有滅，所以都是虛妄的。唯獨「我」不生也不滅、不可破壞的，所以叫做實我，這外道這樣執著。

「實我」在彼彼死生處生死流轉，這個身體死了，它又到另外的地方去生了，生了以後又死了，他又到另一個地方去生了，這樣繼續地活動，叫流轉。這是解釋「從此死生處，計有流轉者」這一句。底下又解釋「法非法作者」。

「即此實我，造作後世法非法因」，這個我是幹什麼的呢？它能造作後世法非法因。現在是因，後世是果。現在造作合法的事情，就是做善業；做非法就是惡業。有了善業或者是惡業，就能招感後世的果報。這個善業、惡業由「我」來創造，所以叫做「即此實我，造作後世法非法因」。

「即為此實我，於彼果自在受用故，彼果法生」，這個句子應該這樣說。「即為此實我」：也就是這個實我。諸有為法是有變易的；我，還是這個我，還是造業那個我。「於彼果自在受用故，彼果法生」：造了業、造了法非法因之後，他就要去受法非法得的果；這地方說是「自在受用」。「彼果法生」：所以彼那個法非法得的果報就出現了。這個「自在受用」，當然這外道就是這樣執著；但是在眾生這一方面來說，可能還不是太自在，受苦惱的時候也不是太自在；說是享受福報的時候，可能有多少自在，也可能不是太自在。

「即此實我，依於果法，習行邪行，計為染者；修行正行，計為解脫者」，就是解釋後邊這個頌「於修習邪行，計為染污者；於修習正行，妄計解脫者」。「即此實我」：也就是前邊造法非法因、享受法非法果報的那個「我」。「依於果法，習行邪行，計為染者」：他得到了果報以後，他就不斷地去造作邪行，就是不合道理的事情。這樣子就在生死裡流轉，那麼他就執著這是個染污的我，這個我是染污的，「染者」。「修行正行，計為解脫者」：如果他修行出世間的道行，這就稱為「正行」。那麼，成功了以後，解脫了苦惱，那就叫做「解脫者」，這個我就獨自地存在，清淨無為，「計為解脫者」。

《顯揚聖教論》在中國佛法裡面，是屬於唯識宗的一部論。但是這裡說的我相，和《大智度論》裡面說的一樣，《大智度論》也是這樣子描述外道執著的我相，是相同的。但是，《大智度論》的解釋雖然和這相同，它不是在一處，是這裡說一部份、那裡說一部份；《顯揚聖教論》把這個我集中在一處這樣解釋。《顯揚聖教論》是無著菩薩造的，無著菩薩是在龍樹菩薩以後出現世間的。

這樣子解釋「我」，在我們中國佛教來說，可能有的人心裡面有一點不舒服，我在想。因為我們中國佛教《起信論》來得早一點，有說是真諦三藏翻的《起信論》；《楞嚴經》說是唐中宗神龍元年的時候翻譯的。有了《楞嚴經》以後，唐朝弘揚《楞嚴經》的人不多，到了宋朝有多少，元朝就多了，明、清就是更多，到了中華民國的時候更多。我們中國傳統的佛教就是學習《起信論》和《楞嚴經》的人多、歡喜的人多。那麼這一類、這樣的佛教學者，若是看了《顯揚聖教論》說這個「我」，心裡怎麼想？心裡怎麼樣想法？

但是，《大智度論》在中國是鳩摩羅什法師翻譯的，他也是這樣說「我」的，但是沒有這麼樣的集中在一起說得這麼明顯；若是你注意地讀，其實和這個文是一樣。但是我們中國人、漢人，這個般若法門，雖然受持讀誦《金剛般若波羅蜜經》的人很多，但是中國傳統佛教的思想，還是《起信論》和《楞嚴經》的思想，對於《大智度論》的般若法門越往後來越不盛行。那麼和《顯揚聖教論》這個「我」的意思……《顯揚聖教論》說這是外道的邪見——我見，是這麼個態度！但是我們中國佛教傳統的思想，不是太歡喜這個說法，就是有這個問題。

不過，我們多數的人就是學了一部經、或者學了幾部論，就好了、就停下來了，就歡喜念佛，修止觀的人也很少！如果你若是這一部經論也好好學、那一部經論也好好學，學得多了的時候，你認真一點，你就發覺這裡邊有問題！你才會知道；不然的話還是不明白的。

但是在今天的中國佛教，我們中國佛教的學者可能心情不同！因為以前的中國佛教，世界上的交通不方便，其他的地方的思想和我們不是那麼容易交流，今天不是了！

今天南傳佛教的思想來到我們這個地方了，來了以後你就會有感覺。有感覺了，你要重新想一想了。

但是，我們從中國佛教史上看，從南北朝的時候，很多很多的高僧，從《高僧傳》上看，都是有很大的成就，有不可思議的境界！等到後來，恐怕就少了，有成就的人不是很多。我們雖然是這樣說，但是我們若能夠認真地學習佛法，若真能夠修止、修觀的話，當然還是會有成就。不過修止觀這件事，你一定對於經論，要深入經藏通達諸法實相，得到般若的智慧才可以，才能做得到。不然的話，還是念阿彌陀佛、求生淨土好一點；止觀還不是那麼容易修。

但是，現在我們中國佛教在自己的國家、或者是到外國去，很多人還是歡喜靜坐。但是我在推想那種情形是怎麼樣，為什麼歡喜靜坐？歡喜是歡喜，多數是修止而不是修觀。就是修觀，也不是空觀、假觀、中觀，也不是這種觀；頂多是修修數息觀，就是這些淺顯的，並沒能接觸到佛法的中心。

有的人因為身體不大好，常能夠靜坐，如果能合適，感覺到身體好一點，所以歡喜靜坐，多數是這樣的情形。說是真實想要得無生法忍而修止觀的人，我看還是很少很少的，還不是那麼多。

現在我想講一個故事，你們聽聽。說是修止觀、這個修行的事情不容易！但是這件事，眾生、凡夫的善根不一樣，各有因緣接觸佛法，只要能接觸佛法、栽培善根，終究有一天得大解脫。所以都是好的，也不必譏嫌誰。

我講一個故事。佛在世的時候，有個婆世躡比丘，這個比丘原來他家裡邊父母是個大富翁，很多很多的財富。生了一個兒，就是這個婆世躡比丘沒出家以前，相貌也非常的美、又特別聰明。當然你想想，父母不愛嗎？但是這個小孩子漸漸長大了，就出去遊玩，和其他的小孩子在一起各處跑、遊玩。

遊玩的時候就遇見了一件事，就是跑江湖的；這應該是怎麼稱呼他呢？就是裡邊也有老虎、也有獅子，又是各式各樣又唱歌、跳舞這些事情。大家就在這兒看熱鬧，這個小孩子婆世躡他也去看。看、看，忽然間看出一件事來，就是這個團體裡邊，有一個女孩子，這個女孩子也是非常美！婆世躡感覺到這個女孩子非常可愛。

那麼看完了這場（我們說就算是）戲，回到家去，就向父母報告，說是這個團體裡面這個女孩子怎麼怎麼好！他就想要同她結婚。

然後他父母說：「不可以這樣子！我們是貴族，她不是貴族，是不可以結婚的！」

婆世躡說：「只要自己心裡歡喜就好了嘛！何必評論貴不貴的問題呢？」

他父母不答應。這個兒子說：「不可以！如果不答應，我就活不下去了，我要死！」

這時候母親心軟，就向父親說：「就不要執著了，就去看看吧！如果真好，願意結

婚就結婚嘛！」

那麼父親也就聽了母親的話，就派人去聯絡。

對方也是說：「你們是一個貴族，我們的女孩子怎麼可以和你的孩子結婚呢？」不同意！回到家，報告了他的父母以後，又和這孩子商議，還是要繼續地連繫這件事。那麼對方就提出個條件：「如果你們不嫌棄我們不是貴族，也可以；但是你們的孩子要來參加我們這個團體，學習我們這些技能。如果學習畢業了、考試及格了，就可以結婚。」

這樣子一說，這個男孩子婆世蹟也同意，也願意參加這個團體去學習。當然這個孩子年輕力壯，頭腦也很靈活，當然很快地就學會了。學會了，也有其他的人同時學，那麼就選擇了一個日期表演。

這個婆世蹟在表演，當然按照他們的次第，完全都表演完了，應該說就是畢業了、考試及格了。但是這觀眾裡邊有國王來。國王說：「我沒有看見。」他有一個節目是在虛空裡有個索，婆世蹟要從這個索上走過去。這一個節目，國王說：「我沒看見，你要再走一遍。」

這個故事不是出在一個經，在其他的經論上也有提到。國王為什麼要這樣說話呢？國王也歡喜這個女孩子，也想要娶這個女孩子。所以婆世蹟考試及格了，這不可以！你再走一遍！那麼就是為難他的意思。婆世蹟只好再走一遍。等走到中間的時候，體力就疲勞了。身體一疲勞，腳的力量就不夠了，就害怕，這個步很難往前走了。

正在這個時候，尊者大目犍連來了！大目犍連尊者來了，就在虛空裡面和婆世蹟說：「現在，你是不是可以出家作比丘？你若能出家作比丘，我保護你的安全，沒有事，可以過去。如果你還要娶那個女孩子，我就不管了！你現在怎麼決定？」

婆世蹟一想：我現在沒有力量能走過去，我若冒險走過去，摔下去摔死了，還能娶那個女孩子嗎？女孩子也娶不到了。他心裡想完：「我可以出家作比丘，我不娶女孩子了。」他一這樣決定，就看這個索沒有了，這是一塊平地。這時候，婆世蹟就在平地上，就走過去，就沒有事。走過去，大家鼓掌：「哎呀！你這回畢業了！」畢業了，原來這個合同應該要實現了；但是他宣布：「我不結婚了！我要出家作比丘了！」

這件事看出來：我們眾生能夠發心修行，很不容易！直接是：「我覺悟諸法無我、世間都是痛苦的。我為了解脫生死苦、我要得涅槃、我要出家修學聖道！」最初發心的時候不見得是這樣子。像剛才這婆世蹟就是為苦所逼迫，正好有目犍連尊者來救他。

從這裡也看出一個消息來：這些大阿羅漢（大阿羅漢是對小阿羅漢說，有的阿羅漢沒有神通）是有神通的，聖人他心常在定。經上說，這些像舍利弗尊者、目犍連尊者，他晝夜六時常常觀察這個世界上誰的善根成熟了、可以度化？什麼時候度化？什

麼時候不能度化？他是很清楚的。所以正在那個時候，目犍連尊者會來，就是預先知道，不然怎麼會來？

來了的時候，他的方法當然是……，我們凡夫的肉眼就看見這虛空裡有個索，那麼體力不夠了，心裡面就恐怖；但是聖人的境界，就是所謂神通境界，這叫做「定自在所生色」。像我們這個身體這種色——地水火風這個色，當然我們天天要吃飯，有空氣、陽光來支持它，它才繼續有這個身體的存在；但是主要還是自己的業力。如果業力竭盡了，你吃飯也沒有用，就是要死亡了。所以，我們這個身體是業力所生的色，「業力所生色」。

像剛才婆世躋比丘不看見空中有個索，是看見平地。這個平地這個色是從那兒來的呢？就是從大目犍尊者的定力生出來的一種色。所以修行到了一個程度的時候，會有那種作用，不是白費辛苦、一無所成，不是那樣子。這個時候才能度眾生，來救護這個人。所以神通這件事，在聖人來說，在度眾生這一方面是需要。你沒神通，度化眾生是很困難的。

目犍連尊者這樣子示現這個神通，來救護婆世躋，所以他出家了。他出家了的時候，目犍連尊者領他到佛邊、到佛前，佛為他說法，他就得須陀洹果！那麼他繼續修行，就得阿羅漢果了。

當然也有人問：「為什麼目犍連尊者在那個困難的時候來救他？他們有什麼因緣呢？」佛就說：「他們往昔就有這個因緣。」往昔的時候有什麼因緣呢？就是說久遠久遠以前他的父母有一個朋友，到大海裡面去。回來的時候，帶來一個蛋，鳥生的蛋，帶回來，就送給這個人。這個人就留著這個蛋。過了多久，就生出一個小鳥來，這個鳥就漸漸長大了。這一個人家裡面也早就有一個小孩子，這個小孩子和這個鳥在一起玩；久了，他們兩個不能分開。慢慢的這個孩子大了，也還是能騎這個鳥，他就騎這個鳥各處飛。可見這個鳥很大，有這個力量。各處飛，也是遇見這些遊樂的事情。這遊樂的事情，在古代的那個時候的情形，有國王也來看這個熱鬧。（我們是九點鐘到點，我以為是九點半！那麼，好，就到此為止，我們明天再講。）

從《顯揚聖教論》上得知道我執的相貌，現在簡單地再說一遍。就是在虛妄生滅變化的色受想行識裡邊，有一個真實的、不生不滅、不可破壞的「我」——它會說話，它能做善、做惡，它可以上天堂、也可以下地獄，它可以流轉生死、也可以得解脫；但是，最後這個「我」是真常獨立的。這是大概地這樣說外道所執的我相。

我現在心裡面又有一個妄想。我們現在學習止觀，應該是對於佛法有多少基礎的人才合適的，不是說對於佛法完全沒有學習過，就可以學習止觀的，我的想法是這樣。

所以昨天我們引《顯揚聖教論》上的那一段文，解釋「我相」，我的本意是這樣子。如果不適合這樣的要求，當然那就不是了。

我多說一點，無色界天最後的非想非非想定，這個定在外道的執著來說，它就是涅槃的境界。這個涅槃的境界，在非想非非想，怎麼樣來解釋呢？非想，前邊的空無邊處定、識無邊處定、無所有處定，這都是想：想「空」是無量無邊的、想「識」是無量無邊的、想「無所有」(也不是空、也不是識，想這個無所有)這就是無所有處定；這三個都是想。到了第四個定的時候，「非想」：不是那個想，沒有前面這個空無邊的想法、識無邊的想法、無所有的想，沒有這個想。沒有這個想，他是個木頭嗎？是一塊石頭嗎？不是！「非非想」：他不是無想，他還是有想，就是有個最微細的想。這個最微細的想是什麼呢？天台智者大師解釋：即是我也！就是我，外道執著這個我，這個我就是真神，真神不滅！真神這個「神」字即是我，就是真我。這一切有為法都破壞了，唯獨這個我是真常獨立的，這就是外道的非想非非想定，他就認為這是涅槃的境界了，是這樣意思。

這樣說，這個外道的修行人，他得到色界定，就把欲破壞了，沒有欲界的欲了。那麼得到無色界定的時候，把一切的色也破壞了，所以是空無邊處定。到識無邊處定的時候，連空也不思惟了，唯有這一念心是無量無邊的。那麼現在心也不想，就想這個無所有。最後這無所有也不想了，就是一切法都空掉了，唯有那個真神靈明、湛寂、獨存！那麼，外道修行到這裡就認為是得涅槃了，就到此為止了。這正是我們昨天說的那個我相，這外道的我相是這樣意思。佛法不承認這件事，佛法是無我論！

昨天我們把我執之相也這樣地介紹了，現在就說到第二段的我空觀。這我空觀，我是分三段來解釋，我看時間怎麼樣。

丁二、我空觀_三

戊一、《雜阿含經·一一〇經》

如是我聞，一時佛住毘舍離彌猴池側。毘舍離國有尼捷子，聰慧明哲，善解諸論，有聰明慢。所廣集諸論，妙智入微；為眾說法，超諸論師。每作是念：「諸沙門、婆羅門無敵我者，乃至如來亦能共論。諸論師輩聞我名者，頭額津、腋下汗、毛孔流水。我論議風，能偃草折樹，摧破金石，伏諸龍象，何況人間諸論師輩能當我者。」時有比丘名阿濕波誓，晨朝著衣持鉢，威儀詳序，端視平涉，入城乞食。爾時，薩遮尼捷子有少緣事詣諸聚落，從城門出，遙見比丘阿濕波誓，即詣其所，問言：「沙門瞿曇為諸弟子云何說法？以何等法教諸弟子令其修習？」阿濕波誓言：「火種居士！世尊如是

說法，教諸弟子令隨修學。言：諸比丘！於色當觀無我，受、想、行、識當觀無我；此五受陰勤方便觀，如病、如癰、如刺、如殺，無常、苦、空、非我。」薩遮尼犍子聞此語，心不喜，作是言：「阿濕波誓！汝必誤聽，沙門瞿曇終不作是說。若沙門瞿曇作是說者，則是邪見，我當詣彼難詰令止。」爾時，薩遮尼犍子往詣聚落諸離車等集會之處，語諸離車言：「我今日見沙門瞿曇第一弟子，名阿濕波誓，薄共論議。若如其所說者，我當詣彼沙門瞿曇，與共論議；進卻迴轉，必隨我意。譬如士夫，刈拔芟草，手執其莖，空中抖擻，除諸亂穢；我亦如是！與沙門瞿曇論議難詰，執其要領，進卻迴轉，隨其所欲，去其邪說。如沽酒家，執其酒囊，壓取清醇，去其糟滓；我亦如是！詣沙門瞿曇論義難詰，進卻迴轉，取其清真，去諸邪說。如織席師，以席盛諸穢物，欲市賣時，以水洗澤，去諸臭穢；我亦如是！詣沙門瞿曇所與共論議，進卻迴轉，執其綱領，去諸穢說。譬如王家調象之師，牽大醉象，入深水中，洗其身體，四支耳鼻，周遍沐浴，去諸麤（塵）穢；我亦如是！詣沙門瞿曇所論議難詰，進卻迴轉，隨意自在，執其要領，去諸穢說。汝諸離車，亦應共往觀其得失。」中有離車作如是言：「若薩遮尼犍子能與沙門瞿曇共論議者，無有是處。」復有說言：「薩遮尼犍子聰慧利根，能共論議。」時有五百離車與薩遮尼犍子共詣佛所，為論議故。爾時世尊，於大林中，坐一樹下，住於天住。時有眾多比丘出房外林中經行，遙見薩遮尼犍子來，漸漸詣諸比丘所，問諸比丘言：「沙門瞿曇住在何所？」比丘答言：「在大林中，依一樹下，住於天住。」薩遮尼犍子即詣佛所，恭敬問訊，於一面坐。諸離車長者亦詣佛所，有恭敬者、有合掌問訊者，問訊已，於一面住。時薩遮尼犍子白佛言：「我聞瞿曇作如是說法、作如是教授諸弟子，教諸弟子：於色觀察無我，受、想、行、識觀察無我；此五受陰勤方便觀察，如病、如癰、如刺、如殺，無常、苦、空、非我。為是瞿曇有如是教？為是傳者毀瞿曇耶？如說說耶？不如說說耶？如法說耶？法次法說耶？無有異忍來相難詰、令墮負處耶？」佛告薩遮尼犍子：「如汝所聞，彼如說說、如法說、法次法說，非為謗毀，亦無難問令墮負處。所以者何？我實為諸弟子如是說法！我實常教諸弟子，令隨順法教，令觀色無我，受、想、行、識無我；觀此五受陰如病、如癰、如刺、如殺，無常、苦、空、非我。」薩遮尼犍子白佛言：「瞿曇！我今當說譬。」佛告薩遮尼犍子：「宜知是時。」「譬如世間一切所作，皆依於地；如是色是我人，善惡從生；受、想、行、識是我人，善惡從生。又復譬如人界、神界、藥草、

樹木，皆依於地而得生長；如是色是我人，受、想、行、識是我人。」佛告火種居士：「汝言色是我人，受、想、行、識是我人耶？」答言：「如是！瞿曇，色是我人，受、想、行、識是我人，此等諸眾悉作是說。」佛告火種居士：「且立汝論本，用引眾人為？」薩遮尼犍子白佛言：「色實是我人。」佛告火種居士：「我今問汝，隨意答我。譬如國王，於自國土有罪過者，若殺、若縛、若擯、若鞭、斷絕手足。若有功者，賜其象馬、車乘、城邑、財寶，悉能爾不？」答言：「能爾！瞿曇。」佛告火種居士：「凡是主者，悉得自在不？」答言：「如是！瞿曇。」佛告火種居士：「汝言色是我，受、想、行、識即是我，得隨意自在，令彼如是、不令如是耶？」時薩遮尼犍子默然而住。佛告火種居士：「速說！速說！何故默然？」如是再三，薩遮尼犍子猶故默然。時有金剛力鬼神，持金剛杵，猛火熾然，在虛空中，臨薩遮尼犍子頭上，作是言：「世尊再三問，汝何故不答？我當以金剛杵碎破汝頭，令作七分！」佛神力故，唯令薩遮尼犍子見金剛神，餘眾不見。薩遮尼犍子得大恐怖，白佛言：「不爾！瞿曇。」佛告薩遮尼犍子：「徐徐思惟，然後解說。汝先於眾中說：『色是我，受、想、行、識是我』；而今言不，前後相違。汝先常說言：『色是我，受、想、行、識是我。』火種居士！我今問汝：色為常耶、為無常耶？」答言：「無常！瞿曇。」復問：「無常者是苦耶？」答言：「是苦！瞿曇。」復問：「無常苦者是變易法，多聞聖弟子寧於中見我、異我、相在不？」答曰：「不也！瞿曇。」受、想、行、識亦如是說。佛告火種居士：「汝好思而後說。」復問火種居士：「若於色未離貪、未離欲、未離念、未離愛、未離渴，彼色若變、若異，當生憂悲惱苦不？」答曰：「如是！瞿曇。」受、想、行、識亦如是說。復問火種居士：「於色離貪、離欲、離念、離愛、離渴，彼色若變、若異，則不生憂悲惱苦耶？」答曰：「如是！瞿曇，如實無異。」受、想、行、識亦如是說。「火種居士！譬如士夫，身嬰眾苦，常與苦俱；彼苦不斷不捨，當得樂不？」答言：「不也！瞿曇。」如是火種居士！身嬰眾苦，常與苦俱；彼苦不斷不捨，不得樂也。火種居士！譬如士夫，持斧入山求堅實材；見芭蕉樹洪大液直，即斷其根葉剝剝其皮，乃至窮盡都無堅實。火種居士！汝亦如是，自立論端；我今善求真實之義，都無堅實，如芭蕉樹也，而於此眾中敢有所說！我不見沙門婆羅門中所知所見、能與如來應等正覺所知所見共論議不摧伏者。而便自說：我論議風，偃草折樹，能破金石，調伏龍象，要能令彼額津、腋汗、毛孔水流。汝今自論己義而不自立，先所誇說能伏彼相，

今盡自取，而不能動如來一毛。」爾時，世尊於大眾中，被鬱多羅僧，現胸而示。汝等試看，能動如來一毛以不！爾時，薩遮尼犍子默然低頭，慚愧失色。（《雜阿含經》卷第五·一一〇經）

我空觀第一段是《雜阿含經》的一一〇經，引這個經來說明我空的觀察。

「如是我聞，一時佛住毘舍離彌猴池側」，這是大正藏，就是一般說這個大藏經的第二冊，是《雜阿含經》，它那裡面把《雜阿含經》編了號碼，就是一一〇，第一百一十個小經。

如是我聞，一時佛住在毘舍離的彌猴池側，佛在那裡。毘舍離是廣嚴城，在這個城的彌猴池側邊。

「毘舍離國有尼犍子，聰慧明哲」：這是一個外道，名字叫做尼犍子。這個尼犍子他是聰明、很有智慧的。「善解諸論」：很多的論書他都能通達。「有聰明」的高「慢」：他感覺到別人都不夠聰明，就是聰明也趕不上他的聰明，所以叫做慢、高慢。「所廣集諸論，妙智入微」：他還有著作，他的智慧很妙，能契入到最微妙的境界、最微細的地方。「為眾說法，超諸論師」：很多的論師不如他。

「每作是念」：常常這樣憶念。「諸沙門、婆羅門無敵我者」：沒有人能夠對抗他的。這也就是一個高慢的一種想法。「乃至如來亦能共論」：不要說一般的沙門、婆羅門，就是釋迦牟尼佛，他也能夠和佛共論。「諸論師輩聞我名者，頭額津、腋下汗」：頭額、腋下都出汗了，「毛孔」會「流水」。

「我論議」的「風，能偃草折樹」：他同人辯論，或者他自己發表論議的時候，發出來的風能把草吹倒、能把樹折斷，能「摧破金石，伏諸龍象」，有這種威力。「何況人間諸論師輩能當我者」，能夠阻礙我、能同我辯論嗎？

「時有比丘名阿濕波誓」：這個比丘就是五比丘之一，他是舍利弗尊者的師長，舍利弗尊者聽他說法得須陀洹果，而後出家的；翻成中國話是「馬勝」，就是馬勝比丘。「晨朝著衣持鉢，威儀詳序」：他的威儀很安詳。「端視平涉」：這就是形容威儀詳序的相貌，他能端視，就是目不邪視，平步而行。「入城乞食」：入到毘耶離城去乞食。

「爾時，薩遮尼犍子有少緣事」：有小小的事情。「詣諸聚落」：看這上面意思好像是到鄉村去，很多人居住的地方。「從城門出」：薩遮尼犍子從毘舍離城的門走出來。「遙見比丘阿濕波誓，即詣其所」：就到了馬勝比丘的旁邊。「問言：沙門瞿曇為諸弟子云何說法」：「瞿曇」就是釋迦牟尼佛在家的時候的種族的名稱，或者翻到中國話也就是甘蔗，或者也有翻泥土的，這個不多說了。「為諸弟子云何說法」：我們佛弟子稱佛為世尊——本師釋迦牟尼世尊，他不是佛弟子，他就稱佛的種姓的名稱，就像我們現在說話：老張、老王的口氣。說是瞿曇為你們這些弟子怎麼樣演說真理呢？「以何等法教

諸弟子」：他用什麼樣的法門來教導你們這些弟子，「令其修習」：教你們天天修行呢？「阿濕波誓言：火種居士」，前邊是稱他薩遮尼犍子，這裡稱火種，也許薩遮尼乾翻個火種。「世尊如是說法，教諸弟子令隨修學」：這裡簡單說，說我們的世尊是這樣子宣揚真理，教諸弟子令隨修學的。怎麼樣說法呢？「言：諸比丘！於色當觀無我」：觀察我們的身體——這個地水火風、眼耳鼻舌身——都是無我的；外邊的山河大地也是無我的。「受、想、行、識當觀無我」：也觀察它沒有我的。

在《阿含經》裡邊說「我」的定義，是常恆住、不變易、有主宰性的，叫做「我」；就是常存不滅、不變化、有真實性、有主宰性的叫做「我」。現在佛開導我們觀察色受想行識都是無我的。

「此五受陰勤方便觀」：五受陰這個「受」就是取著的意思。我們色受想行識這個五蘊，是因為取著而有的，所以叫五受陰；有了色受想行識這個果報以後，它又會引出來執著心去生種種的煩惱、造種種業、受果報的，所以又叫做五受陰。

「勤方便觀」：一次又一次、重覆地、不斷地善巧方便地觀察，觀察是無我的，觀察它是「如病、如癰、如刺、如殺」：這就是苦諦、苦惱的意思。就像人有病了是很苦，觀察這色受想行識就是個病。觀察這色受想行識是個癰，生了癰瘡，或者是有毒的這種病。「如刺」，或者用鐵做刺、或者是木頭刺，各式各樣的刺，刺在身體裡，苦痛得不得了！「如殺」，就像人拿刀、拿劍來殺這個人。是這樣的苦惱，觀察色受想行識是這樣的苦惱。

「無常、苦、空、非我」：觀察這色受想行識都是老是變化的，不是常住不變的，是苦惱的、是空的、是無我的。「空」是怎麼樣解釋呢？這個「空」和「非我」有什麼不同呢？在這裡的意思，就是色受想行識的當體沒有我、不是我，叫做「空」；離開了色受想行識之外也沒有我，叫做「非我」。這樣解釋。前面這一段，在後邊還有，到後邊我們再多說幾句解釋。

「薩遮尼犍子聞此語，心不喜」，薩遮尼犍子聽到了這個話，心裡面不歡喜。「作是言：阿濕波誓！汝必誤聽」，薩遮尼犍子就招呼阿濕波誓說：你剛才這一段話一定是聽錯了，「沙門瞿曇終不作是說」，決定不會說這種佛法的。「若沙門瞿曇作是說者，則是邪見」，那是說錯了，他的思想有問題。「我當詣彼難詰令止」，我應當到瞿曇那裡去難問他，說他的過失，叫他不要再有這種邪見了。

「爾時，薩遮尼犍子往詣聚落諸離車等集會之處」：他就和馬勝比丘分別了，就到聚落裡邊去；從城門出，到村莊裡面去。那個地方是什麼人住的呢？「諸離車等」，有很多的離車。「離車」是什麼呢？是毘舍離城的豪貴的人，豪族、貴族的人，就是那些在政府裡面作高官的、有地位的這些人；翻到中國話翻個「片肉」、翻個「薄皮」，這

個意思我們不要多說了。集會的地方，「語諸離車言：我今日見沙門瞿曇」的「第一弟子，名」叫「阿濕波誓，薄共論議」：我小小地和他說幾句話。「若如其所說者」：若是瞿曇說的法如馬勝比丘說的法，那是邪見。「我當詣彼沙門瞿曇，與共論議；進卻迴轉，必隨我意」：「進」是向前進，「卻」是向後退；我願意怎麼迴轉，都會隨我意的。我或者說態度特別強硬的話、或者說柔軟的話，我怎麼樣說都好，瞿曇是說不過我的，他是要隨我意的。這就是他在說大話了。

「譬如士夫，刈拔芟草，手執其莖，空中抖擻，除諸亂穢；我亦如是」，他說個譬喻。譬如一個人去割草、或者是拔草。「芟」是草根。「手執其莖」，拔下來以後、割下來以後，手就抓住這個草的莖，在空裡面振動。這一振動就除掉了亂穢，都除掉了。「我亦如是！與沙門瞿曇論議難詰，執其要領，進卻迴轉，隨其所欲」：我和瞿曇去辯論道理的時候，我要怎麼說就怎麼說，也是隨我意的。「去其邪說」，除掉這個沙門的邪說。

「如沽酒家」：這個賣酒的家。「執其酒囊」：他抓他的酒袋子。「壓取清醇」：壓取清醇的酒。「去其糟滓」：把那渣滓都不要了。「我亦如是！詣沙門瞿曇論義難詰」的時候，「進卻迴轉，取其清真」：沙門瞿曇說的話也不是完全錯的，也有好的，我就把它提出來；「去諸邪說」，說錯的把它除掉。底下又說個譬喻。

「如織席」的「師」傅，「以席盛諸穢物，欲市賣時」：到街上賣的時候，用「水洗澤，去諸臭穢」：把臭穢去掉，席就清淨了。「我亦如是！詣沙門瞿曇所與共論議，進卻迴轉，執其綱領，去諸穢說」。

「譬如王家調象」的「師」傅，「牽大醉象」，這必是給牠酒喝，喝醉了。「入深水」裡邊，「洗其身體」，洗這個大象的身體，「四支」和「耳鼻，周遍沐浴，去諸麤（塵）穢；我亦如是！詣沙門瞿曇所論議難詰，進卻迴轉，隨意自在，執其要領，去諸穢說。汝諸離車，亦應共往觀其得失」，你們也應該同我一同到瞿曇那個地方，看看我能夠勝過瞿曇，瞿曇會輸掉了。

「中有離車作如是言」：在這離車這麼多的人裡邊，有一個離車子這樣說。「若薩遮尼犍子能與沙門瞿曇共論議者，無有是處」，沒有這個道理；薩遮尼犍子你辯論不過瞿曇的！這個離車裡邊有人這樣說。「復有說言：薩遮尼犍子聰慧利根」，他的眼耳鼻舌身意都是很聰慧的，「能共論議」。「時有五百離車與薩遮尼犍子共詣佛所，為論議故」：同他一同去，有五百人也不少了！

「爾時世尊，於大林中，坐一樹下，住於天住。」「天住」是什麼呢？有梵住、有天住、有聖住。天住就是初禪、二禪、三禪、四禪，這叫做天住。慈悲喜捨叫梵住。這不是指身體說的，是指人的心理說的。像我們凡夫，我們凡夫這個心住在什麼地方呢？就住在這色聲香味觸上面，在這上虛妄分別、人我是非，這些煩煩惱惱、苦苦惱

惱的這些事情。在社會上做種種的事情，都不會超過色聲香味觸的這些境界；我們的思想就在那上活動，叫做「住」。

現在說，佛現在在林中，坐一樹下，他的內心住在什麼地方呢？住在天的境界。這個天的境界，在《大智度論》上說，是布施，就是拿出自己的力量來利益別的人，有這種好心腸，這叫做天住。但是在唯識的經論上又有不同的說法，就說初禪、二禪、三禪、四禪這是天住。我想這裡就是這樣解釋好，就是佛這個時候的內心在初禪，有的時候在二禪、三禪、四禪，是在禪定裡邊住，這樣子叫天住。

「時有眾多比丘」：這個時候，佛不是一個人在那裡，還有很多的比丘在這個地方。「出房外林中」：從房子出來，到房外的樹林子裡邊「經行」。經行就是身體在那裡來來往往的走路，而心裡面還是修四念處觀的。

「遙見薩遮尼犍子來，漸漸詣諸比丘所」：遠遠地看見薩遮尼犍子來了，漸漸地就到了諸比丘的旁邊。就「問諸比丘言：沙門瞿曇住在何所？比丘答言：在大林中，依一樹下，住於天住」：這些比丘也就是坦白地這樣子告訴他了。

「薩遮尼犍子即詣佛所」，就到佛的地方去。「恭敬問訊，於一面坐」：問訊有個問安的意思，這是見面的一種禮貌。問訊好了，就在一面坐下來。「諸離車長者亦詣佛所，有恭敬者、有合掌問訊者，問訊已，於一面住」，在一面住。

「時薩遮尼犍子白佛言：我聞瞿曇作如是說法」：我聽人說瞿曇是這樣子宣揚真理的；「作如是教授諸弟子」：說這樣的真理來教授他的徒弟、他的弟子。「教諸弟子：於色觀察無我」，究竟怎麼說法呢？是這樣說的：於色觀察無我，「受、想、行、識」也「觀察」它是「無我」的。「此五受陰勤方便觀察，如病、如癰、如刺、如殺，無常、苦、空、非我」，是這樣教授他的弟子的。

「為是瞿曇有如是教？為是傳者毀瞿曇耶？」我聽人說你這樣說法，這是瞿曇有這樣的教導、有這樣的說法嗎？聖人教導眾生的話叫做「教」。有這樣的說法？「為是傳者」，為是別的人、展轉傳說的人，「毀瞿曇」，他毀謗你，說你說這樣的教法嗎？

「如說說耶」：說他不是毀謗，是如你所說而傳說給別人嗎？是那樣子？「不如說說耶」：那個宣傳的人不如你所說，他另外有所說、就說是你說的，是那樣子嗎？「如法說耶」：你這樣的說法，是如於諸法的真實相而宣說嗎？是「法次法說耶」：「法」、「次法」這是兩個意思。若按佛法來講，這頭一個「法」就是涅槃；第二個「次法」就是八正道、三十七道品、六波羅蜜這些佛法。「次」這個字，在這裡也有個隨順的意思。涅槃是我們佛教徒的歸宿處，但是我們怎麼樣才能到那裡呢？就要修學三十七道品。三十七道品它不是涅槃，但是它能隨順涅槃；你這樣修行的時候，它慢慢地、慢慢地就把你送到涅槃那裡去了，所以它叫次法。這個「次」有個隨順的意思，可以這樣講。

「法次法說耶」：就是說，你說的這個法是最高的真理，或者是次於最高的真理的法，是這樣嗎？

「無有異忍來相難詰、令墮負處耶」：「異忍」就是不同思想的人，他內心裡面能忍可這樣的真理；但是和你忍可、認可的真理不同，所以叫異忍。沒有不同思想的人「來相難詰」：來到你這兒來難問你，使令你輸了，「墮負處」，你沒有勝，你輸掉了。有沒有這個情形呢？

「佛告薩遮尼犍子」：他問完了，佛就回答他，告訴薩遮尼犍子。「如汝所聞，彼如說說」：像你所聞的，就是聞馬勝比丘所說的這一段佛法；我說的佛法是如你所聞的，是一樣的。「彼如說說、如法說、法次法說，非為謗毀，亦無難問令墮負處」，沒有世間人能同我辯論，使令我輸了，也沒有這回事。

「所以者何」：究竟是怎麼回事呢？「我實為諸弟子如是說法！我實常教諸弟子，令隨順法教」：隨順我的教導、隨順我說的法去修行。「令觀色無我，受、想、行、識無我；觀此五受陰如病、如癰、如刺、如殺」，觀此五受陰「無常、苦、空、非我」的，我是這麼說的。佛也坦白地承認，承認這樣說。

「薩遮尼犍子白佛言：瞿曇！我今當說譬」，佛這樣子回答以後，薩遮尼犍子就對佛說：瞿曇！我現在應該說一個譬喻來開示你。

「佛告薩遮尼犍子：宜知是時」，你應該知道正是時候，你說好了。

「譬如世間一切所作，皆依於地」：譬如世間上一切的人有所作為的時候，都不能離開大地，都要依止大地才能有所作為的。這是一個譬喻，那麼在他的有我論怎麼講呢？「如是色是我人，善惡從生」：我們這個身體，眼耳鼻舌身這個生命體的色，它就是我！就是人、就是我。「善惡從生」：就像大地似的，為一切活動作依止處。說這個「我」，一切善也從我生出來的、一切惡也是從我生出來的，就是我能做善、也能做惡，做善也是我、做惡也是我。「受、想、行、識是我人」，也是我，善惡也是從這裡生出來的。這是一段，這底下又說。

「又復譬如人界、神界、藥草、樹木，皆依於地而得生長」：譬如人的世界、或者神的世界，或者說是藥草、樹木這些東西，都是依止大地才能生長的。「如是色是我人，受、想、行、識是我人」，都是我。

「佛告火種居士」：佛告訴火種居士。「汝言色是我人，受、想、行、識是我人耶」：這底下，佛正式來反駁他：你剛才說色是我、受想行識也是我嗎？

「答言」，薩遮尼犍子回答：「如是！瞿曇，色是我人，受、想、行、識是我人」，這個五蘊就是我！「此等諸眾悉作是說」，隨我來的這麼多的人，他們完全都是這樣想的。

「佛告火種居士：且立汝論本，用引眾人為？」佛說，你就建立你的中心思想好了，你把你的宗旨明明白白地說出來就夠了。「用引眾人為」：何必說別人怎麼怎麼說法？不需要說，你就說你自己的思想，你認為這是我，你就這麼說好了。

「薩遮尼犍子白佛言：色實是我人」，佛這麼樣訶斥他一下，他又回答一下：色實在是我，是我人。

「佛告火種居士」，這底下佛就正式地反駁他。「我今問汝，隨意答我」：我現在提出我的看法，你隨你的意回答我。我先說個譬喻開示你，「譬如國王，於自國土有罪過者」：犯了法了，有罪過的。「若殺、若縛、若擯、若鞭」：那麼這時候這個國王對這個有罪的人，或者是殺這個有罪的人；或者把他綁起來；或者把他驅逐了，驅逐出境；或者是鞭，處罰他、鞭打他；或者是「斷絕」他的「手足」，這樣做。

「若有功者，賜其象馬、車乘、城邑、財寶」，前面是說有罪過的，國王可以這樣做；若是對於國家、人民有貢獻、有功勞的人，那麼國王可以賜給他象馬、車乘，或者賜給他一個城、或者一個邑，或者給他財寶。「悉能爾不？」國王對有罪過的、或者有功勞的，這樣子賞罰，能不能？他能不能這樣做呢？

「答言：能爾！瞿曇」：薩遮尼犍子回答說：是能的！國王對於有功勞的人能賞，有罪過的人能罰他的，他能這樣做。

「佛告火種居士：凡是主者，悉得自在不」：說是國王是這樣子，這就表示國王是國家之主，他能很自在地處理事情。說是我們人執著有我，我是一身之主，那麼你若執著有我的話，是一身之主，我做善、我做惡，我怎麼都可以做。那麼，凡是主者，是不是完全能夠很自在的呢？是不是能這樣子呢？

佛這一句話問得非常重要！事凡是能作主、有我的，凡是有我的，我是一身之主，是不是它也能像國王似的，能夠很自在地處理事情呢？

「答言：如是！瞿曇。」是的，是這樣。

「佛告火種居士：汝言色是我，受、想、行、識即是我，得隨意自在，令彼如是、不令如是耶」：說色是我、受想行識是我，那麼這就是主了！這個主，它能不能像國王那樣的隨意自在？我叫它這樣就這樣、我不叫它這樣就不這樣，是不是？或者說明白一點，說是我這個人個子長得矮，我叫它高一點可不可以？說我的相貌很醜陋，我不歡喜，我叫它端正一點可不可以？其實下邊另有別的意思。「令彼如是、不令如是耶？」佛這樣問他。

「時薩遮尼犍子默然而住」：薩遮尼犍子沒有話說，就是默然，默然而住。

「佛告火種居士：速說！速說！何故默然？」佛這時候告訴火種居士，你趕快回答我，趕快回答我！為什麼默然不出聲了呢？「如是再三」來問，「速說！速說！何故

默然？」說了三次。

「薩遮尼犍子猶故默然」：還是沒有話好說。

「時有金剛力鬼神」：就是手持金剛的鬼神，就叫金剛力鬼神。下面的小字加個「士」，金剛力士。金剛力士這個鬼神持金剛杵——金剛成的杵，這個杵能發出來「猛火」，很猛、很盛，「熾然」。「在虛空中」，這個金剛神——金剛力士拿著猛火熾然的金剛杵，在虛空裡邊，「臨薩遮尼犍子頭上」，就是接近、臨近薩遮尼犍子的頭上。「作是言」，金剛神作是言：「世尊再三問，汝何故不答？我當以金剛杵碎破汝頭，令作七分！」你若不回答，我就杵碎你的頭成七分。

「佛神力故，唯令薩遮尼犍子見金剛神」：佛的神通力令薩遮尼犍子他自己能看見金剛神，餘眾都不見的。「薩遮尼犍子得大恐怖」：這時候他害怕了。「白佛言：不爾！瞿曇」，這時候回答了，說是：「不是的！不是的！」答覆了這句話，「佛告薩遮尼犍子：徐徐思惟」，佛前邊是叫他速說、速說；現在佛又說，你慢慢地再想一想。「然後解說」，然後你再解釋解釋你的意見。

「汝先於眾中說：色是我，受、想、行、識是我，而今言不，前後相違」，現在說色不是我，受、想、行、識不是我；這樣子，你前面說的話、後面說的話，自相矛盾了！「汝先常說言：色是我，受、想、行、識、是我。火種居士！我今問汝：色為常耶、為無常耶？」我們不要說外邊的山河大地，就說生命體上的這個色——地水火風、眼耳鼻舌身——它是沒有變化的呢？是有變化的呢？

變化，當然我們不要說什麼哲學、宗教，多數人自己也感覺到，最初人在嬰兒時候的身體是什麼樣？後來又變成一個童子、變成個青年人、變成個壯年人、變成老年人了，這身體很明顯的是有變化的，它不是常住不變的。「我」的定義是常住不變；現在你的身體是常住不變的、是常耶？為無常的呢？

「答言：無常！瞿曇」，是無常的。你若說是無常，那色就不是我了。因為我是常住，色是無常，它們的含義不一樣，怎麼能說是相即的呢？怎麼能說色是我呢？如果色是我，與我的定義不符合，那也不能說是我。

「復問：無常者是苦耶？」若說它是有變化的，那麼是不是苦惱呢？「答言：是苦！瞿曇」，是苦！若說是無常，它就是苦惱。

「無常就是苦」這句話怎麼講法呢？無常是變化的意思。如果再明顯地說，就是由無而有、由有而無，這就叫做無常。原來沒有、現在有了，這就是生；有了以後、又沒有了，就是滅。生滅就是變化的意思，原來是有、後來沒有，這就是生滅變化。那麼這樣的生滅變化，有微細、顯顯的不同。特別微細的，我們若不沈下心來仔細地觀察就不知道，顯顯的我們能夠感覺到。譬如說這燈光，它就是剎那剎那地生滅變化，

但是我們若不仔細地去觀察就不知道。那麼我們的身體上的四大，在佛法上來說，也是剎那剎那變化的。但是現在說：無常就是苦！這個道理怎麼講法呢？譬如說，我們現在很快樂，生活很快樂。快樂存在的時候，我們不感覺到苦；其實也可能是苦、也是苦，不過我們覺悟不到，感覺到快樂。快樂失掉了，失掉了的時候，我們心裡不歡喜，就是苦了。由有而無，這就是無常。快樂的事情沒有了，我們心裡面痛苦。快樂的事情，我們願意它常在，常常快樂。但是可愛的快樂沒有了，在佛法上叫做壞苦；這種快樂的事情壞了，我們就苦惱。說是我們沒有苦惱，但是現在由無而有，有了苦惱；原來沒有苦惱，由無而有，由無而有就是無常，沒有苦而現在有苦了，所以這也是無常就是苦。

好像是一九七三年、是七幾年？香港股票漲得很厲害、漲得很快，很多人買股票，很多人發財了；但是忽然間股票就跌下來了，跌得很厲害，就很多人跳樓，很多人就死掉了。有的人在河邊上，有人的鞋放在那裡，這人就不見了。這就是無常的變化使令人受不了，所以無常就是苦！

我再多說一點。我們看司馬遷的《史記》上，說這個楚霸王。楚霸王把王子嬰……，劉邦、張良這些人率領的軍隊，他是先到了咸陽，但是當時楚霸王的力量太大了，張良這些人，這個時候陳平可能是在，這些謀士說是要等楚霸王到來，我們要讓他一步。那麼楚霸王來了，他那時候的威力是不得了，就把王子嬰殺掉了，放了一把火，就把阿房宮也燒掉了。然後就封很多的人，劉邦是封之為漢王，還有很多人都封好的，他就回到徐州去，做西楚霸王。這個時候楚霸王是不得了！正是快樂的時候。

但是，後來韓信這些人同劉邦合作，把楚霸王圍在垓下，垓下是安徽的靈壁縣的一個地方。楚霸王這個時候，隨從他的人都很少了，軍隊還沒有糧了，這個時候楚霸王很苦！所謂「四面楚歌」就是這個時候。那麼他就睡不著覺、起來，同他的太太虞夫人，就是流淚了。楚霸王這個英雄不得了，到這時候也是流淚了！說了一些話，這個話我們不必念。後來就從劉邦的軍隊的包圍跑出去，到了烏江就自殺，死了！這表示什麼意思呢？這無常的苦若來了，受不了，就活不下去，要死了。

那麼劉邦是勝利了。劉邦勝利了，但是也有人同他造反，他去平反以後，就回到他老家去，召集了很多的小孩子，鄉村的父老在那兒飲酒、唱歌、跳舞，做這種事。劉邦他作了一個「大風歌」，這「大風歌」我說一說。

「大風起兮雲飛揚，威加四海兮歸故鄉，安得猛士兮守四方！」這《史記》上寫他這個歌以下，說是劉邦的淚——數行下！就是流淚，哭了。這就也是一種苦。劉邦這種人能作出這麼一個「大風歌」，這「大風歌」作得是好！

「大風起兮雲飛揚」：這虛空裡的雲停不住了，風把它一吹，都飛揚了、都吹跑了。

其實這等於是個譬喻。「威加四海兮歸故鄉」：他的威力統一了中國，所有的英雄好漢都被他打倒了，所以「大風起兮雲飛揚」這樣意思。那麼「威加四海兮歸故鄉」，這個時候回到他的故鄉，真是特別光榮了。但是「安得猛士兮守四方！」這是時候是把韓信也殺掉了，他心裡面也就痛苦！統一了中國，他作了皇帝。他也知道，別人作皇帝，你起來造反，你若作皇帝，也會有人起來造反！所以這個心就不安了。說是怎麼能夠得到一個猛士保護我的安全？「安得猛士兮守四方！」但是，你得到一個猛士守四方，又怕這個猛士造反。沒有猛士守四方更不得了；有猛士，心也放不下。

楚霸王是失敗了，無常是苦！劉邦成功了，他是樂嗎？他心裡不快樂，他也是流淚。所以，「無常是苦耶？」無常是苦啊！我們人間，我們也不是楚霸王、也不是劉邦，我們是一個小小的老百姓，誰常是如意的啊？很多很多的事情都是不如意，不如意事常八九！

那麼這上面說：「無常者是苦耶？」所以他回答：「是苦！瞿曇。」是苦啊。說是我們或者是宿世的福報、或者現在的智慧，有多少成就，心裡面感覺到滿意快樂；這個快樂失掉了，哎呀！感覺到很痛苦。或者有其他事情做錯了，招引很多的苦惱來，這時候苦惱！這是很明顯的苦惱，我們是能感覺到的。

如果說我也沒有什麼特別的，有的時候我心裡也沒有什麼苦、也沒有什麼樂，那麼這個時候應該說是不苦不樂吧？我們可以這樣想吧？或者說一個人也沒有什麼大的成就、可也沒有什麼不好，生活平平靜靜地，平安就是福，這應該是好吧？但是在佛法裡面講，這也不是好境界。

在《俱舍論》上有幾句，它引別的經上的話：「如以一睫毛，置掌人不覺」：譬如睫毛，就是上眼皮、下眼皮相連接，邊上的毛。「置掌人不覺」：放在手掌上的時候，感覺好像沒有放在上面，不感覺有個東西。「若置眼睛上」，就是不得了！若把這睫毛放在眼睛裡頭，這眼睛很不舒服。「為損及不安」，就心裡面感覺到，哎呀！這眼睫毛會傷害我的眼睛，心裡就不安，也是不舒服，會生起不安。

這是一個譬喻，還沒有正面說出來道理。正面說出來是什麼呢？「智者如眼睛」：有智慧的人，就譬如眼睛似的。「智者如眼睛，能覺行苦睫」：有智慧的人，也就是學習佛法的人，他能夠感覺到不苦不樂的時候也是苦。不苦不樂的時候，這個苦叫做行苦，它也是苦。「愚夫如手掌」：我們糊塗的人像手掌這樣子，「不覺行苦睫」：不苦不樂的時候，感覺到不苦，其實那也是苦。

那麼不苦不樂的時候，佛法有什麼理由說這也是苦呢？有什麼理由？不苦不樂這個境界，我們凡夫欲界的人，也有時候有這種境界。或者是欲界天的人，樂的時候特別多，不苦不樂的時候也可能有，但是比較少。色界天上的人，初禪、二禪、三禪都

是樂；到四禪以上、無色界天，都是不苦不樂的。那麼，佛法裡面講不苦不樂，為什麼也說是苦呢？我們若仔細從經論上去閱讀，就會明白這個道理。

譬如說這一個人，他生存的時候很規矩，規規矩矩，品行還不錯，沒有做什麼壞事；但死了以後，到地獄裡面去了。什麼原因呢？就是他那個色受想行識裡邊，從無始劫來造了很多的惡業，就是到三惡道去受苦的罪業。這個罪業就在你不苦不樂的那個色受想行識裡面隱藏著。不但是我們一般的人，就是色界天上的人、無色界天上的人，他那個不苦不樂的心裡面也是一樣，也有無量劫來的罪業在那裡隱藏著。

說是我們這一個人，身體很健康，生活很快樂，忽然間來了大病了，這怎麼回事呢？當然，可能我們的飲食有問題，也可能生活不正常；但是，特別嚴重的病，在佛法上講，那就是有罪，這個罪使令你有大病。那麼，那個罪也就在不苦不樂的色受想行識裡面隱藏著的，一樣的。我以前也說過，譬如人駕車，駕這個汽車在公路上跑，跑得很正常、很好；但是，跑跑它會有毛病了，你不修理，你也到公路上跑，忽然間這個毛病爆炸了就是不得了！

我們人的色受想行識裡邊，無量劫來當然也可能做了一些善根、功德，但是也造了很多的罪，這個罪在心裡面隱藏著，我們凡夫肉眼，不知道它什麼時候爆炸、不知道什麼時候發生作用，就使令你得了苦惱的果報了！就是這樣子。如果你用佛法的道理來觀察，說我現在也不感覺苦、也不感覺樂，還是不得了，也是不得了！

所以，《涅槃經》上說，人應該觀察人的壽命是無常的！觀察這壽命是無常的。就是還有七天就要死了，這七天趕快作功德、趕快栽培善根。說「還有一天！」一天你趕快修學聖道、栽培善根！趕快地栽培。這樣子使令你將來的生命能多諸福樂，不要空過了，不要空過時間！

所以，在佛法的深一層的看法，快樂雖然是人喜愛的，我們歡喜快樂；但是樂也能使令你苦。我們人間的人，如果你仔細地觀察，可愛的事情不是很多，只是自己沈迷在裡邊，不大覺悟就是了。諸天的樂和人間比較是好一點。諸天——欲界六天乃至色界天的樂是好一點，但是他們臨死的時候苦惱，因為就是同那樂的境界離別了，就是愛別離苦。我們人若是受了苦，就不想活下去，就是願意死；這也是因為沒有可留戀的了，所以他死的時候，就是認為死以後可能快樂。其實自殺也不是好事。

我的意思是說：諸天很快樂，我們人可能會羨慕他，但是他臨死的時候比人苦！這就可以知道：樂使令他苦！也可以這樣講。那麼樂就是無常了，所以就苦得不得了。

所以這句話：「色為常耶、為無常耶？答曰：無常！瞿曇。復問：無常者是苦耶？答曰：是苦！瞿曇。」無常就是苦！平常我們的感覺是有三種：苦惱的感覺、快樂的感覺、不苦不樂的感覺，佛法也承認我們人是有樂的；但是，深一層看，樂使令人苦，

使令人很苦的。所以世間上凡夫的事情，都不是那麼理想，只有聖人才是真實的安樂自在。

「復問：無常苦者是變易法，多聞聖弟子寧於中見我、異我、相在不？」佛又問，復問：「無常苦者是變易法」，我們這個生命是無常變化的，你控制不住的。它要變化，你不能控制它的。那麼，它變化就使令你苦惱，這是個變易法。

「多聞聖弟子寧於中見我、異我、相在不？」「多聞聖弟子」：就是能聽聞佛法，叫做多聞。什麼是佛法呢？你觀察這個五蘊身是無常、苦、無我、空，它是如癱、如刺、如病、如殺，你這樣生厭離心，能得聖道。你能這樣子聞、能這樣思惟、修行，你就是多聞聖弟子。

「於中見我、異我、相在不」：「聖弟子」就是佛的弟子，佛是聖。他在這個無常、苦、變易法的色受想行識裡邊，他會見我嗎？在這裡面看見有個我？這色受想行識是我嗎？「異我」：就是色受想行識不是我，是另外有一個常恆住、不變易的我，叫做異我，是這樣意思。

前面「見我」：色受想行識即是我，叫做見我。「異我」：就是和色受想行識不同；色受想行識是生老病死、是必朽之物，一定是要敗壞的；但是另外有個不敗壞的我，這個我是異於色受想行識的，這叫異我。「相在」：就是這個我在色受想行識裡邊，或者說色受想行識在我裡邊，這叫「相在」。

那麼佛就問：「多聞聖弟子寧於中見我、異我、相在不？」答曰：「不也！瞿曇。」不是的，多聞聖弟子是不見有我、也不見異我、更不見相在，是無我！沒有我的。

「受、想、行、識亦如是說」：前面說在色裡邊，見我、異我、相在否？現在受想行識亦復如是，就在這受裡邊，見我、異我、相在否？在想、行、識裡邊，見我、異我、相在否？「亦如是說」，也是這樣子，也是沒有我的！都是生滅變易，那有常恆住、不變易的我呢？沒有這回事。

《莊嚴大乘經論》上也有提到，當然《大智度論》也有提到，說是如果你執著識是「我」——就是我們身體裡面這個識（眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識），當然意識是最重要的——這個意識是我。如果這意識是我，前面說「我」就是主，主就是自在。那麼我們有快樂的事情出現的時候，如果「我」是有自在的作用的話，應該叫這個樂常在而不滅；事實上能不能？也是做不到。有苦惱的事情來了的時候，你這個識感覺到苦，你如果是自在的話，你可以把這個苦驅逐出去吧？都是不容易辦得到！所以，你不應該執著在色受想行識裡邊有個我的，你不應該承認有個我。

釋迦牟尼佛的智慧觀察，觀察色受想行識是無常、苦、空、無我，是生滅變易，這裡邊沒有我。如果有我的話，就應該說色、受、想、行、識、我，應該這麼說，應

該說眼、耳、鼻、舌、身、意、我，應該這樣；因為沒有，所以只說色受想行識，只說眼耳鼻舌身意，所以不承認有那個我。但是，色受想行識假名為我是可以的，說「我今天到街上去買東西去了」，這也是可以。假名為我，大家語言文字上的方便，可以有這個字，可以這樣用；但是你不能執著有一個實體性的我。如果那樣執著，事實上沒有那個道理，因為「我」是自在的意思。這是外道對於「我」有一個定義，就是常恆住、不變易、有主宰性的，叫做我。那麼佛觀察色受想行識沒有這個道理，所以不承認有我。

這樣說，佛法就是無我論。當然這樣的理論，我們昨天引《顯揚聖教論》、《瑜伽師地論》也是有，就是唯識的經論裡面是說無我，《中觀論》、《大智度論》、鳩摩羅什法師翻的《摩訶般若波羅蜜經》，都是說這樣的道理，都是無我論。這樣和《阿含經》是一致的，都承認無我。說無我，當然有的人不同意，認為還是有我好。現在我又過點了，我們明天再說，就講到這裡。

「佛告火種居士：汝好思而後說。」在前面佛反駁火種居士的邪知邪見，佛的意思：色受想行識裡邊是沒有我的。什麼理由呢？就是你作不得主。「凡是主者，悉得自在不？」就是不得自在，所以是無我。後邊又說到：「色為常耶、為無常耶？」答曰：「無常！」因為無常，所以也是無我。因為有我論的人，他認為「我」是常恆住、不變易的；現在承認是無常的，也就等於是承認無我。所以，不自在所以無我，無常也是無我。「無常者是苦耶？」苦也是無我的意思。因為我的定義有自在的意思，就是作得主；你若能作得主，應該是沒有苦。你說沒有苦就沒有苦，那就是有我；結果苦來了，你只有去受苦，你不能夠拒絕它，你不能像國王那麼自在，所以也是與有我的含義是矛盾的，所以，有苦就表示是無我。

這底下，佛告火種居士：「汝好思而後說。」你心靜下來，好好的思惟思惟，然後再表達你的意見。

「復問火種居士：若於色未離貪、未離欲、未離念、未離愛、未離渴，彼色若變、若異，當生憂悲惱苦不？答曰：如是！瞿曇。」這以下表示執著有我的人就有很多問題，說這個問題。「若於色未離貪」執著有我，其實就是無明的意思，沒有智慧，是愚癡的意思。愚癡的人他執著有我、也執著有色受想行識、執著有色聲香味觸法，一切都是執著是有的。有了以後，當然他就會貪著，貪著追求。這裡邊的含意，就是一切眾生從無始以來，就是不斷地這樣熏習，這貪瞋癡不斷地活動、不斷地熏習、不斷地執著有我、有所。那麼這樣子情形會怎麼樣呢？佛會很明白地顯示這件事的過失。

「若於色未離貪」：假設這個人對於色受想行識的色——可以有內外之別：就是自

己的身體是內色、外邊的一切的地水火風是外色——沒能夠遠離貪的煩惱。

「未離欲」：貪和欲有共通的意思，如果說它有別義的話，「貪」就是他愛著的那個境界，他認為所愛的境界非常好，很寶貝、很寶貴，生愛著心，那就是貪的意思。「欲」就是老是不知足，總是再進一步才好；但是進一步還是不夠，老是不知足地愛，所以叫未離欲。

「未離念」：念是什麼意思呢？就是對於所貪欲的境界，心裡面常常憶念，常常憶念那件事。人是那樣子，你愛著什麼事情，什麼事情很容易地出現在你心裡面，那就是你心在念它，這樣意思。

「未離愛」：這個愛就把前面的貪、欲、念總起來說；總而言之，就是愛著那個境界。這個愛也就是表示，心裡面願意同所愛的境界能夠會合，那叫做愛。

「未離渴」：「渴」是形容這個愛的。在《涅槃經》上說這個渴，說個譬喻。說是人渴了，你應該喝水，或者喝糖水能解渴；他不！他吃鹽。他吃鹽，越吃越渴、越吃越渴，越渴還越想要吃鹽，所以叫做渴。這就表示人的這個愛永久也不能滿足，一直地愛下去。其實這就是一個苦惱。

若是一個人他沒離貪、欲、念、愛、渴的話，「彼色若變、若異，當生憂悲惱苦不？」所愛的色若變化了、不同了，不同於你所愛的境界了，「當生憂悲惱苦不」，會不會生出來憂愁、悲痛的苦惱呢？佛這樣子問。

「答曰：如是！瞿曇」，火種居士說：「是的！是的。」

「受、想、行、識亦如是說」：就是你沒能夠於受想行識離貪、欲、念、愛、渴，那你那個受想行識變化了，你生不生憂悲苦惱呢？這件事，色的變易與受想行識是聯合、合起來的，不是孤立的。或者說，色的變易、受想行識是思想上的變易。那麼你原來有所愛著，變易了的時候就有苦惱。所以「亦如是說」。

「復問火種居士：於色離貪、離欲、離念、離愛、離渴，彼色若變、若異，則不生憂悲惱苦耶？答曰：如是！瞿曇，如實無異。」是！你說的是真實的、是沒有錯誤的，「受、想、行、識亦如是說。」

這個事情，我們從這段文上，應該會想到：聖人——依據佛法修行得了聖道的人——就是沒有人情了。我們應該是這樣講，他是沒有人情了；對於任何的境界，他沒有貪愛心。所以就看出來，大乘佛法說到菩薩道的事情。我們從大乘經論上看，佛菩薩是讚歎慈悲心！眾生的苦惱，佛弟子應該發悲心要救度一切眾生的。這個地方就表示出來：依據佛法修行，沒有貪瞋癡的煩惱了，那麼這個人就是遠離了世間，對於世間沒有貢獻，對於世間上眾生苦的事情，他也不管了。那麼怎麼樣才能有貢獻呢？就是要有慈悲心，才能夠行菩薩道去廣度眾生；他不會用貪瞋癡來度眾生的，因為他

內心裡面沒有貪瞋癡了；而有貪瞋癡的人能度眾生嗎？實在是不能的！

我們平常的人學習佛法，對於佛法有了歡喜心，也願意去弘揚佛法、廣度眾生。若我們是凡夫的時候，我們發那一念的好心，佛菩薩也應該會隨喜。但是事實上，沒有斷煩惱的人行菩薩道，我看，行一個時期就有問題。所以，大乘佛法裡邊也是，你在凡夫菩薩的時候，你一定本身要修學聖道，過這個生死關才可以！才比較好；不然的話，這菩薩道不是太安全。

這裡說是「於色離貪、離欲、離念、離愛、離渴，彼色若變、若異，則不生憂悲惱苦」，「受、想、行、識亦如是說」。但是在《雜阿含經》上別的地方還舉出一個例子，那就是非常明顯了。舉出個什麼例子呢？佛告諸比丘說：「遠遠的山林裡邊，有人在那裡偷樹葉子，或者砍伐樹木、偷跑了。你們各位比丘心裡面怎麼樣想呢？」諸比丘說：「那遠遠的山林裡面被人家砍伐了樹木，我心裡面無動於衷，沒有什麼。」「若是有人把你的衣、把你的鉢偷跑了呢？」我心裡面不同意，我要把它找回來！」為什麼會有這個差別呢？就是這遙遠的地方的山林的樹木，你沒有愛著心，所以人家去偷了的時候，你心裡面不感覺什麼；你對於你自己的衣鉢有愛著心，所以人家若偷去了，你心就不安了。

那麼這一件事應該是很明顯的。譬如說，我們到殯儀館去看，天天有人在那裡做喪事，但是那是別人的事，我心裡沒有事；但是若自己親愛的人，心裡面就苦惱！

從這件事不同的地方看出什麼事情呢？阿羅漢他對於自己的色受想行識，沒有貪、沒有欲、沒有愛、沒有念、沒有渴了，所以若是有什麼特別的因緣，你殺害他的身體，在阿羅漢他的心裡面沒有事。就像是你斬伐、砍了一棵樹似的，在他心裡面不在乎！所以得了阿羅漢果的聖人，能夠達到這麼樣一個境界，所以叫做「得解脫」，這後邊也說到得解脫，他就能解脫一切的苦惱。不過，《阿含經》上也說到一件事：假設你用刀殺他的時候，頭一剎那他也感覺到苦，也是有這感覺；但是第二剎那就沒有事。就是他那個正念、無我無我所的智慧一出現，就沒有事了，他就不苦。

在《般若經》上、其他的經論有提到：菩薩得無生法忍，得那個「忍」。那麼我們沒得無生法忍的人，有苦惱的境界，「你要忍！」這是很難很難的。得無生法忍的人，就是得了聖道的人，他有清淨無漏的、聖人的無我無我所、諸法畢竟空的智慧的時候，他就能忍！他那個忍，就像剛才說的一樣，你去砍那個樹葉、砍那一棵樹，在他心裡沒有事，他心裡面能夠忍，安忍不動。所以這可以知道，佛法的力量能把一個人訓練到這個程度！當然這個人在凡夫的時候修學佛法，他還沒有離開人間，還是父母所生的身體。若是到了阿羅漢以上的境界，他棄捨了這個臭皮囊、棄捨了這父母所生的身體，得了法性生身的時候，那是更不可思議的！是更不可思議的境界。那和我們凡夫

完全是不同了，距離不知道幾千萬里那麼遠了。所以，能夠努力地修學佛法，那真實是特別有意義的，不會白辛苦的！

「火種居士」，佛又招呼這火種居士。「譬如士夫，身嬰眾苦，常與苦俱」：說一個人為很多很多的苦惱纏繞其身，纏繞著他。他為這個苦惱的事情，心裡面很痛苦，常與苦在一起。我們凡夫沒有得無生法忍，當然是這樣子，常與苦俱。

「彼苦不斷不捨，當得樂不？」那個纏繞他身體的眾苦，若沒能夠斷捨的話，他是不會快樂的。所以在佛菩薩的心裡面看，眾生是很苦的！而眾生自己年輕力壯的時候，不大感覺苦。年輕力壯的時候，為什麼不感覺苦呢？年輕人因為如果是讀書讀得可以，到社會上感覺到前面有很多如意的事情等著我，我向前衝啊！其他苦的事都不計較，所以不感覺苦。但是你若真是到社會上，有多少年經驗了，社會上不是那麼容易過的，會感覺到苦，但是還不能真實感覺到苦。「身嬰眾苦，常與苦俱；彼苦不斷不捨，不得樂也。」

「火種居士！譬如士夫，持斧入山」，拿著斧到山裡面去，「求堅實」的「材」料。「見芭蕉樹洪大液直，即斷其根葉剝剝其皮，及至窮盡都無堅實」，這個芭蕉樹用斧子砍了幾砍，這芭蕉樹一點也不堅固，不能用它造房子的。

「火種居士！汝亦如是」，你也是和這芭蕉樹一樣。「自立論端」，你自己建立你的有我論的見解。「我今善求真實之義」，「我」是佛自稱，現在在你立的有我論這個地方，求你「有我」的真實義，求不到，沒有！「都無堅實，如芭蕉樹也」，像芭蕉樹似的，你這個有我論是建立不起來了。「而於此眾中敢有所說」，你敢這麼說。「我不見沙門婆羅門中所知所見、能與如來應等正覺所知所見共論議不摧伏者。」而便自說：我論議風，偃草折樹，能破金石，調伏龍象，要能令彼額津、腋汗、毛孔水流。汝今自論己義而不自立，先所誇說能伏彼相，今盡自取」，你以前說那個大話，說這些額津、毛孔水流、能破金石、調伏龍象這個話，都是假的了！那個恐怖的相，你都自己取了。「而不能動如來一毛」。

「爾時，世尊於大眾中，被鬱多羅僧，現胸而示。」鬱多羅僧」中國話翻個上衣，就是佛披的七衣。「現胸而示」，把佛的胸顯現出來、顯示出來。「汝等試看，能動如來一毛以不？爾時，薩遮尼犍子默然低頭，慚愧失色。」所以外道也有些聰明人，但是這個聰明慢就是害了自己，實在是不能和佛辯論，結果是慚愧失色、默然低頭。

這一段引《阿含經》的文，這一段《阿含經》的義在科文上說，就是我空觀——用沒有自在、無常、苦來表示有我不對的，是無我的；用這樣的義，觀察色受想行識是無我的，是這樣意思。這是第一段。

戊二、《顯揚聖教論·卷第九》

又我今問汝，隨汝意答。為即於蘊施設有我？為於諸蘊中、為蘊外餘處、為非蘊性耶？若即於蘊施設我者：是我與蘊無有差別，而計有我是實是常，不應道理。若於諸蘊中者：此我為常、為無常耶？若是常者：常住之我為諸苦樂之所損益，不應道理。若無損益，起法非法，不應道理。若不生起法及非法，應諸蘊身畢竟不起。又應不由功用，我常解脫。若無常者：離蘊體外，有生有滅相續流轉法不可得故，不應道理。又於此滅壞後於餘處不作而得，有大過失故，不應道理。若蘊外餘處者：汝所計我應是無為。若非蘊性者：我一切時應無染污。又我與身不應相屬，此不應道理。（《顯揚聖教論》卷十九·大正 31·524 頁）

第二段是引《顯揚聖教論》第九卷。《顯揚聖教論》第九卷這個文，我認為說得非常好！但是比《雜阿含經》那一段似乎是費解一點。

「又我今問汝，隨汝意答」，這是無著菩薩，他是佛教徒，他是站在無我論的立場來問有我論者，說是：「我今問汝，隨汝意答。為即於蘊施設有我？為於諸蘊中？為蘊外餘處？為非蘊性耶？」這第一句話，「為即於蘊施設有我」：你認為在色受想行識裡邊有我，你是即蘊有我——就是你執著色受想行識當體就是我，你是這樣的意思？

「為於諸蘊中」：這第二句就不是了。你是另外執著有一個常恆住、不變易、有主宰能力的我。不是諸蘊，諸蘊不是我；另外有一個我，這個我在什麼地方呢？「於諸蘊中」，它住在色受想行識裡邊。

「為蘊外餘處」：你執著另外有一個我，它不住在色受想行識裡邊，是住在色受想行識之外其他的地方嗎？

「為非蘊性耶」：你執著這個我，是怎麼樣的我呢？「為非蘊性耶」，不是色受想行識？色受想行識這五蘊，色是一個物質性的東西，是生理的組織；受想行識是心理，是精神性的東西。現在說你執著這個我，是「非蘊性」，就是也不是物質的、也不是精神性的東西，那麼是個什麼東西呢？這樣問。

前面提出這幾個問題，這底下來駁他。

「若即於蘊施設我者」：假設你認為就是色受想行識就是我。我們開始那一天，我曾經說過，我們中國哲學似乎是沒有講究竟什麼叫做我，文字上是有「我」這個字；但是什麼叫做我，似乎是沒有人詳細地說明。印度的佛教和外道，對於我、或者無我，是明明白白地說出來了。當然，這件事對於佛法的修行有直接關係，所以這樣子說明。

「是我與蘊無有差別」：你若執著色受想行識就是我，那麼色受想行識和我是沒有差別的，它們就是一體的。「而計有我是實是常，不應道理」：色受想行識是無常的、是不真實的，色受想行識終歸是敗壞、終歸是老病死、要敗壞的，是無常的、必朽之物！那麼你執著的我不是敗壞的，它是有真實性的、它是常住、常存不壞的，這樣子不就不合道理了？和五蘊不一樣嘛！所以就是不應道理。

在佛法的道理上說，是凡是因緣生法，它就是要無常，終歸於空、終歸無常的。那麼說我的體性是真實的，就表示它不是因緣有的，所以它就是不會再敗壞，就成了永久性的了，所以是實、是常。你說五蘊就是我，那麼這個我就是不實、不常；你執著我是實、是常就不合道理，那等於說沒有我了。

「若於諸蘊中者：此我為常、為無常耶」：這個我是常住的？是無常呢？

「若是常者：常住之我為諸苦樂之所損益，不應道理」：如果說五蘊不是我，另外有一個我，不過它是住在色受想行識裡邊；如果是這樣的話，那麼我們這個身體，也就是我們這個色受想行識、眼耳鼻舌身意，和外邊的色聲香味觸法接觸，有的時候快樂、有的時候苦惱。快樂的時候，對於我們的色受想行識有一點利益；如果是苦惱的時候，心裡面就受到傷害了。所以苦樂對於我們這個身體有損、有益。這個我在身體裡面住，也就受到苦樂的損益；受到了苦樂的損益的時候，這個我就是有變化了，有變化就不是常住的，所以你說是常住的就不合道理。

「若無損益」：說是我執著這個常恆住、不變易的我在身體裡邊，雖然這個身體有時候苦、有時候樂，而這個我不受影響，沒有損、也沒有益。那若沒有損、也沒有益的話，「起法非法，不應道理」：你會發起合法的行動、發起非法的行動，會做出這件事來。就是有苦惱的事情出現的時候，我們就會拒絕；拒絕這苦惱的事，有可能用合法的辦法、有可能用非法的辦法，去排斥這個苦惱。如果安樂的事情來了，要保護這個安樂；或者安樂的事情若被人破壞了的時候，自己就會發出來行動，發出合法的行動、或者是非法的行動來保護這個安樂、或怎麼的。

說是「我」在身體裡面居住，不受影響；不受影響，為什麼會發出來這種行為呢？譬如說是遙遠的山裡面的一棵樹被人偷走了，我心裡面不在乎，所以我也不去干涉這件事，我不需要採取什麼行動。但是若是你自己的財物被人家偷去了，你就會要採取行動了。那麼這可以看出來：你說「不受影響」這句話立不住。若無損益，你發起法、非法的行動，這句話不對，不能成立的。

「若不生起法及非法，應諸蘊身畢竟不起」：好！你說你不起法、非法，也可以。你發起來的合法的行動，或者是你利益別的人，這就是善業；若是起非法的行動去傷害別人的話，就是惡業。做善業、做惡業的時候，你有了這個業力，就招感果報。這

個身體死掉了以後，又有一個生命體出現，就是自己的善惡業招感的。你說苦樂來了的時候，對你沒有損益，你不發起法非法；若不起法非法的業力，那麼你這個身體死掉了，以後就不會再有身體了，「應諸蘊身畢竟不起」，就不會再有身體了。那麼，有沒有這種事呢？這是不對了！怎麼不對呢？

「又應不由功用，我常解脫」：阿羅漢他若是這個父母所生的身體壽命盡了的時候，這個身體就死掉了。身體死掉了的時候，是前一剎那這個色受想行識滅了，後一剎那色受想行識不生，就入於不生不滅的境界了，阿羅漢是這樣子。

現在這個有我論者，他不起法非法的行動，就是沒有業力了。其實按道理說，要沒有貪瞋癡的煩惱，他才不生起招感生死的業力，那樣子，他死亡了以後就入涅槃了。說是有很多很多煩惱的人，他是執著有我，不起法非法——那有這種事情呢？所以如果這樣的話，「應不由功用」，就不須要用功修行，你就入涅槃了，像阿羅漢一樣，這個身體死掉了，就入涅槃了，就解脫老病死了，應該是那樣子嗎？事實上也沒有這種事。

所以，這一段文的結論，應該說：你若執著有個實體的我在身體裡面居住，它就會受苦樂的影響，它就不是常住的，它就是有變化的，就不是常住之我了。它受到苦樂的影響，就會發起法非法的行動，它死亡了以後，這個法非法的業力又招感果報了，所以不能說「不由功用，我常解脫」，不應該這麼說。這樣子，無著菩薩的辯才，在這裡看出來：能夠把有我論者說得他這個常恆住的道理不能建立起來。

「若無常者」：說這個我不是常住的，也是生滅變化的。「離蘊體外，有生有滅相續流轉法不可得故」：說是我們一切眾生，若離開了色受想行識這個五蘊之體以外，另外還有一個有生、有滅、相續流轉的事情，不可得，沒有這種事。就是所有有生滅變化的事物，都在色受想行識裡面包括了；離開了色受想行識之外，另外沒有個生滅變化的事情的。所以你若執著我是有生滅變化，也就在五蘊之內了，不能說另外有個我的。「離蘊體外，有生有滅相續流轉法不可得故，不應道理」，所以你認為那個身體是無常的，離開五蘊另外有一個我，這是不對的。

「又於此滅壞後，於餘處不作而得，有大過失故」，前面說我身體有苦、有樂，我不受影響，我不需要起法非法的行動；那麼你死亡了以後，你還有沒有生命體？說有！有，那個身體是怎麼來的呢？是「不作而得」。「又於此滅壞後」，就是現在這個生命死亡了以後，生到別的地方去，或者是從人間死了，到天上去；或者從人間這個地方死了，到另一個地方去，又得到一個身體，那個身體是怎麼來的呢？「不作而得」：不因為作法非法的業力，就有一個生命體的果報。「有大過失故」：這個過失太大了！你自己沒有作業，就是無因而有果，這是不對的，完全是錯誤的！

當然，相信有大自然在天的這種人，就是：這果報是大自然在天給我們的，他叫我們受好的果報，那你實在真是好了；要你受一個苦惱的果報，那麼你只有受之，你沒有辦法排斥的。但是，佛教的理論不是這樣，是你自己的業力招感的，這樣子你自己可以改造你自己。

若是「不作而得」，你沒有辦法控制、沒有辦法改善自己，所以「有大過失」！若這樣講，人類沒有希望得到安樂了，只有由自然去安排這件事了。所以這種說法是「不應道理」。

「若蘊外餘處者，汝所計我應是無為」：若是說在五蘊之外，你執著這個我不住在五蘊裡邊，住在身體以外，住別的地方；說不是生滅變化的、是常住的，那麼，你所執著的我「應是無為」，應是無為法，沒有生滅變化就是無為。

「應是無為」這件事，「若非蘊性者」：無為就不是五蘊的體性了。五蘊是有為法；若是無為，它就不是五蘊的體性。那麼這樣的情形會怎麼樣呢？「我一切時應無染污」：你執著這個我，一切的時候都沒有污染，都沒有煩惱的污染。因為在有為法裡面有煩惱的這件事，在無為法裡面沒有煩惱這件事。所以若是執著的我是無為，就沒有染污了，那麼也等於說是不用修行也自然得解脫了。

「又我與身不應相屬，此不應道理」，如果你所執之我是無為的，這個無為的我和有為的色受想行識互相沒有辦法有關聯，這也不合道理。事實上所有的一切眾生執著我，都是在色受想行識上執著的，而不是離開色受想行識另外執著有我的，不是的！所以，「此不應道理」。

在這一段文裡面，我認為無著菩薩破有我論，破得很微細、很詳細。在《莊嚴大乘經論》上提到一件事，就是說：我們執著有我，這件事究竟有什麼不對的地方呢？執著有我，就是染污的開始。因為執著有我，就會愛這個我，不是我就不愛，那麼就逐漸地會有瞋怒。愛我是貪，於我有傷害我就會憤怒，就會有貪愛、有瞋恚。執著有我就是愚癡，有了貪瞋癡就會造很多很多的罪過。這樣說，執著有我，就是生死的根本的意思。所以，釋迦牟尼佛一定是主張破這個我，所以主張無我。那麼修行的人應該先修無我觀。這在《中觀論》上也是這樣的意思的。

這以下，看《大智度論》這一段。

戊三、《大智度論·卷第十九》

行者思惟：是心屬誰？誰使是心？觀已，不見有主。一切法因緣和合故不自在，不自在故無自性，無自性故無我。若無我，誰當使是心！問曰：應有我！何以故？心能使身，亦應有我能使心。譬如國主使將、將使兵；如

是應有我使心、有心使身，為受五欲樂故。復次，各各有我心，故知實有我。若但有身心，顛倒故計我者，何以故不他身中起我？以是相故，知各各有我。答曰：若心使身、有我使心，應更有使我者。若更有使我者，是則無窮。又更有使我者，則有兩神。若更無我，但我能使心，亦應但心能使身。若汝以心屬神，除心則神無所知；若無所知，云何能使心？若神有知相，復何用心為？以是故知：但心是識相故，自能使身，不待神也！（《大智度論》卷第十九·大正 25·200 中～201 上）

「行者思惟：是心屬誰？」修行人在修無我觀的時候思惟：我們這一念心是屬於誰？這話就是：是有我？是無我？這樣意思。

「誰使是心？」誰能夠支配我這一念心做種種的思惟、觀察、行動？「觀已，不見有主」，觀察了以後，不看見有我得，沒有我的含義的。怎麼知道呢？

「一切法因緣和合故不自在」：所有的一切有為法，都是由因緣和合而有的；因緣不和合的時候就沒有這件事，所以一切法是不自在的。「不自在」在這一句話裡的意思：它不能離開因緣獨自存在；沒有因緣的時候，沒有這件事。譬如說我們敲鐘，敲鐘的時候就發出個聲音來，那麼敲鐘就是發出來聲音的一個因緣。若是聲音能夠獨自存在的話，不用敲鐘就有一個鐘的聲音，那就叫做自在，這個聲音能自己存在，那也叫做有自性的意思，聲音是有自性了。但是事實上，你不敲鐘的時候，沒有鐘的聲音，所以它是不自在，所以它是自性空。

這件事，我們如果想修空觀，你要多思惟這個道理，你這麼思惟。像我們人的身體也是，如果我們沒有業力，也沒有父母的因緣，這個身體就是沒有，那麼這個身體就是不自在，這個身體就是自性空，就是這樣意思。如果這個身體是自性有，它是能自在的，那就不需要有業力、也不需要父母的幫助就有這個身體。因為是父母的幫助，那就有時間的限制。

我在美國聽見一件事，就是這個夫人作個夢，一個龍王向她要求要來投胎，希望她能同意，這就等於是向她申請，她就同意了。果然就是懷孕了（她就不避孕，就懷孕了）。後來就生一個小孩，這小孩有脾氣，脾氣很大！

這件事我們看出來什麼呢？就是有時間性。若是不避孕，這個凡夫境界隨時可以投胎；如果避孕，不能夠投胎；就是有病的時候，他不能來投胎的。這樣說，這個因緣生法就是有時間性，一定因緣和合的時候才能開始，到因緣離散的時候就死亡了。如果說我能自在，不需要因緣，那是什麼時候開始呢？就沒有時間性了。

我們用這樣的道理來觀察一切因緣生法，就可以知道一切法都有時間性的關係，就都是因緣生法，就都是不自在，也就是它自己本身是空無所有的，就是這個意思。

空無所有、不自在，不自在就是沒有我；不自在，所以是無我。你多多地這樣思惟，的確是一切法都是無我、無我所，都是畢竟空的！

這是《大智度論》這樣說，經裡面也有這種話、論裡面也有這種話，這話說得很簡單！但是你若就是看這句話，可能還不是太明白。所以佛法還重視聞思修，重視你聞了以後要思。聞，也包括閱讀，包括你閱讀經文。你閱讀、或者是聽聞、或者是自己讀，然後你多思惟。思惟的時候不能憑空思惟，你要用一件事、假藉一件事。剛才說用這鐘聲，你用這鐘聲去思惟它不自在。思惟、思惟、思惟，時間思惟久了，這件事就通了，你就知道：我是空的，一切法也都是如此，一切法也都是空的！

「不自在故無自性」：不自在故，所以沒有它自己的體性。現在這個文，我們是說我空，其實這個地方也包括法空。一切法空，道理也是這樣子。

我們若不思惟的時候，我們不知道是無我、也不知道一切法空，我們就是老習慣的這種態度，遇見什麼事情，就是原來這個樣子。隨時貪心起來活動、隨時瞋心也出來活動。若是你思惟「一切法因緣和合不自在，不自在故無自性，無自性故無我」，思惟久了的時候，你這個理論——這個無我、不自在這種道理，在你心裡面熟了。熟了的時候，你遇見什麼事情，你就會這樣觀察，用「不自在」、用「無我」、用「無自性」去觀。去觀的時候，你原來的這個老家風、這貪瞋癡就變了，就不貪也不瞋，就會變，這就叫做改造自己！用佛法能改造自己。改造自己的方法，最初是聞，然後就是要思惟。如果你只是聞而不思惟，沒有用。你讀多少經論、很多，都用不上！

所以有人問：「我們怎麼能夠把佛法用在日常生活裡邊？」就是你要多思惟！你不多思惟，不行。就像人有武功，會拳，打少林拳。學會了，但是你天天要練，練得特別熟；土匪來的時候，你這個拳就可以用。如果你不練，不行；土匪來的時候，你不能伸手、你不能對抗他，這個道理是一樣。

所以，「一切法因緣和合故不自在，不自在故無自性，無自性故無我」，這說得很簡單。但是你想要用，那可不是那麼容易，你非要多思惟！所以，如果你再能修學禪定的話，那就更厲害了！修學禪定有什麼好處呢？我們說「禪定」這兩個字，就是心能定。實在，如果再明白一點說，有了定的人就是他的心力特別強大！有了定的人，心的力量特別大。他不用用刀、也不需要動手，他心裡怎麼想，這個事情就怎麼出現，有禪定的人就是這樣。禪定，就是你要超過欲界定、未到地定，到色界定才可以。初禪、二禪、三禪、四禪，第四禪是最好。無色界的四空定，定的力量也是很深；但是不如四禪好。

你的定力成就了以後，你再加上「一切法因緣和合故不自在，不自在故無自性，無自性故無我」，這樣的智慧，你就得無生法忍了！就是聖人了。如果你沒有、你不用

這個不自在、無自性故無我的智慧，雖然禪定使令你的力量很大，還是生死凡夫。你那個禪定終究有一天敗壞了，還是入到輪迴裡面生死流轉的。有禪定的人容易有神通，沒有禪定的人沒有神通的，就是有神通也是很微小、也是靠不住的事情。

那麼在這裡《大智度論》這一段文，是說修行人這樣思惟。前面「行者思惟：是心屬誰？誰使自心？觀已，不見有主。」怎麼知道沒有主呢？「一切法因緣和合故不自在，不自在故無自性，無自性故無我」，就是無自性故無主，就是這麼意思。

「若無我誰當使是心？」若沒有我，這色受想行識裡面沒有一個常恆住、不變易、有實體的我，那麼誰能夠支配這一念心出去活動呢？

「問曰：應有我！何以故？心能使身，亦應有我能使心。」「問曰」，就是有我論者他來發動這個問題：應該有一個實體的我！我們這個色受想行識裡邊，應該有一個我，不是無我。「何以故？」什麼原因呢？「心能使身」：說我們色受想行識這個識，它有力量來支配身體的活動。身體本身不會活動，要由心來支配它。「亦應有我能使心」：但是，也應該有一個我，來支配這個心，才可以。怎麼知道呢？我說一個譬喻。

「譬如國主使將」：這國王他命令這個將軍、支配這個將。「將使兵」：大將軍他去指揮軍隊作戰。「如是應有我使心、有心使身」：這個譬喻的道理是很好！這樣子，所以我們人的身體也應該有一個我，它能對心下命令，由心再使身去享受五欲，「為受五欲樂故」。

「復次，各各有我心，故知實有我」：這又說出一個理由。每個人都說我，我有心、我做什麼事，每個人都知道有個我，「故知實有我」。

「若但有身心，顛倒故計我者，何以故不他身中起我？以是相故，知各各有我」：若是一個人但有身心、但有色受想行識這五蘊，因為他糊塗了，「故計我者」，執著另外有個我。「何以故不他身中起我」：為什麼不在別人身體裡面執著有我呢？這句話是不對！因為人執著有我，他對於自己這個身體：我要走路就走路，我要坐下來就坐下來，我要說話就說話，有多少相似的自在，所以執著我。別人的身體你不能那樣執著嘛；別人的身體，他要坐就坐，他若不坐他就不坐，你不能控制他嘛。所以這個理由說得不對，「以是相故，知各各有我」。

「答曰」：這前面是我論者這樣提出的問題，這底下是龍樹菩薩回答了。

「若心使身、有我使心」：我們從這些論上的文看出來，龍樹菩薩智慧也是很高！他辨別得也是很妙！他說：若是像你說的，心能使身、有一個我來使心；若這樣的話，「應更有使我者」：應該再有一個我來支配這個我，就是有兩個我了，應該這樣子。

「若更有使我者，是則無窮」：那麼我前面還有個我、我前面還有個我，那樣子應該是無窮無盡的我，應該有這麼多了。

「又更有使我者，則有兩神」：如果在執著的我另外還有個我，這就是兩個我了。

「若更無我，但我能使心」：若是像你說：另外再沒有我，只有一個我，這個我來支配這個心活動。若這樣的話，「亦應但心能使身」：也應該只是（我們這個身體裡面有一個識、有個）心，它來支配這個身體就夠了。

「若汝以心屬神，除心則神無所知」：這底下也辨別得好！假設你說這個心是繫屬於神、繫屬於我的，就是心不能夠自主，它要聽我的命令才能夠活動的話，這叫做「以心屬神」。「除心則神無所知」：若汝以心屬神，若除掉了心，那個神（就是那個我）就無所知了。心是有知的，心是有了知性的；那麼現在若除掉了心，那個神就沒有了知性了。「若無所知，云何能使心」？若是那個神我除了心就沒有了知性，那變成一個木頭了，那麼他憑什麼去指揮心的活動呢？這是一個問題！

「若神有知相」：假設你說你執著那個我本身有了知性的話，「復何用心為」：那何必另外還要有個心呢？就不需要了嘛！「以是故知：但心是識相故，自能使身，不待神也」：以是原因可以知道：只是一個心，它有了知性，它有能力來支配身體去活動，不需要假藉我的力量，不需要。龍樹菩薩用這樣的理由，駁倒這個「我」。這個理由也是很妙！神（這個我）本身有沒有知覺性？若有，就不需要心了！這個理由說得很好！

這是龍樹菩薩說明無我論的理由，不需要有我，只是你現在這個識，這個識和色受想行合作，發出來一切的思想、行動，這就夠了，不需要另外有個我。那麼你說有我，實在也就是色受想行識假名為我而已，並不是有個真實的我。

丁三、釋疑

爾時，大慧菩薩摩訶薩白佛言：「世尊！修多羅中說如來藏本性清淨，常恆不斷、無有變易；具三十二相，在於一切眾生身中，為蘊界處垢衣所纏、貪恚癡等妄分別垢之所污染，如無價寶在垢衣中。外道說我是常、作者，離於求那、自在無滅。世尊所說如來藏義，豈不同於外道我耶？」佛言：「大慧！我說如來藏不同外道所說之我。大慧！如來應正等覺，以性空、實際、涅槃、不生、無相、無願等諸句義，說如來藏，為令愚夫離無我怖，說無分別、無影像處如來藏門。未來現在諸菩薩摩訶薩，不應於此執著於我。大慧！譬如陶師於泥聚中，以人功水杖輪繩方便作種種器；如來亦爾！於遠離一切分別相無我法中，以種種智慧方便善巧，或說如來藏、或說為無我，種種名字各各差別。大慧！我說如來藏，為攝著我諸外道眾，令離

妄見、入三解脫，速得證於阿耨多羅三藐三菩提。是故諸佛說如來藏，不同外道所說之我。若欲離於外道見者，應知無我如來藏義！」（《大乘入楞伽經·集一切法品第二》大正 16·599 頁）

現在我們看《楞伽經》這一段文。這個科文上，我有寫個釋疑，我現在先解釋這個「釋疑」。引《楞伽經》這段文就是釋疑，就是解釋疑惑的。

「爾時，大慧菩薩摩訶薩白佛言」：這一段文是《大乘入楞伽經》，是唐譯的。《楞伽經》有宋譯、有唐譯、還有魏譯，現在我引的這是唐譯。

爾時，大慧菩薩對佛說：「世尊！修多羅中說如來藏本性清淨」：修多羅——就是經、就是佛說的法門——裡邊，說如來藏本性清淨，「常恆不斷，無有變易」。

如來藏這個「藏」字可以有兩個解釋。一個解釋：就是如來有無量無邊的功德，所以叫做藏（卍尤、）；他藏（ㄅ尤、）無量無邊的功德，實在藏（ㄅ尤、）也就是具足的意思，佛有無量無邊的功德，所以叫做藏（卍尤、）。或者說：就是我們眾生的心裡面有如來的無量無邊功德，有如來，就是所謂佛性，那麼也叫做藏（卍尤、）。

但是這個如來藏，是在眾生的色受想行識裡邊。我們的色受想行識是染污的、不清淨的，裡邊有無量無邊的業障、惑業苦，那麼你這個不清淨的識裡面有如來藏，是不是也污染了呢？不是！「本性清淨」：這個如來藏的本來的體性是清淨不染污的。「常恆不斷」：它是永久存在、而不敗壞的。「無有變易」：它不變化的，它能保持住那個清淨無為的境界。

「具三十二相」：它是具足三十二相、無量無邊的功德的（現在時間不多了，我把這文順下來，以後再有機會再說。）。「在於一切眾生身中」：這個具足三十二相、本性清淨、常恆不斷、無有變易的如來藏，在什麼地方呢？在眾生的色受想行識的身體裡邊。

「為蘊界處垢衣所纏」：我們的五蘊、十八界和十二處是污染的、不清淨的，那麼如來藏在這個不清淨的蘊、界、處裡邊，就好像一個人他的身體雖然清淨，但是穿的衣服很污穢，垢衣纏繞這個身體。那麼蘊、界、處就是一個垢衣，它裡邊有清淨的如來藏，是這樣意思。

「貪恚癡等妄分別垢之所污染」：不但是蘊界處，蘊界處或者說這是果報，貪恚癡就是煩惱。這些虛妄分別的污染來污染如來藏，但是如來藏還是清淨，應該這麼說。「如無價寶在垢衣中」。

「外道說我是常、作者」，前面是大慧菩薩說：佛說眾生心裡面有一個常恆住、不變易的如來藏。但是外道也有類似的說法，他說一切眾生都有「我」，這個我是「常」；也是常恆住、不變易的；是「作者」：它能作善、它能作惡。

「離於求那」：「求那」翻個依，依靠的意思；「離於求那」就是不依靠，就是它能夠獨自存在，無所依靠，也就是不假藉因緣、這個我就是有了。「自在無滅」：它是獨自存在、而常恆住、不敗壞的，「無滅」。

「世尊所說如來藏義，豈不同於外道我耶？」佛說這如來藏，說我們有個「常住真心，性淨明體」，這樣子說，和外道說的我不是一樣了嗎？外道說我也可以這樣說，他說這我是清淨的，是怎麼怎麼的。

我們讀《大般涅槃經》也有這個感覺，這些獅子吼菩薩和迦葉菩薩，和佛一問一答、討論佛法的時候，用我們凡夫的話來說，就是很不客氣的說法，話很不客氣的！現在這裡也是很直接了當地這麼講出來。「豈不同於外道我耶？」和外道的我是一樣了！這是大慧菩薩提出這個問題。

我們現在學習佛法的人，學習一部經、一部論，再學習一部經、一部論，或者這樣子、那樣子，也會提出問題；其實在經論上，中國佛教歷代祖師也都有提到，有些問題都是老問題。你能想到，古德不能想到啊？我們凡夫僧能想到，佛菩薩不知道啊？佛菩薩也知道！所有的問題在經論裡面都已經解答好了！就是等你去看看才知道；如果你不看，你就不知道！但是，這一段文的意思，我也在想：在我們中國佛教就好像是忘掉了！大家都不提這件事。不過，近代佛教是有人提的。

「佛言：大慧」，這時候佛回答這個問題。大慧！「我說如來藏不同外道所說之我」，是不同。現在是到點了，或者我們明天講。

「佛言：大慧！我說如來藏不同外道所說之我」：前面那一段文是大慧菩薩他認為，佛說如來藏和外道說的我相同了，所以提出來請問。佛現在回答說：我說如來藏是不同於外道所說的我，和他的我含義不一樣。

「大慧！如來應正等覺，以性空、實際、涅槃、不生、無相、無願等諸句義，說如來藏」：這底下說不相同的原因。佛先招呼大慧菩薩的名字。「如來應正等覺」：這是佛自稱，這是佛的三個名號，「如來」是一個、「應」是一個、「正等覺」是一個。佛有十號，這裡說出來三個。

「如來」的意思，是說佛在凡夫位的時候，經過無量劫的修行，他證悟了諸法如義。證悟了以後，他自己的大事辦好了，但是他有大悲心要度眾生，所以又來到眾生

的世界，現身說法，所以叫如來。若是阿羅漢，他覺悟如義以後，他就不來了。就是因為他的大悲心不強的關係。佛有大智慧、又有大悲心，所以稱之為如來。

「應」：佛有大悲心、有大智慧，他斷除去所有的煩惱，一切眾生應恭敬、尊重、讚歎、供養於佛，所以叫做應。

「正等覺」：應該說是正覺、等覺，這是兩個義。他證悟諸法如了，叫正覺；但是他也能普遍地覺悟一切染淨緣起法，所以叫做等覺。合起來，這就是佛。

「如來應正等覺，以性空、實際、涅槃」，佛是怎麼樣說如來藏的道理呢？就是用諸法畢竟空說是如來藏。一切法是畢竟空的，就說這個畢竟空又名為如來藏，是這樣意思；不是像外道所執的那個我，不是那個意思，和那個不同的。這件事，在我們凡夫的這種苦惱境界，如果他相信佛法的話，佛說：「在你的惑業苦裡邊有如來藏，本性清淨。」佛若這樣說的話，這個眾生有什麼感覺？

我說我自己的感覺。我初出家的時候，經過一個時期的學習佛法，我遇見了這種話，我心裡很歡喜：「哎呀！我這個臭皮囊裡面有佛性、有如來藏，本性清淨、常恆不斷、無有變易，具三十二相……。」心裡很歡喜！有這種感覺。但是在佛的本意，在《楞伽經》這一段文看，佛是方便作如是說。

「以性空」，實際上，佛的意思，如來藏的含義，就是一切法畢竟空的意思，也就是《摩訶般若波羅蜜經》裡面說的道理。

「實際」：實際就是真實的境界，不是虛妄的。我們人世間所有的人都追求自己歡喜的事情，認為那個事情是美的、是快樂的、是最好的。但是，佛菩薩來看，那件事不真實、是虛妄的，所以不能名之為實際。不要說人間，就是天上的境界，乃至到非想非非想天的境界，都是虛妄的。因為終究都是無常敗壞了，使令你失望了。只有阿羅漢以上的這些聖人，他們所證悟的諸法如是不變易的，它沒有欺誑性；你覺悟了以後，你能得大安樂自在，不會再反覆的，所以叫實際，真實不虛的境界。

「涅槃」：「涅槃」翻個不生不滅，也翻個解脫。就是我們凡夫的惑業苦，這些污穢的境界都消滅了，相對的說，叫做解脫。清淨無為、不可思議的境界，也就是大安樂的境界，叫做涅槃。

「不生」：這一切有為法都是因緣所生，因緣離散就破壞了、就滅了；但是它並不斷滅，它又生、又滅，不斷地生滅。但是用佛的智慧觀察一切法性畢竟空、實際、涅槃，是不生的，不生、也不滅的。不生不滅就是如來藏，性空是如來藏，實際就是如來藏、涅槃也是如來藏、不生也是如來藏。

「無相」：「相」就是表現在外邊，叫做相。就是欲界、色界、無色界，這個色受想行識也好、眼耳鼻舌身意也好、色聲香味觸法也好，這都是相。這些相都不生了，不生不滅，都是畢竟空寂，那叫做無相。

「無願」：就是這個人他對於諸法的真實相有深刻的認識，他對於凡夫的世界（欲界、色界、無色界）不希望了，他不希望在這裡流轉生死了，沒有這個願望了，所以叫無願。只有這個聖人有大悲心的時候，他才再來到凡夫的世界。如果沒有大悲心，他不來，就是沒有願的關係。我們凡夫在這個苦惱的地方生活，為什麼能在這裡生活，就是有願的關係——歡喜啊，歡喜在這裡。現在說聖人他是不願的，所以叫無願。

「等」：還有其他的等等的句。

「諸句義」：性空是一句、實際、涅槃、不生、無相、無願等，都是句。這個句，就是名字語言叫做句，這樣的名字語言裡邊有義，諸句的義。

「說如來藏」：佛是說性空的義是如來藏，說實際義、涅槃義、不生義，無相、無願等義說如來藏的，以這樣的義假名為如來藏；但是說的時候，就說這是具足無量功德，「本性清淨，常恆不斷、無有變易；具三十二相，在於一切眾生身中」這麼說，「說如來藏」。

說這樣的如來藏，目的是什麼呢？為什麼要這樣說呢？「為令愚夫離無我怖」：為了使令愚夫遠離無我的恐怖。就是若是說色受想行識無我的話，眾生害怕，他怕這件事：「若是沒有我，這件事怎麼可以呢！」生大恐怖！

我們就這樣說，也不是太明顯。如果我們用十二因緣去顯示無我義，就會清楚一點。我們說：無明緣行、行緣識、識緣名色、名色緣六入、六入緣觸、觸緣受、受緣愛、愛緣取、取緣有、有緣生、生緣老死，老死以後又是無明緣行這樣子，這是我們凡夫境界是這樣子。但是你若修學聖道成功了以後，就無明滅，無明滅了就行滅、識滅、名色、六入、觸、受、愛、取、有，有滅則生滅，生滅則老死滅；滅了以後不生了，那個無生無滅的境界，就叫做無我。這個無我的境界，也就是那個性空、實際、涅槃、不生、無相、無願等義，也就是這個義。

這種境界，我們凡夫如果就這樣思惟到這個境界，心裡面不歡喜，而且恐怖！會有這種情形。有這樣情形，這個人就不會相信佛法了，他就遠離佛法而去了。那麼這樣的人就不能得到佛法的利益，那怎麼辦呢？所以佛就是說如來藏，說是也具足無量功德，本性清淨，這一切雜染的惑業苦都息滅了，而後那個如來藏本性清淨的功德顯現了，那他就不會恐怖、他就相信佛法了，是這麼意思。

這樣說法，實際上應該怎麼說呢？在《雜阿含經》裡邊，舍利弗尊者入涅槃了，舍利弗尊者有個弟子，是個沙彌，叫均提。均提沙彌雖然是年紀很小，但是他是大阿

羅漢了！舍利弗尊者入涅槃的時候，釋提桓因來幫助做這些雜事，就是把舍利弗尊者身後的事情處理了。處理了，均提沙彌就把他的衣、鉢和舍利拿到佛這裡來。拿到佛這裡來，他先來拜見阿難尊者，就是佛的侍者。拜見他，就是報告這件事，就是舍利弗尊者入涅槃了。這時候，阿難尊者非常地悲痛！就帶領著均提沙彌去見佛，均提沙彌也向佛報告這件事。佛看見阿難尊者特別地悲痛，佛就問阿難尊者：「舍利弗尊者入涅槃了，但是他的戒、定、慧、解脫、解脫知見，是不是也滅了呢？」阿難尊者說：「不是！沒有滅。」

《雜阿含經》有這麼一段文。我們剛才說：無明滅則行滅…有滅則生滅，生滅則老死滅，入於不生不滅的境界了，那麼這是無我的境界。但是從《雜阿含經》這一段文配合起來，那就是說：入涅槃的阿羅漢，他還有法性生身的！我們說戒、定、慧、解脫、解脫知見，簡單地說就是他那無漏的三昧和無漏的智慧——定慧。那麼有無漏的戒定慧，定慧是心所，有心所一定有心王，一定還有心，所以，結果就是阿羅漢入無餘涅槃，原來還是有無漏的戒定慧還不滅的。所以，在大乘的經論裡面，名之為「法性身」，就是那種無漏的境界。這樣子，小乘佛法的說法和大乘佛法的說法是一致的，並沒有矛盾。但是這樣的說法不是隨處可見，那麼你偏執在不生不滅，那就和大乘佛教有一點出入了。

現在說是「為令愚夫離無我怖」，所以就說一個如來藏本性清淨，使令他說我還不會斷滅，我還是存在的，這樣子生出來歡喜心，他就相信佛法了，是這樣意思。

「為令愚夫離無我怖，說無分別、無影像處如來藏門」：所以佛就宣說性空、實際、涅槃都是無分別、無影像的境界。說這個無影像的境界是如來藏，以如來藏作門，引導眾生來到佛教裡邊來，是這樣意思。那麼這樣說，就是我們中國佛教向來的一句話，說「為實施權」的意思。

「無分別、無影像」這個話，「性空、實際、涅槃」這種真理是無分別的。「無分別」這個話什麼意思呢？我們的內心要去思惟分別的話，一定要有名、有名句、有名字、有形相，這樣子我們的心才能活動、才能夠說話。如果性空、實際、涅槃這裡邊沒有名字、沒有形相的時候，心不能分別，你不能分別的。所以，嬰兒漸漸長大了，他要向父母、向母親學話，就先學名字，漸漸學多了，他心裡就能分別、就會說話，這道理是一樣的。

修行人乃至到聖人的境界，他能夠與諸法如相應的時候，他心是不分別的，是離分別相了，所以是無分別、也沒有影像。心裡面若一思想、分別的時候，就有各式各樣的影像；沒有分別也就沒有影像——說這樣的境界是如來藏。是「如來藏門」。

「未來現在諸菩薩摩訶薩，不應於此執著於我」：所以將來的諸菩薩摩訶薩、和現在的諸菩薩摩訶薩，「不應於此」如來藏「執著於我」，執著這是我，不應該這樣執著的。那樣執著的話，就違背佛意，就不對了。

「大慧！譬如陶師於泥聚中，以人功水杖輪繩方便作種種器」，這底下又說一個譬喻，譬喻這件事。「譬如陶師」：製作陶器的師傅，他在「泥聚」裡邊，當然那個泥也是特別的泥，以人功、還須要有水、還須要有杖、還要有輪、還要有繩、還要有學習來的一種方法，然後把泥作成種種的器，做個碗、或者是做個盆，「作種種器」。

陶師是這樣子，「如來亦爾」，佛也類似這樣子。「於遠離一切分別相無我法中，以種種智慧方便善巧，或說如來藏、或說為無我。」佛也是這樣子，「於遠離一切分別相」的「無我法中」，就是前面的「性空、實際、涅槃」這些無我法中。「以種種智慧方便善巧」，佛有無量無邊的智慧；大概地說，佛有個根本智、還有一個方便的後得智。這後得智是無量無邊的，所以叫「種種智慧」。「方便善巧」：就是知道眾生的根性，能善巧地適應一切眾生的根性，或者說遠離一切分別無我法中，名為「如來藏、或說為無我」。

若看前面《楞伽經》這一段文的意思，就是對鈍根人就說是如來藏（若說無我，你害怕了，就說如來藏）；若為利根人就說無我。那麼就是這樣意思，根性的利鈍有不同，對於佛法熏習的善根也不一樣，所以佛為他說法的時候，就有不同的方便善巧。

「種種名字，各各差別」：各式各樣的名字都是不一樣的。這就是要適合他的根性，他才能夠增長善根，才能修學聖道的。

「大慧！我說如來藏，為攝著我諸外道眾，令離妄見、入三解脫，速得證於阿耨多羅三藐三菩提。」這底下在結顯前面這一大段文的要義。「我說如來藏，為攝著我諸外道眾」：為了引導執著我的這些外道的人，他們執著我，你若說無我，他很難接受，所以說個如來藏，他就歡喜了，他就遠離了外道的思想，來到佛法裡面來了。

在《涅槃經》上有一件事。《涅槃經》上說，佛在恆河裡面沐浴。遠遠地，外道走過來就看見了。這外道就說：「瞿曇這個人很多很多地方都好，使令人尊重讚歎。只有一樣事不好！什麼事不好呢？就說諸法無我，這說得不對，我不歡喜！」外道說這種話，佛天耳遙聞，就從河裡面出來了，就對外道說：「我說一切眾生皆有佛性，佛性者，我也！我也說有我啊！」這就是和這一段文有點相似。那麼，佛就不同的情形有不同的方便，所以能教化一切眾生。

「我說如來藏，為攝著我諸外道眾，令離妄見」：他如果來到佛法裡面來，不斷地學習，他就會慢慢地、慢慢地遠離了那個錯誤的思想，錯誤的思想就棄捨了。

「入三解脫」：就是空解脫門、無相解脫門、無願解脫門，入了三解脫門。空解脫門就是我空；無相解脫門就是法空；無願解脫門就是因為他棄捨了愛煩惱、見煩惱，所以他對世間沒有歡喜心，不願在生死裡流轉了，所以叫無願。那麼「入三解脫」這話的意思，初開始佛為他說法，相似於我，與外道所執之我有點相似。最初說的法與我有點相似；但是來到佛法裡面以後，最後也還是入於無我、入於諸法無我、實際涅槃的境界裡邊來，所以叫「令離妄見，入三解脫」。

「速得證於阿耨多羅三藐三菩提」，這樣子他就會迅速地證悟無上菩提了，他也可以成佛了。

「是故諸佛說如來藏，不同外道所說之我」：和外道所說的我不一樣。外道說的我，就是虛妄分別的執著心，實在並沒有那麼回事。佛說如來藏的我，是一個方便的語言，佛並不執著有一個我的，所以是不相同的。

「若欲離於外道見者，應知無我如來藏義」：若是佛教徒他歡喜棄捨外道的思想的話，那他應該認識：這個如來藏的義，就是無我義！應該這樣。

我這一科的意思說是釋疑。這的確也有人提出來：佛說如來藏、這個常住真心，和外道的我有什麼不同？不是矛盾了？究竟怎麼回事？那麼《楞伽經》這一段文正好是解釋這個疑惑的。如果在這裡多說幾句的話，我們中國佛教，我看天台宗也好、華嚴宗、禪宗，唯識宗都還是有一點，那麼中國的三論宗，你讀嘉祥大師的著作，他也還是有這個思想，都還是有如來藏的這種思想的。本來中國的三論宗應該繼承《楞伽經》的思想才是對的，但是嘉祥大師還不是。但是那個時代——南北朝、隋唐時代，這《般若經》、龍樹論，弘揚的人還是很多，所以有成就的人還是很多。等到了唐、宋、元、明、清是更不得了！這如來藏的思想特別興盛。

這樣意思，我曾經講過這個問題。因為《楞伽經》有唐譯、還有宋譯的《楞伽經》。我們中國佛教的諸位大德都是讀過《楞伽經》的，天台智者大師也好、賢首國師，都是讀過的，乃至唯識宗的人，就是嘉祥大師他也應該是讀過的。但是他沒有採取這個思想。

在《大品般若經》上也有這樣意思，也有這一段文的這個意思，也是有的。但是我們中國古代這些大德，都沒有採取這個態度。什麼原因呢？我在想，中國古代的這些大德，都不是平常人，我認為都是聖人、都是大菩薩！大概他們認為我們中國人就是這個法門比較契機，所以一直是弘揚這個法門。但是到近代的時候，我這裡又有一個岔頭兒！在慧遠法師（不是廬山的慧遠法師，是淨影寺的慧遠，也就是南北朝的慧遠法師）他的著作裡面提到這件事，提到了《楞伽經》的這段文。其他的人，我讀書少，我沒看見。

那麼這件事的意思，我剛才說過，就是我們中國的古德都歡喜，他自己也許是歡喜，也許他看我們中國人的根性是屬於這一類型，所以一直地弘揚這個法門。但是近代以後，就是日本人侵略中國以後（盧溝橋事變以後），法尊法師——西藏的佛教，宗喀巴大師的《菩提道次第廣論》來到漢人的佛教裡邊來了——他曾經特別引這一段文，認為這是佛教的了義，如來藏是不了義，他根據這一段文這樣子主張。從那麼以後，我們中國佛教就是由少而多、由小而大，逐漸地、逐漸地有一點變化。

但是我本人當然都是向別人學習，自己是沒有什麼見地的。可是從事實上，我們若能修無我觀的話，我感覺會有很多好處。有什麼好處呢？人的私心能夠輕一點。私心輕一點，人就容易和。人與人不能和，原因在什麼地方呢？就是私心！主要就是私心，所以就有很多很多問題，我們不要說得太明白了，就不和啊！如果你能修無我觀，我讚歎你、我支持你！我在旁邊兒站可以，就沒有事了，是不是！所以修無我觀還是好的。

這是我空觀的釋疑，釋疑說完了。

這個大意，修我空觀，當然我現在所介紹的還是很簡單。如果有這個興趣，當然是應該把《顯揚聖教論》的文、和《大智度論》的文應該多讀，多多地閱讀，也可以讀《阿含經》，使令我們對無我的真義能認識得更清楚；更清楚一點，你修了奢摩他以後，在奢摩他裡面修無我觀，會很好、會很順利的。如果你對無我義認識得還不夠，你自己還猶豫，究竟是有我、是無我？那你不能修無我觀。你心裡面還有猶豫是不行的。所以，應該多讀這一類的書，修觀的時候才能夠修得好一點。

大意就是觀察色受想行識都是剎那剎那生滅的，像《金剛經》上說：「如夢幻泡影、如露亦如電」，觀察色受想行識如夢幻泡影、如露亦如電，在這裡面沒有常恆住、不變易的我。你常常這樣思惟，你這無我的智慧漸漸地會增長。初開始觀察，它沒有力量；你常常地觀察、常常地觀察，這個無我的智慧就增長，增長了就有作用。你日常生活遇見了問題的時候，這無我的智慧一發生作用的時候，有問題也沒有問題了。但是初開始修行的時候沒有力量，它不能降伏煩惱，沒有這個力量；修行久了，它能有作用。

丙二、法空觀_三

現在說法空觀。法空觀，我分了三段。我空觀是分三段，法空觀也分成三段。第一段是總明，第二段是別明，第三段也有個釋疑。

丁一、總明

須菩提言：世尊！何因緣故一切種智無法、色無法、乃至有為無為相亦無

法？佛言：一切種智自性無故。若法自性無，是名無法；色乃至有為無為相亦如是。世尊！何因緣故諸法自性無？佛言：諸法和合因緣生法中無自性，若無自性是名無法。以是故，須菩提！菩薩摩訶薩當知一切法無性。何以故？一切法性空故。（《摩訶般若波羅蜜經》卷第二十二·〈道樹品〉第七十一）

這是總明法空的道理。

我們還接著我空的道理說。觀察色受想行識是如夢幻泡影。觀察如夢、幻、泡、影，這就是修假觀，觀察這色受想行識是虛妄不真實的，如夢，在如夢幻泡影的色受想行識裡邊，沒有那個常恆住、不變易的我。那麼我沒有了，還有如幻如化的色受想行識的，還有這個色受想行識。

如幻如化的色受想行識，我們也可以這樣觀。但是，也有一件事我們應該知道：你能觀察色受想行識如幻如化——我們如果提一個問題，誰能夠確定知道色受想行識是如幻如化的？誰能夠這樣子？要聖人！聖人才知道的，聖人才決定知道這個身體也好、外面的一切眾生、乃至山河大地，都是如夢幻泡影。能確定的這樣認識，要聖人才能的，不是凡夫，凡夫總是認為是真的。

我們這樣講，我們自己也不感覺到有什麼特別，但是你自己反省自己就知道。比如說，紙畫的老虎放在眼前，你看見這是紙的老虎，心裡沒有什麼事；如果真是老虎牠過來的時候，你心裡怎麼想？這就是我們的執著心！這就顯示出來我們心裡面有執著！不知道是假的。聖人他就不同，像大阿羅漢的境界，老虎若向他撲過來的時候，他心裡沒有什麼事。

好像有一個人說一個故事。說是一個出家人，師徒兩個；徒弟得阿羅漢果了，師父沒得阿羅漢果，師父得了三果阿那含。得了阿那含，他就不精進，故事上是這麼說，說他就認為得阿羅漢果了。得了阿羅漢果，所作已辦了嘛，就不精進、不努力修行了。不努力修行這且不說，他徒弟得了阿羅漢果，也是大阿羅漢、有神通的，他就入定，看看師父是凡夫？是聖人？看師父不是初果、也不是二果，是三果阿那含，還不是阿羅漢。那麼他現在怎麼情形呢？喔！他認為是阿羅漢了，他不修行、不努力了。那麼要想個方便，叫他努力！

有一天他的師父有事情，到另外一個地方去。古代的時候，多數不像現在要坐車、坐飛機，那古代人都是徒步走。那麼就走到一個山裡邊，他師父一走到那個地方，一轉彎，就大老虎過來，這老虎就向他撲過來！這個三果聖人心裡面就驚了，就有點怕！怕，這是什麼呢？這就是我執，這是俱生我執。初果須陀洹是斷分別我執，還有俱生的我執沒能斷，沒能夠完全息滅。有這俱生我執，有我執的時候就有恐怖！所以這個

老虎一撲過來，他要保護這個我，這恐怖心就來了。但是他恐怖心一生起來，他立刻覺悟：「啊！我不是阿羅漢！」立刻覺悟了，「我若是阿羅漢，就不會這樣子。」

這好像是南傳佛教的故事。在《大毘婆沙論》上看，說大阿羅漢他也有輕微的、小小的、很短的恐怖，不是那麼很重，這《大毘婆沙論》這樣講。那麼這樣子，他這一恐怖、一覺悟了的時候，這個虎沒有了，他的徒弟在他面前。他這時候才知道，他徒弟向他說開示了，這麼回事。

那麼這表示什麼意思呢？如果你是阿羅漢、或者阿羅漢以上的聖人，他真知道一切眾生——老虎也在內、毒蛇也在內，乃至山河大地、乃至見到佛也是——都是如幻如化的，不是真實的，都能有這種智慧，所以他沒有恐怖，沒有這個執著心。

所以我們說：應觀「一切有為法，如夢幻泡影」，我們只是這樣學習而已，真實能做到，那是聖人。所以也是說，你真能證悟一切法空，你才能知道一切法是如幻如化的，這裡有這樣的分別。

現在我們說修我空觀，不過這地方又關涉到不同的說法：就是有的說阿羅漢只是覺悟了我空，法還不空，還沒能覺悟一切法空；但是也有主張（天台智者大師說）阿羅漢證悟了我空，他也不執著一切法是真實有的，也有這麼一句話。

那麼這樣說，我們修我空觀，假設這樣修的話，當然這樣學習，觀察色受想行識如幻、如化、如夢，這裡面沒有常恆住、不變易的我，常常這樣思惟、常常這樣觀察，同時也可以修法空觀，那麼就是也觀我空、也觀法空。我讀《中觀論》上的意思，讀龍樹論、《大智度論》，龍樹菩薩意思：修我空觀還非常重要！非常重要的。你不能只修法空觀，不能的；修我空觀非常重要。所以我們若是從龍樹論這個立場去觀察、去看禪師的語錄，還有點問題的，還是有問題。

「須菩提言：世尊！」這就是總說法空觀的意思。須菩提對佛說：「世尊！何因緣故一切種智無法？」說個白話就是：什麼理由說這一切種智是無法？一切種智就是佛的智慧，佛的智慧叫一切種智。種是種類。佛的智慧，可以用各式各樣不同的方式、不同的立場去觀察、去通達一切法，是這麼個意思。或者就是佛有無量無邊的智慧去通達一切法的真實相，這麼說也可以。其實也就是剛才說，那個「正覺」和「等覺」這兩種智慧合起來，就名為「一切種智」。現在說一切法空，這一段文先從佛開始，先從佛的功德說。什麼理由佛的一切種也是無法？

「色無法、乃至有為無為相亦無法」：色（色受想行識這個色）也是無法；受想行識也是無法，眼耳鼻舌身意、色聲香味觸法，乃至十二因緣、四諦、六波羅蜜，乃至有為法、無為法相，也都是無法。什麼理由這樣講呢？這是須菩提尊者這樣問。

「佛言：一切種智自性無故」，佛說，一切種智的自性是沒有的，所以是無法。「自

性無」，我們昨天曾經講了一下、曾經講過。自性無，在《般若經》上、在龍樹論裡面常常這樣講，常常說到這句話。我們在別的人、後代的大德的著作裡面，也常看見這句話。「自性無」這句話怎麼解釋呢？

「自性」，我昨天舉個例子是用鐘的聲音來說明的。現在我們再重說，重說也好。自性就是它自己的體性，這句話就是這樣意思。「自己的體性」這句話怎麼講呢？前邊《楞伽經》那段文，「離於求那」那句話的意思，就是不假藉因緣，它有自己的體性。譬如鐘聲，你不要去敲鐘，這個聲音它自己就是有的，就有鐘的聲音，這就叫做鐘這個聲音有自己的體性，叫自性。譬如造房子，也沒有人投資、沒有人想造房子，也不須要建築師或者建築公司，也沒有人來造，就在這空地裡面，這房子自己就有了，這叫做自性，這叫自性有。

現在說，「佛言：一切種智自性無故」，這叫做無法。就是佛的一切種智，它的自性是沒有的，所以叫做無法。這樣講，我們剛才舉鐘的聲音來說，鐘的聲音有自性嗎？沒有。那麼鐘的聲音若有自性的話，這個屋子裡邊沒有鐘、也沒人敲鐘，就應該聽到鐘聲了吧，是不是？但是，事實上我們聽到鐘聲了嗎？沒有！這就可以知道：聲音是沒有自性的，所以叫自性無。譬如拿我們人來說，也是這樣子。人也是因緣有的，如果沒有因緣的時候，有沒有這個人？也是沒有這個人，那麼就是自性無，就叫做空，是這樣的意思。

所以用這個道理，你去觀察一切法有沒有自性：若是無自性就是空、就是無；若是有自性，那就是有，就是自性有。說無自性，那就是空！用這個道理去觀察的時候，的確是能把這一切的有法都觀察它是無了，的確是這樣子。但是有的人初開始觀，觀察自己是沒有、觀察自己的色受想行識都是空的，好像很難、很困難。我說：「你先觀察別的人也可以，觀察別的人自性無。」他說：「那比較容易。」譬如你若觀察這個房子也是可以，觀這個房子不是建築公司造的（建築公司造的，那不是自性），就是沒有建築公司、也沒人投資、沒人造，有沒有這個房子？沒有。就是在房子上就沒有那個自性的房子！這話應該這麼說，你可以這樣觀。這樣觀法最好是怎麼地呢？最好怎麼觀法呢？到郊外，不要在城市裡，在郊外空曠的地方，你觀察這個地方沒有房子，那就本來是空的，沒有房子嘛。你就是把那個虛空的相取來，然後到城市裡面來看，這些房子都是因緣有的，自性是沒有的，觀察自性的房子，這個地方都是空曠的，沒有房子。你慢慢地練習，就觀上來了。

現在這裡說「一切種智自性無」，就是佛的智慧也是他無量劫來修成的，不是說本來就有佛的智慧的，不是那樣。所以我們看見「如來藏本性清淨，常恆不變、無有變易」，就是「本來就是佛」這句話，換了一句話就是這麼意思：一切眾生本來就是佛，

你只要把你的惑業苦取消了就好了，是這麼一句話。

但是，《摩訶般若波羅蜜經》這句話：「一切種智自性無」，就和這個地方相反了。就是本來沒有這種智慧，這種智慧本來是沒有的，就是佛成就了無上菩提，他成就了一切種智，這個一切種智是修成的，還不是自性有，還是觀察它是空的，就是這麼意思。像《般若經》這樣的道理，你《楞嚴經》去看一看，你看《楞嚴經》，你去讀《圓覺經》，看這味道是不是一樣的，你讀一讀。

「一切種智自性無故。若法自性無，是名無法」：若是一切沒有自性的話，這就叫做無法。這樣講無法，還有一個什麼意思呢？就是一切種智還是有。就是因緣所成就的法還是有，只是說自性無，因緣有還是不否認。所以說空，不妨礙有因果的。說空還是有因果，只是觀自性無，不是因緣有也沒有了，不是那樣意思。如果我們搞錯了：「啊！一切法都是空的，無因無果了！」那就是搞過頭了，你觀察得不對了！

但是，我們初開始修這種法空觀的人，你稍微強一點也是可以。因為我們這個執著有的心太強了，你不用大力量去觀，你觀不來的！所以只好到郊外去，到郊外取那個空相，這是不得已的辦法就是了。

我以前也說過，我們讀《法華經·序品》裡說：「觀諸法性無有二相，猶如虛空」，它就用虛空作譬喻，所以我們應該依教奉行，就用虛空來引導我們觀一切法空。初開始的時候，的確是難，開頭難，你就是得要用這個方便，等到成功了就沒有這個問題了。

「若法自性無，是名無法；色乃至有為無為相亦如是」：佛的一切種智也都是自性無，何況其他的一切有為法呢！那麼就是我們的色受想行識也是自性無。但是我們初開始修法空觀的人，你不要觀佛的一切種智，要觀自己的色受想行識好；觀察自己的色受想行識是自性無，應該這樣觀。

經上有說，菩薩看見佛那個大威德、大智慧、那個神通力力的境界，這是說小菩薩，他觀空觀不上來。也有人向我說（好像我以前說過），有一個人說：「我的欲心很強，我想修不淨觀，但是我觀我所愛的人的時候，這不淨觀觀不上來，怎麼觀也觀不上來。」我說：「佛也不是告訴你這麼觀，你觀察你自己不淨；觀察自己這個身體是不淨，就觀上來。」所以，現在觀空觀也是，就是佛的殊勝境界不容易觀，不容易；觀察自己是因緣所有，這樣子可以觀察它是畢竟空。

「色乃至有為無為相亦如是」，有為法是因緣所生，它是自性無，這裡又說到無為法。有為法就是有生住異滅的，因緣所生的，這是有為法；那麼無生住滅的、離一切相的，叫做無為。無為也是自性無。那麼這個意思在《大智度論》裡面解釋：無為是對有為說的，對有為而說無為；如果有為空了，對誰說無為呢？對短而說長；短沒有

了，對誰說長呢？所以，無為也是假的、也是個假名字、也是自性空的，所以說「色乃至有為無為相亦如是」，也是空無所有的。

「何因緣故諸法自性無」，這底下又進一步提出這個問題：什麼理由說一切法是自性無呢？「佛言：諸法和合因緣生法中無自性」，佛就回答說：這一切有為法是和合因緣生法，就是各式各樣的條件具足了，這件事才出現的，所以這件事就是無自性。這無自性的理由，就是因緣生法，所以它是無自性。不然怎麼能知道是無自性呢？和合因緣生法中，它沒有自性。

我昨天也說過，如果有自性的話，那個自性就不是因緣所生；不是因緣所生，它就是常恆住、不變易了，也就是不可破壞。但是我們從因緣所生法上看，就沒有這回事，就是沒有自性。

「若無自性是名無法」：若是它沒有自己的體性，那麼這個法它的本性就是空的，就是空的意思。「以是故，須菩提！菩薩摩訶薩當知一切法」都是「無性」，沒有體性的。「何以故？一切法性空故」：一切法的體性，它那個自性是無所有的。所以，可以觀一切法空。

佛法裡面的意思，這種修行的方法當然是和一切法的真實相有關係；但是大體上看，我看，初開始由凡入聖的時候，是退——就是從有的境界上退到空、退到無，由有而無的境界；等到你得無生法忍以後又向前進——就是由無而有，又到了凡夫世界去度眾生了。那麼這個向後退——由有而無這個退，就用止觀的辦法，常觀察有是空的、觀察有是沒有的，慢慢地、慢慢地就退下來了。退下來，好的地方在什麼地方呢？使令你慢慢的心安下來，你心能安。我們凡夫心一直地不能安，你若能常修一切法自性空、無我、無我所，慢慢地、慢慢地心就安，心裡面不會有很多很多的顧慮。你像阿羅漢說老虎來了、毒蛇來了，向他開口，他心裡安、平安！所以，這從事實上看，觀一切法空是有意思的。我們就講到這裡，阿彌陀佛！

丁二、別明= 戊一、七空

大慧！略說空性有七種：謂相空、自性空、無行空、行空、一切法不可說空、第一義聖智大空、彼彼空。云何相空？謂一切法自相共相空，展轉積聚互相待故，分析推求無所有故，自他及共皆不生故；自共相無生亦無住，是故名一切法自相空。云何自性空？謂一切法自性不生，是名自性空。云何無行空？所謂諸蘊本來涅槃，無有諸行，是名無行空。云何行空？所謂諸蘊由業及因和合而起，離我我所，是名行空。云何一切法不可說空？謂一切法妄計自性，無可言說，是名不可說空。云何第一義聖智大空？謂得

自證聖智時，一切諸見過習悉離，是名第一義聖智大空。云何彼彼空？謂於此無彼，是名彼彼空。譬如鹿子母堂無象馬牛羊等，我說彼堂空，非無比丘眾。大慧！非謂堂無堂自性，非謂比丘無比丘自性，非謂餘處無象馬牛羊。大慧！一切諸法自共相，彼彼求不可得，是故說名彼彼空。是名七種空。大慧！此彼彼空，空中最麤，汝應遠離。（《大乘入楞伽經》卷第二·〈集一切法品〉第二·大正 16·598 下~599 上）

法空觀分三科，第一科是總說，引《摩訶般若波羅蜜經》的〈道樹品〉，這一段前天講完了。現在是別明，第一段是說七空。這七空是引《大乘入楞伽經·集一切法品》上說的。

「大慧！略說空性有七種」：簡略地說，修法空觀——觀一切法空，這個空的體性、空的理性，有七種的不同。第一種就是相空、第二、自性空，第三、無行空，第四、行空，第五、一切法不可說空，第六、第一義聖智大空，第七、彼彼空；這是七個空。這是列出來七空的名字，底下就加以解釋，先解釋第一個、相空。

「云何相空」：怎麼樣叫做相空？什麼理由叫做相空？這底下解釋。

「謂一切法自相共相空，展轉積聚互相待故，分析推求無所有故，自他及共皆不生故；自共相無生亦無住，是故名一切法自相空。」這是相空的理由。這第一句話，又把相空分成兩個：謂一切法自相空、謂一切法共相空，分出兩個不同。「自相」就是每一法自己的體相、自己的相貌。這個話的意思就是：它自己的相貌和其他法的相貌不一樣，所以自相也就是別相。「共相」就是這樣的相貌彼此都有的、共有的，是這樣的意思。

究竟什麼叫做自相呢？「自相」：譬如說，色受想行識這個識，「識」是了別相，它有明了性、它會分別是非邪正、深淺大小，有種種種的分別，那麼這就是識的相貌；在色法上就沒有這種相貌，所以是識自己的相貌。「色」法就是質礙為相、或是變礙為相；這地水火風它本身有它的體質、有障礙性，你碰到它就有障礙，這是它的一個體相。「受」是領納為相，「想」是取相為相，「行」就是造作為相，就是各有各的相，是不一樣的，叫做自相。

「共相」：一切法都是生滅無常的，一切有為法都是有生滅變化的；心也是生滅變化，色受想行也有生滅變化，它是共有的，所以叫做共相。

「相空」：就是這一切法的這兩種相，都是空無所有的。什麼理由呢？「展轉積聚互相待故」。「展轉」這句話：自相和共相——在一切有為法上看，不管是因是果都有這種相；因也有它的自相、果也有它的自相。由因至果；果又為因，又是由因至果，這就是展轉的意思。「積聚」就是因緣和合的意思。自相和共相都是因緣和合而有、都

是積聚而有；所應該具足的因緣不具足，它就不能有，所以要積聚才可以。

這樣說，展轉而有、積聚而有，是「互相待故」，彼此互相要借重的。待者，借也。譬如說，對長而說短、對短而說長；待因而說果，那麼果又為因，又是待因而為果。這樣說，展轉、積聚也就是互相待、互相假借。譬如說，兒子他有父親，因為有了兒子，所以叫做父親；稱他為父親，就是有兒子了，就是也是互相待，其實也就是因緣生法。在這些自相、共相上，怎麼有的呢？都是展轉、積聚、互相待，才有的。

這樣的因緣生法，「分析推求無所有故」：你若分析它、觀察它，它的自相、共相就沒有了，所以說是空的。怎麼樣分析推求無所有呢？「自他及共皆不生故」。這個自生、他生、共生，從這三方面去分析推求，都不看見有自相生出來，也不看見有共相生出來，所以是空的，是這個意思。

「自他及共皆不生故」，這是《中觀論》上的話。這樣講，是有一個特別的意思，我們講《摩訶般若波羅蜜經·道樹品》那一段文的時候，曾經提到。就是這個外道，我們稱之為外道，這是我們佛教的經論上的一個稱呼。如果用現在的人說的話，其實可以說是個哲學家，就是他是深入地思惟、觀察，有特殊的見地！我們可以這樣說的。就是他觀察一切法是有自性的；我們一般人沒有這樣去學習，我們沒有這種看法的，這是特殊有研究的人。那麼他說有自性，什麼叫做自性呢？我們前天是講過了，在這裡不要再說了。

站在佛法的立場，認為一切有為法有自性，這是一個錯誤的看法，是有執著的。怎麼知道是有錯誤呢？因為你若執著一切法有自性的話，那麼我問你：這個自性的法，是自生？是他生？是共生？這樣問，你就會發覺：「皆不生故」，都不能生起，就是自相、共相都不可得了。這個文就是這樣意思。

那麼怎麼知道自不生、他不生、共不生呢？若執著一切有為法（無為法我們暫且不提）是有自性的，那麼這個法怎麼生起的呢？它是自己生起的嗎？我們詳細說一點。

譬如說，我們還是用鐘的聲音作例。如果不敲鐘就有聲音生起來，那麼這就叫做自性生。但事實上不敲鐘的時候，有沒有鐘的聲音呢？沒有！那就不是自性生。所以這一句話我們如果注意地去思惟，應該能認可這件事：「自性」是不能生的。

如果自性不能生，是他生的。說是「他生」，若說是他，也就不能生。因為他生這句話，在《十二門論》上解說，譬如說牛不能生馬，馬不能生牛，就是牛和馬相對地說，對牛可以說馬是他。若是馬能生牛，那就是他能生，就是這樣意思。

但是我們進一步地研究這個問題，這個他可以分兩種：一個是「疏遠的他」、一個是「親近的他」。疏遠的他，說是馬不能生牛、牛不能生馬，這可以說疏遠的他不生，我承認這一點。但是親近的他是可以生的，怎麼叫親近的他呢？譬如說用棉花織成紗、

用紗織成布，那麼紗和布來說，紗就是「親近的他」生出來布，可以織成布，可以這樣講。

龍樹菩薩的意思就是：有能生的、有所生的；若說是他，就是說你若執著是有自性，另外還有一個他來生這個自性，這個事情是說不通的。你若執著有自性，就是能生的和所生的都是有自性——所生的也有自性、能生的他也應該有自性；說是他的自性來生這個自性，這個事情說不過去。那麼一定是別體的他，就是稱為疏遠的他。也就是說在紗沒有織成布以前，已經有布了，這個布叫有自性；然後再用紗去織成布，這個事是說不通的。是不是？我們想一想這件事。所以說他生，你若執著有自性，這個他就不是親近的他，這個他就是疏遠的他。我們想一想，是不是？

譬如剛才說鐘的聲音，這聲音是有自性的，在沒有敲鐘以前就已經有聲音了；然後再去敲鐘，叫它發出聲音來。這件事說得對不對？剛才這個意思應該抓住，就是：你若執著有自性，就沒有親近的他，都是疏遠的他，可以想一想這件事。所以你若說是有自性，這個他就是不能生。

那麼他不能生，自也不能生。事實上，自性不能生，他又不能生，那麼自他合起來可以生吧？自他合起來也還是不能生！因為自若不生、他也不生，合起來還是不能生。這個例子是很多了，說是一個盲人看不見，很多的盲人還是看不見，就是舉這麼個例子。所以，自不生、他不生，共也是不能生。

《中觀論》上還有一句就是「無因」，無因也沒有辦法生。無因，就是沒有因緣就生出來一件事，也沒有這個道理。有人舉出個例子，譬如大城市裡面有的地方失火了，消防局派車來救火。我們就想一想，這麼多的建築物為什麼只是它失火，別的地方不失火？就是它有個原因的，你不能說是無因緣就會失火，所以無因也是不能生。這裡邊就是說：你若執著一切有為法有自性，就是自也不能生、他也不能生、共也不能生、無因也不能生。這麼樣觀察，一切法的自相、共相是不可得的，就是空無所有了。

不過這裡應該再說一句。這外道可以這樣問，向佛法的學者提出問題：我們執著一切法有自性不能生；那你佛法說一切法能不能生？佛法說：因緣生！但是一切法是無自性的。無自性怎麼生？是因緣生。就是聲音（鐘聲）是無自性的，所以你敲鐘就發出聲音來。說是由紗織成布，布是無自性的；離開了紗，沒有布的自體。所以，你用紗就織成布。那麼這個事情很符合事實，一點矛盾沒有。所以我們說你握上手就成拳頭，離開了手，沒有拳頭；如果說拳頭有自性，再握上手成拳頭，那就是多餘的了，這個事是不合道理！

這樣說，佛法說：一切法都是無自性！在無自性上觀察一切法，都是不可得的；觀察

一切法無自性，在這一方面，一切法都是空無所有的。所以，自相也不可得、共相也不可得。但是若有因緣，就有了；有因緣，就有自相、也有共相了。但是這都是「展轉積聚互相待故」，是因緣所生，這樣說是說得通的。這樣一方面可以看出來，一切法的「自相、共相」不可得、無所有，而自相、共相宛然而有，還可以這樣解釋的。但是在初開始修行的人，你還是觀察它是空的。先觀察它是因緣有，然後觀察它自性不可得。就是由有而無，從假入空觀，這樣觀。這樣子說，「自相共相無生」：在自性空上看，自相也無生、共相也無生。無生，所以也「無住」，生了以後才有存在；無生，當然也是無住。「是故名一切法自相空」，所以叫做一切法自相空。

前面標的名字是「相空」——自、共相，自相、共相空。結尾這一句就說個「自相空」，這個經文，我對照了一下，就是這麼說的。

「云何自性空？謂一切法自性不生」：前面是自相、共相空，這底下只說這一句「自性空」。相是表現於外的相貌，若說自性就不單是指外，由內而外叫做相，由外而內叫做性。不管相也好、性也好，都是指因緣所生法說的。因緣所生法在前面的〈道樹品〉的文說過了：一切法都是自性空，剛才也說過。

這上面說的範圍很廣，說到一切法；但是我們若是有興趣，願意這樣修行的時候，你的所緣境不要太廣，不要說一切法，應該就以自己的身體作所緣境，觀察五蘊是自性空、觀察五蘊是相空（自相空），應該這樣觀。「是名自性空」。

《大智度論》也好、《小品般若經》也好、《楞伽經》也好，主要是自性空，這是最主要的一個。這裡把它分成七種，就是把主要的這一個列在第二。

「云何無行空？所謂諸蘊本來涅槃，無有諸行，是名無行空。」前邊說相空、又說自性空，這是第三個，用個無行，立這麼個名字。「行」這個字就是遷流變化、遷流造作，就是有生滅變化，一直地向前進。譬如我觀察這個燈的光明，它是生滅變化的，但是一直地相續下去，所以也叫做行。燈光是這樣，這個房子也是這樣子，人的生命體也是這樣子，都是生滅變化、而又相續不斷，所以叫做行。現在說「無行空」，這個行是沒有的。看它怎麼講。

「所謂諸蘊本來涅槃，無有諸行」，這上面只是說到人的色受想行識這五蘊。這五蘊，若是聖人，他得到了諸法畢竟空的智慧，觀察這個五蘊——活活潑潑的五蘊存在的時候，它就是涅槃。但是從它的理性上看，本來就是涅槃，就是這麼一個意思。

「本來就是涅槃」這個話的意思，就是從它有生以來，就是涅槃的境界。那麼這個話的意思，也就是剛才說那個自性空。「自性空」這個話的意思，只是觀察它的自性是空，因緣所生法還是有，這個話的味道是這樣意思；只是說它自性空，並不是說因緣所生法沒有了。現在說「無行空」，說這因緣所生法也是沒有的，是這麼個味道。

「本來涅槃，無有諸行」這個話應該再多說一句，就是在自性空上看，這一切有為的諸蘊是不可得的。我們如果作這種觀察的時候，譬如說這個房子，這個房子也可以說是個蘊，這是人工造成的；但是，那個自性有的房子是沒有的，自性有的這個東西是沒有的。就在人工造的房子，沒有那個自性有的房子。

若在我們這個身體上說，我們這個活活潑潑的生命體——生滅變化、老病死的這個生命體上，沒有那個自性有的諸蘊，那個諸蘊是不可得；在那個不可得上，就是本來涅槃。這個不可得上面，你觀察它自性空的時候，那個自性空的相貌上，無色、無受想行識，無眼耳鼻舌身意，無色聲香味觸法，就和《心經》說的是一樣，所以說，「所謂諸蘊本來涅槃，無有諸行」。

在這個地方還有個問題，什麼問題呢？因為因緣所生法的諸蘊，這是個果報，當然也要長養它。果報由因而來，如果說是沒有了，就是沒有因果了。如果說沒有因果，這話也不合道理，沒有因果是不對的。那麼為什麼說沒有呢？這只是在自性空上看，是無有諸蘊的，是這樣意思。

第二個原因就是，觀察我空、觀察法空的人，他長時期的修行，到了初入聖道的時候，一切法不可得，一切法都不現了，一切有為法都不現前了，是無有諸蘊的。就是那個聖人由凡夫——煖、頂、忍、世第一，世第一——剎那向前進一步，就入聖道了。入聖道的時候，一切法都不現了。那麼由旁方面——諸佛菩薩的慧眼來看，這是真如的境界，猶如虛空。所以也可以說，「諸蘊本來涅槃，無有諸行」。

所以這是在理論上說、在自性空上觀察——諸蘊不可得；在修行人初入聖道，根本無分別智成就的時候就是這個境界，是無有少法可得的。

另外又舉一個例子，就是有的比丘修四禪八定，他在色界的第四禪修無色界的空無邊處定，修成功了的時候，這個比丘也不覺到有身體的存在的，不感覺。但是別的比丘看，那個比丘還坐在那裡入定，他那個身體還是在的。那麼初入聖道的這種人，他一切法不現前，這是佛菩薩的慧眼才能見到，不是我們凡夫能明白的。

「所謂諸蘊本來涅槃，無有諸行，是名無行空。」

「云何行空？所謂諸蘊由業及因和合而起」：這一個空，沒有那個「無」字，只說行空，看他怎麼解釋的。「所謂諸蘊由業及因和合而起」，我們所說的，當然一切法很多，但是最重要的就是這個身體——色受想行識這個生命體。諸蘊是怎麼有的呢？由你以前的業力，你以前造的福德業力、或者是罪業。「及因」，當然就是自己的煩惱，或者說唯識宗說的名言種子也在內。那麼因緣和合了，諸蘊就現起來，就出來了。

「離我我所」：就是在這個因緣和合而有的生命體上，沒有那個常恆住、不變易的我。「離我」，沒有那個我；沒有我，所以也沒有「我所」。我所就是我所有的；說這個

房子是我所有的、這個車也是我所有的，我所看見的、我所聽見的都算是我所。沒有我，也就沒有我所。但是佛法裡也承認有假名我，當然這假名我是沒有真實性的。這裡說行空，行還是有，這個有為法（因緣所生法）是有；在因緣所生的色受想行識上，沒有那個常恆住、不變易的我，所以叫做空，這就是說我空了，「是名行空」。

「云何一切法不可說空」，怎麼叫做一切法不可說空呢？「謂一切法妄計自性，無可言說」：就是我們凡夫或者是外道，在這一切有為法上，我們錯誤地執著有真實性。剛才說印度的外道執著一切法有自性，當然這叫「妄計自性」，我們沒有印度外道的那種知識，我們不明白什麼叫自性，但是我們也是有執著，也都執著這一切法都是真實的。那麼這種執著都是錯誤的，沒有這麼個自性，所以也沒有這種言說，就是這樣意思。

或者說是我們佛教裡面修行的人，經過長時期的觀察，一切法的妄計自性無所有，成功了，你就能夠見到諸法實相，就見到真如理了；見到真如理的時候，是離一切名言相的，所以就是無可言說。怎麼叫做有言說呢？就是要有名字、有相狀。我們學習了很多的名字、認識了很多的相狀，這個時候我們就會說話；若是你不知道名字，也就不認識相狀，那你不會說話的。但是現在不是說我們凡夫，是說聖人。聖人見到諸法的真如理性的時候，在真如理性上是沒有名相可得的，所以也是沒有言說的。所以，「一切法妄計自性，無可言說」，也可以這麼說。

這件事，我們在禪師的語錄上也看見有這種意思。

趙州禪師，有一個跟他學禪的人向他告假了。

趙州禪師說：「你到那兒去呢？」

說是：「我到福州去拜見雪峰禪師，我去跟他學禪去。」

趙州禪師說：「你見他的面，他若問你：『趙州有何言句？』就是趙州禪師他怎麼樣說法？你怎麼回答呢？」

這一位禪師說：「我答不上來！我不知怎麼回答，你告訴我怎麼回答。」

趙州禪師說：「很容易啊！」

「怎麼說呢？」

「冬即言寒，夏即道熱。」若冬天，你就說趙州禪師說冷，夏天就說熱嘛！就是這麼一說就好了！

趙州禪師又說：「不過他可能說話不會到此就停止，他會進一步還要問你啊！」

「問什麼呢？」

他說是：「汝畢竟事作麼生？」畢竟事作麼生就是佛法的真理；他怎麼樣講法？「趙州禪師怎麼講？這麼樣問你，你怎麼回答？」

說：「這個我更不能回答了！還是請你教我。」

趙州禪師說：「你就說：『親從趙州來，不是傳語人。』是，我是從趙州禪師那裡來，但是我不能傳這句話，我傳不上來。你就這麼回答。」

喔！這位禪師他就記住這個話，就到了雪峰禪師這裡來了。

雪峰禪師說：「你從什麼地方來？」

「從趙州來。」

「趙州禪師有何言句？」正好就這樣意思，說完了。

說完了以後，雪峰禪師說：「你這個話，我看趙州禪師才能說上來，你說不上來這個話。」

這個話，就是這些禪師他也能悟到這裡。我們可以說，禪師經過幾十年的修行，他也能悟到這裡——這個真如理是離言說相的。這句話在《阿含經》有這種話，在《摩訶般若波羅蜜經》也有一句話：「過一切字，是真佛法」，要超過了一切文字（其實就是名字），過一切文句、名字，才是佛法。那麼就是言說的這些佛法，不是真佛法，是真佛法的前方便。但是我看這些禪師，他們一天常常坐禪，也是會讀經的，他也能從經論上讀到這句話，也會讀到這句話的。

這上面說：「謂一切法妄計自性，無可言說」，是沒有可言說的。那麼這樣說，所以我們學習佛法是從文字上學習佛法，而文字的佛法又不是真實的佛法；那麼我們直接從無文字去學習，可不可以？還是不可以！我們要從有文字入無文字，從有相而無相。如果離了文字，我們沒有辦法學習佛法。若離開文字能學習佛法的話，釋迦牟尼佛不須要來到人間成佛說法了。因為這個文字就是佛說的這些經、這些修多羅這些文字，不是其他的文字；那麼離開文字就不須要這些文字，釋迦牟尼佛若不出世，誰能夠悟道呢？所以還是要假藉文字的。「是名不可說空」。

「云何第一義聖智大空？」這七空數目不算多，但是它的義還是很好的！「云何第一義聖智大空」：第一義是最殊勝的境界。「第一」就是殊勝，「義」就是境界——殊勝的境界。殊勝的境界是什麼境界呢？是聖智，就是聖人的智慧境界。聖人的智慧實在是無境界，但是若說無境界，我們很難懂，就還是說聖人的智慧所覺悟的境界，那就是第一義。這個第一義聖智是大空，看他怎麼解釋？

「謂得自證聖智時，一切諸見過習悉離，是名第一義聖智大空」：「謂得自證聖智時」，就是修行人他「得」，就是成就了，經過長時期的修行，千辛萬苦，不只是十年寒窗苦啊，他成就了自證聖智。「自證聖智」，就是由他自己的努力證悟了第一義諦，成就了聖智。從《摩訶般若波羅蜜經》上看，是從聞思修得無生法忍，是這樣講。

聞慧（聽聞佛法得到的智慧）是由經書上來的，也有可能是聽師長的開導而得到

的聞慧，不是你自證的；但是思慧和修慧——證悟諸法實相的智慧，要你自己努力，你自己不努力不行，所以這個地方說「自證聖智」。這個自證聖智究竟圓滿成就，那唯有佛，佛才是究竟圓滿；其他初入聖道的人，是得到這個智慧，但是還沒圓滿。這裡就不必說那麼詳細。

「一切諸見過習悉離」：成就了這個智慧有什麼好處呢？就是所有錯誤的思想、有過失的這一些習氣，都完全消滅了。「見」，或者說我見、我所見、常見、斷見，這一切有所執著的都可以稱之為見。由見生出來一切的煩惱，造作出來很多有所得的業力——福業、罪業、不動業，這些有「過」失的「習」氣，「悉離」。總而言之，就是凡夫有漏的惑業苦都消滅了。這樣子，他成就了自證聖智，這就叫做第一義聖智大空。這也是得入聖道以後的境界。

「云何彼彼空？謂於此無彼，是名彼彼空」：就是說在這裡沒有那一個，在此法上沒有彼法，叫做彼彼空。

說一個譬喻：「譬如鹿子母堂無象馬牛羊等」，這個母親有個兒子名之為鹿，這個鹿子的母親她捐助的這個堂，佛在這裡說法。這個鹿子母堂也在舍衛國。這鹿子母堂裡邊沒有象、沒有馬、沒有牛羊等。「我說彼堂空」：說這個堂是空的。「非無比丘眾」：堂裡邊還是有比丘的。但是沒有牛馬，在這一個意義上，就說這個堂空，是這樣意思，「非無比丘眾」。那麼這就叫做「彼彼空」。

「大慧！非謂堂無堂自性」，不是說這個堂沒有堂的體性，不是！堂還是有。「非謂比丘無比丘自性」，不是說比丘沒有比丘的體性，也不是。「非謂餘處」沒有「象馬牛羊」，餘處還是有的。只是約此堂沒有牛馬，就叫做堂空，是這樣意思，這叫做「彼彼空」。

這樣說，就是像前邊說：「自證聖智時，一切諸見過習悉離」，這也就可以說就是彼彼空，這也可以這樣講。不過這後面有一個批評。

「大慧！一切諸法自共相，彼彼求不可得」，在此法上求彼法的相，都是不可得的。「是故說名彼彼空。是名」叫做「七種空」，加起來是七種空。

「大慧！此彼彼空，空中最麤」：最後這個空和其他的空對比起來，它是最麤淺的，「汝應遠離」：你應該離這個空，不要學習這個空。這個意思：我們初學佛法的人，修我空觀、法空觀的時候，你應該修自性空，不能學這個彼彼空，你學這個彼彼空，不能斷煩惱。學自性空，真是把這個法空了，所以，你能夠安住在一切法空上，無住生心——無所住而生其心，你真能夠斷煩惱。你若觀察彼彼空，不行！心還是有所執著的。所以「汝應遠離」，應該這樣。

在《楞伽經》這七種空上看，我們修法空觀，除了彼彼空之外，有這麼多的不同，

可以這樣如理作意去觀察、修學。

這以下我說到四禪，還是《大乘入楞伽經》上的。

戊二、四禪

復次，大慧！有四種禪。何等為四？謂愚夫所行禪、觀察義禪、攀緣真如禪、諸如來禪。大慧！云何愚夫所行禪？謂聲聞緣覺諸修行者，知人無我，見自他身骨鎖相連，皆是無常、苦、不淨相；如是觀察，堅著不捨，漸次增勝，至無想、滅定，是名愚夫所行禪。云何觀察義禪？謂知自共相人無我已，亦離外道自他俱作，於法無我諸地相義，隨順觀察，是名觀察義禪。云何攀緣真如禪？謂若分別無我有二，是虛妄念。若如實知，彼念不起，是名攀緣真如禪。云何諸如來禪？謂入佛地，住自證聖智三種樂，為諸眾生作不思議事，是名諸如來禪。（《大乘入楞伽經》卷第二·〈集一切法品〉第二·大正 16·602 上）

「復次，大慧！有四種禪。」這四種禪，我在分科的時候，說到一個證果，這裡邊有證果的意思在裡邊，也有一個淺深的次第，有這樣意思。

「復次，大慧！有四種禪。何等為四？謂愚夫所行禪、觀察義禪、攀緣真如禪、諸如來禪」：有這四種禪，這標出來名字，下面解釋。

「云何愚夫所行禪？謂聲聞緣覺諸修行者」：「聲聞」就是出在有佛出世的時候，聽佛說法，而得聖道的人，叫做聲聞，就是初果、二果、三果、四果這種聖人。「緣覺」，緣覺或者說是出無佛世，他自己能夠得悟聖道；或者說也是出在有佛出世，聽佛說十二因緣而得悟聖道，但是根性稍利一點。

這些修行人「知人無我，見自他身骨鎖相連，皆是無常、苦、不淨相」，他們這個愚夫所行禪的內容是什麼呢？「知人無我」，就是他們聽佛說法，他們能覺悟這個色受想行識裡邊，沒有常恆住、不變易的我可得，沒有這個，這叫人無我。

「見自他身骨鎖相連」，見到自己的身體「骨鎖相連」。這骨鎖是什麼東西呢？就是我們這個身體，頭部是個髑髏骨，其他的骨頭就是一節一節的連繫起來。這肋條骨是一條一條的，其他的骨頭都是一節一節的相連起來，叫骨鎖。

這個修行人觀察這個身體就是骨鎖相連，是這麼一個人。這個骨鎖它會走路，滿街很多的骨鎖在那兒走路；那麼這個骨鎖不高興的時候也會罵人、它也會舉手打人，就是這樣觀察。這樣觀察的時候，不但觀察是骨鎖，同時也觀察它是「無常」，這個身體生滅變化、老病死。同時也觀察它「苦」，人很多很多的苦惱，年紀不必一定很大，年紀輕的人在社會上做事，不要說年輕，小孩的時候不懂事，母親打他，我看見過，

我也感覺苦！很苦；年紀大了，社會上經驗多了，更是知道苦！的確是苦。「不淨」，這身體很不清淨、很臭穢的；不過，彼此都差不多，也不感覺到臭穢。

「如是觀察堅著不捨」：聲聞、緣覺這修行人，是說他在凡夫的時候，他就這樣去觀察，觀察的時候堅著不捨，就是很堅定的，不放鬆，白天也這樣修行；夜晚減少睡覺，也要這樣修行。鈍根的人要修行很久，利根人可能修行的時間短。所以「堅著不捨」這句話，包含裡邊有禪定的關係，或者是欲界定、或者是未到地定、或者是初禪、二禪、三禪、四禪裡面，就是心的力量很強，去這樣觀察。

這表示什麼呢？我們人的這種欲心，很難除掉，很不容易除掉！需要堅著不捨地修行才能去掉。去掉了欲的時候，心情快樂，苦惱就減少很多很多了！

「漸次增勝」，修這種定、這樣觀察，其實就是四念處了。四念處裡面有奢摩他，由奢摩他的幫助，你的修行逐漸地、逐漸地進步了，你的道力漸漸地強起來了。「至無想滅定」，這個無想不是無想定那個無想，就指滅定叫無想。

這個滅受想定是聖人的定。他能夠沒有我，他觀察無常、苦、不淨相，也觀察無我。觀察無我的時候，到了滅定的時候，前六識都不動，他內心裡面也不執著有我，這個時候只是阿賴耶識的境界，那麼就叫做「無想滅定」，不是外道那個無想，不是！三果聖人能達到這裡，到了阿羅漢當然也是能達到這裡。「是名愚夫所行禪」，這叫愚夫所行禪。

「云何觀察義禪？謂知自共相人無我已，亦離外道自他俱作，於法無我諸地相義，隨順觀察，是名觀察義禪。」這觀察義禪怎麼講呢？

我看這四種禪，前面的愚夫所行禪，就指小乘佛教的修行者說的；後邊三種禪，就是發無上菩提心的大乘佛教學者，他發了無上菩提心，他知道「自共相人無我已」，知道色受想行識的自相、共相，這裡邊人無我，他知道這裡面人無我的道理，也就是觀察這是無我，和阿羅漢所知的人無我是一樣。

另外，「亦離外道自他俱作」：也棄捨了外道說眼耳鼻舌身意、色受想行識是「自」作的、是「他」作的、是「俱作」的，就是前面講那個自生、他生、共生這個意思一樣。那麼從這個不自作、不他作、不共作、不無因作，就通達了法無我的道理，就是這樣觀察。就是觀察人無我、也觀察法無我。

「諸地相義」：諸地相義就是十地，初歡喜地、二離垢地、三發光地、四燄慧地……，一直到第十法雲地。這個十地就是從得無生法忍開始，到等覺菩薩，中間的次第。

「隨順觀察」：隨順佛所教導的，去觀察人無我和法無我，這樣觀察叫做觀察義禪，「是名觀察義禪」，那麼這就是得了聖道了。

「云何攀緣真如禪」：這地方用個攀緣，其實和「觀」字含義是一樣。「謂若分別

無我有二，是虛妄念」，這裡面有意思！就是若是修行人執著有兩個無我：有一個人無我、有一個法無我，這是一個錯誤的觀念，這是不對的。

「若如實知，彼念不起」：若是你能夠正確地覺悟了真如的道理的話，彼那個人無我、法無我的分別心就不起了，「是名攀緣真如禪」。這樣說，觀察義禪和攀緣真如禪對比起來，觀察義禪是淺，攀緣真如禪應該說是深了。但是，前邊說觀察義禪的時候，有「諸地相義」，有十地的相義在裡邊，也應該不是很淺的意思。

這裡邊的意思應該這樣說，就是這個修行人若觀察人無我、法無我，有一個什麼道理呢？就是我們從久遠以來，我們執著這兩個我，那麼就在我們的微細、深微的心裡面，熏習了那兩種我執的種子。那麼你在禪定裡面，深入地觀察這兩種無我的時候，就能夠消滅這兩種種子，能消滅它。

你一開始消滅這個種子的時候，就入初歡喜地了，就是聖人了。但是修行人他不只是修觀，他一定也修止。修止的時候，就觀察我不可得、無我也不可得、不可得也不可得，這心就無分別住；那就應該是攀緣真如禪的意思。但是這個止過去了以後，修了一個時間以後，他又去修毘鉢舍那觀，又修我不可得——人我不可得、法我也不可得，這樣思惟觀察；觀察一個時候，又去修止——我不可得、無我也不可得、不可得也不可得，那麼心又是無分別住。

那麼這樣說，前邊的觀察義禪應該說是毘鉢舍那，後面攀緣真如禪應該說是止。我們平常修習止，那都是虛妄的止。因為你或者修數息觀，或者是止在肚臍子上、止在地水火風，其實這都是虛妄境界。現在這裡說止，是住在第一義諦上面，這個不同了，這是無漏的境界，這是真理的境界，不是世俗諦的虛妄境界，這個不一樣的。所以說，「若如實知，彼念不起，是名攀緣真如禪。」

「云何諸如來禪」：怎麼叫做諸如來禪呢？「謂入佛地，住自證聖智三種樂」：「謂入佛地」，就從法雲地再進一步就到了佛地了。到了佛地的時候，就是把所有的（不要說顯顯的）微細的無明煩惱都息滅了，「自證聖智」也究竟圓滿了，就入於佛地。入於佛地之後，「謂入佛地，住自證聖智三種樂」，安住在自證聖智的三種樂。這三種樂是什麼呢？就是空、無相、無願。我們前天講過這個，住在這空、無相、無願上面。

這空、無相、無願，阿羅漢也能住在那裡，但是沒有佛那麼圓滿，唯有佛才究竟圓滿了這三種住。現在這說是三種樂，因為這三種也稱為三昧，那麼就是禪三昧樂。

佛的自證聖智，安住在這三種樂上面，「為諸眾生作不思議事」：成佛了以後，做什麼呢？不是入無餘涅槃，他為一切眾生作不可思議的事，就是來教化一切眾生。那一天有人問三類化身，就是佛現出三類化身去教導一切眾生。但是，佛教化一切眾生的時候，是無分別境界，所以「不思議事」。「是名諸如來禪」。

這樣說，分這麼四個禪，大乘就是後邊三個禪，由淺而深，這裡面包括證果的意思。

丁三、釋疑

爾時，須菩提白佛言：「世尊！若一切法無所有性：所謂念色乃至識、眼乃至意、色乃至法、眼界乃至意識界，是無所有性；檀那波羅蜜乃至般若波羅蜜、內空乃至無法有法空、四念處乃至八聖道分、佛十力乃至一切種智，是無所有性。世尊！若一切法無所有性者，是則無道、無智、無果。」佛告須菩提：「汝見是色性實有不？乃至一切種智性實有不？」須菩提言：「不見也！世尊。」佛告須菩提：「汝若不見諸法實有，云何作是問？」須菩提言：「世尊！我於是法不敢有疑。但為當來世諸比丘求聲聞、辟支佛道、菩薩道者，是人當如是言：『若一切法無所有性，誰垢、誰淨、誰縛、誰解？』是不知不解故，而破於戒、破正見、破威儀、破淨命。是人破此事故，當墮三惡道。世尊！我畏當來世有如是事，以是故問佛世尊。我於是法中信，不疑不悔。」（《摩訶般若波羅蜜經》卷 23〈三次品〉第 75·大正八·386 上～中）

現在是第三段釋疑，我念一下好了。

「爾時，須菩提白佛言：世尊！若一切法無所有性」，一切法都是空無所有的，「所謂念色乃至識、眼乃至意、色乃至法、眼界乃至意識界，是無所有性」，都是空無所有的。「檀那波羅蜜」就是布施波羅蜜，「乃至般若波羅蜜、內空乃至無法有法空、四念處乃至八聖道分、佛十力乃至一切種智」，佛十力乃至一切種智這是佛果的境界。「是無所有性」，也都是空無所有的。「世尊！若一切法無所有性者，是則無道、無智、無果」：「道」就是因，修四念處乃至八聖道分、修六波羅蜜，這都是空的，就是無道、就是無因。「無智、無果」：沒有十力乃至一切種智就是無智；這都是佛果上的境界，也就是無果。這樣子，一切法都沒有了，就是無因、無果了！

「佛告須菩提：汝見是色性實有不？」前面這一段，須菩提尊者提出來疑問，說一切法都空了，不是無因、無果了嗎？無因、無果，這很有大過失的！那麼這底下佛回答：「佛告須菩提：汝見是色性實有不」：你看因緣所生的色法，它有真實性嗎？「乃至一切種智性實有不」：佛所成就的一切種智，經無量劫的修行得到了這個果，這個果是因緣所有，它有真實的自性嗎？

「須菩提言：不見也」，是不見有真實性的。那麼「不見有真實性」這個話當然是對，同時因緣所生法還是有的，應該是這樣意思。「不見也！世尊。」

「佛告須菩提：汝若不見諸法實有，云何作是問？」為什麼你有這樣的疑問提出來呢？

「須菩提言：世尊！我於是法不敢有疑」：我對一切因緣生法都是沒有真實性，我是不敢有疑惑的。

「但為當來世諸比丘求聲聞、辟支佛道、菩薩道」的人，「是人當如是言」，這種人會這麼說：「若一切法無所有性，誰垢、誰淨、誰縛、誰解」：那麼眾生的欲界、色界、無色界的善惡因果是污染的，若都空了，誰是污染的？沒有了啊！「誰淨」：修學聖道、出離三界了，淨也沒有了！是不是？「誰縛、誰解」：誰是繫縛的？誰是得解脫的？都沒有了！都斷滅了！

「是不知不解故，而破於戒」：這些人他不明白因緣所生法是沒有真實性，但是因緣所生法還是有的，他不明白這個道理。

「而破於戒」：若沒有因果，我何必約束自己去修學善法、還要受戒？我可以我歡喜做什麼就做什麼，我不必約束自己嘛！那麼願意殺就殺、願意盜就盜，這就是破戒了！

「破正見」：破戒是行為，正見是思想，他的正確的思想也破壞了！

「破威儀」：破戒是破重戒，破威儀是輕戒，輕戒也不守了。

「破淨命」：淨命就是清淨的生命，就是清淨的生活。這是什麼意思呢？就是錢的問題。就是生命所須的這些財物，你用非法的手段取得了財物，來維持生命的生存，就叫做邪命。如果你用合法的手段取得了財物，維持生命的生存，就叫做淨命、就叫做淨命，清淨的生命。那麼若是破戒、破見，無惡不作，他的淨命也是破壞了。

「是人破此事故，當墮三惡道」，做了惡事要墮三惡道的。「世尊！我畏當來世有如是事，以是故問佛世尊」：所以我問佛，一切法都空了，就沒有世間因果、也沒有出世間的因果了，所以提出這個問題。

「我於是法中信，不疑不悔」：我本人對一切法皆空的道理，我是決定相信，我不疑惑、也不會後悔的。我以前我相信這件事，又後悔了，我不應該相信——沒有這件事。

甲四、覺魔第四_三 乙一、釋名

魔事者：魔羅，秦言殺者，奪行人功德之財、殺智慧命，故名魔羅。云何名魔事？如佛以功德智慧、度脫眾生、入涅槃為事。魔亦如是，常以破壞眾生善根、令流轉生死為事。若能安心道門，道高則魔盛，故須善識魔事。
（《釋禪波羅蜜次第法門》卷四·大正 46·506 中～下）

第四段是「覺知魔事」，這一段倒是很重要！這裡分三科，第一是釋名，第二是分別魔法不同，第三明壞魔之法。今初，釋名。

「魔事者」，梵語「魔羅」，此譯叫做「殺者，奪行人功德之財」，你修學布施、持戒、忍辱、精進、禪定，這都算是功德，功德就好像人的錢財似的。「殺智慧命」，最後的般若是最重要的，所以譬如人的命。我錢不多，但是我的命還可以生存，還是可以。現在說財也沒有了、命也沒有了，魔鬼就是做這種事，「故名魔羅」。

「云何名魔事？如佛以功德智慧、度脫眾生」，佛教化眾生：你應該多作功德、多修智慧來解脫自己。「入涅槃為事」，修功德智慧，然後入於第一義諦，就解脫一切苦了。佛就做這種利益人的事。「魔」則「以破壞眾生的善法」，功德、智慧的善法，「令流轉生死為事。若能安心道門」，若是發心的修行人，安心在戒定慧上面，在四念處上面修行，「道高則魔盛」，你的道漸漸地高起來，這個魔也是很厲害的！「故須善識魔事」。

乙二、分別魔法不同

魔有四種：一者、煩惱魔，二者、陰入界魔，三者、死魔，四者、欲界天子魔。一、煩惱魔者：謂十使等，皆能破壞修道之事。二、蘊魔：即是五蘊繫縛眾生，陰覆行者清淨善根，功德智慧不得增長，故名為魔。若能不受、不著，觀如虛空，不為覆障，即破魔業。三、死魔者：若行人欲發心修道，便得病命終、或為他害不得修道，即為廢今修習聖道；比至後世，因緣轉異，忘失本心，皆名魔事。復次，行者當修道時，慮死不活，便愛著其身而不修道，亦是死魔所攝。四、天子魔者：即是波旬。此魔是佛法怨讎，常恐行人出離其界，故令諸鬼神眷屬，作種種惱亂，破壞行者善根，故名為魔。(節錄《釋禪波羅蜜次第法門》卷四·大正 46·506 下~507 上)

第二、顯魔法不同。魔有四種：一者、是「煩惱魔」，謂十使等，皆能破壞修道的東西。十使：貪、瞋、癡、慢、疑、身見、邊見、邪見、見取、戒禁取，一共是十種煩惱。「使」，就是我們人為煩惱所使，所以叫做十使，就是自己作不得主。這是煩惱魔。

第二、是「蘊魔」。蘊魔是什麼？即是五蘊繫縛眾生，就是我們這個身體使令我們苦惱。障礙「行者清淨善根」的成就，「功德智慧不得增長，故名為魔」。「行者若能不受、不著」，你若能夠不接受，你觀察這個身體空無所有，就叫做不受；不受，當然也就不執著了。「觀如虛空」，觀察身體像虛空似的，「不為覆障」，他就不能障礙你的功德智慧了。「即破魔業」，魔的這件事就破壞了。

「三者、死魔：若行人欲發心修道，便得病命終」，你一發心修行就有病，有病就死掉了。所以，死也是妨礙你修行的。「或為他害不得修道」，或別人害死我，我就不能修行了，這也是個障礙。「比至後世，因緣轉異」，等到你後來……並沒有斷滅，那麼又繼續地又可能作人，但是後來、將來的事情，因緣的變化，「忘失本心」，就是忘掉了佛法的事情；遇見佛法以後，不相信佛法了，有這種事情的。忘失本心，所以死是個魔，它能障礙我們修行，「皆名魔事」。

「復次，行者當修道時，慮死不活」，我若不修行，我還能多活幾天；我若修行，死魔就來了，就不能活了！所以「便愛著其身而不修道，亦是死魔所攝」。

「四、天子魔者：即是波旬」，「波旬」翻個擾亂，也就是擾亂修行人。「此魔是佛法」的「怨讎，常恐行人出離其界」，我們若修學聖道，破諸煩惱，魔王就不能搗亂了，就是出離他的世界了。「故令諸鬼神眷屬，作種種惱亂，破壞行者善根，故名為魔」，這是說這麼多的魔。

乙三、明壞魔之法

三、明破魔法者：當用三法，除卻魔羅：一者、了知所見聞覺知，皆無所有，不受、不著，亦不憂惑，亦不分別，彼即不現。二者、但反觀能見聞覺知之心，不見生處，何所惱亂？如是觀時，不受、不分別，便自謝滅。三者、若作此觀，不即去者，但當正念，勿生懼想，不著軀命，正心不動。知魔界如即是佛界如，魔界如佛界如，一如無二如。於魔界無所捨，於佛界無所取，即佛法現前，魔自退散。正念堅固，莫懷憂懼。當誦大乘方等諸治魔咒，存心三寶；若出禪定，亦當誦咒自妨；邪不勝正，久久自滅。（節錄《釋禪波羅蜜次第法門》卷四·大正 46·507 中～下）

這第三段，明壞魔的方法。

「當用三法，除卻魔羅：一者、了知所見聞覺知，皆無所有」，所以我們若想修空觀，「自性空」應該多思惟。你不要怕重覆，思惟又思惟、思惟又思惟，你心裡面肯定地認為：是自性空！你一定要這樣子才可以。「皆無所有，不受、不著」，一切見聞覺知的事情都是沒有的，都不受、不著。「亦不憂惑」，就是不如我的意也不憂惑。「亦不分別，彼即不現」，這個魔羅就不現了。

「二者、但反觀能見聞覺知之心，不見生處」，覓心了不可得的意思。「何所惱亂」，這時候所緣境和能觀的心都不可得了，這個魔王還怎麼能惱亂我呢？「如是觀時，不受、不分別，便自謝滅」，魔鬼就跑了。

「三者，若作此觀，不即去者」，你心裡面：所觀的不可得、能觀的也不可得，你雖然這樣修行，可是魔鬼他還不走、還繼續搗亂，那怎麼辦呢？「但當正念，勿生懼想」，你把你的心把持住，叫它正念，你不要害怕。「不著軀命」，你不要怕這個身體死了，你不要怕這件事。「正心不動」，不為所動。

「知魔界如即是佛界如」，知道魔也是空無所有的，魔界的空無所有這個空，也就是佛空無所有那個空。「一如無二如」，空裡邊是沒有分別的，沒有凡聖的分別的。「於魔界無所捨」，魔界是空了，也就沒有魔可棄捨了；「於佛界」也「無所取」了，在畢竟空上無取、無捨。「即佛法現前」，你若能這樣子堅定地去思惟，聖道就出現了！就得無生法忍了！「魔自退散」。

「正念堅固，莫懷憂懼」，你不要怕。「當誦大乘方等諸治魔咒」，也可以誦大乘方等經裡面來對治、降伏魔的咒，你可以對治。這大悲咒也是可以，可以念大悲咒。在《法華經》上〈陀羅尼品〉，和〈勸發品〉普賢菩薩也說個咒，也都能治魔的。「存心三寶」，你存心的念——南無佛、南無法、南無僧——念三寶。

「若出禪定，亦當誦咒自防」；「邪不勝正，久久自滅」。

這是我引《釋禪波羅蜜》上的，智者大師這樣講，來降伏這個魔、破壞這個魔，這樣辦法。這是第四覺魔。

甲五、證果第五

第五是證果。證果這句話，就是你長時期地修我空觀和法空觀，也應該修四念處：觀身不淨、觀受是苦這種觀；長時期地修行，就把這愛煩惱、見煩惱斷掉了，你就得到聖人的智慧了，這就是得聖果了，沒有煩惱的繫縛了。若是在大乘佛法上說，就是初歡喜地、二離垢地、三發光地、四燄慧地、五難勝地……繼續向前進，這就是證聖果了。

當然，這種所謂證聖果，我們現在就是在文字上這樣分別。如果你自己長時期地修行，你雖然沒證聖果，你自己慢慢地會明白，因為你會感覺到心不動了，這一切煩惱境界不能干擾你，你自然會感覺到這裡。這是第五證果。

甲六、結示第六

第六結示。我們一開頭是說到修止，修止之前，當然應該先發菩提心，然後你再正式地修奢摩他止。修止的時候，同時也就可以修觀。這樣長時地精進，應該會有成就。但是有一個問題，就是有的時候會有業障出現，有的時候也可能自己生病了，也可能有什麼東西來搗亂的這些事，也都可能；也可能什麼事兒沒有，很順利就成功了。

但是，為防患未然，你應該多拜懺、多懺悔，是應該的。剛才治魔的這個地方也提到，你應該念大乘經裡面的治魔咒。治魔咒在《大集經》裡面很多。《大悲心陀羅尼經》說這大悲咒也是好，可是從很多人念大悲咒的情況上看，應該多念才有效！要多念，你念一遍、兩遍不行。所以你在修正觀的同時，也應該有功課念大悲咒，也應該這樣。

可是，我們讀《摩訶般若波羅蜜經》的時候，也發覺它也能夠降伏一切的魔，就讀《小品般若經》也能夠破壞魔，使令他不敢來干擾你。所以，自己修正觀的時候，你歡喜念咒，你應該有功課多念大悲咒；如果不歡喜念咒，可以讀《摩訶般若波羅蜜經》，最好是背下來。背下來的時候，隨時可以背。那麼有魔來干擾的時候，你隨時就可以背。你一方面有止觀的正念，一方面有《摩訶般若波羅蜜經》的保護，應該是很安全、很順利地得無生法忍才對的！

如果你不歡喜這樣做，應該多拜懺，或者是拜大悲懺、或者是拜千佛懺、萬佛懺，很多很多的懺，多拜懺；多拜懺也有力量。說是我們一條道跑到黑，這是不對的！「我就是靜坐，其他的什麼我都不願意做。」當然你也可能會成功、也有可能，可是我們末法時代，有大善根、沒有業障的人有幾個呢？所以還是一方面修正觀，一方面多拜懺，多讀《摩訶般若波羅蜜經》比較好。

止觀大意，在全面的佛法來說，太深廣了，在我妙境來說，實在來說，我是講不來的，我是不能講這樣的事情。但是，這裡的簡居士，去年他遠遠地到埔里正覺精舍來，讓我來講，那麼我就勉強答應了。但是去年我在這兒講，只講個止，沒講完，所以今年又再這裡講五次。我準備要講的，還是有幾段沒有講。但是，若想要修大乘止觀的話，當然不能說這就是夠了，你當然應該廣讀經論，多多地充實自己，你才可以開始修行的。在我講的裡邊，有些地方也可能有很多出入的地方，希望各位大德、各位法師、各位居士多多指教！

【第一天】

問：初地菩薩已破無明、證法性，能現身百界作佛，為何有些經論說，七地以前未捨肉身？

答：那麼這好像有一點矛盾，不符合了。

這個我這樣解釋。經論上說到菩薩的階級、菩薩的位次，由凡而聖，這個聖位也是很長的一大段，也是有淺深的不同的：初地、二地、三地、四地、乃至到

十地，這十地菩薩；十地菩薩這個初地之前還有十住、十行、十迴向——三賢位的菩薩。在這個地方有兩種說法，我現在說第一種。

第一種，我們剛才說斷煩惱的問題，就是使令我們凡夫在欲界、色界、無色界內流轉生死的，只有兩個煩惱：一個是愛煩惱、一個見煩惱。這愛煩惱就是感情上的，見煩惱是思想上的煩惱。這兩種煩惱如果是在十住、十行、十迴向滅掉了，然後入於初地，這樣的菩薩當然是百界作佛。他證法性，能現身百界作佛，他有這種能力。這是第一個說法。

第二個說法：這愛煩惱、見煩惱，不是在初地以前息滅了的。是在初地，從初地開始才能夠斷見煩惱、斷愛煩惱，一直斷到第七地，才把這兩個煩惱斷掉了。譬如說你現在修行，這個身體是父母所生、是肉身，你現在斷掉了見煩惱，然後斷了愛煩惱，但是你身體還在；還在的時候，你還是個肉身的菩薩。你若棄捨這個肉身以後，你就不會再來三界裡邊來了，因為牽引你來這三個世界流轉生死的力量沒有了；但是他也會來，就是他的慈悲心、慈悲的願力，引他到三界來度眾生的了——那就是到第八地，他進到第八地，就是棄捨了肉身了。那麼這樣的菩薩在初地的時候，他不能夠百界作佛，不行！他沒這個能力。這是第二個說法。

還有一個說法：優波鞠多尊者，佛滅後百餘年的時候出現世間。他有一次把魔王降伏了（我們不要多說這個事）。這個優波鞠多尊者把毒蛇的死屍、人的死屍、還有狗的死屍，把牠變成花鬘（很多的花朵，把它變成一個鬘），套在魔王的脖子上。在套的時候是花，等套好了以後就變成死屍了；變成死屍，魔就感覺到很苦惱。這魔王欺負我們凡夫可以，他欺負阿羅漢不可以啊！他也欺負優波鞠多尊者，但優波鞠多尊者說：「好！你來戲弄我，禮尚往來，我也送給你一點、給你一點顏色看看。」那麼，魔王感覺到很苦惱，去求釋提桓因、求梵天王，把這個死屍從他的脖子上拿掉，都說：「不可以，你還是得要去求優波鞠多尊者。」

那麼他就回來，哀求優波鞠多尊者，就說：「佛在世的時候，佛真是大慈悲！我常常地觸弄佛，佛都不會對我這樣子。你這阿羅漢這麼惡啊！用這個東西來毀辱我。」優波鞠多尊者說：「你這是看錯了啊！怎麼可以拿我和佛比呢？是不能比。」他就哀求：「你慈悲！趕快把這個死屍給我拿掉。」優波鞠多尊者說：「我有兩個條件：一個是從這麼以後，一切佛弟子用功修行，你不可以去破壞他；第二個條件，我是出在佛滅度以後，我沒有看見過佛。你給我現現佛身，我看看。」魔王很苦惱，只好答應了：「好！我同意。」優波鞠多尊者就等著他。這魔王又提出條件：「我現佛身可以，你不可以頂禮，你不可以給我磕頭。」說：「好！好！我不磕頭。」

這魔王就跑到樹林子裡邊去，隔一會兒從樹林裡面出來，就是三十二相，八十種好，千二百五十個大比丘圍繞著出來。出來了，優波鞠多尊者一看，就生恭敬心，就磕頭、頂禮了。磕頭了的時候，這魔王說：「我們預先講好了，不磕頭嘛！」說：「我不是拜你，我是拜佛啊！」還是有道理。

從這件事上看，魔王有這種力量。魔王是怎麼一個程度呢？魔王是欲界頂天——就是他化自在天王，他有這個能力、有這種神通力。他成就了近分定，他有這個功德。那麼你說：「初地菩薩已破無明、證法性，能現身百界作佛」，當然魔王還辦不到，魔王只是現現身相而已。這上面說證法性的大菩薩，他現身百界作佛，是八相成道，那是廣度眾生的境界，不是魔王能做得來的。

我這個問題就這樣解釋了。

問：初地至七地菩薩與八地菩薩度生的方法有何不同？

答：那當然是不同了。初地菩薩他見煩惱是斷掉了，我執（分別我執、分別法執）都息滅了；但是還有很多俱生的我執、法執，還有很多很多沒能斷掉；還有很多很多的佛法還不通達。初地菩薩也有可能神通，可能有禪定，也可能沒有。一直到第七地菩薩，那是不可思議了！就剛才說，愛煩惱、見煩惱都除掉了。所以由煩惱逐漸地除掉，所見的法性理也逐漸地深了，前後道力的成長也是有多、有少的不同。所以他們發生的作用也是不一樣。這其中就是他的果報還是三界內、父母所生的身體，還是有漏業招感的。這若是用凡夫的話來說，這還是個報障（煩惱障、業障、報障）。因為這是有漏業招感的果報，在聖人來說，這還是有點障的。若是棄捨了肉身，就變成法身菩薩了；八地菩薩那種境界，你讀《普門品》就可以知道：「應以何身得度者，即現何身而為說法」，可以同時、不分前後地在十方世界廣度眾生，那是不可思議境界了。所以度生的方法都不同的，那個智慧、辯才都是不一樣的。

問：教下對所謂「離心意識」所判的位次如何？

答：離心意識，什麼是離心意識呢？就是第一義諦！見第一義諦就是離心意識。初地、二地、三地、四地……到第八地、到第十地、到佛，都是見第一義諦，也有深淺的不同。所以，這一句話可以通於一切聖人，但是還是有深淺的不一樣的。

問：觀一切法空如實相是什麼意思？

答：「觀一切法空如實相」這個意思就是叫我們這樣學習。一切法空就是第一義諦，就是佛的境界。我們常常這樣去思惟、學習，就能斷煩惱了、就能見到真理了。這是勸我們學習佛法，如實修行的意思。

問：「一切法空」與「一切眾生皆有佛性」如何會通？

答：《涅槃經》上說：第一義空名為智慧，第一義空名為佛性；第一義空就是智慧，第一義空就是佛性。那這樣說，一切法空就是第一義空。第一義空與一切眾生皆有佛性如何會通？它們是一回事，就是名字不同，可以這樣解釋。

但是，如果說你在《阿含經》、聽《阿含經》得阿羅漢，到《般若經》、聽《般若經》得阿羅漢，都是得阿羅漢，但是又有一點不同；到了《法華經》、阿羅漢若聽了《法華經》，又有一些不同。所以雖然說一切法空就是佛性，但是在修行人、在一切聖人聽聞佛法的多少，在理解上也有多少不同。也就是在現在的佛教，若唯識宗來講、三論宗來講，他也講得有一點不完全一樣。

問：須陀洹、阿羅漢若智、若斷，是菩薩無生法忍，是什麼意思？

答：須陀洹乃至阿羅漢這四果聖人的「智」慧，就是畢竟空、無我無我所是他的智慧；「斷」，就是他斷愛煩惱、斷見煩惱。那麼，在《般若經》上說，菩薩也是，他也是畢竟空無我、無我所的智慧；他也是斷了愛煩惱、見煩惱。但是，初果乃至阿羅漢果，他們沒有發無上菩提心，所以他就住在畢竟空那裡了，他不往前進了。菩薩就不是，菩薩他發無上菩提心，要成佛、要廣度眾生；他只是住在畢竟空，他的功德還不具足，他還要繼續向前進修學佛法的，所以不說是「果」，說是「忍」。

這個「忍」有什麼意思呢？就是他不證聖道，他還向前去修行的。這表示：阿羅漢若是他這個父母所生的身體壽命到了，他就死掉了，這個肉身（有漏的身體）死掉了，他就入於第一義諦，就安住在那裡了。這菩薩也見第一義諦，但是不棄捨這個身體，他還繼續在眾生的世界，同時也在佛世界學習佛法，在眾生世界去度化眾生的。這樣子，他那個第一義空、無分別、無我、無我所的智慧和有漏法還要在一起的，在一起這叫做「忍」，而不能說像阿羅漢去得無餘涅槃了。得無餘涅槃的時候，和一切有為法分離了，無所謂「忍」了，還有什麼好忍呢？

所以這就是表示菩薩叫「無生法忍」，是「因」的意思，是因而沒得果；而阿羅漢說「智、斷」，就是得果了，得果以後就是事情做好了。所以有因、果的不同，是這樣意思。

問：「以無住本立一切法」

答：「以無住本立一切法」，這是《維摩經》上的話。

「無住本」是什麼呢？也就是一切法空的意思；一切法空就是無所住。但是，一切法因一切法空而成立的，《中觀論》上有這個話。一切法所以能有，就因為一切法空的關係。所以「以無住本立一切法」這個話，就是「緣起」的意思，說一切法因緣所生的意思。

當然這裡面應該再多說、多解釋。你這位居士提這個問題，足見你讀了很多經論。我就這樣解釋，如果你感覺不足，你可以再問。

問：佛教是否應該鼓勵捐贈器官？

答：這個事情，原則上說是應該。釋迦牟尼佛沒成佛的時候，捨頭目腦髓去度化、救護眾生，倒是應該這樣說。但是有一個問題：就是人死亡的時候，我們也會聽說過，醫生的斷定，說這個人死了；但是過一會兒，這個人又活了。也有這種事情。那麼從這個事情看出來，醫生的知識，本來我們應該相信，但是又不決定。

那麼人在死的時候，在佛法上說，阿賴耶識走了以後，阿賴耶識從這個身體離開了，這個人就是死亡了。如果阿賴耶識它還在身體裡邊（前六識息滅了），這個時候，這個人還是活人。不過這個時候，我們凡夫的肉眼很難知道，很難知道阿賴耶識走沒走？是正在走？還是完全存在？我們凡夫的肉眼不能確定。那麼如果這個時候捐贈個器官，或者你把眼睛拿去了、或者你把心、肝、脾、肺、腎那一樣你拿去了。如果這個人沒死、他還能活呢？你願意嗎？說「我還沒有死，我就願意把我的器官捐贈給人」，你願意這樣子，也可以。

可是另外有個問題，就是如果是一時的昏迷，這個昏迷過去了，這第六意識又活動了，第六識活動一定是身識也在。若是身識走了，第六識也應該走了。如果第六識還能活動，身識也還在；若是這樣子，你拿他的器官，他會痛的，但是他又不能動了。你願意這樣子嗎？

所以，我們佛法慈悲，我去捐贈器官，是對！如果你這樣情形，你願意不願意？如果你也願意，那你就捐助，也是可以；如果你不願意，那你要再想一想。

這第八識——阿賴耶識若在的話，你就是殺死他，他沒有感覺，他不感覺到苦。如果第六識在，身識也一定在，那你若碰他，他就會痛苦。可是因為臨死的時候，身體總是不能動了，還不能有什麼反應，那就是殺活人了！你願意嗎？那麼，應該再想一想。

這從原則上說是對的，從原則上說，不要說是臨終的時候，就現在我也應該：把我的好的東西送給你，也應該是這樣，但是你能忍受得了才可以。

問：人死之後八小時以內不要搬動，係出自那部典籍？

答：這是印光老法師的文鈔上常提到這件事——八小時。

但是在印度的佛教，因為那裡天氣熱，死了立刻就是要火化！不能說是還要等到八小時。因為太熱，身體一死了就要生蟲子，很多很多的問題。但是在我們這個世界有冷氣，在醫院裡、或者在家裡面有冷氣，人死得慢，壞得慢。壞得慢，如果你不等八小時，有可能他還是活人。

在佛法裡面（不是我看見的，我聽說），說是在杭州一個寺院裡面的一個出家人死了，死了就把他火化了。後來廟裡面的人夜間作一個夢，這個死的出家人說：「我還沒有死啊！你們來把我火化，就是燒活人哪！」就是有這個事情。

所以八小時不要動是對的。因為在我們這個地區，尤其現在有冷氣的設備，人死得會慢一點，壞得會慢，所以為了不要犯錯誤，稍微晚一點是好的。

問：若有一個人他很想學習做正常的人，可是又老是忍不住要去賭博、要去跳舞，這種人要如何安他的心、好讓他可以親近佛法？是叫他念阿彌陀佛、還是叫他每天念《金剛經》、還是叫他念觀世音菩薩、還是帶他去參加法會、還是帶他去廟裡拜佛、還是讓他聽講經的錄音帶？到底應如何安他的心？

答：這也是一個問題。

這件事是這樣，歡喜賭博；我看最初的時候不見得一定歡喜。一開始的時候，也是有一點興趣去做賭博的事，日久天長，成了習慣了。按佛法講，就是內心裡有這個賭博的種子，不去賭不行。這個種子在裡面動，非要去賭不可！就像人歡喜吃辣椒，不吃還不舒服，就非要去不可。

所以你想要迴轉過來，一開始的時候，可以自己勉強一點，把賭博的罪過、賭博的過失，寫它一大篇。寫它一大篇的時候，自己念：「賭博怎麼怎麼不好、怎麼怎麼不好！」念完了的時候，坐那兒心裡想：「賭博怎麼怎麼不好、怎麼怎麼不好！」用這樣辦法來削弱內心裡面賭博的種子。再有好朋友勉強他一點，叫他不要去；自己也隨順一點，隨著朋友去念念佛、怎麼怎麼地。可以那樣子，人總是會有其他的愛好，不會說是一點兒沒有。自己不要去賭博，用其他的愛好來代替，也會好一點。加上朋友的勉勵，自己也勉強一點，逐漸就會改過來。當然，你念阿彌陀佛也是好。

我在香港聽說一個事情，就是小孩子在小學、在中學裡讀書，不讀書、跑到外邊去做種種的放逸的事情；若是放了假的時候，更不得了！他父母怎麼管也管不了他。後來想出個辦法來。他父母買了金庸的小說給他看，這一下子把他綁住了！他不出去，天天看小說。

那麼不妨你若歡喜看小說的話，賭博的這個心若動的時候，就看小說。當然，要看好的小說，不要看壞的小說，那麼這也可能會有一點作用。

再慢慢地，我們站在佛教的立場，應該是念佛、念經最好。當然這事情要逐漸地來。如果他一點兒興趣沒有，你勉強也勉強不來的。

【第二天】

問：如何能心常繫念現前，不會隨境起煩惱？

答：這可以從兩方面解釋。你真想要修行，當然也應該選擇一個清淨的地方，原則上說，修行人和不修行的人不可以同住。因為什麼？同住就有煩惱！因為若是大家都是同一志願修行的人，在一起住可以；不是同一志願修行的人，不要同住，就會減少煩惱；在一起住，就有煩惱。所以你說：「常繫念現前，不會隨境起煩惱」，這也是一個地方。

另外，第二個，當然有種種的關係：你住的地方太潮濕、或者有很多障道的因緣，你都要避免。另外，這樣子引發你煩惱的因緣減少了，也不能保證不起煩惱的。那麼還要什麼？就是要精進地用功。常常地繫念現前，慢慢地、慢慢地你止修得好了，煩惱就可能不動；但是又不能說是永久的。

這裡面有什麼情形呢？譬如你真是修行得很好，感覺到很不錯；但是這個時候，你自己也可能認為：「我是不錯了，修行很好。」可是這個時候就有問題了。什麼問題呢？你過去的善知識就來考驗考驗你。那時候，你是不是能經得起考驗呢？這也是個問題。

所以究竟來說，就是自己要常常精進地用功，自己常反省自己，有不對的地方把它調轉一下；成功了以後，就不起煩惱了。應該這樣說。

問：請問師父：如何知道自己契合哪種修行法門？

答：這是這樣，就是一開始可以由自己一時的感覺：「我感覺這個法門好！」那麼就可以按照這個法門去修，這是一個方法。

第二個方法：譬如說六個妙門——數、隨、止、觀、還、淨，這是六個方法。數、隨、止這三個都是止，你可以把這三個止每一個都試驗一下，當然不能說試

驗一下就決定了。(此處斷音)我修行七天，「數」這個方法，我用它七天，看合適不合適；「隨」的方法，我用它七天；「止」也可以這樣子。你這樣來試驗自己，你就會知道那一個於我合適。可以用這個方法，也可以去請教善知識。

問：如何選擇明眼善知識去親近？或者調整自己成為善知識願意教導的弟子？

答：「如何選擇明眼善知識去親近」這句話，很難很難的！很不容易。

你沒能夠深入地學習佛法，你的眼睛如盲——肉眼如盲，你不知道誰是善知識，完全不知道！不知道，那怎麼辦呢？沒有辦法！我們或者說就是碰運氣吧！你碰到好的善知識，就是你好運氣了，就是這樣子。

不過(我再說)，現在是末法時代，就是真是不容易。所以，「如何選擇明眼善知識去親近？」現在這樣說好了：你一方面各地方參學，一方面你多讀經論，就只有這個辦法。別的人不能說什麼話的，別的人不能說，說什麼話、說了不如不說。所以只好就是兩個辦法，一個是各地方去參學、一個是多讀經論，只有這個辦法。

「怎麼調整自己成為善知識願意教導的弟子？」當然，人是那樣子，這善知識也是各式各樣的，善知識也可能有的人只願意來教導順心的、聽招呼的人，你聽我教導的人，我教導；你不聽，我不教導。但是也有的善知識是你不聽我話，但是你的願、你也願意學習佛法，他還可能會願意教導。這是不一樣的，但是多數還是願意順一點。你如果逆一點、你輕視一點，那可能還是有點問題。除非是佛菩薩、得無生法忍的大善知識，那又不一定。而且善知識教導弟子的態度也不一樣，他就是你來了、見面的時候，先打你三香板！我們平常人說：「你這個人不講道理，我也沒得罪你，為什麼打我？」你可能會這樣想。但那善知識的意思不是這樣意思，就看你怎麼反應，看看你，看你反應怎麼樣。他也可能特別地對你有禮貌、招呼你，但是他也可能用這個方法來試驗你，也是可能的。你看看禪師的語錄，你也會知道。

所以，「或者調整自己成為善知識願意教導的弟子」，主要你還是要有戒，你能夠持戒清淨是最好！

問：修到離我相、人相、眾生相、壽者相，是不是到了我空觀及法空觀？

答：這個我們後邊講，現在不要答覆這個問題。

問：若功夫得力時，或心生煩悶、或起種種障礙，以致心疲力倦等，是否為般若內熏無明之相？是否為參禪、念佛、讀經必經之過程？若無此等光景，是否表示功夫不得力？

答：這是那樣子，功夫得力的時候，或者心生煩悶、或起種種障礙，這個不一定。

我們一般的人，我們欲界眾生的人，四大的力量大，生理的力量大過心的力量；色界天上的眾生，心力大過他的體力。所以我們心感覺到煩悶，那有可能你的四大有問題。

「或者起種種障礙」，這個話裡面也很多問題。或者我容易動煩惱，原來我心裡很平靜、用功，現在忽然間容易發脾氣，或者是容易動種種煩惱，那就是又一回事。修行人對於飲食還要注意的，有的飲食它容易叫你發瞋心、有的飲食容易發欲心，有問題。所以，你若真實想要修正觀，你時時要拿筆作記錄：我今天吃白菜炒辣椒、或者吃什麼東西，你作記錄；然後你今天靜坐的時候，你看自己內心的反應怎麼樣，也作記錄。時時作記錄，你就會發覺那樣菜對你不合適。所以「起種種障礙」，你不要完全說：「我有業障！」其實也可能是，但是又不決定，時時要注意的。地點也是有關係。

「以致心疲力倦」，但是我們這個身體是父母所生，不是天上的人，它的力量是有時間性的，你特別地精進，身體也受不了，也就容易出毛病。所以長期的用功，你的功課表不要太緊，太懈怠也不好，要從容一點，就會減少一些問題。

所以你說：「是否為般若內熏無明之相」？當然也可以這麼說，也是可以這樣講，也可以說是般若內熏無明，就有了反應，也可以這麼說。

「是否為參禪、念佛、讀經必經的過程」？那也不一定。也有的人完全沒有問題，一下子得無生法忍了，這樣的人也是有的。

「若無此等光景，是否表示功夫不得力」？這個不一定。也可能是表示你得力、也可能表示你不得力。但是這個事情，我剛才說，靜坐的時候打瞌睡是很平常的事，很平常的；靜坐的時候有點雜念，也是很平常的事。但是問題就是你要注意，有問題的時候要解決！應該是這樣子。

問：真實用功處是行起解絕，抑是解行相應？

答：「行起解絕」，是有這麼一句話。其實修正觀，就是止的時候就離一切分別，觀的時候就要有正念，用般若去觀察。那麼般若去觀察，那不能說「解絕」嘛！是有解的！

所以從經論上，佛菩薩告訴我們的修行方法，我們要注意。我再說一句話，看你們同意不同意！我們對佛的信心要提高！對於祖師的信心也應該有。我這話我的意思應該是很明白的了。「解行相應」是對的。

問：朝暮課誦《金剛》、《彌陀》二經之義，是否為令佛子會得「真空妙有」之旨？

答：《金剛經》是現在得無生法忍的法門，《阿彌陀經》是叫我們到阿彌陀佛那兒去得無生法忍的法門，是這樣意思。說是叫我們「會得真空妙有」……，你也可以這樣想。

問：古來有「禪淨雙修」之論乎？若有，其義云何？為初學者行履之處乎？

答：是的！有。禪淨雙修是可以的。因為我們現在修行，也可能不得無生法忍；沒有得，終究有一天要死了；要死，你到那地方去呢？那麼到阿彌陀佛國不是很好嗎？所以你若願意修止觀，也應該願生阿彌陀佛國，那就是禪淨雙修了。

如果你願意：「我不修止觀，我就專心念佛！」但是，我認為專心念佛，你一定要誠懇地、攝心不亂地念佛。一心不亂地念佛，那也就有止了，不也就是有止觀了！所以禪和淨不能說完全沒有關係，不能那麼說。

問：有禪有淨土，為是禪淨雙修？抑是禪淨一修？

答：有禪有淨土也可以說是禪淨雙修，也可以這麼說。禪淨一修也可以。如果你通達諸法實相，那一也沒有了，也可以這麼說。不過，這個都可以不必這麼介意。

問：「心淨則佛土淨」一語，常為提倡人間淨土的佛子所引用之，如何避免淪為口號？或落入貪求名聞利養的坑井之中？

答：是的！「心淨則佛土淨」。「人間淨土」引用這句話也是對，但是這句話非常重要！心淨則佛土淨，是的！我們剛才也說到：人若是好人，這個世界就是淨土，那麼就是「心淨則佛土淨」的意思。

怎麼樣才能不算是個口號？那就是真實的要用工修止觀。說是用這句話去說明人間淨土的重要，也只是口頭上說一說，而實在不能心淨，那又有什麼意思呢？那就沒有意思了。所以，只是有個口號沒有用，沒有實際的作用；非要實際地用工修行才可以。

「人間淨土」這句話是誰說的啊？是釋迦牟尼佛說的，也是一切大菩薩、法身菩薩說的。因為他們願意教化一切眾生皆成佛道，那麼人就是佛了，人可以成

佛了，當然這個地方就是淨土。若是我們凡夫用這句話作口號：心淨就是佛土淨、人間的淨土、人間就是淨土；人間淨土，心淨才是淨土啊！心要淨，不是用口號說就是淨的，一定要努力修行，使令心淨才是佛土淨。如果只是口號，不實際上用功修行，心還是不清淨；心若不清淨，那麼這個世界是不是淨土呢？

問：教下廣立名相，究竟為何底事？如何避免入於博學強記、世智辯聰之流？此等名相如何於當人分上受用？

答：對！教下立了很多的名相，那是為了什麼要那樣子做？文章越寫就越妙、越寫就越多，就是這樣子，一樣的。佛法也是這樣子，釋迦牟尼佛說了佛法以後，傳流到各地方，歷代祖師去弘揚、去演說，所以就是越來越多，是這樣子。

那麼「怎麼樣避免博聞強記、世智辯聰」？那就是還是要實際上去修行才可以。

「這等名相如何於當人分上受用」？這個話就可以這樣說，我們就這樣說吧，說一個講經的法師。這個講經的法師講經，聽經的人願意留出來時間問答，而提出的問題不設限，不設一個範圍，大家想到什麼就問什麼。那麼這個講經的法師如果不博學的話，他能回答你的問題嗎？如果講經的法師對於世間的學問不是太通的話，都會有困難。所以，這個事情真是啊！你說它不對吧，但是有時候也有點用；但是你若只是在名相上分別，又沒有什麼實際的受用，就是這麼一回事。

問：《楞嚴》云：佛與眾生「身心本不相代」，似乎與彌陀願海有相違處；著實而論，又不相違。關鍵為何？

答：關鍵是什麼？就是我們的分別心！「佛與眾生身心本不相代」，是啊！你吃飯，我不飽；我若修行，我就會得功德；你不修行，你就不會有功德。就是誰也不能替代誰。

「與彌陀願海有相違處」，這句話我不同意！有什麼相違呢？我們自己若是能夠信願行、用功修行，那麼你臨命終心不顛倒，阿彌陀佛就接引到那裡去。他幫我們忙，幫助了一下。但是問題也沒解決，你到阿彌陀佛國，你還是要用功修行，這問題才解決。所以，於彌陀願海我認為沒有相違。譬如我們人間的人，這個人有困難，我幫助他一下，這也是一個事實。

「著實而論，又不相違」，是的！「關鍵在何」？就是我們的分別心！看你怎麼樣分別。

【第三天】

問：如何使自己急躁、積極的脾氣放慢下來？怎麼辦？

答：對治不耐煩的習氣，習氣其實也可以說是脾氣。

頭幾天說：有人歡喜賭博，怎麼辦？怎麼能夠停下來不賭？我說的辦法就是：你把賭博的過失完全都寫出來，自己想出來多少過失，也可以找找朋友，大家說一說這賭博還有什麼什麼過失。寫好，自己念，常常念。從根本上把自己想要賭的思想改過來，可以改過來。但是，你長期地賭，還是歡喜去，那麼就是可以自己勉強自己，可以用別的愛好、正當的愛好來代替，這個事情就可以了。

現在說不耐煩的習氣也是一樣，也是可以。你也可以把不耐煩的過失寫出來，然後自己念，慢慢地就能夠好轉。

另外還有一個辦法，就是在沒有人的地方，別人看不見也聽不見的地方，你說話別人也聽不見、你有什麼行動別人也看不見的地方，你自己打自己、自己訶斥自己：「你為什麼要發脾氣、不耐煩！」自己訶斥自己。你一天做它兩次、三次，做它一個星期就改過來了。你不妨試一試，就可以改過來。

另外，我頭些日子在福嚴佛學院住。福嚴佛學院的院長真華法師，他作一個「忍耐歌」，也不錯。你可以打個電話，叫他寄給你這個歌，你早晨、什麼時候，一天念它幾遍，它這個歌有韻的，你唱這個歌，也是不錯。他那個歌就是說到不要發脾氣、要忍耐的好處和壞處，你唱幾遍，你的印象深一點，一發脾氣的時候就知道：「哎呀！我不要發脾氣。」那麼就可以調整自己。這樣子，使自己急躁、積極的脾氣就放慢下來。

多靜坐的人，改善自己的能力會強一點。所以，你也不妨多靜坐。

問：昨天談論捐贈器官、八小時的疑惑，何以高雄某知名寺的法師，於電視中受訪時，否定八小時，甚至提到經書無記載，極力地推崇大乘佛法乃鼓勵捐贈器官呢？

答：我不知道是誰寫的，我大概沒讀錯吧？

自己說的話自己負責，別人說的話我不負責。別人有別人的意見，我也有我的看法。不同的看法，那就由你自己來決擇，你就自己決定。你願意聽他的，也是好；你不聽他的，聽我的，我也同意。

我說的，我是按照唯識的道理，說第八識和前六識走的先後，加上有些事實，就是真實這個人燒的時候，這個人還沒有死，就把這個人火化了。所以，你慢一點不就是好嗎？你若等他八小時不是好一點嗎？是這樣意思。

但是，這位法師是誰，我也不知道，我們也不想辯論這個事情。

問：世間榮華富貴等是虛誑不實的。

答：是的，看這樣你是同意了。你可以多讀歷史，歷代的君王那個苦惱境界，可以證明這件事：富貴榮華是虛妄的、不真實。

問：那種種困厄、災禍是否也虛誑不實？

答：是的！《金剛經》說：「凡所有相皆是虛妄」，世間上沒有一件事是真實的，都是虛妄的。但是我們凡夫不知道它是虛妄的，就執著它是真的，所以很多的問題才發生出來。

問：學佛的人遇災厄時，應該以什麼態度面對？

答：這個問題倒是很好！如果自己遇見什麼災患，這是一回事；別人遇見什麼災患又是一回事。按佛法來講，特別嚴重的災難，都是與自己的罪業有關係。所以若是遇見這種事情，你也可以作這種觀察：這是因果的問題，可以這麼樣觀。

第二、我們若是佛教徒，就應該學習佛法，用佛法的智慧來面對這一切問題。用佛法的智慧，佛法主要的智慧就是觀一切法空，你應該這樣子面對一切問題。這是第二個方法。

第三個方法：我們佛教徒應該多多地拜懺、懺悔。在家居士到寺院裡拜懺也好，自己家裡也拜懺、懺悔，時時地懺悔。再就是你應該有功課，日常要有功課。你或者是讀《金剛經》，把《金剛經》背下來也好，一天能夠背它十遍《金剛經》；你或者是念《法華經》、念《華嚴經》、念《般若經》、念《涅槃經》，這些大乘經論你常常讀誦，消災免難！平常好像沒有什麼事，但是有事情的時候就會發生作用。念阿彌陀佛也是更好、念觀世音菩薩也是好。常常這樣子有功課，功課就能夠減少一切的災難。

但是因為我們只是這麼讀誦，沒能夠通達般若波羅蜜，所以嚴重的罪還是不能消滅，嚴重的罪不容易轉。因為我們眾生就是造罪的時候，心裡面很惡、很勇猛地造罪！等到這個罪的果報來了，「南無觀世音菩薩、南無觀世音菩薩！」我們眾生就是這樣子；但是菩薩還是慈悲。慈悲歸慈悲，太嚴重了不是容易轉的。

如果你造罪的時候，心裡面猶豫、害怕，我們佛教徒學習佛法：「善有善報、惡有惡報」，自己有的時候也還是造罪，但是善有善報、惡有惡報，造罪的時候心裡面有一點害怕，這個罪的力量減少了一點。你心裡面一點也不疑問，我把這個人殺死了、心裡很快樂！將來得果報的時候，念觀世音菩薩沒有靈驗的！所以你

造罪的時候，心裡有點害怕，這時候這罪就降低了、就打折扣了，那時候念觀世音菩薩可能有辦法能轉，就能轉的。

所以我們信佛的人還是佔了點便宜！但是你要學習佛法，你才能知道這件事。「我信了佛是信佛，我不願意聽經、我也不願意去讀經！」那你對於佛法的認識不夠，那你在造惡事的時候，和一般人做惡事一樣。所以，我們是佛教徒，多少的學習一點佛法好！

「學佛的人遇災厄時，應該以什麼態度面對？」應該是這樣子。但另外的事情：日常生活我們應該受五戒、十善。受五戒：不要殺生、偷盜、邪淫、妄語、飲酒，也能夠免一點罪過。我們修學十善法，老是存好心，不要去傷害別人。再加上說話要謹慎，不要說虛妄語；不要說離間語，破壞人家的感情不好；不要說暴惡語，隨時不高興就要罵人，不好；口出刀劍，說話像刀似的，不好；不要說污穢的話。說話的時候，能讓人三分都好，不要把事情弄得一點餘地都沒有；老是給別人有餘地讓他走過去，那麼你自己的災禍也就減少一點。說話不留情，無形中傷害了人，不知道什麼時候他有了力量，他恨你，他就是要來報復啊！

所以我們修學十善法，一方面現在不會惹事生非，那麼就是減少災難嘛。所以一方面多懺悔，使令罪業降低它的力量；我們得果報的時候，念觀世音菩薩也容易有靈驗。

所以你說：「學佛的人遇災厄時，應該以什麼態度面對？」我想應該是這樣子。

問：「以一切智智相應作意，大悲為首，用無所得為方便」。

答：這是《大般若經》上的話。

問：有大德說：無所得就是般若的空慧。

答：是的。

問：何以般若為方便呢？

答：是的！般若為方便。什麼叫方便？就是方法。你做功德的時候，你用般若作方便。就是我做這個功德，譬如說去年中國大陸有水災，很多人同情，拿出力量來救他們。那麼你做了這樣的功德的時候，你用這個般若作方便，就是觀察這種苦難都是空無所有的、觀察我也是空無所有的、觀察我用的力量也是空無所有的，就是雖然做了功德，即非功德；般若波羅蜜即非般若波羅蜜。你能這樣觀察思惟，就叫做「以無所得而為方便」。是這麼回事。

不要說：「我做了很多的功德，比你多，你不如我。」沒有這個分別。因為觀察一切法空了，沒有你我的分別。所以叫做「用無所得為方便」，這是佛法的偉大！和非佛法不同。非佛法：「我的功勞很大！」所以引出來很多的問題。佛法不這樣子，功德很大很大，和無功德平等，所以這高慢心沒有，什麼事兒沒有。所以不會「我很冤枉！」沒有這個事。

我再說韓信。韓信這個人本來不是壞人，他不想背叛劉邦，他要忠於劉邦。結果到了把他的權力拿掉了，等於是俘虜了，但是還是很優待。到了長安以後，自己什麼都沒有了，還想造反。你看這個人就是！他就是感覺：「我的能力非常強！我戰無不勝，攻無不克，誰能敵得了我！」所以還想造反，就是糊塗嘛！就是智慧不夠啊！但是佛法就沒有這個問題。像張良的智慧就高了，劉邦帶著兵去伐敵人的時候，張良有病了，還勉強地跑到劉邦那裡，對劉邦說：「我有病，所以我不能隨你去。」這就是張良的智慧；但是從這裡也看出人世間的苦惱。

所以佛法有大智慧，就沒有這些問題。

問：如何懺悔才是真懺悔？什麼是事懺？什麼是理懺？

答：淺白一點說，就是：我有罪，我承認我有罪，我從這麼以後，我再不敢做了！認錯，這是第一個條件。第二、以後再也不做了。這就可以算是真懺悔。這是一個解釋。

這底下說事懺和理懺。什麼叫做「事懺」呢？我認錯了、我再不做了，不是這麼簡單的事情。你還需要多拜佛，向佛懺悔。譬如說我們拜大悲懺、或者拜梁皇懺、或者拜法華懺、或者拜萬佛懺，各式各樣的懺法，還有地藏懺、藥師懺。懺悔的時候，很誠懇地懺悔。拜佛，然後向佛坦白自己的不對，你誠懇地這麼拜佛、懺悔，這叫做事懺。

「理懺」是什麼呢？就是懺悔的時候，觀察造的罪也都是因緣所生法、也是畢竟空；觀察佛也是因緣所生法、也是畢竟空；觀察自己也是因緣所生法、也是畢竟空。你能作這樣的觀察，這叫做理懺。

問：選擇，無選擇者，遍用根塵識以念佛。「遍用根塵識」是何義？怎麼個念法？

答：是的。「遍用根塵識」，就是用我們的眼耳鼻舌身意六根，色聲香味觸法六塵，眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識，就是「都攝六根，淨念相繼」。就是我們念佛的時候，如果觀佛像，你又燒香，各式各樣的色聲香味觸法也都具足了。我們的眼耳鼻舌身意也都完全不要亂。譬如說我們念佛的時候，有的時候我們眼睛也

看見佛像，看見其他都是念佛的人；耳朵也聽念佛的聲音；眼、耳、鼻、舌也都攝在清淨的境界裡邊。你念佛的時候，忽然間同人去沖穀子、同人說雜話去了，那就是不對了。

他這裡的意思就是：完全專一地把自己的眼耳鼻舌身意都收攝在念佛這裡。這樣就叫做「遍用根塵識以念佛」，應該是這樣意思，就是你不要散亂的意思。

問：蕩益大師年譜中，為何評《楞嚴正脈》為交光邪說？

答：交光大師他是華嚴宗，華嚴宗並沒有什麼不對。他的《楞嚴正脈》上，裡面說的道理，蕩益大師不同意。見道、修道那些他判的，蕩益大師不同意，所以稱他為邪說，是這樣意思。

人的看法當然是不一樣，也可能有人還讚歎交光大師說得好，還有這個說法。這個也不必執著，可以不必執著。不過，交光大師的《楞嚴正脈》，批評天台宗，批評得我也不同意，我也不同意他那個批評法。其實他用他批評別人的那種方式反過來批評他，一樣的，他也照樣犯那個過失的。所以他那個批評法是不合道理。

不過，我們中國佛教自古以來，這都是難免的。像唯識宗的窺基法師，很了不起的大德，但是華嚴宗的清涼國師也批評他，也說他說的有的地方不對；天台宗的荊溪尊者也是說他這個地方說錯了。這也是難免的，也不必計較了。

問：「都攝六根，淨念相繼」，如何都攝？淨念為何？止觀如何與之會合？

答：淨念是什麼呢？就是你念佛的時候，心裡面不要有貪瞋癡的雜念；心裡面專一地念阿彌陀佛的名號；或者是觀想念佛，念阿彌陀佛的功德，念阿彌陀佛「如來、應供、正遍知、明行足……」這十號的功德；或者是戒、定、慧、解脫、解脫知見的功德；或者佛的光明相好種種的功德。

我們的眼耳鼻舌身意，說是六根，其實主要就是心。你的第六意識——也就是第六意根，你一專一了、一念佛，六根就是清淨了。你不能離開了第六意識，眼睛還有獨立的活動，沒有這件事。所以，怎麼樣「都攝」？你第六意識能夠專注，就是都攝。

「淨念」(我們不要說太高)就是沒有雜亂的妄想，就是清淨了。如果你能同般若波羅蜜相應，那當然是淨念。

「止觀如何與之會合？」如果我們念佛的人，能夠有般若波羅蜜……。因為止觀這個觀，如果限定它是我空觀、法空觀的話，那麼我們一般的人念佛，只能

說止而不能說觀。我們一般念佛，不能通達我空、法空嘛，所以只是止。就是念佛的時候，把一切雜亂的妄想都停下來，只是清淨心在那裡繼續活動。若是你能夠有般若波羅蜜相應，那就是止觀都具足了。

不過，現在我們修淨土法門的情況，和古代的人修念佛法門也不是一樣。就是現在的人念佛也未必完全都一樣。不過大概地說，就是求生阿彌陀佛國，目的是這樣子。修止觀呢，假設是像六波羅蜜的禪，在這裡面像我們剛才講的這樣的修止、又修般若波羅蜜的觀，這是現在欲得無生法忍的法門！那和往生淨土是兩個法門，是不同的，但是並不矛盾，並沒有矛盾。

問：「何其自性本自具足」與「因緣生法無有自性」其中的自性有異乎？

答：這個話是這樣，我們中國佛教是有這個問題，就是同一個名詞，不同樣的講法——你有你的講法、我有我的講法，講法不同。所以，「何其自性本自具足」，當然我們中國佛教，如果你是學《楞嚴經》的，那這個自性當然是「常住真心，性淨明體」，那當然是那樣講法。那麼現在說無有自性，那等於是否定了《楞嚴經》。所以佛法的理論，如果你不深入地學習，處處都有問題。

所以，你現在問我：「因緣所生法無有自性」其中的自性和《六祖壇經》上的這個自性有異乎？那麼，我認為可以說是有差別的、是不一樣的。因為中國禪宗的人，你看馬祖禪師的語錄，他是有一點《起信論》的思想，《起信論》的思想和《大智度論》當然是不同。

這上面說：「因緣所生法無自性」，這是《大智度論》上的意思，當然和《起信論》是不一樣。所以，我可以這樣答覆：是不同的！我這樣的答覆，這位居士同意不同意我不知道！但是，如果你再想問也可以，你可以繼續問，我再答覆。不過，也可能我答不上來也不一定。

【第四天】

問：如何培養不瞻前顧後，可斬斷前後，活在眼前一瞬？

答：也不瞻前、也不顧後，斬斷前後，就活在現在的一剎那，怎麼樣能做到這一點？我不知道提這個問題的人，你的目的何在。「不瞻前顧後，斬斷前後，活在現前的一剎那」。若按佛教徒學習佛法來說，應該是瞻前顧後，若我來看。因為佛法是講因果的，這件事現在這一剎那與未來有關係、與過去也有關係。去掉了過去、去掉了未來，沒有現在一剎那的！在佛法上是這樣意思。所以你若去掉了前後，還那有中間呢？

但是，說是「活在眼前的一剎那」，而佛法裡邊的修行的確有這件事。譬如說你修制心止，這不就是現在一剎那嗎？就是你自己以心觀心的時候，其他什麼前後都不管，就是現前一剎那，不就是這樣子嗎？所以你若說是怎麼樣培養？那麼就是修奢摩他就可以成功了！

問：請問師父：臨命終的時候，四大分離，如何再能止觀雙運？

答：對！我這個解釋是沒有寫止觀雙運，倒是有止觀雙運的事情。

「臨命終的時候四大分離，怎麼能夠止觀雙運？」你若生存的時候能止觀雙運，臨命終的時候就止觀雙運；你生存的時候不止觀雙運，臨命終的時候四大分離，人會痛苦，那來的止觀雙運呢？是這樣意思啊！所以生存的時候要修行才可以。

止觀雙運在《解深密經·分別瑜伽品》裡面有解釋。在宗喀巴大師的《廣論》說得還很清楚的。這就這樣吧！

問：請師父指點：大地之母？雲動、雲飄、雲消？

答：這一位他說：「請師父指點：大地之母」，這是一。第二是：雲動，這個字我不大認識，也是雲飄；第三是雲消，就是雲在天空裡動，是雲在天空裡飄，雲在天空裡消失了。你問我這個話做什麼呢？

按佛法來講，大地之母是什麼？就是你的一念心，離開你的一念心也沒有大地。因為佛法是以心為本，宇宙間的萬事萬物，都是這個世界宇宙之內的有情共同創造的、共業所感，是這樣意思。雲在虛空裡飄動，管它作什麼呢？

問：當前有追兵、後有斷崖之時，如何全身而退？

答：這個問題問得好！不過應該這樣子，應該是後有追兵、前有斷崖，應該是這樣子，是不是？說是前有追兵、後有斷崖，你是不是應該調過來才好？

怎麼樣能全身而退？這一念不生，即如如佛！就是全身而退了。不然的話怎麼能跑？你跑不了。我看就是這樣子。

問：學生靜坐皆以佛號（阿彌陀佛）伏心，即使睡了，仍能因佛號而醒來。

答：那很好，你念佛的功夫不錯了。不錯！

問：現在不知如何不持佛號而繫心臍下，請大師開示。

答：那我看不要變，你還是好好念佛好，你不要變動。

問：請老和尚開示。

答：是，我是感覺老一點了。

問：經上說：八地以上的菩薩可以變現金銀、稻米、魚蝦之類，以滿眾生的所求。此中若變現魚蝦等生命，會不會反害眾生再造殺生之業？

答：這個是這樣：八地以上的菩薩，其實也不一定，八地以前也能做這個事。變現魚蝦，不過你說變現魚蝦，我還沒有看見這個字。變現金銀寶物是有，變現這些美好的食品也是有，變現大蓮花也是有。假設真是變現魚蝦的話，那是變現的，不是真實的，所以你若殺它，沒有殺罪，不成殺罪。

問：請慈悲簡述：外空、內空、空空、大空、勝義空、有為空、無為空……。

答：這在《大智度論》、《大般若經》是十八空；玄奘三藏翻的是二十一空。你叫我簡述，其實，我已經說過了。《大智度論》上龍樹菩薩有解釋十八空，可以看，何必叫我再解釋呢？

你要我解釋，其實十八空主要就是自性空——一切法都是因緣所生、都是自性空。主要就是這個意思。你要我簡述，我這就是簡述，就這樣就好了。

問：請簡單講述唯識的三性：依他起性、圓成實性、遍計所執性，及唯識宗的修法，與此三性是如何？

答：你叫我解釋唯識三性，我簡單說一下。

「依他起性」就是由阿賴耶識所變現的一切法，如幻如化的，這叫做依他起性。「遍計所執性」就是凡夫執著阿賴耶識變現的一切法（就是唯心所現的一切法）都是真實的，就叫做遍計執性。說個譬喻，說是光線不大好的時候，在牆角那裡有一根繩子，這個繩子盤在那裡，遠遠看是一條蛇。那麼這個繩就是依他起性，你認為是蛇，那就是遍計所執性，是這樣意思。若把遍計執性空掉了，那個畢竟空就是「圓成實性」。當然，這個畢竟空和《大智度論》說的畢竟空不一樣，是不同的。

唯識宗的修法，就是觀這個遍計執是畢竟空，就是這樣修；也就是觀察一切法都是唯心所現。離開心，一切法都是不可得。一切法不可得，心也不可得；這個不可得就是圓成實性。唯識宗的簡單修法就是這樣子。

問：靜坐時默念佛號，一句佛號四個出入息，一句佛號兩個出入息，或一句佛號一個出入息，何者易攝心？

答：這你自己知道。你問我，你不對了！你自己試驗，那一個最攝心，就用那一個方法。但是我認為，四個出入息是慢，一個出入息是快，你應該都用，有的時候默念、有的時候出聲念，有的時候慢一點念、有時候快一點念，你都可以用，我看是這樣。

問：色不異空與空不異色，色即是空與空即是色，「不異」與「即」各有何不同？請師父開示。

答：「異」：是彼此不同，相離義叫做異。說它不異就是不相離的意思，彼此是不相離的。「即」：就是更進一步的說，它就是了，不是相離。「不是相離」這話是這樣說，我們在下文我有說個「七空」——法空觀有七空，這裡邊有點解釋的。

我在這裡簡單說一下。譬如說我們這房子裡頭沒有牛羊，「沒有」就是「空」；但是並不表示沒有人，人還是有。若這樣說空的話，空和有是相離義，空和有是相離的。因為沒有牛羊是一回事，人還是有；有是有、空是空，那就是相離的。現在說「色不異空」，就是不相離。這個不相離，那一天有人問：「從無住本立一切法」，我現在在這裡可以這樣說，就是「以有空義故，一切法得成」，他就是不離了。在我們修止觀的人來說，「色不異空」，色和空是不異的，空也不能異色，那麼怎麼解釋呢？

我先說「空不異色」這一句：譬如說我們那一天解釋自性空，這個自性空不能離開因緣生起的色，不能離開——因為離開了因緣生的色，就不知道什麼叫自性空；從因緣生上才看出來，它是自性空，所以不能離。那麼「色不異空」：色也不能異空，也與空不相離——因為緣起的色若與自性空相離，它就是自性有；若是自性有，那和空就是相離，就是異。所以緣起的色和自性空是不相離的，自性空與緣起的色也不能相離，是這樣意思。

譬如二乘人阿羅漢觀察我空，就是色受想行識裡面沒有我。這下面其實我們有講，其實到那時候講這個比較合適。色受想行識裡面沒有我，這個我是空的，就像我們這個屋子裡面沒有牛羊，這意思一樣。那麼我是空，但是色受想行識還是有，那麼就是異。這樣說，小乘法說空就是異，大乘法說空是不異，用大小乘來對比，也可以這樣解釋。大乘法就是「色不異空、空不異色」，可以這樣講。

若「色即是空、空即是色」，就是因緣生的色就是自性空；自性空就是因緣所生的色。就是這樣子我認為是說明白了，不知道你們怎麼想法。

另外一種解釋，就是我們眼睛有毛病，看這虛空裡有花；但是眼睛沒有毛病的人，看見虛空裡沒有花；所以那個花就是空！也可以這樣解釋。我們也可以用這樣的道理去修行。我們這個身心和世界都是我們的唯心所現，都是空中花一樣，當體就是空的！也可以這樣解釋。這就是「色即是空，空即是色」。

問：真有邪符咒的存在嗎？如何可觀察中了邪咒、邪符？

答：真有邪符咒的存在嗎？是有！是有邪符咒的，它也有作用，這個巫術就是邪符咒。當然好心腸的人也可以用之做好事，但是他要做惡事也是可以。

這個邪符咒，咒起屍鬼，念這個咒。這個地方我還有個故事的，但是不能講，現在沒有時間。我就這樣答覆了，是有邪符咒的存在。但是我們佛教徒好好念佛、好好念《金剛經》、好好念大悲咒，邪符咒就不存在了，邪不勝正的！

「如何可觀察中了邪符？」那麼他就是不正常了嘛。我有一年到馬來亞去，有一個信基督教的人，他家裡面就是無故的這地方就起火，無故地忽然間這個窗簾就火燒了，無故地這個地方就一堆血，就是有這些事情。後來他也知道，他在那裡住，就知道他們中了什麼？下了降、下了什麼東西？那就請一個道教的，因為他是基督教，他知道佛教的法師有作用，他就不請；請道士去搞，但是很久也搞不好。後來他自己說：他是得罪人了，那個人就找那種巫術去搞他，是這麼回事兒。

「若中了邪符，該怎麼辦？」念楞嚴咒也可以，念楞嚴咒、念大悲咒、念《金剛經》，都可以。但是我們佛教徒應該好好的受三歸五戒，應該修十善法，這樣子我們和佛菩薩接近一點，我們身口意清淨，和佛菩薩就接近一點，容易成感應。若是我們不受三歸五戒，我們隨隨便便地，就困難一點。

問：佛法可治百病，請問子宮瘤該用何種法醫治？感謝大師解答。

答：我在香港倒聽說有中醫能治。你也可以找好醫生去治，一方面多懺悔。我看你念它十萬遍大悲咒，你一天念五百遍大悲咒，連續念它十萬遍，你看好不好！我相信能好！是能好的。

佛法這佛寶、法寶、僧寶，的確是寶！這不是妄語啊！所以你可以念咒，當然不要念邪咒，我們要念佛法裡面的咒、佛經上的咒，好好念經也一樣，不要說：「念咒好過念經。」不是的！念經的力量一樣是很大、可能還是更大！你好好念《華嚴經》、念《法華經》、念《般若經》，都是有作用的。當然，你本身也要清淨。

問：何謂無念？是無分別念？對所生起的念頭不加分別、不加取捨？還是真的有一念不起，完全沒有念頭的心境？

答：無念是修行人的境界。就像我們這個手不拿東西，是空手的。我們這個心不念一切境界，叫做無念。無念就是他本身明靜而住。譬如剛才我們曾經講繫緣止，心要繫在一個境界上，還是有念。就是很多很多雜亂的念，都把它攝為一念——萬念歸於一念。那麼，然後把這一念也取消，就是無念了。是這麼意思，是無念的。「是無分別念？」對的！也可以說無分別念。

「真的有一念不起？」當然，你修行成功了就是一念不起，佛菩薩都是這樣子！「完全沒有念頭的心境？」是的！

問：大師最喜歡那一部經論？大師最喜歡那一句佛言？大師對初學的訓勉與期許？出家學佛與在家學佛，有何異同殊勝？大師學佛之心路過程？

答：你現在都是問我私人的事情。我現在我私人的事情保密，我不講。

問：佛教徒要有正知正見，對於為亡者燒往生錢、替生者作還壽生寄庫等佛事，師父的看法如何？又坊間印有《壽生經》一書，是否出自大藏經？懇請師父慈悲釋疑。

答：為亡者燒往生錢、作《壽生經》，這是道教的事情，不是佛教，佛教沒有這種事情。但是在家人從古以來就是傳留下來，那麼到寺院裡面來作佛事，他也要燒。要燒，這出家的法師對這件事就是寬容了，那麼一般社會上的人也就認為佛教是燒紙錢的，就是這麼意思。但是純是佛教的話，不需要做這個事情。印光老法師的文鈔上好像也提到這件事。

燒這種東西也不是說一點兒用處都沒有，但是又不是決定有用。問題是什麼呢？就是這個亡者如果是到了鬼道去、是很苦惱的鬼，你給他燒錢，他未必能得到。因為什麼呢？有強力的鬼打他，他不能來拿這個錢的。所以你燒了很多，他得不到。如果這個亡者是一個有福德的鬼，假設還是鬼道，是個有福德的鬼，也用不著燒紙錢。所以按佛教的道理，還不如就是念經、念佛來迴向，這樣子反倒好，好過燒紙錢。

這個《壽生經》當然這都是偽經，都不是真實的。

我們看經論上，都還是自己要努力地修行！當然我們的父母，我們要盡量地照顧。若是按照自己來說，趕快努力修行！不要說等我死了以後，希望我的兒女給我燒紙錢，不要這樣，實在那沒有什麼用。

問：印光大師於文鈔中的〈念佛三昧摸象記〉，開示念佛方法云：「若論其法，必須當念佛時，即念返觀，專注一境，毋使外馳。念念照顧心源，心心契合佛體。返念自念，返觀自觀；即念即觀，即觀即念。務使全念即觀，念外無觀；全觀即念，觀外無念。」專注一境處，為是佛號起落之處，亦是佛號明明朗朗當處。

答：印光老法師的〈念佛三昧摸象記〉，我沒有讀過。你引這一段文，當然我沒有讀過。但是我推測，印光老法師會提倡這樣念佛？我看不會！你再重看一看。

印光老法師說：你念佛，念出的聲音，自己的耳朵能聽見，就是一心不亂，都攝六根、專誠地念佛，是這樣念；他好像不提倡修觀的。你若再修觀，那就不會去念南無阿彌陀佛了！這心無二用。所以你再重看一看。

「為是佛號起落之處，亦是佛號明明朗朗」，對的！把佛號念得明明白白地，一個字、一個字念得清清楚楚。念佛這個「念」，在古代來說、在經論上用這個字的時候，念佛這個「念」是什麼？是觀想的意思。我們現在說念佛，是念佛的名號叫念佛。你看《阿彌陀經》上沒那麼說——《阿彌陀經》說：執持名號，若一日、若二日乃至若七日，一心不亂——他說「執持名號」。那麼我們現在這樣說，用這個念也是可以，說執持名號也是念佛，也是可以。那麼念佛就是要一心不亂！一心不亂的話，也應該加上一個「想」字，念佛就是想佛，就是想念佛，想念阿彌陀佛。說我念我的母親，我心裡想念我的母親，是這樣意思。或者是有個讚歎的意思也可以，念阿彌陀佛名號的時候，就是在讚歎阿彌陀佛，這是在《往生論》上有這個意思。因為阿彌陀佛，阿彌陀翻中國話是無量。《阿彌陀經》上，釋迦牟尼佛作個註解：無量是無量壽的意思、無量是無量光的意思。那麼我們念南無阿彌陀佛，你心裡面就可以想：阿彌陀佛的光明無量、阿彌陀佛的壽命無量。若我們自作聰明，也可以說：阿彌陀佛的慈悲無量、禪定無量、神通無量，也可以這樣。也是一方面念阿彌陀佛的名號，一方面讚歎阿彌陀佛的功德。也可以加上一點心：願阿彌陀佛慈悲，接引我到阿彌陀佛國去、到極樂世界去。我弟子妙境苦惱，不願意在娑婆世界住了，我願意到你老人家那裡去。就是一方面這樣想、一方面念，你就容易一心不亂。如果你沒有這樣的觀想，你只是念南無阿彌陀佛、南無阿彌陀佛，心還容易跑、容易散亂。

問：《阿彌陀經》云：極樂淨土，依正莊嚴，皆是彌陀欲令法音宣流變化所作，阿彌陀佛又是誰變化所作？

答：你說得好！阿彌陀佛是誰變化所作呢？阿彌陀佛是果，就是他的因所作，因果，果由因所作。也可以再問：因是誰所作呢？那麼就是阿彌陀佛在因地的時候，是

法藏比丘，世自在王佛所，他在那裡發願，就是那一念心所作。或者說：那是怎麼做？那麼也可能他當時有遇見善知識的教導，所以他發了無上菩提心，修六度萬行的因，然後造成了阿彌陀佛國的世界。你若一直地推，總是推不完的，是這樣。

問：聽經聞法，當依法不依人，現世邪師都亦引經論，奈何佛子不具明眼，四依法之後三依莫能詳審，如何是好？

答：你說得對！聽經聞法，依法不依人。因為人靠不住，佛說的法這是真實不虛，所以要依法不依人。是，你說得對！我完全同意。但是人也不完全都錯誤，也有好人，也還是有。那一天我們說過，誰是善知識？這很難說。也可能那個人真是善知識，但是你的眼睛看，他就是個壞蛋；你眼睛裡面看見那個人是善知識，結果他不是善知識；你看他不是善知識，其實他是善知識。所以，我們的凡夫肉眼是有問題。當然，末法時代的確！人是不能夠完全相信的，的確是！

「現世邪師也會引經論」，是的！他也會引經論。「奈何佛子不具明眼」，這個邪師也會引經論做出種種的事情，也的確有這種事情；他說他十號具足了——如來、應供、正遍知、明行足、善逝、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、佛、世尊——十號具足了，他就是佛！我就看見有人的書上就是這麼講，結果他的事情又不像佛。所以，那也就會認識，他不是善知識。那他其他的話，那也不要說了。

「四依法的後三依莫能詳審，如何是好」？怎麼辦呢？就是好好努力修行。努力修行，自己有了法眼，就沒有這個問題了。

【第五天】

問：法師，你好！

答：這位居士問候我好。

問：請問法師在打坐念佛的時候，眼睛一閉，就有很多很多顏色一直往下陷，很深很深，好像是井一樣，一直往下陷。

答：有這個境界。是，有人靜坐也是，有人靜坐，他一閉上眼、心一靜下來，就是一直地向下陷、一直向下落。

問：請問大法師，這樣會不會著魔？那樣要怎麼辦才好？請法師指導。會怕，趕快睜開。

答：這不是好境界。你可以睜開眼睛看：我還是在這兒坐著嘛！沒有往下陷。那麼沒有往下陷，那個陷是怎麼回事兒？就是自己的虛妄分別！你就是這樣想。說「我閉上眼睛，總是感覺向下陷」，你就想：「這是我的虛妄分別，根本沒有往下陷。」你就是這樣想。就是想：「坐在這裡是沒有動，那個陷是我虛妄分別，沒有陷。」就是這樣子。然後，你若是念佛，你就正常地念佛，他自然就沒有了。如果你這麼想，它還是向下陷，這種顛倒想不變、顛倒想停不下來，假設你不對治它，當然應該說這是魔鬼來搗亂。若我看，你就說自己的虛妄分別，然後大聲念佛，應該是有效！不過剛才我們在書本上看，也應該懺悔懺悔，也是可以，懺悔懺悔也應該有效。

一個是用智慧來對治：觀察這個身體是空無所有的，誰向下陷？這個大地也是空無所有的，向那裡陷呢？那麼就沒有事了。用智慧來破壞它，再加上自己懺悔，就可以了。

問：鍾愛的長老，如何修無生法忍？成道之後有何現象？

答：這正是底下修觀的意思。修我空觀、修法空觀，這就是修無生法忍。

成道之後有何現象？應該從兩方面說。一個就是我們現在是佛不在世，釋迦牟尼佛入涅槃了，我們這個世界表面上看是沒有佛、也不見有阿羅漢，那麼你若修無生法忍成就了，應該有佛出現來為你印證，應該有這樣的現象。如果是沒有佛來印證，那你還是沒有成就，這是一。

但是得無生法忍的人他並不取著這樣，因為他觀察我不可得、法不可得、佛不可得、眾生不可得、不可得亦不可得，心離一切相、無分別的境界，離一切心意識的境界，那他那裡會執著：要佛來給我印證？他沒有這種分別心的。這是一個現象。你初得無生法忍的時候，佛來為你印證，這是第一個現象。

第二個現象：這得無生法忍的人，他這個智慧一出現的時候，於一切法無著，不執著，他心能不著。這個無著，我們佛教徒倒是常用這句話：「你怎麼這樣執著呢？」就這麼說這句話。但是實在這是很深的境界，是很深的！

我們平常人稍微靜坐一點，會感覺到：「喔！我現在心裡面有點貪心；我現在這分別心、我心裡面有點兒瞋心。」這樣的觀察，這是已經很顯著的煩惱。這個著，還在這個貪瞋煩惱之前就有著了。

我說過沒有？譬如說一個脾胃好的人，人家說：「這個餃子很好吃！怎麼怎麼有味道啊！怎麼怎麼地。」他就流口水，這個脾胃好的人他就會流口水。但是，這流口水的人自己再反省：並不是明顯地要吃餃子，為什麼還要流口水呢？就是

已經開始有貪心了。那麼就可見這個貪心，我們還不能完全覺知到。而這個著，還在貪心之前。如果你無著，不會有貪心的；照見五蘊皆空就度一切苦厄嘛！貪就是苦、瞋也是苦。

所以這是兩個現象。「成道之後有何現象？」初成道的時候，有佛來給你印證，來讚歎你一下、來印證，這是第一；第二、能無著。

但是初得無生法忍的聖人，他並不是圓滿的聖人，初開始得聖道的人還有很多煩惱還在，所以他的正念若不現前的時候，他還有煩惱，還會起煩惱。

這個可以分兩方面說：一個是在家居士得無生法忍，一個是出家人。如果是出家人初得無生法忍，他也是有煩惱，但是比較少。假設是正常的佛法的話，你也天天在那兒修四念處、靜坐，無故會罵人嗎？不會的。最低限度表現出來是十善法的境界，身口意三業所表現，都是很合理的，不觸惱人。所以出家人（按常理來說）引起煩惱的事情少；如果不修四念處、不修行的人那就不要說。這是說出家人若是得了聖道，初得無生法忍的人，他煩惱也沒有完全斷，但是起煩惱的因緣少。

若是在家居士得無生法忍，那不能和出家人相比。因為在家居士他還可以有事業，他還可以有妻子兒女的，初得無生法忍也還是，這樣也還是可以得無生法忍。當然這是宿世的善根深厚——般若的善根深厚，所以今生他能夠修四念處的時候，一用心就得無生法忍。得了無生法忍，但是他是個在家人，他還有工人、還有妻子，有很多親戚朋友，很多很多的問題，還會有煩惱，時時會有煩惱。只是說正念現前的時候，能無著。

所以，成道之後有何現象？簡單說，有這兩個現象。

如何修無生法忍呢？就是「從聞思修，得無生法忍」！《楞嚴經》說：「從聞思修得三摩地」，現在三摩地不要說，聞思修這個修就是三摩地。不過，這就不多說。那從聞思修得無生法忍，怎麼樣得無生法忍？就是聞、思、修，就是這樣子。

我看，就是《大般若經》，《維摩經》也是可以，《華嚴經》、《法華經》也都可以，你能夠「聞」。這個聞的範圍，我們從字面上看：「喔！就是你講一講，我聽一聽，我聽明白了，就是聞！」其實不是這麼簡單。我們讀書也包括在內，我們自己閱讀經律論也包括在聞裡邊。那麼應該怎麼說呢？就是你正確地通達了什麼是佛法，你通達了，這是聞慧。聞慧以後，你能自己「思」惟，你還能思惟，用這個智慧來思惟色受想行識是因緣所生、是畢竟空寂；那麼這個思又更進一步了，能更進一步。譬如游泳的人，最初學游泳的人，要用一個救生圈，用那個東

西去練習游泳，聞慧就是這樣子。聞慧要假借語言文字的佛法去聞。這個思慧，就有的時候需要文字、有的時候能離文字。就像學游泳學得進步了，有的時候不要那個救生圈也可以游泳，有的時候還要，就是這樣子。

到修慧的時候，就可以離文字了。所以離文字相，嚴格地說，要到修慧的時候，而不是在聞——初開始的時候。初開始的時候沒有聞慧，沒有文字的佛法，我們不能夠轉凡成聖，不可以！如果說決定沒有文字相，釋迦牟尼佛不需要出世了。

從修慧，就是要修禪定，在禪定裡面再去觀察五蘊皆空——我不可得、一切法不可得，修止又修觀。這樣子，逐漸地、逐漸地止而又觀、觀而又止，那麼有一天早晨起來一靜坐，一念相應，得無生法忍！就是這樣。也可能不是，也可能是你去見師父去，師父打你一香板，得無生法忍！是的！什麼呢？他打你一香板的時候，你的正念一觀察：「這香板不可得！」得無生法忍。也可能有人罵你一句，得無生法忍；有人可能是讚歎你一句，得無生法忍。當然，我們不修行的人，那就不是！「你打我？我要告你！」這都是從煩惱上、向塵勞這一方面去用心了，不能向道上會。修行人向道上會，不管眼耳鼻舌身意、色聲香味觸法，不管看見什麼境界，他向道上會，所以，他容易得道。你就是《法華經·提婆達多品》：我因為提婆達多的善知識故，我得阿耨多羅三藐三菩提，也就是這樣意思。所以，如何修無生法忍？這句話的確是非常重要的！不過我就是說這麼多了。

1994 年宣講

問：如何為身患重病的父母消除業障？延續壽命？

答：當然，能夠誠心拜懺是可以，可以消除業障、也有可能延續壽命。或者是你讀《金剛般若波羅蜜經》也有這種作用；我也聽人說，念《地藏經》也有這種作用，可以消除業障、延續壽命，也是可以的。

但是佛說的這些法寶，稱之為寶，它的確有不可思議的作用！你能如法地受持讀誦，修止、修觀，當然不可思議。但是，究竟是不是能消除業障、延續壽命，那還不決定。這個不決定的意思；譬如說年紀大的人、或者是年紀不大，我曾經講過，這個人他有了病，或者說是業障病，也很苦。那麼你求佛菩薩——拜懺、或者是念大悲咒、或者是念經，消除他的業障、令他的壽命延長。佛菩薩就滿你願，這業障轉了，病痛沒有了、壽命延長了；但是壽命延長以後，有個惡因緣使他造了很多的罪，假設有這種事情。如果說，若是他的業障可以消除，不要延

長壽命，他就死掉了；死掉了，那麼這個罪業就沒有因緣創造；因緣一轉變，就沒有因緣造罪了。這樣的情形，我們想一想，是延長壽命好？是不延長壽命好？這裡就是有點事情。

所以我們「念經求佛菩薩加被」這件事，在我們的感覺上，有的時候佛菩薩沒有滿我願：「人家說念《金剛經》能延長壽命，結果也沒有延長，佛法不靈！」其實這句話，在佛菩薩的大慈悲心裡面，他有他的看法，不能按我們的看法決定事情的，所以也應該這樣講。

但是，為子女的人看見父母很苦，當然也應該為他懺悔，這當然是對的。可是有的時候不如我們意，我們也應該不退道心，對於佛法的信心不退、對於佛菩薩的恭敬心不要變動。因為我們的肉眼、我們的虛妄分別心，有一張紙就隔住、就看不見了。所以，我們對佛菩薩信心應該深刻一點。

問：持咒是修持的法門之一。曾經有法師說：咒是鬼神的名號。鬼神是六道輪迴的眾生，藉他們的名號也能修持念咒嗎？以上問題求你指導。

答：這個話啊，說是鬼神的名號，有的地方也是有這種說法，但是你不要這樣執著，我看《瑜伽師地論》上不是這麼說。《瑜伽師地論》上說：這個咒，就是佛菩薩能說咒，乃至得禪定、神通的外道也能說咒，他也能說咒的。我們一般人不能說咒；是得了禪定、神通以上的人能說咒。他說咒，就是他要由他那個寂然不動、明靜而住的禪定的力量、加持的力量，賦與這個咒的語句什麼什麼力量：這個咒可以使令人身體健康、或者使令人發財、或者怎麼怎麼的，他賦與它這個力量。你能依據他的條件……它多數要有個條件，不是無條件的。就是我們念大悲咒，念大悲咒，它也是有條件的，你讀《大悲心陀羅尼經》就知道。大悲咒出在《大悲心陀羅尼經》上，也是有條件的，不是無條件的。

《瑜伽師地論》上說，佛菩薩、得無漏道的聖人（不是外道的那些有禪定的凡夫），就是得了禪定、有神通的聖人，當然也是一個階級、一個階級，到佛是最圓滿；這一切有神通的聖人也都是能夠說咒。說咒，他也是大悲心，不是求名聞利養的；這樣子，他也是，他那個清淨的真心賦與這個咒力量；他也是有條件，規定怎麼怎麼的，可以滿什麼願、滿什麼願。你按照他的規定，它也能有效；如果你違犯了他的規定，那就不一定有效。這是《瑜伽師地論》上這麼講、這樣解釋，所以咒是有力量的。但是佛菩薩完全是大悲心，和外道不同！和外道不同的原因，因為他就是凡夫，他心裡面還有貪瞋癡的煩惱，所以他做出來事情就不那麼圓滿。

所以，這上面你不要執著：「有法師說，咒是鬼神的名號」，也有這種情形；但是若是聖人說這種咒，他賦與它的力量，這還是聖人的力量，不是鬼神的力量。鬼神本身自顧不暇，對於人的幫助也是有條件的，你若弄不好，那個鬼神就是你的怨家。所以，同鬼神在一起活動不太好。

問：當具備那些基礎，始得修習止觀？

答：若是我們出家人，我們受了戒，持戒清淨，希求聖道的正念，有這種正念，那就是夠了。當然如果詳細說出來，那就像天台宗《摩訶止觀》上說的二十五方便，你若具備那些基礎，你就可以修習止觀了。

問：惡病纏身妨礙修行，如何對治？

答：惡病纏身，在《南海寄歸傳》義淨三藏他說，我們出家人如果有病，先斷食三天，看看怎麼樣，有可能也就好了；如果不好，去看醫生；看醫生看過幾次不好，就不看了，你就照常地修學四念處。是這麼說。

《南海寄歸傳》是他在印度寫的，寄回來。按現在，就是像我們中國佛教這個情形，當然就是應該要拜懺；惡病纏身，應該拜懺！或者是你拜大悲懺也可以；或者拜法華三昧懺、梁皇懺、千佛懺、萬佛懺，都是可以；或者是你就專心地受持一部經也是可以，受持《金剛般若波羅蜜經》也是可以。佛法的確是不可思議，它就會發生作用，使令你離苦得樂！如果你的信心很強的話，假設時間不太短，你一定會成功的；如果時間太短就困難。

我們守時間，我昨天對不住！今天我們守時間，這個明天再說，這還有兩個沒答覆。

問：昨天有人請問的問題，問三類化身。

答：這三類化身——大化、小化、隨類化，這是三類化身。

大化怎麼講呢？就是佛無量劫修行、所成就的圓滿報身，那是佛的境界。修行到了法身的那些大菩薩，他對於佛的那個境界還是不得見的。那麼佛要度化他、為他說法，這些法身菩薩功德還沒圓滿，還要聽佛說法去修學聖道的，所以佛為他們說法的時候，就現出來一個身體，叫做勝應身，唯識的經論叫做「他受用身」。那個身也都不是阿羅漢所能見到的，何況我們凡夫！實在我們看《華嚴經》，世尊為法身大士說法，那就是勝應身。這是大化。

小化就是佛示現這老比丘相——三十二相、八十種好的這個身體，來到了人間，為這一切凡夫、發三乘道心的人——發聲聞心、發出離心、發菩提心的菩薩，都是屬於凡夫；就是你得了聖道、得了阿羅漢果，你還沒能捨掉父母所生身的時候，你所看的老比丘相，也還是這個身體。

不過，據《法華經》上看，阿羅漢有的時候發大菩提心的時候，他看見的佛就不同一點。但是有的時候又退回來，退回來嘛，就看是老比丘，也有這麼不同的地方。

總而言之，佛度化這兩類人：度化法身菩薩是現的勝應身；度化凡夫發道心的人，就是劣應身，叫做小化。

另外的叫隨類化，這就是其餘的一切凡夫，有的時候誠心所感，或者作夢看見了，那就叫隨類化的化身。或者佛現個菩薩身、或者現個比丘身、或者現一個居士身、或者現宰官身，這都叫做隨類化。

前兩個化都是佛身，隨類化不一定是佛身；這是三類化身。

問：五蘊的識是無我，識在生命歸寄，如何在日常生活轉識成智？其細微如何體會？

答：用「日常生活」這句話，不是太合適。轉識成智，這是修行人的事情，就是修行戒定慧，得無生法忍以後，慢慢地就轉識成智了，是這樣子。如果你不修學戒定慧，不修我空觀、法空觀，那你沒有辦法體會，不能轉識成智。這樣說好了。

問：菩薩行事要依止了義，凡夫易墮取相分別的我見。

答：這話的意思我解釋一下。

發無上菩提心的菩薩，他做什麼事情呢？要依止了義。真實發無上菩提心的人，他對於佛、法、僧是特別恭敬的，所以他一定尊重佛的法語。肉眼凡夫他容易取相分別，都是根據自己的我見來做事情。是的！這你說得對！

問：心意識無形相，隱身覆藏，法師深學，請方便教導。

答：心意識是沒有形相的，心意識的體是沒有形相；但是它的作用有形相。它的體性隱身覆藏在裡邊，是的！

問：請法師教導：(一) 眾生從何知自己的識是何落謝影像？

答：「眾生從何知自己的識是何落謝影像？」這句話我可能是懂了。就是我們的識在佛法裡面講，我感覺唯識說得好！這個識既然不是我（色受想行識不是我），我是常住的，識就是無常的。那麼這無常的識是念念就滅掉了，滅掉了怎麼會生起呢？這個生起的有種種因緣，其中一個重要的因緣是什麼東西呢？就是識一發動作用

的時候，它同時就栽培了自己再生的種子，這個識。你貪心一動起來，這個貪的種子和識的種子都一齊的在自己的心裡面栽培好了。前一剎那栽培了，第二剎那就能發生作用，這個心——這個識的種子能這麼快。但是，你若是造了業（造了福業、或者是罪業），不一定有現報，可能是要久久以後才能得報的。

這個識，譬如說我們做了聰明的事情，你做一些利益眾生的事情，你在這個地方辦了一個佛學院、建一個佛法的圖書館，你使令很多人在這裡增長智慧，你做了這麼一件事的話，你這個識做了這個功德以後，也就是在你心裡面栽培了一個這樣的種子，這個種子將來若生起來，就不得了！就是特別有智慧！那麼就是特別聰明。人家做了這麼多的功德，你來破壞，說這是迷信，你來搗亂，這也就同時也栽培了你的識的種子、也栽培了一種罪業，那麼將來它出現的時候，這個人就是糊塗。除了到三惡道走一走以後，在人間的時候這個識就特別愚癡、糊塗！所以，人的聰明也好、是有智慧也好，都是你自己造的。你這個心是怎麼來的？就是這麼來的。

問：（二）從那些點、面，可匡我見入如來見？

答：我揣測這個意思：就是怎麼樣來改造自己這個凡夫的知見、入如來的知見，這樣意思。這就從聞思修得無生法忍，只有這個辦法。

問：（三）何是無所住心的覺察能力？

答：無所住心就是沒有取著心。兩個解釋：就是你對於一切法都知道是空的、是假的，你心裡面不執著，這就是無所住心。這是一個解釋。

第二個解釋，就是你的心不住在一切法上，能夠獨自地存在，那當然這是聖人的境界，凡夫做不到。我們凡夫心裡面有所住，一定有一個依止處，心才能活動；心若離開了一切法的話，心不能活動。但是，凡夫不能離開一切法的，心裡總是有所執著。只有聖人與法性理相契會以後，他能這樣子，心能夠與一切法分離，那就是入了無分別智的三昧了，所以那叫做無所住。

問：請問法師：修學止觀應參學那些較具體的書？

答：若想要修止觀，我以前說過，應該讀天台智者大師講的《釋禪波羅蜜》，這個書要讀。《摩訶止觀》也要讀，《大智度論》也要讀，《瑜伽師地論》也要讀。但是這樣子可是不得了！《大智度論》一百卷，《瑜伽師地論》也是一百卷！不得已的話，《瑜伽師地論》可以不讀，就是讀《大智度論》和《摩訶止觀》和《釋禪波羅蜜》，可以這樣。把這些書讀通了的時候，再看看禪師語錄也不錯，也有好處。

問：佛法如何解釋憂鬱症，或其他精神病？會是定業？或是極重的業嗎？

答：昨天這個問題我沒有回答。

這個憂鬱症，我看也有輕、有重，如果輕微的，也應該有辦法治療的。如果說是定業，當然已經出現了這種事情，應該說是有一點罪業的；但是說定業，也很難。在《涅槃經》上說，如果你在佛法以外，那你沒有辦法解決這個問題；若來到佛教裡面來，就沒有定業。《涅槃經》有這個說法。

當然，《涅槃經》的意思，如果你能夠把般若波羅蜜搞通了，應該是可以消滅這個罪障，那麼就沒有這件事了。

問：會是定業、或是極重的業嗎？如何處理它？誦《地藏經》、《心經》、持大悲咒、七佛滅罪咒，水懺、禮佛及誦佛號，可以對治嗎？

答：可以，還是可以對治的。

問：止觀或禪定，適合這類的人嗎？

答：如果這個人憂鬱症，他還能夠去讀佛教的書，當然他也可以學習，也是可以的。不過，拜懺是好！這地方說拜水懺，拜懺比較好。

問：法師：您在解釋我空時，所引用的經論有唯識的、有性空的、有真常的。

答：有唯識的，我承認；有性空的，也可以；我沒有引真常的經論，我沒有引這個。

問：請問法師，如此一來，是否會造成空有之混淆的修行呢？

答：我引來的這個講我空的地方，我認為都是一致的。而且無著菩薩講我空，就是《大智度論》上講的我空，我對照他說的話，都是一樣的。所以，無著菩薩稱龍樹菩薩為阿闍黎，這裡邊沒有矛盾。

其次，我又引《楞伽經》來解釋這一段疑惑，那就應該沒有混淆的問題。

問：阿羅漢入有餘涅槃的時候，住於何處？

答：我們從《阿含經》那一段文：佛住於天住；我們從這個地方可以看出來，大阿羅漢他也可以住於天住、也可以住於梵住、他也可以住於聖住。住於聖住，是阿羅漢的本份；他若是需要，就住於天住；有需要就住於梵住。

但是，阿羅漢有的時候他也不是常入定，有的時候出定的。出定，他那個靈明的清淨心也在色聲香味觸法上活動，但是清淨，沒有染污。所以，入有餘涅槃的時候，根本上說，就住於聖住——住於空、無相、無願三解脫裡邊，應該是這樣。住在空、無相裡面就是無住，就是他那個心離一切相，沒有住處。

問：識無邊處定，識所指的是八識中的何識？

答：這就是六識，還不能說阿賴耶識，還不能那麼說的。

問：請問法師三個問題。(一) 外道觀空而取空相，雖知諸法空而不自知我空，愛著觀空智慧，外道亦知一切法空？

答：外道也知一切法空，但是方法和佛教不同，方法和佛教不一樣。就是他也能離欲，能離欲生到色界天上去，他就沒有欲了，這也叫做空。從初禪、二禪、三禪、四禪，到了無色界天，他能把色空掉。把色空掉的方法，在《釋禪波羅蜜》，智者大師有講，他的方法也是很巧。

那就是一種假想觀。因為人周身都有毛孔，他是在第四禪裡邊修毘鉢舍那觀，觀察身體的毛孔擴大，這個空越來越擴大；擴大到最後，這個人就不見了，他就是這樣辦法，把這個色空了，修成功了就是空無邊處定。後來又不要這個空，修識無邊處定；後來又不要這個識，修無所有處定；後來又把無所處定不要了，就成就了非想非非想處定。他就是這樣空，和佛教說一切法自性空不同。

問：(二) 法師能否再說明修我空觀很重要？請解釋不能只修法空觀的原因。

答：修我空觀的重要在那裡呢？如果你不修我空觀，只修法空觀的話，你無始劫來的我見的種子還在。還在的時候，你就會類似外道那樣子：一切法都空了、我不空！就類似那樣子。

譬如你修定，由欲界定到未到地定，這未到地定有一個現象。什麼現象呢？他修、修的，不感覺有這個身體了，這房也沒有了，那麼不就是靈光獨露的境界嗎？就是這一念靈明的心在，其他的一切法都空了！那他很容易就想到：「我」是真常的！一切法都是空的。就是這樣了嘛！這就和外道是相似了！所以，你只修法空觀，就有這個問題。而實在這未到地定還沒有到初禪，實在是一種定裡面現出一個境界而已，連無生法忍都沒得到啊！所以，有的人到那時候：「我就是佛！一切法都是空的，我不是成佛了嗎？」所以就引起很大的誤會！這也是因為這個人不多讀經論，會有這個問題。

你若修我空觀就沒有這個問題。修我空觀，沒有我，就是沒有自性，一切法都是因緣所有的；所有的成就的功德也都是自性空的，就能無住。你不修般若的自性空觀，很難得聖道的！但是，你能誠意地修定，就會有些境界出現，就會引

起誤會。所以，不修我空觀是有問題，而這句話不是我說的，是《阿含經》裡面有這個話，而《中觀論》上也有這個話、也有這個意思。

問：(三)請解釋：我、無我而不二，是無我義；觀一切法非常、非無常。

答：是的！修無我觀，我們初開始的時候，一定是執著一點，你不執著還不行的。執著是無我，不執著有我，一定是要這個態度。等到修成功，達到那個聖境的時候，我、無我都是分別，我是分別、無我也是分別，也是虛妄分別，都是不可得的。所以到了聖境的第一義諦，是離一切分別相的，無我也是個方便的一句話就是了。所以，我與無我，到那個時候是平等的、是不二的，這才是佛說無我法門的真義！

「觀一切法非常、非無常」也是這樣意思。最初，我們凡夫要觀無常來破執著的顛倒，使令我們警覺一點，努力地修行，所以要觀無常。但是，你到了第一義諦的時候，這些都是名言、都是虛妄分別，常也不可得、無常也是不可得的，是這樣意思。

問：正修空觀的行者，面對逆境、順境時，應如何處之？

答：這個事情是這樣：我們所學習的我空、法空的智慧，這個智慧就可以說是個寶劍。這個劍，古德說：遇見魔就殺魔、遇見佛就殺佛。就是你遇見逆境的時候，也用這個智慧去觀察；遇見順境的時候，也用這個智慧去觀察，你這個宗旨是不變的，應該是這樣子。

問：請師父略說學佛的經過。曾遇那些困惑？如何去克服？妄念多時如何？

答：這是問我私人的事情，我私人的事情不要說吧！

問：阿彌陀佛！感謝師父，前日曾看到一首偈語，意思總解說不全，敬請師父開示：「唯願此身，身如虛空；心齊法界，盡眾生性」。謝謝師父！阿彌陀佛。

答：這個偈子要我解釋啊。「唯願此身，身如虛空；心齊法界，盡眾生性」，這個偈子，我不知道出在那兒上？當然，我的文學不那麼好；但是我認為這個偈子……。

就是：我希望觀察這個身體猶如虛空，前兩句這樣講好了。觀察這個身體猶如虛空，也觀察這一念心不可得。這個時候，這個不可得的境界，就是周遍法界，遍一切眾生性的。一切眾生亦復如是，也是猶如虛空的，就是這樣意思。這樣子觀察，就是無住生心的意思；不住色生心、不住聲香味觸法而生心，應無所住而生其心的意思，就是這樣意思。

當然，你若能夠把自性空的意思學習得很圓滿、很深刻，這是很容易觀察；如果你自性空沒有學好就觀不來。我昨天、前天也說過，觀察別人是自性空，可能容易；觀察自己難！觀察自己不容易！但是，我有一天也說了，你到曠野去，還是可以觀察自己是空，自己也是空無所有，也並不是難。但是問題就是：你要長時期地思惟才可以，並不能說辦不到，不是那樣意思。

我曾經說過，譬如說你在一個空曠的地方，你把這個虛空的空相取下來，取在心裡面。你要多多地、多用心地取這個空相。取來以後，你到房子裡面靜坐。靜坐的時候，你心裡面想：你沒有在房子裡，是在曠野的地方；你就觀察這曠野是空的。你這個身體不在這曠野，身體是在房子裡頭，而你這時候自己認為你又是在曠野那裡，你就觀察：這是自性空、無所有，畢竟空、無所有、不可得，正好是這個意思。你最初不妨按照這個次第去思惟，就觀上來自己也是空的。

觀察這是空的時候，同時你也知道這個身體還是有；只是自性空，身體還是有，就觀上來了。觀察自己是這樣，觀別人也是這樣子，使令心無所住。假設你真能放下的話，我還很相信：能得無生法忍！這一生就能得無生法忍！尤其是年輕人，我看是很有希望；年紀老了，壽命還有幾天，可能來不及；年紀輕的人可能是來得及，有可能的，但是，條件就是你要放下，把塵勞的事情都放下，這應該能辦得到：一方面讀《摩訶般若波羅蜜經》、一方面修我空觀和法空觀。