

## 《瑜伽師地論》卷第十一・本地分中三摩呬多地第六之一

《瑜伽師地論》一共有五分，第一分就是〈本地分〉。〈本地分〉裡邊一共有十七地，現在是第六地「三摩呬多地」。但是在科判上說，十七地分成十四科，現在是第四科「三摩呬多地」，這一地裡邊分兩科，第一科「結前生後」。

丙四、三摩呬多地（分二科） 丁一、結前生後

### 已說有尋有伺等三。云何三摩呬多地？

這是「結前生後」。前面已經宣說了「有尋有伺地」、「無尋唯伺地」、「無尋無伺地」，這三地都講過了。「云何三摩呬多地」，現在是第六地，這個「三摩呬多地」是什麼意義呢？這是生起後文。這是「結前生後」。

第二科「標列隨釋」，就是把這個「三摩呬多地」的內容，把它全面地標列出來，然後加以解釋。這一大科裡邊分兩科，第一科是「標列」，標列分兩段，第一科是「嚧柁南」。

丁二、標列隨釋（分二科） 戊一、標列（分二科） 己一、嚧柁南

### 嚧柁南曰：總標與安立，作意相差別，攝諸經宗要，最後眾雜義。

這是這個頌。底下「長行」，「長行」就是把頌裡邊的義把它列出來。

己二、長行

**若略說三摩呬多地，當知由總標故、安立故、作意差別故、相差別故、略攝諸經宗要等故。**

「若略說三摩呬多地」裡邊的道理，「當知由總標故」，這個《瑜伽師地論》的作者，他的次第都是這樣子：先把想要說的道理把它標列出來，這個大意把它標出來，然後再加以解釋。「安立故」，就是每一段是怎麼樣安立其中的要義。「作意差別故」，「作意差別」就是修行的意思。這個修行，佛法裡面這個修行的事情真是非常的微妙，就是只是內心的動作。我們的目的是為了得解脫，解脫的原因就是原來是苦惱，為苦所困。這個苦惱的困擾是什麼？也是內心的分別，就是內心的分別才有苦。現在想要改善它，還是要用內心的分別來對治它，所以這個是「作意差別故」。「相差別故」，每一種的修行各有各的相貌，不同。

「略攝諸經宗要等故」，這是把諸經裡邊對於三摩呬多修行的這個「要」，綱要，都把它引來作一個證明。「等」這個字，就是頌裡面最後一個「最後眾雜義」，這個「眾雜義」還是由諸經裡面引來的，所以也就是放在一起，就是「諸經宗要」。

這一共是五段：總標、安立、作意、相差別、略攝諸經宗要，這是五大段，這是「標列」。下面「隨釋」，第二科是「隨釋」，分四科，第一科是「總標」，又分四，第一科是「徵」。

戊二、隨釋（分四科） 己一、總標（分四科） 庚一、徵

**云何總標？**

前面把下文的大意一共是分多少段，都標出來。這底下又問：什麼叫做總標呢？這是問。第二科是「徵」，就是「云何總標」是「徵」。

庚二、標

**謂此地中略有四種。**

庚二是「標」。「謂此地中略有四種」，第一科就是「總標」，總標裡邊都是標的什麼呢？是這樣，「略有四種」。

庚三、列

**一者、靜慮，二者、解脫，三者、等持，四者、等至。**

「一者、靜慮」，第一科就是色界的四靜慮，就是來解釋色界四禪的事。「二者、解脫」，解脫就是八解脫。「三者、等持」，「等持」翻譯就是那個三摩地，三摩地叫等持；在這裡說倒是非常的廣，這個「三摩呬多地」裡邊還是包括等持的。「四者、等至」，這個「三摩呬多地」是翻個「等引」，現在第四個是說「等至」。「等至」和「等持」和「等引」還是都有差別的，下邊都有解釋。這樣說，這個總標一共標出來這四種：靜慮、解脫、等持、等至。下邊解「釋」，也就是解釋這四種。

庚四、釋（分四科） 辛一、靜慮

**靜慮者，謂四靜慮。一、從離生有尋有伺靜慮，二、從定生無尋無伺靜慮，三、離喜靜慮，四、捨念清淨靜慮。**

「靜慮者」，這是第四，就是解「釋」，分四科，第一科是「靜慮」。這底下只是小小地把名字列出來，內容的解釋還在〈聲聞地〉裡面就是特別詳細解釋了。第一個是「從離生有尋有伺靜慮，二、從定生無尋無伺靜慮」，我看這下面有解釋，這就不要解釋。「三、離喜靜慮，四、捨念清淨靜慮」，這就是色界天的四禪。

辛二、解脫

**解脫者，謂八解脫。一、有色觀諸色解脫，二、內無色想觀外諸色解脫，三、淨解脫身作證具足住解脫，四、空無邊處解脫，五、識無邊處解脫，六、無所有處解脫，七、非想非非想處解脫，八、想受滅身作證具足住解脫。**

「解脫者」，第二個是「解脫」，「解脫」是什麼解脫呢？「謂八解脫」，有八種解脫法門。「一、有色觀諸色解脫，二、內無色想觀外諸色解脫，三、淨解脫身作證具足住解脫，四、空無邊處解脫，五、識無邊處解脫，六、無所有處解脫，七、非想非非想處解脫，八、想受滅身作證具足住解脫」，這麼多。

「八解脫」裡邊最後一個解脫是「滅盡定」，這「滅盡定」要到三果聖人以上才能有滅盡定，所以這個八解脫是三果以上的聖人所修的法門，是這麼一個境界。

這個「解脫」把它大概地列名字，把它名字標出來了。

辛三、等持（分十一科） 壬一、空三摩地等

**等持者，謂三三摩地。一、空，二、無願，三、無相。**

第三科是「等持」，「等持」裡邊分十一科，第一科是「空三摩地等」。

「等持者」，這個「等持」是指什麼說的呢？「謂三三摩地」，三個三摩地就叫做「等持」。什麼呢？「一、空，二、無願，三、無相」，這是這三個三摩地。這三個三摩地，「空」和「無相」之間才是「無願」，「無願」在「空」和「無相」之間。我們有的時候是把它放在後邊——空、無相、無願——但是這裡把它放在中間，它是有道理的。

壬二、有尋有伺三摩地等

**復有三種。謂有尋有伺、無尋唯伺、無尋無伺。**

「復有三種」，這是第二科。「謂有尋有伺」三摩地、「無尋唯伺」三摩地、「無尋無伺」三摩地，這是在前邊曾經解釋過。

壬三、小三摩地等

**復有三種。謂小、大、無量。**

「復有三種」三摩地。「謂小」三摩地、「大」三摩地、「無量」三摩地，這也是不同。

壬四、一分修三摩地等

**復有二種。謂一分修、具分修。**

「復有二種」三摩地。「謂一分修」三摩地，還有「具分修」三摩地。這是第四種。

壬五、喜俱行三摩地等

**復有三種。謂喜俱行、樂俱行、捨俱行。**

第五種。「復有三種。謂喜俱行」三摩地、「樂俱行」三摩地、「捨俱行」三摩地，這又是三種。

壬六、四種修定

**復有四種。謂四修定。**

四種，修四禪，這也是三摩地。

壬七、五聖智三摩地

**復有五種。謂五聖智三摩地。**

這個平常不大多見解釋的地方，但是後面都有解釋。

壬八、聖五支三摩地

**復有五種。謂聖五支三摩地。**

這又是一種。這是第八。

壬九、有因有具聖正三摩地

**復有有因有具聖正三摩地。**

第九，「復有有因有具聖正三摩地」，這個名字也不多見，但是這裡面有解釋。

壬十、金剛喻三摩地

**復有金剛喻三摩地。**

這個是常見的名字。

壬十一、有學等三摩地

**復有有學、無學、非學非無學等三摩地。**

這是又一種。

這一共就是十一種。「三摩地」這個名字下面有這麼多的事情。

辛四、等至

**等至者，謂五現見三摩鉢底、八勝處三摩鉢底、十遍處三摩鉢底、四無色三摩鉢底、無想三摩鉢底、滅盡定等三摩鉢底。**

「等至者」，前面三種都簡略地說了一下，這底下第四科是「等至」。「謂五現見三摩鉢底、八勝處三摩鉢底、十遍處三摩鉢底、四無色三摩鉢底、無想三摩鉢底、滅盡定等三摩鉢底」，這個「三摩鉢底」也有這麼多的差別。

這前邊雖然說是「釋」，實在還是列名字而已，裡邊的事情到下邊有解釋，我們在這裡不要再多說了。

己二、安立（分二科） 庚一、徵

**云何安立？**

前面「總標」這一大科完全標過了。下面說這個「安立」，「安立」就有解釋的意思了。分兩科，第一科是「徵」。

「云何安立」，前面那個頌和長行裡面，「總標」之後有「安立」，「安立」是什麼

意思呢？這就是問。

底下就是解「釋」，分兩科，第一科是「總辨」。「總辨」分兩科，第一科「辨地名」。分兩科，第一科是「出體性」。「出體性」裡邊，第一科是「標簡」；「標簡」就是簡別，有的是、有的不是，是這樣意思。

庚二、釋（分二科） 辛一、總辨（分二科） 壬一、辨地名（分二科）

癸一、出體性（分二科） 子一、標簡

**謂唯此等名等引地，非於欲界心一境性。**

「謂唯此等名等引地」，前邊說這麼多的等持、等至、四靜慮，很多很多的，這些都名之為「等引地」；「等引地」就是包括這麼多的事情。「非於欲界心一境性」，這個「等引地」只包括這些，也有些沒有說的也是有；不是欲界的心一境性在內的，欲界的心一境性不在內，不是等引地。這個話是什麼呢？就是我們初開始修禪的人，得到的定叫做欲界定。這個「心一境性」也可以名之為定，就是欲界定，或者說「欲界心一境性」。「欲界心一境性」，也叫做心一境性，也可以名之為定，但是它的功夫太淺了、它不及格，它不能算是等引地的；等引地是超過了它的程度，比它高的，比它境界高的。所以欲界定把它挑出去不算在內，這叫做「標簡」。這個「簡」就是挑一挑，把它簡別出去。

子二、釋非

**由此定等無悔、歡喜、安樂所引；欲界不爾。非欲界中於法全無審正觀察。**

「由此定等無悔、歡喜、安樂所引；欲界不爾」，這底下說出個理由。這第二科「釋非」，解釋為什麼它不及格。

「由此定等」，由於前面說這些等引，三摩地、等至、四靜慮這些定，這個修行人要持戒清淨，持戒特別清淨的人。持戒清淨的人他沒有犯戒；他不犯戒，所以他心裡面很安穩、不悔恨。犯戒的人一定是後悔的，心裡很悔恨。而這些成就定的人都是持戒清淨，他心裡面很歡喜。持戒清淨，所以心裡快樂、歡喜；歡喜，所以心裡面快樂，心裡面很快樂。這個歡喜和快樂還是有差別的，下邊有解釋。由於「無悔」、由於「歡喜」、由於「安樂」，這時候才成就這個「等引」的，成就這麼多的功德——四靜慮、八解脫……種種的這些事情，這是很高深的境界。「欲界不爾」，這欲界定是不及格的，它沒有這種境界。欲界定是很粗淺的，不算在內，它不能算是等引地。不是等引地的原因，就是它不具足這個「無悔、歡喜、安樂」的功德，這樣子。

「非欲界中於法全無審正觀察」，這一句話又讚歎一下。前面是貶斥這個欲界定不及格，這句話又讚歎一下。這裡面說欲界定達不到，它還沒有達到等引的程度，但是並不否認它有審正觀察的能力，欲界定也有這種能力，也有這個能力。「非欲界中於法全無審正觀察」，這句話說它不及格，並不是說欲界定裡邊對於修學聖道，這個「法」，修學聖道，「全無審正觀察」，一點兒審正觀察都沒有，不是這個意思；在欲

界定裡邊也能夠審正觀察。這個「審」是什麼意思呢？審就是認真的意思，不含糊，不是馬馬虎虎的。他真是萬緣放下，專精思惟，深入地觀一切法的真實相的；他真是很誠懇地、真實地用功的，那叫做「審」。這個「正」就是要依據如來的正法，而不是要自作聰明的，那麼意思。那麼深入地去觀察諸法真實相；修四念處就叫做「觀察」。

這個意思，你成就了欲界定，你在欲界定裡面也可以修毗鉢舍那的，是這樣意思。這在《成實論》裡面也提到這一點，就是說成就了欲界定的人他也能得聖道，也能夠得聖道；這可見在《瑜伽師地論》也同意這一點。不過，這個當然是若是得了等引、得了三摩地、得了等至（三摩鉢底），那當然它的力量是更大的，它是更容易有成就的了。

這是說欲界定有功德，但是它的定力不是很高深，它不能名之為等引，這一段文是這個意思。

癸二、釋初相（分二科） 子一、標列（分二科） 丑一、斷除五法

**復次，初靜慮中說離生喜；由證住此，斷除五法。謂欲所引喜、欲所引憂、不善所引喜、不善所引憂、不善所引捨。**

「復次，初靜慮中說離生喜」，這是第二科「釋初相」。前面說「出體性」，第一科是「出體性」；「安立」裡邊說出它的體性，就是一定要超過欲界定，達到了等引的境界，這個時候才能名之為，叫做「等引地」。這裡第二科「釋初相」，就是解釋初靜慮的相貌。四靜慮的相貌，詳細的解釋在〈聲聞地〉，這裡只是大概說一下。「釋初相」裡面分兩科，第一科是「標列」。「標列」裡邊又分兩科，第一科是「斷除五法」，說這個初靜慮它能斷除去五種過失。

「復次，初靜慮中說離生喜」，就是遠離了欲；欲界的欲是一個苦惱的煩惱，是煩惱，遠離了煩惱。這個「離」，就是遠離了欲界的欲，遠離了欲界煩惱所造的一切的罪過，煩惱和業都遠離了。遠離了以後，心裡面有歡喜、有喜悅，就叫做「離生喜」。這裡邊當然就是由前面那句話「無悔、歡喜、安樂」，有這個事情，能夠得到輕安樂；破除去欲界的煩惱，得到了輕安樂，那叫做「離生喜」。這個「喜」，由於離了欲，而後生出來的喜樂。

「由證住此，斷除五法」，由於這個人能放得下欲，所以他不怕辛苦，常常地靜坐。「證」就是成就了，成就了初禪了。成就了以後，他能「住此」，能夠很自在的安住在這初禪裡面，這叫做「住此」。「斷除五法」，若這樣子成功了的人，他就能斷除去五種過失。哪五種呢？「謂欲所引喜」，這是一種，「欲所引憂、不善所引喜、不善所引憂、不善所引捨」，這五種過失都消除了。這是第一科「斷除五法」。

丑二、五法圓滿

**又於五法修習圓滿。謂歡、喜、安、樂及三摩地。**

第二科「五法圓滿」。

「又於五法修習圓滿」，就是斷除去五種過失，成就五種功德，這樣意思。「五法修習圓滿」，哪五法呢？「謂歡、喜、安、樂及三摩地」，成就了這五種功德。就是損減了這樣的過失，增加了這樣的功德；一個減，一個增。就是修初禪，成就了初禪的這個人，就是減損了五法，成就了五法。

這是「標列」，這一段是「標列」，第一段是「標列」。

子二、隨釋（分二科） 丑一、所斷法（分五科） 寅一、欲所引喜

**欲所引喜者，於妙五欲若初得時，若已證得正受用時，或見、或聞、或曾領受；由此諸緣，憶念歡喜。**

現在底下第二段「隨釋」，解釋前面這兩個五法，第一科是「所斷法」，先解釋這五斷法。分五，第一科「欲所引喜」。

「欲所引喜者」，前面這五法的第一法，第一個過失是「欲所引喜」，這句話怎麼講呢？「於妙五欲若初得時」，就是欲界的色聲香味觸這五種欲，有欲的人認為這個欲是很妙的、很好的，所以叫「妙五欲」。這個妙五欲若初開始得到的人，成就了這種欲、有這種欲的人，當然心裡面歡喜，若初得時很歡喜。「若已證得正受用時」，初開始得到，還沒有受用。說這個飯做得非常的好，但是你還沒吃；雖然沒吃，但是已經做好了，心裡就歡喜，這是一個歡喜。「若已證得正受用時」，你已經成就了以後，你這時候在享受，在用它的時候，當然也是歡喜。「或見、或聞、或曾領受」，或者是看見了這種五欲，看見這種滿意的五欲心裡歡喜，或者聽人說也心裡歡喜，或曾經領受過，過去我領受過、享受過。

「由此諸緣，憶念歡喜」，這個歡喜欲的人、有欲的人，有這麼多的因緣；初得時歡喜，正受用的時候歡喜，或見、或聞、或曾領受。總而言之，和自己的見聞覺知相接觸了，心裡面在憶念的時候，心裡面歡喜，這就叫做「欲所引喜」。所以這個有欲的人的相貌是這樣子，說得很微細，這樣子。

寅二、欲所引憂

**欲所引憂者，於妙五欲若求不遂，若已受用更不復得，或得已便失；由此諸緣，多生憂惱。**

底下「欲所引憂者」，這是第二科「欲所引憂」。什麼叫「欲所引憂」呢？「於妙五欲若求不遂」，他歡喜這個欲，欲是很妙的，自己去貪求，但是沒成功。「不遂」，沒有成功，求不到、求不得，求而不能得，這當然心裡面憂愁。「若已受用更不復得」，說我求是求得了，沒有白辛苦，我求了、我也能受用；但是受用以後就沒有了，不能再得到了，「若已受用更不復得」，這也會憂愁，更不能得。「或得已便失」，或者是得到了這種欲，但是又失掉了。這個和前面不同，「若已受用更不復得」是一個意思，「得已便失」又一個意思；「若已受用更不復得」受用，這也是個問題，或「得已」又失掉，這是又不同的。「由此諸緣，多生憂惱」，有這麼多的各式各樣的情況，心裡面不

滿意，所以很多的憂愁苦惱，這叫做「欲所引憂」。

### 寅三、不善所引喜

**不善所引喜者，謂如有一，與喜樂俱而行殺業，乃至邪見。**

「不善所引喜者」，這又是說第三個過失，「不善所引喜」。「謂如有一，與喜樂俱而行殺業，乃至邪見」，這叫做「不善所引喜」。謂如有一個人，他與喜樂的欲事在一起，他能夠與喜樂俱，但是同時他還去做殺的這種罪過的事情。這個人各式各樣的情形。那麼做這個殺害的事情，或者是殺、或者盜、或者姪欲、邪姪，乃至妄語、惡口，乃至到邪知邪見這些事情，這些都是十惡業。他與喜樂的五欲在一起，同時他還造這十種惡業，那麼這就叫做「不善所引喜」。這個「不善所引喜」，就是雖然造這十種罪業的時候，他「與喜樂俱」，心裡還是快樂的，所以叫做「不善所引喜」；雖然是做惡業，但是他心裡還是快樂的，所以叫做「不善所引喜」。

### 寅四、不善所引憂

**不善所引憂者，謂如有一，與憂苦俱而行殺業，乃至邪見。**

「不善所引憂者」，怎麼講呢？「謂如有一，與憂苦俱」，並不是與喜樂俱；與憂苦的事情在一起，他苦惱。他苦惱呢，他不安分，他認為還是可以有辦法的，於是乎就是造作這個殺業、盜業，乃至邪知邪見的事情，去追求這個喜樂的事情。那麼這個時候，他心裡面苦惱，「不善所引憂」，他做這個惡事的時候他心裡面不快樂。人與人是不同的，有的人做惡事的時候心裡快樂，有的人做惡事的時候心裡面不快樂，「所引憂」。

### 寅五、不善所引捨（分四科） 卯一、第一義

**不善所引捨者，謂如有一，或王、王等，或餘宰官，或尊、尊等，自不樂為殺等惡業，然其僕使作惡業時，忍而不制，亦不安處毗奈耶中，由縱捨故，遂造惡業；彼於此業現前領解，非不現前。**

「不善所引捨者」，這是說這個「捨」。「不善所引捨者，謂如有一，或王、王等，或餘宰官，或尊、尊等，自不樂為殺等惡業」，這底下又解釋第五個過失，第五個過失分四段。第一個解釋，第一個「不善所引捨」。譬如有一個人，或者他是國王，「或王」。「王等」，說那個人不是國王，但是和國王相等，那個人的身分也很高。「或餘宰官」，或者是其餘的做宰官的，為國家做事情、有權位的人，宰官。「或尊、尊等」，或者這個人很尊貴的一種人；或這個人不是你所尊，但是和你所尊的人相等的一種人。「自不樂為殺等惡業」，他自己不歡喜做殺等惡業，不歡喜做。

「然其僕使作惡業時，忍而不制」，可是他所使用的人，他的部下做惡事，做惡事的時候他知道，知道的時候「忍而不制」，他心裡面不動，就是忍可，等於是同意了。他也知道做惡事是不對，但是他不能制止他的部下不要做惡事，他不制止。「亦



不安處毗奈耶中」。這個話的意思，這個主人知道做惡事是不對，所以他自己也不做；他的部下去做，也知道不對，但是他不能制止，他不制止。「亦不安處毗奈耶中」，或者說是做完了以後叫他們懺悔，說不要做了，你做了，叫他依照佛法的戒律去懺悔；他也不，也不做這個事，這是又一種情形。前面是不制止，後邊這個呢，這個人還通達佛法，知道有懺悔的事情；有懺悔的事情，他不做，他也不做，他不去命令他的部下要依照佛法來懺悔，他不做這個事。「由縱捨故」，這可見就放縱了，心裡面不管了，他不管了，這叫「縱捨」；這個「捨」字這麼講法，這個「不善所引捨」，這個「捨」這樣講。「由縱捨故，遂造惡業」，那麼他的部下就是繼續造；他的主人不管他嘛，他繼續造惡業。

「彼於此業現前領解」，這個主人，這王、王等、宰官、或尊、尊等這些人，對於他的部下造的罪業，當時他是知道的，不是不知道。「現前」，就是做惡事的時候，這個惡事現前的時候，他心裡面明白，不是不知道的；能夠領受、能夠明白的，知道這些事情。「非不現前」，不是說這些事情不現前。比如說是或者他自己親自能見到，或者有人向他匯報，向他報告，這些罪過的情況顯現在他心的前面，就是他明了。這個時候他也不管，「忍而不制，亦不安處毗奈耶中」的話，這叫做「不善所引捨」，這樣也是有罪過的，他還是有罪過的。這是第一個解釋。

#### 卯二、第二義

**又住於捨，尋求伺察為惡方便。**

又有一種情形也叫做「捨」，怎麼叫「捨」呢？「尋求伺察為惡方便」，就是他的部屬做了惡事，他不大知道，他不知道。後來知道了，他就去查一查，「尋求伺察」，去調查，而且還是很注意地調查，叫「伺察」。前面是「尋求」，大概地知道一些情形；「伺察」就是深入地、詳細地調查這個情形，調查他們怎麼樣做這些惡的事情、做惡的行動。但是知道是知道了，但是也就完了，也沒有說採取什麼行動，這種情形也叫做「捨」，「不善所引捨」，也叫做「捨」。總而言之，你沒有去處理這件事。這是第二個意思。

#### 卯三、第三義

**又於諸惡耽著不斷，引發於捨。**

這是說，「又於諸惡」，又是這個人對於各式各樣的惡事他都有興趣，愛著去這樣造作這些惡事，他不肯停下來。不肯停下來，他就這樣子就完了，不了了之；也知道做惡事有問題，但是就算了，也沒有說是我再懺悔懺悔，這些事情都不做，那麼這也叫做「捨」。可是常常作惡，常常做惡事的話，那麼作惡的力量就強大起來，做完了以後慢慢地心裡就算了，那麼這也叫做「捨」，這也是個問題。這是第三義。

#### 卯四、第四義

### 又於不善現前轉時，發起中庸非苦樂受。

這是第四科，「第四義」。這個做惡事的人，對於做惡的事情，這個惡的事情能顯現在前，就是正在作惡的時候；「現前」，這個惡事正在現前的時候，正在作惡的時候，就是這樣說好了。「發起中庸非苦樂受」，他的心情發動出來一種感受，是中庸性的感受，就是也不是樂、也不是苦。前面是有憂有苦的事情、也有快樂，有的人做惡事的時候心情快樂，有的人做惡的時候心情憂苦。而這個人不是，他在做惡事的時候內心的感受是中庸性的，就是在苦樂之間，也不是苦、也不是樂，有不苦不樂的感覺；他這樣子，好像不在乎，不在乎這件事。那麼這也叫做「捨」。

前面是「又住於捨，尋求伺察為惡方便」，若是按前一段文說，是他部屬，他的部屬做惡事他去查。也可以說他本人自己，他本人自己做惡事的時候不知道這個惡事怎麼做，心裡面有這樣目的，但是還不知道怎麼做，於是乎去尋求伺察這個惡事怎麼做法，把它搞清楚。這樣子尋求了以後也就算了，就這樣停下來，那麼這也叫做「不善所引捨」。

這樣是把這麼多的過失把它說得很詳細，說出這麼多的差別。這是前邊，若是得到了初禪的人，這五種過失都沒有了，沒有這麼多的喜、憂、不善所引喜、不善所引憂、不善所引捨，這五種過失都沒有了。

丑二、所修法（分二科） 寅一、別釋相（分五科） 卯一、歡

**歡者，謂從本來清淨行者，觀資糧地所修淨行，無悔為先，慰意適悅，心欣踊性。**

這是底下「所修法」，第二段。前面是「所斷法」，這裡是「所修法」，就是所修集的功德。分兩段，第一科是「別釋相」。分五科，第一科是「歡」，前面標的那個「歡、喜、安、樂、三摩地」，解釋這個「歡」。

這個「歡」字什麼意思呢？「謂從本來清淨行者」，就是這個修行人，他從開始以來他的三業就清淨，他就不犯戒。一開始發心修行的時候，他當然是受戒了，受了戒的時候他就不犯戒，從本以來就是戒是清淨的；這是一種，本來就是清淨的。若說是後來犯戒了，犯戒了又能懺悔，又清淨了，那不叫「本來清淨」，但是也是清淨，清淨也還是及格的。這是一種「歡」的一個原因，我沒有過失，心裡面「歡」，快樂。

第二個，「觀資糧地所修淨行」，這個「資糧地」，就是在想要修禪定，不是說一下子我就開始可以修禪定，不是，你要有一個準備的階段，你預先要有準備，準備什麼呢？就是前面說要「持戒清淨」。這個眼耳鼻舌身意，這個根律儀，眼耳鼻舌身意與色聲香味觸法接觸的時候，自己要用清淨心來約束自己的眼耳鼻舌身意，不可以放縱自己的眼耳鼻舌身意取著色聲香味觸法的，不可以取著，這叫做「根律儀」。眼耳鼻舌身意六根要合乎律儀，這是要有這樣的資糧，你才可以修定的，這是一個。

其次，「於食知量」，就是吃飯，日常生活的飲食要知道量，你不能吃太多、也不能吃太少，吃太少也不行、吃太多也不行，那麼這是「於食知量」。但是同時這個

「於食知量」還有一個意思，就是知道你吃什麼東西，這樣東西對自己的身體是合適的，吃什麼是不對的，你要知道；不對的不要吃，對的才可以吃，這樣子這也叫做知量，「於食知量」。這件事，每一個人都不一樣，就是你要自己從生活中作記錄，你若想要認真地修學禪定的話，你要作記錄。我今天吃的什麼飯、什麼菜，我這一天吃這樣的飯、吃這樣的菜，我這樣靜坐一天的內心的反應，你要作記錄。我明天、後天又有時候，又吃其他的什麼東西了，你也照樣地記錄下來，看靜坐的時候內心怎麼反應。久了，你就得到一種知識，就是這個飯菜對我靜坐有利，另外一種對我不利的，這也叫做「知量」。

不靜坐的人，明白一點說，他就是不約束自己的心行，不約束內心的活動；內心的活動自由地活動，不加約束，當然這個無所謂了，這樣的人就無所謂。若是想要修學禪定，要使令內心的活動是有規律的，要使令它清淨、莊嚴，那就要注意這件事。已經修學成功的人沒有關係，沒有修學成功的人，在什麼樣的環境下、吃什麼樣的東西，對內心都有影響的，對生理也有影響的，你要注意這件事，這是不一樣的。說是那個人對那個境界、吃那樣的飲食是不對的，但是我可能合適；我可能合適，但是你不一定合適，人與人都不是一樣的。所以這個是「於食知量」，這個飲食的事情要知量，這是一件事。

另外，就是「惺寤瑜伽」，就是睡覺的問題，這個本論下邊也有講。你不能夠睡太多，你越睡越多越昏沈，就是把修行的時間都浪費了；睡得太少也不行，只要你要吃飯，你就非有睡眠不可。所以色界天上的人不睡覺，他不用睡覺也可以。欲界天的人都有飲食，不要說欲界的人，欲界天也有飲食，有飲食的人都要睡覺，這就是睡眠多少的問題。那麼就是要減少睡眠，不能睡太多，這是「惺寤瑜伽」。

另外一個重要的資糧，「觀資糧地」，重要的聖道的前方便就是「正知而住」。無論是在什麼時候，行住坐臥，是在自己修行的地點，或者是到藏經樓去，或者到佛堂去，或者到聚落去，或者經行的時候，什麼時候你的內心一定叫它「正知而住」。一個是你時時地覺悟這一念心在做什麼？自己要知道，時時地叫它清淨、不可以染汙；總是用奢摩他、毗鉢舍那的方法來調它，使令它清淨，內心要保持清淨，這也是修定的重要資糧。

所以叫「觀資糧地」，自己常常注意，「觀」這裡面也就是「注意」，注意修禪定的前方便。這個「資糧」在這裡就是「因」的意思，因緣的因，因果的因，你有這樣的因，你才能修禪定的。說我歡喜修禪定，但是你不準備資糧是不行的，你修不來的。「所修淨行」，你所修行的清淨的德行，這些事情也是非常重要的。因為你若有了這樣的資糧、有了這樣的清淨的品德的話，你心裡快樂，這是也是一定的，心情快樂。

「無悔為先，慰意適悅，心欣踊性」，心裡面不悔恨。你最初這樣做，你心裡面就歡喜，最初你心裡就快樂。這是「為先」，實在就是一個先決條件，還是個重要的意思。「慰意適悅」，你心裡面很安，「慰」就是「安」，心裡面很安慰、很喜悅。「心欣踊性」，你這時候一方面有這樣的條件，然後去修禪、坐禪的時候，你心裡面很「欣」，

「欣」者就是喜、喜悅。「踊」躍歡喜，很多歡喜，踊躍就是很歡喜的意思。

什麼事情都是諸法是因緣生，這個禪定是什麼因緣生？就是要有這些因緣，然後你才能夠得到禪定的。一方面把方法要搞清楚，一方面你要從你自己的身口意要準備這些條件的。說是我這些條件我都不夠，我聽人說「靜坐得禪定」，我去靜坐就得禪定，那麼容易的啊？那麼容易得禪定啊？

## 卯二、喜

**喜者，謂正修習方便為先，深慶適悅，心欣踊性。**

「喜者」，這第二個功德。「謂正修習方便為先，深慶適悅，心欣踊性」，前面你有了這樣的前方便。智者大師在《摩訶止觀》，和《釋禪波羅蜜》，和《小止觀》，前面都有提到二十五方便。

「喜者」，這個「喜」字什麼意思？「謂正修習方便」，前面是修定的前方便你準備好了，這個「喜」這裡面就是開始行動了，開始靜坐了。這個時候，你正式起修的時候、修習的時候。「方便」就是行動，開始有了行動的時候，你心裡面就歡喜：哎呀！我要成功了！心裡面歡喜。「深慶適悅」，深深地慶幸，一種喜悅，這個叫做「喜」。「心欣踊性」，心裡面極強烈的歡喜心，這就叫做「喜」，這個意思。

前面那個「歡」是在準備的時候，我沒有錯誤，持戒清淨，各式各樣條件都準備得好好的，心裡面「歡」。這個「喜」是準備好了以後，開始坐禪了，心裡面快樂，這叫做「喜」。

## 卯三、安

**安者，謂離麤重，身心調適性。**

這個是你坐禪了以後；已經開始坐禪以後，有了成效了，叫做「安」。是什麼呢？「謂離麤重」，這個「麤重」就是不調柔性、無堪能性，無堪能性、不調柔性，那叫做「麤重」。你若常常靜坐的人，就會明白什麼叫做麤重。譬如說是你天天靜坐，天天坐、天天坐，一天坐它八個鐘頭，坐它十二個鐘頭，這個身體逐漸地感覺到很輕鬆、很自在，你一坐下來它就合適、就相應。但是忽然間你放逸了，我一天不坐了，我跑到三藩市跑一跑，跑到紐約去跑一跑；這麼拘束、我不歡喜，我要跑一跑，同人沖沖殼子、談談話，或者怎麼樣。然後這時候再靜坐，不對！你就感覺這個身體不對勁，那就叫做「麤重」，身體不對勁。你若常常靜坐，你很容易知道什麼叫做麤重；身體不對，坐那裡它不舒服，就不願意坐，那叫「麤重」，叫不堪能性，不能靜坐，不堪能。我靜坐的時候，我得到的堪能性，身裡面很輕鬆、很自在，我去讀經的時候也相應，拜佛的時候也相應，等到我放逸了幾個星期以後再去靜坐，不行！拜佛也拜不來，看經也看不來，就是不舒服，那就是「麤重」。現在「離麤重」，這些麤重沒有了。

但是，另外有一個解釋是非常好。就是我們貪心、瞋心、愚癡、邪見，隨便說謊話，隨便說些離間語、放逸的話，這個煩惱時時活動的，這個時候你的心就有麤重；

你想要用功修行，這個心它不合適，「心麤重」。這樣的心在身體裡邊，你這個生理的組織也受你的心理的影響，這個身體也不合適，叫「身麤重」。所以「麤重」分兩種：一個身麤重，一個心麤重，分兩種。說是有的時候身體沒有什麼不對，但是心就是煩躁，不想要靜坐，人家說靜坐的時候我都不願意聽，我要走了，那就是心麤重、身麤重。若是你常常地靜坐，把這個欲，煩惱就是欲的煩惱，欲的煩惱斷掉了，心裡沒有欲了，沒有欲的心在身體裡面寄託的時候，身體也就沒有麤重；身麤重也沒有了，心麤重也沒有了。身麤重也沒有、心麤重沒有的話，就有輕安樂了，輕安樂就來了。

「身心調適性」，那個身也好、心也好，很調暢、很愉悅、很快樂。說我們天天地運動，忽然間幾天不運動，你身體就又一個樣；運動以後，身體感覺到輕快。我老也不靜坐，感覺身體麤重；你再發心靜坐，身體又回復過來了，又輕鬆自在。這是用這個情況來譬喻什麼叫做麤重。但這裡說麤重，「離麤重，身心調適性」，已經靜坐成功了的人，那個境界那是更高的，不是我們一般的這種麤重和不麤重的事情，那又不同，這樣意思。

#### 卯四、樂

**樂者，謂由如是心調適故，使得身心無損害樂及解脫樂；以離彼品麤重性故，於諸煩惱而得解脫。**

「樂者，謂由如是心調適故，使得身心無損害樂」，這一段是得輕安樂了。前面是離開了麤重，那麼身體是「安」；得到輕安樂了叫「樂」，這樣意思。「謂由如是心調適故」，由於這個人他能忍耐；身體麤重，身麤重、心麤重，很多的事情都不合適，你要忍耐，你要忍耐得住。說是那個人他就是障礙我修行，我離他八千里遠，還可以；但你內心，你的身體、你的心裡有麤重障礙你修行，你離八千里也不行的，離一萬里也不行啊！還是在你身體裡邊。那怎麼辦呢？要忍耐一點，只有好好再努力修行，放下、忍耐一點；慢慢地、慢慢地又會恢復過來，是這麼回事。

所以這個是「由如是心調適故，使得身心無損害樂」，身麤重也沒有了、心麤重也沒有了，這個身心裡邊都得到輕安樂；而這個樂對你的身心都是有很大很大的幫助，而對你一點傷害都沒有的。可見有的樂是有傷害的，對你的身心有傷害的；雖然是隨順我的意思，但是對自己有傷害的。現在這裡不是，這個輕安樂對你是有利益的、無損害的；有益而無損，是有堪能性的。

「以離彼品麤重性故，於諸煩惱而得解脫」，因為你常常靜坐，你遠離了那一類的，就是所謂欲，那一類的麤重，麤重的煩惱遠離了以後。「於諸煩惱」，對於欲的這一切煩惱，就是前面所說的由欲所引來的喜、憂、捨，各式各樣的苦惱境界，那些煩惱。「而得解脫」，就捨離了這些煩惱了，而不會再看見欲的時候心裡歡喜，也不會說是這個欲沒得到心裡不高興，不會因為欲有種種問題，那個時候你心就得解脫了。

這個解脫分兩種：一個是修世間禪定，也能達到這個程度。但是若佛教徒用四念處來修禪定，這是斷煩惱的種子了，那就是聖人了，和一般凡夫的禪定又不同，是不

一樣的。所以我們佛教徒為了成就更高尚的功德，你必須要放棄一點塵勞，塵勞的事情要放棄一點。說是我們學習佛法的人，世間上事情完全都照常；世間上的五欲樂、貪瞋癡完全不要動，完全保持原樣，你想要得到佛法的功德啊？沒有這回事情。

當然有些或者說是佛菩薩，或者說是一般的善知識，為了接引我們的時候，有時候也說這種話，會說這種話：「你不要吃素，也不要受戒，完全都正常的。我令你富貴榮華，令你得阿羅漢，令你得無生法忍！」也會有這種事情，說這種佛法。但是——南無觀世音菩薩——我們學的顯教裡面沒有這回事，顯教不這樣說。顯教就是老老實實的，你要把世間上的事情放下，然後好好地修行，能得到佛法的功德，是這樣的。如果不這樣說，另外說，我們也可以說那是佛菩薩的方便接引；你叫他吃素是很難，你叫他受三歸五戒，這事也很困難，你這個也不可以做、這個也不可以做！這個人遠離佛法，「這佛法與我無緣，我不能去學習佛法。」那麼這種人可能用這樣方便接引，那樣也是的，也不能說這是不對。但是真實想要得到佛法的功德，你一定要有一點資糧，在這裡看就是要有資糧，沒有資糧是不行的。「從本來清淨行者，觀資糧地所修淨行」，一定從這裡開始，你才能夠有成就的，不然的話是不行的。

我以前我說過，我們東北人說這話叫「老坦兒」，就這句話。就是好像這個地方是在山海關附近的一個地方，這地方一個縣的人跟人家學生意，年輕的時候就到一個大商店裡面跟老闆去學做生意，那老闆呢，要服侍這個老闆。那老闆有的時候不得了，你跟他學，你錯一點兒都不行的，有時候他訶斥你、罵你，然後把你的行李丟出去，叫你走。我聽那個人是這麼說，而那個人自己把行李又拿回來，對老闆說：「算了、算了，沒有事情！沒有事情！」還照樣地侍奉他，跟他學做生意。「好！好！」這老闆又接受了。過些時候，又把他行李丟掉了，又訶斥他、又罵他，不准他；但是始終是不離開老闆，還是繼續跟他學做生意。最後這個人成功了，這個人以後自己做生意成功了。成功了，他就會說他以前的事情，最初學習的時候要吃那麼多的苦頭，才學會了做生意的本事，現在今天成功了、發財了，說這個。

我們佛法的事情，我們若從《高僧傳》上看，也有同樣的情形。就是現在我們說這個傳戒，我們出家了以後，到寺廟到什麼地方傳戒。我受戒的時候，一九四七年受戒，那個時候那個引禮師已經說過，已經緩和了一點，這個老師的規矩不那麼嚴了，但是他還是拿著藤條打你的！打這個受戒的人，說出來一些話令你心裡難過呀！若是在那以前，是更厲害的。你去受戒，就是不和你講道理，就是說的話刺激你，拿著藤條不講道理打你！就是這樣子，就是看你受得了、受不了？現在後來的人寬了，就是對你客氣一點，不這樣子。所以這個都不是容易。站在佛教的立場，也可能有這種心理，唉呀！佛的法寶，你修學這樣的佛法可以得聖道、解脫生死苦，你那麼悠悠自在的就行啦？你悠悠自在的就可以得到了？非要你吃點兒苦頭不可的呀！可能有這種心理。

但是另外有一種情形呢，不要這樣。我們看那個《優波鞠多尊者傳》，《優波鞠多尊者傳》可以讀一讀。一個老比丘，這個故事我是以前講過，現在我不要說那個故事，

就說個大意算了。這老比丘年紀很大了，他的心理什麼呢？「我已經老了，不能修行了，但是我就是持戒清淨，就是這麼樣子任運地生活就好了！」不想要修行。後來經過比丘尼的鼓勵，他就去見優波鞠多尊者，就到那兒去，就看見有一個老法師給他端了洗腳水。那時候有這種規矩，端這個熱的水給他洗腳。他是遠遠來，到這兒來先洗腳。他說：「我要見優波鞠多尊者。」說是：「你見他幹什麼？」說：「我要跟他學修行。」說是：「就是這位老比丘，給你端洗腳水的這就是優波鞠多尊者。」哎呀！他不得了！他很受感動。

這看出什麼事情來呢？優波鞠多尊者在當時的印度，就是和阿育王同時代的，佛滅後百餘年的時候，那個聲望高得不得了，是大阿羅漢，有神通的阿羅漢，不是一般的阿羅漢。他對來跟他親近的人，他肯做這種事，「我來給你端洗腳水」，肯做這種事情。這是什麼態度？那不是拿著藤條，你不對就打你；不是這種態度，不是的。那就是完全是慈悲、愛護的這種心情。當然阿羅漢做事情，有神通的阿羅漢和我們不同，他都是入定了以後觀察這個情形，應該怎麼做這件事他就怎麼做，一定是成功的。我們凡夫知道什麼？也沒有禪定，什麼功德沒有，我們做什麼？只是虛妄分別，這樣做，對這個人有禮貌一點，不要是非禮，或是對這個人訶斥一點；只是虛妄分別而已，怎麼能和聖人相比。雖然不可以相比，我們向聖人學呢，就可以知道這種事情。說是優波鞠多尊者對於來跟他修學的人，他有這種態度，這是一。

第二，再說一件事。優波鞠多尊者出現在佛滅度後百餘年，他沒有看見過佛。聽說有個比丘尼，這比丘尼可能是阿羅漢；聽說這個比丘尼見過佛，他就派一個弟子先同那個比丘尼聯絡一下：什麼時候我來看你，那比丘尼同意了。同意了，那麼優波鞠多尊者就來了，來拜見他，和這比丘尼談話。而比丘尼就訶斥他，說是：「你來問我，佛在世的時候，佛怎麼教化眾生的情況。我告訴你，你說你是阿羅漢，你還不如佛在世的六群比丘！」你看這比丘尼！按我們佛教的規矩，比丘尼見了比丘要頂禮、要聽比丘的教導，還敢訶斥比丘嗎？而這個比丘尼就訶斥優波鞠多尊者。

說：「怎麼知道我不如佛在世的六群比丘呢？」說是：「你有一個過失，你到這來見我，你有個過失。」我有什麼過失？「我這個門，你進我門這個門的後邊我放了一個油瓶，一碗油，一個碗，附在這個門上面。附在這個門的時候，六群比丘開我的門的時候，這個碗的油沒有灑在地下，他要開這個門，慢慢地開。」慢慢開，這個油在碗裡面，你若開快了它會動，它就會灑了。」你今天來的時候開我的門，這個油灑了。你還不如六群比丘。」這是一個境界。這個比丘尼訶斥他！而這個意思，這個比丘尼的意思，讚歎佛在世的境界，讚歎佛在世的時候的境界。

這是兩種態度：有人來拜訪你、親近你，而優波鞠多尊者來給你打洗腳水。你來見這個比丘尼，比丘尼訶斥你，這是又一種態度。我們是一個凡夫比丘，不是聖人，更不是優波鞠多尊者，我們遇見這種境界，若在我們學習的態度來說，我們都應該向道上會；你給我打洗腳水當然是好，訶斥我也是好；訶斥我也是好，給我打洗腳水也是好，照理說應該是這樣。

而現在這地方說是修禪定，修初禪的時候，要從本以來就要清淨，要「觀資糧地所修淨行，無悔為先，慰意適悅，心欣踊性」，這樣子，都是要這樣。但是我們現在的人，就是多數有一種情形，你對我客氣一點好，我不對你也不要訶斥我，這樣子我和你可以；你訶斥我，不管有沒有道理，我不同意，那當然我們凡夫是這樣子。凡夫是這樣子，但是我認為稍微地調一調，我們也不必像那個比丘尼訶斥優波鞠多尊者，我們也不要那樣；但是我們對任何人也要好一點。而各位大家學習佛法，心情也要向道上會一點，為了學習佛法能夠成就，也忍耐一點，也應該忍耐一點。

我們若完全沒有學習過佛法，當然我們不明白。學習了多少佛法以後，我們讀了《金剛經》也好，讀了《佛遺教經》也好，現在我們學習《瑜伽師地論》也好，知道了多少；知道了什麼？「煩惱不可以動」，不可以動煩惱；我的煩惱若動，我就是不對了。不管別人怎麼的，我煩惱若動就是不對，我要調，我用佛法來調這個煩惱。說他不對！那個人不講道理，那是他的不對，不是我。說那個人發心修行，那是他的事情；我若沒有修行，我就沒有功德。各人的思想、行為各人負責！自己多少地要調一調，多少地要調自己的身口意，要調一調，也要這樣子。

就像是在家人，小孩子漸漸長大了，在學校讀書，用功的學生不是很多；都是用功嗎？不是啊！我小孩的時候也是讀過書，我小孩時讀書也逃過學的，還有這個事情。但是年紀漸漸大了的時候，知識漸漸開了的時候，自己會想：唉呀！我若不讀書，我將來怎麼在社會上能立足呢？我怎麼立足呢？我一定要學一學，學立身之道，有專業知識。不要說我特別的富貴榮華，能夠生存，也要有點能力的呀！我要努力讀書。雖然不歡喜，我也要讀書。說我們現在不是在社會上讀書，我們在學習佛法，學習佛法也是，為了成就聖道，我要忍耐一點，也要忍耐一點。對於學習的經論，「這一段文很難懂，沒有意思，學這個幹什麼？」要忍耐一點。同學之間、人與人之間，同學之間、師生之間，或者是其他的種種的問題，先要忍耐一點。不要要求完全我都滿意，令我百分之百滿意，沒有！你到什麼地方都沒有。就是你自己創造一個道場，你也不能完全滿意的，不可能完全百分之百滿意。我這話你同意不？不可能完全滿意的，只有忍耐一點；為了將來有成就，就是要忍耐一點。

這裡也是一樣，「我學習佛法非要在這裡嗎？我別的地方也可以啊！」是的，別的地方也可以。別的地方也可以，別的地方也能完全令你滿意嗎？也不見得。我這都是聽人說的，聽那個如悟法師，圓光佛學院那裡面有女眾、也有男眾，男眾的同學說：「今天這個飯做得不好、這個菜做得不好。」就是報告了如悟法師。如悟法師說：「叫他來。」說：「你不要再吃飯了！你嫌這個飯菜不好，請你不要吃飯。人家女眾特別地發心，有幾百人，燒飯燒菜多辛苦，你還嫌不好！」他就是訶斥這個人。這也是一個態度，處事情有這個態度，有這樣的態度。這樣的態度，那麼我們怎麼想？「不對，你這個是不對的嘛！你應該叫那個燒飯的注意把飯菜燒好一點，怎麼能叫那個人不吃飯呢？」

我再說一個倣老法師的故事。香港以前有一個火頭僧你們知道？倣老法師，起



名叫火頭僧。大寮裡燒飯的人燒這個饅頭，就是不熟；不熟嘛！學生吃這個就說是胃不好，不容易消化。今天也這樣子，總是長期老是那樣子。你看，這個做事情啊，就是列隊，那個時候學生大概能有一百人左右吧！火頭僧當時倓老法師有心請他做湛山寺的方丈，到了那麼個程度的！這個火頭僧。還有善波和尚，是我受戒常住的住持，那都不是一般的學生。同學就排班列隊，拿著饅頭；因為饅頭沒有熟。先和倓老說，說是這個饅頭不熟，倓老不相信這個話。這回你相信不相信？我們就拿出來給你看，給倓老看，倓老就拿來吃，說：「這饅頭很好啊！」就是不承認是生的，明明是生的就不承認，就是不承認；然後學生就回去了。這樣子沒有辦法了，這個火頭僧他發心：「我到廚房去拉那個風匣；燒那個煤球，拉這個風匣。」所以從那麼起名字叫火頭僧。

但是這種事情，我是後來到湛山寺的，這個事情已經過去了。後來人家告訴我這個事的時候，我心裡頭想：倓老法師是很有理智的人，他處事情這樣處理。當然他也知道生熟嘛！生的饅頭吃到嘴裡面是生的他也知道，但是不承認，偏要是就是這樣，就是這樣處理這件事。後來再想，你單獨一個人向倓老法師，或者一個人、兩個人向倓老法師請求，說是：「這個饅頭是生的，怎麼辦法讓它熟？」倓老法師可能會好一點，另一個處理的方法。你列著隊向倓老法師好像是示威似的，倓老法師就是不承認。這是一種情形。同樣的事情，他不同樣的處理；這個方式怎麼處理，人這個心理隨時變化，是這樣處理。（我這話，二十分鐘。）在香港有一年暴動，香港暴動不是右派就是左派。暴動就是抗議，寫出來文章抗議，要遞給港督，一定要港督親自接受，港督就是不接受；也有這種事情。不接受就示威，香港那幾年鬧得很厲害，也有這種類似的事情。這就是有了問題的時候，處事情的方式不一樣。

那麼我們也是一樣，大家在一起住，師生之間、同學之間，或者人與事之間，人與人之間、人與事之間，各式各樣情形，哪能完全滿意呢？也是一樣。但是，我們心裡面，兩方面大家都想一想，把這件事把它處理了就好了。負責人這一方面也要想一想怎麼處理，同學之間也想一想看怎麼處理，但是原則上要忍一點，你要忍一點，原則上你要忍一點。你一點也不忍，這個事情很難的、很不容易的。

## 卯五、三摩地

**三摩地者，謂於所緣審正觀察，心一境性。**

這是解釋四靜慮的初靜慮的相貌，這只是簡單地解釋。這個相貌裡邊，先斷除五種過失，那一段解釋完了。現在是第二段圓滿五法，成就五種功德。五種功德，「歡」、「喜」、「安」、「樂」這四種解釋完了，現在是第五，成就的「三摩地」。

「三摩地」是指什麼說的呢？「謂於所緣審正觀察」，就是這個修行人，他在修奢摩他、毗鉢舍那的時候有一個所緣境，在這個所緣境上面「審正觀察」，很努力地去正確地觀察這個所緣境。觀察這個所緣境，並不全是觀察，其中也有奢摩他的意思。現在這裡，就是「心一境性」，就是這個奢摩他成就了，這個心不散亂，心裡面沒有其他的分別，安住在這個境界上不散亂，叫「心一境性」。

這個「心一境性」通於欲界定、未到地定，都有心一境性。但是現在說的這個是高一點，超過了欲界定、未到地定，達到了初禪以上。現在這裡是說初禪它那個所緣境，它所成就的奢摩他的止，叫「心一境性」；那麼就叫做「三摩地」。「三摩地」舊的翻譯也稱為「三昧」。在前面也都解釋過。

## 寅二、釋異說（分三科）卯一、於無漏方便位

**世尊於無漏方便中，先說三摩地，後說解脫。由三摩地善成滿力，於諸煩惱心永解脫故。**

這是「釋異說」。「釋異說」是什麼意思呢？前面解釋初禪的相貌就是這樣子，解釋完了。但是這第二科又解釋不同的說法，另有不同的說法，其中是什麼呢？就是解脫和三摩地的問題。就是修行人，有的修行人先成就三摩地，後成就解脫。「三摩地」就是止，也就是定；「解脫」就是斷煩惱。煩惱存在的時候是繫縛相，就是為煩惱所困擾，不得自在；現在把煩惱斷掉了、消滅了，他就得自由了，就叫做解脫。「三摩地」和「解脫」這兩件事，有先後之別。有的地方先說三摩地，後說解脫；有的地方先說解脫，後說三摩地。這個有不同的說法，這裡邊是怎麼回事情？要解釋、解釋；就是這個意思，所以叫「釋異說」。

「釋異說」裡分三科，第一科「於無漏方便位」。「無漏」對「有漏」說的；就是佛教徒修這個禪定的時候，他因為修四念處的關係，能斷掉煩惱，能得聖道，能成為聖人，所以稱之為「無漏」。這個「方便」是什麼意思？就是行動，以如是方便能成就無漏的聖道，所以叫做「方便」。就是你這樣用功修行，那就能得到聖道，所以叫做無漏的方便。

「世尊於無漏方便中」，就是佛陀若是對有聖道善根的人，為他說無漏的法門，他修行無漏的方便，那麼這個時候佛為他說法的次第，「先說三摩地，後說解脫」，這個次第是這樣子。先說「三摩地」，就是先說、先開示你得定，得初禪，初禪、二禪、三禪、四禪，先開導你這樣修行。「後說解脫」，然後再開示你在禪定裡面修四念處，斷煩惱；斷煩惱，就得解脫了，就成就聖道了。那麼就是這樣子，是這樣子為你開示

這個法門的。

這個道理在哪裡呢？為什麼要先說三摩地呢？「由三摩地善成滿力，於諸煩惱心永解脫故」，這個理由就因為你對於禪定，譬如說初禪、二禪、三禪、四禪這個禪定，「善成滿力」。「善」者能也，你善能夠成就圓滿的力量，這個力量圓滿地成就了。然後你再修四念處的時候，「於諸煩惱心永解脫故」，你就能夠對於所有的煩惱，對於愛煩惱、見煩惱、一切的煩惱，在你內心上永久地解脫了，就把它全面地消除了，你心就解脫了，心就能夠解脫。這個意思是說，這是修毗鉢舍那觀的四念處它能滅煩惱，但是要假借定的力量的幫助，這個三摩地就是定，定的力量的幫助，你這個毗鉢舍那斷煩惱的力量才能發揮出來；如果沒有定，你心裡面散亂，你修四念處不行，不能斷煩惱，力量不夠。所以「世尊於無漏方便中」，就是這樣子了，先告訴我們修禪定、得三摩地，後來再說四念處的法門，斷煩惱得解脫。這樣子，就是三摩地在先，解脫在後，理由就是在這裡。

這個無漏的修四念處，《披尋記》上說得很好。

《披尋記》三五一頁：

世尊於無漏方便中等者：於定地中思惟諸行如病、如癰、如箭，乃至廣說苦、空、無我，既思惟已，心生厭怖，於不死界攝心而住；或復思惟真如、法性、實際，既思惟已，攝心而住；是名無漏方便。由是方便能證現觀，永害隨眠，非一切煩惱之所依處，是名於諸煩惱心永解脫。當知如是無漏方便，要依根本靜慮善成滿已，方得修習，是故世尊依此道理，先說三摩地，後說解脫。

《披尋記》上說是：「於定地中思惟諸行如病、如癰、如箭」，「思惟諸行」，就是色受想行識。我們這個生命，這個色受想行識，我們認為色受想行識這個身體是個寶貝；但實在若四念處，修行聖道的人看它，全部的色受想行識是個大「病」；是個「癰」，還是特別重的病，是個癰瘡；「如箭」，這個箭若射上去可是苦惱。「乃至廣說苦、空、無我」，這個身體是苦、是空、是無我。「既思惟已，心生厭怖」，就這樣子思惟觀察以後，我們的心裡面對於這個身體就厭惡，不高興這個身體；對於這個身體有恐怖心，「心生厭怖」。

「於不死界攝心而住」，「心生厭怖」，對於這個色受想行識厭惡它，但是又怕它，那麼什麼地方是最好的呢？就是不死的這個世界。不死的世界就是涅槃，對這個不死的涅槃的世界「攝心而住」，收攝這一念明了的心，安住在那個不生不滅的地方，就好了。若是得了定的人，他觀這個涅槃的不生不滅，那是很容易的事，觀察這個色受想行識剎那生、剎那滅，剎那滅、剎那生，這是無常的境界。但是觀察它剎那滅而不生了，那麼就是涅槃了，這是個涅槃的境界。我們這個心、這個身體，剎那剎那地變動，相續不斷地變動。若是你觀察它變動，一念滅掉了以後，入於無生滅的境界，這個流動的生滅的境界就沒有了，就入於無生滅的境界了，就在無生滅的不死的世界「攝心而住」，是這樣子。就是安住在這個不死的世界，觀察色受想行識不可得，色不可

得、受想行識不可得，那麼就是到了涅槃的世界去了。

「或復思惟真如、法性、實際」，這個不死界是觀察這個一念不生就入於涅槃的境界。若是觀察「真如」，那就得要觀察色受想行識是緣起的，緣起的本性是畢竟空的，這樣觀，那麼就是觀察真如，也就是觀察法性，也就是觀察實際，就是到達究竟的境界去了。「既思惟已，攝心而住」，「思惟」是觀，「攝心而住」是止，你觀察完了，你心就停在那裡不動。「是名無漏方便」，這個「無漏方便」這句話怎麼講呢？就是這個意思，就是修四念處，修四念處這是無漏的方便。

「由是方便能證現觀」，你假借這樣的修行，你就能夠成就聖人的無分別智。聖人的無漏的、決定的智慧，叫「現觀」，「永害隨眠」，就能傷害、能殺害煩惱的種子。「非一切煩惱之所依處」，那個真如、法性、實際這個地方，不是煩惱依止的地方，煩惱不在這個地方。煩惱在色受想行識，這個流動的、因緣生法的、有漏法這個地方有煩惱在那裡；那個真如、實際那個地方沒有煩惱。就像治安不好的地方有土匪，治安好的地方沒有土匪，這樣意思。真如、實際這個地方不是煩惱的住處，「非一切煩惱之所依處」，不是這個住處。所以你用這個四念處深入地觀察到真如、實際那個地方，就是成就現觀，「永害隨眠」，這樣意思。「是名於諸煩惱心永解脫」，達到真如、實際的時候，所有的煩惱永久地都解脫了。

「當知如是無漏方便，要依根本靜慮善成滿已，方得修習」，這樣的無漏方便就是四念處，是要依根本靜慮，要依根本靜慮為依止處，就是在初禪裡面，二禪、三禪、四禪裡面；你能夠成就了根本靜慮以後，你才能修這個四念處，才能斷煩惱，得解脫，這麼樣意思。「善成滿已，方得修習，是故世尊依此道理，先說三摩地，後說解脫」，這是這樣。所以修止成就了，然後修觀才能成就；止若沒有成就，修毗鉢舍那觀雖然可以修，但是不容易成就，成就有困難。所以靜坐修四念處這件事，是一個在大的次第、大的段落來說，止若成就以後修四念處，才能斷煩惱，得聖道，這個大方向是這樣。

但是我們初開始用功的人，止沒有成就的人就是要有妄想，你心定不住。定它十分鐘、二十分鐘，或者定一個鐘頭，妄想就來了，那麼這個時候也不妨修四念處觀來代替這個妄想，也可以這樣。那麼修四念處觀等於是打妄想了，就停下來再修止；就這樣子止而後觀，觀而後止。止成就以後，還是修四念處，就成功了。這個修行的次第這個方法是這樣的意思。

這一段是「於無漏方便位」，就是佛教徒修四念處，斷煩惱，得聖道的次第，是先說三摩地，後說解脫的，是這樣子。

## 卯二、於有漏方便位

於有漏方便中，先說解脫，後說三摩地。由證方便究竟果作意煩惱斷已，方得根本三摩地故。

「於有漏方便中，先說解脫，後說三摩地」，這是第二段「於有漏方便位」。這就

是非佛教徒，他不是佛教徒，他不相信佛教的聖道的事情，當然他不修四念處，那麼這種人當然是先說解脫，後說三摩地。另外就是佛教徒，佛教徒是個鈍根人，他現在毗鉢舍那的善根沒有成熟，那麼只好就是修世間的禪定，是這樣意思。若這個大菩薩的善根的人，大菩薩善根的人有大悲心，那麼他先修禪定得神通，然後修四念處得聖道，那也有這種事情。

「於有漏方便中，先說解脫」，對於不修聖道，他不斷煩惱，那叫「有漏」。在這樣的修行人的法門裡邊，「先說解脫」，那麼就先說斷煩惱的事情；那麼這個斷煩惱就是斷欲界的煩惱。你是外道也好，你不是佛教徒也好，若想要得禪定，這個欲是一定要斷的。你得不得聖道是一回事。就算是不想得聖道，你若想要高人一等；叫「上人法」，就是超過人的境界，非要斷欲不可，非要把這個欲煩惱解除不可。不然的話，老是普普通通的，就是人的境界。你若斷掉了欲，才能超過了人。這就是我們說是這個人有特異功能，特異功能這個話，就是超過了一般人。其實一般的特異功能，那是小意思，沒有什麼。現在這裡面是說得禪定，那可以稱之為特異功能，那的確是了不得。但是那種了不得的境界，一定也是斷欲的，一定是要沒有欲，就是欲的煩惱一定要斷掉。斷掉了欲還不是聖人，還是凡夫，但是超過一般的凡夫了。

所以「先說解脫」這句話，就是佛先要告訴你解脫欲的繫縛，你要修這個法門。「後說三摩地」，以後再說你得禪定，得初禪、二禪、三禪、四禪，就是得三摩地，一定是這樣子。得三摩地，當然還是凡夫，還不是聖人。這幾句話等於是標出來，下面解釋。

「由證方便究竟果作意煩惱斷已，方得根本三摩地故」，就是解釋前面這句話。就是由於這個人，這個修行人，他是「證」，就是成就，當成就講好了，成就了這個修行。這一段的修行，你成就，「究竟」就是圓滿了，圓滿了也就是得果了。得果了，這個「方便究竟果作意」，這個方便究竟果也是由作意成就的；這個作意成就了，也就叫做「證」。成就了方便究竟果作意，這個時候欲界的煩惱就斷了。斷了以後，「方得根本三摩地」，這時候才得到色界初禪，色界初禪才成就。

這裡邊，在這裡沒有詳細說，到〈聲聞地〉的時候說得就詳細。就是修行人他坐禪，得到了欲界定，進一步也得到未到地定。得到未到地定以後想要得初禪，怎麼辦呢？要修七種作意，修這七種作意才能成就的。這七種作意，這個《披尋記》上有解釋。就是看這個，七種作意看這個《披尋記》好了。

### 《披尋記》三五頁：

於有漏方便中等者：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，如是乃至發起加行離無所有處欲，當知亦爾，是名有漏方便。諸瑜伽師修方便時，略有七種作意差別，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。聲聞地中廣釋其相。（陵本三十三卷二頁）又若略說，了相作意，於所應斷能正了知，於所應得能正了知。為斷應斷，為得應得，心生

希願。勝解作意，為斷為得，正發加行。遠離作意，能捨所有上品煩惱。攝樂作意，能捨所有中品煩惱。觀察作意，能於所得離增上慢，安住其心。加行究竟作意，能捨所有下品煩惱。加行究竟果作意，能正領受彼諸作意善修習果。(陵本三十三卷七頁)由是當知，於證方便究竟果作意時，下地煩惱皆已伏斷，安住下地對治修果，是名證得根本三摩地。由是道理，先說解脫，後說三摩地。此中解脫，謂由暫時伏斷現行，非是畢竟永害種子。

「於有漏方便中等者：先於欲界觀為麤性，於初靜慮若定、若生觀為靜性」，我們佛教徒，你若修四念處，這是無漏的法門，但是不想修無漏法門的時候，如果也想要由欲界定、未到地定達到初禪的時候，用什麼方法呢？這就說出來。這地方也解釋什麼叫做「有漏方便」呢？這就解釋這個意思。

「先於欲界觀為麤性」，就是你在未到地定裡邊，觀察欲界的色聲香味觸是「麤性」；「麤」者劣也、卑鄙的意思，都是苦惱境界。欲界裡邊，我們有欲的人認為色聲香味觸太好了，但是想要得色界四禪的人，那一定要輕視這個欲，這個欲是個苦惱，有很多的災難、很多的苦惱、很多的疫癘、很多的病痛，總而言之令你苦惱的這些事情。

「於初靜慮若定、若生觀為靜性」，「於初靜慮」，色界初禪，色界初禪有兩種：一個是定、一個是生。就是我們沒有到色界天去，我們在人間修色界初禪的時候，這個時候你成就了，叫做「定」。「生」，就是你成就了初禪以後，人間的生命老病死死掉了，生到色界初禪去了，往生到色界初禪；你到那個地方去了，那叫做「生」。「觀為靜性」，這個時候，當然這個人還沒成功的時候，觀察色界定；觀察生到色界天，那個地方是非常理想的、是光明的境界、是大安樂的境界，沒有苦惱、沒有災難、沒有老病，那個地方，叫做「觀為靜性」。

「發起加行」，你這樣觀，在奢摩他、在未到地定裡面這樣觀的時候，也就是發起了修色界初禪的這個「行」，這個修行你就發動起來了。「加行」，其實就是努力地修行叫「加行」。「離欲界欲」，由這樣修行，就遠離了欲界的欲，欲界的色聲香味觸的欲就是放棄了、棄捨了。

「如是乃至發起加行離無所有處欲，當知亦爾」，這樣修行，慢慢地就把欲界的欲棄捨了、不要了，成就了初禪。成就了初禪以後，又想要成就二禪，也是這樣修行。初禪是粗鄙，二禪是特別的微妙、特別的理想，也是這樣修。乃至到無色界天的空無邊處天、識無邊處天、無所有處定（無所有處天），也是這樣修；這樣修就是棄捨了無所有處的欲，也棄捨了。「當知亦爾，是名有漏方便」，這是世間上修有漏定的一種方法。

「諸瑜伽師修方便時，略有七種作意」，這是佛教徒，佛教徒如果也這樣修的話，那比世間上的這些外道的方法是圓滿得多了，那麼就是有七種作意的差別。哪七種作意？「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」，這一共有七個作意，這七作意在「聲聞地中廣釋其相」。「陵本」，就

是金陵刻經處的本子，是「三十三卷二頁」，在那裡有。

「又若略說」，這七種作意在下面三十三卷那裡解釋得很詳細，現在不要說那麼多，就是略略地說一說。「了相作意」是什麼意思呢？「於所應斷能正了知，於所應得能正了知」，就是他學習佛法，對於身口意上面有些不對的地方應該斷，錯誤的地方應該消滅了它。「能正了知」，知道，能知道這件事；知道我什麼地方是錯誤的，要把它消滅。「於所應得能正了知」，我什麼事情是最好的，我應該成就，我也明白，「能正了知」。其實這幾句話，的確是還是很重要，什麼地方是錯誤的，什麼地方是有功德的、有意義的，應該成就，「能正了知」。「為斷應斷，為得應得，心生希願」，我應該斷掉的煩惱，應該成就的功德，「心生希願」，要生出來希望心，生出來願就是；我希望這樣成就，希望斷掉這些不好的東西，成就這些好的東西。「損之又損之，以至於無損」，但是不全是損，還要應該有成就的，有損也有益。這個「心生希願」，這就叫做「了相作意」，這樣意思。

「勝解作意」是什麼意思呢？「為斷為得，正發加行」，就是為了斷除這些壞的東西，為了成就有功德的東西，「正發加行」，正式地發動起來這樣的修行。發動修行是什麼呢？就是「勝解」，就在奢摩他裡面你在思惟；「解」在這裡就是思惟，「勝」是有力量的意思，一種有力量的思惟觀察。我們沒有禪定的人也可以去思惟觀察，但是力量不夠；在禪定裡面就是「勝」，有強大的力量觀察它是壞的東西，就能把壞的東西棄捨了，有這個力量的，所以叫做「勝解」。這個「勝解作意」就是開始修行了，「了相作意」還在學習的階段，只是發願而已；「勝解作意」開始修行。

「遠離作意，能捨所有上品煩惱」，「遠離作意」是什麼意思？就是勝解作意，你在奢摩他裡面，在未到地定裡面修這個毗鉢舍那的勝解，你今天也修、明天也修，你天天在用功的時候就有進步了。進步的時候，能棄捨所有的「上品煩惱」，就是欲的煩惱；這個欲煩惱特別強、特別有力量的，那叫做「上品」，這個時候能棄捨，沒有了。沒有那個很強大的欲的煩惱，沒有了；沒有了，那叫做「遠離作意」。就是前面這個「勝解作意」，勝解作意這樣不斷地修行，就能斷掉了上品的欲煩惱，那麼叫做「遠離作意」。

「攝樂作意，能捨所有中品煩惱」，斷掉了強力的欲煩惱以後，心裡面快樂，就是歡喜繼續不斷地修行、斷煩惱。所以這個「樂」(一么、)字，「攝樂作意」，也可以說是樂(ㄉㄜ、)，唸樂(ㄉㄜ、)也可以，唸樂(一么、)也可以，愛樂(一么、)的意思。這時候愛樂修行、愛樂斷、愛樂證，樂斷、樂證。我們沒有成就的人，有的時候願意靜坐，有的時候不願意靜坐，有時候懈怠，對修行的事情勉勉強強地這樣做。可是到了這個時候，不是！他從心裡面歡喜，他歡喜靜坐，歡喜這樣用功修行。歡喜的結果，「能捨所有中品煩惱」，這個中等的欲煩惱，把欲煩惱分成三部分：一個是上品的、一個中品的、一個軟品的（或者說是下品），分成下中上三品；把這全面的、全體的欲煩惱分成三部分：上、中、下。到「攝樂作意」這個時候，能棄捨了中品的欲煩惱，這個時候，「攝樂作意，能捨所有中品煩惱」，而這個能棄捨，全靠這個

勝解作意，就是繼續修行，「能捨所有中品煩惱」。

「觀察作意」是有什麼意思呢？「能於所得離增上慢」，因為這個是把中品的煩惱、欲煩惱斷掉以後，他在日常生活中用功的時候心裡面清淨，就好像沒有煩惱似的，好像沒有煩惱了。而這個修行人反省自己、觀察自己，我是沒有煩惱了嗎？是不是我還有煩惱，我自己不知道呢？那麼自己觀察自己。觀察自己就是，他就去觀察凡夫的這個欲的境界，這一觀察的時候，感覺自己還是有點煩惱的，這個欲的煩惱沒有完全斷掉。這時候就「離增上慢」，自己就知道自己還是沒有完全斷掉，還有微細的欲煩惱還在，所以就不要「喲！我現在沒有欲了！」其實不是，還是有的。就是不會增上慢，不會認為自己「我很有修行了！」不敢說這句話，「離增上慢」。「安住其心」，這時候他安住自己的心，還要注意謹慎地，還要繼續努力修行。

「加行究竟作意」，這是第六個作意，「能捨所有下品煩惱」。也還是那個「勝解作意」不斷地這麼修行；也還是奢摩他、毗鉢舍那，毗鉢舍那、奢摩他這麼修行。就是這個時候能棄捨了所有的「下品煩惱」，最微細的、最微隱的，不容易覺知到的這個欲煩惱也棄捨了。棄捨了這個煩惱的時候，這個時候這個勝解作意就名為「加行究竟作意」。你努力修行的時候，達到了這個程度，就給你一個名字，叫做「加行究竟作意」；這個時候到了一個階段了，這個作意就圓滿了，這樣意思。「能捨所有下品煩惱」，這是第六。

第七個「加行究竟果作意」。「加行究竟果作意」是什麼意思呢？「能正領受彼諸作意善修習果」，前面六個作意，最後的這個加行究竟作意所成就的果；所成就的果是什麼呢？就是初禪。上品煩惱、中品煩惱、下品煩惱，這三種煩惱都滅掉了，就把欲界的煩惱全面地消除了。全面地消除了以後，這個人就不是欲界的人，這個人沒有欲了，這就是色界初禪的境界。這個時候，就名之為「加行究竟果作意」，這是這樣意思。「(陵本三十三卷七頁)」有解釋這個。

「由是當知，於證方便究竟果作意時，下地煩惱皆已伏斷」，就是欲界地；欲界地是下地煩惱，都已經降伏斷掉了。「安住下地對治修果」，就是對治下地煩惱所成就的果。那是什麼？就是初禪。「是名證得根本三摩地」。

「由是道理，先說解脫，後說三摩地」，就是由前邊六種作意把欲界的煩惱斷掉了，就是得解脫了，然後才成就色界的初禪，所以「後說三摩地」。「此中解脫，謂由暫時伏斷現行」，就是降伏、消滅欲界煩惱的活動。「非是畢竟永害種子」，不是究竟地消滅了欲界煩惱的種子；煩惱種子還是在的，所以還是凡夫，不是聖人。

這上面說是「由證方便究竟果作意煩惱斷已，方得根本三摩地」，方得初禪，是這樣意思。這樣講，就是先得解脫，而後成就初禪的三摩地，是這樣意思。這樣子成就，這是有漏的方便，而不是得聖道，還沒得聖道。

卯三、於方便究竟作意等位

或有俱時說三摩地及與解脫。謂即於此方便究竟作意及餘無間道三摩地



中，由三摩地與彼解脫俱時有故。

「或有俱時說三摩地」，這是第三科「於方便究竟作意等位」，這個就是同時的。「或有俱時說三摩地及與解脫」，佛有的時候為眾生說法這樣講，就是說這個三摩地是初禪，「及與解脫」，這個「解脫」就是斷煩惱；這兩件事是同時的，不分先後，這樣講，有的時候佛這麼說。這個地方是怎麼說法呢？「謂即於此方便究竟作意及餘無間道三摩地中，由三摩地與彼解脫俱時有故」，這和前面不同。前面兩個作意，第一個是無漏方便，第二個是有漏方便，它們的次第當然是完全是相反的，是不一樣。而這裡呢，「俱時」的，同時的。同時這是指無漏的，是無漏的方便，而不是有漏。這個「俱時說三摩地」也是無漏，「解脫」也是無漏的，這和前面是不同。

「謂即於此方便究竟作意及餘無間道」，這裡面的意思，就是說這個修行人他成就了方便究竟作意，就是七種作意那個第六個，第六個方便究竟作意。方便究竟作意成就了的時候，那麼就在這個作意裡面修四念處。修四念處，但是修的不是「欲界是麤鄙的、色界天是淨妙的」，不是這個意思；是修四念處，四念處就是無漏的了。這樣子修無漏道的時候，來斷煩惱。在修四念處還沒成就的時候，當然還是有漏；所成就的方便究竟作意，是把欲的煩惱是斷了，但是還不是聖道，這兩方面還都是有漏。但是不斷地修，就一剎那間就變成無漏了。變成無漏的時候，方便究竟作意也是無漏的；修四念處也是無漏，把煩惱也斷了，得解脫了，這兩方面是同時的。但是這樣解釋，還不是到初禪，這方便究竟作意還不是初禪。

「及餘無間道」，這個地方有點意思，這有的意思就是：方便究竟作意，你在方便究竟作意裡邊修四念處，一下子向前進一步，就是方便究竟果作意了，就是到了初禪了。初禪裡面同時也修四念處，修無漏的四念處；修了無漏的四念處，無漏的四念處斷煩惱，同時也成了三摩地了，成了初禪了。這個初禪和無漏的四念處斷煩惱是同時的，所以這個和前面兩個是不一樣。這個「餘無間道」，這裡面就是有兩種情形了：方便究竟作意裡面修四念處，同時一念相應斷掉了煩惱，那麼方便究竟作意那時候還是未到地定，還不是初禪；就是未到地定就名為三摩地，和斷煩惱是同時的，這是一種。如果是一下子由方便究竟作意進步，方便究竟果作意到了初禪了，又四念處在初禪裡面同時也斷煩惱了，又是同時的，這個叫做「餘無間道」。

這個「無間」是什麼意思呢？舊的翻譯叫「無礙道」，叫無礙，障礙的礙。我們凡夫對見到這個真如理，在中間有煩惱的障礙，現在把中間作障礙的煩惱消除了，沒有障礙了，所以叫無間道，這叫做「無間道」。進一步就是「解脫道」，其實就是剎那間的事情。所以「及餘無間道」，就是成就了加行究竟果作意，在加行究竟果作意裡邊修四念處，修四念處，一下子把煩惱斷掉了，就是無間道，斷煩惱、得解脫。而這個斷煩惱，和前面說斷煩惱和那個有漏的斷煩惱不一樣；有漏的斷煩惱只斷欲界的煩惱，這個是斷一切的愛煩惱和見煩惱，就得阿羅漢果了，那又不同的。當然修行人也不完全一樣。

「無間道三摩地中，由三摩地與彼解脫俱時有故」，這個三摩地，或者是「方便

究竟作意」裡面的三摩地，就是未到地定；若是「方便究竟果作意」就是初禪，也名為三摩地。這個三摩地和修四念處斷煩惱是同時的，「俱時有故」。這樣子，這就是第三種，和前面的兩種還不一樣，這樣意思。

壬二、辨蓋障（分四科） 癸一、標

復次，於諸靜慮、等至障中，略有五蓋，將證彼時能為障礙。

前面「安立」，「總標」以後就是「安立」。「安立」這一科裡邊，第一科是「總辨」，「辨地名」；辨地名的時候，等引地的地名，先辨初禪的相貌，這一科完了。現在第二科是「辨蓋障」，這個修行人，哪有那麼順利的事情，就是有障礙。這地方究竟有什麼障礙呢？這說一說。分四科，第一科是「標」。

「復次，於諸靜慮、等至障中，略有五蓋」，這一切修行人修行四靜慮、修行乃至四空定，四禪八定，「等至」，這裡邊還是有障礙的，這個障礙略說有五種障礙。「將證彼時能為障礙」，就是你將要成就聖道的時候，成就靜慮的時候；這個「障礙」其實就是煩惱，它就出來障礙你，叫你不成功。這是「標」。

癸二、徵

何等為五？

第二科，「何等為五」，這是「徵」。第三科是「列」。

癸三、列

一、貪欲蓋，二、瞋恚蓋，三、惛沈睡眠蓋，四、掉舉惡作蓋，五、疑蓋。  
這是五種障礙，這是列出來。

癸四、釋（分二科） 子一、辨彼相（分五科） 丑一、貪欲蓋

貪欲者，謂於妙五欲隨逐淨相，欲見、欲聞，乃至欲觸；或隨憶念先所領受，尋伺追戀。

第四科就解釋。第一科是「辨彼相」，就是辨別這五種障礙的相貌。「辨彼相」這一科還是很多的，這是分五科，第一科是「貪欲蓋」，先解釋「貪欲蓋」是什麼樣呢？

「貪欲者，謂於妙五欲隨逐淨相」，就是特別好的色聲香味觸。這個「妙」是來讚歎五欲是好，這五欲好，就是有欲的人認為這五種欲非常好，就是這個意思。「隨逐淨相」，這個「淨」就是美妙的意思，這個色聲香味觸是非常的美妙。美妙又怎麼樣呢？「隨逐淨相」，這個心就隨去了，隨著這個淨相去了。怎麼樣隨法呢？「欲見」，色，有美妙的色、有美妙的聲音、乃至有美妙的觸，那麼有欲的人就是「欲見、欲聞，乃至欲觸」，就是想要把這個欲拿過來，去享受。

「或隨憶念先所領受，尋伺追戀」，前面說是「欲見、欲聞、欲觸」，就是想要見、聞、觸，還沒有見、聞、觸，是這樣。這是指現在，現在的心情想要見、聞、觸。「或

隨憶念」，就是過去了，隨著自己回想以前，我以前「先所領受」過的色聲香味觸，如意的色聲香味觸。「尋伺追戀」，心裡面在想過去怎麼怎麼的。那麼這就是叫做「貪欲蓋」，或者靜坐的時候，他不修止觀了，去思惟這個事情去，那麼這就是障礙你修止觀，是障道。

## 丑二、瞋恚蓋

**瞋恚者**，謂或因同梵行等舉其所犯；或因憶念昔所曾經不饒益事瞋恚之相，心生恚怒；或欲當作不饒益事，於當所為瞋恚之相多隨尋伺，心生恚怒。

第二是「瞋恚蓋」。

「瞋恚者，謂或因同梵行等舉其所犯」，這個瞋恚心本來是沒有嘛！人在心平氣和的時候，哪有什麼瞋恚心？沒有。但是有的時候就有了，怎麼有了呢？「同梵行等」，大家共同用功修行的人。「舉其所犯」，大家用功修行的人，他也許是有個動機的，也可能是好心腸，就告訴你：「你不對，你這修行人怎麼可以這樣子！」就指責你，這個地方不對，這個不對，不應該這樣子，怎麼怎麼的。那麼就不高興了，心裡面瞋恚心就來了。

「或因憶念昔所曾經不饒益事」，前面是說現在，現在有同梵行者舉其所犯。這一段說「憶念」是過去的時候，昔所曾經過的不饒益的事情，過去誰找我麻煩，偏偏說我怎麼怎麼的，不高興，不饒益的事情。「瞋恚之相」，那個時候心裡不高興，現在回想的時候，現在一回想心裡還是不高興，「心生恚怒」。

「或欲當作不饒益事，於當所為瞋恚之相」，這是說未來。心裡在那靜坐的時候不修止觀了，就想將來，將來我想怎麼的怎麼的，要做這些不清淨的事情，若有人指責我，或有人怎麼怎麼的。「於當所為瞋恚之相」，有人指責我，我還是憤怒，當是憤怒之相。「多隨尋伺，心生恚怒」，靜坐的時候心裡面去想這些事情，想過去的、現在的、未來的這些煩惱、憤怒的事情，這叫做「瞋恚蓋」。

## 丑三、惛沈睡眠蓋（分二科）寅一、別辨相（分二科）卯一、惛沈

**惛沈者**，謂或因毀壞淨尸羅等隨一善行、不守根門、食不知量、不勤精進減省睡眠、不正知住而有所作、於所修斷不勤加行，隨順生起一切煩惱，身心惛昧，無堪任性。

第三段是「惛沈睡眠蓋」，分兩段，第一科「別辨相」，第一科是「惛沈」。

「惛沈」和「睡眠」，這也是蓋。怎麼叫做「惛沈」呢？「謂或因毀壞淨尸羅等隨一善行」，或者因為這個人犯了戒；戒是善法，「隨一善行」，你破壞了，破了這個戒了，所以叫做「毀壞淨尸羅等隨一善行」。這是一個原因可能會惛沈，靜坐的時候惛沈了。

或者是「不守根門」，眼耳鼻舌身意，你常能夠寂靜住，這個人的精神他就是旺

盛；你老是向外攀緣就勞神，勞神了就容易打瞌睡，一勞神就打瞌睡，的確是這麼回事。或者到城市裡頭做什麼事，你若自己作意把這個六根關起來，心裡面寂靜住，回來的時候不感覺辛苦。你若把這六個門開開來，心裡面向外攀緣，回來就辛苦，靜坐的時候打瞌睡，這是「不守根門」。這個「門」，眼耳鼻舌身意是門，裡邊有一個心，這個心從這個門向外去攀緣消息。

「食不知量」，這也是一個原因，吃東西的時候不知道「量」；就是不要吃太多，吃太多容易昏沈。但是你吃某一種東西，它會叫你多睡眠，你若吃這種東西就打瞌睡。有的東西不是，但是有的東西容易令你打瞌睡的，所以「食不知量」也是。

「不勤精進減省睡眠、不正知住」，懈怠、不精進，「不勤精進」就是懈怠。「減省睡眠」，不減少睡眠，就是願意多睡覺。睡眠要減少。如果飲食，不要吃得過量，不要吃太過量，而能夠精進地坐禪的時候，這個睡眠自然它減少，自然會減少。若是你放縱自己，越睡就越多，越睡越多越打瞌睡，就是這麼回事。「不勤精進減省睡眠」，你也容易昏沈。

「不正知住而有所作」，「不正知住」和前面「不守根門」有相同的關係，有連帶關係。「正知住」，心裡不管是行住坐臥，是眼睛一看，或者手是拿什麼東西，或者是一舉足、一投足，這腳一抬起來、腳一落下來，一切時、一切處，你心裡面要「正知而住」，都知道我現在這心在幹什麼，能夠「正知而住」。現在是「不正知住」，在這裡走路，心跑到紐約去了，或者跑到台灣去了，或者跑到其他的，就是妄想太多，不能正知住。「而有所作」，這種情形你有所作；或者做這個事情，或者做那個事情，心裡面老是散亂，這樣子，那也是會有昏沈，你靜坐的時候就是昏沈。「不正知住而有所作」。

「於所修斷不勤加行」，對於自己所修，修行四念處也好，要斷煩惱，要積集善根，不精勤地努力修行，懈怠。

「隨順生起一切煩惱，身心昏昧」，因為有這麼多的原因，所以你就會生起很多的煩惱。這個身心昏昧，「無堪任性」，無堪任就是沒有能力，沒有能力去修止、去修觀。它總是老是不是掉舉就是昏沈，不是昏沈就是散亂。而現在不說散亂，就說昏沈，它就是容易昏沈。

這上面說出昏沈的原因。另外身體有病也容易昏沈，某一種病，若有病的時候也有這個問題。這若是你常常用功修行，常常靜坐，你就會知道今天要昏沈，這一支香要昏沈，預先就會知道；因為你知道身體有問題了，就會昏沈。這是昏沈。

## 卯二、睡眠

**睡眠者，謂心極昧略。**

「睡眠者」，前面說昏沈，這底下解釋「睡眠」。「謂心極昧略」，這個心「昧」，迷昧。「略」，這個心，我們這個心在色聲香味觸活動的時候，就會知道，哦！這是青黃赤白，這是長短方圓，這是張先生，這是李先生，它就會這麼分別。若是睡眠的時

候就「略」，就不分別了，他心裡不分別，心極迷昧，不能分別了。

寅二、釋合說（分二科）卯一、第一義

**又順生煩惱、壞斷加行，是惛沈性；心極昧略，是睡眠性。**

「又順生煩惱」，前面「睡眠」這地方解釋得很少，就是「謂心極昧略」，這就叫做睡眠。前面是惛沈、睡眠，是個別的解釋，這底下合在一起解釋。前面是「別辨相」，這是合在一起解釋。這合在一起解釋，我們在別的地方很少看見，這《瑜伽師地論》它說得詳細。

「又順生煩惱、壞斷加行」，這個惛沈、睡眠互相隨順，隨順什麼呢？能隨順煩惱的生起。「壞斷加行」，能夠壞你的，破壞你的加行，能令你的加行不能相續下去，就中斷了，不能修行、不能靜坐。這個「順生煩惱、壞斷加行」，這叫做「惛沈」，惛沈它的作用是這樣子。「心極昧略」，這叫做「睡眠」。這底下這個《披尋記》。

《披尋記》三五三頁：

**謂心極昧略者：謂能令心於所取境不能明了，是名昧略。**

「心極昧略」是什麼？「謂能令心於所取境不能明了」，對於所緣境不明白了，那麼就叫做睡眠。

**是故此二合說一蓋。**

這兩個性質有一點相似，所以叫做「惛沈睡眠蓋」。

卯二、第二義（分二科）辰一、辨相似

**又惛昧無堪任性，名惛沈；惛昧心極略性，名睡眠。**

「又惛昧無堪任性，名惛沈」，惛昧無堪任性，惛昧，就是惛昧的時候，就無堪任性，就是不能修止觀了，那麼叫做惛沈；或者不能修奢摩他了，就是叫惛沈。「惛昧心極略性」，叫做「睡眠」，惛昧極略性叫做睡眠；「惛昧無堪任性」，無堪任性叫做「惛沈」。

這是第二義，第二義底下「辨相似」，惛沈和睡眠是相似的。這裡邊有一樣事，是什麼呢？睡眠是有意的，「我要休息了！」睡覺，這是睡眠。惛昧不是有意，不是想睡眠，我是想要靜坐修止觀的，但是惛昧了。這是在動機上有一點不同，但是它的作用是相似的。

辰二、釋定俱

**由此惛沈生諸煩惱、隨煩惱時，無餘近緣如睡眠者。諸餘煩惱及隨煩惱或應可生，或應不生。若生惛昧，睡眠必定皆起。**

「由此惛沈生諸煩惱、隨煩惱時」，這是第二科。前面是「相似」，這第二科「釋

定俱」，它們兩個一定是在一起的。

「由此惛沈生諸煩惱、隨煩惱時」，這個「生諸煩惱」就是貪瞋癡這一切煩惱。「隨煩惱」，就是掉舉、惡作，這些是隨煩惱。「無餘近緣如睡眠者」，這個生諸煩惱、隨煩惱的時候，就是沒有其他的那麼相近的事情，像睡眠那樣子；就是睡眠和惛沈它們兩個是太相近了，關係太密切了，若有惛沈的時候就有睡眠了。和別的煩惱不一定；別的煩惱、隨煩惱，有的時候生起，有時候還不生起。「諸餘煩惱及隨煩惱或應可生」，或者這時候可能會生起，「或」者還「不生」。「若生惛昧，睡眠必定皆起」，若是我們惛沈的煩惱來了的時候，睡眠必定也就來了，它們兩個是分不開的，所以「定俱」。其餘的隨煩惱，煩惱、隨煩惱不一定，但是睡眠是決定的，這樣意思。

丑四、掉舉惡作蓋（分二科） 寅一、別辨相（分二科） 卯一、掉舉

**掉舉者，謂因親屬尋思、國土尋思、不死尋思，或隨憶念昔所經歷戲笑歡娛所行之事，心生誼動騰躍之性。**

這底下說「掉舉」。第四科「掉舉惡作蓋」，分兩科，第一科「別辨相」，「別辨相」先說「掉舉」。

「掉舉者，謂因親屬尋思、國土尋思、不死尋思，或隨憶念昔所經歷戲笑歡娛所行之事」，這下邊還有解釋，這地方這幾句話先不解釋。「隨憶念」，就是過去了的事情，我以前在什麼地方經歷過的戲笑、歡娛所做的事情。「心生誼動騰躍之性」，心裡面憶念這個時候，憶念這以前的事情的時候，心裡面「誼動」，浮動起來；「騰躍」，這裡面有個歡喜的意思，不是沈靜的，是浮動的、躁擾、掉動的樣子，那麼這叫做「掉舉」。「掉舉」就是憶念如意的事情、憶念可愛的事情，心裡面浮動，那叫做「掉舉」；和散亂還有點不同。

這是說「掉舉」。底下說「惡作」。

卯二、惡作（分二科） 辰一、由尋思親屬等

**惡作者，謂因尋思親屬等故，心生追悔，謂我何緣離別親屬？何緣不往如是國土？何緣棄捨如是國土，來到於此，食如是食，飲如是飲，唯得如是衣服、臥具、病緣醫藥、資身眾具？我本何緣少小出家，何不且待至年衰老？**

「惡作」分兩科，第一科「由尋思親屬等」。

「惡作者」，是什麼意思呢？「謂因尋思」，就是在心裡面在思惟，「親屬等故」，我以前的親愛的人。「心生追悔」，心裡面就後悔；事情已經過去了，在心裡面後悔。什麼呢？「謂我何緣離別親屬」，我什麼因緣我和我親愛的人分開了？「何緣不往如是國土」，什麼因緣我不到那個地方去呢？那個地方多好！「何緣棄捨如是國土」，那個地方是我最歡喜的地方，我為什麼棄捨那個地方？「來到於此」，到這個地方事事都不如我意，「食如是食，飲如是飲」，這都不如我意，「唯得如是衣服、臥具、病緣

醫藥、資身眾具」，都不如我意。「我本何緣少小出家」，前面這就是親屬的尋思和國土的尋思這些事情。「我本何緣少小出家」，年紀輕輕的就出家了，這是幹什麼呢？「何不且待至年衰老」的時候？我那時候再出家，這多好呢？現在這麼早就出家呢？這就是不死尋思。

## 辰二、由追念戲笑等

或因追念昔所曾經戲笑等事，便生悔恨，謂我何緣於應受用戲樂、嚴具、朋遊等時，違背宗親朋友等意，令其悲戀涕淚盈目而彊出家。由如是等種種因緣，生憂戀心，惡作追悔。

這第二科「由追念戲笑等」。

「或因追念」過去的時候，「昔所曾經戲笑」的「事」情，「便生悔恨」，自己就後悔了。「謂我何緣於應受用戲樂、嚴具、朋遊等時」，我應該去享受那樣的戲、那樣的樂、那樣的莊嚴具，還有好朋友到哪兒去玩去了。「違背宗親朋友等意」，我的宗親朋友都不高興我出家，我都不聽他們的話，出家。然後出家的時候，「令」他們「悲戀涕淚盈目而彊出家」，何必這樣子呢？就後悔了。「由如是等種種因緣，生憂戀心，惡作追悔」，不高興自己出家的事情，就後悔了，這樣意思。

問：阿彌陀佛！師父慈悲！能不能再請您講一下「又順生煩惱、壞斷加行，是惛沈性」，什麼樣的煩惱屬於這個順生的就是惛沈性？喜怒哀樂、悲恐驚都能引發煩惱，是不是只要一順了，這些煩惱都類似於睡眠了？阿彌陀佛！

答：「順生煩惱、壞斷加行」，「睡眠者，謂心極昧略」。「又順生煩惱、壞斷加行，是惛沈性」，就是惛沈它能夠對於煩惱的生起有隨順性，這樣意思。這個惛沈，就是一惛沈了也不能修止、也不能修觀，不能修止、不能修觀。因為若修止修觀，能夠調伏煩惱；你不能調伏煩惱了，所以就對於煩惱的生起有隨順性，能隨順生起煩惱，當然這個包括所有的煩惱都在內。煩惱、隨煩惱都能生起的。「壞斷加行」，就是努力地修行的事情都停下來了，這惛沈一來了也不能修行了，就是被破壞了，被中斷了。

這個「順生煩惱」在後邊說，當然這惛沈來了，睡眠也來了；睡眠也是個煩惱，就是「順生煩惱、壞斷加行」。常常地惛沈，那麼止觀的力量不能增長，不能增長就會退失；我們修行沒有成功的人，不進則退，所以它「順生煩惱」。若是你不斷地用功修行，煩惱的力量就漸漸地薄弱下來，它就是不順生煩惱。若是常常地惛沈，這個惛沈當然是比較重的，有人靜坐的時候，你惛沈了兩分鐘，這沒有關係；若是惛沈得很重，惛沈的時間很多，那就是有問題，那就是惛沈了。所以惛沈能順生煩惱、能壞斷加行，這是按照它的過失說出這種話。

問：這裡提出兩個問題：一、《顯揚聖教論》卷十九中提到，「為斷沈掉故」，

答：沈沒和掉舉。沈沒和惛沈有一點不同，惛沈是很重的，沈沒是輕微的，沈沒和惛沈很不同。我們用功的心癡的人，認為沈沒就是定，得定了。其實不是，是沈沒，就是輕微的惛沈。這個沈掉、掉舉，剛才說那個掉舉。

問：「為斷沈掉故，應修二種相應道。」

答：應該修行兩種道。

問：「如比丘尼經，及取自心相經說。云何比丘尼經說？」

答：《比丘尼經》怎麼說的呢？

問：「如彼經言：為斷沈沒故，應當思惟少分可愛清淨相貌。」

答：可愛的，但是不是染汙，是清淨的可愛相。比如說是佛的相，佛的大莊嚴的相貌。

問：「為斷掉動故，復應略攝。」

答：為了「斷掉」，就是息滅、消滅掉舉的這種動，「復應」，還應該把這個心收回來，收回來它，收回來就是修止了，應該這樣子。這是《比丘尼經》這麼說。

問：《取自心相經》怎麼說的呢？「如彼經言：由不取自心相故，令心沈沒。」

答：這個自心相是什麼呢？就是奢摩他的所緣境，這個所緣境是心的相貌，心所現的相貌。比如說我修白骨觀，心裡面現出個白骨觀來。白骨觀是心所現的，實在沒有，心裡面沒有白骨相；而有呢，是心變現的，就是心的分別。心的分別的時候，你取這個心相的時候，就是要用力，要注意的。你加強了你的注意力的時候，你就不會沈沒。你不取自心相，這個取的力量輕微了，或者沒有了，這個心就沈沒了，這個明了的心就不現了，就不顯現出來了，就沈沒。這個沈沒，比如說那個魚，魚跳出來，我們就看見了；魚沒在水裡，就看不見了。我們這個心，若取自心相的時候，你要用一點力，取這個不淨觀的相貌，取這白骨觀的相貌，或者是苦、空、無常、無我的相貌，用點力去取，這時候心的相貌就明顯，這都是心相，心的相貌。但是你若不取的時候，這個相就沈沒了，就不現了。

所以「不取自心相故，令心沈沒」，這個明了性的心，分別苦、分別空、分別無我的這個心就沒有了。沒有了呢，又沒有完全失掉明了性，還有一點明了性。這個明了性，但是不是十足的明了性，那就是輕微的惛沈，這個時候，好像得定了似的。那明了性它沒有去散亂，但是也不是很注意地取自心相，所以那個時候那個心相就是沈沒。但是你若不說，多數人就認為得定了。

我們不要說名字。拜佛，我們不是唱念，我們就默然地拜佛。很多人嘛，只是打引磬拜佛。拜佛的時候，譬如說是拜下去，拜下去停留少頃，假設用數目來算，念阿彌陀佛念五句，就起來，立在那裡，或者是念五句，再拜下去，這樣子。他一拜下去，念了三十幾句阿彌陀佛還不起來，後來我就問他，我說：「你怎麼回事情？」他說：「我的心就在那兒寂靜住，好像得定了似的。」這不正常，大家在那裡拜佛，你正常就是應該是這樣子嘛！比如說我規定：我負責打引磬，念七句佛我就起來；然後念五句佛，然後拜下去；拜下去以後念七句佛，再起來。



正常是這樣子，都是這樣子。忽然間一念念了三十幾句還沒有起來，他認為「我在那裡寂靜住，得定了」，就是不正常嘛。所以這是心不取相，「不取自心相故，令心沈沒」。

問：「由取少分可愛外相故，沈隨煩惱，暫時斷息；」

答：沈沒的煩惱就沒有了。你這個時候觀佛的相好光明，你這個心向外攀緣，一攀緣這個沈沒就沒有了，就破除去了，是這樣意思。

問：此一可愛清淨相貌，斷沈沒的方法，是光明想的另外一種斷惛沈睡眠的方法？

答：是的，是這樣子。修光明想，就能斷除去沈沒相。所以我同意靜坐的時候不要把燈都關得暗暗的，這都有關係啊，不要這樣子關得暗暗的，還是要它有明相。我們睡覺的時候，我們出家人睡覺的時候，佛告訴我們：你睡覺的時候你不要思惟是黑暗的，我在黑暗中睡覺；不是，你要思惟在光明中休息。所以我們靜坐的時候，若把燈都關起來，這是不合乎佛意的，不合乎佛意，不對的。但是這件事在《瑜伽師地論》裡說到，說到這件事。「是光明想的另外一種斷沈沒的方法」，是的，是這個意思。

問：又此一取可愛清淨相貌，與四念住的觀身不淨是否有相違之處？

答：不是相違。因為現在有了毛病，因為有了惛沈、沈沒的相貌，使令你這個心的力量提不起來。提不起來，就用一種可愛的相貌，你心就容易振作起來，是這麼意思。振作了以後，破除去惛沈、沈沒了，你再按照原來的方法修行，是這麼意思。所以與四念住的觀身不淨不能說相違，不能那麼說。

問：此一方法是否須適當地使用？

答：可以。有惛沈的時候，要用辦法破掉自己的惛沈，要把惛沈破除去。就是有的時候惛沈重了，自己不知道破，自己不知道，一直地在惛沈，那就是困難一點。

問：第二個問題：上一問題的方法適用於比丘尼，比丘僧則選擇唯一的光明想？

答：也不是一定，也是可以，也可以適用。

問：但弟子資質愚鈍，

答：你也不用客氣。

問：使用光明想總是不得利益。因蓋上雙眼後，如何觀想，總是一片漆黑，惛沈依舊。是否能做上問題的方法改成憶念布施功德、持戒功德、出家功德、聞法誦經等功德、說法功德，乃至六念、十念等，曾經所行所做的善法善業，令心欣踊性，斷惛沈睡眠？

答：可以，也是可以這樣做。惛沈重了的話，睜開眼睛；若是夜間，早晨或者是晚上有一點光明相，這個眼睛可以睜開。其他的止觀上的書，也可以，你可以起來，起來用冷水洗洗頭，跑一跑也都可以，然後再回來坐，也可以這樣子，也是可以。惛沈睡眠這種事情，如果是夜間的睡眠正常，身體也沒有什麼特別的毛病，就算是有惛沈，惛沈應該是輕微，不障道；小小的幾分鐘的惛沈，以後精神就正常了，

這個不算什麼毛病。就是惛沈得太重，一止靜以後沒有過多久就一直地惛沈，一直到開靜才醒過來，這就是不對的。這是障道了！

障道了的時候，要想辦法去對治它。對治它，有的時候按照自己的懈怠的心理，有的時候（我也是這樣子），當然有的時候有點特別的原因，就是生活不正常了，應該睡眠的時候不能睡覺，有事情要處理，睡眠少了。睡眠少了，靜坐的時候他就要討回來，他就是要睡；你還不能睡，很難過。很難過，心裡面就會懈怠，我不如去睡一大覺好了，不要在這裡這麼苦惱，這樣子辦法是不對的。因為不是睡覺的時候，你若去睡就養成習慣；到那個時候，就是睡眠正常的時候，到那時候還是要睡，養成習慣了他就是要睡，不睡就不行。所以只好忍耐一點不睡，可以跑一跑，跑一跑就好一點。另外還有一個方法，輕微的惛沈比較容易對付，就是心裡面注意力放在頭頂這裡，放在頭頂，這惛沈就沒有了，就是也有這個作用。對付惛沈的方法也還是很多，當然最好的方法就是放下腿子跑一跑，振作一下，振作一下再回來再坐的時候，心就注意頭頂，注意它一個時候，他就不惛沈。

問：阿彌陀佛！請問師父，《披尋記》三五〇頁，「所修法」第一項，其中韓清淨居士這裡有提到說「於食知量」，師父解釋是說，修習禪定的人要知道什麼樣的飲食比較適合自己，這樣子會有幫助。那我在想說，在佛的時代，佛對弟子在其他的經論裡面有沒有類似的說法？

答：你的意思認為這個說法有沒有根據？

問：是的。

答：我這個說法的確是有根據，的確是有根據的。我好像是在《清淨道論》上看見這個說法，《清淨道論》有這個說法。但事實上的確有這種事情，有些食品你吃了以後容易有欲心，它就是這樣子。有些食品吃下去，它就容易有瞋心，容易令內心散亂，就是有這種事情。但是有的呢，有的食品不是，吃下去它就能幫助你修止觀，容易靜、寂靜，的確是不同。這個也是營養學家不知道又怎麼講，當然這種事情還是這些禪定的書上說的比較好，修禪的書上是經驗之談，比較好。

問：我在想，大眾僧裡面，僧團裡面要如此做，是不是容易辦得到？然後，我是說選擇自己想要吃的東西。然後在佛的時代都是托鉢乞食，施主給什麼就吃什麼，吃飽了就好了，所以說也沒有太大的揀擇的機會。

答：是的。

問：所以這一點來講的話，並不太容易。是不是這是對這個末法時代，根鈍障重的眾生這樣開示？

答：也可以這麼說。佛在世的時候乞食，你還能選擇什麼嗎？的確就是人家布施你什麼，就吃什麼。但是我們現在不是乞食，就是僧中淨食，僧中淨食就有這種可能，不合適的可以不吃。但這件事，也的確是有這件事，可是主要的還是要修止修觀來對治，主要還是這一點。這個止觀的力量如果強起來，那些事情都不能作障礙的。



寅二、釋合說（分二科）卯一、約處所等辨

由前掉舉與此惡作處所等故，合說一蓋。

五蓋裡邊，第三個是「惛沈睡眠蓋」；惛沈和睡眠是兩回事，但是也有合在一起說的這個事情，這是講過了。第四蓋是「掉舉惡作蓋」，掉舉和惡作也兩回事，但是現在把它合在一起說，所以這是第二科「釋合說」。前面的「別辨相」說完了，現在解釋合說。「合說」裡邊分兩科，第一科「約處所等辨」，就是生起的處所，生起掉舉惡作的原因是相等的，因此而合在一起說，是這樣意思。

「由前掉舉與此惡作」，前面說修止觀的人修止觀的時候，止觀不修了，心裡面打妄想，那麼就是「掉舉」。掉舉和這裡說這個惡作，惡作就是後悔的意思，不高興所做的事情。就是當時我是願意做，做完了以後，後悔，不高興這樣做，這叫做「惡作」，厭惡他所做的事情。這兩種過失的原因是一樣的，所以叫「處所」，就是發起這種過失的地方是相等的，因此「合說一蓋」，就是合在一起成為一種障，叫做「掉舉惡作蓋」。

《披尋記》三五四頁：

由前掉舉至合說一蓋者：掉舉、惡作皆以親屬等所有尋思及曾所經戲笑等念為食。即此處所為因，能生掉舉、惡作，由是說言彼處所等，故此二種合說一蓋。

這個《披尋記》：「由前掉舉至合說一蓋者：掉舉、惡作皆以親屬等所有尋思」，親屬尋思、國土尋思、不死尋思等。「及曾所經戲笑等」，就是過去曾經經驗過的這些戲笑的事情。「等念為食」，就這些妄想為掉舉惡作的食，就是它的營養；你這樣做，就能增長你的掉舉和惡作，能加強你這件事。「即此處所為因，能生掉舉、惡作，由是說言彼處所等，故此二種合說一蓋。」

卯二、約處所不等辨（分二科）辰一、辨惡作差別（分二科）巳一、非處惡作又於應作、不應作事，隨其所應，或已曾作、或未曾作，心生追悔：云何我昔應作不作，非作反作？除先追悔所生惡作，此惡作纏猶未能捨。

「又於應作、不應作事，隨其所應，或已曾作、或未曾作，心生追悔」，這是第二個原因「約處所不等」，不一樣，那麼來辨別它是蓋，合說一蓋。分兩科，「辰一、辨惡作差別」，辨這個惡作的不同。

「又於應作、不應作事」，又這個修行人，坐禪這個人，他對於過去的時候應該做的事、不應該做的事，他後悔了。「隨其所應」，隨這兩種事情所適合的。「或已曾作、或未曾作」，或已經做過不應該做的事，那麼就後悔了；或未曾作應該做的事。這當然都是事後的分別心，事後在分別：唉呀！這件事我應該做，我沒有做，後悔；或者是不應該做，我當時糊塗我做了，後悔。「心生追悔」，他心裡面發動「追悔」，追就是向前追，就是後來的時候悔恨了，這樣意思。

「云何我昔應作不作，非作反作」，這就是後悔的相貌。我怎麼這麼糊塗呢？我

以前那個時候應該做，但是我沒有做，這是悔恨自己。「非作反作」，不應該做的事情我反倒是做了，他在後悔；心裡面不高興，自己恨自己。「除先追悔所生惡作，此惡作纏猶未能捨」，「除先」，這是另一回事，就是除掉以前「追悔所生」的這個「惡作」，這件事除掉；只說這個「我昔應作不作，非作反作」這一樣。那麼這個惡作的煩惱，「猶未能捨」，這個修行人他還沒能棄捨，他還是在那悔恨。

### 《披尋記》三五五頁：

除先追悔所生惡作等者：前說尋思戲笑等念種種因緣生憂戀心，惡作追悔，名先追悔所生惡作。除此復有非處惡作，即由應作不作、非作反作之所引發。此現行時未能除遣，名未能捨。

《披尋記》：「除先追悔所生惡作等者：前說尋思戲笑等念種種因緣生憂戀心，惡作追悔」，這是「名先追悔所生惡作」。「除先追悔所生惡作」是指這個事情說的，就是這個戲笑，除先前說的尋思戲笑等念這個。「除此復有非處惡作，即由應作不作、非作反作之所引發」的這些追悔。「此現行時」，就是這個追悔現行的時候，「未能除遣，名未能捨。」這是解釋這個意思。

這是辨「非處惡作」。

### 巳二、相續惡作

次後復生相續不斷憂戀之心，惡作追悔。此又一種惡作差別。

下面是第二科「相續惡作」，這是又一種。

「次後復生相續不斷憂戀之心，惡作追悔」，這是另一種後悔的情形。事情已經過去很久了，「復生相續」，心裡面還生起來「相續不斷憂戀之心」，憂愁苦惱的這種心情，「惡作追悔」這種事情；就是後悔的心一直地相續下來。「此又一種惡作差別」，這是又一種後悔的不同的相貌。後悔，做錯了事情應該後悔，但是馬上這個問題若解決就算了，不應該繼續地後悔；若繼續地後悔，這也是障礙自己用功的一種過失。

### 辰二、釋雜說一蓋

次前所生非處惡作及後惡作，雖與掉舉處所不等，然如彼相，騰躍諠動，今此亦是憂戀之相，是故與彼雜說一蓋。

「次前所生非處惡作及後惡作，雖與掉舉處所不等」，這是第二科「釋雜說一蓋」，這是辰二。辰一、辨惡作的差別，現在第二科解釋雜說的一蓋，解釋雜說一蓋的原因。

「次前所生非處惡作」，就是自己有這種過失的後悔，「及後」邊的「惡作」，後邊的惡作就是相續不斷的憂戀之心，那個惡作。「雖與掉舉處所不等」，和前面那個掉舉的過失，原因是不相等的。「然如彼相，騰躍諠動」，可是彼掉舉的相貌是「騰躍」；「騰」是從地面上飛到虛空裡面飛騰，「躍」就是跳躍，這個人的身體在跳動；這是從身相上的不安靜來形容內心的不安靜，是浮動，就這個意思。「諠動」是大聲說話，

誼動；這是用說話來形容內心的不寂靜。總而言之，內心裡面，那個掉舉是因為對於滿意的事情心裡面激動、浮動起來，這樣意思。「今此亦是憂戀之相」，現在這個惡作也是憂愁、執著的相貌，也是令你心不安靜，障礙修道。「是故與彼雜說一蓋」，所以這個惡作就和掉舉合在一起說為一個蓋，就叫做「掉舉惡作蓋」，這樣解釋。

#### 丑五、疑蓋（分二科）寅一、於三寶

**疑者，謂於師、於法、於學、於誨，及於證中生惑生疑。由心如是懷疑惑故，不能趣入勇猛方便，證斷寂靜。**

這是說這個「疑蓋」，五蓋的最後一個「疑蓋」，疑蓋也是很厲害。

這個「疑蓋」，是「於師、於法、於學、於誨」。這個《披尋記》上解釋，「於師」是大師，經論上用這種字的習慣，這個「師」若說是「大師」，就是佛，稱佛為「大師」的。但是這裡邊也應該包括你的親教師，包括你的戒師，你學習的這些教授師，都應該在內；對於師有疑惑。「於法」，就是師所教授的法門，也有疑惑。「於學」，學就是戒律，「應當學」，對於戒律，戒應當學；這個「法」就是經論，這兩樣合起來，就是於經律論有懷疑。「於誨」，於誨就是那個師和經律論合起來，來教誨我們，教誡教授、教導我們，那麼就疑惑：這樣子他講得對嗎？就是這個意思，應該是這麼意思。

「及於證中」，說是你這樣修學這個無漏的戒定慧，能得無生法忍、能得聖道，在這裡面「生惑生疑」，生了迷惑、有疑。「惑」是不明白，「疑」，有多少明白，但是又不明白；有多少信心，又沒有信心，就是這樣子，疑信參半。惑和疑還是不一樣的。就是對於師長有疑惑，對於法、對於經律論有疑惑，對於師長教誨這個經律論也是有疑惑，經上說是能夠得聖道，這件事也有疑惑，「我能得聖道嗎？」這也是疑惑。

這件事在事實上看，也是有這個情形，但是我認為有疑惑的人少，是有，有疑惑的人不多；而有信心的人多，我有點感覺，而且我感覺容易有信心的人還特別的多。就從社會上發現的這些現象上看，容易有信心的人特別多，而沒有疑。所以使令那個特別有一點小智慧的人能大行其道，這就可以證明人容易有信心。但是這件事也證明佛法是容易弘揚的，只要你肯弘揚就能有效，就能有成效的，就是可惜我們弘揚得少，弘揚得不夠。弘揚不夠也是情有可原，也不能說不對。我去中國大陸到各廟上去看，就是我看我住那裡多少天，天天都在放焰口、拜梁皇懺。這裡去看，打水陸、水陸大齋；這裡看，水陸多得很，打水陸、做佛事多得很。當然這個事也不能說不對，就是他要修廟，破壞了不修也不行，這也是一個原因。那麼很多的來燒香的人，就在那裡拜一拜就走了，沒有看見我們這個主持人有一種安排，對來的信眾有佛法的教導、教育，不看見，不看見這件事。不看見這件事，還有很多人來燒香，這是怎麼回事情？就是過去世的大善知識弘揚的剩餘的勢力，那麼回事。而這個天主教、基督教的人，人家不是，他們是很積極地在弘揚，他不怕政府逮捕他，他不怕，他還是去弘揚、努力地。而我們佛教就是少，只是有個佛學院。但是在台灣不同，台灣好像好一點，好得多。所以有疑惑是少數人，少數人是什麼人呢？有一點智慧的人才會有疑惑，一般的

人多數不疑惑，都是有智慧的人。

「不能趣入勇猛方便，證斷寂靜」，疑惑這件事有什麼不對呢？就是「不能趣入勇猛方便」，這個疑惑障礙他，他不能進步、不能勇猛地去修行。「證斷寂靜」，能證悟真理、斷除煩惱；斷除煩惱心裡面就寂靜了，證悟真理心裡也寂靜了。就是沒有一切的苦惱使令我們心不寂靜；我們有苦惱的時候心不寂靜，煩惱來的時候也心不寂靜。現在若勇猛精進地修行，一切苦惱斷掉了心裡寂靜，煩惱也斷掉了也就寂靜。所以這個「證斷寂靜」是滅諦，「勇猛方便」就是道諦，由道諦證入滅諦，就斷除去苦集二諦，那麼就成功了。但是因為有疑惑的關係，就有這個問題，就是障礙了，停留在苦集上面，而不能入到滅道二諦裡面去，不能。

「於師」有疑惑，這是很嚴重的事情；「於法」、「於學」、於戒定慧、經律論有疑惑，也是很嚴重的事情；於教誨有疑惑，也是很嚴重。但是我認為這幾種嚴重裡邊，於師疑惑是最嚴重；於師疑惑，那就不能夠聽他的教導。若是於經律論有疑惑、於教誨有疑惑，於教誨有疑惑還不嚴重，因為你繼續不斷地學習佛法，你自己會進步，進步，你就會不斷地修正自己。教的人，你不斷地教，也不斷地會修正自己；學的人，你不斷地學，也能修正自己。就怕你於師有疑惑就不學了，不學了就完全停下來了。

這是「於三寶」，這個是於三寶有疑惑。「於三寶」，這個「師」這當然應該是指佛說；佛、法，當然也包括僧在內。

## 寅二、於世等

**又於去來今及苦等諦生惑生疑，心懷二分，迷之不了，猶豫猜度。**

「又於去來今及苦等諦生惑生疑」，前面說是「於證」，那應該是對於自己有多少沒有信心，應該是這樣。「於法」、「於學」，經律論是「於法」有疑惑，「於師」是於人有疑惑，「於誨」還是人、法，「於證」應該是於自己，於自己有疑惑。這底下第二段「於世等」。

「又於去來今」，就是過去、未來、現在，也有疑惑。就是像前面解釋十二緣起那個無明那裡：我於過去是有嗎？是沒有？於將來還是有嗎？死了就完了嗎？將來還有？現在是怎麼回事？色受想行識有我、無我？這些事情。「及苦等諦」，苦集滅道四諦，這就是法，這和前面也有關涉的地方。「生惑生疑，心懷二分」，心裡面有兩個：是這樣是對的？是這樣是對？「迷之不了」，迷惑不明了，心裡面「猶豫」不決去推測：是這樣子？是那樣子？這是疑惑的相貌。那麼這疑惑也還是一樣，使令自己不能夠安心地修學佛法。

子二、明食等（分五科） 丑一、貪欲蓋（分二科） 寅一、別辨相（分二科）

卯一、食（分二科） 辰一、問

**問：此貪欲蓋以何為食？**

這是「子二」，第二科。前面第一科，五蓋第一科是「辨彼相」，說明五蓋的相貌，

這一大科說完了。這第二科「明食等」。這真是要佛菩薩才有這個智慧，能說出這個第二科來。「明食等」分五科，第一科是「貪欲蓋」，「貪欲蓋」又分兩科，第一科「別辨相」，「別辨相」分兩科，第一科是「食」，先「問」。

「問：此貪欲蓋以何為食」，我們凡夫誰沒有貪欲呢？都有這種障，對於修行上有這個障礙。但是這個問題怎麼解決呢？要解決這個問題，就是先說這個食。這個食就像人吃飯，你若吃飯，能滋養你的生命有精神，就能發生作用；這個貪欲的煩惱亦復如是，它也有飲食，你若吃這樣的飲食，這個貪欲就是……它就興盛起來，它就是勇猛有力量。那麼就研究這個問題，這裡頭很有意思的。這樣「問」。

辰二、答（分二科） 巳一、標

**答：有淨妙相，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。**

這是回答。回答分兩科，第一科是「標」。

「有淨妙相，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食」，這個「食」就是兩種飲食：一個是「淨妙相」作飲食，一個是「及於彼相不正思惟」，還「多所修習」。「多所修習」和這個「不正思惟」有點不同，你一次兩次的不正思惟；若是常常地不正思惟，就叫「多所修習」了。這就是貪欲蓋的飲食，它能夠加強你的貪欲心。

這是「標」，底下解釋。

巳二、釋（分二科） 午一、釋淨妙相（分二科） 未一、舉最勝

**淨妙相者，謂第一勝妙諸欲之相。若能於此遠離染心，於餘下劣亦得離染。如制彊力，餘劣自伏。**

「淨妙相者，謂第一勝妙諸欲之相」，這個解「釋」分兩科，第一科「釋淨妙相」。「淨妙相」又分兩科，第一科「舉最勝」。

「謂第一」最「勝」，這個「第一」就是它超過一切，它是最殊勝的。「勝妙」，別的都不如它，叫「勝妙」；它比其他的都強叫「第一」，別的都不如它叫「勝妙」，其實也是一個意思，也是一樣。「諸欲之相」，這一切的色聲香味觸的相貌。

「若能於此遠離染心」，若是我們修行人對於這些「第一勝妙諸欲之相」，棄捨了染汙心，不去愛著，不貪欲。「於餘下劣亦得離染」，這個殊勝的你都不染著，那其餘的下劣的、不殊勝的，當然也能遠離染汙心，那就比較容易了。「如制彊力，餘劣自伏」，就譬如你能制伏、你能打倒那個有力量的人，那個強力的人你能打倒他，「餘劣自伏」，剩餘的劣弱的人自然是你就調伏他了，那就比較容易，不是難事。那麼這是「舉最勝」。

未二、廣彼攝

**此復云何？謂女人身上八處所攝可愛淨相；由此八處，女縛於男。所謂歌、舞、笑、睇、美容、進止、妙觸、就禮。**



底下第二，「未二、廣彼攝」。「廣彼攝」，這個分科的人有這種學問，用這三個字來形容這個意思，其實這個就是解釋這個「勝」，什麼叫做「第一勝妙」的「諸欲之相」？這個「諸欲之相」究竟是什麼相？就是解釋這個意思。「廣彼攝」，就把那個「第一勝妙諸欲之相」的相詳細地說一說，是這麼意思。「廣彼攝」。

「此復云何」，這裡邊的意思又怎麼樣呢？「謂女人身上」有「八處所攝可愛」的「淨相；由此八處，女縛於男」。所謂「八處」是什麼呢？「歌」、或者是「舞」、或者「笑、睇、美容」、還有「進止」、還有「妙觸」、還有「就禮」，這是八相。這八相，男人都被女人綁住了。那麼這是第一科。

## 午二、結得食名

**由此因緣，所有貪欲未生令生，生已增長，故名為食。**

第二科就是「結得食名」。

「由此因緣，所有貪欲未生令生」，眾生本來從無始劫來就有貪欲，可是若遇見了這八種事情，貪欲還在種子的時候，它還在潛伏那裡沒有動。但是若遇見這八種相的時候，那個沒生的貪欲在種子的時候，這個種子就動了，就生出來了，煩惱就生出來，「未生令生」。「生已增長」，生了還沒有停在生那裡，生了以後又增長，又特別地擴大，力量又大起來。這個煩惱越大，就不得了了。「故名為食」，這個食是這樣意思，這個「為食」的意思是這樣意思。

把這個唸一唸，這個《披尋記》唸一唸。

## 《披尋記》三五六頁：

**有淨妙相等者：色等五欲實唯不淨，唯麤非妙，然由相似淨妙相現，是故說言有淨妙相。若於彼相不淨計淨，顛倒思惟，是名不正思惟。即由此故，能令貪欲未生而生，又多串習，能令貪欲生已增長，是故貪欲以此為食；由長養義是食義故。**

「有淨妙相等者：色等五欲實唯不淨」，實在是不淨。「唯麤非妙」，是麤劣，並不是好的。「然由相似淨妙相現」，和那個淨妙相似的相貌現出來。我們這個身體裡邊，不管是男女都是一樣，不淨充滿，但是有一層皮包起來；這一層皮，於淨相似的清淨，這層皮。一包住了的時候，裡面那個不淨，肉眼則不能見，是這麼回事。「是故說言有淨妙相」，這個淨妙相就是這麼回事，並不是承認它真實有淨妙相。實在這個是凡夫，凡夫就是這樣。這個貪心，我們這個心是無記的，有貪的染汙的心所控制住了這無記的心的時候，就沒有智慧去觀察了，就認為是有淨妙，有淨妙相。「若於彼相不淨計淨」，不清淨而心裡面思惟、執著認為是淨的。「顛倒思惟」，再加上迷惑錯誤的想法，「是名不正思惟」，不正思惟是這麼意思。

「即由此故，能令貪欲未生而生」，就是很簡單，說起來很明白；於「不淨計淨，顛倒思惟」，即由此故，能令貪欲沒生的而生起。「又多串習」，「多」，這種分別心、顛倒心多、不是少數；「串習」是連續不斷地這樣子去思惟。「能令貪欲生已增長」，

這時貪心會增長。「是故貪欲以此為食；由長養義是食義故」，這個「食義」怎麼講？是長養的意思；能滋養你，能令你增長、力量廣大起來，所以是食的意思。

卯二、非食（分二科）辰一、問

**問：此貪欲蓋誰為非食？**

前面是說「食」，現在就說「非食」，這就說得非常清楚。貪心，為什麼那個人貪欲大、貪欲心重？是因為你常常吃東西；你常常地生貪心，貪心就大，說明這個貪心大的原因在這裡。現在再說這個「非食」，不是食。這裡面分兩科，第一科「問」。

此貪欲蓋，誰是它的「非食」呢？就使令它不增長。這是「問」，底下回答，分三科，第一科「標」。

辰二、答（分三科）巳一、標

**答：有不淨相，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。**

「答：有不淨相，及於彼相如理作意多所修習，以為非食」，就把那個「食」翻過來就是「非食」了。「有不淨相」，你觀察它是不淨的，若把那一層皮剝落了的時候，看看裡邊的心肝脾肺腎有什麼好呢？就是這樣子嘛！不淨相。「及於彼相如理作意」，就是真實地去觀察，實在是臭穢的。「多所修習」，不但一次的如理作意，還不行、還不夠，「多所修習」，因為你無始劫來這個不如理作意太久了，所造成的這個貪欲心也很大、很強很強的，所以你想要對治它，不能思惟一次，要「多所修習」，一次又一次、一次又一次不斷地重複去思惟，這樣子它才能有力量，「以為非食」。

所以修不淨觀是這樣子，修無我觀、修一切法空觀亦復如是，我們總是認為是真實有，這老虎來了，是真實是老虎；這毒蛇來了，是真實是毒蛇，心裡面執著。你觀察牠是假的，這個觀察的智慧也要一次又一次、一次又一次重複，你怕重複是不行的，是沒有力量的，所以要不斷地重複才能有效。

「及於彼相如理作意多所修習，以為非食」。

**《披尋記》三五六頁：**

**有不淨相等者：謂觀內外種種不淨作意生時不顛倒轉，故名如理。以彼不淨於內於外自能現見去來今世，不過如是不淨法性故。**

這上面《披尋記》：「有不淨相等者：謂觀內外種種不淨作意生時不顛倒轉」，不顛倒的作意活動起來，就是如理作意活動起來，「故名如理」。「以彼不淨於內於外自能現見去來今世」，你若這樣觀察內外，你就自然是你會知道，「現見」就是現前就看明白了，現在是這樣子、過去也是這樣子、未來還是這樣子。「不過如是不淨法性故」，不會超過這個不淨法性的。若是清淨，就超過不淨；實在不是，沒有超過，都是不淨；過去也是不淨，未來還是不淨，和現在一樣。

已二、徵

此復云何？

這底下第二科。前面是「標」，這底下「徵」，就是問。

「此復云何」，這上面說「有不淨相，及於彼相如理作意多所修習，以為非食」，這個話我不懂，你再解釋解釋，就是這麼意思。

已三、釋（分二科） 午一、觀二不淨

謂青瘀等。若觀此身種種不淨雜穢充滿，名觀內身不淨之相；復觀於外青瘀等相種種不淨，名觀外身不淨之相。

「謂青瘀等」，這底下第三解「釋」，分兩科，第一科是「觀二不淨」。

「謂青瘀等」的不淨相，「若觀此身種種不淨雜穢充滿」，這個不清淨不是一種，很多的不淨。「雜」者，合也，和合，合在一起的。一大堆的臭穢，充滿在身裡面，「名觀內身不淨之相」。「復觀於外」，表現於外的「青瘀等相種種不淨，名觀外身不淨之相」，內外兩種不淨，「不淨之相」。

午二、結名非食

由觀此二不淨相故，未生貪欲令其不生，生已能斷，故名非食。

這底下第二科「結名非食」。

「由觀此二不淨相故，未生貪欲令其不生，生已能斷」，也能停下來，「生已」能停，令其永久也不再生，那麼就是斷掉了。「故名非食」，沒有長養的意思。

《披尋記》三五七頁：

若觀此身種種不淨等者：觀內身中髮、毛、爪、齒、塵垢、皮、肉、骸骨、筋、脈、心、膽、肝、肺、大腸、小腸、生臟、熟臟、肚、胃、脾、腎、膿血、熱痰、肪、膏、肌、髓、腦、膜、涕、唾、淚、汗、尿、屎，是名內身朽穢不淨。若觀外身青瘀、膿爛、變壞、膨脹、食噉、變赤、散壞、骨鎖等相，是名外身朽穢不淨。如下聲聞地說。（陵本二十六卷二十頁）此不淨觀能與貪欲作斷對治，是故非食。

這底下看這《披尋記》：「若觀此身種種不淨等者：觀內身中髮、毛、爪、齒、塵垢、皮、肉、骸骨、筋、脈、心、膽、肝、肺、大腸、小腸、生臟、熟臟、肚、胃、脾、腎、膿血、熱痰、肪、膏、肌、髓、腦、膜、涕、唾、淚、汗、尿、屎，是名內身朽穢不淨。」

「若觀外身青瘀、膿爛、變壞、膨脹、食噉」，「食噉」就是為禽獸所食噉。「變赤」，變赤是什麼呢？就是一塊骨頭裡面的肉都沒有、都吃光了，就剩了一個骨頭了，叫變赤。還有「散壞」，骨頭散壞、散了，這一個胳膊、那一條腿，散壞。「骨鎖」，或者這骨連結起來，「骨鎖等相，是名外身朽穢不淨」。有內不淨、有外不淨，常常這樣觀，熟了這貪欲它就不起了。「如下聲聞地說。（陵本二十六卷二十頁）此不淨觀能

與貪欲作斷對治」，能斷除貪欲心，能對治、能消滅這個貪欲心，「是故」叫「非食」。

寅二、簡作業（分二科）卯一、由如理作意

**由於彼相如理作意故，遮令不生；多所修習故，生已能斷。**

這是「簡作業」，簡別這個作業，是「寅二」。簡別作業，前面說這個「食」、「非食」，現在簡別這個作業。這個是「貪欲蓋」，「明食等」分五科，第一科是「貪欲蓋」，「貪欲蓋」第一是「別辨相」，現在第二科是「簡作業」。「簡作業」，第一科「由如理作意」。

「由於彼相如理作意故」，這個修行人，修行人在靜坐的時候，有的時候沒有蓋，這五種蓋都沒有，很順利，忽然間又有蓋了。有蓋了的時候怎麼辦呢？你要「如理作意」，就是要修不淨觀，就可以對治。如果說有蓋了以後，這個止觀就不能修了，不能修就放棄了，這樣是不對的，應該對治它。「由於彼相」，由於這個修行人對於彼那個不淨相，「如理」去「作意」，「遮令不生」，就是遮止這個貪欲心，叫它不要生起。因為你思惟它淨相，這貪心就生起；若思惟不淨，貪就不生起了。道理是這樣子的，事實上也是如此，就是你要把那一念顛倒心轉一下，顛倒的妄想轉變成如理作意，只要你做這件事就可以了。「多所修習故」，常常這樣作念修習，這個貪心就「生已能斷」，雖然生，但是能把它斷掉，「生已能斷」。

卯二、由不如理作意

**前黑品中，由於彼相不正思惟故，未生令生；多所修習故，倍更增廣。**

「前黑品中，由於彼相不正思惟故，未生令生」，這是第二科「由不如理作意」。前面那個「為食」，那就是「黑品」。「由於彼」，由於那個修行人一時的顛倒，所以對於這個欲相「不正思惟」，所以煩惱沒生起也生起了，「未生令生」。「多所修習故」，你常常去顛倒思惟，「倍更增廣」，加倍，一倍又一倍地增廣，煩惱加倍地去增長，增長得很快的，「倍更增廣」。

這是這個貪欲蓋的作業，這一科說完了。底下說「瞋恚蓋」。

丑二、瞋恚蓋（分二科）寅一、食（分二科）卯一、問

**問：瞋恚蓋以何為食？**

這分兩科，第一科是「食」。分兩科，第一科「問」。

卯二、答（分二科）辰一、標

**答：有瞋恚性、有瞋恚相，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。**

第二科回「答」，回答也是「標」。

「答：有瞋恚性、有瞋恚相，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食」，這樣子說。這個「瞋恚性」，其實「瞋恚」就是瞋恚心；這個瞋恚心，你常常地動這個瞋恚

心，瞋恚心就有力量，就不容易改變，就叫「瞋恚性」。這個「性」有不容易改變的意思，「江山易改，稟性難移」，這個「性」有不容易改變的意思。「有瞋恚相」，有瞋恚的相貌。「瞋恚性」還只是心，心一動了就表現在外邊，那就是「相」。「及於彼相不正思惟多所修習，以之為食」，那麼「有瞋恚相，及於彼相不正思惟」，引起你發動瞋心的相，你不正思惟，你沒有如理地作意，你常常思惟這個相，「多所修習，以之為食」，那麼你的瞋心越來越厲害，就像得到了飲食的人，人就有精神，這道理是一樣的。

那麼這是「標」。底下解「釋」分兩科，第一科是「別辨」，分三科，第一科是「瞋恚性」。

辰二、釋（分二科） 巳一、別辨（分三科） 午一、瞋恚性

**依於種種不饒益事，心生惱害，名瞋恚性。**

「依於種種不饒益事，心生惱害」，就是因為你接受，「依」實在就是你內心裡面接受；接受了種種的不利益你的事情，對於你沒有好處，對於你或者有傷害的事情，你來接受這個相貌，接受這件事。「心生惱害」，心裡面就生出來一種憤怒，就是想要去傷害對方，就是生出這種瞋心出來，這就叫做「瞋恚性」。「瞋恚性」很簡單，這就叫「瞋恚性」。

午二、瞋恚相

**不饒益事，名瞋恚相。**

這個是第二科是「瞋恚相」；前面是「瞋恚性」。「不饒益事」，這個「不饒益事」什麼意思呢？自己發動了這個瞋恚的行為，要去傷害對方去，這叫「瞋恚相」。自己也接觸到不饒益事，自己的憤怒來了；憤怒以後就想要去搞對方去，這也叫「不饒益事」。這「不饒益事」分兩方面說的。這是「瞋恚相」。

午三、不正思惟

**於九惱事不正作意，名不正思惟。**

底下說第三是「不正思惟」。

「於九惱事不正作意」，你不能合理地去觀察思惟，「名不正思惟」，這是不正思惟。

一個「瞋恚性」，一個「瞋恚相」和「不正思惟」，這是辨這個瞋恚的食，瞋恚的食是這三種。

巳二、總結

**如是等事皆名為食。**

底下「總結」。「如是等事皆名為食」，心裡面動瞋心，然後表現了瞋恚的相，「於

九惱事不正作意」，那都是瞋恚的食。

《披尋記》三五七頁：

於九惱事不正作意者：決擇分說：瞋事亦有十種。依前六事，立九惱事，緣彼一切瞋，皆名有情瞋。(陵本五十五卷八頁)云何六事？謂一、己身，二、所愛有情，三、非所愛有情，四、過去怨親，五、未來怨親，六、現在怨親。於後三中，怨親各二，是故建立成九惱事。當知此中都無我及有情，唯有諸蘊，唯有諸行，於中假想施設安立我及有情，不應依彼心生惱害作意思惟。即彼作意，名為不正作意。

這個「九惱事」看《披尋記》怎麼講。「於九惱事不正作意者：決擇分說」，〈決擇分〉上說：「瞋事亦有十種」，有十種瞋事。「依前六事」，十種瞋事裡邊前面的六種事，「立九惱事」，這九惱依那六種事可以建立。「緣彼一切瞋，皆名有情瞋」，都叫做有情瞋，這樣意思。「(陵本五十五卷八頁)」那上說的。

「云何六事」，依彼六事建立九惱，「六事」是什麼呢？「謂一、己身」，自己的身體，對自己身體不滿意、發瞋心。二、於「所愛有情」發瞋心，三、於「非所愛有情」也發瞋心。第「四、過去怨親」，不是現在，過去是我的親、是我的怨。「五、未來」世的「怨親，六、現在怨親」，這是六個事。「六事」裡邊，前面說是「瞋事有十種」，這裡列出來六個，再加上一個不可意的境界，還有嫉妒、還有宿習、還有他見，加上這四個就是「瞋有十事」。

「於後三中」，前面列出來的「六事」，於後面這三個中，「怨親各二」，怨和親各兩個；三個呢，就是六個，六個再加前面那三個：「己身」、「所愛有情」、「非所愛有情」，加起來就是九事，「是故建立成九惱事」，是這麼意思。這九惱事，「於九惱事不正作意」就叫「不正思惟」。

那麼這底下《披尋記》說：「當知此中都無我及有情，唯有諸蘊」，這些境界，這些發動瞋心的這些境界，就是裡面沒有我；在這裡邊，在這個臭皮囊裡面沒有那個常恆住、不變易的我的體性，沒有我。「有情」，也還是我，就是這個我是有情的，能令你有愛，這叫有情。「唯有諸蘊」，沒有我，有什麼呢？就是色受想行識而已，這叫「諸蘊」。這個「蘊」是積聚的意思，色蘊是一大堆，受蘊也是一大堆，想蘊、行蘊、識蘊都是一大堆，叫做「蘊」。「唯有諸行」，而這些色受想行識都是剎那剎那生滅變化的，是這樣子。

「於中假想施設安立我及有情」，我們為什麼會執著有我呢？就是不明白是假的，在這個色受想行識裡面「假想」，就是方便這樣子安立說「這裡邊有個我，這是我、是有情」而已。「不應依彼心生惱害」，不應該在這裡面生了惱害心，「作意思惟」，不應該作意思惟有我。「即彼作意，名為不正作意」，你生惱害的作意，你執著有我，「他來傷害我」，你若這樣分別就叫「不正作意」。

「於九惱事不正作意」，執著有我、我所，執著有惱害事，這樣子瞋心就來了，「名不正思惟」。「如是等事皆名為食」。

前面說瞋的「食」，這底下說「非食」。

寅二、非食（分二科）卯一、問

**問：此瞋恚蓋誰為非食？**

「非食」，先「問」。「問：此瞋恚蓋誰為非食」呢？

卯二、答（分三科）辰一、標義

**答：有仁慈賢善，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。**

「答」，分三科，第一科「標義」。「有仁慈賢善，及於彼相如理作意多所修習，以為非食」，就是這樣。「仁慈」，這個「仁」就是「慈」，就是慈悲、慈悲心。「賢善」，他內心裡面沒有什麼煩惱，心裡面很良善的，心性非常良善，那麼叫「仁慈賢善」。「仁慈」是說對一切人有愛心，叫「仁慈」；這個「賢善」就是沒有惡心，沒有傷害人的心情，那就是「賢善」。而又積極地進一步地願意利益一切人、饒益一切人，那麼叫做「仁慈」，可以這麼樣解釋。這一個人若是有仁慈之心、有賢善之心，那麼這樣的人瞋心自然會輕，自然會輕一點。

「及於彼相如理作意」，若是這樣子有仁慈賢善，對於瞋恚就有傷害，能傷害這個瞋恚。如果你能「及於彼相如理作意」的話，你能觀察這都是虛妄分別、都是畢竟空寂，「如理作意多所修習」，一次又一次地修習，那麼就把這個瞋恚心就破了，這就叫做「非食」。它不長養這個瞋心，而能夠消滅這個瞋心的，是這樣意思。

前面這是「標義」，底下第二科是「辨相」。

辰二、辨相

**又此慈善，恆欲與他安樂為相，修力所攝。由思擇力所攝作意，調伏九惱。**

「又此慈善，恆欲與他安樂為相」，前面說「仁慈」和「賢善」，這句話什麼意思呢？就是這個人他常常地願意給別人安樂，叫別人身體安隱、心情快樂，願意幫助別人身心安樂，這就是叫做「仁慈賢善」的相貌，是這個意思。「恆欲與他安樂為相」，人也的確是有這種人，也有的人沒有這種心情，我只管我自己，我不管別人，這樣子。這個是「為相」。「修力所攝」，如果說我的心沒有這種，我沒有仁慈賢善的意思，那怎麼辦呢？「修」，你常常修這個仁慈賢善，那麼也就會有仁慈賢善的心情了，這是修來的，可以創造的，「修力所攝」。

「由思擇力所攝作意，調伏九惱」，這等於就是解釋這個「修力所攝」。由於你內心用智慧去思惟觀察的關係，思惟觀察任何人都不願意受到傷害，我也是這樣子，「己所不欲，勿施於人」，我是歡喜安樂自在的，別人也歡喜安樂自在；我歡喜別人幫助我安樂自在，別人也有這個心情，所以我也應該學習幫助別人安樂自在。你能這樣思擇、這樣作意，那你這個慈悲心就來了，你這個仁慈賢善的心情就來了。「調伏九惱」，把那個九種惱亂的那種瞋恨心就制伏了，就沒有了。

這是「辨相」。底下第三科「結說」。

辰三、結說

**以能斷除瞋恚蓋故，經中唯說此為非食。**

「以能斷除瞋恚蓋故」，你能這樣子修習「仁慈賢善，及於彼相如理作意多所修習」，或者修這個「多瞋眾生慈悲觀」，修慈悲觀，那就能夠斷除瞋恚蓋，瞋恚這個障就能蓋掉。「經中唯說此為非食」，這是瞋恚蓋的「非食」，我們可以這樣子來對治這個瞋心。

丑三、惛沈睡眠蓋（分二科） 寅一、食（分二科） 卯一、問

**問：惛沈睡眠蓋以何為食？**

這是「惛沈睡眠蓋」第三科，分兩科，第一科是「食」，先「問」。底下回答。

卯二、答

**答：有黑暗相，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。**

就是這個「黑暗相」，這個睡覺，惛沈睡眠以「黑暗相」，你去思惟這個黑暗相的時候，你就容易睡著覺，容易睡著覺的，這個「黑暗相」。不容易睡著覺有一個什麼道理呢？你若光明相，就把各式各樣的事情的相貌都現出來，在光明中能現出來很多的各別的相貌。現出來了，你心就去分別：這個是攝影機、這個是書桌、這是茶杯、這是蓮花，那麼你若一多分別，那就不能睡覺、不惛沈了。若是黑暗來了，把所有的相貌都隱藏起來了，你心沒有辦法去思惟，得不到思惟的助緣，那麼心就收回來了，不向外攀緣了；一收回來，那麼就睡著，就睡覺了，是這麼回事。所以「黑暗相」是一個幫助你睡眠的因緣。

「及於彼相不正思惟」，「及於彼相」是什麼相呢？就是各式各樣的行相，你去「不正思惟」，你沒去想，沒去正思惟。沒正思惟，你老常常這樣地不正思惟，你這個睡眠、惛沈就多起來，就是「以之為食」。所以靜坐的時候有惛沈來了，你心裡面努力地去思惟、去觀察，這個惛沈就沒有了，你努力地思惟「凡所有相，皆是虛妄」……。我不知道你們怎麼想法？我當初讀《金剛經》，人家讓我去講《金剛經》，我在這個地方想了很久不明白，怎麼「凡所有相，皆是虛妄」，怎麼講呢？想了很久才有一點分別。怎麼叫做虛妄？就是你若努力地去思惟，這個惛沈就沒有了，睡眠也沒有了，睡不著覺的。所以你若「不正思惟多所修習」的話，你這個惛沈睡眠就會多起來。

寅二、非食（分二科） 卯一、問

**問：此蓋誰為非食？**

這是第二科，「誰為非食」。前面說「食」，第二科「非食」。

「問」：這個惛沈睡眠蓋，誰是它的「非食」？誰能對治它呢？



卯二、答（分二科）辰一、略標

**答：有光明相，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。**

「答」，「答」是分兩科，第一科「略標」。

「有光明相」，有這光明的相貌。「及於彼相如理作意多所修習，以為非食」，這就是惛沈睡眠的「非食」，能對治惛沈睡眠的。

這是「標」，底下就「廣釋」。分兩科，第一科「辨種類」。分兩科，第一科「總標列」。辨種類。

辰二、廣釋（分二科）巳一、辨種類（分二科）午一、總標列

**光明有三種。一、治暗光明，二、法光明，三、依身光明。**

「光明有三種」，這光明相有三種。一、是治暗的光明，黑暗的光明，它能夠驅除一切黑暗的光明，這是一種光明。第二個是法的光明，第三是依身的光明。有這三種光明。

《披尋記》三五八頁：

**法光明者：謂如所聞已得究竟不忘念法，名法光明。如修所成地說。（陵本二十卷九頁）**

這個三種光明《披尋記》：「法光明者：謂如所聞已得究竟不忘念法」，名叫做「法光明」。其實這個就是經律論都是法，這個法就是光明。「如修所成地說。（陵本二十卷九頁）」。

這是列出來「辨種類」，第一科是「總標列」，這個把法光明列出來。底下是第二科「隨別釋」，解釋。

午二、隨別釋（分三科）未一、治暗光明（分二科）申一、略標

**治暗光明復有三種。**

前面是「治暗光明、法光明、依身光明」，列出三種光明，這底下解釋。這個「治暗」的「光明」是什麼呢？「復有三種」治暗的光明。

申二、列釋

**一、在夜分，謂星月等；二、在晝分，謂日光明；三、在俱分，謂火珠等。**

「在夜分」，有晝分、有夜分；那麼這一日夜分成兩分：一個是夜分，一個是晝分。「在夜分，謂星月等」，天上的星宿和月亮，這是光明，治暗的光明。「二、在晝分」，就是白天，白天就是太陽的光明。「三、在俱分」，就是夜分也好、晝分也好，它都有能力破除黑暗，「謂火珠等」，加上燈，發光的這些東西。

這是把這個治暗的光明解釋了。「隨別釋」，未一「治暗光明」，申一是「略標」，

第二科、申二是「列釋」。

未二、法光明

**法光明者，謂如有一，隨其所受、所思、所觸，觀察諸法；**

「未二」是「法光明」。前面這解釋完了。

「法光明者，謂如有一，隨其所受、所思、所觸，觀察諸法」，這叫做「法光明」。「所受」，就是我們所學習的一切佛法。「所思」，「所受」就是聞慧，「思」就是思慧，你接受了以後你還要思惟。這個「觸」就是證，進一步地證實了這樣的真理。這個「所受」的諸法要觀察，「所思」的觀察諸法、「所觸」的觀察諸法，這都叫做「法光明」。

**《披尋記》三五八頁：**

**隨其所受所思所觸觀察諸法者：於法受持，是名所受；於法思惟，是名所思；於法觸證，是名所觸。隨此所生聞思修慧，與光明想相應而轉，能正對治諸所治法，令心清淨，由是故能觀察諸法，名法光明。**

看這個《披尋記》解釋：「隨其所受所思所觸觀察諸法者：於法受持，是名所受；於法思惟，是名所思；於法觸證，是名所觸」，這個「觸」還是很高深的境界。「隨此所生聞思修慧，與光明想相應而轉，能正對治諸所治法，令心清淨，由是故能觀察諸法，名法光明」，是這樣意思。

這個「光明想」，「隨此所生聞思修慧」，照理說這就是光明想，聞思修慧就是光明想。「與光明想」，又說到光明想，那又是一回事。這也是要訓練，思惟太陽的光明，或者思惟燈的光明。若是這樣子思惟久了，你一閉上眼睛，儘管是沒有日月燈的光明，是黑暗的；你修成功了，你一閉上眼睛就是光明的，屋子裡沒有黑暗，就是光明。思惟成功了的時候，在光明中可以觀佛像，也可以讀書，這也是不可思議的事情。譬如說是夜間睡著覺了，屋子都沒有開燈，但是你睡覺的時候認為是有太陽的光明，沒有黑暗，也在讀書、做事情，那光明從哪兒來的？你做夢的時候，不是夜間，也有光明，也有燈光，有太陽的光明，也可以讀書、也可以做事，那光明從哪兒來的？就是心的分別。

**或復修習隨念佛等。**

這是修「法光明」，你「修習隨念佛等」也是，這也是法光明；念佛的光明，念佛的白毫相，念佛的肉髻相，念佛的三十二相，或者念佛的功德：如來、應供、正遍知……這些功德，或者念佛的戒定慧等這些功德。

**《披尋記》三五九頁：**

**或復修習隨念佛等者：此中等言，等取法、僧。聞所成地說：於佛法僧隨念之行，名歸依隨念。能令心沒諸修行者，正策其心，令生歡喜。（陵本十四卷二十頁）如是隨**

念治心沈沒，名法光明。

「或復修習隨念佛等者：此中等言，等取法、僧」，可以修念法、念僧。「聞所成地說：於佛法僧隨念之行，名歸依隨念。能令心沒諸修行者，正策其心，令生歡喜」，那麼就破除去這個黑暗，破除去惛沈睡眠了。「如是隨念治心沈沒，名法光明。」

未三、依身光明

**依身光明者，謂諸有情自然身光。**

「依身光明者，謂諸有情自然」的「身光」明，諸天身體有光明。我們人的功德不夠，沒有身的光明。或者佛身有光明，這樣子。

這是有治暗的光明、有法光明、有依身的光明，三種光明。治暗的光明是一回事，我們靜坐的時候有惛沈、睡眠，那要以法光明來對治，這樣意思。

我們上一個星期不知哪個同學寫了好多的問題，十二個問題問我，還有明天嘛，不是就這一天。提出十二個問題問我，我答覆了五個問題，這底下還有七個問題。

問：菩薩觀黑品時，雖然不觀至「行」和「無明」兩支，但若能斷現法的愛、取，仍可斷後有，為何要觀至無明和行才能還滅？觀十支不能滅生死嗎？

答：這個問題提出來得很有道理。這是佛說這個十二緣起有多種差別，有的時候說十二支，有的時候說十支，有的時候說九支，有的時候說五支，有的時候只說一支，有種種差別。在解釋的時候，佛就是說到「名色緣識，識緣名色」，就到此為止，行和無明沒有提。現在這位同學提出這個問題。那麼要修觀的時候，佛說到十支為止，修觀也就觀到這裡；觀到這裡，就是提出來說：「為何要觀至無明和行才能還滅，觀十支不能滅生死嗎？」他提出這個問題。

因為他這個修觀的人，他觀「為什麼有老死？」因為有生，生緣老死。因為一剎那間這個識、名色、六處、觸、受，一剎那間有了識，有了有取識，投胎的有取識，所以有了識就有名色、六處、觸、受，所以才有老死。那麼，怎麼會有……就是這個生，生緣老死；生就是識、名色、六處、觸、受。為什麼有生呢？因為有「有」。為什麼有「有」？因為有愛、取。為什麼有愛、取？有受。一直推到識緣名色、名色緣識。這樣子觀到那裡的時候，不能夠了生死，沒能了生死，因為什麼呢？因為識緣名色、名色緣識，這能迴轉了，是迴轉過來，沒有能夠滅。譬如說是，怎麼才能沒有老死？生滅則老死滅。那麼生怎麼才能滅呢？有滅則生滅。有怎麼樣才能滅呢？要取滅則有滅，愛滅則取滅……一直到識滅則名色滅。那麼識怎麼樣才能滅呢？名色滅則識滅。不行！你名色滅，識還是不滅的。所以你這樣觀呢，這個生死它不能夠停下來。如果你觀察，再進一步說，行緣識，行滅則識滅，那麼行怎麼才能滅呢？無明滅則行滅。無明是生死的根源，這樣子生死才能滅；要觀察到無明，這時候這個問題才解決。

但是你提出這個道理也對的。若在現法中你能夠滅除愛取，愛滅則取滅，取滅則有滅，這老死、生死的問題就解決了。但是愛，若說是滅除愛取，這地方也就是無明。有愛取的人，誰有愛取？就是有無明的人有愛取。所以這個地方也就等於是：無明滅則行滅，行滅則識滅了，是這樣意思。

前面說到十二緣起也提到這一點，因為無明緣行，這是發業的無明，造成了識、名色、六處、觸、受的種子。用現在的愛取去滋潤，是潤這個識、名色、六處、觸、受的種子，所以就變成有了，有緣生，生緣老死。若是現在你不愛取，那也就是識、名色、六處（、觸、受）種子不得到滋潤，那麼它就不是有；不是有就沒有生，沒有生就沒有老死，也能解決這個問題，是那麼意思。所以若是你已經修觀修到名色緣識，識緣名色這裡，不行；一定還要觀察，向前觀到行和無明才可以。那麼也就等於是「有」，為什麼有「有」？因為有愛取；愛取滅了，就沒有「有」，也等於是這樣意思，所以也是可以這樣講的。這是第六個問題。

問：第七個問題，唯識說的二世一重的因果的緣起，與一般說的三世二重的因果緣起，最主要的分界點在哪裡？

答：你問我？如果我提出來問你，你怎麼回答我？這是那樣，這二世的緣起，這是唯識的說法，唯識這二世的緣起說得微細一點。微細一點在哪裡？就是種子，它說出個種子的問題；三世因果沒有提種子，不提種子這個問題。所以你問我，它們這兩個，一個二世的一重因果，三世的兩重因果，主要的分界點在哪裡？就是建立種子、不建立種子的問題，就是這個地方有差別。

另外，唯識上把煩惱分成兩類：一個是發業的無明，一個是潤業的無明，說出這麼兩類。說出這麼兩類，就把阿羅漢能得聖道的這個人的差別顯示出來了。過去的發業無明已經做了，你現在後悔也來不及了，但是現在的愛取有作用，你能滅掉這潤生的無明，那個業力沒有辦法發生作用，也可以得聖道。這也是一個微細的地方，是個微細的地方。

我們另外一個應該注意的地方，就是前面解釋十二緣起，解釋無明的地方，它以執著有我是無明，它解釋這個地方有這樣意思。這個地方，我們中國佛教……當然這個話就是，印度佛教、中國佛教，一這樣講就是出現這個問題。現在《瑜伽師地論》是從印度翻譯過來的，這是屬於印度佛教。印度佛教，我們說是有小乘佛教、有大乘佛教，《瑜伽師地論》當然是大乘佛教。但是他說的這個時候，他似乎是，《瑜伽師地論》的作者似乎是對《阿含經》是尊重的，尊重《阿含經》。《阿含經》當然是特別地著重對治我執。而現在這裡說十二緣起，說什麼叫做無明？就是你執著有我，這是無明，這樣講這十二支緣起。當然其中也包括不知道苦集滅道四諦，那就又深了一點；你不知道滅諦，這也是無明，那就是深刻了一點。但是若在我們現在的這貪瞋癡活動的人來說，不知道滅諦是無明，我們實在是「丈二金剛，摸不著頭腦」，真是不知怎麼回事。如果說執著有我是無明，我們

容易明白。那麼修四念處觀察無我，正好是對治，使令我們容易轉凡成聖。

當然我們說「小乘人」，好像我們都不讚歎小乘人，說這是什麼焦芽敗種，是怎麼說？但是我妙境想，先不要提這個問題，不要提大小的問題，先消滅苦，消滅生死大苦，這個是第一件大事。證了大阿羅漢果，消滅了生死苦，這件事不是很好嗎？我們對一個生死凡夫有一點禪定了，我們：「哎呀！這是聖人，有了神通的。」若是真實是斷了煩惱，不但有神通，這是有聖道的阿羅漢，不是更值得恭敬了嗎？我們何必計較這個事：「哎呀！他不是大菩薩！」是的。但是在我們來說，這件事很重要，滅除生死大苦不是很重要嗎？我們滅除了生死大苦，我們再發無上菩提心，也可以嘛！

很多的高僧都是這樣子，世親菩薩原來是小乘，鳩摩羅什也是原來是小乘，曇無讖也原來是小乘；你看《高僧傳》一看，都是後來迴小向大。就算我們現在發無上菩提心，還是個生死凡夫。生死凡夫能發無上菩提心，也是可以讚歎的，但是還是個生死凡夫，你能有多少作為？還是要得了無生法忍以後，那才能有大的作為。所以修學聖道，先滅除去見煩惱、愛煩惱很重要。尤其今天的佛教衰微啊！今天佛教的衰微，現在由於學習《瑜伽師地論》，使令我們衰微的相，這個相貌在什麼地方？就是我們所有的佛教徒只能在文字上學習佛法，這就是衰啊，連思慧都不具足，少數人具足點思慧。我姑妄言之，仁俊老法師他有點思慧，他有多少思慧的，他是超過一般人。有些人聞慧都不具足。當然這樣情形就是，我們佛教徒太淺薄了，膚淺得很。一定進步到思慧、修慧，能得見第一義諦，聖人，這佛法才是興盛的，就是得無生法忍了。

若是佛教裡邊，我們出家人，多數，不是少數，多數對於佛法能深入地學習，也無形中能減少胡說八道的人的放逸。他可以在佛教裡面胡說八道，充善知識，這是佛法的衰相。為什麼他敢這樣？大家都不懂，你不知道他怎麼回事，「哎呀！真是了不得，觀世音菩薩再來。」如果我們很多人都是能夠，不要說是得入聖道，文字的佛法都能通達無礙的話，很明顯地知道這個人是胡說八道，那他就不敢放逸。也有些人很直爽，就在大眾裡就指責「他不懂得佛法」，就可以。但是很多人不敢說這些話，你說了也等於沒有說。當然大多數都是這樣子，這件事就不容易出現。所以容易出現這件事，而大家還不明白，這是佛法的衰相，我們學習得不夠啊！

所以從《瑜伽師地論》，我們學習十二因緣上看，它重視無我，重視無我的智慧，和《阿含經》唱一個調；《阿含經》是重視無我的，而大乘的《瑜伽師地論》它也是這樣講。這樣的佛法在今天的佛教來說，我認為是對的；就是正法住世的時代也是應該是這樣子，也是這樣子。而我們用功修行，從《中觀論》上看，從現在《瑜伽師地論》上看，應該重視修無我觀；你光修奢摩他不行的，光修奢摩他也容易偏，也容易走偏了。

「唯識說的二世一重的因果的緣起相，和一般說的三世二重的因果，最主要

的分界點在哪裡？」就是它立了種子，這個和三世因果的微細的地方，但是說三世因果，人也容易明白，分三世也是容易明白的。當然也可以那麼解釋，不是說不對。這是一個問題。

問：二世是指哪二世？現在和過去？或現在和未來？

答：我認為這都可以，都是可以。生、老死是兩支，前面是十支，前面十支都是因，後面生、老死是果。因裡面有兩種：一個是引因，一個是生因，就是這樣子。你說它是現在、說未來都可以，一個是指現在和過去，一個是現在和未來，都可以。

問：這是第八個問題。唯識說的二世無、現在有，這個有是有體還是無體？

答：這個話，有體而體不真實，應該是這麼說，有為法是這樣子。它說依他起的這一切有為法都是不真實的，如夢中境、如鏡中像、如水中月，是有，但是不真實。所謂有體就是這樣子講，這叫做有體，應該是這麼說。如果無體，無體成了遍計執了，遍計執是不能安立生死的。

問：現行一定有相嗎？

答：若是現行了一定有相，當然現行就是有相；不管是色法、是心法，都是有相貌的。你內心裡面有貪，貪就是個相貌；你有瞋，貪瞋癡它都是由種子現，現就有相，所以現行一定是有相的。

問：有沒有有體而無現行的嗎？

答：當然是有，有體而沒現行，那麼就是種子嘛！有種子而沒現行，種子就是有體，還是有體的。

問：沒有現行的法，能不能說它是存在的？

答：沒有現行的法，那麼有種子就是存在，還可以說存在，還是可以說存在的。若說是這一法沒有種子，沒有種子那就是沒有了，那就是不能說存在，這樣說。

問：第九，《披尋記》第三冊卷六十六，2125 頁說：學法是指「或預流、或一來、或不逮有學補特伽羅，若出世有為法，若世間善法，是名學法。」請問什麼叫不逮有學補特伽羅？

答：這個不逮有學補特伽羅，這個文上說，學法是指預流、一來、或不逮有學補特伽羅，這三種人都叫做有學。當然三果聖人也還是有學，只有四果才稱為無學。但是現在沒有說三果，只是提出叫不逮有學。這個「不逮有學」這句話，就是不及，逮者及也，還不及於有學的身分；就是他的程度還沒有能達到有學的程度。什麼叫做有學？就是初果、二果、三果、四果向，這都是有學。現在沒有達到這個程度，那就是連初果也不是，那麼應該是誰呢？應該就是忍。四善根，煖、頂、忍、世第一，就是要忍位以上，忍位以上就稱之為不逮有學補特伽羅，也稱之為學。他這個意思也可以稱之為學了。

那個話的意思，什麼原因會這麼說呢？因為到了忍以後是不退了，他只有能

向前進，而不會向後退。煖、頂兩個善根還是會退的，而忍是不退了，所以給他一個學的名字，他也稱之為學，是這樣意思，稱之為學法。所以這個「不逮有學」，應該指忍位以上，忍、世第一說的。忍、世第一這個時候還不是初果，所以他不是有學，所以他不逮有學，還沒達到那裡；但是他呢，也算在內，也算在學法以內的。因為什麼呢？因為他不退了，他決定可以到初果以上去，能進步到聖人的境界去。所以他也叫做學法，可以這麼講。你這問「不逮有學補特伽羅是什麼？」

問：忍位以上的學佛凡夫，所做的善有漏法是否墮流轉？

答：忍位以上的學佛的凡夫，他做的善有漏法會不會墮到流轉？忍位以上的這些學人，他死了以後到哪兒去？如果沒有到初果，就算是連到初果也好，初果、二果死了以後還在人間、天上。天就是欲界天和人間，初果、二果都是這樣。三果死掉了呢，他到色界天去，或者無色界天；或者到四果向都還是這樣。到了阿羅漢果以後，死了以後，那就不在三界了，他就是到了……天台宗說是方便有餘土，或者他是發大悲心廣度眾生，是大菩薩了。

所以「忍位以上學佛的凡夫所做的善有漏法，是不是墮流轉」這句話，還是流轉，但是不會到三惡道去，可以這麼解釋。比如說我們凡夫死了以後，我們會流轉生死，因為貪瞋癡會活動。因為貪瞋癡的活動，和過去世的罪業也好，或者是有漏的善業也好，因為煩惱的滋潤，就隨業流轉。那麼初果聖人、二果聖人，他們是聖人了；但是他們沒有斷欲，還是有多少欲的，所以就是在人間、天上受生死。那麼三果聖人呢，三果沒有欲了，是欲界的欲沒有，色界以上的欲還是有，所以他還是要流轉，還是墮入流轉，但是可不是到三惡道去。

這還有三個問題，明天再講。

巳二、簡對治（分二科） 午一、治暗光明。

**當知初明治三種暗。一者、夜暗；二者、雲暗；三者、障暗，謂窟宅等。**

這個「昏沈睡眠蓋」，第一科是說「食」，第二科說「非食」。「非食」裡邊，第一科是「略標」，第二科「廣釋」。「廣釋」裡邊，第一科是「辨種類」，第二科是「簡對治」，就是現在。「簡對治」就是簡別對治暗的光明的事情。

「當知初明治三種暗」，前面說到有治暗的光明，有法的光明，有依身的光明。這底下「簡對治」，第一科是說治暗的光明，就是初光明。初光明就是日月；日的光明、月的光明、星宿的光明，乃至珠的光明、燈的光明，能夠對治三種暗。第一個是夜間的暗，第二個是雲遮住了日月的光明的暗，第三個是「障暗」。「障暗」是什麼？「謂窟宅等」，這是「障暗」。

這是治這三種暗，這是第一科。

午二、法光明（分二科） 未一、略標

**法明能治三種黑暗。**

第二科是「法光明」。「法明能治三種黑暗」，也是能治三種。那麼第一科是「略標」。

未二、別辨（分二科） 申一、能治無明及疑黑暗（分二科） 酉一、辨黑暗相  
**由不如實知諸法故，於去來今多生疑惑，於佛法等亦復如是。**

第二科是「別辨」，「別辨」裡面第一科「能治無明及疑」的「黑暗」，裡邊說到黑暗相。

「法」光「明能治三種黑暗。由不如實知諸法故，於去來今多生疑惑，於佛法等亦復如是」，這是說這三種暗。「由不如實知諸法故」，由於我們凡夫的眾生沒有般若的智慧，不知道一切法是因緣生起的道理，所以對「於去來今」有三種暗，過去怎麼回事，未來怎麼回事，現在怎麼回事，「多生疑惑」，這就是三種暗。「於佛法等亦復如是」，對於佛法僧也是，不明白是怎麼回事，所以有些疑惑，「多生疑惑」。這是「辨黑暗相」。

酉二、出黑暗體

**此中無明及疑，俱名黑暗。**

這是「出黑暗」的「體」，第二科。

對於過去、未來、現在，對於佛法僧有所不知，那麼這裡面主要就是「無明」；不明白緣起，不明白緣起寂滅。「無明及疑」惑，疑惑是有多多少明白、也有不明白，也還是無明，也還是和無明是同類的。「俱名黑暗」，無明也好，疑惑也好，這都是我們內心裡面的黑暗。這個黑暗當然不是外邊的夜暗、雲暗、障暗，不是那個暗。這是說這個「暗」。



## 申二、能治惛沈睡眠黑暗

**又證觀察能治惛沈睡眠黑暗，以能顯了諸法性故。**

前面是第一科「能治無明及疑黑暗」，現在是第二科。「又證觀察能治惛沈睡眠黑暗，以能顯了諸法性故」，這個法的光明能治無明及疑，這是第一科，現在第二科。

「又證觀察」，又這個修行人常能夠修習戒定慧，得到了禪定以後，得到了禪定以後智慧也隨著增長了，所以他這個觀察的智慧強了。「證觀察」，得到了禪定之後成就的那種觀察的智慧，「能治惛沈睡眠黑暗」，惛沈的黑暗、睡眠的黑暗就能夠對治出去。

「以能顯了諸法性故」，因為得到了禪定，智慧也是加強了，能夠顯了法性；對於這些緣起法的情況，在那個智慧的光明下，就能夠明了地顯現出來，有這種能力。有這樣能力的關係，在心理上的惛沈和睡眠也就對治出去了。得到了禪定的人，當然是惛沈睡眠是對治了。就是得到了未到地定，他就對於惛沈睡眠的對治已經有很大的力量能對治；若是得到了初禪以上，那力量是更強大了。所以得到色界天以上的人，他們沒有睡眠，沒有這件事。

## 丑四、掉舉惡作蓋（分二科）寅一、食（分二科）卯一、問

**問：掉舉惡作蓋以何為食？**

前面說這個「惛沈睡眠蓋」，當然也還是有這個戒定慧能對治它，這是第三科。現在第四科是「掉舉惡作蓋」，說到它的這個問題。分兩科，第一科是「食」。分兩科，第一科是「問」。

「掉舉惡作蓋」它以什麼事情作它的「食」，能加強掉舉惡作的力量呢？

## 卯二、答（分二科）辰一、略標

**答：於親屬等所有尋思，於曾所經戲笑等念，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。**

「答」，這底下回答。分兩科，第一科是「略標」。「於親屬等所有尋思，於曾所經戲笑等念，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食」，這個掉舉惡作的食就是這樣的。對於「親屬」，這個親愛的、有親厚關係的人，雖然是分別了，但是心裡面常會「尋思」，會想念，那麼就會增長了你的掉舉惡作的力量了。有國土的尋思，這個「等」，等於那個國土的尋思、不死的尋思。「於曾所經」過的，曾經經過的這些「戲笑等」的事情，現在回憶那些事情。「及於彼相不正思惟」，及於彼親屬、國土、不死、曾所經戲笑等這一切的影像有不正的思惟。「不正」就是不能如理作意，隨著那個過去的經驗的影像起這個貪瞋癡的分別，那麼就是「不正思惟」。「多所修習」，就是不只一次的，常常地這樣憶念，憶念自己的親屬、過去的經驗的戲笑等事。「以之為食」，這個掉舉惡作就是以此為食。那麼這是「略標」。

辰二、隨釋（分二科） 巳一、尋思攝（分三科） 午一、親屬尋思

**親屬尋思者，謂因親屬或盛或衰、或離或合，發欣感行，心生籌慮等。**

底下第二科「隨釋」，分兩科，第一科「尋思攝」，屬於尋思這一類的。分三科，第一科是「親屬」的「尋思」。

「謂因親屬或盛或衰」，自己以前親愛的人，很興盛、很如意的事情很多；或者是衰敗了、衰退了，很多不如意的事情來了。「或離或合」，彼此親愛的人分離了，或者是又和合了。「發欣感行」，因為這樣親屬的變化情形，這位修行人常常地關心，就發出欣感的這種心行，心裡面有時歡喜、有時候憂愁。「心生籌慮等」，心裡面就還要去盤算「怎麼樣能夠不要離呢？怎麼怎麼的」，就是想很多很多的分別心，這些事情。那麼這就叫做親屬的尋思，這樣尋思起來就不能修止觀了嘛！這個止觀就障住了。「親屬尋思」。

午二、國土尋思

**國土尋思者，謂因國土盛衰等相，廣如前說。**

「國土尋思」，這第二個「國土尋思」。「謂因國土盛衰等相，廣如前說」，這個說以前所住的地方，或者那個地方原來是怎麼不好，現在特別好起來了；或者是原來特別好，現在又不好了。那麼自己因此而有些分別：「唉呀！那麼這個地方現在比以前好了，我為什麼離開了呢？跑到這裡來受這個苦呢？」「廣如前說」，就這樣分別。

午三、不死尋思

**不死尋思者，謂因少年及衰老位諸有所作或利他事，發欣感行，心生籌慮等。**

這個「不死尋思」，就是不感覺到人的生命是很危脆的，還感覺到「我最少能活兩千歲！」就是有這種想法，不感覺到一口氣不來就死了，「我還能活六十年。」這也就是不死尋思的意思。

「謂因少年及衰老位」，誰是不死尋思呢？就是這個修行人，這修行人他現在在少年的時代，或者他已經衰老了；年紀或者年輕、或者是年紀很大了。「諸有所作」，現在當然是屬於一個修行人的身分，已經離開了世俗，到了僧團裡面來住。僧團裡面當然也有很多的事情，或者是讀經、讀這個經律論，背誦，做這些事情。或者是自己學習了多少年的佛法，若有人請他去講經去了，那麼學習的佛法裡面說要趕快修行，說「先不要修行，等我出去講經講幾個月再回來再修行」；或者說是「不要去修行、修四念處，等我寫幾部著作出版，我再修行」，就是這樣意思，「諸有所作」。不管是年少、或者年紀輕、或者年紀老，這心裡老想要做這些事情。

「或利他」的「事」情，利益別人的事情，或等我到那個地方去度眾生去，那裡有很多的信徒，我很有緣，我要去教化去，不要修四念處，我不必。或者說是聽人說

某某地方，那個地方簡直是有特別的殊勝的境界，這個名山、國土特別的莊嚴，那裡有某某的什麼國家的花園怎麼怎麼好，這有特別的名勝，「我要去朝山去，等我回來的時候我再修四念處」，是這個意思，就是這麼回事，就是這樣。對於這些利他的事情，或者自己這些事情，總是不想修行。或者說是「等我過了幾年，過了七年以後我再修行，過六年、五年、四年、三年、二年、過一年以後，我來修四念處」，這是這樣子；或者說過七個月以後，過六個月、五個月、四個月、三個月、兩個月、過了一月；或者過七天以後，或者說是六天、五天、四天、三天、一天，「等明天我再修行，今天先不要！」就是這個意思。不管是少年位，或者衰老位，總是願意做其他的這些事情，對於修行的事情總是向後拖，拖延、拖延。若說是做這些雜事，精神來了；若說想要修行，「我沒有精神！我腰疼！」「發欣感行」，總是不歡喜，這樣子，「心生籌慮」，這心裡面就是有種種的想法，總是想辦法避免，我不想要修行。

在《大莊嚴論》上有一個故事。兩兄弟出家了，這個哥哥出家以後，當然也是要學習佛法，兩兄弟都是出家了學習佛法。學習了以後，哥哥就修四念處，不久得了阿羅漢果。這個弟弟呢，這個法喜充滿，學習、學習，學習又學習，學習又學習，這個三藏十二部通達無礙，法緣也興盛，到處去弘揚佛法，心情很快樂。但是他的哥哥是阿羅漢，這一天他一入定一看，我這個弟弟不對勁，不知道修行！就到弟弟那裡說：「你不要一直地去講經說法、去度眾生這個事，要自己多修行，修學四念處，多修修禪觀，用功好啊！不要將來會後悔，你若不修行！」好！好！好！」這弟弟說：「好！好！等再過幾年。」那麼過了多久，他哥哥又來勸一回，這個弟弟也還是不接受。

可是過了不多久，這個弟弟有病了。初開始好像不感覺有什麼要緊，心裡面還不感覺什麼，過了幾天就重了，自己感覺不對勁。他哥哥來看看他的時候，他這時候向哥哥道歉：「以前不相信你的話，現在是感覺不對了！」他哥哥也沒有說什麼就走了。這些同學都來慰問他，也都說些傷心的話，也無濟於事，一口氣不來就死了。

死了的時候，他這哥哥一入定一看，到哪兒去了？喔！還好！到一個齋主家去，給人家做兒子去了。那麼就是過了多久了，因為齋主是信佛的嘛，就抱著小孩子到廟上來看看出家人，然後也就看見這個阿羅漢、這個聖人。這個阿羅漢這時候年紀大了，可能這個身體不是那麼特別健康，這個手震。說是：「給師父抱抱這小孩吧！」他也就是去抱小孩，這個手一震，沒抓住，掉下就摔死了，掉地下摔死了。摔死了，這個哥哥這時候雖然身體不健康，這個道力還是正常的，入定一看，下地獄了！唉呀！真是無可奈何！就是恨！雖然是小孩，但心裡很明白。但是一下子沒抱住，摔死他，唉呀！他恨得不得了，所以下地獄了！這在《大莊嚴論》有這麼一段故事。這上面正好就是這麼意思，就是講經說法這些事情，歡喜做這個事，做這個事，你沒有修行，這個道力不夠，就是隨業流轉，沒有辦法！

所以「不死尋思」，不知道這個死來得非常的快。若來了，不得了！你沒有辦法能夠避免它的。「不死尋思」，不思惟這個死的無常迅速，就是還是做其他的事情。這個還算是做一些還算是佛法的事，但是因為沒成聖道，隨業流轉，這苦是沒有辦法避

免了。

巳二、戲笑等攝（分四科） 午一、笑

**笑者，謂隨有一，或因開論、或因合論，現齒而笑，歡聚啞啞。**

這是第二科「戲笑等攝」。前面說到這些尋思攝，「巳一」這一科是「尋思攝」，親屬的尋思、國土的尋思、不死的尋思。就是出了家，雖然是出了家修行，這個親屬愛……當然沒得聖道的人就是這樣子，親屬愛還在，總是關心在家的時候這些親屬、親愛的人。關心，這是一個人情，也不能說決定不對，但是耽誤修行，耽誤自己的聖道的修行。但是若是仔細算這個帳，把這筆帳好好算一算，應該可以調轉過來。我愛我的父母、兄弟、姊妹、這好朋友，這是很正常的事情；但是，愛又如何呢？你能如之何？你有什麼辦法能夠使令他、自己的親屬怎麼怎麼好？你有什麼辦法？我看嚴重的事情一點辦法也沒有。他真是得了大病，照顧、照顧，你也就是看看而已，醫生都無可奈何，你能如之何呢？沒有辦法！若是放下一點，若說放下，這好像又不講人情，是不對的。可是若是專心修行，若是成功了的時候，那事情不可思議！可也不能說決定有效，可是好過凡夫境界。

如果你已經得了聖道、得了禪定了，有神通的阿羅漢，父母有病了、兄弟姊妹有病了、好朋友有病，那個事情就不可思議！你是神通阿羅漢，可以到那兒去看一看，有可能有力量救護他，也不一定，但是有可能有力量救護。那和只是一般的這種關心，那可是不一樣，是不一樣！不過也不是百分之百的有效。像目犍連尊者，他母親跑到地獄去了，他還是無可奈何，還要靠大眾僧的力量來救護。所以若仔細算這個帳的時候，還是修行要緊。你若成功了，就算是暫時不能救護自己的親屬，終究有一天有辦法可以救護，因為你有那個能力，不是一般的能力了。所以親屬愛，親屬的尋思、國土的尋思、這個不死的尋思，這個佛菩薩真是經驗之談，告訴我們修行人要放下；當然這又是不近人情，還有這個問題。這是尋思的問題。

這底下說「戲笑」。「戲笑」分四科，第一科是「笑」。

「謂隨有一，或因開論、或因合論，現齒而笑，歡聚啞啞」，就隨有一種人，這種人就是善於說話的人，不像我們不長於說話的人是不及格。這個善於說話的人他能夠「或因開論」，那就是長篇大論的，不得了！什麼都說得是頭頭是道，天花亂墜那種境界，「開論」，你聽起來令你津津有味，非常地歡喜聽他說話。他有時候「開論」，就是開廣地說了很多很多的道理。

「或因合論」，這個「合論」是什麼意思呢？這個「合」你看那個解釋上的意思，就是「善說譬喻，善說隱語」。「善說隱語」，那個意思和「開論」是一樣，但是那個話不同，話是不一樣。就像這些禪宗的大善知識講，說是「萬里無寸草處去」，這個話和經論裡的話是一樣，但是這個文句不一樣；就是他用另一種文句表達同一個意思，令你聽起來不同，感覺上不一樣。或者他這個話是罵你，但是說得非常的文、文雅，非常的含蓄，你聽不懂。或者是讚歎你，或者是怎麼怎麼樣譏嫌你，總是說得非

常的妙，叫你歡喜，你也願意歡喜聽，聽完了哈哈大笑，有這種境界，叫做「合論」。

「現齒而笑」，笑的時候這個牙齒就露出來。「歡聚啞啞」，大家在一起非常的高興，就是這個意思。這樣的事情其實在都是戲論，對於修行的事情一點作用沒有，就是把寶貴的光陰浪費了，只此而已。這個「笑」就是這麼個好處，把寶貴的光陰、寶貴的時間都浪費了，就是這樣子。

#### 午二、戲

**戲者，謂雙陸、擲蒲、弄珠等戲。**

「戲者」，第二科是「戲」，什麼叫「戲」呢？「謂雙陸、擲蒲」，「雙陸、擲蒲」就是賭博的這些事情。我也說不上來「雙陸」它是什麼，只知道大意就是賭博的事情。「擲蒲」，擲骰子那一類的東西。「弄珠等」，這些遊「戲」的事情。好像是過去時代，我們寺廟裡面也有些下象棋的這些事情、下圍棋的事情，藕益大師感覺這個事兒不對，弄一個《選佛譜》，弄「南無阿彌陀佛」弄那幾個字，這《選佛譜》的事情。這是叫做「戲」。

#### 午三、歡娛

**或有所餘種類歡樂。謂互相受用，受用境界，受諸快樂；或由同處，或因戲論，歡娛而住。**

第三科是「歡娛」。「或有所餘」的「種類」的「歡樂」，前面這個「笑」也是一種歡樂，「戲」也是一種歡樂，還有其餘的不同種類的歡樂，什麼呢？「謂互相受用，受用境界」，「互相受用」這個話，在《披尋記》上有解釋。這個「受用境界」，受用這個五欲的境界。「受諸快樂」，是在心裡面說；互相受用也好，受用境界也好，使令內心裡面快樂。

「或由同處，或因戲論」，「或由同處」就是大家願意到一起去住，到一起去；或者我到你寮房來，你到我寮房來，就是串寮房，串寮。這個事情，當然是心若不與道合的時候，難免就是有這個事情。「或因戲論」，到一塊兒當然就是要談話，談話的時候「歡娛而住」。人是那樣，「酒逢知己千杯少」，人若有緣了願意到一塊去，到一塊去說話，說話也就歡喜說、也歡喜聽，大家快樂，就是這麼意思。當然沒有緣的，一句話也不能說，的確是有這種事情。但是這裡面說，就是因此而浪費了光陰、浪費了精神、耽誤了修止觀，耽誤了修行的事情。那麼這是「戲笑等攝」。

#### 午四、所行事

**所行事者，謂相執持手臂髮等，或相摩觸隨一身分，或抱或鳴，或相顧眄，或作餘事。**

這第四科「所行事」。「所行事者」，什麼事呢？「謂相執持手臂髮等」，這樣子執手、執臂、執髮等，「或相摩觸隨一身分」去摩觸。「或抱或鳴，或相顧眄，或作餘事」，

這叫「所行事」。

那麼這些事情都是「食」，都是增長自己的掉舉惡作的事情。過去經驗的事情，坐那裡靜坐修止觀，不修止觀了，就回想以前的事情，這樣子。

寅二、非食（分二科）卯一、問

**問：此蓋誰為非食？**

前面是「食」，這底下是「非食」，就是對治這個掉舉惡作的。分兩科，第一科是「問」。

這樣的蓋，這個掉舉惡作障礙我們用功修行的事情，這是不對的，但是有什麼辦法能對治它、能消滅它呢？

卯二、答（分二科）辰一、略標

**答：有奢摩他，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。**

「答」，回答分兩科，第一科「略標」。「有奢摩他，及於彼相如理作意多所修習，以為非食」，這是能對治這個掉舉惡作的，還是得要修這個奢摩他的止。這個奢摩他的止就是九心住，這個九心住的法在《瑜伽師地論》的後面有解釋，解釋很詳細的。

「及於彼相如理作意」，這個奢摩他是止，就是把這些掉舉惡作的事情停下來，停下來就把這一念心安住在奢摩他的所緣境裡面，不要去再緣念過去這些影像。轉換一個所緣境，安住在奢摩他的所緣境上，就沒有事了，就是這麼回事，這是一個方法。

第二個方法，「及於彼相如理作意」，但是我們對於這些掉舉的事情，過去的時候印象太深刻了，你停不下來；你想要停下來，停不下來，這個影像還是現出來。現出來怎麼辦呢？「及於彼相如理作意」，就是觀察這些事情都是苦，是苦惱的事情，是罪過的事情，是耽誤我修學聖道的事情，是引導我在生死裡流轉的事情，引導我到地獄去的事情，這叫「如理作意」，那麼也就有力量，也就能把它停下來。或者是你把《金剛經》能背下來，背《金剛經》，或者是念大悲咒，這樣子也就能夠把掉舉惡作的事情障礙住、隔住，心就清淨了，心清淨。所以，「及於彼相如理作意」。

所以出家修行這件事，最好是童貞入道，在社會上沒有受過汙染是最好；沒有受過汙染、童貞入道。而出家了的時候能遇見善知識，沒有空過光陰、沒有走這彎曲的道路，直接地修學聖道，那麼很快地成功了，這是最好。

這裡說的「及於彼相如理作意多所修習」，當然你也不要怕重複，一次又一次地這樣修習，久了呢，就有作用，它就能對治這些掉舉惡作的事情，就能對治。

辰二、隨釋

**奢摩他者，謂九種住心，及奢摩他品所攝諸法。**

這是第二科「隨釋」，解釋那個奢摩他。

「奢摩他」就是「謂九種住心」，「九種住心」就是內住、續住、安住、近住、調

順、寂靜、最極寂靜、專注一趣、等持，這九種住。這「九種住心」是按照我們現在，按照我們現在的虛妄分別心開始的，說這九個次第的；不是一下子就說第一義諦，不是，不是那樣意思，和那個不同。

「及奢摩他品」，這個九種住心就是「奢摩他」，最後的等持，那就是「奢摩他」，那個「等持」就是欲界定；那麼再進一步就是未到地定，還是奢摩他。初禪、二禪、三禪、四禪也是奢摩他，乃至到無所有處定，無色界的四空定那個無所有處，非非想處定不算在內，都是奢摩他。「及奢摩他品所攝諸法」，就是一切的心、心所法都包括在內。這在下邊有解釋，下面這個《披尋記》上說到（三十卷九頁）有解釋，〈聲聞地〉裡面有解釋。「奢摩他品所攝諸法，如下自釋」，「陵本十一卷十五頁」裡有解釋。用這個辦法來對治這個掉舉惡作。

《披尋記》三六一頁：

謂九種住心等者：令心內住、等住、安住、近住、調順、寂靜、最極寂靜、專注一趣，及以等持，如是名為九種住心。聲聞地中別釋其相。（陵本三十卷九頁）若於其中修習作意及相差別，是名奢摩他品所攝諸法，如下自釋。（陵本十一卷十五頁）隨應當知。

謂於自他若衰若盛可厭患法心生厭離，驚恐惡賤，安住寂靜。

這個就是來對治這個掉舉惡作，對治它。這上面說一個大意，這個「隨釋」：「奢摩他者，謂九種住心，及奢摩他品所攝諸法」，這樣對治。對治，但是在理智上要明白這件事，就是對於「自他」，就是前面這個親屬的尋思、國土的尋思、不死的尋思，所有這些掉舉惡作的事情。對於這些事情是「自他」，或者自己，或者他人，或者自己的親屬，或者是別人的親屬，「若衰」，或者是「盛」。我們凡夫的心情，認為「盛」是應該歡迎這件事，興盛了，這個人發財了，是怎麼怎麼興盛。或者是「衰」，這個人倒楣了，倒楣的事情是「可厭患法」，但是在修行人的立場，你發財也是可厭患法，因為發了財以後你怎麼的？就是放逸，發了財就是要去放逸，所以也是可厭患法。

「心生厭離」，對於這個事情要有厭離心，不高興。「衰」是可厭惡，「盛」也是可厭患法，要厭離它。要有「驚恐」的心情，要有「惡賤」的心情，輕視這件事、賤視這件事。對於這個興盛的事情，不認為這是美好，不認為這是美好的事情，這是可惡的事情，是一個可賤視的事情。「安住寂靜」，心裡面不攀緣這個事情，能夠安住在奢摩他、毗鉢舍那的所緣境上，寂靜一切煩惱。這修行人應該是這樣子的，對於世間上的事情不羨慕。

你倒楣了，當然我也不同意；你走運氣，我也不贊成這件事。我贊成什麼呢？就是都出家修學聖道，這是最好的；其餘的這些都是塵勞的事情，是增長你貪瞋癡的事情！有什麼好呢？增長了貪瞋癡的時候，就是造罪，造罪多數是到三惡道去要走一走的。不過有些人造了罪以後，心裡面「不相信有因果」，但是心裡還是害怕的。所以

這些人，你若叫他修點善事，他肯做，根本的原因就是他心裡害怕，還是害怕的。所以這個事情，說有人到三惡道去了，他還會出來的，因為他也做過善事嘛！

這底下《披尋記》這個文，都是《瑜伽師地論》上的文。韓清淨這位老居士，他對《瑜伽師地論》是非常的詳細的。我聽倓虛老法師說，倓虛老法師在北京在一個廟上做過住持，做過多少年，那時候韓清淨正好在北京，大家同在一個地區住，這個事情都是知道的。說韓清淨這個人，也還是有善根了，最初他是學習這個唯識的經論，一看看不懂，看不懂就是到廟上請老法師講。這道理是一樣的，你沒有學過，你搞不好的。聽那些老法師講，有的當然是……那幾個字誰不認識？可以講一講，有的地方說不明白，說不明白，這韓清淨就不聽出家人講，自己去研究，最後成功了！韓清淨這個人後來名望高起來，日本人請他去講演過佛法的，特邀到日本，這就是在汪精衛政府時代，七七事變以後的事情。他這個《瑜伽師地論》，不但是《瑜伽師地論》，其他的《成唯識論》、《攝大乘論》他都很熟，他都講過。這個人不相信淨土法門，這是倓老法師告訴我，這個人不相信淨土。底下這一段文我們唸一唸，這個文好，非常好！

### 《披尋記》三六一頁：

謂於自他若衰若盛可厭患法等者：自他衰損有多差別。謂病衰損、壽命衰損、眷屬衰損、財寶衰損，病、病法性，死、死法性。復有一類，淨戒衰損、正見衰損。由是因緣，彼諸眾生於現法中住諸苦惱，於當來世往諸惡趣，是名衰損可厭患法。又諸興盛者，雖現法中住諸安樂，於當來世往諸善趣，而是無常，於彼無常現可證得。若有領受興盛事者，後時衰損定當現前；諸有領受衰損事者，後時興盛難可現前。諸興盛事，皆是難得易失壞法。由是當知，諸興盛事亦是可厭患法。若於如是若衰若盛可厭患法，或見或聞，應自思惟：我今於是生死流轉，未般涅槃，未解脫心，難可保信。如是衰損、興盛二法，勿現我前。勿彼因緣，令我墮在如是處所，生起猛利、剛彊、辛楚、不適意苦。即由此事增上力故，我當至誠喜樂於斷，修不放逸。又我如是多安住故，當於無義能作邊際。依此說言心生厭離，驚恐惡賤，安住寂靜。此中諸義，皆如聲聞地說。（陵本三十二卷二頁）又復厭離，謂於二種：驚恐，謂於衰損；惡賤，謂於興盛。如是差別應知。

「謂於自他若衰若盛可厭患法等者：自他衰損有多差別。謂病衰損」，有病，病衰損。「壽命衰損、眷屬衰損、財寶衰損」，病有病的法性，死有死的法性。「復有一類，淨戒衰損、正見衰損」，這個地方也是一個事情。「淨戒衰損」，破了戒了，但是這個人的正見沒破，他有正知正見，你看這是有這個事情；還有人淨戒沒有破，他持戒清淨，但是正見衰損，沒有正知正見。所以佛菩薩觀察眾生的身口意，觀察得非常的圓滿。說這個人持戒清淨，這好！這個人邪知邪見，好不好？這也是問題。說這個人正知正見了，但是破戒，你說好不好？也是不好。所以就是要有正知正見，而又能夠持戒清淨，修學戒定慧，這才稱之為賢。稱之為賢而還不是聖，不能稱之為聖，要斷煩惱才能稱之為聖。所以佛教裡面說得非常清楚，清清楚楚的。



「由是因緣，彼諸眾生於現法中住諸苦惱」，有這麼多的衰損，住諸苦惱。「於當來世往諸惡趣，是名衰損可厭患法」。

「又諸興盛者，雖現法中住諸安樂，於當來世往諸善趣，而是無常」的呀！「於彼無常現可證得。若有領受興盛事者，後時衰損定當現前。」這句話要知道，說現在這個人運氣很旺，但是將來一定是要垮下來的，這個是決定，可以決定這樣說，「衰損」。「諸有領受衰損事者，後時興盛難可現前」，你若倒楣了以後，你說將來我再起來，那可不容易，可是不容易。「後時興盛難可現前」，這事不容易。

「諸興盛事，皆是難得易失壞法」，興盛的事情，世間上的興盛的事情，你要得還是不容易，失掉還是容易的，「皆是難得易失壞法」。「由是當知，諸興盛事亦是可厭患法」，我們也沒有特別的走運氣，也沒有什麼特別的倒楣，我們平平靜靜的心情還很好、正常。忽然間走了運氣了，走了運氣，忽然間倒楣了，苦惱，心裡苦惱，「那我還不如不要走運氣」，就是原來這個平靜的境界反倒好。所以這個走運氣也是可厭患法，若衰若盛。「由是當知，諸興盛事亦是可厭患法。」

「若於如是若衰若盛可厭患法，或見或聞，應自思惟：我今於是生死流轉，未般涅槃，未解脫心，難可保信」，我沒有得到聖道，我這一念分別心，你相信它決定是對的嗎？它有時候會顛倒迷惑，會做錯事的，會造罪的，所以「難可保信」。「如是衰損、興盛二法，勿現我前」，這個衰損的事情不要到我這兒來，興盛的事情我也不要，「勿現我前」。這個《涅槃經》上有那個大功德天的事，正好是這個意思，你們可能聽見這個故事，我們不要講這個故事，講了耽誤時間。「勿現我前」。

「勿彼因緣，令我墮在如是處所」，所以，你看這修行人的態度是這樣子。我們若不去學習聖道，沒有這種智慧的時候，我們心裡面就很容易地按照一般的情形；看見別人修了大廟了，或者怎麼怎麼有了什麼榮譽了，我們心裡就羨慕，自然有這種心情。你若看這個文，我們知道不要羨慕這個事情，不要羨慕。

這個故事講一講，有一個故事講一講。一個大馬、一個小馬，這個馬是給人拉車、做工作，做了很多的工作，然後這個馬的主人就給牠吃青草。這小馬心裡面就不高興，說是：「那個豬也沒有給主人做什麼事情，他餵牠很多好東西吃，養得肥肥的。我們給他做了很多的事情，很辛苦，對他很有幫助，給我們吃青草，這個主人不公平！」那個大馬說：「你不要羨慕，等到過年節的時候你就知道了。」這小馬還是聽得不明白。等到過年節時候就聽這豬叫，說：「你去看看！」小馬去看，哎呀！被抓住了要殺！要吃牠的肉了！那麼這以後，牠一看：「喔！是這樣子！」主人給好東西給這小馬吃，都不吃。這是說什麼呢？佛說這個譬喻告訴我們出家人，不要羨慕名聞利養！不要羨慕這個事。所以提婆達多得到阿闍世王的五百車的飲食，恭敬，國王護持供養他，結果他後來下地獄了。所以佛說這些故事告訴修行人，不要羨慕名聞利養，不要羨慕這些事情，這個興盛的事情不要羨慕，我們就是安貧樂道最好，這樣意思。

所以，「如是衰損、興盛二法，勿現我前。勿彼因緣，令我墮在如是處所，生起猛利、剛彊、辛楚、不適意苦」，這個苦惱來了可是不得了。

「又我如是多安住故，當於無義能作邊際」，我安貧樂道，不要有這麼多事情，我修學止觀，那麼這樣子「當於無義能作邊際」，就能對於這些苦惱的事情能作個邊際，畫了邊際，過了這個邊際以後再沒有了，再也沒有這些不如意的事情來了，沒有了。你成了聖道以後，所有的事情都不在乎，做國王也可以。你成了聖道、得無生法忍，行菩薩道的時候，做國王也可以，到地獄去也可以，都沒有關係。你本身那個聖道的世界不受任何的壓力的影響，你若沒成聖道就不可以，一小小的針扎你都受不了，何況那個猛火燒。所以是「當於無義能作邊際」，就是一切的苦惱的事情能作個邊際，不可以過這邊來了；超越了，這個話也就是超越了一切的苦惱的事情，得大解脫。

「依此說言心生厭離」，這前面說「心生厭離」，就是根據這個道理說我們發心修行的人，對於世間上這些興盛，世間上的興盛的事情也好、衰損的事情也好，要厭離，厭離這個事情。「驚恐」，有這種事情要發恐怖心，要發「惡賤」，要輕視這種榮譽的事情，輕視這件事。「安住寂靜」，你安住你的奢摩他、毗鉢舍那裡邊，心裡面靜下來用功修行，不要羨慕那些事情。「此中諸義，皆如聲聞地說」，這〈聲聞地〉最好，但是我們現在還沒到，〈聲聞地〉說了很多的妙法。

「又復厭離，謂於二種：驚恐」，這個「厭離」是對於兩種事情有厭離。「驚恐」是什麼呢？「謂於衰損」，衰損的事情要來了，當然我們驚恐。這個「惡賤」是什麼呢？「謂於興盛」，令人歡喜、興奮，感覺到榮譽、感覺到光榮的事情，你要惡賤，不重視這種事情，你要厭惡這件事情。「如是差別應知」，是這樣意思。

丑五、疑蓋（分二科） 寅一、食（分二科） 卯一、問

**問：疑蓋以何為食？**

前面這個「掉舉惡作」，「食」、「非食」，這兩大科都說完了。現在是第五科是疑，「疑蓋」。「疑蓋」分兩科，第一科是「食」。

「疑蓋以何為食」呢？

卯二、答（分三科） 辰一、標

**答：有去來今，及於彼相不正思惟多所修習，以之為食。**

「答」，第二科是「答」。分三科，第一科是「標」。「有去來今，及於彼相不正思惟」，就是過去的、未來的、現在的這些事情，我們不知道。若聽說有人能看過去世，「過去世做過出家人，或者做過什麼什麼」，我也去看看，說說我過去怎麼回事，將來怎麼回事，這個事情。這個問題就是自己不知道，別人說過了，其實還是疑疑惑惑的，也還是不決定。「及於彼相不正思惟」，不能正思惟這個事情。「多所修習」，你常常歡喜這樣子去思惟這些事情。「以之為食」，「食」就是這樣，這個疑惑心就是從這裡來的。

這是第一科是「標」，第二科是解「釋」。

## 辰二、釋

**謂我於過去為有？為無？廣說如上。**

「謂我於過去為有？為無」，說我在過去的時候是有嗎？是我嗎？是沒有呢？不知道。若有我，我過去是幹什麼的？怎麼怎麼的。「廣說如上」，前面那個十二緣起裡頭。

《披尋記》三六二頁：

**謂我於過去為有為無等者：此中廣說，謂我於未來為有？為無？及於現在何等是我？我為何等？如前緣起差別中說。（陵本九卷十七頁）**

## 辰三、廣（分三科） 巳一、總攝

**不正思惟者，謂不可思處所攝思惟。**

「不正思惟者」，前面是「釋」，是簡單的解釋。這底下「廣」，就是廣釋。分三科，第一科「總攝」。「不正思惟」是什麼呢？「謂不可思處所攝思惟」，就是這個境界是不可以去思惟的，屬於這個範圍內的，你偏要去思惟，這叫「不正思惟」。這裡這個「不正思惟」有個特別的意思。

這是「總攝」，底下是「別列」。

## 巳二、別列

**不可思處者，謂我思惟、有情思惟、世間思惟。**

「不可思處者」，是什麼呢？「謂我思惟、有情思惟、世間思惟」，這三種思惟是不可思惟的。這是「別列」。

底下「隨釋」，解釋這三種思惟。分三科，第一科是「我思惟」。

## 巳三、隨釋（分三科） 午一、我思惟

**若於自處，依世差別思惟我相，名我思惟。**

「若於自處」，就是若於自己這個境界。「依世差別」，依這個時間的差別，「世」是時間，過去世、現在世、未來世。有時間也就是要有處所，去思惟這個我究竟是怎麼回事？什麼叫做我？我又是怎麼回事？這樣去思惟。這叫做「我思惟」。

## 午二、有情思惟

**若於他處，名有情思惟。**

第二科。「若於他處，名有情思惟」，就是別的眾生，別的眾生又是怎麼一種情形？是過去、現在、未來又怎麼怎麼的，去思惟這個事。

這是第二，底下第三「世間」的「思惟」。

午三、世間思惟

若於有情世間及器世間處，名世間思惟。謂世間常、或謂無常、亦常亦無常、非常非無常等。

「若於有情世間及器世間處，名世間思惟」，這就是依正，有情世間就是眾生世間，眾生世間也就是色受想行識。當然這個地方是一個迷惑顛倒的境界，那麼也當然是執著我、我所的這些事情。「及」所居住的這個「器世間」究竟怎麼回事，這叫做世間的思惟。「謂世間常」，思惟世間是常的、永久的，「或謂」世間是「無常」的，或者是「亦常亦無常、非常非無常」，這樣思惟，那麼這叫做「世間思惟」。就這麼的好了。

寅二、非食（分二科）卯一、問

問：此蓋誰為非食？

前面是「食」，這底下是「非食」。這是第一科是「問」，這第二科回「答」，回答先是「標」。

卯二、答（分二科）辰一、標

答：有緣緣起，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。

「有緣緣起」，就是有因緣、有所緣緣、有等無間滅緣、有增上緣。或者是只是因緣、增上緣，一切色法就是兩個緣，心法是四緣，那麼一切法就會生起。「及於彼相如理作意」，就是這個緣起法，你對它作如理的作意，如理地去思惟觀察。「多所修習」，數數地去這樣思惟觀察，這就是「非食」，這就不是那個疑惑，能對治這個疑惑，能消滅這個疑惑了。當然這種想法就是要多學佛法，學習經論，從佛菩薩的法語，能求取智慧，智慧去觀察緣起，才能破除去這個疑惑，是這樣意思，破除這個疑惑的。你若沒有佛菩薩的法語、聖言量，若有疑惑，沒有辦法能解除的，沒有辦法的。

這是「標」，底下第二科是解「釋」。

辰二、釋（分二科）巳一、舉於三世（分二科）午一、明非食

由彼觀見唯有於法及唯法因，唯有於苦及唯苦因故，

這是第一科「舉於三世」。分兩科，第一科「明非食」。這四句話也就是十二緣起。

「由彼觀見」這個緣起的道理，「唯有於法及唯法因」。「唯有於法」，這裡面沒有我相、人相、眾生相、壽者相這些事情，也不是梵天、大自在天這些事情，只是因緣生法。因緣生法裡面先說法，就是識、名色、六處、觸、受，這是法。「及唯法因」，就是無明緣行；有無明緣行，所以有識、名色、六處、觸、受。「唯有於苦」，就是生、老、死是苦。「及唯苦因故」，就是愛、取、有。世間上，過去是這樣子，現在也是這

樣子，未來還是這樣子；說我是這樣子，你也是這樣子，一切眾生沒有例外的，都是惑、業、苦的流轉。一切世間也還是這樣子，一切世間是增上果，是以眾生為主，才有所居住的器世間；若沒有眾生了，沒有有情在世間，這個世間就沒有了。

我們從佛法上，從前面那個〈意地〉、〈尋伺地〉，我們看出來，是以佛法、以有情為主，而不是以宇宙為主。這個大宇宙是眾生的共業所變現。我們沒學佛法的時候，宇宙是個大秘密，「這怎麼回事情？不知道！」學習了佛法以後，尤其是看見印順老法師的著作，他特別地、很明顯地、很有力量地提出來：世間上、宇宙間的事情，以人為主，以有情為主。他這句話說出來，哎呀！說得非常好，這句話。這句話從什麼地方來的？從《阿含經》裡面來的。

我們現在從《瑜伽師地論》也是這樣說法。人要走了，世界上為什麼有水災、有火災、有風災呢？是因為這個世界上，這個人，大家壽命長，這個道德水準很高了，大家都修禪定，跑到初禪、跑到二禪天上去了，這個世界上沒有眾生了，所以就起火了，就燒了。所以是以人為主的，而不是這個世界是主，不是！世界是枝末。我們人為主，就是心為主、心為本，萬法是心所變現的，心所創造的。我們若讀這個「若人欲了知，三世一切佛，應觀法界性，一切唯心造」，這句話就是人為主的意思。但是若沒有人特別提出來，「一切是人為主」，我們還是不能知道，不見得能知道，你不見得能知道是人為主。

所以是「由彼觀見唯有於法及唯法因，唯有於苦及唯苦因故」，就是我們內心的惑業苦的流轉，世間的緣起就是這樣子。說過去怎麼回事不知道，過去亦復如是；說未來怎麼回事？未來亦復如是，也是這樣子。只有相信了佛法以後，修學四念處，這個苦惱才能停下來，這樣子就可以解除一切的疑惑。

問：院長，可不可以請問你一個問題？你今天說這世界以人為主，它的範圍是不是很狹窄？應該說以有情為主嘛！有情的話包括六趣，這個世界是以六趣的眾生為主？

答：你說得對，以有情為主，是對的。有情為主，人還是很重要，人還是很重要的。就是多數是由人造了業，跑到三惡道去；人造了業，跑到天的世界去，多數還是這樣子。其他的鬼神也是造業。《成唯識論述記》上也提到一件事，就是這個老虎牠吃人，這貓捉老鼠，牠有罪嗎？不能說沒有罪，但那個罪和人不同；我們人若是殺死了老鼠，和貓殺了老鼠，罪是不一樣的。人若去殺這個老鼠，人的罪過大過貓殺死老鼠。我們人殺死一個人的罪過；比如說老虎吃一個人，老虎殺死一個人，老虎的罪過和我們人殺一個人的罪過不一樣。老虎殺人的罪過很輕，人若殺死一個人，罪過很大，還有這麼一個事情，這還是不一樣的。所以若說以有情為主，這麼說比較圓滿一點。若說以人為主也是可以，也是可以的。因為人有分別我執，這個分別心，人是最厲害的，人的分別心很強的。所以他若作功德，也

是很厲害，也能做，他若造罪也是很厲害，也很厲害的。

這裡還有三個問題沒有回答。

問：第十個問題，修唯識觀，證入無分別智的時候，有沒有所緣境？

答：這個下邊的文，在〈菩薩地〉裡面解釋這五法，就是相、名、分別、正智、如如，解釋五法那個地方有解釋這個問題，解釋有沒有所緣境。而這個事情，因為這個和《中論》不一樣，所以它還認為是有所緣境的。這無分別智是有所緣境，但是不取相，有所緣境而不取相，有一段文辯論這件事。

問：第十一個問題，《般若經》上處處說無所得，可否請師父就唯識的觀點解釋？

答：唯識的觀點其實也很清楚，遍計執是空無所有、是無所得的，那麼就是這樣子。依他起還是有，依他起是有。比如說是戒、定、慧、解脫、解脫知見，簡單地說就是佛的無上菩提，乃至阿羅漢、辟支佛的清淨的智慧，這都是依他起，這是清淨無漏的依他起，就是這樣。他對於一切法，他這個智慧以一切法為所緣境的時候無所得；他不取著，能住最上捨而不取著，就是這樣子，唯識也就是這樣意思。

問：「無老死，亦無老死盡」，及「無智亦無得」兩句。

答：「無老死」，若沒有老死，也就沒有老死滅，這個就是這樣。沒有生，也就沒有老死了；沒有老死，也就沒有老死滅。「無無明，亦無無明盡」，就是這個，這個是一樣，這個和《中論》的說法沒有什麼不同。但是說一切法空，和《中論》就有點不一樣。《中論》是很直截了當的：一切法，我自性空，我不可得；一切法自性空，一切法不可得。但是唯識，我空和《中論》說的是一樣，法空不一樣，法空它觀察一切法是心的影像。這在《攝大乘論》上說有十一個識，很明白的就是這個，一切法都是心的影像，一切法沒有自己的體性，都是依他起。而說主要是識，識是依他起，識是由種子變現的影像，有識，就有識的所緣境。這個所緣境離開了識，沒有自己的獨立的體性，所以心若不分別，就沒有一切法可得，就是這樣意思。

所以「無老死，亦無老死盡」，「無智亦無得」，這個智，智是依他起，「實智觀無義」，「名事互為客，其性應尋思，於二亦當推，唯量及唯假。實智觀無義，唯有分別三」，就是沒有一切法可得，唯有你的分別心。「彼無故此無」，所緣境不可得，能分別的心也就不可得，「是即入三性」，就是它也很簡單。這個唯識的無著菩薩、世親菩薩、彌勒菩薩，他的教授非常的好，能略、能廣，能廣又能略，使令我們廣起來無量無邊，但最後又給你簡單說個要義，又能使令你明白那個意思。不要是說得很廣了，那不知東西南北了，糊塗了，不是的。

所以「無老死，亦無老死盡」，及「無智亦無得」，「得」是所得的果，就是涅槃，「智」就是菩提，智就是菩提，所得的就是涅槃。但是菩提也好，涅槃也好，心裡面都不取著，所以無智亦無得。於一切法不取相，所以無智亦無得。

問：請問《披尋記》三二六頁倒數第六行，解釋後有種子識及果識時，說現在已得生滅異熟識，是名果識。當知即是阿賴耶識。這樣看起來，是否後有種子識及果識都是指阿賴耶識？只不過果識是指現在說的。

答：這話是這樣。它能為果作因，就叫做一切種子識；它為因作果，那麼就是阿賴耶識，就是異熟識。異熟識是果，一切種子識是因。若說因的時候，就說一切種子識；若說果的時候，就說異熟識，是這麼意思。阿賴耶識裡面有一切種子，這一切種子是將來一切果的因，所以叫一切種子識。這一切種子識現行了，得到異熟，異熟就是果識了。就是對因名果，對果名因。就在果的時候也有因，在因的時候也是有果的；但是它不亂，對因說果，對果說因，就是這麼意思。

問：請問《披尋記》第三五一頁第四行，「世尊於無漏方便中，先說三摩地，後說解脫」，是否指三果聖人說的？倒數第七行，「於有漏方便中，先說解脫，後說三摩地」，是否指二果以下的聖人及一般凡夫修禪定者而言？

答：第三五一頁第四行，「世尊於無漏方便中，先說三摩地，後說解脫」，是否指三果聖人說的？你這樣解釋也是可以，但是大的方向不必這麼說，不必這麼說。大的方向說呢，就是修行人先要把止修好了它，止修好了就是三摩地。修好了三摩地，在三摩地裡面修四念處，就能斷除三界的煩惱，就得解脫了，大的方向就是這麼講就可以。

這個意思就是強調禪定這個奢摩他的力量是很大的，它能幫助你的毗鉢舍那斷煩惱。奢摩他本身只能夠斷除欲界的煩惱，色界、無色界的煩惱它沒有力量能斷，那要靠毗鉢舍那才可以，就是佛法的般若的智慧才可以斷。但是般若的智慧沒有三摩地的幫助，它也困難，這個般若斷煩惱也是困難，所以一定要有三摩地的幫助。所以是「先說三摩地，後說解脫」。這是一個大的，大方向的次第是這麼說。你若說是指三果聖人說，也是可以，因為三果聖人決定是得到三果，他有了三摩地的止。但三果聖人又不是一定，有的沒得色界四禪，只是在未到地定裡面而去斷煩惱，斷三界的煩惱。當然未到地定也是奢摩他，也可以稱之為三摩地的。這是一個。

「第七行，於有漏方便中，先說解脫，後說三摩地，是否指二果以下的聖人說？」這個有漏方便中，「先說解脫，後說三摩地」。這個先說解脫不是指二果說的。先說解脫，這個是說你先得到這七種作意，七種作意先得到前六種作意，前六種作意成功了。成功了的時候，就是解脫了欲界的煩惱，而後才得到初禪；而後得到初禪，那就叫做三摩地。這樣叫三摩地，只是把欲界的煩惱斷掉了，名之為解脫。但是色界、無色界的煩惱還在，這還是個凡夫，所以稱之為有漏的方便，是這樣意思。「一般凡夫修禪定者而言」，這也可以，一般的凡夫這麼說好一點。

問：第三五二頁第七行，「或有俱時說三摩地及與解脫」，是否針對三果聖人，乃至阿羅漢的證果而言？是否指止觀雙運的意思？

答：止觀雙運這句話，所有的得聖道的人都要止觀雙運，不然是不能得聖道的。那麼這裡說這個呢，是說這個修行人他就是同時的，得三摩地和得解脫是同時的，不是前後的。前面那兩種：一個有漏方便，無漏方便，都是前後；而這個第三個呢，是同時的。他在修這七種作意的時候，就是正好到三摩地成就了，正好這個時候也把煩惱也都斷了，所以也得解脫了，是同時的意思。當然這是一種根性人，有這種根性是這樣子，當然有的人的根性不是這樣子，也是有差別的。

問：師父，正好有同學問到這個問題，那我就想到一個相關的問題。以前我們學《攝大乘論》的時候，在悟入唯識性的時候，它有說由四尋思，然後還有四如實智。那這個時候它是說有明得三摩地、明增三摩地，還有入真義一分三摩地和無間三摩地。然後在那個時候，到最後的時候，就是煖、頂、忍、世第一；然後一剎那就到了見道位。那這種的話，比方說是在用四如實智那個地方的時候，就是說煖、頂、忍和世第一，到見道位，那那個地方是不是就可以說是屬於這方面的「俱」？就是這個地方講的「於方便究竟作意」這個地方。

答：那個「俱時」，那不是。那個是，如果按小乘來說，是初果須陀洹，見道的須陀洹。當然《攝大乘論》是大乘佛法，就是得無生法忍。得無生法忍，當然和初果是相齊的。而見道之前那個四如實智、四尋思，那是指賢位，是賢位。等到得無生法忍到見道的時候，那還不能說是與阿羅漢齊，還不如阿羅漢。初得無生法忍的，像唯識上說的這個位次，初得無生法忍的人還不如阿羅漢的道力高。當然論大悲心，當然是超過阿羅漢；但是若論他的道力，還不如阿羅漢。但是剛才我們這一段文，無漏的方便、有漏的方便，和俱時的方便，這個是指得阿羅漢果了。

問：不是指見道位？

答：包括見道位，但是超過見道位，超過的。因為初開始的見道位斷分別煩惱，那還只是斷欲界的煩惱，色、無色界的煩惱還沒斷；欲界的煩惱也斷一少部分，也沒有完全斷。這初果聖人只是斷欲界一少部分，二果還是要斷欲界煩惱。若會合的話，那還是不一樣。

問：阿彌陀佛！

問：第二、《披尋記》第三五八頁倒數第五行，治暗光明提到星、月、日光明等可治惛沈掉舉。在龍樹菩薩的《菩提心論》，提到修月輪觀得三摩地，其中提到月光清涼，日光炎熱，故取月光，不取日輪。因此弟子想到，若是容易上火的人要選擇對治相時，是否不首選炎熱的日輪和火燭；而心較沈沒、消極的人，是否適合選日輪及火燭以修對治？

答：當然這也可以看自己的情形。如果說這個人身體有畏寒，當然你選日輪、選火燭



也是可以。是的，可以按照自己的情形作不同的選擇，可以這樣做，可以的。

問：請問院長，沒有念佛，能得念佛三昧嗎？《大智度論》提到：修不淨觀及數息觀都會有過患，唯獨念佛不會。那麼直接修念佛，是否可得念佛三昧？可證聖道？

答：我們現在說「念佛」這句話，這個義理的界限容易混淆，這有一點不同。但是在經論上，那是和我們日常說話用的這個詞不是一致的。這是因為我們今天的佛教是這樣子，我們今天說「你念佛吧」，就指持名念佛說的。但是你若站在《金剛經》上來說，說你念佛，那不是這樣子。

說念佛，我問你，你讀了《金剛經》你會知道，「可以身相見如來不？不可以身相得見如來，何以故？如來所說身相，即非身相」，「凡所有相皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來」，這叫做念佛三昧。《金剛經》是說念佛三昧的，那叫做念佛三昧；實在來說，《金剛經》是個念佛法門。當然這樣的話和我們現在流行的這種、我們今天佛教流行的這種語言是不一致的，我們說念佛就是念阿彌陀佛名號，你念佛名號，名為念佛。但是《金剛經》是「如來者，即諸法如義」，這是佛，不是念名號，那是不同的。「可以三十二相見如來不？不可以三十二相得見如來。」「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。」這是完全不一樣的。

所以我們若是唯獨念佛，《大品般若經》你看那個序，龍樹菩薩說，佛說《大般若經》的緣起是什麼？是為了增長菩薩念佛三昧的，是這麼回事。不過這種說法，還是剛才這句話，和我們一般的、我們今天中國佛教的這種詞句，就是常常用的這種語言是不合的，不符合的。就是表示我們程度非常低、膚淺，我們也明白地說是個鈍根人。像《金剛經》，那是個利根人，利根人修的念佛三昧，那是不同的，是不一樣的。

「沒有念佛，能得念佛三昧嗎？」我們不必專以持名念佛，不以持名念佛為主，但是為輔助，也可以念名號，但是主要是修四念處。修四念處者就是：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來」；「如來者，即諸法如義」；「若有人言：如來若來若去，若坐若臥，是人解我所說義。何以故？如來者，無所從來，亦無所去，故名如來。」這樣子念佛的，是這樣念佛的。這樣念佛呢，和經論上說的念佛是一致的。《阿彌陀經》實在是為我們鈍根人特別地施設的一個方便法門。當然佛菩薩大慈悲，很明白地感覺到，有一類鈍根眾生不能修念佛三昧；他不能念佛，只好念佛名號好了，開設這麼一條道路。但是這也是很好，我們這樣念佛往生阿彌陀佛國也是很好。所以唯獨念佛不會有毛病，因為這個念佛和一般念佛不一樣。

「那麼直接修念佛是否可得念佛三昧呢？」當然可得念佛三昧；得念佛三昧，那就是修四念處叫做念佛三昧，那就是不二法門，入不二法門，和這《維摩經》、《金剛經》、《維摩經》說的是一個法門，那都是念佛法門。《阿彌陀經》是

個方便法門，是這樣意思。

問：又《佛祖統記》上說，善導大師念佛時，口中放出光明，這是否就是念佛三昧的一種相？

答：善導大師那個境界我們不敢批評。就是這些大德也都是感覺到眾生業障深重，這個般若波羅蜜的栽培不夠，只好念阿彌陀佛名號得度生死。所以就是種種方便來提倡、來讚歎、宣揚持佛名號的念佛法門，是這麼意思。

問：曾經聽過「至人無夢」，是否聖人睡覺時都是一片光明相？若夜間常夢見光明相，是否表示有斷煩惱的希望？

答：也可以這麼說，可以這麼說的，是的。「至人無夢」怎麼講？這句話明白點說，就是佛才能沒有夢，其他的人都是有點夢的，明白點說。什麼叫做夢？就是不真實的境界，你認為它是真實，這就叫做夢。夢這個字怎麼講？就是這麼講。就是我們做了夢的時候，在做夢，夢裡邊不知道是夢，認為是真的，其實都是假的嘛，但是認為是真的，是名為夢。說是至人無夢，就是你能見一切法都不執著了，那麼你就是醒夢了，這個意思就是這樣意思嘛！所以至人無夢，就是佛是沒有夢；那就是十地菩薩還做夢。你看看《金光明經》，看看《大般若經》，菩薩也做夢，但是做夢，他不像我們這麼顛倒，也夢見老虎、這些惡獸，也夢見大火把很多的房子燒了，也夢見這個。但是他遇見這個的時候，他心裡面有善念，不顛倒、不迷惑、不恐怖。得無生法忍的菩薩也做夢，有這個事情。

問：院長，剛剛你說到念佛跟《清淨道論》六隨念裡面念佛、念法、念僧、念戒、念天、念捨，那個念佛跟《般若經》裡面說的念佛法門是不一樣的嗎？

答：六隨念，六念在《大般若經》也有解釋；就是這個也是通於方便，也通於真實，這六隨念。

問：跟《金剛經》的念佛法門是不一樣的？

答：《金剛經》的法門是深的。

問：我是這樣子理解，六隨念裡面的念佛法門它是一個初階，然後《金剛經》的念佛法門是不是要把觀想佛的聖德都要把它空掉？是不是這個意思？

答：你這句話說得不對勁。把它空掉，無有少法可得，什麼空掉？空掉什麼？

問：我也執著那個佛的功德嘛！

答：你認為是有，然後把它空掉，這也不是《金剛經》的意思，不是這個意思。就是六隨念，《大智度論》也說了，比丘在阿練若處住，害怕，有恐怖心。佛說你念佛就沒有恐怖心，念佛、念法、念僧、念戒，你就沒有恐怖心了，這是一個方便的安慰的意思。但是若是學習了金剛般若波羅蜜，那是超越了這個境界。《金剛般若波羅蜜經》和《大品般若經》是一樣的，那個念佛，念是念諸法實相的，是念諸法如的，是那樣的念佛。那樣念佛，就是你若有奢摩他的基礎，就是現在得

無生法忍的法門，《金剛經》也是這樣意思。我們現在念南無阿彌陀佛，念佛名號，現在不容易得無生法忍；你若能一心不亂，你若願生阿彌陀佛國，能往生阿彌陀佛國，到那兒去得無生法忍，到阿彌陀佛國去得無生法忍。所以《阿彌陀經》和《金剛經》對比起來，你學習《金剛經》，你能夠依據《金剛經》修四念處，就是現在得無生法忍。你若是念《阿彌陀經》，能夠放下萬緣、一心不亂念呢，你往生阿彌陀佛國去；到阿彌陀佛國以後，阿彌陀佛還是給你講《金剛經》，在那兒得無生法忍，是這樣意思。

但是現在多數的人，現在得無生法忍的條件不夠，我們中國佛教。今天我們的中國佛教來看，我認為現在得無生法忍的人多數條件不夠，需要再努力。但是念阿彌陀佛、求生阿彌陀佛國去，你若肯這樣做呢，你將來能得無生法忍，到阿彌陀佛國那兒得無生法忍去，也是好。也不在乎非要早一天、晚一天嘛！我晚一天得無生法忍也好嘛，好過沒有得呀！也是好。所以若是你把《瑜伽師地論》學完了以後，再去學學《大品般若經》，這些問題都解決了，就不那麼迷迷糊糊的了，不會再迷迷糊糊的。

問：院長說《金剛經》就是修四念處嘛！

答：《金剛經》就是四念處。

問：那跟我們現在所了解的四念處，身、受、心、法，好像搭配不上。

答：我剛才念一段文，那就是身念處嘛！就是身念處嘛！「可以身相見如來不？不也，世尊！不可以身相得見如來」，這一段文就是身念處嘛！「照見五蘊皆空，度一切苦厄」，這就是身念處；這也就是受念處、心念處、法念處。身、受、心、法都是畢竟空寂，不可得的，這就是四念處嘛。

但是我們現在的人業障很重，煩惱多，你不要這樣修，你還是觀身不淨好，修觀身不淨、觀受是苦、觀心無常；觀法無我的時候，用《金剛般若經》的法門修，這樣子修。這樣修，一方面我們對治眼前的一切的煩惱，對治這個貪瞋癡的煩惱，然後觀法無我的時候用金剛般若，得無生法忍，我認為我們現在應該這樣說。你不要完全用《金剛經》，你要修一點不淨觀；修這數息觀對付這個散亂的境界，修不淨觀對治愛煩惱。這個不散亂、也沒有愛的時候，這個心清淨，容易成就金剛般若、得無生法忍，要這樣辦。若是說是，你本來就沒有什麼，這個愛心有也好像沒有，沒有什麼煩惱，心裡面也不是那麼多的散亂，那你就不用，就直接用金剛般若得無生法忍，也是可以，可以這樣子。

當然這種事情，就是像剛才我們講的親屬的尋思、國土的尋思、不死的尋思，這些事要放下。我們看以前的《高僧傳》，有些高僧就是不講人情。像那洞山禪師，他母親給他寫信，就是請他回家去看看老母親，他就是不回去。我們若看，那好像是太不講人情了。若是我，我可能還是要回去看看；就是我母親沒有寫信，我可能我也要回去看看。但是洞山禪師就是不回去，你看那種情形完全不同。

問：院長，那院長剛才所說的就是，念諸法實相就是念佛。

答：對。

問：那院長講的是實相念佛。

答：就是實相念佛，就是諸法如。「如來者，即諸法如義。」「無所從來，亦無所去，故名如來。」「無所從來，亦無所去，故名如來」，這是由我空，觀我空悟入諸法實相。什麼叫做「若有人言：如來若來若去、若坐若臥」，這什麼意思呢？什麼叫做如來？能走路的就是如來，我從這裡到那兒去，從那裡到這裡，就是「我」的意思。現在「無所從來，亦無所去」，沒有我，我不可得，是從無我這個地方悟入諸法實相，是這樣意思。「若見諸相非相，即見如來」，這從法空悟入諸法實相，這樣意思。所以《金剛經》小乘佛教學者應該容易信受，因為它處處說無我。所以小乘佛教學者若看見這部經，容易相信，他可能迴小向大，他不會再謗毀大乘佛教的，因為這道理是通著的，沒有矛盾，那麼意思。

問：我對另外一個問題感興趣，就是在昨天的課程（好像），有提到說：毀犯清淨尸羅會造成身心的惛昧，然後無堪任性，為什麼會這樣？

答：這個事情毀犯了，當然這是……，其實什麼事情都不是一件事情，它都是眾緣所成。你犯了清淨尸羅也是眾緣，其中有一個因緣就是煩惱多，煩惱多就是容易惛沈。你煩惱常常動，容易惛沈；你煩惱去造了罪，有了罪的業障的遮覆，人也是容易惛沈，他就容易惛沈。但是惛沈不全是一個原因，也有其他的原因，你吃飯不對勁也會惛沈，你這個六根，你沒能夠守護這個根律儀，你心裡面老是向外攀緣，那麼你就勞神，靜坐的時候也會惛沈；好多的因緣，睡眠不正常也會惛沈。其中一種情形，其實是相通著的，只要是你煩惱動，老是勞神，他就容易惛沈。所以佛開示我們修止觀的時候，你要正知而住，不要攀緣，它這個心，我們的精神就安逸，這個神就消耗得少，你的惛沈就會輕。你是不正知而住也好，這個六根不能向內緣而向外攀緣也好，你犯戒也好，總而言之煩惱向外攀緣、勞神，就容易惛沈。

你可以試一試，比如說到城市裡去兩個鐘頭，一來一去，你試驗：這一次你就是像一般這樣老是向外攀緣，看看這個、看看那個，回來的時候就精神疲倦。你這時候去的時候，我不看，我把眼睛關起來，老是寂靜住，那麼去了幾個鐘頭辦完事回來，精神還是正常，不辛苦、不疲勞，不感覺疲勞。一疲勞了，你靜坐他就是要惛沈，這個事情它是相通著的。

容易惛沈呢，但是你慢慢地把這個心改變，不向外攀緣，慢慢它也會恢復過來，又不惛沈了。所以都沒有決定性，忽然間這樣，忽然間那樣，老是變，但是主要就是自己這一念心。你這一念心能夠正知而住，那就會好轉；你不能正知而住，向外面攀緣，攀緣那就是，他就惛沈；而不但惛沈，還掉舉。

這個還沒有解釋完，這裡面好像還有問題，我們以後再解釋了。

問：院長，我們觀四念處那個觀受是苦，可是我們還是有苦受、樂受，那我們怎麼觀受是苦？

答：樂受是壞苦，我們在享受樂的時候不感覺苦，但是樂、樂、樂、樂，壞了，不樂了，不樂的時候心裡難過，那麼是壞苦。另外呢，我們追求這個樂的時候也很辛苦，追求到了以後，保護這個樂也很辛苦，樂失壞了的時候也是辛苦，所以觀受是苦。苦受是苦，樂受也是苦。樂受是苦，就是從追求這個樂是很辛苦，這還是成功了，沒有白辛苦，你追求成功了；成功了要保護它，不保護它就會失掉的，保護也很辛苦。無論你怎麼保護，終究有一天要失掉的，失掉了還是辛苦，還是苦，所以樂就是苦。

問：可是不是說「無色受想行識」嗎？那就是有受了。

答：是的，我們凡夫是有受的。凡夫有受，現在學習佛法學習無受。學習無受怎麼學呢？就從四念處開始，像觀受是苦，叫我們不去著它去，不去染著它，這個貪著樂受的心就輕了一點。你逐漸地觀、逐漸地觀，慢慢就沒有貪著心，就成功了。

問：我覺得我們現在的境界好像跟外道很像。

答：怎麼和外道相像？

問：還是有色受想行識，在五蘊裡面還是有個我，還是不能離開五蘊沒有我，這個我們好像都還是做不到，還是跟外道一樣的這種想法。

答：我們和外道還是不同，我們只是和一般人有點相似。我們和一般人有點相似，就是還是有我、我所的這種執著而已。執著，雖然是出了家，但是還有一般人的這種情形，這就是要修四念處來對治才可以，常常地觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，常常這樣觀，慢慢地就減輕了，這我、我所的執著就減輕了。一方面要修奢摩他的幫助，奢摩他有進步，你這個觀無我、無我所的智慧也有進步，慢慢地、慢慢地止觀雙運，就是斷了愛煩惱、見煩惱，就得聖道了，就成功了。

問：像我們覺得說我們的貪瞋癡煩惱減少了，那這個是不是也是對我們修四念處有影響？

答：是的，貪瞋癡煩惱減輕對四念處的修行也有幫助。煩惱重了有困難，修四念處有困難；煩惱輕，就沒有障礙，就容易成就。

寅二、非食（分二科）卯一、問

**問：此蓋誰為非食？**

「問：此蓋誰為非食？答：有緣緣起，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。」在解釋五蓋的障礙裡邊，分兩大科，第一科是「食」，第二科是「非食」。現在是說「非食」，就是每一蓋裡邊都有「食」和「非食」。現在是第五「疑蓋」的「食」、「非食」；「食」解釋過了，這第二科是「非食」。「非食」第一科是「問」。

「此」疑「蓋誰為非食」，誰是對治這個疑蓋的呢？

卯二、答（分二科）辰一、標

**答：有緣緣起，及於彼相如理作意多所修習，以為非食。**

就是思惟緣起的道理，就能破除去疑蓋。這是「標」。

辰二、釋（分二科）巳一、舉於三世（分二科）午一、明非食

**由彼觀見唯有於法及唯法因，唯有於苦及唯苦因故，**

第二科解「釋」，第二科解釋裡邊分兩科，第一科「舉於三世」。「舉於三世」裡邊，第一科是「明非食」。

「由彼觀見唯有於法及唯法因，唯有於苦及唯苦因故」，就是思惟十二緣起裡邊只有這四條：第一條是法，第二是法因，第三是苦，第四是苦因；十二緣起就是這四樣。從這四樣裡邊的思惟，就能破除去一切的疑問、一切的疑惑。

**所有一切不正思惟為緣無明，於三世境未生者不生，已生者能斷。**

你能思惟「無明緣行，行緣識，乃至生緣老死」，這樣思惟的結果，所有的不正思惟為緣的無明。這個不正思惟是引起無明的因緣，你不正思惟，這個無明就生起來了。「於三世境」，這個無明是對過去、現在、未來就起出來種種的懷疑、種種的疑惑，現在你能思惟緣起的關係，這個無明於三世境的疑惑「未生者不生，已生者能斷」，所以它能對治、能消除去，能消滅一切的疑蓋、疑惑的障礙。

午二、釋如理（分二科）未一、反顯

**若不如理而彊作意，其如理者而不作意；總說此二名不正思惟。**

「若不如理而彊作意」，這以下是解「釋如理」，這個如理的作意會有這樣的作用。分兩科，第一科是「反顯」，從反那一面來顯示。

「若不如理」，這個如理是正面，不如理就是反面；如果不能夠如理作意，就像前面：思惟我、思惟有情、思惟有情世間、器世間，那些不如理的作意，你勉強，你強要去思惟，那就有問題了。「其如理者而不作意」，像十二緣起：「無明緣行、行緣識，乃至生緣老死；無明滅則行滅，乃至生滅則老死滅」，這些是如理作意，這個如理作意，你不作意，不這樣思惟。「總說此二名不正思惟」，不應該作意的你偏要作意，

應該作意的不作意，這兩種叫做不正思惟。這是從反面說的。

底下是從正面說，第一科是「標義」。

未二、正成（分二科） 申一、標義

**若於是中，應合道理，應知是處名為如理。**

這是「標義」，底下解釋。

「若於是中，應合道理」，若是在十二緣起裡邊，這個流轉的緣起、還滅的緣起裡邊，這是合乎道理的，能令你消除一切的疑惑、滅除一切煩惱，增長智慧、得大涅槃，這是很合理的事情。那麼這樣，「應知是處名為如理」，就是這個地方，這就是如理作意；能令你消除煩惱、增長智慧，這就是如理作意。能令你增長煩惱，隱沒了智慧的事情，那就是糊塗，那就是不如理作意。現在說是十二緣起這一方面，這是如理作意。

這是「標」。底下解「釋」因「由」。

申二、釋由

**謂於暗中作光明想。由此方便如理作意，非不如理。**

「謂於暗中作光明想」，我們原來不是佛教徒，我們對於過去、未來、現在，什麼叫做佛法僧，這一切事情都是迷迷糊糊的，就是黑暗中。現在遇見佛法了，就是遇見緣起法了，這是光明。「由此方便如理作意」，用這樣的佛說的這個妙法，佛說的這個緣起法，佛說的苦集滅道的緣起法，這是一個轉凡成聖的方便、轉凡成聖之道。你能在這裡去「如」，就是隨順，隨順佛說的真理去觀察，這就是如理。「非不如理」，不是不合道理。這是解釋這個原由，所以應該這樣作意。

巳二、例餘處所

**於餘處所，亦有所餘如理作意。**

這是在這五蓋裡邊，這只是說疑蓋。在疑蓋裡面，於黑暗中，「於暗中作光明想」，就是這樣子叫做如理作意。「於餘處所」，其他的貪欲蓋、瞋恚蓋、掉舉惡作蓋，那四個蓋叫「餘處所」。「亦有所餘」，也有其他的合理的觀察、思惟法門：修不淨觀、修慈悲觀、修持息念這些，那也叫做光明想，也可以說「謂於暗中作光明想。由此方便如理作意」，也可以這麼說。那麼這是「例餘處所」。

辛二、別辨（分三科） 壬一、靜慮支分（分四科）

癸一、略標列（分四科） 子一、初靜慮攝

**復次，於初靜慮具足五支。一、尋，二、伺，三、喜，四、樂，五、心一境性。**

「復次，於初靜慮具足五支」，這是第二科「別辨」。前面是「總辨」，總辨這個

等引地。「辨」出大概是兩個現象：一個說初禪斷除五法、圓滿五法，然後說這個蓋障。但是前面這個大意可以明白了：想要得禪定，一定要斷除五蓋，滅除去貪欲蓋、瞋恚蓋這些蓋。若是有這些貪欲蓋、瞋恚蓋這五蓋的存在而不破除，是不能修禪定的，禪定是得不到的。這個就是很明白看出這件事。前面是「總辨」，這底下「別辨」，「別辨」裡邊是分三科，第一科是說「靜慮」的「支分」。就是色界四禪，四禪裡邊，每一禪裡邊都是一支一支的；初禪有五支，二禪有四支，三禪有五支，四禪有四支。就是有總、有別，這樣，「禪」這是個總，其中分五個部分，或者這樣意思。由這五個部分的功德，組織成這個「禪」的。這裡面分成四科，第一科是「略標列」，又分四科，第一科是「初靜慮攝」，是屬於初靜慮。

「復次，於初靜慮具足五支」，這個色界初禪它是具足五個支，由這五個支來支持這個「禪」的成就。有五個力量組合起來成為初禪，哪五個力量呢？「一、尋，二、伺，三、喜，四、樂，五、心一境性」，這五個部分成就初禪的。

這是「略標列」，只是把這五個名字標示出來，下邊還要詳細解釋。但是《披尋記》這個文唸一下。

#### 《披尋記》三六四頁：

於初靜慮具足五支等者：顯揚論云：尋者，謂能對治二種雜染。出離尋、無恚尋、無害尋。伺者，謂能對治二種雜染。出離伺、無恚伺、無害伺。（顯揚論二卷五頁）此中二種雜染，謂欲界煩惱雜染及業雜染。顯揚又云：喜者，謂已轉依者，依於轉識，心悅、心勇、心適、心調，安適受，受所攝。樂者，謂已轉依者，依阿賴耶識能攝所依，令身怡悅，安適受，受所攝。（顯揚論二卷五頁）此中轉依，謂由修習對治，斷所治障所得轉依。又於定地所緣境界，繫心專注，令不流散，是故說名心一境性。如是應知於初靜慮建立支義。

「於初靜慮具足五支等者：顯揚論」，《顯揚聖教論》上解釋：「尋者，謂能對治二種雜染」，這個「尋」它有什麼作用呢？你按照這個「尋」的方法去修行去，能夠斷除去兩種染汙的事情：就是一個煩惱雜染、一個業雜染，這兩種雜染可以斷掉，斷除去這兩種過失。「能對治二種雜染。出離尋、無恚尋、無害尋」，這上面這個「尋」究竟指什麼說的呢？就是三種尋：一個是「出離尋」。

「出離尋」是什麼呢？就是從欲出來，從欲的繫縛裡邊解脫出來。我們沒得禪定的人，都是為欲所繫縛；色聲香味觸這五種欲，把這個人繫縛得牢牢的不得解脫。現在若得到初禪了的時候，就是從欲的繫縛裡面出來了。那麼怎麼能夠出來呢？就是用這個「尋」的方法。什麼尋呢？就是「出離尋」，就是修不淨觀，就把這個欲的心理破掉了，從欲裡面出來了，「出離尋」。

「無恚尋」，「恚」就是瞋恚、憤怒、不高興了，這也是尋，這是一種煩惱。「出離尋」是出離貪欲尋，出離貪欲。這個恚，「無恚」，從瞋恚的煩惱裡邊解脫出來，叫「無恚尋」。



「無害尋」，這個「害」就是要傷害；對方對我不利，我要報復、我要傷害對方。那麼這個和「恚」有什麼不同呢？「恚」是比「害」還要厲害的，就是要殺害對方，那個叫做「恚」。「害」只是要傷害，還沒有說是要殺死他，只是或是打他、繫縛他、令他苦惱就是了。這個「恚」是很厲害的。這樣說呢，「害」和「恚」對比起來是一輕一重，是這樣意思。那麼現在這三種尋：出離尋、無恚尋、無害尋，修習不淨觀、修習慈悲觀，破除去這種煩惱。

「伺者」，「伺」是什麼呢？「謂能對治二種雜染。」什麼叫做「伺」呢？有「出離伺、無恚伺、無害伺」，這是和前面同樣是三個，但是「尋」是粗略的意思，這個「伺」是非常深細的一種觀察智慧。這個文是「(顯揚聖教論二卷五頁)」上說。「此中二種雜染，謂欲界煩惱雜染及業雜染。」

「顯揚又云：喜者」，第三支這個喜支怎麼講呢？「謂已轉依者，依於轉識，心悅、心勇、心適、心調，安適受，受所攝。」這個「喜」怎麼講呢？「已轉依者」，這個「已轉依」怎麼講？在這裡這個「轉依」，這個「依」是什麼？「依」就是你的心，就是修禪定的這個人的心；心是一切事情的依止處。這個「轉依」就是轉變了，原來我是沒有禪定的人，我這個心是散散亂亂的，現在把這個心經過禪定的訓練，轉變，不散亂了，得到禪定了，這叫做「轉依」。把內心裡面的散亂棄捨了，成就了不散亂的禪定的功德了，這叫做「轉依」。所以「已轉依者」，就是修禪定已經成功了的人。「依於轉識」，就是心在外境上活動的，就是不是指阿賴耶識說。

那麼他心裡面有「悅」、有「勇」，就是有喜悅，而在喜悅之中有「勇」，就是很勇猛、不是軟弱的境界。喜悅之中有勇，這是有一個特別的境界。「心適」，心裡面很安適。「心調、安適」，這就叫做「喜」，「喜」是這個意思。「受，受所攝」這個話，「受」要單獨念，然後「受所攝」，這麼念。這個「喜」是什麼呢？就是「受」，就是你心裡面遇見可愛的境界，你心裡面領受這個可愛的境界，這就叫做「喜」。不只於此，「受所攝」，屬於「喜」一切的心心所法，還有其他的心心所法，和它在一起相應的。譬如說觸、作意、受、想、思，裡面有個受，其餘的觸、作意、想、思也都在內；就是受和受所攝的，這都叫做「喜」。所以每一個心心所法都是一團的，不是單獨的；但是其中有一個是最重要的，就名之為「喜」，是這樣意思。這就叫做「喜」，而這個「喜」實在是什麼意思呢？就是得到禪定以後，心裡面快樂、喜、歡喜，就是這麼意思。我原來沒有禪定的時候我不歡喜，我用功修行，老也沒有成功，心裡也不歡喜；忽然間成功了，心裡面歡喜，這個「喜」就是這個意思。

「樂者，謂已轉依者，依阿賴耶識能攝所依，令身怡悅，安適受，受所攝」，「謂已轉依者」，就是禪定成功了的人。「依阿賴耶識」，這個「樂」要以阿賴耶識為主來說的。與阿賴耶識什麼關係呢？「能攝所依」，阿賴耶識的力量，它能夠攝持你這個身體。這個「所依」也就是你的身體，當然心也在內；能攝持這個身體，能攝所依的身體，「令身怡悅」。其實我們沒得定的人，這個身體也是阿賴耶識來攝持它的，由阿賴耶識來統治它；得定的人，也還是阿賴耶識，但是可是有變化。什麼呢？「令身怡

悅」，能使令你的身體「怡悅」，就是喜樂、快樂。我們沒得定的人也是阿賴耶識攝持它，但是我們感覺什麼？沒有什麼啊！不感覺有什麼特別的樂；沒有什麼病痛的時候，也不感覺樂、也不感覺到苦。現在得了禪定可是不是，「令身怡悅，安適」，沒有一切的不如意的事情，也是「受，受所攝」的。

這個「樂」和前面「喜」可是不同。就是這個「樂」現前，禪定成就了以後，這個身體裡邊感覺到很重大的快樂出現了，出現這件事。出現這件事的時候，你心裡面喜樂。這個「喜」和「樂」是不一樣。這個「樂」，這上說得很明顯，就指前五識說的，就指身體說的。那個「喜」是指轉識，就是主要是第六識，這樣意思。「(顯揚論二卷五頁)」說的。

「此中轉依，謂由修習對治，斷所治障所得轉依」，這個轉依，這解釋怎麼叫做「轉依」呢？就是由於你長時期地不怕辛苦，修這個靜坐，常常地靜坐。常常靜坐呢，「對治」就是消滅，消滅了所消滅的「障」，這五種障都消滅了。消滅了這時候成就的身心，這時候出現的身心，裡面有禪定、有喜樂，這就是這個意思。

「又於定地所緣境界」，這裡解釋「心一境性」。這個「定地所緣境界」，就是你已經成就了禪定，在禪定裡邊你的這一念心所緣的、所注意的境界。「繫心專注」，定好像是個繩子似的，把你這個心就綁在那個所緣境上面叫它不要動，能這樣子。「令不流散」，使令這個心不到別的地方跑，不跑到別的地方去虛妄分別。「是故說名心一境性」，就是你的心安住在一個境界上，這就叫做「定」，這就叫做「禪」，是這麼意思。「如是應知於初靜慮建立支義」，建立這個，初靜慮有這五種義。這上面，這裡面還有其他的意思，後邊有解釋，這就簡單這樣解釋就好了。

## 子二、第二靜慮攝

第二靜慮有四支。一、內等淨，二、喜，三、樂，四、心一境性。

### 《披尋記》三六四頁：

第二靜慮有四支等者：顯揚論云：內等淨者，謂為對治尋伺故，攝念正知，於自內體其心捨住，遠離尋伺塵濁法故，名內等淨。(顯揚論二卷六頁)餘如前釋。如是應知第二靜慮建立支義。

這底下《披尋記》：「第二靜慮有四支等者：顯揚論」說：「內等淨者，謂為對治尋伺故」，這個初禪是怎麼成就的呢？就是用尋伺的方法，用這個出離尋、無恚尋、無害尋破除去貪煩惱、瞋煩惱，乃至散亂、掉悔、惡作這一切的蓋，把這些蓋破除去成就禪定的。所以這個尋伺對於初禪來說，它的功勞是非常大的，就是由尋伺而成就的初禪，是這樣意思。但是到了第二禪的時候就變了，這個尋伺是不對的，要把這個尋伺把它排遣出去，不要它了，這個意思。所以「謂為對治尋伺」，感覺這個尋伺不好，要消滅它。消滅它就得要「攝念正知」，心裡面不要去什麼出離尋、無恚尋、無害尋，不要修這個分別心、棄捨它，叫做攝持你的正念、正知。下面有解釋。

「於自內體」，就是在自己的內心上，「其心捨住」，你這個心就把那個尋伺棄捨了、不要了，「捨住」。「遠離尋伺塵濁法故」，這個時候棄捨了這個尋伺的塵濁法，所以叫做「內等淨」，是這麼意思。這個「淨」就把尋伺的塵濁法去掉了，所以叫做淨。這個「內等」就是心裡面定，心裡面的定叫做內等。這個「等」在這裡是個「定」的意思，內心是寂靜住的，而遠離了塵濁法的尋伺，所以名之為「內等淨」。而這裡邊怎麼樣能夠驅逐出去尋伺呢？就是「攝念正知」，就是用這個方法，下面有解釋。「(顯揚論二卷六頁)」這麼說的。「餘如前釋」，其餘的那個喜、樂、心一境性，和前面那個初靜慮的解釋一樣的。

### 子三、第三靜慮攝

**第三靜慮有五支。一、捨，二、念，三、正知，四、樂，五、心一境性。**

#### 《披尋記》三六四頁：

**第三靜慮有五支等者：**顯揚論云：捨者，謂於已生喜想及作意不忍可故，有厭離故，不染汙住，心平等、心正直、心無轉動而安住性。念者，謂於已觀察喜不行相中，不忘明了，令喜決定不復現行。正知者，謂或時失念，喜復現行，於現行喜相分別正知。樂者，謂已轉依者，離喜離勇，安適受，受所攝。(顯揚論二卷六頁)心一境性如前釋。如是應知第三靜慮建立支義。

「第三靜慮有五支等者：顯揚論」說，這個「捨」字怎麼講呢？「謂於已生喜想及作意不忍可故」，第二靜慮的這個人，也就是修初禪成功的那個人；那個人他對於內心裡面生歡喜，生「喜」不歡喜，不願意有這個「喜」。這個「作意」，就是使令這個「喜」生起的這個作用叫「作意」。「不忍可故」，心裡面不忍受，不同意心裡面有喜的作意，不同意；「不忍可」就是不同意。不同意，怎麼辦？「有厭離故」，就是厭惡這個「喜」的生起。有了事情，有如意的事情出現的時候心裡面歡喜，這個歡喜我不高興；有如意的事情出現可以，但是心裡面不要動，不要喜，就是這個意思，「厭離故」。「不染汙住」，這個「喜」是個染汙，把這個「喜」除掉了就是不染汙，就是清淨了。

「心平等、心正直、心無轉動而安住」，這叫做「捨」，這個「捨」字這麼講。這個「捨」字在佛法裡面真是妙得很；修禪定、修有漏禪這裡面有，八正道裡面也有捨。這個心是平等的；也不散亂、也不惛沈，那麼是「心平等」。「心正直」，就是不散亂、不惛沈的這個心相續地明靜而住，叫做「正直」。「心無轉動」，這時候這個心，一切的境界不能影響它，不能使令它動，不能使令它散亂，它一直地是能夠明靜而住，「心無轉動而安住性」，他心裡面這樣安住，那麼就叫做「捨」。這個「捨」字要記住它，這個「捨」字怎麼講呢？就是「心平等、心正直、心無轉動而安住性」，這叫做「捨」。

「念者，謂於已觀察喜不行相中，不忘明了」，這裡解釋這個「念」怎麼講。「謂於已觀察喜」，因為常常地，得到了初禪以後常常入定，一入定心裡面就有喜、有樂，

久了就不歡喜這個喜。不歡喜這個喜的時候，他就觀察這個喜的過失，使令心裡面不安靜；不高興，這個人不高興它。「不行相中」，一棄捨這個喜，喜就不活動了，「不行相中」。這個不活動，沒有喜的這個境界你能夠不忘、不失掉，心裡明明了了的。「令喜決定不復現行」，你這個力量，你這個正念這個力量很強大，使令這個喜就不再出現，那麼這就是叫做「正念」。

「正知者，謂或時失念」，謂或者有的時候忘了，失掉了正念。「喜復現行」，這個歡喜心又出現了。一入定有很多的樂，心裡面又歡喜，有歡喜又不行，不可以。「於現行喜相分別正知」，這時候你心裡面就出來一個正知，說「不對！不要有喜」，又把這個喜驅逐出去，立刻知道這是不對。能這樣子觀察、分別、正知，這叫做「正知」。「謂或時失念，喜復現行，於現行喜相分別正知」，那麼這叫做「正知」。

「樂者，謂已轉依者，離喜離勇，安適受，受所攝」，就是沒有那個喜，沒有那個喜的勇的安適，沒有。這時候叫做「樂」，有廣大的輕安樂，但是沒有喜，這就叫做「受，受所攝」。「心一境性如前釋。如是應知第三靜慮建立支義。」

這樣這個次第就是：修第二靜慮的時候，棄捨初靜慮的尋伺；修第三靜慮的時候，棄捨第二靜慮的喜，去掉了喜，心裡面有樂，就是這個意思。

#### 子四、第四靜慮攝

**第四靜慮有四支。一、捨清淨，二、念清淨，三、不苦不樂受，四、心一境性。**

這四個支。

#### 《披尋記》三六五頁：

第四靜慮有四支等者：顯揚論云：捨清淨者，謂超過尋伺、喜、樂三地一切動故，心平等性、心正直性、心無轉動而安住性。念清淨者，謂超過尋伺、喜、樂三地一切動故，心不忘失而明了性。不苦不樂者，謂已轉依者，非安適非不安適受，受所攝；色界最極增上寂靜最勝攝受，無有動搖。（顯揚論二卷七頁）心一境性如前釋。如是應知第四靜慮建立支義。

「第四靜慮有四支等者：顯揚論」說：「捨清淨者，謂超過尋伺、喜、樂三地」，初靜慮棄捨了欲界的欲，第二靜慮棄捨了初靜慮的尋伺，第三靜慮棄捨了二禪的喜，現在第四靜慮棄捨了三禪的樂。尋伺喜樂，尋、伺、喜、樂這四個，超越了尋伺、喜、樂。尋伺、喜、樂這是三地，就是初禪、二禪、三禪。「一切動故」，尋伺、喜、樂這三種心所法都是使令心浮動，現在這種動完全棄捨了、不要了，所以叫做超越，超過了，那麼這就叫做「捨清淨」。尋伺、喜、樂都是不清淨，棄捨它就清淨了。這是禪定裡面的境界是有這樣的差別。「超過尋伺、喜、樂三地一切動故，心平等性、心正直性、心無轉動而安住性」，那麼這叫做「捨清淨」。

「念清淨者，謂超過尋伺、喜、樂三地一切動故，心不忘失」，這個境界心裡面

明明了了的，不會再忘掉的，「心不忘失而明了性」，那麼這就叫做念，這就叫做「念清淨」。

「不苦不樂者，謂已轉依者，非安適非不安適受，受所攝；色界最極增上寂靜最勝攝受，無有動搖」，這個叫做「不苦不樂」，就是「捨」受。他這個「捨受」是這樣的境界，也不是安適的喜樂受，也非不安適的憂苦受；他還是「受」，就是捨受，是受所攝的一切心所法。這個時候這個不苦不樂受是色界天最極、最上寂靜，這個寂靜到了最高的境界了，最極最上的寂靜，最勝的攝受境界。「無有動搖」，心裡面是非常的寂靜的。尋伺、喜、樂都是動，現在沒有這個動，所以是最極寂靜，「無有動搖」。「心一境性如前釋。如是應知第四靜慮建立支義」，第四靜慮是這樣子。

癸二、釋所以（分四科）子一、初靜慮攝

**初靜慮中，尋伺為取所緣，三摩地為彼所依，喜為受境界，樂為除麤重。**

「初靜慮中，尋伺為取所緣」，前面是「略標列」，這四個：初禪、二禪、三禪、四禪。初禪有五支，二禪有四支，三禪有五支，四禪有四支，這是略標列出來。這底下解釋，第二科解「釋所以」。分四科，第一科是解釋「初靜慮攝」。

「初靜慮」分五支，五支裡邊這個「尋伺為取所緣」，就是分別所緣境，它的作用就是分別所緣境；分別所緣境就是修出離尋伺、無恚尋伺、無害尋伺，就是破除去五蓋，就是這樣子，這叫做「取所緣」。這個「取」當個分別講。

「三摩地為彼所依」，這個「三摩地」，這個心一境性就是個定，這個定是彼尋伺的依止處。這個話應該有兩個意思，什麼意思呢？就是沒得定的時候，就是你修禪定得到了未到地定的時候，你不知足，你還要希望繼續向前進步到色界初禪。為了成就初禪，而這樣修出離的尋伺、無恚尋伺、無害尋伺，所以這個三摩地是尋伺的所依止。就像我們做生意，我為了發財去做生意，這個發財是你心情的一個希望處，因為這個希望而才去做這件事。我為了成就三摩地，所以我去這樣修行，是這個意思，「三摩地為彼所依」。若沒有三摩地的所依，那就不須要去這樣修行了，這樣意思。

這樣講呢，你得到初禪，這個尋伺是得初禪的前方便。這樣講是得初禪的前方便，但是成就初禪了以後的人，他心裡面還是有這件事的，他心裡面還是有尋伺的。所以成就初禪常常入禪的這個人，久了，他又不高興這個尋伺，就要棄捨它，這裡也有這麼一件事。

在我們的心裡面的想法，尋伺是成就初禪的前方便，等我初禪成就了，就不需要這個前方便，在禪裡邊沒有尋伺了，應該是這樣子，應該是這樣的意思。若是這樣講，按我們沒有得定的人來說，比較順一點；就是在得了定以後，心裡面再不尋伺，我們的心情是這樣子。但事實上又不是，得了禪定的人在初禪裡面還是有這個尋伺的，他還是有尋伺，所以久了他又不高興，不高興就是要棄捨，這時候才出來這個二禪，是這樣意思的。

「喜為受境界，樂為除麤重」，為什麼有「喜、樂」這件事呢？「喜」，是因為你

領受了這個境界的時候，領受了這個如意的境界的時候，心裡面歡喜，心理上的反應自然是這樣，有喜。「樂為除麤重」，「樂」是什麼意思呢？就是除掉了麤重，就會有樂出來。

這個「麤重」可以作幾種解釋。前面在《解深密經》的〈分別瑜伽品〉上有提到，應該這裡面也有提到，《瑜伽師地論》也有這個解釋。這個「麤重」是煩惱的種子，這是一種解釋。第二種解釋，比如說我們這個心，心裡面有煩惱的時候，這個煩惱影響你的心，使令你的心無堪能性。比如說想要靜坐，這個煩惱的影響，靜坐坐不來、有困難。這個無堪能性就叫做「麤重」。現在這裡說這個有漏禪，不是說無漏禪，所以不應該說種子；就指這個無堪能性，內心的無堪能性叫做「麤重」。這個「麤重」我頭幾次也講過：有心麤重、有身麤重，我們內心有煩惱的活動的時候，不但使令你的心無堪能性，令你身體也無堪能性，這個身體靜坐的堪能性也受影響。現在這個「樂」一出現了的時候，把這身體的無堪能性、心的無堪能性消滅了，所以叫「樂為除麤重」，除掉了麤重。

那麼這個是得到的利益，「喜為受境界，樂為除麤重」，是得到的利益。你成就初禪以後，你得到什麼好處呢？得一個「喜」、一個「樂」。你怎麼成就的初禪？由尋伺成就的。那麼這個心一境性就是初禪的體，初禪以心一境性為體，就是在禪定裡面的境界，指禪定。

## 子二、第二靜慮攝

**第二靜慮中，內等淨為取所緣，三摩地為彼所依，餘如前說。**

「第二靜慮中，內等淨為取所緣」，你怎麼成就的二禪呢？就是「內等淨」，就是觀察尋伺的過失，把它棄捨了，是這樣意思，叫做「取所緣」。「取所緣」就是分別、觀察尋伺是有過失的，有過失就訶斥它不對，一訶斥它不對，這個尋伺漸漸就不起了，這麼意思，「取所緣」。

「三摩地為彼所依」，二禪的心一境性是內等淨的所依。「餘如前說」，剩下那個喜、樂和初禪說的一樣，「喜為受境界，樂為除麤重」，是這樣意思。第二禪是四支，就是一個內等淨、一個喜、一個樂、一個心一境性，這四支。也就是可以這樣說，「內等淨」指成就二禪的方便，「喜和樂」是成就二禪得到的利益，「心一境性」是它的所依止處。

## 子三、第三靜慮攝

**第三靜慮中，捨、念、正知為取所緣，三摩地為彼所依，餘如前說。**

「第三靜慮中，捨、念、正知為取所緣」，第三靜慮也是五個支。五個支裡面這個「捨」和「念」和「正知」這三個是「取所緣」，就是分別這個所緣境，就是觀察喜的過失，二禪裡面喜的過失；這樣子常常地說它有過失，常常訶斥它，慢慢慢慢它就不起了，不起了就得到第三禪了。所以這個「取所緣」，這個「取」字可以當兩個

解釋：一個是分別所緣境，一個是觀察所緣境，來訶斥這個所緣境，訶斥這個尋伺、喜、樂，那叫做「取」。第二個意思，「取」者得也，得到三摩地，得到三禪，得到初禪、二禪、三禪、四禪，也叫做「取」，也可以這麼解釋。「取所緣」。

「三摩地為彼所依，餘如前說」，其他的那幾樣和前面的解釋（一樣），這裡不說了。那樣就是第三禪也是五個支，「捨、念、正知」這三個，剩下來就是一個「樂」，還有「心一境性」。這底下把這個《披尋記》唸一下。

### 《披尋記》三六五頁：

初靜慮中尋伺為取所緣等者：自下為顯於四靜慮建立五支、四支因緣。謂由思惟所緣故，受用所緣故，於緣不散故。如下決擇分說。（陵本六十三卷五頁）初靜慮中，尋伺為取所緣，即彼思惟所緣義。三摩地為彼所依，即彼於緣不散義。喜為受境界，樂為除麤重，即彼受用所緣義。於中樂為除麤重者，義如前說：以離彼品麤重性故，於諸煩惱而得解脫，故得身心無損害樂及解脫樂。（陵本十一卷三頁）如說初靜慮有三差別因緣，如是第二、第三、第四靜慮各三差別，應知亦爾。即於受用所緣中，隨應說餘，指如前說。

「初靜慮中尋伺為取所緣等者：自下為顯於四靜慮建立五支、四支因緣。謂由思惟所緣故，受用所緣故，於緣不散故」，「於緣不散」就是心一境性，「受用所緣」就是所得到的喜樂的利益這些。「如下決擇分說。（陵本六十三卷五頁）初靜慮中，尋伺為取所緣，即彼思惟所緣義。三摩地為彼所依，即彼於緣不散義。喜為受境界，樂為除麤重，即彼受用所緣義」，就是彼〈決擇分〉說的那個「受用所緣義」。

「於中樂為除麤重者，義如前說」，像前面解釋過了。「以離彼品麤重性故，於諸煩惱而得解脫」，拿二禪來說，尋伺就是個煩惱，就把尋伺去掉了；三禪就把二禪的喜去掉了，這樣意思。「以離彼品麤重性故，於諸煩惱而得解脫，故得身心無損害樂及解脫樂。如說初靜慮有三差別因緣，如是第二、第三、第四靜慮各三差別」，都是有「取所緣」，或是說一個「受所攝」；喜為受所攝，樂為除麤重，「心一境性」是所依，都有這三種差別。

### 子四、第四靜慮攝

**第四靜慮中，捨淨、念淨為取所緣，三摩地為彼所依，餘如前說。**

「第四靜慮中，捨淨、念淨為取所緣」，前面是初靜慮、第二靜慮、第三靜慮，現在第四靜慮。第四靜慮裡面這個捨清淨、念清淨這兩個是「取所緣」。「三摩地」也是「為彼所依，餘如前說」，剩下的不苦不樂、心一境性，如前面說。

### 癸三、明建立

**諸靜慮中雖有餘法，然此勝故，於修定者為恩重故，偏立為支。**

前面這是第二科，解釋完了。前面是「釋所以」；第一科是「略標列」，第二科「釋

所以」，現在第三科「明建立」，這樣意思。

「明建立」中，「諸靜慮中雖有餘法」，雖然裡邊也有很多的功德法。「然此勝故」，然初禪裡那五支，三禪也是五支，二禪和四禪都是四支，就這五法和四法是最殊勝的。「於修定者為恩重故」，對修定的人來說，這五法和四法對他們的恩德是太大了。你成就了這五法，成就了這四法，你心裡面很歡喜，很感覺到「我沒有白辛苦，終究是有成就！」所以是「恩重故」。「偏立為支」，就立這五支、四支為支。

癸四、明差別（分二科） 子一、初靜慮（分二科） 丑一、問

**問：何因緣故，初靜慮中有尋有伺耶？**

這底下「明差別」，為什麼，這就是又更詳細說了。第一科是「初靜慮」，初「問」、後「答」。

「問：何因緣故」，什麼理由「初靜慮中有尋有伺」呢？

丑二、答

**答：由彼能厭患欲界，入初靜慮，初靜慮中而未能觀尋伺過故。**

「答：由彼能厭患欲界，入初靜慮」，所以立了這樣的名詞，顯示這樣的道理。但是我們若不學這個《瑜伽師地論》，你在別的地方，就是始終搞不清楚；有尋有伺、無尋無伺，始終是搞不清楚！現在這裡這句話說得非常有用。「由彼能厭患欲界」，因為這個出離尋伺、無害尋伺、無害尋伺，他能夠「厭患」，能夠不高興這個欲界，就能夠超越欲界。「入初靜慮」，能進一步到達了色界的初禪，他有這種作用，所以「有尋有伺」。那麼再明白一點說，就是得初禪的方法，叫做「有尋有伺」，是這麼意思。那麼後來二禪以上，他不用這個方法了，所以叫做「無尋無伺」，這樣說得很簡單，就是這樣意思。

「初靜慮中而未能觀尋伺過故」，那麼到二禪以上的人，他就不要尋伺了。那麼為什麼初禪他要呢？因為初靜慮他沒能夠觀察尋伺的過失，所以他要它，他不知道它有過失。就是這一法，在這個立場的時候是有利益的，在另一個立場的時候它也有過失；有利益的就拿過來，有過失就取消了。這樣子使令人心涼，心裡面很淒涼，世間上的事情都是這樣子，你有用的時候人家用你，你不用了，靠邊站。世間上都是這樣子，所以不須要難過，不用難過。

子二、餘靜慮（分二科） 丑一、寂靜差別（分二科） 寅一、舉尋伺寂靜

**第二靜慮能觀彼過，是故說為尋伺寂靜。**

「第二靜慮能觀彼過」，初靜慮不能觀察尋伺的過失，認為它是有用，所以就用這個方法去修行，所以有尋有伺。第二靜慮能觀察尋伺的過失，它有過失的時候使令心不安了，「能觀彼過，是故說為尋伺寂靜」，所以第二靜慮就把這個尋伺取消了，不尋伺了，所以「尋伺寂靜」；尋伺不動了，所以叫「尋伺寂靜」。



## 寅二、例喜樂寂靜

**如第二靜慮見彼過故，名尋伺寂靜；如是第三靜慮見喜過故，名喜寂靜；第四靜慮見樂過故，名樂寂靜。**

「如第二靜慮見彼過故，名尋伺寂靜；如是第三靜慮見喜過故，名喜寂靜」，這底下第二科，就是「例喜樂寂靜」。

二禪是「尋伺寂靜」，那麼三禪以後就是「喜樂寂靜」。像第二靜慮的時候，見到、感覺到尋伺有過失，就把尋伺取消了，叫做「尋伺寂靜」。這樣子，第三靜慮見到喜的過失，所以把喜也取消了，叫做「喜寂靜」。第四靜慮見到樂也有過失，也是令心浮動；浮動他心就不安，所以就把它取消了，所以「名樂寂靜」，第四禪名樂寂靜三昧。這樣呢，初禪叫做尋伺三昧；二禪叫做尋伺寂靜三昧，或者這叫喜三昧；第三禪叫做樂三昧；第四禪叫做樂寂靜三昧。這個名詞都有這樣的理由。

## 丑二、捨念清淨差別

**捨念清淨，差別應知。**

前面是說寂靜的差別，有這樣的不同：有尋伺的寂靜、有喜樂的寂靜；那麼第二個就是「捨念清淨」也有差別。捨念清淨的差別，初禪捨掉了欲界的欲，欲界的欲是染汙的，所以捨清淨、念清淨。若二禪又不高興這個尋伺，就棄捨了尋伺的欲，這也是捨清淨、念清淨；這個捨清淨、念清淨就高過了初禪了。三禪又棄捨了二禪的喜，那麼就是捨清淨、念清淨。到四禪就棄捨了尋伺、喜、樂，這些染汙法都去掉、不要了，那麼叫做捨清淨、念清淨。同是一個名詞，但是有淺深的差別，這是不一樣的。

## 壬二、靜慮異名（分三科） 癸一、名增上心（分二科） 子一、標

**復次，是諸靜慮名差別者，或名增上心。**

「復次，是諸靜慮名差別者」，前邊是解釋靜慮的支分，這四靜慮有多少支，這些不同。這底下就是第二科，說靜慮的異名，還有不同的名字。復次，是諸靜慮名的不同是什麼呢？「或名增上心」，叫這個名字。什麼理由呢？第二科解「釋」。

## 子二、釋

**謂由心清淨增上力正審慮故。**

所以叫做「增上心」，叫這個名字。

《披尋記》三六六頁：

或名增上心等者：為趣增上慧而修定心，名增上心；此由所趣義名為增上故。如下聲聞地說。（陵本二十八卷二頁）於定心中思惟諸定過失，於上出離亦能了知，不生愛味，是名清淨。

「增上心」這句話，這個《披尋記》上解釋：「或名增上心等者：為趣增上慧而修定心，名增上心」，這個「增上心」，就是修增上定，修禪定的這個人，他為什麼要修這個禪定？他心裡面有個目的的，有個目的，什麼目的呢？「為趣增上慧」，他的目的為了達到更高的境界去，就是到「增上慧」那裡去，所以要修禪定。修禪定能幫助你到增上慧那裡去，所以叫做「增上心」。這個心能增上慧，所以叫做「增上心」，是這麼意思。

「此由所趣義名為增上故」，這樣講是什麼意思呢？「此由所趣義」，這是由於你心裡面有一個目的地，想要到目的地那裡去，就叫做「增上」。這個「增上」當個「所趣」的意思講，就是他心裡面想要到另一個地方去，這就叫做「增上」。我從禪定這裡到大智慧那裡去，所以叫做「增上心」，是約他的目的說。我為什麼要持戒呢？「增上戒」，我想要得定，由增上戒，由戒到定那裡去，戒有這種力量，能幫助你到禪定那裡去，所以叫做「增上戒」，這樣意思。

癸二、名樂住（分三科） 子一、標  
**或名樂住。謂於此中受極樂故。**

「或名樂住」，叫做「樂住」。「謂於此中受極樂故」，這個初禪、二禪、三禪、四禪，不是叫做「靜慮」嗎？但是又有一個名字叫做「樂住」。為什麼叫這個名字呢？「謂於此中受極樂故」，這是說成就了初禪、二禪、三禪、四禪的人，他在四個禪裡邊能享受到極快樂的境界。

子二、徵  
**所以者何？**

前面是「標」，這底下是「徵」。為什麼呢？這是問。

子三、釋（分二科） 丑一、約領受身心樂辨  
**依諸靜慮領受喜樂、安樂、捨樂、身心樂故。**

第三科是解「釋」，解釋裡面分兩科，第一科「約領受身心樂辨」。

「依諸靜慮」，這個得到禪定的人，他的這一念靈明的心安住在禪定裡面，就是「依諸靜慮」。「領受喜」、「領受「樂」、「領受「安樂」、「領受「捨樂」、「領受「身心樂」，身也樂、心也樂，所以叫做「樂住」。

世間上的事情，大體上說沒有一個傻子，沒有一個人是傻子，都是聰明人！說這個人他是也有眼耳鼻舌身意，也都是很正常的，為什麼棄捨了世間上的事情要出家，要出家去受那種清淡的境界，說「這個也不可以做！那個也不可以做！」那多苦惱呢？我們可能這麼想。其實這個人不是傻子，他若是安分，持戒清淨，然後按照佛法去這麼樣用功修行，能得到禪；得到禪的時候他會得到樂，得到更高尚的樂，好過欲樂的，所以去做這件事。

說是那個人，本來說是像悉達多太子，他父親叫他不要出家，你在家休息，你就等著好了，將來做國王。就是沒做國王，現在在皇宮裡面一切一切都是很自在安樂的，為什麼一定要去吃苦頭呢？他父親的意思是這樣意思。但是他的想法不是這樣子，他另外有更高明的境界的想法的。不是說是，是個傻子、是個神經病，棄捨了皇宮的樂，跑到山野裡面去吃苦去，不是表面上的事情。他心裡面是有個更高尚的要求的意思，是這樣意思的。

「依諸靜慮領受喜樂、安樂、捨樂、身心樂故」，是這樣意思。

### 《披尋記》三六七頁：

依諸靜慮領受喜樂等者：此中喜樂，謂於初二靜慮。安樂，謂第三靜慮。捨樂，謂第四靜慮。如是一切，總名身心樂。具此二樂，故名樂住。繫心於內所緣境界，於外所緣不流散故，由是靜慮得名為住。如下決擇分說。（陵本六十三卷八頁）

這裡面也有解釋：「此中喜樂，謂於初二靜慮」，叫做「喜樂」。「安樂」是「第三靜慮」。「捨樂」是「第四靜慮」；這個「捨」就是「樂」，第四靜慮是棄捨了前面的尋伺、喜、樂，棄捨了欲界的五欲樂；也棄捨了初禪、二禪、三禪的尋伺、喜、樂。這時候內心裡面是個「捨」的境界，而這個「捨」的境界也是樂，不過和前面的樂不一樣就是了，是這樣意思。這是第四靜慮是「捨樂」。

「如是一切，總名身心樂」，初禪、二禪、三禪、四禪，總起來名字，身也樂、心也樂，是這樣意思。「具此二樂，故名樂住。繫心於內所緣境界，於外所緣不流散故，由是靜慮得名為住」，「樂」是個意思，「住」是個意思，合起來所以叫做「樂住」。

按佛法呢，這個法，佛法裡面所說的道理，像前面這五識身相應地、意地，還有有尋有伺等三地，說出這件事，就是世間都是無常的，令人苦惱，所以應該重新創造自己的生命。或者是得色界定、無色界定，修出世間的涅槃的法門，得大解脫、得大自在，這個法是這樣講的。我們學習佛法，就在家的時候，當然這情形不同；有的人在家的時候就學習佛法了，「哦！佛法是這麼一回事，好！我出家修行。修禪定，得三昧樂、得涅槃樂，發大悲心廣度眾生。」我學習佛法這樣學的，然後我就出家，我也就這樣做，天天地用功修行，按照自己原來的本願，這樣一步一步這樣做。也有的人，出家的時候沒有學習佛法，在家的時候沒有學習過，「我不大懂啊！」所以出家以後，寺院的佛教有責任繼續教導他，讓他明白佛法怎麼回事。他明白以後，亦復如是！也是這樣發心修行，大家都是這樣子。就是講的佛法是這樣子，事實上出家人也是這樣子，那麼就是書本上的佛法和流行的佛法是一致的，應該是這樣子。

但是我看那個《佛法與科學》，你們看見這個書嗎？很多年前，現在至少能有三十年前，在香港有居士印這本書。《一個科學者研究佛經的報告》這一本書，還有《佛法與科學》這本書。《佛法與科學》這本書，前面有胡適之一篇序。胡適之這個人，本來是一個我們中國的最受尊敬的一個學者，北京大學的校長，最高學府的領導人，

我們大家應該是尊重他的。但是他這篇序就是破口大罵，就是罵、毀謗我們佛法。但是其中有一句話就說：「早已經不是那麼回事了！」唉呀！這話說得太厲害了！唉呀！真是說得太厲害！但是這話你能說他完全不對嗎？也不能！也不能。

問：師父，是不是可以再談一談四禪的捨念的殊勝？為什麼佛在四禪的時候成佛？然後還想知道，禪定跟神通之間的關係，那麼到底什麼時候開始能夠修成神通呢？謝謝師父。

答：禪定大概地說分三個部分：一個是欲界，沒得色界定之前，有個欲界定和未到地定，這是一部分；第二部分就是色界四禪；第三個部分就是無色界的四空定，這是三個部分。三個部分，欲界的欲界定、未到地定，定力太淺，所以它的功能很有限。無色界的四空定，定力是很深，但是它定慧不平均，這個定力太深了，而這個明了的智慧又不夠，所以它發生出來的作用也不好，也不太理想。唯獨色界天的四禪最好，四禪裡邊定慧是平均的，定慧平均了很好用，對於佛教徒來說是非常好；就是你想要依止它去得聖道，它有這個力量幫助你成就的。這四個禪都是有這個作用。

但四個禪裡面最好的就是第四禪，第四禪是最殊勝的，比初禪、二禪、三禪力量大。所以佛在第四禪裡面觀緣起得無上菩提。阿羅漢，或者辟支佛，也有在第四禪觀緣起得聖道的。那樣子得聖道的阿羅漢是大阿羅漢，他的智慧也高；智慧深，得的神通也是好。以初禪得神通的人就不如第二禪，以二禪得神通的人就不如三禪，三禪還不如四禪。你說外道也有得神通的，但是不如佛弟子。佛弟子的神通能降伏外道的神通，原因就是佛教徒得的禪定的力量高，外道不行。

那麼神通和禪定的關係呢，也是一樣。這個欲界定、未到地定的力量不夠，不能得神通，無色界的四空定也不能得神通，力量也不合適，唯有色界四禪才可以。但是你要修神通，就是得到禪定以後，在禪定裡面修這個得神通的方法，依照那個方法去修行才能得神通；得天眼通、天耳通、他心通、神足通、宿命通，你不修，也是沒有神通。沒有神通，但是有靈感，得了色界四禪的人，他沒有修神通，他也有的時候有類似神通的境界。但是若修神通而成就了神通，是不得了，境界是不得了的。當然不是百分之百的有效，但是多數還是有效的。所以若是由得禪定、修神通而成就的神通，那可是不得了。我們現在說：「哎呀！這個人有神通，那個人有神通」，我也沒有那個心機去考查那個事情。多數都不是，都不是得了禪定修神通而得的神通，都不是。若是得禪定而得神通，那個神通非常的厲害的。都是「哎呀！他有神通」，就是只此而已，揣測是那麼回事，不是真實，沒有那麼大的神通，多數都是那樣子。

問：師父慈悲！今天所講的第三六四頁，第三靜慮有五支，第一個是捨，那就是說在

第三靜慮之中它也有一個捨的相貌，那它這個捨和第四靜慮的捨清淨，我想是不是因為它這個捨主要是對治喜的捨，它還沒有達到捨清淨？

答：是的。每一個靜慮都有捨，初禪、二禪、三禪、四禪都有捨，但是有淺深不同。比如說初禪它是捨掉了欲界的欲，但是這尋伺的欲還沒捨；二禪呢，就把初禪的尋伺欲捨了，所以變成無尋無伺了；三禪又把二禪的喜，喜的欲也捨了，但是樂還沒捨；到第四禪，就把樂的欲也捨了。所以總合起來說，四禪是棄捨了欲界的欲，以及尋伺、喜、樂，這些欲通通沒有了。所以第四禪它的捨最深、最清淨。念也是這樣子，所以它也是清淨，所以有這樣的差別。

問：還有「捨」，《披尋記》上解釋，「捨者，謂於已生喜想及作意不忍可故。」所以它除了排遣這個生起的喜的想以外，它還排遣這個作意，那這個作意指的是不是……

答：作意就是喜生起的。這個喜怎麼生起的呢？由喜的作意生起的。所以若是棄捨了喜，一定是要棄捨喜的作意，不然的話這個喜不能棄捨的。

問：所以它這個作意的範圍只是引起喜作意的那個？

答：引起喜的生起的一個力量；把那個力量停下來，這個喜才不生起。

問：所以它並不是把一切作意都排遣了？

答：那不是，不是的。

問：謝謝師父！還有一點，是前面的部分，在上一卷卷末，三四四頁最後一段。就是它上面，本論的論文裡頭寫道：「若生色無色界，除其下地，一切現前如在欲界」。那從這個文上看的意思就是說，在色界天，或者無色界天的人，他們只是看他們所在那一地的景象，現前像那欲界所看到的一樣，那麼他的下地，是他不看了？還是說他沒有能力看？應該是有能力看的。

答：有能力看，但是他不願意看。

問：因為前一段師父講過，在二禪天的人看到世界壞的時候，燒到初禪，那麼剛生到二禪天的人會害怕，所以他也是應該是能夠看到下界的。

答：有能力，有這能力能看的。

問：還有就是說，在下界的，比如在初禪天的人他是看不到二禪天的，是不是？還是說也可以看得到？

答：也是可以看到。

問：也是能見上界？

答：也是能見，他也可能會去，也可以到那兒去，也能去的。比如釋提桓因，釋提桓因是欲界，但是他能到梵天王那兒去，也有這個能力。

問：謝謝師父！

問：阿彌陀佛！請師父慈悲，能不能再講一下心一境性？現在我們講這個四禪，這是在講三摩地。要成聖道須要在三摩地裡邊修毗鉢舍那，修這個觀。可是這個心一

境性，心不動了，尤其到四禪，把念都捨了，沒有念了怎麼修觀？比如說我們修無我觀，修無我觀，想這個無我，這個天上地下、生物的、科學的、醫學的各種各樣的要證明這個無我，心理活動是很多的，怎麼能在修觀的時候還不離開這個定？阿彌陀佛！

答：我們沒有得定的人，我們也學習坐禪；學習坐禪，假設你不錯，心裡面寂靜住。寂靜住以後，也可以修毗鉢舍那觀，這當然是，這不是定。不要說我們一點兒也沒有成就，就是有成就的這個欲界定，你真是得到欲界定了，你真是得到未到地定了，都還不是的。你在欲界定裡面你修觀，當然是能有成就，但是還是不及格。就是你在欲界定裡面定了，你還是聽見人家說話，旁邊有人說話你還能聽見的；但是若到了色界天，得到色界定的時候不是這樣子。

並且是我們可以提出個問題來，就是得定、未得定這個界限在哪裡？可以提出這個問題。怎麼叫做得定？可以提出這個問題。提出這個問題呢，這也是很容易就可以回答這個問題，就是前五識不動了；前五識不動，最明顯的就是耳識不動。我們閉上眼睛，當然我們不看，但耳識不動，你就是誰在這裡啟動、開門、或者是機器聲音，說打雷了，他耳識不動，他聽不見，是聽不見的，那麼這就是得定了。就是最低限度你得初禪了，二禪的時候要比初禪還是深；三禪，到第四禪是更深，這個定。

這個地方說是怎麼叫做得定？就是前五識不動了，沒有說第六識不動，沒有說這句話，第六識還是可以動的。第六識還是可以動，但是第六識也很自在，得了定的人他很自在的，要動就動，不動就不動，是很自在的。說是在初禪也好，乃至到第四禪也好，你心裡面願意寂靜住，那麼心裡面一個妄想也沒有，就是明靜而住。願意動，但是並不是出定，你就可以修觀，修無我觀，就可以這樣，第六識就可以去觀察思惟，也是可以。「凡所有相皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來」，也可以很快地把《華嚴經》背下來。我們沒得定的人，我們若是背《金剛經》，或者十五分鐘背一遍，或者二十分鐘。我們學《法華經》，假設你精神好，最低限度要五個鐘頭，這一坐五個鐘頭把《法華經》背下來了。若是得了定的人，不是的。《華嚴經》說是八十卷，《涅槃經》四十卷，他若是得了定的人，他要去背的話很快地就會背，一下子就會背，不感覺到很久就通通都背下來，得了定的時候不可思議。

所以得了定的時候，心不動了，為什麼能修觀？不是，得定的心是能動的，他只是前五識不動，所以他還是定，但是它還不妨礙他修觀的，還是定，還是能修的。修的時候，但是還是在定裡面，你其他的一切事情不能干擾他，你什麼聲音不能干擾他，怎麼亂他還是定，不能干擾他。

剛才這個捨念清淨，捨也清淨，念也清淨，不是把念捨了，不是這個意思，不是那麼講。捨清淨、念清淨，叫捨念清淨，那麼講，那個地方是那麼講。禪定的人，念是不能夠捨的，有定的人一定是有念的，因為你定的境界明明了了地顯

現在前，這就是念嘛，念是不能捨的。而佛法裡面「念」這個字非常重要。現在我們常常地，尤其是學習《瑜伽師地論》，這個「捨」字還是很重要的，「捨」字也很重要，「念」這個字也很重要，正知也是很重要。你若看這個八正道，三十七道品的八正道，正業；正見、正思惟、正語、正業、正命……，這個正業還是很重要的。他用這個字，就是佛的大智慧告訴修行人的方法，其實這都是內心的世界，這是心理上的事情。心理上有無量無邊的差別，染汙的差別、清淨的差別，然後用各式各樣的名詞安立出來，用這個名詞表示那個意思，一個字、一個名詞、一個詞一個詞的這樣子。然後我們學習、這樣修行，然後就成功了。

佛教的事情，比如說修禪定也好，修緣起觀也好，或者那個人走路，一會兒走路，或者坐在那裡，表面上沒什麼特別的形相，只是在那經行有什麼特別呢？沒有，坐在那裡也很平常的事情嘛，但是不可思議就在那裡，就在那裡面。沒有什麼奇特的相，不顯現什麼奇特的形相的。但是你不斷地用功，你不斷地忍耐；很多的障道的因緣，都是很多的，但是你要忍耐。你心裡面要掌握到戒定慧這個正道，掌握住，其他的障道因緣不要計較，只要不妨礙，就可以修行了嘛。這樣用功，久了，就成就了、就成功了。

我剛才說，像胡適之說那種話，當然我們佛教徒，我們今天說我們這屋都算是佛教徒。有的人智慧高一點，有的人智慧低一點；有的時候自作聰明，要這樣子、那樣子，其實不要，你不要自作聰明。當然世間上笨人是多得很，但是也有聰明人，佛教徒裡面有聰明人，非佛教徒裡也一樣也有聰明人。你隱覆不住的，你蓋不住的，人家一看就知道。還不如老老實實的好，就是老老實實的，實實在在的。

問：阿彌陀佛！請問師父，剛剛講這個神通的問題，我想見道的聖人他們有一些因為他們禪定的功夫，所以有些有神通、有些沒有神通。他是見到根本無分別智，後來他成就後得無分別智的時候，是不是應該是有神通呢？

答：這個初果、二果還沒有神通，初果、二果沒有神通，三果以上的聖人有可能有神通。但是慧解脫還沒有神通，慧解脫阿羅漢沒有神通，要俱解脫才有神通。

問：師父講的那個神通是在初禪的時候就開始修呢？還是說你剛才講的要三果，那是 在哪一個禪定才能修呢？

答：到初禪就可以修神通了，初禪、二禪、三禪、四禪都可以修神通，但是第四禪比較好。比如說這個人，你是天眼通，你是初禪得的天眼通，他是四禪得的天眼通，他四禪得的天眼通就高過你的初禪。其他的神通一樣，天眼通、天耳通、他心通、宿命通、神足通都是一樣。你的禪高，得的神通力量大；你禪定淺，得的神通也就差一點。

問：那你怎麼能夠肯定初果、二果沒有神通呢？

答：初果、二果沒得禪定嘛！他沒得禪定，所以沒有神通。

問：你是說他們在未到定的時候得初果、二果的嗎？

答：是，未到地定不能得神通的。

問：如果他們在三禪成就初果，不可能？

答：若三禪以上，他們若修神通就有神通，就會有神通，那還不一定是聖人，凡夫也可以。凡夫得到了初禪、二禪、三禪、四禪，他也可以有神通，但是他沒有得聖道，還是凡夫。

問：師父，我再問你一個問題，我剛好順便提起來，對於《華嚴經》我一直有一些不太明白。師父常常講到要背誦《華嚴經》，那麼在大乘三個派系裡面，《華嚴經》到底是屬於哪一個派系？因為它又講佛果，又講菩薩、菩薩行，然後又提到重重無礙的法界緣起，那應該是算真心緣起，那麼是？

答：《華嚴經》裡邊，有些地方也可以是性空唯名，有些地方也有一點唯識，但是有的地方還是真常唯心的。但是在我們中國傳統佛教的思想來說，《華嚴經》就是真常唯心，法界緣起，一真法界，認為這樣說這是最高的境界，也可以這麼說。但是在今天的佛教來說，假設這個人是龍樹菩薩的弟子，那他也可以判《華嚴經》是性空唯名，也可以這樣講的；因為他這樣講，他是讚歎《華嚴經》的意思。若是中國古代的禪師來講，「哦！你這樣是把《華嚴經》貶了」，那又不同，把《華嚴經》貶低了。但是若今天的性空唯名論者說，那不是，他認為這是讚歎，而不是貶。

天台宗智者大師判《華嚴經》是圓兼別，而華嚴宗的學者說：「這是純圓獨妙，不是圓兼別。」是特別的，也可以稱為別圓，是特別的一種圓教。而《法華經》是通圓，華嚴宗的學者判《法華經》是通圓，就是三乘聖弟子、一切眾生齊成佛道，叫做通圓；大家都成佛，叫通圓。《華嚴經》是說：唯獨菩薩成佛，其他的人不夠資格，所以叫別圓，特別的一種圓妙的法門。有通、有別；大家都是圓，但是有通別之異，這是中國古代的大德的判教。比如《金剛經》，唯識宗的人也可以用唯識的義來講《金剛經》；中觀論的學者那他就不用唯識義，他用中觀的意思講《金剛經》，就是這樣子嘛！但是也有一些真常唯心的講《金剛經》，那就用真常的義來講《金剛經》。

問：可是它那一句重重無礙的法界緣起是唯心現，是本來《華嚴經》裡面的經文。

答：是的，也是的。

問：那是真心緣起。

答：是的。

問：那是應該這樣思惟？

答：也可以。

問：謝謝。



丑二、約領受現法樂住辨（分二科） 寅一、顯義（分二科） 卯一、標  
**又得定者於諸靜慮數數入出，領受現法安樂住故。**

現在這裡講的是「靜慮異名」。本來名之為「靜慮」，靜慮就是「禪」，但是它也有不同的名稱。這一科裡邊分三科，第一科是「增上心」，第二科「名樂住」。「樂住」分三科，第一科是「標」，講過了，第二科是「徵」，「或名樂住。謂於此中受極樂故」，這是「標」。「所以者何」，這是「徵」。「依諸靜慮領受喜樂、安樂、捨樂身心樂故」，這是第三科的解釋。解釋裡邊分兩科，第一科「約領受身心樂辨」，說明這個樂住的名稱的道理，這一科講完了。底下是第二科「約領受現法樂住辨」，分兩科，第一科是「顯義」，先是「標」。

「又得定者」，就是成就四禪的人。「於諸靜慮數數入出」，對於他所成就的禪，他「數數」，就是一次又一次地「入出」，就是入在禪定裡邊然後又從禪定裡面出來，出來以後又入在禪定裡邊又出來，就是這樣來訓練自己。為什麼要這樣做呢？「領受現法安樂住故」，「領受」其實也就是享受，就是領受這個禪的快樂，入在禪裡邊就能享受到禪的快樂，這樣意思。

「現法安樂住故」，這個「現法」就是現在的生命體，現在的色受想行識。因為你修禪的時候，也是色受想行識在修；成就了禪，還是在色受想行識裡面，所以不能離開了色受想行識另外有禪的。「入出，領受現法安樂住故」，當然這是說為了享受三昧樂而這樣做，但是另外有個原因：初開始成就禪，對於禪還不能說十分的熟練，所以要時時地入，入定。入、住、出這三個字；入禪定，安住在禪定裡邊，然後從禪裡面出來，「入、住、出」三個字。常是這麼樣訓練，那你對禪就熟，隨時可以，就能入定，隨時也可以出定；就是特別地要熟。當然你入了定以後，也就會享受到禪的樂。

這是第一科，卯一是「標」。

卯二、釋

**由此定中現前領受現法樂住。從是起已，作如是言：我已領受如是樂住。**

這是卯一「標」，第二科是解「釋」，解釋入、住、出裡面的事情。

「由此定中」，由於你成就的定，你若入到定裡邊。「現前領受現法樂住」，不是說空話，說禪定裡面怎麼怎麼樂；你沒有成就禪定，或者沒有入在禪定裡面，那都是空話。現在是實際上成就了三昧樂，而能夠領受三昧樂，這件事是事實，是一件實際的事情，是這樣意思。「由此定中」，是「現前領受」，不是過去、也不是未來，就是現在，你能夠領受「現法樂住」，成就了禪，你享受樂、三昧樂，你能安住在禪裡面享受三昧樂。「從是起已」，你從這個三昧的禪定裡邊的境界出來，「作如是言：我已領受如是樂住」，我已經嘗到這個味道了，三昧樂。那麼這是解釋這件事，向別的人介紹這件事。

寅二、簡非（分二科） 卯一、簡無色定

於無色定無如是受，是故不說彼為樂住。

「於無色定無如是受」，前面第一科是顯「現法樂住」的這件事；現在第二科簡別不是這件事。分兩科，第一科是「簡無色定」。

「於無色定」，說這個修行人他成就了色界的四禪，他又成就了無色界的四空定：空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非想非非想處定，他也成就了。成就了，他若入在無色定裡面，從無色定裡面再出來。「無如是受」，沒有這樣的享受，沒有色界定這樣的享受，沒有。「是故不說彼為樂住」，所以不說彼無色定是樂住。你住在禪定裡面是沒有色界定的這種安樂、這種快樂，是沒有的。這是色界定和無色界定，裡邊的內容是不一樣的，所以名字也不同。

卯二、顯彼應說（分四科）辰一、標

然彼起已，應正宣說。

這底下是第二科「顯彼應說」，這裡分四科，第一科是「標」，顯示他應該表達他的事情，這是「標」。

「然彼起已」，然而那個入無色界定的修行人，他從禪定裡邊出來以後，他應該宣說他定裡邊的事情，應該宣說。

這是「標」，第二科是「徵」。

辰二、徵

何以故？

怎麼回事情呢？第二科。

辰三、釋

若有阿練若苾芻來就彼問，彼若不答，便生譏論：此阿練若苾芻云何名為阿練若者，我今問彼超色無色寂靜解脫，而不能記。

第三科是解「釋」。

「若有阿練若苾芻來」，就是寂靜處的苾芻來；在寂靜處住的苾芻多數是有修行的人。「就彼問，彼若不答，便生譏論」，這苾芻來了，就到這位得無色界定的苾芻這裡就問他：「你現在入的是什麼定？定裡的情況怎麼樣？」問。「彼若不答」，但是得無色界定的那個人，假設他不回答，默然，不吱聲、不說這件事。「便生譏論」，那麼這阿練若處苾芻就譏嫌他，就說了：「此阿練若苾芻云何名為阿練若者」，現在這個意思，是有阿練若苾芻來，那個成就無色界定的人也是阿練若苾芻，或者這麼說。或者是阿練若苾芻成就無色界定，他到另一個地方來，另一個地方的苾芻就問他：「你這麼用功修行，你成就的無色界定是怎麼樣呢？」這阿練若處苾芻不回答。不回答，那麼提出問題的這個苾芻「便生譏論：此阿練若苾芻云何名為阿練若者」呢？「阿練若」本來表示修行的意思，現在問他實際的成效，他不回答。不回答是表示什麼意思？你

有成就，是沒有成就呢？這麼意思。

「我今問彼超色無色寂靜解脫，而不能記」，說是我現在問他，說他「超色無色寂靜解脫」，這個色界定的寂靜解脫就是色界四禪，無色界的四空定也名為寂靜解脫，你若成就了無色界的四空定，就超過了色界的寂靜解脫。若是你成就無漏的禪定，成就無漏的聖人的色無色界的禪定，那麼就是超過了色界定、也超過了無色界的寂靜解脫，都超過了，就是更高的禪定，就是超過了有漏的色界定、無色界定。說我現在問他，你所成就的「超色無色寂靜解脫，而不能記」，這個苾芻不能回答，默然無聲，默然無語。這就是這樣子，這就是譏嫌他了。

#### 辰四、結

**是故為說應入彼定，非為樂住。**

這是第四科「結」。所以應該說，你入了彼無色界的四空定，不是一個快樂的住，不是安樂住。就是對色界的四禪來說，無色界的四空定不可以名之為樂住。但是得到無色界的四空定，那也是不可思議；它的定力是高過了色界的四禪的，但是它裡邊的慧不如色界四禪，就是有這個問題。

這裡邊差一點的，就是無色界的四空定，因為它無色，就是沒有身體，只有受想行識，沒有色；所以若是身心安樂住，只有心住而沒有身住，沒有身的安樂住。而這個「樂」，前面我們講過是身樂、心樂兩種樂。那麼色界天的人有身體的存在，所以他有身樂，也有心樂；那麼無色界天的人只有心，受想行識的心，而沒有色，就是沒有身樂，那麼他缺少一個，他只是一個受想行識的樂，裡邊有樂，沒有身樂。

可是在前面這《瑜伽師地論》的解釋，身樂是指阿賴耶識說，有阿賴耶識的力量使令這個身體有樂，是這樣解釋。若是在《大毗婆沙論》當然不說阿賴耶識的事情，只說有身樂、有心喜；心喜、身樂，只是這麼說。現在這個無色界定沒有身樂。另外一個事情，後邊有解釋，從色界第四禪開始是把這個樂放棄了，只有捨，只有捨受，就是色界第四禪，就是捨受，無色界的四空定也都是捨受。那麼這個樂的事情他不高興了，這個修禪定久了的時候，他不高興有樂的事情，就把樂取消了，只是捨，捨也是一種樂。

這個人也是……這個心情，我們凡夫也有相同的情形，說有人歡喜吃辣椒，這個人不歡喜吃辣椒，「這個辣椒，這個辣有什麼好呢？」當然歡喜吃辣的人就是要吃，不吃不行，就是這個心理上的變化。這個得了禪定的人，心裡面的變化也是有喜、樂、捨，有這三種受。三種受最初有喜受、有樂受，那是非常值得歡喜的事情，但是久了也不歡喜，這個喜也不要了、樂也不要了，只是捨，這個捨他非常滿意。比如說我們若是講滿意的就是好，那麼這樣說呢，他對於喜不滿意、對樂也不滿意，就對於捨他滿意。所以我們若這樣說：滿意的就是樂，那麼捨就是樂，也可以這麼解釋。就是喜和樂這種受不歡喜，他歡喜捨。這樣說，無色界的四空定當然也是捨，它是捨受，也是樂，但是缺少一個樂；身、心，只有心而沒有身，這個身的樂沒有。這樣說，和色

界定彼此是差了很多，差了很多的，是不同的。而前面說到色界的四禪名為樂住，不但是第四禪，包括初禪、二禪、三禪在內，總起來名之為「樂住」。

癸三、彼分涅槃等（分二科） 子一、標  
或復名為彼分涅槃，亦得說名差別涅槃。

「或復名為彼分涅槃」，前面說了兩科，一個是「增上心」，一個是「樂住」。現在第三叫做「彼分涅槃等」，分兩科，第一科是「標」。

「或復名為」，或者說四靜慮名為「增上心」、名為「樂住」，或者又名為「彼分涅槃」，叫這個名字。「亦得說名差別涅槃」，也可以說這個。這是說出兩個名字來。

這是「標」，底下解「釋」。

子二、釋（分二科） 丑一、彼分涅槃  
由諸煩惱一分斷故，非決定故，名彼分涅槃。

這個「彼分涅槃」怎麼講呢？「由諸煩惱一分斷故」，由於這個修行人，他成就了色界四禪的時候，煩惱的一部分已經消除了、斷了。這個煩惱一部分斷了是什麼呢？是現行的煩惱，就是欲界的煩惱。欲界的煩惱也是有種子的，但是指欲界煩惱的現行消除了，種子還是在的。斷了一部分的煩惱故，「非決定故」，斷了一部分煩惱，它種子還在，有因緣的時候，煩惱還會活動。煩惱一活動，就是退了，就是沒有禪定了，所以「非決定故」，它不是決定的斷煩惱，靠不住的，暫時的煩惱不動而已。這個煩惱將來有因緣還會動的，所以說叫「不決定」。

這樣說，「名彼分涅槃」，「名彼分涅槃」這個「彼分」怎麼講呢？窺基大師講，是類似的意思，相似的意思。就是斷除去一部分煩惱，他心裡面也比較寂靜了。煩惱是一種動亂的相貌，使令你心不安；現在沒有煩惱了，心裡面能寂靜。這個寂靜，和涅槃也是寂靜有點相似，所以叫做「彼分涅槃」。那麼「相似」，就是不是真實的了。若真實的涅槃，那就叫「此分涅槃」；它是與涅槃相似，還不是真實的，所以叫「彼分涅槃」，這樣意思。

丑二、差別涅槃  
非究竟涅槃故，名差別涅槃。

這是第二科。前面解釋這個「彼分涅槃」，這裡解釋「差別涅槃」。

這個涅槃是無為的境界，「一切賢聖皆以無為法而有差別」，是無為的境界。現在說色界四禪名之為「涅槃」，這是有為的境界，這個不是究竟的，煩惱還沒有清淨，不是究竟的涅槃，所以叫「差別涅槃」，它是和涅槃是不一樣的，所以叫做「差別涅槃」，這樣子說。

壬三、出離受等（分三科） 癸一、出諸受事（分四科）

子一、辨差別（分二科） 丑一、標

**復次，此四靜慮亦得名為出諸受事。**

那麼這是第三科「出離受等」。「出離受等」是這個安立，前面一開始〈三摩呬多地〉那個地方說到，第一科是「總標」，第二科是「安立」。這個「安立」裡邊，「別辨」裡面分成三科，第一科是「靜慮支分」，初靜慮有五支，第三靜慮也有五支，第二靜慮、第四靜慮有四支。「靜慮支分」這一科說完了，第二科是靜慮的異名，這一科也解釋完了。現在「出離受等」。這個四禪它們還有點事情，就是「出離受等」；有的「受」，他從那個受出來了，他不再受那種受了。這裡邊也各有各的差別，分三科，第一科「出諸受」的「事」情。分四科，第一科是「辨差別」，先是「標」。

「復次，此四靜慮」，這四種靜慮「亦得名為出諸受事」，這也可以，也可以說，這個「名」就是「說」的意思；也可以說他們初禪從一個受裡面出來了，二禪又一種受，三禪、四禪又一種受，從那種受解脫出來了，這是有這樣的意思。

這是「標」，底下是「列」。

丑二、列

**謂初靜慮出離憂根，第二靜慮出離苦根，第三靜慮出離喜根，第四靜慮出離樂根，於無相中出離捨根。**

「謂初靜慮出離憂根」，這個「受」就是苦、樂、憂、喜、捨五種受；這一切欲界的人、色界的人、無色界天的人，你逃不出去這種受：一個苦受、樂受、喜受、憂受、捨受，苦、樂、憂、喜、捨這五種受。這個初靜慮、成就了初禪的人「出離憂根」，憂愁的這件事沒有了，他從這個憂愁裡面出來了。那麼就是因為我們有欲的人都有憂，我們欲界的人，平常的人我們有憂愁，就是特別高貴的人也是有憂愁。我們人間的人有憂愁，欲界天上的人也有憂愁，都有憂。為什麼有憂？就是因為有欲。欲為什麼令你憂愁呢？欲這種事情它要有變化的，它不一定是滿你的意的；你歡喜這樣子可能令你滿意，過一會兒就變了，不滿你意了，不滿你意，那麼你就有憂愁，是這樣意思。

「第二靜慮出離苦根」，第二靜慮就是把苦惱這件事解脫出去了，沒有這個苦的這種事情了；下邊文有解釋這個苦怎麼回事情。「根」這個意思，「根」是個增上義，就是對於這件事的出現特別的有力量，有力量出現這件事。這件事令你憂愁，那麼就是因為它有根，它能隨順這件事。「出離苦根」，第二禪才出離苦惱的事情，出離苦。

「第三靜慮出離喜根」，不高興這個喜。因為初禪、二禪都有喜，那個時候還要保留這個喜；現在第三禪的人不高興這個喜，要把這個喜解脫出去。

第四禪，「第四靜慮出離樂根」，樂也不高興了。本來是修禪的人是為了得樂而才修禪的，可是成就了禪以後，久了又不高興這個喜樂。你看人的心情的變化真是，不是最初的時候想得到的。

「於無相中出離捨根」，這是佛教徒，佛教徒出離捨根。前邊這個第四靜慮出離

樂根，除掉了樂，那時候他是什麼？他是受，他是捨受；苦、樂、憂、喜、捨，是捨受，就是不苦也不樂的捨受。現在佛教徒力量是更大，苦、樂、憂、喜能夠解脫出去，「捨」也能除去，能把這個捨受也超越了，這是不容易，能超越這個捨受還是不容易。原因就是佛教徒能得到「無相三昧」，得無相三昧的時候這個「捨」也能除掉了。「出離捨根」。

這一段是「列」，把這件事列出來，底下解釋。

子二、釋經說（分二科） 丑一、舉憂根（分四科）

寅一、於生位（分二科） 卯一、引經問

**如薄伽梵無倒經中說如是言：苾芻！憂根生已，應當如實了知生者。此於何位？**

前面是「辨差別」，辨這個「受」的不同。這底下是解「釋經」裡邊「說」的道理。分兩科，第一科是「舉憂根」。分四科，第一科「於生位」。

這個「憂」是在什麼地方出現的呢？「如薄伽梵無倒經中說如是言」，像佛、世尊，「薄伽梵」我們以前解釋過了。有一部經叫做《無倒經》，在這一部經說：「說如是言：苾芻！憂根生已，應當如實了知生者。此於何位」，這部經上佛就招呼這個苾芻說：「憂根生已，應當如實了知」，說是我們內心裡面忽然間有顧慮、有憂愁、有不滿意的事情出現了，心裡面不歡喜。這個「憂」若是出現了以後，你不能放過這件事，你要明了這個憂根是怎麼一事情，「應當如實了知」，要明白這個憂根。明白什麼呢？「生者。此於何位」，這個憂根它在什麼地方出現呢？什麼時候出現這個憂根？「此於何位」，此憂根在什麼階段會出現憂根呢？

前面這是「舉憂根」、「於生位」，這是「引經問」，這一段是「引經問」。下邊第二科「依義答」，回答。

卯二、依義答

**謂即於此斷方便位，若為憂根間心相續，爾時應知。**

「謂即於此」，「謂」就是說這個修行人、這個比丘，「斷方便位」，就是要斷除去這個「憂根」。其實這個憂愁也就是一個苦惱，就是苦；那麼修行人要滅除去這種苦惱，這是在什麼時候呢？在「斷方便位」，就是斷這個憂根的這個活動的時候、這個階段，有憂根、有憂。這下面還有解釋。

這個「憂根」就是，我們姑且這樣說：比如說是在家人，在家居士他在生活中，他在欲裡面生活，我們大體上就是這樣說；在家的俗人在色聲香味觸這個欲裡面生活，在欲裡面生活，時時，他內心時時是有憂。但是這個在家人信佛了，他出家了，放棄這個欲出家了。出家以後目的是想要成就「聖財所生樂」，就是由佛法的戒定慧所成就的樂；但是還沒有成就，只是希望成就而已。已經有的樂放棄了，若想要成就佛法中的涅槃樂、或者是三昧樂，也沒有成就，兩方面都沒有；一個已經成就的放棄

了，一個想要成就的還沒成就，在中間這個時候，就是初出家這個時候，這個時候這個心情，是個什麼心情呢？就是「憂」。唉呀！我已經有了樂……，我不是三頭六臂，但是也不是說是一無所長，社會上的事情我也可以有一點成就的，但是放棄了；放棄了，但是我現在什麼也沒有，一無所有！這個心情也不是個好受的境界，所以名之為「憂」，是這麼回事啊！

所以是「生者。此於何位」，這是說比丘，不是指在家人說。指這個比丘，你什麼時候你心裡面有這個憂呢？「即於此斷方便位」，你出了家，你想要成就聖道所生樂，就是要斷世間的苦，苦集二諦，斷這苦集二諦修滅道，在修行的時候。修行的時候，這個「方便」就是修行的活動，修學聖道的活動叫做「方便」；以此為方便可以得涅槃，所以叫做「方便」，就是行動。用這個方便就是斷世間的苦，斷除這愛煩惱和見煩惱；方便是斷的能力。斷一切苦的時候，就這個時候，還沒有成就涅槃樂的；若成就涅槃樂，就沒有憂了嘛！現在就是正在用功修行的時候，這個時候就是心裡頭有憂。就是出家人，這些修行人就是這麼個境界。有憂的時候，也就會這個也不對勁、那個也不對勁，看什麼就是不舒服，總是不舒服。不舒服，怎麼辦呢？還得忍耐一點。你不忍耐怎麼辦呢？把世間的欲樂放棄了，聖道樂還沒成就，心裡面不那麼安閒自在，這種心情遇見什麼都是不滿意。不滿意怎麼辦呢？就得要忍耐一點的，這無可奈何的事情。所以就是這麼意思。

「若為憂根間心相續，爾時應知」，說這個初開始放棄世間的欲，來希求聖道的這個人，他的心情，他的心裡面當然也不是時時的憂，也不是這個意思。就是這時候，有的時候一想起來的時候，這憂就來了，原來這個平靜的心為憂根所間斷，忽然間這個憂上來了。這個相續心裡面忽然這個憂出來了，出來了，把原來的那個平靜的心間斷了，也就是阻礙了。「爾時應知」，那個時候你這個比丘，你不能隨這個憂去了，你要用佛法的智慧來觀察這個憂的，觀察它，這樣子你心才能安下來。如果你不觀察，不對勁，這也不對勁，這也不對勁，「好！我要到別的地方去！」到別的地方亦復如是，還是一樣的，也是這樣子，也是這樣子。說我不出家了，我回到社會去！回到社會去，更厲害！我認為更厲害，那個憂還是更厲害的，就是這麼回事。

所以這一段文就告訴你，什麼時候是憂呢？這指修行人來說就是這個時候，這個時候是最難的時候。所以我也在想：佛在世的時候，或者是有阿羅漢、大菩薩住世的時候，我們拜佛做師父、拜阿羅漢做師父、拜大菩薩做師父；當然這個師父，那他當然是，他是過來人，他若收你做徒弟，一定你是可造就的，不然他不收你的。那麼當然他也善巧方便地攝受你、教導你修四念處，就成功了。原來想要出家的目的是這樣子嘛，你有這個願，然後由願導行，就這樣用功。本來這件事不但是佛在世，也不但是正法住世的時候，乃至於現在也是一樣。現在一個知識正常的人他要出家、修學佛法，一樣嘛，他也是有願，一樣有願而有行，由願導行的。可是到末法時代，結果不是。

結果怎麼不是呢？最初可能是有願，可是出了家以後，願也可能還有，也可能沒

有了。所以那個由願導行的行，不導行了，一天就是平平的這樣子。也可能還是用功，但是用的功不是四念處，不是能夠得聖道，不是；只是遠，是個遠方便，就是遠遠地栽培一點善根，要久遠久遠以後有可能得聖道，而不是現在。而這樣自己也忍受，也同意這件事；本來最初我要相信佛法，「哦！世間是苦我承認了，解脫這個苦我要修行，我要發心修行！」結果到修行的時候，而所修的修行不是現在能得解脫的，那麼這就是與原來本願有一點不符合。也可能原來的發心也是同意的，「好！我就是念阿彌陀佛，到阿彌陀佛國去得無生法忍、得聖道！」原來是同意的。也有的可能也還模模糊糊，這個道理還在模糊，模糊不清的階段，不是太明白。真實來到佛教裡邊來，也可能有因緣認真地學習佛法，這時候明白；也可能不大學習，就是學習也不歡喜。各式各樣的情形。那麼這樣情形就造成了一個末法的現象。末法現象是什麼現象？你不能修四念處就不能降伏煩惱；不能降伏煩惱，煩惱還照樣活動。就是佛教徒，在家佛教徒、出家的佛教徒，不能修四念處降伏煩惱，煩惱照常活動，那麼這時候佛教是什麼面貌呢？就是末法的現象，原因就是這麼回事情。

現在你看佛菩薩，《瑜伽師地論》這彌勒菩薩告訴我們。這當然是，說是苾芻，「苾芻！憂根生已，應當如實了知」，這話說什麼呢？就是初出家的時候，你一出家的時候，表面上出家人這種境界，也沒有去耕田、也沒有去做生意，一天沒有什麼事做；實在按這經上佛的意思告訴你，你要時時地觀察你的心、心行，觀察你內心的活動是怎麼回事情，你要認識。「應當如實了知」，這個「如實」這個字很厲害的。你要認識，我這個心裡面怎麼活動，你要看清楚、要知道的；你要知道這個，知道這個生，「我的心裡面有憂」。當然這只是說「憂」，其他的一樣，都是要時時要知道自己的心的。

現在「舉憂根」，現在第一個，就是憂在什麼時候生，它生起的時候你要知道。就像那土匪要來了，你馬上要知道這土匪來了，是這麼意思。這是「於生位」。

寅二、於彼因緣等（分二科）卯一、牒經言

**又應并此因、緣及序，若相，若行，皆如實知者。**

這是第二科。前邊第一科是「於生位」，這個憂在生起的時候你立刻要知道，要知道「唉呀！我這個心有憂出現了！」這底下第二科「於彼因緣等」。分兩科，第一科是「牒經言」。

「又應并此因、緣及序，若相，若行，皆如實知者」，那個經上，那個《無倒經》上又說：「并此因、緣」。前面這個生，憂的生起你要注意，憂一生起你就要注意了。不但是此這一生，「并此」，並且再加上憂生起的因、憂生起的緣，「此因、緣」。「及序」，由此因緣而生出來憂，這叫「序」。這個憂的相貌、憂的活動「皆如實知」，這個《無倒經》上有說：你這個比丘，你都應該認真地知道是怎麼回事情，知道的。那麼這幾句話是那個經上說的話，《瑜伽師地論》把那經上的話引來了。「又應」，又那部經上說：「并此因、緣及序，若相，若行，皆如實知者」，這句話什麼意思呢？

這是「牒經言」，就把那個經上的話再引來說。



卯二、別徵答（分五科） 辰一、知因

**云何知因？謂了知此種子相續。**

底下第二科「別徵答」。前面是「牒經言」等於是問，這底下一樣一樣地問，有問有答。分五科，第一科是「知因」。

「云何知因」，這句話裡面說那個因緣要如實知，「因」是什麼呢？「謂了知此種子相續」，那你要知道，在你的微細的心裡邊有憂的種子，久遠以來相續存在你的心裡，你知道你心裡面有憂的種子的。就是久遠以來在五欲的境界裡苦惱，你就有憂；有憂了就熏習了種子，種子生現行、現行熏種子，就這樣無始劫來就是這樣子，就是這樣子的。你要知道，心裡面有憂的種子所以有憂的，這件事要知道。

辰二、知緣

**云何知緣？謂了知此種所不攝所依、助伴。**

「云何知緣」，這是第二科。經上說是「并此因、緣」的「緣」是什麼意思呢？「謂了知此種所不攝所依、助伴」，這就要知道那個種子所不攝的；不是那個憂的種子，是另外的，你這憂愁的心理的助伴，幫助你生起的、和你做伴侶的，在一起活動的這些事情，你要知道，也要知道。那麼這是什麼呢？你為什麼要憂，就是要所緣緣了；你所緣的境界令你心裡面有憂，是這樣意思。當然這個下面文有解釋，有「憂」。這是「此種所不攝所依、助伴」，這個是幫助你生起憂愁的心理的一個助伴。

辰三、知序

**云何知序？謂知憂根託此事生，即是能發憂根之相及無知種子。**

「云何知序」，這個「序」是什麼意思呢？「謂知憂根託此事生」，這個憂愁的心理就是寄託、是假託、也是依託，依託那個因和緣，而這個憂的心情生起來，是這麼回事，是因緣和合而生。「即是能發憂根之相」，這個「序」就是能發生，在你內心裡面能發生憂根的相貌，就叫做「序」。「及無知種子」，這「無知種子」也是發生憂根的一個原因。

《披尋記》三六九頁：

云何知序等者：序謂所由，由託此事令生起故。此復云何？謂染汙相或出離欲俱行善相，是名能發憂根之相。非理作意所引無明隨眠，是名能發憂根無知種子。如是二種皆憂所託，由之而生，故名為序。

這底下，這個《披尋記》：「云何知序等者：序謂所由」，由於這個原因才有憂的，「由託此事令生起故」，使令這個憂愁的心才生起。「此復云何」呢？為什麼又會生出來憂愁的心理呢？「謂染汙相或出離欲俱行善相」，這兩個現象；這兩個現象下邊有解釋，在這裡不要說。「是名能發憂根之相」。

「非理作意所引無明隨眠，是名能發憂根無知種子」，這個「無知種子」怎麼講呢？這裡講，這個「非理作意」，不合道理的分別心，非理作意。「所引」的「無明」，這個無明是由非理作意引發出來的。而這個「無明」，你無明一動就有隨眠。「是名能發憂根無知種子」，就是由於無明而有憂愁。前面說過、解釋過什麼叫「無明」，就是執著有我；過去，我在過去、我在未來、現在是怎麼回事情。另外一個解釋，就是執著一切法都是真實的，執著一切法都是真實的，這就是無明，這是無明。而這個無明是通於一切煩惱的，一切煩惱都是由無明而引起。

「如是二種皆憂所託，由之而生，故名為序」，前面的因緣，這是「憂所託，由之而生，故名為序」，但是又加上了一個「無知種子」，因為無知而有憂愁。

「知因」、「知緣」、「知序」這三個解釋完了。

#### 辰四、知相

**云何知相？謂了知此是感行相。**

底下說：「云何知相」，怎麼叫做「相」呢？「謂了知此是感行相」，這個憂是個什麼相貌呢？就是「感」，心裡面憂鬱、鬱鬱不樂，就是不歡喜，但是又無可奈何，這麼一種相貌。感感，憂愁的相貌。

#### 辰五、知行

**云何知行？謂了知此能發之行，即不如理作意相應思也。**

「云何知行」，第五個，「云何知行」，這個行，怎麼叫做「行」呢？「謂了知此能發之行，即不如理作意相應思也」，那就是明白「能發之行」，能發動這個「憂」的行。那麼「行」有兩個意思：憂即是行，憂就是心，就是心裡活動的相貌。你心在活動的時候，其中有一個不同的相貌就是「憂」。比如說喜、樂也是心行，都是心法。現在這裡不是說喜、樂，而是說憂愁，憂愁行，這是一種行。憂愁的行活動出現了以後，因此又會繼續發動出來一種行，繼續發動一種行。比如說我心裡面本來是靜坐，或者我是拜佛，或者讀經，忽然間這憂愁的心一來了，佛不能拜，不能拜佛，也不能靜坐，也不能讀經，怎麼辦呢？「唉！我開車出去跑一跑！」跑一跑，這是什麼？這就是由「憂」所發動出來的行，由憂發各式各樣的行。也可能不是想要跑，但是我找一個人去談談話，沖沖殼子，把我這個憂抒解抒解！也可能是這樣子，也可能是有其他的各式各樣的行。現在這裡就是這個意思。「即不如理作意相應思也」，而這個行是不合道理的行，因「憂」而發出來一個不合道理的行，「不如理作意相應思也」。

#### 寅三、於出離中極制持心（分二科）卯一、引經問

**如是知己，於出離中極制持心者，云何制持？**

「如是知己，於出離中極制持心者」，前面第一段是生，「於生位」，這個憂生起，這是第一段。第二段「於彼因緣等」，這個憂有因、有緣、有序、有相、有行，這是

第二段。現在第三科「於出離中極制持心」。分兩科，第一科是「引經問」。

「如是知己」，說這個初發心出家受戒的比丘，你要觀察，我這個心有了憂了，你要觀察這個憂是怎麼生、什麼生起的、什麼什麼因緣、什麼相貌？知道了以後，觀察了以後呢。「於出離中極制持心」，你要想辦法把你這個心從那個憂裡面出來，從那個憂裡面跳出來。

我們有些人，我們也是聽人講過，大家都願意有發表文章、也有著作，那個善知識告訴你：「煩惱來了，隨它去，不要管它！不要管它！你還是怎麼怎麼」，就這樣就完了！這算是修行方法？這樣修行呀？現在這裡不是這樣意思。我們說這是彌勒菩薩說的，彌勒菩薩不是這樣講，彌勒菩薩說：「如是知己」，憂，這個煩惱出來了，你要觀察它是怎麼生？怎麼因？怎麼緣？怎麼叫做序？怎麼叫做相、行？都要觀察。觀察完了以後，你要想辦法，把你這一念清淨心從那憂愁裡面解脫出來。這彌勒菩薩是這樣講，不是說「不要管它，就隨它去！」不是這個意思。我最初看見這種解釋方法，我都心裡面不同意，不同意這種態度。就像土匪來了，他要來了，你知道這個人是土匪，他要來偷你東西，說是「不要管他！」這個事對不對？所以心裡面這個憂愁，就是有貪心、有瞋心、各式各樣的煩惱心裡面出來，這就是心裡面來土匪了，來了土匪說不要管他，這是對嗎？是應該那樣子嗎？

所以現在這地方告訴我們，你要清清楚楚地把它觀察一下，不是不管它。觀察完了，「於出離中極制持心者」，這個《無倒經》上這麼講，「於出離中極制持心」，這麼講。那麼彌勒菩薩就把這句話引來了，就說這句話怎麼講呢？這個「者」就是一個問話，問話。

「云何制持」，前面那句話是佛說的，佛說：「如是知己，於出離中極制持心」，這是佛說。下邊彌勒菩薩作注解：「云何制持」，經上的意思是說，你立刻地，這個修行人立刻地要「我現在這心裡面有土匪來了，我現在有煩惱、有憂的煩惱，我要把我這個心從憂裡邊解脫出來！」你要有這樣的意願，這意願要現出來。現出來的時候怎麼辦呢？「極制持心」，這個「極」，用盡了你的力量要管制它，不許有憂，不許我這一念有憂，把這個因，把這個憂要把它排斥出去；極力地要控制住這一念心，叫它不要有憂，是這樣意思。「極制持心」。那麼我們看彌勒菩薩怎麼解釋。「云何制持」，怎麼樣來控制它、來攝持住它？這個「制」，也可以說是下一個命令，命令把這個憂取消了它，憂取消它，叫我的心沒有憂，那麼就從憂裡面解脫出來。怎麼樣來制持呢？

## 卯二、依義答

**謂於染汙行制攝其心，於思惟修任持堅住。**

彌勒菩薩很詳細地告訴我們，分兩個立場來解釋這件事。一個是「謂於染汙行制攝其心」，就是我們心裡面有憂愁的時候，有兩個原因：第一個是染汙行，在染汙行的時候生出來憂愁的時候，你要「制攝其心」，把這個憂愁取消，叫這心不要憂，這是一個。第二個「於思惟修任持堅住」，這是另一個，這個是屬於清淨的，清淨心裡

面有憂，那個時候「於思惟修」。這個「思惟修」，聞思修三慧，這就是修慧；在修慧裡邊，你要有這個「思惟」，實在就是四念處，明白一點說，就是修這四念處，用四念處來清淨你這一念心，叫它不要有憂，是這樣意思。「任持」也就是攝持，也就是管制它，叫它不要有憂，沒有憂的這個心情，堅定地安住在那裡不動，是這樣意思。

那麼這也就很明白了，怎麼樣來管制這一念心？「極制持心」，就是四念處，用這個辦法。這分兩類；一個染汙行、一個思惟修，這兩個是不同。這個《披尋記》，看這個文。

### 《披尋記》三六九頁：

謂於染汙行制攝其心等者：此中二句，別釋制持。欲所引憂，或不善所引憂，名染汙行。心無染惱，令不趣入流散馳騁染汙行中，是名於染汙行制攝其心。由思擇力了知彼憂染惱過患，方便修習，令心隨我勢力自在而轉，安住愛樂離憂性中，是名於思惟修任持堅住。

「謂於染汙行制攝其心等者：此中二句，別釋制持」，「於染汙行制攝其心」這是一句，下面「於思惟修任持堅住」這是一句，這是用這兩句來解釋「制持」。

先解釋第一句，「欲所引憂，或不善所引憂，名染汙行」，前面我們講過這個道理。「欲所引憂」，就是色聲香味觸的五欲，因為享受色聲香味觸的五欲而引起來一種憂，這是一種染汙行。這個欲，你享受如意的欲，享受的時候，但是能引起內心的憂愁，心裡面有顧慮、有憂愁，叫做「欲所引憂」。

「欲所引憂」，當然在前面其實解釋很多了，總而言之就是無常；你享受五欲這個欲，欲是無常的，暫時令你滿意，但一剎那間就會變的。自己也會變，而欲也會變，一變，不滿意了就是有憂。或者是現在是沒有錯誤，但是你就會想到，「唉呀！它可能會變，不滿我意了！」又是不對了，種種的事情，所以就是「欲所引憂」。

「或不善所引憂」，「不善所引憂」就是做惡事；做種種惡事的時候，有人做惡事心情快樂，但是有人做惡事的時候心情也會有憂。想想我這惡事這樣做了，將來他會報復我，心裡就不舒服了，就是有種種的想法了。那麼這叫做「染汙行」，在染汙行裡邊、染汙的活動裡邊，心裡面有憂，這是一種意思，叫做染汙行。

「心無染惱，令不趣入流散馳騁」，說這個時候心裡面沒有這個染汙行，這個欲所引憂也沒有，不善所引憂也沒有，那麼你心裡面沒有這個染汙。「染」即是「惱」，名為「染惱」；這個染汙來擾亂你、來觸惱你，這就叫「染惱」。現在沒有，這個是那麼回事：這個比丘已經出家了，他已經遠離了五欲，也沒有做惡事；沒做惡事，但是他有可能會回想到以前的事情，以前的事情，他心裡面有憂。有憂這個時候，這個有憂可能一剎那間又過去了，這個時候，可是它有這種作用，「令不趣入流散馳騁染汙行中」。你若心裡沒有這個染惱的時候，你心裡面就不會「趣入」，也就是不進入，進入到那個「流散馳騁染汙行中」，心裡面流動散亂。「馳騁」就是跑來跑去的，跑來跑去在那染汙行中活動，這個心在染汙行裡活動。若是這個修行人心裡面沒有憂，那麼

就自己管制這個心，叫它不要到那個「流散馳騁染汙行中」，自己控制這一念心，叫它不要到那裡面去。

前面是說什麼叫做「染汙行」，解釋完了。這下面是說你怎麼樣來控制它呢？心裡面不要有染惱。不要有染惱，怎麼辦法才能沒有染惱呢？「令不趣入流散馳騁染汙行中」，就這樣辦法。「染汙行中」這個事情，再明白一點說，這個心就不要憶念那件事，你心裡面不要憶念這個染汙行，不要憶念；不善的行、染汙行，你不要憶念。不要憶念，你這個心就從那染汙境界出來了；出來了的時候，安住在清淨的戒定慧的所緣境這裡，這個心就從憂愁出來了，是這個意思。「是名於染汙行制攝其心」，就是這麼意思。

在方法上說，不是個難事；就是轉變所緣境，明白一點說，轉變這個所緣境。這個心從那染汙的境界裡面出來，這是這麼說。但是換句話說，轉變所緣境，就是你立刻地把這一念心憶念戒定慧的事情，憶念戒定慧的所緣境，憶念這四念處的所緣境，那麼立刻就清淨了，就是這麼回事。「於染汙行制攝其心」，這句話就是這樣意思；「於染汙行制攝其心」，就是這樣辦法。

「由思擇力了知彼憂染惱過患，方便修習，令心隨我勢力自在而轉」，這是解釋第二句「於思惟修任持堅住」。「是名於染汙行制攝其心。由思擇力了知彼憂染惱過患」，因為學習了佛法，學習了佛法，所以有這樣的智慧，什麼智慧呢？「思擇力」，就是思惟、觀察、決擇的智慧力量；你有這個智慧，有智慧會思惟、會想一想。想些什麼呢？「了知彼憂染惱過患」，說是我放棄了世間的五欲，我來到佛法裡面修行，說我這個心還在想欲的事情，這是不對的嘛！就是這麼想。我不應該去有這種憶念，我不應該；我若這樣憶念，使令我心不清淨，這一個過失；那麼障礙我用功修行，修學四念處，這又是個過失——就是還有很多很多的過失，就這樣思惟、觀察，這就叫做「由思擇力了知彼憂染惱過患」。

「方便修習，令心隨我勢力」，那麼就採取四念處的這種法門去努力修行，叫「方便修習」。採取行動修習四念處，「令心隨我勢力」，使令我這一念分別心隨順智慧的力量。這個「我」就是智慧，隨順智慧的力量。「自在而轉」，沒有煩惱的時候，在四念處裡邊活動：觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，這樣自在的活動，「自在而轉」。「安住愛樂離憂性中，是名於思惟修任持堅住」，這是「安住愛樂」，就是出了家，當然我是想要得涅槃，所以對聖道是有歡喜心的，那麼我就安住在聖道裡邊，遠離對於欲所引憂的事情，「是名於思惟修任持堅住」，就是這樣意思。這裡邊還有其他的意思的，下文還有解釋。

問：阿彌陀佛！師父，能不能請問一個問題？我們昨天講到初靜慮的時候，講到說它有具足五支的功德，其中講到心一境性的時候，如果我沒有記錯的話，師父有講說這個是體，就是初靜慮的體。

答：心一境性是三摩地，三摩地是體。

問：是。可是我昨天剛好看到《釋禪波羅蜜》的時候，它裡頭這個一心支，它的心一境性的話我相信是用一心支來代表。那麼它有一個體呢，它是說用默然心作體，那麼這個默然心是跟這邊的話有什麼關係呢？請師父解釋一下。

答：默然，對，智者大師他根據另一部經他這麼說。默然就是無分別的意思，無分別也應該就是三摩地嘛！就是心一境性，也應該是這麼說。心一境性，是初禪有初禪的心一境性，二禪、三禪、四禪各有各的心一境性，那麼可以統名之為默然，都以默然為體。但是在《瑜伽師地論》上並沒有那麼說。沒那麼說，就是你成就了初禪的時候，也就是得到了初禪的心一境性，超過了未到地定的心一境性；在心一境性上有喜樂、有尋伺，是這麼意思。所以心一境性是體，而這個喜樂是成就了心一境性得到的利益，得到的利益就是喜樂。成就了心一境性，得到了這個三昧，得到了這個定，有什麼好處呢？就是有喜樂的享受。

為什麼會這樣子呢？怎麼樣會得到心一境性？由尋伺來的，由尋伺而得到心一境性，由心一境性而得到喜樂的享受。分這麼三個部分：一個是尋伺的方便，取所緣境；第二個是喜樂是得到的受用、享受；而都是以三摩地、心一境性為所依止的，就是這樣的意思。在《阿毗達磨雜集論》上，在《集論》、《雜集論》也是這樣說，就是分三個部分。這裡也還是這樣意思。如果另外說個默然，當然也是可以，也是可以這麼說。可是這裡面沒有說默然，只是說一個三摩地，應該就好了；在這裡沒有說默然，也就不必再增加，就是一個三摩地就好了。

寅四、於無餘盡滅等（分二科）卯一、牒經言

**又於是中，無餘盡滅乃至究竟者。**

「又於是中，無餘盡滅乃至究竟者。謂滅隨眠故，滅諸纏故。世間靜慮但能漸捨彼品麤重，不拔種子。若異此者，種永拔故，後不應生。無漏靜慮二種俱捨，如是於餘隨應當知。」這是第四科「於無餘盡滅等」。「出諸受事」這一科裡面分四科，第一科「辨差別」，第二科「釋經說」。「釋經說」裡面分兩科，第一科是「舉憂根」。一共苦、樂、憂、喜、捨是五根，現在「舉憂根」，分四科。第一科「於生位」，就是這個憂在什麼時候生起，是說它的「生」。第二科「於彼因緣等」，這個「憂根」是什麼因緣生起的，第二科。第三科「於出離中極制持心」，這是告訴這個修行人，心裡面若有憂愁的時候，要立刻地制止它，這是第三科。第四科是「於無餘盡滅等」，就是把這個憂要「無餘」，沒有遺餘的，把它全部地滅掉，這樣意思。這一科分兩科，第一科是「牒經言」，就是把經上的話再說一遍。

「又於是中，無餘盡滅乃至究竟者」，「又於」，就是又在那個《無倒經》中這樣說：「是中，無餘盡滅」，就是這個憂要無餘地把它全部地消滅，乃至到究竟地把它消滅了。經上這句話什麼意思呢？這是把經上的話引來。

底下第二科解釋經的道理。分兩科，第一科是「標」。

卯二、釋彼義（分二科）辰一、標

**謂滅隨眠故，滅諸纏故。**

這裡邊的意思，「滅隨眠故」，就是滅除去這個憂的「隨眠」、滅除去憂的「纏」；就是這樣，經上這一段話就是這兩個意思。「無餘盡滅」，應該是「滅諸纏」，就是顯現出來的煩惱，就是現行；「究竟」就是「滅隨眠」，滅除它的種子。

這是「標」，把經上的大意標出來。

辰二、辨（分二科）巳一、簡世間靜慮

**世間靜慮但能漸捨彼品麤重，不拔種子。若異此者，種永拔故，後不應生。**

第二段是「辨」，就是解釋。分兩科，第一科是「簡世間靜慮」，把世間靜慮的情況把它挑出去，不算數。

「世間靜慮但能漸捨彼品麤重」，不是佛教徒，他也可能放下世間的欲去修學禪定的。但是他們修學禪定，只能逐漸地棄捨「彼品」，彼憂愁那一類（品者類也）的「麤重」，那一類的現行的煩惱所造成的無堪能性，那麼是滅掉了。「不拔種子」，沒能夠消滅那憂愁的種子，憂愁的種子不能消滅。

這個「麤重」我在前文曾經解釋過，有兩個意思：一個意思也就是「種子」，也名為「麤重」，但是在這裡不是那樣解釋。第二個解釋，什麼叫做「麤重」呢？就是我們心裡面有各式各樣的煩惱活動的時候，就使令你的身、使令你的心沒有堪能性，沒有堪能修學聖道的能力，就造成了這樣的能力。說「我心裡面煩惱動了一下，沒有

什麼關係嘛！過了幾分鐘，或者過了多少天，這煩惱過去，沒有事了。」不是！它能使令你的身心不能學習聖道，有這種障礙，那就叫做「麤重」。「麤重」就是無堪能的意思，沒有能力。

現在這裡邊說世間的，不是佛教徒，不能超越世間的那些修行人，他們也能修學禪定，但是只能滅除去現行上的無堪能性，而不能拔除煩惱的種子，他們所以不能究竟地得解脫。這可見還是學習佛法好，學習佛法能夠把種子消滅。為什麼學習佛法能消滅種子呢？這個理由在哪裡呢？就是佛教徒能修這個苦、空、無常、無我的觀，四念住的觀。修無常、修無我，就是能深入諸法實相，所以能斷除種子；若不能深入諸法實相就不行，你不能斷除種子的，這個原因就在這裡。

「若異此者，種永拔故，後不應生」，說是世間的靜慮的學者，你若說他「不拔種子」，他的聖道、他的修行不究竟，他是不同意的。「大家都一樣，所有的宗教都是勸人為善的、都是平等的，沒有說你比我高，沒有這回事情。」他不同意！他認為他也是究竟圓滿的。若這樣的話，「若異此者」，若是不同於上面這個文說的道理，不是這樣說。「種永拔故」，他們也能夠消滅煩惱的種子，煩惱的種子是永久地消滅了。若這樣的話，「後不應生」，以後他們這個禪定退失了，世間靜慮是無常的，退失了以後又來到欲界；來到欲界的時候，這個煩惱又出來了，事實上就是這樣子。所以這樣說呢，他們若是也是永久地消滅了煩惱的種子，那麼以後來到世間就不應該生煩惱的，為什麼他們生煩惱了呢？這可見，就是煩惱種子沒有斷的關係。這一段解釋完了。

## 巳二、顯無漏靜慮

### 無漏靜慮二種俱捨。

這底下是第二科「顯無漏靜慮」的殊勝，就是佛教徒，佛教徒修四念處，能夠修無常、無我，觀諸法實相。這樣修學靜慮的時候，「二種俱捨」，這個煩惱的「現行」能棄捨了，煩惱的「種子」也能棄捨，所以就是永久地得大解脫，而不會再退回來的。

## 丑二、例餘根

### 如是於餘隨應當知。

這是第二科「例餘根」。這底下說這個憂根，就是例其餘的，其餘的那些「根」；其餘的「根」，就是苦根、喜、樂、捨諸根。那麼也都是這樣子，這佛教徒是究竟的，非佛教徒是不行的，他們是不及格的。所以這個般若波羅蜜，是佛法中不共於其他宗教的，是佛教特有的殊勝義。

## 子三、辨受相（分四科） 丑一、憂根（分二科） 寅一、問

### 問：以何等相了知憂根？

那麼這是第三科，「辨」這個「受」的「相」。前面是「出諸受」，現在說這個「受」的相貌。「受」的相貌分四科，第一科是「憂根」的相貌，第一科是「問」。



「問：以何等相了知憂根」，若有這件事，就有這件事的相貌；若沒有相貌，那就是沒有這件事的。現在說是我們修行人也有「憂根」，有憂愁的這件事。這個「憂」而且還是很有力量，所以稱之為「根」。它是什麼相貌呢？這個「憂」的相貌，你說說我聽聽，這樣意思。這是問，底下就是回答。

寅二、答

答：或染汙相、或出離欲俱行善相。

就是這兩個相貌。這兩個相貌，這個《披尋記》說得很詳細。

《披尋記》三六九頁：

或染汙相等者：依耽嗜憂，名染汙相。此復云何？謂於眼所識色乃至意所識法，可喜、可樂，乃至可染，或由不得現所得，或由隨念先時所得，若已過去、若盡、若滅、若離、若變而生於憂，如是相憂名依耽嗜憂。依出離憂，名出離欲俱行善相。此復云何？謂即於諸色乃至諸法了知無常，乃至沒已，又於先及今所有諸色了知無常、苦、變等法已，於勝解脫起欲證願，謂我何時當具足住，如諸聖者所具足住處。如是於勝解脫欲證求願懼慮之憂，是名依出離憂。義如顯揚論說。（顯揚論五卷十頁）

「或染汙相等者：依耽嗜憂，名染汙相」，「耽嗜」就是「愛著」的意思，愛著五欲。愛著五欲所以就有憂，那麼這就是「染汙相」。「此復云何」，耽嗜憂是染汙相，這裡面的含意是什麼？你說說。「謂於眼所識色乃至意所識法」，就是色聲香味觸法，我們的眼識乃至意識去分別、取著色聲香味觸法。分別這個色聲香味觸法的時候，色聲香味觸法有三種情況：一個是「可喜、可樂」，一個是不可喜可樂，一個是非可喜可樂、非不可喜可樂，就是無記性的。現在是說可喜、可樂的這種色聲香味觸法。「乃至可染」，可喜、可樂、可愛、可著、可染，這些令人滿意的這種色聲香味觸法。這種色聲香味觸法，得到了的時候心情快樂，哪裡有憂愁的事情呢？為什麼說憂呢？這底下解釋。

「或由不得現所得，或由隨念先時所得」，「或由不得現所得」，是的，你得到了心裡面沒有憂，但是心裡面會分別，分別這是「不得現所得」，得到的這個欲它會變化的，它若變了你就不得，就不能得到現在所得的。這種可愛的境界若失掉了；雖然沒失掉，但是你心裡面顧慮「唉呀！可能會失掉」，那麼心裡就來了，就憂愁，就是「不得現所得」。一個是失掉了，當然是心裡面憂愁；但是心裡面顧慮會失掉，也會憂愁。這個失掉的原因也是很多的，那不要多說了。這是一個「憂愁」。

「或由隨念先時所得」，或者是現在是沒有這種欲，沒有這種可喜、可樂的欲，心裡面也沒有憂，但是忽然間憶念以前經過的五欲、經過的這種色聲香味觸法的時候，以前得到的時候，這個欲怎麼怎麼怎麼的。這個時候「若已過去」，當然這個是已經過去了，或者是過去了。「若盡、若滅」，或者是過去了，或者是沒有過去，失掉了多少叫做「盡」；或者完全失掉了，那就是「滅」。「若離、若變」，說是境界還是在，

但是分離了；或者是變化了、不在了，原來的境界變化了。「而生於憂」，有這麼多的原因心裡面有憂。「如是相憂名依耽嗜憂」，這因為是由於執著心、有愛著心而生憂愁，這不是清淨心，這是「染汙相」。

「依出離憂」，這是第二項，「或出離欲俱行善相」這一句。「依出離憂，名出離欲俱行善相」。這個「出離憂」怎麼講呢？這是也通於非佛教徒、通於佛教徒，就是修行人；或者非佛教徒的修行人，或者佛教裡面的修行人，這兩種人都有這種情形。最初他是感覺「欲」是苦，他把這個欲放棄了，不要了，棄捨這個欲了。說是「出離欲」，這是出離這個欲，我從這個欲出來了，不要了！不要這時候還有憂，這就叫做「出離欲俱行善相」，這句話是這樣意思。

這句話還沒說明白，沒說明白不要緊，「此復云何」，這又再解釋。「謂即於諸色乃至諸法了知無常」，這是享受欲的人，享受欲樂的人他忽然間有了善根，善根發動了；雖然還有欲可享受，但是他知道這個欲是無常的，這個欲是無常，不會永久這樣子，一定會變化的。變化的時候，就令人苦了，是變化了。「乃至沒已」，說是變化，各式各樣的變化，還是有這件事，而這件事也會滅、也會沒，就是要息滅了、沒有了，終究是滅了。這是知道這個欲是要無常，那麼我應該怎麼辦呢？欲是要無常，怎麼辦呢？「又於先及今所有諸色了知無常」，「又」，又有一種情形，就是以前、過去的事，「及今」是現在。過去所有的諸色聲香味觸法，現在所有的色聲香味觸法，「了知無常」，你能夠覺悟了這個欲是無常的、是會變化的，不會永久可愛的，不是的，「了知無常」。

「若變等法」，這個文是《顯揚聖教論》上的文，我查那個文，「若變等法」這個「若」字是個「苦」，應該是個「苦」。「了知無常、苦」，是個「苦」，無常就是苦。自己也會無常、欲也是無常；無常的時候，不行了、不能隨心所欲了，不能隨心所欲而又想要欲，想要欲而又不能，所以就苦了、痛苦。「了知無常、苦、變等法」，是無常、是苦、會變，種種的這些事情令你不如意。你能這樣覺悟了以後，「於勝解脫起欲證願」，這當然是佛教徒，對於解脫一切欲，解脫了一切欲的那個清淨的解脫境界，沒有欲的那種清淨、高尚、自在、安樂的境界「起欲證願」。能發起「我想要成就，我想要得禪定」，就是這樣意思，「我想要得禪定，想要得三昧樂；我不高興這個欲的樂，我想要得三昧樂」；想要得三昧樂，就是要有這個願望。這就是在欲裡邊吃了苦頭了，然後就生厭離心；聽人說三昧樂最殊勝，「好！我要得三昧！」那麼建立了這個堅定的意願。「起」，就是發起，也就是建立。「欲證願」，欲證三昧樂的這種願。

「謂我何時當具足住」，有了這個願，當然就去學習這件事，學習了怎麼樣修這個禪定，然後自己就是到一個地方，把準備的條件都預備好了，然後用心修。今天也修、明天也修，白天也修行、夜間也修行，夜間修行、白天也修行，修行了很久還沒有成就。沒成就，這時候心裡就想：「我何時當具足住」，我什麼時候才能得三昧樂呢？「如諸聖者所具足住處」，就像聖人他們成就那個三昧樂那樣，我什麼時候能夠成就呢？

「如是於勝解脫欲證求願懼慮之憂，是名依出離憂」，這個「憂」是這麼回事。「如是」，就是這樣子，於這個聖解脫、三昧樂，想要成就這個願望；因為有這個願，推動自己常常地要靜坐，經行、靜坐，靜坐、經行，修行。修行不是一下子就成就嘛，心裡面就有一點「懼」，也就是有顧慮：唉呀！我能成就嗎？能成就！那要幾時才能成就呢？沒有把握呀！於是乎心裡面有憂。這個「憂」是「出離欲俱行善相」，精進、不怕苦，要減少睡眠、還要減少吃飯，很多的事情都放下了，都不去做，很勤苦地在修行，這是一個善，與善相應的；已經放棄了欲，但是沒有放棄「欲」的種子，還在。這時候有這麼多的善法現行，善法的現行，就是修學三昧的時候，但是心裡面有憂，這就叫做「憂」，「是名依出離憂。義如顯揚論說。（顯揚論五卷十頁）」。

這是辨這個受相，第一是「憂根」的相貌說完了。憂根的相貌就是兩種：一個是「染汙相」，這是在欲裡面生活的人苦惱境界；「出離欲俱行善相」，這是修行人，修行人也有憂，這個相。

## 丑二、苦根

**苦根者，或由自等增上力故，或由身勞增上力故，或火燒等增上力故，或他逼等增上力故，諸離欲者猶尚生起。**

這個「苦根」怎麼講呢？「苦根者，或由自等增上力故」，苦，本來是沒有苦，怎麼有苦呢？自己虛妄分別出來的，自己身口意有所造作出來苦。「或由自等增上力故」，或者由自己的因緣，自己發動出來一種原因，製造成了苦。這後邊有解釋，為什麼自己會製造，給自己找苦惱呢？這後邊有說。「或由身勞增上力故」，或者由身體的勞作，勞作的時候使人感覺到苦。「或火燒等」，我們這身體，若用火燒這個身體的時候當然是苦，大水若淹的時候也不得了，或者是人用刀來砍一砍也受不了。「或火燒等增上力故」，或者是有這苦惱。「或他逼等增上力故」，就是有其他的人，其他的有情逼迫你，種種的令你生出苦惱的力量。「諸離欲者」，這些事情都是引發出來痛苦的事情，這個事情「諸離欲者」，有欲的人有這個「苦」果，離開欲的人也還是「猶尚生起」，還有這些事情，也是苦。

看這個小字，看這《披尋記》。

## 《披尋記》三七〇頁：

**或由自等增上力故等者：所得自體，或由自害、或由他害，名由自等增上力故苦。久處住等威儀，即生大苦，不可堪忍，名由身勞增上故苦。若火所燒、若水所壞、若風所燥，名火燒等增上故苦。由他種種逼惱因緣，能為損害，名他逼等增上故苦。如是諸苦，初靜慮中猶未能斷，由是說言諸離欲者猶尚生起。**

「或由自等增上力故等者：所得自體」，我們所得的這個身體。「或由自害、或由他害，名由自等增上力故苦」，有的時候自己打自己，或者自己傷害自己，這個也有苦惱。「或由自害、或由他害」，或者是我們去傷害別人的時候，別人也一定要報復要

傷害我們。「名由自等增上力故苦」。

「久處住等威儀，即生大苦」，把你困在一個小的房間裡面，不准你出來，你看你苦不苦？也是苦。或者你立在那裡久了，也是苦；坐在那裡久了，也是苦。叫你臥在那裡，你感覺舒服嗎？臥久了不准起來，你也是苦。所以這個事就是「即生大苦」，身勞等增上大苦，「不可堪忍」這種苦，「名由身勞增上故苦」。「若火所燒」，我們的身體為火所燒，「或」者為「水所壞、若風所燥，名火燒等增上故苦」，這是有點苦。「由他種種逼惱因緣，能為損害」，那叫他逼等苦。這是幾種增上力故苦。

「如是諸苦，初靜慮中猶未能斷」，說是我們努力地修行，超過了欲界，成就了色界初禪，你得到初靜慮了，但是這種苦你還沒能斷，還有可能要受。「由是說言諸離欲者猶尚生起」，這是說苦根的這些緣由。

### 丑三、喜根

**喜根者，謂第二靜慮中，即第二靜慮地攝。**

「喜根者」，第三科是「喜根」。「喜根者，謂第二靜慮中」，這個第二靜慮中有喜根。其實初靜慮也是有喜，但是現在這個文說初靜慮有苦，那個喜就不提了。先說第二靜慮有喜，就是他成就了；他想要成就第二靜慮，也是要費一番努力的，經過一番努力才能成就。後來成就了，沒有白辛苦，心裡面歡喜，這個喜是這個意思，所以第二靜慮也有喜。這個喜，「即第二靜慮地攝」，就是屬於第二靜慮的，就都叫做喜。那麼這個喜就不是單純一個喜，還有其他的事情與它相應：觸、作意、受、想、思都有的。

### 丑四、樂根

**樂根者，謂第三靜慮中，即第三靜慮地攝。**

那個是最殊勝的「輕安樂」，這是一個「樂」。

子四、明斷等（分二科） 丑一、苦等根（分二科） 寅一、舉苦根（分二科）

卯一、釋難（分二科） 辰一、說苦未斷難（分二科） 巳一、問

**問：何故苦根初靜慮中說未斷耶？**

「何故苦根初靜慮中說未斷耶」，這個苦惱的事情，前面說這麼多的苦，我們欲界的人是有這種苦。得到初靜慮了的這種大修行人，有那麼高的禪定的人，為什麼說他還沒有斷呢？他還有這種苦呢？

### 巳二、答

**答：彼品麤重猶未斷故。**

「答」，回答：「彼品麤重猶未斷故」，就是這個苦根的麤重，他是沒斷，事實上他還是有的。就是得了初靜慮的人，還是有這些苦惱的事情。

《披尋記》三七〇頁：

彼品麤重猶未斷故者：此中麤重，謂怖畏麤重、勞倦麤重、大種乖違麤重，及報麤重，如次配前四增上力應知。

看那個《披尋記》：「彼品麤重猶未斷故者：此中麤重，謂怖畏麤重」，得了初禪的人他還有這種事情，有怖畏的這種苦惱。「勞倦麤重」，這個身體若勞動的時候也是苦。「大種乖違麤重」，這個地水火風大種互相是乖違的，我們這個身體是地水火風組織成的，外面還有地水火風，那和你身體的地水火風有乖違的時候，「乖違」就是成就了、造成一種麤重，就是苦。「及報麤重」，就是原來的業力，前一生的業力得到這果報、這種麤重，也是苦。

「如次配前四增上力」，前面那個「自等增上力故」，那麼就是這上面說這個「怖畏麤重」，就是「自等增上力故」；「或由身勞增上力故」，就是這個「勞倦麤重」；「或火燒等增上力故」，就是「大種乖違麤重」；「或他逼等增上力故」，那麼這就是包括這個「報麤重」，你前一生的業力得到這個果報，那就是有苦。那麼有這樣的麤重，得到初禪的人還是有的，他還是沒有斷，所以還是有這個苦。這是這樣說。

辰二、苦不現行難（分二科） 巳一、問

問：何緣生在初靜慮者苦根未斷而不現行？

這又是個問題，這是第二「苦不現行難」，這是提出這個問題。

什麼原因、什麼理由「生在初靜慮者苦根未斷而不現行」，這個「生在初靜慮」這句話有點事情。這個「生」就是在欲界死掉了，生到色界天去了；你得到初靜慮，這個人在人間得初靜慮死掉了，那麼生到色界初禪去了，就不是欲界的人了。前面說你得到了初靜慮，你還在欲界，還是在欲界的人，你沒有生到天上去。你在欲界的時候，那就有這些事情：「彼品麤重猶未斷故」，你還有這個，這若用火來燒你還是受不了，這時候是很多苦。這個若是「生在初靜慮」，就是生到色界天上去，說這個苦根沒有斷「而不現行」，但是沒有這些苦的現行。沒有人說用火來燒你，你死了生到色界天，沒有這件事，沒有這件事的。這幾種麤重的苦都不會現出來的，但是苦根還是沒有斷、還是存在。這底下解釋。

《披尋記》三七〇頁：

何緣生在初靜慮者苦根未斷而不現行者：前說苦根諸離欲者猶尚生起，謂證初靜慮中。此問何緣苦根未斷而不現行？謂生初靜慮者。由是差別，故義無違。

「何緣生在初靜慮者苦根」沒有「斷而不現行」呢？「前說苦根諸離欲者猶尚生起」這句話，「謂證初靜慮中」，這是說這個欲界的人，他原來是散亂的人，現在成就了初靜慮的禪定了，他還是在欲界，他沒有生到色界天去。「此問何緣苦根未斷而不現行？謂生初靜慮者」，生到色界天上去。「由是差別，故義無違」，這就是有點不

同，所以沒有衝突。

「苦根未斷而不現行」，前面說「諸離欲者猶尚生起」，「生起」就是現行，「諸離欲者猶尚生起」就是現行，這地方說「苦根未斷而不現行」，這兩句話不是衝突了嗎？但是沒有衝突，這個「不現行」是色界天上那個人，已經生到色界天去了。前面是說他雖然得到初靜慮，他還是在人間，在人間那就有問題。因為你在人間，人與人有很多的衝突，人與人有衝突；你說你有修行，我偏要來搞你！用火來燒你，用刀來殺你，怎麼怎麼的事情，這還有這些事情。若是生到色界天，色界天上的人沒有這種人，色界天上的人都是有禪定的人，沒有這種惡事。就是欲界天上的人，除非阿修羅同他搗亂，他可能也會做一些惡事，要不然的話諸天都是很善良的，也不做惡事。色界天上的人更是沒有這個事情，所以苦根沒有斷，但是沒有這種事情出現的。

但是這個地方，「問：何緣生在初靜慮者苦根未斷而不現行？」我們剛才解釋，說天上的人都是良善的人，所以不會去擾亂別的人，不會有這種事。但這底下回答不這麼講，這裡回答是另一個理由。

巳二、答

**答：由其助伴相對憂根所攝諸苦彼已斷故。**

這個理由和那個說的不一樣。「由其助伴相對憂根所攝」，這個「助伴」，這個「助」就是幫助你，你生起的時候幫助你生起；生起了以後和你作伴，你看這真是一個好朋友，就是這樣子。現在是說這個「苦根」，這個苦根呢，苦根的助伴，苦根的助伴是誰呢？是「憂根」，這個憂愁，憂愁是苦根的助伴。那麼這個苦根的助伴「相對」，這個「相對」這個意思有什麼意思呢？這個相對，就是苦根和憂根是相對。「相對」的意思就是：你若有苦就有憂，你若有憂就要有苦；這個「相對」有這樣味道，也就是那個「助伴」的意思。所以為苦作助伴的那個，互相彼此相依的那個憂根、那個憂愁，所攝的「諸苦彼已斷故」，就是生在初靜慮那個人他已經斷了，生在初靜慮的人把那個憂根斷了。憂能幫助這個「苦」受苦，幫助這個「苦」生出種種苦惱來的；那麼把這個憂根斷了，憂就不給它作助伴了，所以這個苦它自己不能現行，它那些苦惱的事情不能現行。文就應該是這麼解釋這個意思。

但是《披尋記》的解釋，好像不是這樣意思，《披尋記》的解釋是……，可以看看那個文就可以知道，當然他也是有一點根據。這是一個意思。

卯二、詰成（分二科）辰一、受無差別過（分二科）巳一、出過

**若初靜慮已斷苦根，是則行者入初靜慮及第二時，受所作住差別應無。由二俱有喜及樂故。**

「若初靜慮已斷苦根，是則行者入初靜慮及第二時，受所作住差別應無。」這是第二科是「詰成」，就是這個苦根，苦根這個地方是有點問題，這個是有點問題的。前面第一科是「苦等根」，分兩科，第一科是「舉苦根」。「舉苦根」裡面分兩科，第

一科是「釋難」，解釋這個難問，現在就是第二科「詰成」，這是個詰。「詰成」裡邊還是有一點難問的意思，還有提出一些問題，是分兩科，第一科是「受無差別過」，這個「受」沒有差別的過失。看怎麼叫做「受無差別過」呢？

「若初靜慮已斷苦根」，假設初禪這個時候，已經把苦根斷掉了。初禪是斷除憂根，初禪為什麼斷除憂根呢？因為沒有欲；有欲才有憂嘛！沒有欲就沒有憂了，斷除憂根。如果說是初禪不但是斷除憂，也斷除去苦了的話，「是則行者入初靜慮及第二時，受所作住差別應無」。這樣講呢，這個修行人他入初靜慮的時候和入第二靜慮的時候，「受所作住」，就是由領受所作的樂住，快樂的住，就沒有差別了，這個差別應該沒有了。本來是初禪和二禪，它的「受所作住」是有差別的；有差別就是初禪是斷憂，斷憂而還沒斷苦，到第二禪才斷苦，這個地方就有差別了。如果說是初禪把憂斷了、苦也斷了，那麼和二禪就是一樣了，無差別了。「由二俱有喜及樂故」，因為初禪和二禪它們都有喜和樂的這種功德，那麼大家都是一樣，就都沒有差別了。

這是「出過」，底下「違經」。

巳二、違經

**而經中說：由出諸受，靜慮差別。**

這經上說：「由出諸受」，就是從這個受裡面跳出來，就是從受出來，約這件事說「靜慮」的「差別」。初靜慮從憂根裡面出來了，沒有憂了；第二靜慮從苦根裡面出來了。這樣子，初禪苦還沒有除，沒有憂而還有苦；那麼第二靜慮苦也沒有了，所以第二靜慮和初靜慮有差別。若是說：初禪憂沒有了，苦也沒有了，和二禪有什麼不同？也是一樣了，沒有差別了，沒有差別是不對的。所以這個就是這樣子解法。「經中說：由出諸受，靜慮差別」，若像你那麼說，就違背經上說的道理，就不合道理。底下《披尋記》。

《披尋記》三七一頁：

**若初靜慮已斷苦根等者：此中義顯入初靜慮及第二靜慮時，但由出離憂、苦二受有差別故，靜慮成別，不由喜、樂二受所作住有差別，故作是難：若初靜慮已斷苦根，此與第二靜慮差別應無。**

「若初靜慮已斷苦根等者：此中義顯入初靜慮及第二靜慮時，但由出離憂、苦二受有差別故」，出離憂、苦二受有不同；初禪出離憂，二禪出離苦，這樣初禪、二禪有差別。「靜慮成別」，所以初靜慮、第二靜慮彼此有差別。「不由喜、樂二受所作住有差別，故作是難：若初靜慮已斷苦根，此與第二靜慮差別應無」，這樣意思，這個很明白的。

辰二、斷無差別過

**又此應無尋伺寂靜麤重斷滅所作差別。**

這是第二科「斷無差別過」。

「又此」，若是初靜慮也就把苦根斷掉了，那就沒有，「應無尋伺寂靜麤重斷滅所作」的「差別」，也就沒有了。這什麼意思呢？因為初禪還有尋伺不寂靜的情況，有尋有伺；尋伺不寂靜，所以不能斷除去苦的麤重。要到第二禪的時候，第二靜慮的時候，就是破除去尋伺，尋伺寂靜了，這個時候這個定的力量強了，就能把苦的麤重斷除去了，是這樣子的。若是說是初禪就把苦也斷了，「應無尋伺寂靜麤重斷滅所作差別」，就沒差別了，沒有這個差別了。所以這是一個「斷無差別過」，你若是初禪就把苦斷了，那麼初禪和二禪就無差別了。

寅二、例餘根

**如是餘根彼品麤重漸次斷故，上諸靜慮斷有差別。**

這是第二科「例餘根」。

「如是」，像前面說這個初禪和二禪，有憂根和苦根，這是它們的差別。「餘根」，其餘的喜根、樂根、捨根，這是「餘根」，餘根都有「麤重」。「漸次斷故」，那麼就是三禪能斷喜，四禪能斷樂，乃至到空無邊處定以上只是捨，一直到捨，最後到了滅盡定，或者說是無相心定，那麼又斷除捨受。憂、苦、喜、樂、捨，就是「彼品麤重漸次斷故，上諸靜慮斷有差別」，就是由初靜慮、二靜慮、第三靜慮、第四靜慮、空無邊處定乃至到上面，這是有差別，都是不一樣的。這樣意思，斷的不同。

丑二、捨根（分二科） 寅一、明斷義（分二科）

卯一、標簡（分二科） 辰一、標害隨眠

**又無相者，經中說為無相心定。於此定中捨根永滅，但害隨眠；彼品麤重無餘斷故。**

「又無相者，經中說為無相心定」，這是第二科是「捨根」。前面說到憂根、苦根，又提到喜根、樂根，現在就剩這個捨根，最後這一個捨根。「捨根」分兩科，第一科「明斷義」。分二，第一科是「標簡」。「標簡」分兩科，第一科是「標害隨眠」。

「又無相者」，就是經裡面說那個「無相」那句話，那句話什麼意思呢？底下彌勒菩薩解釋，「經中說為無相心定」。「無相心定」是什麼意思呢？就是當然是得到色界四禪了，也得到無色界的四空定，那麼這個人要入無相心定的時候，他心裡面不思惟一切相；不思惟一切色受想行識相、眼耳鼻舌身意相、色聲香味觸法相，眼識、耳識乃至意識，這一切相他都不思惟、心裡面不想，而思惟「無相」的道理，思惟無相。那麼這樣子，以此為方便，就入於「無相心定」。

比如說一切法，這一切有為法剎那生、剎那滅這樣子，那麼這個時候前一剎那生、後一剎那滅，前一剎那滅、後一剎那不生，那麼就入於無相心定，就是入於一切法空的定裡面去了；他這個心「不與萬法為伴侶」，就是不與一切法為伴侶。我們這個心在分別思惟的時候，有個能分別、有個所分別，這個所分別的心與能分別的心作伴侶，



就是這麼個意思，這個伴侶是這個意思。能分別、所分別在一起，就是有伴侶；如果沒有所分別的境界，不與心為伴侶的時候，就是一個明了心而無一切分別，那麼叫「無相心定」。這個說「無相」，就是指「無相心定」說的。

我們初學坐禪的人，我看這個事是很難，入無相心定是不容易。但是你若常常坐、常常坐禪，常常修這個觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，過一個時期，那麼這種無相心定是應該可以相似地出現；還不是真實，但是相似的境界能出現的，不是很難的事情。就是你若是坐，常常靜坐、常常靜坐，感覺這個身體有若無的樣子，這時候你就應該做得到這件事，有「無相心定」。

由於你學習佛法，由佛菩薩的智慧，你攝取、你拿到一些佛菩薩的智慧去學習，這件事就能做得到，這是第一。第二呢，你常不斷地這樣學習，不斷地靜坐，從你自己的經驗上，你也能做得到這件事，從自己的經驗裡面能得到、能做到。但是你說我經論也不願意學，我嫌頭疼，我不歡喜學，我就是默然住、寂靜住，歡喜這樣子。那就是又一回事，那是又一回事了，那就不同。

現在說是「經中說為無相心定」，這個心不去思惟一切相，思惟一切相有什麼不好呢？就不好！這個「相」，各式各樣的相，你一思惟的時候，這個相就來擾亂你、擾亂你的心，使令你的心不安穩。你若思惟它，好像是我在思惟它嘛！但是你思惟它，它就有力量叫你苦惱，你自己想一想，你就明白這個道理，你想一想你就知道；完全不想這些事，什麼事也沒有。真實不虛！那個人是我的怨家，一想到，我這憤怒就來了，你看這就是很明白的事情；說那個人是我好朋友，怎麼怎麼好，你一想，這個貪心就來了，這個愛就來了。愛來了也是苦惱，就會令你苦惱，瞋來了也令你苦惱，就是思惟一切相，令你心裡面苦惱；這個掉舉、散亂不是個好事情。你不思惟一切相，你心裡面很清淨、很自在。

但這件事，你怎麼辦法才能呢？所以佛菩薩說，還是這句話，所以這個時候〈普賢行願品〉就是好了，就是先要去磕頭，先要禮拜諸佛。「一者禮敬諸佛，二者稱讚如來，三者廣修供養，四者懺悔業障。」你常「山不在高，有仙則名，水不在深，有龍則靈」，有仙則名，有龍則靈。「斯是陋室，唯吾德馨」，這是劉禹錫。就是你常拜佛，這有佛像在這裡就磕頭，拜佛的時候，你一定睜開眼睛看這佛像，看看清清楚楚，然後閉上眼睛看，然後再磕頭，這樣子在你心裡面就熏習這清淨的相。說真實的佛的三十二相、八十種好，我們太慚愧了，看不見；就是我們人間造的佛像，也是莊嚴，或者畫家畫的，也是莊嚴。你就這個清淨的相，不斷地熏習在心裡面，心一動就是想這佛像，這也是莊嚴。但時常地禮拜，又消除業障，就是減輕以前的這種有漏的這些熏習、減輕這個力量，加強清淨的力量。慢慢、慢慢地，你就能夠不思惟一切相，它自然這一切相不現在心裡頭，不出現。

我也在想，我也想這件事：你收徒弟，你要什麼條件才收我做徒弟？有人問：「你什麼條件可以出家？」提出這件事情。我以前我好像以前說過一句話：「你不用瞋心說話，我就收你做徒弟。」後來我一想，這個條件太高了，的確太高。我現在我提出

一個理由來：就是你出家以後，你能接受佛法的教導，能夠願意改變自己，你就可以出家了，你有這樣的願望你就可以出家。你接受佛法的教導，就是這個師父叫你去拜十萬個大頭，你就是要拜十萬大頭。說：「我要和師父講道理。」說：「不、不！我不做！」那你不要出家。「我要和師父講道理。是！我要聽師父說話，你師父說的話不合道理，我就不聽。」是的！但是你要和我講這個道理呢，我就不收你做徒弟！就是應該這樣說。你要接受師父的教導，這是一個條件。第二個條件就是「我要改變自己」。我有不對的地方，自己可能我不承認我有什麼不對，就是師長說這個事不對，這是不對，不可以再辯別的，你不可以再辯別，你就是要想辦法，師長當然是有責任告訴你改變自己的方法，改造自己的方法。一個聽話，一個要自己想要改變自己，這兩個條件具足就可以了，就是可以出家。

說是有人說，一定是這個徒弟又要是大學畢業，又要品性要特別好，哎呀！很多很多好的條件，這樣子他才收這個人做徒弟，他才許可這個人出家。我感覺這樣說法，我不同意，我不太同意；但是我也同意他提出的條件，因為什麼呢？這樣好的徒弟容易教導，他已經差不多是佛了，差不多是聖人了，那當然這樣徒弟收來以後不會生煩惱，所以這也是好嘛，收這樣徒弟好。說是那個人的脾氣很壞，很多很多的這些汙濁的事情，說是他說他同意聽你的話、接受教導，又能夠改變自己。結果這個人出了家以後，完全不履行他的諾言的，那不是糟糕了？我也認為這樣說也是對的，但是我認為這兩句話要誠懇地說出來。「是的！我是聽師父的話；我是，師父說我不對，我決定改造自己。」有誠意的，就是可以出家。

誠意出家，問題是什麼呢？這個地方有個什麼特別的地方？佛法是非常的微妙，佛法有廣大的作用；就是你原來是個很平常的人，但是你出了家，佛法能改造你，使你變成個聖人，應該是這樣才對。但是這個原則是這樣子，事實上不是容易，事實上不容易。事實上他就算是用誠心說出這兩句話，到時候做不到，結果還是不能改造！那就是有問題的。這是有問題這是一回事，但是佛教、佛法，佛的這些妙法的確有這種作用，你只要肯接受，無論你是業障怎麼重，煩惱怎麼重，這個三雜染：生雜染、業雜染、煩惱雜染三種雜染，或者是惑業苦怎麼重，佛法能使令你清淨、能使令你清淨的。我們從《高僧傳》上看，從這個《淨土聖賢錄》上看、從這個《金剛經持驗記》、《法華經》、《華嚴經》的持驗記上看，佛法的經律論不可思議，所有的罪障都能消除！

我看好像是《五臺山志》，那上面說有一個人好像是……，是《五臺山志》、是哪上說？是《金剛經持驗記》那上說。有的人得了麻瘋病，沒有辦法能治好了，沒有辦法能治好的。但是遇見一個人，讓他念《法華經》，一句一句教他念《法華經》，等到《法華經》背下來了，這個麻瘋病也好了，沒有了。還有一個是一個法師，很有學問的一個大法師，忽然間得了麻瘋病。麻瘋病就是不能在大眾裡住了，但是這個人還算是有福報，還有人給他做侍者，雖然是有了病，還有人肯做侍者，他自己到深山裡面去，這個侍者還供給他的生活所需。這個人因為學過佛法，他靜坐、修止觀，就這樣病就好了。當然這個人是特別一點。有的是念《金剛經》，跟一個人學《金剛經》，念

《法華經》，就是把所有的……。得了這種病，這是什麼報？業障、煩惱障、報障，這是屬於報障。這種報障也是很嚴重了，但是受持讀誦《法華經》就能滅除去，這都不可思議。

所以我在想，有的在家居士想要出家，他自己感覺「唉呀！我有很多煩惱，恐怕是出了家以後，持戒不會清淨！」所以不敢出家，這是一個。還有的還有其他很多的習氣毛病，「唉呀！我不能出家！」你這樣顧慮也是對的。但是你不知道，佛法有辦法消除你一切的業障、一切的煩惱障，一切的業障、一切報障都能消除，只要你肯努力，都是可以的。所以真若是想要出家，你放心！你可以出家；但是就是你要抓住一個法門，學習一個法門，努力地用功才可以，悠悠忽忽的不可以。

「經中說為無相心定」，這「無相心定」我感覺也是很妙，就是你不思惟一切相，我不思惟一切相，就是我們原來是思惟一切相，思惟一切相所以有煩惱，有很多的煩惱。這個人他沒有慈悲心！他觸惱我！怎麼怎麼的。你不思惟沒有事情，你就是不要想。但是問題要解決呢，明了一下，關於這個煩惱，人與人之間的糾紛，你明了一下，你就尋求解決的辦法。不要思惟「這個人怎麼這麼不講道理」，不要這樣想，你想一個解決的辦法。解決的辦法有兩個辦法：一個是你向師長投訴，解決這個辦法；第二個解決辦法就是不分別。我不思惟一切相，就什麼事沒有，什麼事情也沒有，心裡面清淨。

當然，「我辦不到！」辦不到，我把《心經》背下來、把《金剛經》背下來，我的心就去緣念《金剛般若波羅蜜經》，那麼自然把那個煩惱的境界就障礙住了，就沒有事了。我念大悲咒也可以，念阿彌陀佛名號也可以，念觀世音菩薩也可以，就把那個境界把它障礙住、隔住它，就沒有事。就是「轉移所緣境」，是這麼意思，自然沒有事。你常常地這樣子用功的話，就算是那個人常常觸惱你，久了他就不好意思觸惱了。你不要觸惱任何人，別人觸惱你，你忍受一點，久了那個人自然退下去了。他反倒要恭敬、尊重你，感覺你這個人不介意這件事、不分別這件事，感覺你這個人有修行，他會恭敬你，就沒有事了嘛！當然你初開始的時候，我們多數辦不到這樣，也不知道，不知道怎麼辦，但是若知道了，你就可以走這條路，慢慢事情就沒有了。

「無相心定」，你思惟這裡面有點意思：不思惟一切相而思惟無相！這個地方是彌勒菩薩大慈大悲！我們的祖師，尤其是禪師，我又說……這我的口過，光是說「你眉毛一動就犯了祖師規矩！」這辦法怎麼辦呢？能夠怎麼辦呢？「你舉心就是錯了！」那我怎麼辦呢？我怎麼樣心才能不動呢？他沒說，就不說了！現在彌勒菩薩不是，彌勒菩薩說：「不思惟一切相」，那怎麼辦法能不思惟一切相？「思惟無相」，這句話好！思惟無相，就是我們有辦法，思惟這個無相，那麼你就慢慢入於不思惟一切相了。他會說出這句話來：「思惟無相」，這是要佛菩薩才說出來這種大智慧的語言，告訴你「思惟無相」，你看這句話非常好，就是給你一個臺階，你可以從這裡一步一步走過去了。

問：師父，請問一個問題，就是剛剛師父提到這個無相，好像很精彩的樣子。那現在就是說，這個無相一定跟我們平常想像的，就是說我們事情不去分別，然後腦筋慢慢變得比較鈍了，比較不靈敏，這中間是有不同的地方，是不是可以請師父再多講兩句？

答：你說我們的頭腦很鈍？

問：不是，我的意思是說，有的時候我們說，我們在定裡頭假如不思惟毗鉢舍那，我們不作觀的話，就只是修止，然後有的時候腦筋好像等到下坐的時候，對境的時候會好像比較鈍，那然後我們不去思惟、不去思惟的話，這個腦筋比較鈍。可是彌勒菩薩呢，在這個地方他是講，就是說作無相，無相心定，那這裡頭一定是有智慧的嘛！那這兩個中間呢，有什麼樣的不同？請師父開示。

答：這個無相心定後邊的文有說。我剛才說了，它是兩句話：不思惟一切相，而思惟無相。它有個思惟無相這句話，思惟無相就是觀了；若作毗鉢舍那觀，他就是有智慧，這是智慧。所以經上也是說，《大智度論》裡面有說，你多修止，你少修觀，你不修觀，你雖然也栽培善根了，善根鈍；你若多修觀（毗鉢舍那觀），你根性利，你般若波羅蜜的智慧利一點。你只是修止，就是你鈍一點。那麼怎麼樣才能夠不要鈍？你就是得修毗鉢舍那觀。

你看，「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」《金剛經》上，就是我們感覺到好像修空觀的地方多，但是後邊這一段很明顯的是修假觀，觀一切法如夢、幻、泡、影。你靜坐的時候你常修如夢觀，也是很有意思。由如夢觀再修空觀，就是智者大師所說的從假入空觀，先修假而後修空。這個毗鉢舍那觀可以修兩種：一個是假觀，一個是空觀。雖然是有，有而不真實，如夢、幻、泡、影，都是這樣子，常常這樣觀呢，你的智慧就利；遇見種種變動的這些如意的境界、不如意的境界，你隨時就會想起來如夢，「如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」。你若只是修止而不修觀的時候，你就想不起來「如夢幻泡影」，你只是心裡不分別而已。不分別這個事情，沒有智慧的光明，智慧的光明不現前。

所以我們在那個《二十唯識論述記》，窺基大師引《大毗婆沙論》上的故事就是，那些非佛教徒的那些人，修了四禪八定，得了五神通了，他們遇見這些不如意的事情的時候，這個瞋心還會出來，會殺人！那些有神通的仙人他會殺人，他就是沒有佛教的般若波羅蜜的觀。若有佛教的觀，這些不如意的境界如幻如化，他心不動，都是畢竟空寂的，所以這些阿羅漢不會再去殺人的，沒有這種事情。你怎麼樣地毀辱他，你是殺害他，這些聖人不會再殺人，他沒有這些惡心，沒有惡事，就是因為佛教徒有般若波羅蜜的關係。

問：院長，這個問題換另外一個角度問，我曾經參加禪七，然後禪七結束了以後，我問那個主七的法師說：為什麼我感覺七天靜坐下來，感覺好像對於事情的反應變

得比較慢了？怎麼講呢，就是說，可能跟剛剛京麗的問題有點類似，為什麼修止會有這種現象？

答：是，是的。多修止而沒有注意去修觀，有這個問題，就有這個問題，比較鈍了一點，這是一個原因。還有一個原因，你修止的時候，而沒能夠把這個心向下，沒能向下，雖然是修止，而這個注意力還是在頭部。在頭部的時候呢，你注意力在頭部，頭部的血就會多一點，就熱得厲害。血者，熱也。血的熱集中在頭部多了，這個熱影響了你的腦，所以腦遲鈍，腦就會遲鈍。但是你常常能靜，靜得多了，有的時候他也會有點靈感。常常靜坐，而不能夠把這個心向下緣，不能緣這個臍，或者丹田，或者是足趾，或者怎麼樣，就會有這兩個現象；這還是好的。若是壞了的時候，就會不正常，別人就疑惑「你著魔了」，是這麼回事，就是這麼回事，就是影響到腦神經。影響到腦神經，腦神經受影響那個部分就遲鈍，若是應該那個部分發生作用的時候，這個作用發得遲鈍，就感覺這樣子。

若是你能夠避免這件事，所以天台智者大師他的法語要學習。就是我們學了《瑜伽師地論》，還是要智者大師的這些止觀的書還要讀，還是要讀的，還是要讀，你不讀不行的。所以我感覺到我們中國佛教，也不能說完全了，但是後來的禪師多數有這個問題，多數有這個問題。還有些人當然是門戶之見了，只是歡喜看《禪師語錄》，其他的大德的著作不願意讀；總感覺他說錯了，這禪師才說得對。你這樣子限制自己，結果呢，你修行的法門沒有搞清楚，你搞不清楚。

問：這位同學說的這個：為什麼靜慮支分中，只有第一、第三靜慮具足五支？捨、念、正知、樂、心一境性，這是第三靜慮曾提到這個正知支分。其他第一靜慮、第二靜慮、第四靜慮，皆未提到正知支分？其原因為何？

答：初靜慮也是有，這個正知是四禪通通都是有的，通通都是有；你沒有，這個禪是不能修的。但是沒有提，沒有提呢，就是初靜慮就包括在尋伺裡邊了，包括在尋伺裡邊，他一尋伺，就是代表了這些，所以包括在那裡邊；二禪呢，就包括在內等淨裡邊，包括在那裡頭。第四禪有個特別的原因，第四禪是有個特別的原因。第四禪呢，只是說捨清淨、念清淨，沒有說到這個正知。沒有說到正知，可以有兩個理由：一個是就包括在裡邊，沒有提出來。一個是，世間上的禪沒有般若波羅蜜；沒有般若波羅蜜，表示鈍的意思，所以沒有說這個正知，表示這個意思。這在《大毗婆沙論》上有辨別這件事，窺基大師也提到這件事，說出個理由來的。在《大毗婆沙論》上有解釋，還有《釋禪波羅蜜》也提到，為什麼有四、有五的不同？因為這個禪定修習熟了的時候會超，由初禪超越二禪，直接到三禪去，初禪是五支，三禪也是五支，比較容易超，容易超一點。如果由二禪超越三禪，到第四禪，也都是四支，說出這麼個理由，它說出這麼個理由。

問：這底下，《披尋記》一三八頁第六行，「或有所得自體，亦非自害，亦非他害。謂

色無色界諸天、一切那落迦、似那落迦鬼、如來使者、住最後身、慈定、滅定、若無靜定、若處中有，如是等類。」《披尋記》一五二頁第二行，「除北拘盧洲，餘一切處悉有中夭。」從以上二段文發現有矛盾處，即是色無色界諸天人是中有中夭，

答：是的，除北拘盧洲是沒有中夭，餘一切處都有中夭。

問：但其「所得自體，亦非自害，亦非他害」，那麼色界、無色界眾生，他們的中夭不是由於自害，也不是由於他害，那會是什麼情況呢？

答：那就是他的業力嘛，他的業力到此為止、結束了，就是這個意思。當然嚴格地說，也還是與自己有關係，還是與自己有關係；你的壽命長、壽命短，與自己還是有關係。但是有關係還是有點差別，有一點差別。比如說我們說是自害，自殺，他自己要自殺；他有個什麼原因刺激他，他現在活不下去了，要自殺，那麼這叫自殺。但是他不是這個原因，他死掉了，那麼就說他不是自害，說他是中夭。這也應說得過去，也應該合道理，可以不必說是有矛盾，是不是？對，你心很細緻，是有中夭，色無色界諸天人是中有中夭。

但是《大毗婆沙論》上提到一件事，就是你得到了禪定，禪定初禪、二禪、三禪裡面特別有樂，有三昧樂，你特別地愛著這個三昧樂的時候，就容易令你中夭，令你短壽。當然這件事，你說這是自害嗎？當然是因為你自己的行為使令你壽命短了，也可以說自害，但是它不是自害。比如說我們說這個人自殺，就是他目的他要使自己死，那麼這叫自害；但那個人他只是想要享受樂而已，並不是想要自殺，所以他那個中夭了，不能說是自害。是不是有點差別的？

問：女眾不宜雙跏趺坐，那麼半跏趺坐，右腳在上與左腳在上有何差別？如何判斷選擇自己適合哪一種情況？

答：這個右腳在上，或者左腳在上，我認為沒有什麼，我認為沒有什麼問題。有一個問題就是通常都是，單跏趺坐都是左腳在上，右腳放在左腿的下面，多數是這樣子。多數這樣子呢，如果你是右手拿筷子的，你慣於用右手工作的人，你就是這樣坐，用左手在右手的上面，左腳在右腿上面，就是這樣子。如果你慣於用左手拿筷子，就是生來就是這樣子，不是後來改變的，那麼你可以變過來，把右手放在左手上面。這個目的就是表示什麼呢？表示我們初學習靜坐的人，這個煩惱的浮動太強，想要叫它靜下來，那麼就是以靜制動。那麼就是我們習慣用右手的人，就用左手放在右手上面，用左腿放在右腿上面，就是這樣子，就是以靜來制伏這個動，是這樣意思。你若是按照這個道理，你就酌量你的情形，反正是哪個是容易動的就放在下面，不動的放在上面，是這樣意思。

丑二、捨根（分二科） 寅一、明斷義（分二科）

卯一、標簡（分二科） 辰一、標害隨眠

**又無相者，經中說為無相心定。於此定中捨根永滅，但害隨眠；彼品麤重無餘斷故。**

「出離受等」這一科裡分三科，第一科「出諸受事」，就是從這五種受裡面出來，這些事情。分四科，第一科「辨差別」，第二科「釋經說」，第三科「辨受相」，這三科都講完了。現在是第四科「明斷等」，就是把這些受斷除去、斷掉它，消滅出去。這一科分兩科，第一科是「苦等根」，這個也講過了。現在第二科是「捨根」，苦、樂、憂、喜、捨這個捨根。這個「捨根」怎麼樣斷掉它呢？說這一件事。這裡分兩科，第一科「明斷義」，先「標簡」，先「標害隨眠」。

「又無相者」，這個《無倒經》裡面說個「無相」，「無相」是什麼意思呢？「經中說為無相心定」，那是指「無相心定」說的。經裡面說個「無相」的話，彌勒菩薩解釋那是指「無相心定」說的。「於此定中捨根永滅」，這個「捨根」怎麼樣消除去呢？就是要成就無相心定。這個無相心定，這是聖人，在這裡實在就是指阿羅漢以上的聖人說的。成就阿羅漢的聖人，他圓滿了無相心三昧，這位阿羅漢在定中、在無相心定裡邊「捨根永滅」，這個「捨根」是永滅了。

這個字面上看，「捨根永滅」，但是按這文的義，又不是這樣解釋的。那麼「捨根永滅」這句話怎麼講呢？「但害隨眠」，只是消滅了煩惱的隨眠，叫做「捨根永滅」。這個「捨」就是「捨受」，也不是苦、也不是樂，也不是憂、也不是喜，這時候叫做「捨受」。這個「捨受」還是存在的，那麼怎麼叫做永滅呢？是滅掉了煩惱的隨眠，指煩惱的種子。這個意思是說，我們沒得聖道的人，我們也有這個「捨」的感覺，但是這個「捨受」是和煩惱的隨眠在一起的，和煩惱的隨眠在一起；現在得了阿羅漢果成就無相心定之後，就把與捨受在一起的煩惱的種子消滅了，這叫做「捨根永滅」。這個「捨受」實在還是存在的，這樣意思。

怎麼叫做「但害隨眠」呢？「彼品麤重無餘斷故」，「彼」那個煩惱的種類，愛煩惱、見煩惱；它的「麤重」，也就是那個隨眠。那個隨眠是「無餘斷故」，沒有剩餘、全部地消除了，那就叫做「捨根永滅」，是這樣子的意思。為什麼不說「捨根」本身消滅了呢？一定要說與「捨」在一起的煩惱種子消滅了，為什麼要這樣講呢？

辰二、簡非現纏

**非滅現纏，住無相定必有受故。**

這是第二科是「簡非現纏」。前面是「標害隨眠」，這是害滅了、滅除了隨眠，是這樣意思。

那麼原因在什麼地方呢？「非滅現纏」，因為入無相心定的時候，是把煩惱的種子，愛煩惱、見煩惱的種子全部地消滅了；並不是滅掉了與纏煩惱在一起的現受，現出來的現行的那個受。那個捨受滅了，不是滅的捨受的現行，只是滅了與捨受在一起

的煩惱，而捨受本身還是存在的。因為什麼要這樣子說呢？「住無相定必有受故」，安住在無相三昧的聖人他還是有受的，受還是存在的，所以不能說這個受滅掉了。如果說把受滅掉了，與事實不符合。事實上受是存在，只是把煩惱滅掉了，所以這樣子叫做「捨根永滅」，這樣講。

「簡非現纏」，這個「現纏」就只是「捨受」假名為現纏，這麼講。不是滅的「捨受」，因為住無相定的時候它還是有受，沒有滅。

卯二、辨相（分二科）辰一、出彼受

**於此定中容有三受，謂喜、樂、捨。**

這是第二科是「辨相」。卯一「標簡」，明斷捨根的這個道理，第一科是「標簡」，就是簡別滅這個「捨受」究竟是滅的什麼？現在再辨別這個「捨受」的相貌，無相心定它還是有受的。

「於此定中」，於此無相心定裡邊是「容有三受」，容許有三種受，謂喜受、樂受、捨受，有這受的，所以不能說「捨受永滅」。是與捨受在一起的煩惱隨眠滅掉了，那叫做「滅除捨受」。這個文這樣子的意思。

辰二、釋彼斷

**非彼諸受得有隨眠。煩惱斷故，說以為斷；彼品麤重說名隨眠。**

「非彼諸受得有隨眠」，這是第二科，前面第一科是「出彼受」，這第二科「釋彼斷」，就是解釋「捨根永滅」這個道理。

「非彼諸受得有隨眠」，無相心定是大阿羅漢的境界，大阿羅漢他內心裡面的受是無漏的；這個捨受是無漏的，不是有漏的。所以「非彼諸受得有隨眠」，不是無相心定裡邊的那個無漏的受還有煩惱種子的，沒有這回事。因為什麼呢？「煩惱斷故」，因為阿羅漢以上的聖人這愛煩惱、見煩惱都斷掉了，只能是無漏的受了。又一種意思呢，「捨根永滅」這句話是「煩惱斷故，說以為斷」，是指在修行的時候，他的愛煩惱、見煩惱斷了，就叫做「捨根永滅」，是這麼意思。「彼品麤重說名隨眠」，彼所斷的煩惱種子叫做「隨眠」，不是捨受的種子叫做「隨眠」；捨受是無漏的，它不是煩惱，所以不能稱之為「隨眠」。這個「受」也是有種子，那不能名為隨眠，那是無漏的功德、無漏的種子了。那麼這樣解釋這個意思。

寅二、明邊際

**又此捨根乃至何處？當知始從第四靜慮乃至有頂。**

前邊說到這個「受」，現在說到這個受的邊際。這個捨受的邊際，到什麼時候還有捨受呢？捨受的邊際。

「又此捨根乃至何處」，在有情的眾生來說，到什麼地方為止都是有捨受的，過了這個地方就沒有捨受了；就是問它的邊際。「當知始從第四靜慮乃至有頂」，這個捨



受的邊際，就是從色界的第四禪，第四靜慮的時候開始有捨受，一直到無色界天的有頂，就是非非想地，在這個範圍內都是捨受。色界的初禪、二禪、三禪他們都是喜受、樂受。初禪破掉了憂，而苦還是存在；二禪破除去苦受，苦的麤重沒有了；三禪沒有喜而有樂；四禪把樂破掉了，只有捨受。若是滅盡定，就超過了非非想地了，捨受也沒有了，這個境界是這樣的；滅盡定就是不受，「無受」這是聖人的境界，這樣意思。

癸二、五順出離界（分四科） 子一、明五相攝（分二科） 丑一、標復次，此五根出離，無相為後，與彼五種順出離界展轉相攝。

這是第二科「五順出離界」，「五順出離界」是第二科。「出離受等」這一科，這一科裡面分三科，第一科是「出諸受事」，這一科講完了。現在第二科「順出離界」。「順出離界」這裡邊就是說到能出離諸受的功德，你有什麼能力能出離這麼多的受，能從這麼多的受裡面出來，超越這一切受的境界？說這件事。這個分四科，第一科「明五相攝」。分兩科，第一科是「標」，第二科是「配」。現在是第一科是標出來。

「復次，此五根出離」，前面說到五根的這些事情，現在說從五根裡面出離、從五根裡面解脫出來，「出離」。「最後」的是什麼呢？是「無相」，由無相三昧是能出離這個捨、捨受，「為後」。「與彼五種順出離界」，修不淨觀、慈觀、悲觀、修無相心定，無相心定分兩部分，就是加上前面這個不淨觀和慈和悲三個，加上兩個無相心定，就是五個。這五個法門，五個法門能出離這五受；出離這五受，最後是無相，最初是不淨，不淨觀。

「與彼五種順出離界展轉相攝」，這五根和這五種順出離界，「界」是因，因此而得出離，就是能出離的法門，它們是互相攝的。能出離與所出離是互相有關係的，叫做「攝」，就是有關係、彼此有關係。這個「展轉」，當然是有展轉的關係，你不能夠超越那個次第，一定先修不淨觀來破除去這個欲。欲尋伺、恚尋伺、害尋伺，你破除這三種尋伺，先要有不淨觀、或者慈、或者悲，用這三種觀破這三種尋伺。然後你才能夠有無相心定，無相心定再破除去剩餘的這些受，所以有展轉的意思在內的。

這是「標」，底下就「配」。

丑二、配

此中由欲、恚、害出離，即說乃至樂根出離；由色出離，即說第四靜慮捨根出離；由薩迦耶滅，即說無色界一切捨根出離。

「此中由欲、恚、害出離，即說乃至樂根出離」，這一段文和後邊的文有一點關係。「此中」，能出離的五個法門和所出離的五種根，它們怎麼樣相攝呢？這裡把它配合起來。「此中由欲、恚、害」，欲尋伺、恚尋伺、害尋伺「出離」，就是從這三種尋伺裡面解脫出來。解脫出來，照理說就是得到初靜慮了，得到初靜慮。得到初靜慮就是從這個欲、恚、害解脫出來了；從欲、恚、害解脫出來就沒有憂、沒有憂愁了，這個人的心情是安閒自在了，沒有憂愁了。沒有憂愁，這個時候只是從「憂」出來了，

那麼其餘的這個「苦」，憂苦，這個苦應該說沒有出來，「喜、樂」也應該說還沒有出來。但是這文上說「即說乃至樂根出離」，你從欲、恚、害出離了，「即說乃至樂根出離」，這個文就是在這地方有事情。那就說你從這個苦也出來了、從喜也出來了、從樂也出來了。

這個樂根就是第三靜慮；這個喜就是初禪、二禪都有喜，這三禪沒有喜而有樂。那麼初禪破除憂，二禪破除苦，這個苦也在內，也是從這裡出來了。那麼這表示什麼意思呢？就是修不淨觀，修不淨觀破除去欲尋伺，修慈觀破除恚尋伺，修悲的觀法破除去害的尋伺；三種尋伺，由這三個法門破除去，破除三個尋伺。那麼破其他的這個苦，破除三種尋伺就是破除憂了，破除那個苦和喜、樂也用這三種方法也能破除去，這裡面有這個味道。所以說「即說乃至樂根出離」，這樣講。當然用佛法來說，由八解脫裡面也看出來，就觀察初禪、二禪、三禪乃至到四禪都是不淨，都是苦、空、無常、無我，都可以這樣觀察，這樣說也是說得過去，從這麼多的受裡面解脫出來。

「由色出離，即說第四靜慮捨根出離」，這是前邊，就是憂根、苦根、樂根都除去了，那麼剩下來就是第四禪的捨根還沒有出離，所以這就是說到這個。「由色出離」，「色出離」，色界天都是色，初禪、二禪、三禪、四禪都是色；有色，就是因為對色有貪愛，所以人的果報有這生理的組織。現在從色裡面解脫出來，那也就是說從第四靜慮解脫出來了，超越了色界的四靜慮。那麼第四靜慮就是捨根，若是從色出離，也就包括了第四靜慮的捨根，從捨根裡面也解脫出來了。那麼這個地方，那就是修「無相心定」；修「無相心定」就是觀察這個是無我、無我所的，是空無所有的。觀察這個色受想行識剎那剎那生滅變化，無我、無我所；觀察它前一剎那滅、後一剎那不生，就是寂滅相。那麼就從色界第四靜慮的捨根解脫出來了。

「由薩迦耶滅，即說無色界一切捨根出離」，前面「由色出離，即說第四靜慮捨根出離」，只是說所出離的「色」，能出離的法門這地方沒有提，沒有提也就包括在裡邊。「由薩迦耶滅」，就是滅除我、我所的這種執著，就是修無相心定，滅除去這我、我所。滅除去我、我所了的時候，你若成功了就是阿羅漢。阿羅漢，你這樣，「即說」你，就是讚歎你，「說」也等於是個讚歎，讚歎你從「無色界一切」的「捨根」；空無邊處定、識無邊處定、無所有處定、非非想處定都是捨根，從這麼多的捨根裡面解脫出來了。這裡面有一個什麼味道呢？有什麼意思呢？說是在空無邊處定的人，成就了無色界天空無邊處定的人、識無邊處定的人、無所有處定、非非想處定的人，他們都是有我、我所見的，明白點說。所以你修無我、無我所的這種智慧，就把我、我所滅了，滅了就超越了無色界定以上，那麼就是聖人。

這樣說呢，智者大師，天台智者大師他沒有讀這《瑜伽師地論》，《瑜伽師地論》是後來翻譯的，但是他說「非非想定」，怎麼叫做「非非想定」？他說：就是滅除去了苦、樂、憂、喜，唯有「真神不滅」，叫做「非非想定」。「真神不滅」，「神」即是我，就是真我沒有滅。我們去為人解釋，就是我們自己要明白，什麼叫做「色界四禪」？什麼叫做「無色界的四空定」？我們照那個文去解釋解釋，當然也不能說是錯，

也是對。但是裡面那個要義，原來在這裡面看出來，就是「空無邊處定」的人，就是「我、我所見，這個我、我所見沒有滅」。「識無邊處定」也是我、我所也沒有滅，也是沒有滅掉。「無所有處定」，就是捨一切的捨，苦、樂、憂、喜都滅了，「捨」也滅了，這個「我」是存在。空無邊處定裡面有這個味道，識無邊處定也是有這個味道，無所有處定還是這個味道，就是一切都沒有了，就是「我」還是最後是存在的。非非想處定，非想、非非想，就是沒有粗的想而有微細的想；那微細的想是什麼？就是「我見」，原來就是「我見」，就是我、我所見。「唯我獨存」，是名「非非想定」。

現在這個阿羅漢，修「薩迦耶滅」，修這個無相心定，滅除去我、我所見的時候，就從無色界解脫出來了，就是滅掉了無色界天的一切的捨根，從捨根裡面解脫出來。

這樣的解釋，也得到一個消息：你想要解脫生死，要修無我觀。「我不修無我觀！」不修無我觀，你不能解脫。所以《阿含經》重視修無我觀，而《大智度論》也是修無我觀，同時當然修一切法空，無我、無我所。而現在這裡《瑜伽師地論》亦復如是，也重視無我觀。重視無我觀，所以要把「什麼叫做我」，這外道的「我」是怎麼回事？也把它清清楚楚地說出來，然後也很認真地來辨別這個「我」是錯誤的；來讚歎無我論，破除去這個有我論，原來是這麼回事。

所以是「由薩迦耶滅」，就是成就了無相心定的時候，這我、我所見沒有了。我、我所見沒有了，就是從無色界定一切捨根裡面解脫出來，這是「一切捨根出離」。

## 子二、釋順出離（分二科）丑一、問

### 順出離言有何等義？

這前面是「配」，「標」和「配」，這一科說完了。現在第二科「釋順出離」；前面「明五相攝」，這底下說是「順出離」。

「順出離言有何等義」，「順出離」這句話是什麼意思？怎麼叫做「順出離」？「與彼五種順出離界展轉相攝」，這個「順出離」這句話要解釋解釋，有什麼道理？這麼問。

## 丑二、答

**由住此者能出離故，名順出離。不說由此出離於彼，為離欲者說此界故。**

底下回答。「由住此者能出離故，名順出離」，就是安住在這個觀法裡邊，安住在這樣的觀法裡邊，這個「此」就是觀；不淨觀、慈觀、悲觀，乃至到無我、無我所觀。安住這樣的觀裡面「能出離故」，就能夠從那五種受裡邊解脫出來，這就叫做「順出離」。他能隨順出離，而不是把你留在那裡不出離，不是這個意思。

「不說由此出離於彼，為離欲者說此界故」，這個地方這個話也是很妙。「不說由此出離」，不是說這個凡夫，不是說凡夫「由此出離於彼」，由此觀能從那個五種受裡面出來，不是。「為離欲者說此界故」，是為那個已經，為那個遠離了「薩迦耶」的「欲」；總是我愛，這個「欲」是我愛，愛著這個我的，叫做「欲」，「薩迦耶欲」就是愛著

這個我。我癡、我見、我愛、我慢，就叫做「欲」。為離欲的人「說此界故」，說此五種界；「界」者，因也。這五種觀是從五根裡面解脫出來的因，因此而能解脫。這樣講法，這樣講這個道理。

子三、顯建立義（分二科） 丑一、由欲害出離（分二科） 寅一、問  
**問：諸欲、患、害定同時斷，何緣建立別出離耶？**

這是第三科，第三科「顯建立義」。就是這個「五順出離界」，「五順出離界」裡邊分四科，第一科「明五相攝」，第二科「釋順出離」，這兩科講完了。現在第三科「顯建立義」，顯示建立這個出離的義，出離的差別義，出離的相貌；建立這個道理的相貌，這個相貌是怎麼回事？這裡分兩科，第一科「由欲患害出離」。分兩科，第一科「問」。

「問：諸欲、患、害定同時斷」，這個欲尋伺、患尋伺、害尋伺決定是同時地消滅了；若欲尋伺斷了，患尋伺、害尋伺也同時斷了，並不是前後的。因為這個看出來，患、害是因欲而有患、害；所以欲若是滅了，患、害也就沒有了，它們不是兩回事，一定是同時斷的。「何緣建立別出離耶」，什麼理由施設出來各別的出離？由不淨觀能出離欲尋伺，由慈悲觀能出離患尋伺、害尋伺；各別地施設法門能解脫，那是什麼理由呢？

寅二、答（分三科） 卯一、標  
**答：彼諸出離雖復同時，約修對治有差別故，宣說三種出離差別。**

「答」，這底下回答。回答分三科，第一科是「標」。「彼諸出離雖復同時，約修對治有差別故」，彼從欲裡面出來，從患、從害裡面出來，雖然是同時的，不是分前後的，但是約那個人所修學的法門，就是那個法門能對治這三種尋伺，是有差別。這個欲尋伺是修不淨觀的，這個患、害是用慈悲觀的，這個方法，對治的方法有差別，所以「宣說三種出離差別」，所以佛慈悲，為苦惱的三種尋伺的眾生，宣說三種出離不同的法門。

卯二、釋（分二科） 辰一、次第對治  
**對治差別者，謂不淨、慈、悲，如其次第。**

「對治差別者，謂不淨、慈、悲」，這底下，前面第一科是「標」，第二科是「釋」。「釋」裡邊分兩科，第一科是「次第對治」，就是剛才說的「對治有差別故，宣說三種出離差別」，這是「次第對治」。現在第二科「卯二」，卯二前面是「標」，第二科「釋」，第一科是「次第對治」。

「謂不淨、慈、悲，如其次第」，這是「次第對治」。這個不淨觀，修不淨觀對治那個欲尋伺，修慈悲觀對治那個患害的尋伺，這是一個次第。

## 辰二、隨一對治

**或有唯修不淨出離一切；或慈、或悲。**

第二科是「隨一對治」。「或有唯修不淨出離一切；或慈、或悲」，這裡還有這種情形。或者有的人他只修其中的一個對治法門，只是修不淨觀，就能夠從三種尋伺裡邊解脫出來，只修這一個不淨觀就行。或者是「慈」，或者只修這個慈，能從三種尋伺裡面解脫出來。或者只修「悲」，也能解脫出來。這樣情形，還有這種情形的。

## 卯三、結

**是故別說三種出離。**

這是第三科是「結」。所以佛各別地說這三種出離的法門。

## 丑二、由色出離等

**此上唯有一類對治，故後出離無有差別。**

修這個三種出離，就是不淨和慈、悲。那麼以後呢，從這裡以上，這是第二科「由色出離等」。

「此上唯有一類對治」，就是不是有三種差別，沒有差別的，只有一個，一個法門來對治那麼多的受。「故後出離無有差別」，所以後邊的出離是沒有差別的，就是一個無相心三昧，無相心定，就從那裡出來。

所以從這段文看，應該是你修不淨觀、修慈悲觀，破除去三種尋伺，就得到初禪了。從二禪以後，都是修無相心三昧，就是得解脫，就出來了，按這個文也可以這麼講。但是前面那段文你看那個是，它就說了，前面說是「此中由欲、恚、害出離，即說乃至樂根出離」，那麼就到了第三禪了。所以從那一段文來看這一段文，那麼就是「此上唯有一類對治」，就是指第四靜慮。第四靜慮是捨受，那麼無色界天的四空定也是捨受，所對治的是一類的捨受，能對治的是一類的無相心定；能對治也是一類，所對治的也是一類，所以用無相心定對治這個捨受。「唯有一類對治，故後出離無有差別」，不像前面有欲、恚、害，要修不淨觀、修慈、修悲，那就有那麼多的差別，這裡不是的。

## 子四、廣欲出離（分二科） 丑一、正觀察（分二科） 寅一、總標作意

**云何猛利見者等隨念欲？謂由觀察作意於勝事作意故，猛利功用作意故。**

「云何猛利見者等隨念欲」，這是第四科是「廣欲出離」。前面是第三科「顯建立義」，現在第四科「廣欲出離」，就是出離，這個地方多說，廣博地、詳細地說出來這麼多的法語，這麼多的佛法。分成兩科，第一科是「正觀察」，第二科是「顯斷別」。「正觀察」分兩科，第一科是「總標作意」，寅一是「總標作意」。

「云何猛利見者等隨念欲」，這個「猛利見者等隨念欲」，這句話應該是經上說的話。這個「猛利見者」什麼意思呢？這不是凡夫，不是我們一般的凡夫；這是得了初

果以上的聖人。得了初果以上的聖人，他這個止觀力量非常的強大，力量強大，所以叫做「猛利」，那樣意思。這個「見」就是智慧，就是有強大智慧的人。他能「等隨念欲」，這個「等」就是「一切」的意思，所有的欲他都能去念，念這個欲。「隨」呢，「隨念欲」就是隨念其中的一種欲；這個「等」就是普遍地念所有的欲。就是等念欲、隨念欲。成就了猛利智慧的人，他在修止觀的時候他能夠念一切欲，或者念其中的一種欲，這件事是怎麼回事情呢？「云何」，是怎麼回事情？這是「問」。那麼底下說。

「謂由觀察作意於勝事作意故，猛利功用作意故」，這就是標出來。「謂由觀察作意」，就是那個得初果以上的聖人……。這個七種作意裡邊，第一個是「了相作意」，第二個是「勝解作意」，第三個是「遠離作意」，第四個是「攝樂作意」，第五個就是「觀察作意」。「觀察作意」在七種作意裡面，這「觀察作意」是什麼意思呢？

這個「了相作意」是先了解、先認識一下。這七種作意，本來在《瑜伽師地論》裡邊，是解釋已經成就未到地定的人想要修初禪，想要進一步得初禪要修這個七種作意。修七種作意的開始，先要「了相」，明白這個欲的相是怎麼怎麼回事。「勝解作意」就是開始修行，就是在禪、在欲界定裡面修，修這個勝解；就是由奢摩他的幫助，深入地修不淨觀，就是這樣的意思。「了相作意」、「勝解作意」、「遠離作意」呢，因為那個時候是在未到地定裡邊觀，它還是有力量的，能把這個欲上品的煩惱斷掉，遠離作意把上品的欲煩惱斷掉了。「攝樂作意」就把中品的欲的煩惱也斷掉了。這個時候，這個修行人欲的煩惱斷除去很多了，他心裡面就反省自己：我是不是所有的欲煩惱都斷掉了呢？就反省，反過來觀察自己、檢查自己：我是不是完全都斷掉了煩惱了呢？所以這時候就「觀察作意」，修這個觀察作意。他就會去思惟這個欲的這些事情，看看自己內心的反應是怎麼樣，那就知道自己的煩惱是斷了沒有；是斷了多少了？還剩多少？他就明白了，這樣意思。

現在說這個初果聖人也是，亦復如是。「謂由觀察作意」，他已經斷了薩迦耶見，斷了身見、戒取、疑，斷除這三種煩惱；斷除這三種煩惱，因身見而有的煩惱也都是斷掉了。斷掉了，這個時候心裡面是很清淨的，這個正念一現起來的時候，心裡面是清淨，清淨無染的。他也就是修這個觀察作意：我是不是，我斷了多少煩惱了？我還有煩惱沒有斷嗎？叫做觀察，修這個觀察作意，這樣意思。

這個「觀察作意」怎麼樣修法呢？「於勝事作意故」，這個「勝事」是什麼？就是「欲」。在我們這個凡夫來說，這些五欲的境界都是很有力量，能迷惑我們這個凡夫，能轉變我們凡夫的心；所以就是說那件事是有力量的，所以叫做「勝事」，就是那個五欲的事。「於勝事作意故」，那個初果的聖人，他就在奢摩他裡邊故意地思惟世間上的色聲香味觸，凡夫所歡喜這些欲的事情，就在那兒去觀察去。觀察的時候，看看內心的反應，就是這個意思。所以這個聖人，他這個就是一點不含糊的，就是這麼意思。就是從事實上來反省自己，不是感覺到有點相應了，「啊！我是佛了！我是聖人了！」他不是這樣，他是考驗考驗自己，這樣意思。

「猛利功用作意故」，他在修這種對治的作意的時候，他那個力量是很大的，他

那個觀察、他那個智慧、他那個正念是很厲害的、很有力量的，所以叫「猛利功用作意故」。「功用」就是用力量，用了很大的力量。本來他的那個力量就是很大，而他又加強了力量，就是修這個，數數地去觀察，能這樣去作意，這就叫做「觀察作意」。能這樣去修行，那麼他就知道「我的煩惱還沒有完全清淨，還是有一點煩惱的。」初果聖人他也是有欲，也有貪、也有瞋的。

這一段是「總標作意」，下面第二是「別釋其相」。分兩科，第一科是「觀察於欲」。分十二科，第一科「於諸欲中心不趣入」，這樣子。

寅二、別釋其相（分二科）卯一、觀察於欲（分十二科）

辰一、於諸欲中心不趣入

**云何於諸欲中心不趣入？謂於彼處不見勝功德故。**

「云何於諸欲中心不趣入」呢？這是第一科，一共十二科，這是第一科。這個初果聖人，他感覺到自己還是有煩惱沒有斷，他就修不淨觀。這不淨觀一修了的時候，這個作用很大。「於諸欲中心不趣入」，對於這個凡夫所愛著的欲，他那個不淨觀一現前了的時候，他「於諸欲中」這個「心不趣入」，就是不為欲所動，心不動。「謂於彼處不見勝功德故」，就是他這個聖人對於凡夫所愛著的色聲香味觸這種事情，不感覺那裡面有什麼好處，不感覺它對人有真實的好處。「謂於彼處不見勝功德故」，不感覺到它有什麼真實的好處。這樣子呢，「心不趣入」。

這是第一科，「於諸欲中心不趣入」，這不淨觀的力量使令他這個心不趣入於欲。

辰二、不美

**云何不美？謂於彼處喜悅不生故。**

「云何不美」，這第二科叫做「不美」。「謂於彼處喜悅不生故」，謂於彼欲的境界，他不生喜悅心、不感覺到喜悅。這個欲，只是欲界以下的人、天，乃至三惡道、畜生都有欲，到色界天以上的人都沒有欲，這可見這個欲不是個高尚的事情，所以不生喜悅心。欲使令人墮落，使令人沒有高尚的能力，沒有這種能力，有破壞性。

辰三、不住

**云何不住？謂於彼處不樂受用為欣悅故。**

「云何不住」，第三科叫做「不住」。「謂於彼處不樂受用為欣悅故」，這句話可以這樣唸：受用、樂受用為欣悅故。凡夫不修不淨觀的人他歡喜受用欲，為什麼呢？「為欣悅故」；現在這個聖人，「於彼處不樂受用為欣悅故」，不歡喜，不感覺到值得歡喜。

辰四、無有勝解

**云何無有勝解？謂於彼處不樂取著不如理相故。**

「云何無有勝解」，這是第四科「無有勝解」。「謂於彼處不樂取著不如理相故」，

謂那個初果以上的聖人，對於欲的事情他心裡面不歡喜，不去執著種種的不如理的相貌、不如理的作意，他都不歡喜，不歡喜這件事，是這樣子。

### 《披尋記》三七三頁：

云何猛利見者等隨念欲等者：自下廣顯觀察諸欲差別。此中欲言，謂煩惱欲及與事欲。證諦現觀聖智聖見，是名猛利見者；由彼已斷三界所繫見道所斷諸煩惱故。今為進斷修所斷惑，復起觀察作意，於勝妙事作意思惟，觀察煩惱已斷、未斷。由此猛利功用作意，於彼諸欲或念一切，或念隨一，是名等隨念欲。

這個《披尋記》：「云何猛利見者等隨念欲等者：自下廣顯觀察諸欲差別。此中欲言，謂煩惱欲及與事欲」，這個欲有兩種：一個事欲，一個煩惱欲。「證諦現觀聖智聖見，是名猛利見者」，「證諦現觀」就是成就了苦諦、集諦、滅諦、道諦，這種清淨無漏智慧的人；苦真實是苦、集真是集、滅真是滅、道真是道。

「苦真實是苦」這句話，我很久不明白，很久不明白這句話。我們現在反省我們這個凡夫，我們能知道苦真實是苦嗎？能不能知道？我看，我們凡夫不知道！不知道真實是苦，不知道。也不知道這個煩惱它能集聚苦，你也不知道這回事。一切的苦惱是由煩惱來的；什麼是煩惱呢？就是一念分別心。所謂貪也是一念的分別心，瞋也是分別心，各式各樣的煩惱都是分別心。這一念分別心，這一念虛妄分別心能集聚無量無邊的苦惱來，使令我們自己受苦。我們的認識不清楚，不認識，我們繼續地這樣分別、製造苦給自己受。

我以前說過，我現在再重說一遍：我有一年從美國回到香港去，在東林念佛堂住，但是我到東林念佛堂的後山上；東林念佛堂算是在一個山坡上，後邊有一條道路通到別的寺廟去，我就從那個寺廟上走過去，從那條路走過去。走過去，我就看見一個人，只這麼一個人，並不是有兩個人，只是他一個人，他在罵人！他這個手就像打人那樣子，這個腳還在踢！還在罵！我看那個意思，我就站在那裡看那個意思，就是前面有一個人和他對罵、對打，他也是罵那個人、在打那個人。我就看這麼個境界，我看了一會兒就明白，這是個神經病。這個神經病，他心裡面認為有一個人他在打他、在罵他，他也就是在打那個人、在罵他。我當時的想法，認為是這樣子。

這樣子我一想呢，就是苦真實是苦、集真實是集，明白一點說，所有的苦惱就是自己的分別心製造的，另外沒有事。說那個精神病，他認為前面有個人罵他、在打他，他也就還擊；你罵我，我也罵你！其實沒有對方，沒有對方的，前面沒有一個人和他對罵、對打，但是他心裡面有一個人和他對罵、對打。你看，這不就是自己的虛妄分別嗎？沒有人和他罵，也沒有人和他打，但是他心裡面有，是他自己的虛妄分別心，分別認為有一個人罵他、打他，結果他就是對打、對罵。這樣講，正好形容這個唯識的法門，就是這個意思。其實我們人也是，唉呀！很多的苦惱！就是一樣，和這個道理我認為是一樣的。就是自己的虛妄分別，你不分別，哪有事情呢？就是這個意思。

所以這上面說「云何無有勝解？謂於彼處不樂取著不如理相故。」這底下：「此



中欲言，謂煩惱欲及與事欲。證諦現觀聖智聖見，是名猛利見者。」證諦現觀的人就知道只是自己的虛妄分別，另外沒有事情。這一點，這就是你在靜坐的時候，你要思惟這個道理，你才能夠明白；不思惟，不經過一番微細的、深入的思惟，你很難去明白這個道理，很難明白的。

這個「諦現觀」，諦就是苦諦、集諦、滅諦、道諦。其中我們不說滅諦、道諦，先不說，就說這苦諦和集諦。這個「集」是什麼呢？就是一念虛妄分別心。虛妄分別心也是苦諦、也是集諦，因為它們分不開的，這個苦和集是不能分開的。由分別才有苦，而分別就是集。由分別，這個虛妄分別有力量，能集聚很多的苦來。「集真是集」，這句話很厲害，很厲害的。

「證諦現觀」，這個初果聖人他覺悟了這個道理，初果以上的聖人覺悟了，這叫做「聖智聖見」。「聖智聖見」，這個「智」和「見」其實都是智慧，但是又用「智」、又用「見」，這個在《瑜伽師地論》下文有解釋。怎麼叫做「智」？怎麼叫做「見」呢？觀察過去的、未來的事情，這是聖人的智慧，不是凡夫，那叫做「智」；觀察現在的事情，叫做「見」；用三世來分別，這樣子分別。或者是斷煩惱的智慧叫做「見」，證悟解脫的境界叫做「智」。還有很多的解釋，總而言之就是聖人無漏的智慧。

「證諦現觀聖智聖見，是名猛利見者」，他們那個智慧力量很大。我們從文字上學習的佛法，得到的智慧很微小，很微小的。要用奢摩他、毗鉢舍那去訓練它，慢慢地訓練、慢慢地訓練，也就成功了。說是在《楞伽經》上、是哪個經上有個譬喻，用那個泥土，那個陶師把它做一個碗、做一個盆、做一個鍋，然後用火燒一下子，那個坯器、坯胎用火燒一下子，你就可以用那個碗裝水了，裝熱水都可以。你若沒有經過燒不行，沒經過燒，很容易就壞掉了。說是若我們從經律論上得來的這種知識的佛法，這種智慧沒有力量；要用這個奢摩他、毗鉢舍那的火來訓練，這個戒定慧無漏的火來訓練它，它就堅固了，就有作用了。這個「聖智聖見，是名猛利見者」。

「由彼已斷三界所繫見道所斷諸煩惱故。今為進斷修所斷惑，復起觀察作意，於勝妙事作意思惟，觀察煩惱已斷、未斷。由此猛利功用作意，於彼諸欲或念一切，或念隨一，是名等隨念欲。」這麼解釋這一段的意思。

問：院長，剛才這裡說，它說「唯修不淨出離一切」，它這個出離一切是欲、恚、害是不是？

答：你說什麼一切？

問：前面不是有說到「或有唯修不淨出離一切；或慈、或悲」嗎？它這個出離一切是指前面的欲、恚、害是不是？

答：對。

問：我不太明白，修不淨觀可以對治貪欲，

答：是。

問：可是慈觀或者悲觀也能夠對治貪欲嗎？也能夠從貪欲裡面出離嗎？

答：這是這麼說，它這裡是這個意思。當然我這麼想，有的人是這樣，有的人不這樣。

問：就只有這裡是這麼說，其他的地方、其他的書上沒有那麼說？

答：其他的地方也有這麼說的。也有這麼說，但是人的根性不一樣，有的人是能這樣，用一個慈悲觀能斷一切煩惱，也有的人不能，不是決定的。後邊文也有提到，要共相作意才能斷煩惱，別相作意是不能斷煩惱的，所以修無常觀、修無我觀能斷煩惱，修慈悲觀是不能斷煩惱，修不淨觀也不能斷煩惱，也是不能的。但是有煩惱的人用不淨觀對治、用慈悲觀對治，也能使令煩惱……能夠使令它不動，也有這種作用。

問：院長，你可以講解一下，慈觀跟悲觀我不太分得清楚，好像都一樣。

答：「慈能與樂，悲能拔苦」，還是約這個意思解釋。你對於對方的眾生，我不能傷害他；恚尋思、害尋思是要傷害對方，就是有輕重的不同。我想我是佛教徒，不管是不是佛教徒，都應該有慈悲心、有愛心，我怎麼可以傷害對方呢？我應該希望他得到安樂，遠離一切苦惱。這樣子去觀想思惟，就把這個恚尋思、害尋思破除了，就是這樣思惟嘛！

問：那悲呢？

答：什麼？

問：剛才講的是慈嘛！慈心。

答：慈是與樂，悲能拔苦。就是眾生有苦，我要消除他的苦惱，我應該幫助他得到安樂，我怎麼可以還要殺害他呢？還要傷害他呢？我不應該這樣子，所以作這個慈、作這個悲的觀察的時候，就消除了自己內心的恚尋思、害尋思了。

問：那這裡的意思是，慈是對治恚對不對？悲是對治害？

答：也可以，也可以這麼說。但是觀察的時候：慈，就是我應該幫助一切眾生得到安樂，那麼這是慈觀。這個悲呢，就是我應該幫助一切眾生，消除他們一切的苦惱，拔苦。我不應該傷害他們，使令他們有苦惱，那麼這就是慈和悲的觀察了。

問：謝謝院長。

問：請問師父，師父剛剛講，就說是初果聖人證諦現觀，那麼他就真正能夠了解苦真是苦，集真是集？

答：是。

問：那麼在《披尋記》三三八頁第四行，它有講到：「住異生地，便能如實以聞思修所成作意如理思惟，能以妙慧悟入信解：苦真是苦、集真是集、滅真是滅、道真是道。」

答：第幾頁？

問：三三八頁第四行。它講：「住異生地，便能如實以聞思修所成作意如理思惟，能以妙慧悟入信解：苦真是苦、集真是集」。那麼這裡呢，我想應該是忍、世第一，

這個賢位的人。那麼這裡它說如實以聞思修，也能夠悟入信解：苦真是苦、集真是集。這裡他了解的苦真是苦、集真是集，是和初果……因為他這裡還沒有現觀嘛！

答：是。

問：那麼他這裡的了解跟初果是不一樣呢？還是說他也是如實能夠了解……

答：這個是那樣的，異生地還是凡夫，

問：是。

答：但是初果是聖人了。這個異生地「以聞思修所成作意」，聞思的智慧是淺，但是一定通過聞思而後成就修；這個修呢，就是內凡了。聞思這個時候還是外凡；若到內凡呢，就是煖、頂、忍、世第一。煖、頂還是退，有可能會退，到忍位以上是決定不退的了。當然說他們能以聞思修「如理思惟，能以妙慧悟入信解：苦真是苦、集真是集、滅真是滅、道真是道」，這話是對的，但是還沒能證。但是他們經過長時期的奢摩他、毗鉢舍那的修行，是能悟入「苦真是苦、集真是集、滅真是滅、道真是道」。如果他們有了欲界定，欲界定最後的等持，或者有未到地定的這種定力，在那裡邊修奢摩他、毗鉢舍那，的確會有這種感覺，是感覺「苦真是苦、集真是集、滅真是滅、道真是道」。就是我們沒有這個欲界定，或者小小有一點，沒有未到地定，但是我們這個心不要向外攀緣，常常地去修四念處觀察的時候，也會，偶然地也會有一點感覺「苦真是苦、集真是集」。也會感覺到一切一切的問題都是在我的分別心這裡，我的虛妄分別製造出來很多的問題；我若不分別，一切的問題都沒有了。「諸法意先導，意主意造作」，就會感覺到這裡。所以這段文也的確是，能以聞思修，這是到了內凡的境界，不是說外凡。這個內凡的人到煖、頂、忍位，到了忍位以上，那的確是有這種智慧，但是還沒證入。

問：我現在的問題就是說，那麼這個忍、世第一，他這個悟入信解，跟那個現觀之間，程度上有沒有不同呢？

答：有點不同，只是相似的。就是他的那個止觀，他那個「苦真是苦、集真是集」這種智慧，和聖人、和初果以上的聖人的智慧是相似而已，還不是真實的，還有一點差別的。

問：請問師父，就這個問題來說，比方說像師父以前曾經講過，修初果的人也是修四聖諦，「觀身不淨，觀受是苦」這麼修；那修二果的時候，也是這麼修，三果也是這樣，四果也是這樣。那這樣子來講的話，是不是可以以這個地方「苦真是苦、集真是集」，那是不是也可以說，就是說他在內凡位的時候他是這樣修，那然後到了初果，或者二果、三果，甚至是四果的時候，他也還是就是這麼知道：「苦真是苦、集真是集」，但是就是說越來越深細。

答：是的。其實這個「滅真是滅、道真是道」，那是聖人的境界。可是得了聖慧以後，觀「集真是集」這句話很厲害的，「集真是集」這句話很厲害。「集真是集」這句

話就是《華嚴經》上：「一切唯心造」嘛！這句話這個意思，「應觀法界性，一切唯心造」，這幾句話是一樣的。可是這個道理是由你奢摩他、毗鉢舍那的觀察來的，等到了聖人的時候他證，他真實地證到這裡；我們凡夫的時候沒有證，只是推而知之、比而知之，還不是證入。

這個問題是什麼呢？我們凡夫有欲，這個心的力量為欲所紛、為欲所擾亂，不能集中精神在這思惟，就打折扣了，就不容易思惟到這裡。但是我們若是把心收回來，不要向外去攀緣散亂，所以先修奢摩他，今天也這樣思惟，明天也這樣思惟，加上經論上的法語的幫助，加上你內心不要向外攀緣，也能夠相似地悟入到這裡，也是能的。所以我們若是常常地修奢摩他、修毗鉢舍那，我們就會進步，由外凡而入到內凡，由煖而頂，由頂而忍，就能悟入。如果說是「只有他們才能覺悟到這裡，我們不能」，這句話不對，我們也是能。問題就是，你這個心力要集中一點，其他的虛妄分別減少一點，那才能有可能。如果心裡面亂，不能集中，那不行，你想不到這裡。

其中有一樣，當然我們說是有學派的問題，「那是唯識宗，我是三論宗。你是三論宗，我是唯識宗。」宗派不能說是不對，一定是有這些問題，但是有相通的地方。不管你是不是唯識宗，一切法以心為本，這句話是決定的。「集真是集」這句話就是一切唯心造，這道理是無障礙的，就可以想到這裡。想到這裡呢，很容易解決一切的問題，一切的問題都容易解決，不是難，沒有困難。你把我自己這一念心若問題解決了，就是一切都解決了，起碼最重要的苦惱這個問題解決了很多了，我們所遭受到的苦惱解決了很多。

我們從經，尤其是《瑜伽師地論》，《大智度論》也是常提倡這一點：要正憶念！非常重要，你會得到很多的好消息，你會理解到經論裡邊那句話。那句話，你正憶念、不正憶念，只要是常歡喜讀，都能看見那句話，但是你沒有常常地正憶念，你沒能常常奢摩他、毗鉢舍那，你不容易理解到那裡，問題是這樣。一切唯心造，「若人欲了知，三世一切佛，應觀法界性，一切唯心造」，這句話天天可以念。放蒙山的時候，一天最少念一遍，但是你對「一切唯心造」這句話你能領會到嗎？那就不一定。但是你若常常修四念處觀，「觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我」，這好像沒有說一切唯心造，但是你深入地觀察，你就會覺悟一切唯心造，你會這樣明白的。

問：院長，對不起！可不可以先問今天的？

答：先問今天的，好。

問：今天在三七一頁，有說到無相心定，它裡面容有三受，喜、樂、捨。但是院長又說，阿羅漢，平常聽到院長說，阿羅漢是一切不受，一切法不受，然後呢，還有就是說四禪以上都是捨受。那怎麼說在這個無相心定裡頭還有喜樂受？

答：這個話，入滅盡定的時候是沒有受。但是若是第六識在，那就有受，第六識還在；

那這無相心定，可能第六識在。不過按道理來說，這無相心定它可能有深淺的問題。比如說阿羅漢入初禪三昧，那當然這個時候第六識完全是在的，他入二禪、三禪、四禪，第六識都在的，當然他也是喜、樂、捨，有這個受。也就是因為第六識都在，乃至無色界天的四空定，也都是第六識都是在，所以它就是有喜、樂、捨受。那麼這個無相心定也可能是有這樣意思，就是它第六識在。第六識它能不念一切相，不思惟一切相，思惟無相，那麼就入了無相心定了。入無相心定的時候，但是他第六識在，那他就是有了受；若是入滅受想定的時候，那個第六識不在了，第六識不在，那就沒有受了，也可以這樣說。

問：換句話說，如果是在初禪、二禪、三禪修這個無相心定的話，就可能會有喜樂受，那四禪以上的話就是捨受。

答：對。

問：那這個無相心定它是不是就是那個空、無相、無願的那個無相？

答：也可以這麼說，是的。

問：阿彌陀佛！就這樣，謝謝院長。

問：第五個問題，阿羅漢捨報時，前一念滅，後一念不生，請問這一念是指第六識或第七識？《法華經》中佛為所有的阿羅漢授記成佛，又《攝論》說，阿羅漢還有俱生的法執沒有斷盡，是否可以看出來阿羅漢入無餘涅槃時第八識並沒有斷滅？

答：阿羅漢捨報的時候，前一念滅，後一念不生，是指第六識，或者第七識？這件事呢，我看那個《成唯識論》上的說法不一樣，《成唯識論》，當然它說定性的阿羅漢就是入無餘涅槃了；入無餘涅槃以後，是沒有阿賴耶識了，也沒有異熟識了。就是像《瑜伽師地論》後邊說的，就是入於真如的境界，不生不滅，也就是和一切人都不能有感應了，你不能同他聯絡了。那麼這是一個說法，這是定性聲聞。不定性的阿羅漢如果迴小向大了，他迴小向大以後，他也是入涅槃，但是和定性聲聞不一樣，什麼呢？他是另外變化一個身體，和他這個身體，原來的身体一樣，就是火化了，入涅槃火化了，這樣子。他原來那個身體，就是誰也看不見了，就變成了變易生死的境界，有不可思議的神通變化的境界，天人所不能見，那個身體。這樣說，這也叫做入涅槃，但是這個入涅槃呢，他的八個識都在，完全都是在的；不能說是第六識滅了，第七識滅了，沒有這回事，哪一個識都在，一點也沒缺少。這個是一樣。

《法華經》上佛為阿羅漢授記作佛，佛為阿羅漢授記作佛，這就是說迴小向大了，他就是大菩薩了；他不入無餘涅槃，所以也沒有第六識、第七識滅掉這件事，是沒有的。《攝論》說：阿羅漢還有俱生的法執沒有斷盡，所以看出來阿羅漢入無餘涅槃的時候，第八識並沒有斷滅？」這個不是這樣說法。在《成唯識論》上，乃至《瑜伽師地論》後面有說，他能入無餘涅槃。說他還有法執沒有斷，但是他能入無餘涅槃，連異熟識都沒有了，能這樣子的；他原來這個法執不能作障

礙的，是這樣意思。這個問題就這樣回答，應該是可以了。這是一個。

問：第六，如果經常不斷思惟法義，乃至夢中亦然，是否長期下來會影響修止及睡眠品質？

答：不應該這樣用功，一定是修止又修觀，用止來平衡這個觀的；不可以相續不斷地這樣思惟，這樣子你容易有病。不只是影響睡眠，有可能會得神經病的，所以這個事也要注意，要注意這件事。一定要用奢摩他來平衡這個毗鉢舍那，而且奢摩他的時間要稍多一點，這樣子才合適。一方面能增長身體的健康，一方面能增長定力、增長智慧，這才是菩提道，才是聖道。

問：因此真的很想睡時，是否也該休息？不必一定專修。

答：對，想睡的時候還是要睡。要睡呢，如果你常常有奢摩他，睡眠自然減少，睡眠不會很多。我看《瑜伽師地論》後面有說到，大概最多睡四個鐘頭就夠了。假設你若得了定，得了四禪八定的時候，如果你還想睡覺，頂多睡兩個鐘頭，也可能睡一個鐘頭就可以，就是打一個盹就好了。因為你這個身體是欲界的，欲界的身體要吃飯；要吃飯呢，他就要有睡覺。但是你得了四禪八定，睡得少，或者完全不睡也可以，得了定的人可以完全不睡。

問：十二緣起中的觸支是屬於心行還是身行？

答：這個觸有六觸，前五識的觸與身體前五根有關係，那麼第六意識就是心法了，所以應該是通於身心的；通於心行，也通於身行。

問：有關禪宗的公案，有兩個問題，懇請師父慈悲指示：南泉斬貓，師父！南泉是否犯殺生罪？

答：這個事情呢，《寶積經》上說是，文殊菩薩拿著劍要殺佛，還有這種事情。但是可沒有說文殊菩薩有逆罪，要殺佛，當然沒有出佛身血，但是沒有說文殊菩薩有罪了；這個動機很有關係。南泉斬貓，我認為南泉這位禪師很了不起，我寫了這篇文章，有十八年的教義的基礎，然後在深山裡面去修止觀，修了幾十年，三十年，多少年。所以這個事情不可思議，他也可能會得無生法忍，也可能。他斬了貓，他如果是用無所得的智慧，那不能說他犯殺罪。他就是無眾生可得，無貓可得，不看見有貓可得，沒有殺心，那你能說他犯殺罪嗎？這是不能，不能的。所以我們不能判那件事，那件事我們不能說話，我們不能發言，因為你不知道南泉禪師他那個身口意的境界是怎麼回事，我們不能說。所以這個事，南泉斬貓是否犯殺生罪？我們不能說這件事，不可以批判的。

問：第二個公案，有位禪師說他坐破七個蒲團才開悟，有法師解「坐破蒲團是指破除七識的俱生我執」。請問師父是否同意這種說法？

答：當然我們常好作譬喻，常好去另生一個枝節去解釋，這種解釋當然也是跟古德學的。王舍城這個舍，智者大師偏說五蘊舍，王就是識，那麼也可以這麼解釋。若是禪師，若是那位禪師他坐破七個蒲團，他是破七識，把七識的我執破了，是這樣子？這是你這麼解釋可以，那個禪師說你在戲論，他也不同意你的說法。「坐破七個蒲團」，其實在這種話呢，有可能表示他修行的時間長久。兩個意思：表示他很精進，表示他修行的時間很久了，他才開悟，只此而已。你願意說是他是破除七識我執，當然也可以，也可以這麼說，也是可以這麼解釋的。可以這麼解釋，但是你能說出個理由來，破第七識的我執怎麼破？怎麼樣破法？這還是不是容易。而這個破七識的我執，這一定要修止觀的，禪師他修止觀嗎？那這還是個問題。

問：《菩薩戒》、《法華經》等經上說的燃指或燃身供佛，是否別有密意？

答：《法華經》這藥王菩薩焚身，那是大菩薩、法身菩薩境界；觀身實相，無身可得，那個境界我們凡夫不可思議。所以燃指也好、燃身也好，所謂密意就是這個意思，與諸法實相相應的。我們這個分別心，小小蚊子叮一下都忍不住，所以這個不可同日而語。

問：古言：「慈母多敗子」，三字經上也說：「教不嚴，師之愆」。

答：是的。

問：而現在的教育學家主張愛的教育，請問師父，佛陀的教育觀為何？

答：佛陀的教育觀，我們若從《瑜伽師地論》上看，佛陀的教育觀非常的嚴。不要說是你手怎麼做，你內心裡面有一點分別，就是犯了規矩；內心裡面有一點染汙的分別，就是犯規矩了，佛陀的教育就是這樣的，是不是？我們現在看這個「制持其心」怎麼說的？你心裡面有一點不對，趕快地要用聖教來制止，佛陀的教育是這樣的，你說這個教育是嚴、是不嚴？佛陀的教育是很嚴的。當然佛沒有說是：「你若不對，我要打你手板。」沒有說這個話。佛陀的教育的确是嚴，說到善惡果報，你犯一個突吉羅，你要下地獄幾千萬年，你說這種教育嚴不嚴？佛陀是嚴的。

「慈母多敗子」，是的。就是這個慈母裡邊要有智慧，母親有智慧的慈悲，應該她的兒子會有成就；除非是特別的業障，不聽招呼，他母親也無可奈何。三字經上說的「教不嚴，師之愆」，那也是對，就是老師錯了；那個學生沒有成就，是老師的不對。但是現在的教育，老師若是打學生，學生可以控告他，那麼這時候老師是不能嚴。那麼現在佛學院這個意思就是，佛學院應該是嚴、是不嚴？你們說是應該是嚴、是不嚴？

我的想法呢，佛學院的教育，應該把規矩列好是嚴一點，但執行的時候寬一點，這樣子就是好一點。但事實上我的方法，你們明白我的用意在哪裡？我的用

意是這樣，就是規矩寬一點，但是我是注重修止觀，注重靜坐；你用止觀常訓練自己，自然是如法，自然逐漸地逐漸地如法如律，自然是這樣。如果說是把規矩立得嚴嚴的，特別嚴而不修止觀，我認為沒有什麼意思。我的看法：我們出家人不修止觀，就是光頭俗漢而已；（阿彌陀佛！）我認為是這樣子的，光頭俗漢而已。若說這個出家人，你看他很不合格，但是他肯接受佛法的教導，肯去靜坐，這個人有希望；肯去修止觀，這個人有希望，前途還是光明的。他現在有一點過失可以原諒，因為他常常靜坐修止觀，他一定能改變自己、能改造自己，我的看法是這樣子。

所以我的目的就是，規矩可以寬一點，但是要修止觀，靜坐，靜坐這件事不能放鬆。你自己去改造你自己，不是我改造你，不是，我沒有這種力量，我不能。我的意思是這樣子，自己要努力去修止觀，這件事不可以放鬆；若是沒有方法修止觀，那就是無可奈何。我們現在有方法，現在《瑜伽師地論》從這麼以後，就是說這些事。我們現在說這五蓋，說這些事情，這都是方法啊！而對於這個欲，你看這一段文，說得很多；這個欲很難斷掉的，它說了很多，說出很多的；說欲是不美、不住、不勝解，說出這些事情，心不趣入。修了不淨觀的時候，心是不趣入於欲的；這就是規矩，是這樣意思。

所以「佛陀的教育觀為何？」我認為佛陀的教育，我們律上看，佛在世的時候有這個比丘，比丘和比丘衝突，比丘尼和比丘尼衝突，佛去開導，說了很多的故事。佛說了很多故事，那個比丘：「不可以，我有話要說。」還是不聽佛的話，而比丘尼也是不聽，不聽佛的話，佛就走了。佛就是到深山裡面去，到那裡去入定，佛也沒有再用神通去約束，佛沒有做這個事情。所以佛的規矩就是這樣子，就是到此為止。

但是佛所施設的法，就是修止觀、修四念處。你從這個法門，逐漸地逐漸地就成功了。所以我們大乘佛法裡面有取相懺、有無生懺，但是小乘佛教我們沒看見。小乘佛法裡面就是一個作法懺，作羯磨；你犯法了、犯了戒律，就是作這個懺。但是佛讓你修這個四念處，四念處就是無生懺，實在來說呀！你修無我觀，很大很大的罪都滅掉了，把三惡道的罪都滅掉了，可以不墮三惡道，可以得無生法忍；得了初果就不墮三惡道了。所以這個修四念處，修止觀非常重要。所以你說是「佛陀的教育觀為何？」佛陀的教育，慈悲之中有大智慧；很寬，但是裡面還是很嚴，還是很嚴的。不要說你身體說話，你心裡面錯一點，佛說你犯規矩了，這樣子。

問：對自己和對他人的煩惱在處理的態度上應該怎麼掌握？未證無生法忍以前，如何做到忍辱而不壓抑？

答：就是常常如理作意，這個問題容易解決，常常地如理作意。如理作意就是毗鉢舍那，你常常修奢摩他、常常修毗鉢舍那如理作意，所有的問題都能解決。我們沒



得無生法忍，還是從這裡面開始的。假設我們不修奢摩他、也不修毗鉢舍那，煩惱一點也不能調伏；只是憑生來的，或者年紀大的有社會經驗、有多少修養，就憑這一點來維持一點表面上的清淨，只此而已，這是佛法要衰敗的地方就在這裡。所以未得無生法忍，我們處理這個煩惱，對於人與人之間這個煩惱的處理的態度怎麼辦？就是要如理作意，如理作意，只有這樣辦。每一個人我們都去認真地去靜坐修如理作意，那麼我有些問題，師長還不肯嚴格地訶斥我，自己會知道：「唉呀！我這個地方很嚴重的錯誤，那麼我要懺悔。」就會覺知到。

所以我們若是說是規矩非常嚴，有的人：「我不在乎，你規矩嚴，我也不怕。」我對我的徒弟說：「那老法師那個地方，規矩非常的嚴。」「你非常嚴，我偏要到你那兒去守你的規矩。你能守，我也能守；你能辦，我也能辦。」沒有說是你特別嚴，我離你三千里，不是。我就偏要去，你嚴好，我就嘗嘗你這個味道，看你嚴到什麼程度。你能做到，我也能做到。應該是這樣子才對。

所以我希望各位同學，不必等別人說，不必；自己靜坐的時候反省我有什麼錯誤，我就要改。天天如理作意、天天修奢摩他，不可思議，你可知道啊！你轉凡成聖就從這裡開始的。看那經上說，那個人得了初果須陀洹了，得了二果，得四禪八定了，他為什麼能有那樣成就？就是因為修奢摩他、修毗鉢舍那的關係。「舜何人也，禹何人也，有為者亦若是」，就是一樣。他得阿羅漢果，你也是一樣，你也可以得阿羅漢果；他得無生法忍，你也是一樣。但是就是你要靜坐，要修四念處。修四念處，就是慢慢的嘛，也不是說逼迫你一下子要坐十二個鐘頭，不是嘛！就是把這個方法要掌握到，天天這樣坐，天天這樣坐，慢慢你就有希望成功了。到這個時候，還要師長來管你啊？不需要嘛！自然的如法如律。

問：院長，可以再問一個問題嗎？我想到那個定共戒，定共戒要什麼程度才能夠達到那個定共戒呢？假如是說，他沒有熏習過，不是很努力地去熏習那個戒法，而能成就定共戒嗎？

答：定共戒，就是受了戒的人他常常地修奢摩他，後來得到四禪八定了；得到四禪八定的時候，自然的戒律都是清淨的。因為他心裡面沒有欲；他心裡面沒有欲，所有的戒都清淨了。

問：就是自然不犯戒的意思？

答：自然他不犯戒。只要是一入定，他的戒律都是清淨的；他一出定，這個定共戒就沒有了。

問：若出定，定共戒就沒有？

答：定共戒就沒有。但是，比如得到初果須陀洹，那麼他有道共戒，當然戒也是清淨的。

問：道共戒是要經過學習才能成就？

答：道共戒，就是受了戒的人他修四念處，修四念處當然要學習佛法，不然四念處怎

麼修呢？你不知道怎麼修嘛！你修了四念處成功了，得初果須陀洹以上，那麼他就有道共戒，是這樣子。

問：院長，為什麼要給它個名字叫道共戒？初果須陀洹之後他有道共戒，而我們凡夫不受道共戒？

答：凡夫因為你沒有道嘛，你沒有無我、無我所的智慧，沒有啊！沒有清淨無漏的智慧。清淨無漏的智慧這是聖人才有，所以稱之為寶。這初果聖人以上稱之為寶；就是他那色受想行識裡面有無漏的智慧，有無漏的戒定慧，所以稱之為寶。我們凡夫這個色受想行識裡邊，沒有無漏的功德。但是我們若天天學習佛法還好，就熏習了無漏的種子，還好一點，熏習這個無漏的種子。你常常念《金剛經》，你按照《金剛經》修四念處，雖然不是聖人，但是你向聖人那裡去了，你還有無漏的氣分；雖然不稱之為寶，但是也還好，可也不是一般的人了。

所以我們說，我有時候聽人說話，當然這是我的過失，我想：你講錯了。我嘴沒說，我心裡想：你講錯了啊！就是好像只要是出了家，受了戒了，就是僧寶；我認為，我一想，你這個人講的不是太合道理，但是勉強的也就好了，就是這樣說了。不但是這樣子，你就是出家很久的這些老法師，他都是沒說對。問題什麼呢？就是經論讀得少，讀得少。所以若是我們，亦復如是，你在佛學院住了多少年，請你講講法；那個聽法裡面有的人，讀經多的人他聽了：「喔！你講得不對。」他嘴裡是沒有說，有的人不客氣，當面就說：「你講錯了！」有可能的。那時候你怎麼辦？所以要好好學習佛法，也要多修習止觀。

多修習止觀，或者是暫時的，不可以是永久的；這個時候多注重修行，而讀經論少，這件事是暫時的可以，不可以永久這樣。原則上說，你一定是要進步，凡夫要進步，聖人也要進步；就是你得了聖道以後，一定要再廣學佛法，不可以孤陋寡聞，就是抱殘守缺，不可以孤陋寡聞，要多學佛法。多學佛法，佛菩薩的智慧你才能漸漸地漸漸地，你也就攝取多一點智慧。那麼你已經得了聖道了，是聖人了，再發悲心教化眾生，也需要智慧的，所以一定要廣學。但是在凡夫的時候，有時間的不同，凡夫這個時候還非學不可，而又不可能太多學；因為時間有限度，趕快地要轉凡成聖，解脫苦惱，凡夫有點問題。聖人比我們……他解決了一部分的問題了，還好一點。

#### 辰五、萎頓

**云何萎頓？謂雖縱任而不舒泰故。**

這是第二大科「五順出離界」，就是修五種觀能出離這五種受。這一大科裡面分四科，第一科「明五相攝」，第二科「釋順出離」，第三科「顯建立義」，第四科「廣欲出離」。「廣欲出離」這句話，就是詳細地說明從欲裡邊解脫出來的相貌。這一科分兩科，第一科是「正觀察」，第二科「顯斷別」。「正觀察」裡邊，第一科是「總標作意」，解釋完了。第二科是「別釋其相」，「別釋其相」裡邊又分兩科，第一科是「觀察於欲」，這裡分十二科，剛才念的這一節文是第五科。這個「別釋其相」裡邊，「觀察於欲」分十二科，第一科「於諸欲中心不趣入」，就是這個修行人，這裡面說是已經得初果的聖人，得須陀洹果的聖人他修不淨觀的時候，他心裡面「心不趣入」，他的內心不接近欲，不願意趣入於欲。第二科是「不美」，第三科是「不住」，第四科「無有勝解」，現在第五科是「萎頓」。

「云何萎頓」，怎麼叫做「萎頓」呢？這個「萎頓」就是憔悴、枯萎了，這是形容這個欲心。這一棵樹或者一枝花它欣欣向榮，這是一個相貌；一個是萎頓，又是一個相貌。現在用這樣的形容詞來形容初果聖人的欲心萎頓了；他有欲心，而欲心枯萎、憔悴，不是那麼容易生起。「謂雖縱任而不舒泰故」，就是初果聖人，他就是故意地放縱自己的心在欲的境界上去思惟。「而不舒泰故」，他心裡面也不歡喜，也沒有歡喜心，就是這個意思。這個「舒泰」就是歡喜的意思，這不歡喜。

#### 辰六、壞散

**云何壞散？謂取境已，尋復棄捨故。**

「云何壞散」，這第六科，怎麼叫做「壞散」呢？「謂取境已，尋復棄捨故」，就是初果聖人他修不淨觀的時候，他這個欲心就壞了，欲心被這個不淨觀破壞了，就散失了。「謂取境已」，他就是故意地去取著、去分別觀察欲的境界。「尋復棄捨故」，立刻心裡面他就棄捨了，棄捨這種欲的境界；他那個心就棄捨這個欲，不去攀緣去。

#### 辰七、而不舒泰

**云何而不舒泰？謂於所緣雖彊令住，而不愛樂故。**

「云何而不舒泰」，這第七科，怎麼叫做「不舒泰」呢？「謂於所緣雖彊令住，而不愛樂故」，就是修不淨觀的心情，如果他要在所緣的境界上，所緣的欲的境界上，雖然是勉強地命令自己的心，住在那裡不要分開，「而不愛樂故」，心裡面也不歡喜。

#### 辰八、等住於捨

**云何等住於捨？謂行平等位，於平等位中心遊觀故。**

「云何等住於捨」，那麼這一句話是形容初果以上的聖人，對於欲的境界的心情是「等住於捨」的，是這麼一種境界。「謂行平等位，於平等位中心遊觀故」，「行平

等位」，他的心是在平等位上活動，平等的階位上活動，於平等位中心裡面遊觀，而這個心是個平等的一個境界。

《披尋記》三七四頁：

云何等住於捨等者：捨有二種，謂或善捨、或無記捨，即說此捨名平等位。由彼於此非理分別起煩惱意善防護已，正行善捨、無記捨中，由是說名行平等位。如下聲聞地說。（陵本二十三卷二頁）今由觀察作意，於勝事中為遊觀時，而不依彼令心流漏，是故說言等住於捨。

看這個《披尋記》：「云何等住於捨等者：捨有二種，謂或善捨、或無記捨」，這麼兩種捨。「即說此捨名平等位」，這個「平等」怎麼講呢？就是一個善捨、一個無記捨，這叫做「平等位」，這底下解釋。「由彼於此非理分別起煩惱意善防護已，正行善捨、無記捨中，由是說名行平等位」，由彼須陀洹果以上的聖人，於此欲的境界，「非理分別起煩惱意善防護已」。這個不合道理的分別，就是我們一般沒有修不淨觀、愛著於欲的人對欲的分別，叫做「非理分別」。這個不合道理的分別，就會生起煩惱意，生起了愛煩惱；這愛煩惱先由非理分別為前方便，然後才會生起愛煩惱的，所以「非理分別起煩惱意」。而這個聖人「善防護已」，這個初果聖人，初果、二果還都是有欲的；他有欲，但是他能夠，善者能也，他能夠防護、能防止、能保護心的清淨，使令這個非理分別不生起，所以煩惱意也就不生起了。他這樣用不淨觀保護了以後，「正行善捨」，他的心就在那個善捨的境界上活動，這叫做平等位；或者是在無記中活動，「由是說名行平等位」。

這個「善捨」，就是「善防護已」，使令這個非理分別煩惱意都不生起，這就叫做善捨。這個捨是善，它是良善的、是清淨的、是有功德的，所以叫做善捨。捨即是善，名為善捨；也就是把惡，把愛著於欲的這個煩惱意、這個非理分別停下來了，這就叫做「捨」，而這個捨是善捨，是這樣意思，善即是捨。

「無記捨中」，「無記捨」就是也不是善、也沒有惡，也沒有善、也沒有惡；這種心情就是有欲的人，有的時候也有這種心，他也是有這種心。但是唯有修行人才能有善捨，因為他有不淨觀來對治，對治有效的時候，心就能夠不善也不惡，也沒有惡、也沒有善，沒有這個分別，沒有善惡的分別，「由是說名行平等位」。這樣意思，就是聖人在「善防護已」，善防護以後，他的心情對於欲的事情心裡面不分別；也不是特別的厭煩，但是也不取著，是這麼一種心情。這個呢，反倒是一個非常正常的境界。「由是說名行平等位」。

「如下聲聞地說。（陵本二十三卷二頁）今由觀察作意，於勝事中為遊觀時，而不依彼令心流漏」，「於勝事」，就是這個欲的事。「於勝事中為遊觀時」，他修不淨觀來對治自己的欲心，對治有效了以後，他又來觀察自己的心究竟是不是還有欲，所以這個心還去思惟、去緣這個欲的境界。緣欲的境界的時候，這時候心是平等的，行於平等，這表示這個人的不淨觀是修成功了，這個意思。「而不依彼令心流漏」，這個時

候雖然是遊觀於欲，但是心裡面沒有「漏」，沒有煩惱出來。「是故說言等住於捨」，這個「等住於捨」是這麼個意思。

辰九、厭（分三科） 巳一、徵

**何等為厭？**

「何等為厭？謂由於彼深見過患，棄背為性」，這底下這是第九科。第九科「厭」分三科，第一科是「徵」。說是怎麼叫做「厭」？怎麼叫做厭煩？

這是個問，底下解釋。

巳二、釋

**謂由於彼深見過患，棄背為性。**

解釋說：「謂由於彼」，就是謂這個修行人對於那個欲的境界，「深見過患」，他不是膚淺地，深刻地看見了欲的過患是令人苦惱的。所以，「棄背為性」，他就棄捨這個欲了，就不隨順這個欲了，這就叫做「厭」，這個「厭」是這樣意思。知道它的過患，而不隨順這個欲，而棄捨了這個欲，就是斷了這個欲了，不再有欲了，這個叫做「厭」。不是說我們修不淨觀的時候，飯都吃不下去了，和那個不同，不是這樣的意思。

這是「釋」。第三科是「廣」，就是再詳細地解釋。

巳三、廣

**此復三種。謂無常故、苦故、變壞法故。**

這是解釋。「廣」，再多解釋這個過患。說它有過患，有什麼過患呢？這裡面有三種過患。「謂無常故」，這個欲是無常的，它就是不會永久保持這件事、保持這個的。我們本身的眼耳鼻舌身意，六根是無常的，所以對欲不可能永久去享受這個欲，而欲本身也是無常的。而這個眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識也是無常的，所以欲這件事決定是無常的，不可能永久這樣子。當然世間上的事情，無論怎麼說，還是以心為本；心接觸到不同的情況的時候，思想就起變化。思想起變化了，就和原來的這種有欲的心情就不同了，所以得到色界、無色界定的人，他們是沒有欲的；不但是佛教徒，非佛教徒也有這種事情，所以「無常」。

「苦故」，而欲就是苦，欲令你痛苦。後邊修不淨觀的地方說得非常詳細，這裡還是很簡略，沒有多說，就說了很多的苦。

「變壞法故」，對於這個欲，欲是變壞法，忽然間沒有了。「變」和「壞」還不同；這個欲還在，但是是變了，這個壞是不在、不存在了，還是不一樣的。這個地方只是用這三句話簡單地說，後邊才詳細。

辰十、惡

**何等為惡？謂由於彼初見過患，棄背為性。**

「何等為惡」，這是一共是十二段，現在是第十，第十科。前面是第九是「厭」，這底下說「惡」。這個唸ㄘ、也可以，唸ㄨ、也可以，就是和那個「厭」的意思有相通的意思。

前面這個「厭」，「謂由於彼深見過患，棄背為性」。若說是「惡」是什麼意思呢？「謂由於彼初見過患，棄背為性」，就是這個修行人初一步看見欲的過患，看見欲的過患，那麼就把欲棄捨了，要斷了這個欲了，那麼這時候叫做「惡」，這是初一步。當然這是聖人，他這個智慧強、智慧有力量，他知道有過患，初一步感覺到不對，他就把這件事停下來。若是我們不修不淨觀的人，沒有入聖道的人，我們智慧沒有力量，我們就感覺到過患，但是還是不肯棄捨的，還不肯，還捨不得，捨不得棄背這個欲。所以這裡是說這個人智慧強。

#### 辰十一、違

**何等為違？謂由於彼中見過患，棄背為性。**

「何等為違」，這是第十一科，怎麼叫做「違」呢？「謂由於彼中見過患」，就是進一步；前面是初開始看見過患，現在進一步看見欲的過患，就更深了一層了，那麼是「棄背為性」。

#### 辰十二、背

**何等為背？謂由於彼後見過患，棄背為性。**

「何等為背」呢？「謂由於彼後見過患」，最後感覺到欲的過患，的確是不可以親近的，就是「棄背為性」。

這樣分三個時期，用三個字來表示：一個是惡、一個是違、一個是背，用這三個字來解釋這件事。這也是把前面那個「厭」就更詳細地說了一下。

#### 卯二、觀察離欲（分四科）辰一、即於離欲作意趣入

**與此相違，即於離欲作意趣入者，謂於是處見勝功德故。**

前面是「觀察於欲」分成十二科，觀察這個欲分成十二段、分成十二句話來解釋。這底下「觀察離欲」，觀察沒有欲的功德；若有欲，對於欲的不滿意，就棄捨這個欲；現在是棄捨欲以後又有什麼好處呢？這是說這一段。分四科，第一科「即於離欲作意趣入」。

「與此相違」，這個修行人修了不淨觀的結果，「與此相違」，就與歡喜欲的情況是相違反的、相違背的。「即於離欲作意趣入」，就是沒有欲的這種心情、這種境界，他心裡面能契合。這句話怎麼意思呢？「謂於是處見勝功德故」，就是這個修行人他的智慧高了，他能在這個離欲的境界裡面看見有殊勝的功德，所以他就能趣入。若是不感覺到離欲有功德，那當然是不會離欲的，對於離欲這件事是反對的。但是他現在不是，他看見離欲以後有大功德。

離欲的功德最明顯的一件事，就是能得禪定，最明顯的一件事就是能得到禪定。得到禪定以後，是壽命長、安樂多，所以色界天、無色界天的壽命長，壽命的長遠，而且有廣大的神通道力，這是在世間法上說的；出世間法呢，那也能得到無漏的智慧，那就是得涅槃了。所以從離欲的境界上看見了功德，就是沒有欲的苦惱，而有甚深的禪定、神通、輕安樂，又能進一步得到涅槃樂，這種種的功德。如果是有欲的話，這些功德都沒有了、都破壞了。

## 辰二、美

**美者，謂於是處生清淨信而證順故。**

這是第二科，離欲的境界是美好的。「謂於是處」，謂於離欲的境界裡面「生清淨信」，他建立了清淨的信心，離欲了以後認為這是清淨的境界；那麼反過來，欲就是不清淨。所以離了欲以後，生到色界天都稱之為「梵」，「梵」就是清淨的意思。沒有欲的時候是清淨的，「生清淨信」而證順故，他也就能夠努力地去修行這件事，「證」就是成就了，成就了這個無欲的境界，他的思想、他的行動也與無欲的境界相隨順，他是能「證順」。有欲的時候多諸煩惱，就是不清淨；離了欲以後心裡面沒有煩惱，沒有煩惱就是清淨，思想清淨，行為也清淨，所以「生清淨信而證順故」。

## 辰三、住

**住者，謂於所緣不流散故。**

就是這個修不淨觀，學習離欲的這個人，他對於所緣的境界，就是那個離欲的境界，他心安住在離欲的境界能夠不流散、不動亂、不散亂，這叫做「住」。若是不離欲，在欲的境界上心裡面是動亂的，多諸煩惱是動亂的。

## 辰四、勝解（分二科）巳一、標得離繫

**勝解者，由於是處不染汙轉，於諸煩惱得離繫故。**

「勝解者」，這是第四科「勝解」。分兩科，第一科是「標得離繫」。「由於是處不染汙轉，於諸煩惱得離繫故」，這是說修離欲的這個人。現在是「三摩呬多地」，「三摩呬多地」是定，而說定的這段文裡面，就是很廣地、很詳細地訶斥這個欲。這個意思也很明白，因為有欲是不能得定的，有欲不能得定。就算是能夠修禪定，因為沒有斷欲的關係，欲能破壞這個定，所以這裡邊一直地說欲的過失，說無欲的功德。

「由於是處不染汙轉」，他沒有欲的時候，他心清淨，遠離一切煩惱的染汙。因為什麼呢？「於諸煩惱得離繫故」，他對於很多很多的這些煩惱都已經解脫了，不被煩惱所繫縛了；若有欲的時候他就為煩惱所繫，無欲的時候煩惱就不繫縛他。沒有理由再生貪心，沒有貪心也就沒有瞋心，各式各樣的煩惱就都解脫了。沒有煩惱的時候，心當然是清淨，心當然是安樂。

這是「標離繫」。第二科「釋不染汙」，解釋不染汙的意思。分兩科，第一科「於

棄背行心無罣礙」。這樣。

巳二、釋不染汙（分二科） 午一、於棄背行心無罣礙

**以於厭等棄背行中正流轉時，心無罣礙。**

「以於厭等棄背行」，修不淨觀離欲的這個人，他對於「厭」，對於「惡」，對於「違」、「背」這些棄背欲的修行裡邊。「正流轉時」，正在這樣活動的時候，正在這樣修不淨觀的時候。「心無罣礙」，心裡面沒有欲來障礙他，沒有欲的障礙。若是修不淨觀沒有成功的人，而有欲的人，欲能來障礙他的無欲，能障礙他的不淨觀的。

午二、無功用捨

**又復於捨無有功用。**

這個「不染汙」，第一個是心裡面沒有罣礙，第二個是「無功用捨」。就是修不淨觀的時候，這個欲不來搗亂，不來搗亂他、打攪他，這是一個不染汙的相貌。第二「於捨無有功用」，就是棄捨欲這件事很自然的，不需要特別勉強就能捨掉這個欲，這也是不染汙的一個相貌。

丑二、顯斷別（分二科） 寅一、煩惱離繫（分二科） 卯一、明作意（分二科）

辰一、辨相（分二科） 巳一、其心善逝

**云何其心善逝？謂住方便究竟作意故。**

這是第二科「顯斷別」。前面這一科是「正觀察」，「正觀察」說完了，現在第二科「顯斷別」，顯斷掉了欲的差別相，這個意思。斷差別相分兩科，第一科是「煩惱離繫」。分兩科，第一科是「明作意」。又分兩科，第一科「辨相」。又分兩科，第一科「其心善逝」。

「其心善逝」，「云何其心善逝」，說是這個修不淨觀成功了的人，他的心可以名之為「善逝」，叫做善逝。「善逝」怎麼講呢？「謂住方便究竟作意故」，這個七種作意，第六個作意叫「住方便究竟作意」，這個作意是什麼意思呢？就是把欲界的煩惱完全斷掉、完全消滅了。觀察作意的時候，了相作意、勝解作意、遠離作意、攝樂作意、觀察作意，觀察作意的時候還沒能把所有的欲心都清除了，還沒能。到了「方便究竟作意」的時候，這個欲心完全沒有了。這若是論階位的時候，就是三果聖人了；由初果、二果，到了三果聖人了，這個時候就名之為「善逝」。

**《披尋記》三七五頁：**

云何其心善逝等者：上昇最極，永不退還，故名善逝。如下菩薩地說。（陵本三十八卷三頁）金剛喻定所攝作意，是名方便究竟作意。住此無間永害一切煩惱品麤重種子，其心於彼究竟解脫，證得畢竟種性清淨。於諸煩惱究竟盡中，發起盡智。由因盡故，當來苦果畢竟不生，即於此中起無生智。由是說言其心善逝。義如聲聞地說。（陵本



### 三十四卷二十四頁)

這個「善逝」看《披尋記》他解釋的：「上昇最極，永不退還，故名善逝」，如來的十號，有這一個名字叫「善逝」。那個地方的解釋，說佛三大阿僧祇劫的修行，他的程度向上進步到最極高的境界的時候，「永不退還」，永久也不會再退回來了，這叫做「善逝」。這個「逝」就是「去」的意思，你去、你到那邊去，去得很好，那麼叫做「善逝」，去得好。像我們凡夫那就不行，我們凡夫死掉了，或者到三惡道去，固然是不好；就是到人間、天上也還不見得一定是好，「去」，不見得是一定好。但是聖人由凡入了聖位，而不會再退回凡夫的境界，都叫做「善逝」。但是阿羅漢、辟支佛、菩薩，還沒有給他這個名字；到佛的境界，「上昇最極，永不退還」，所以如來十號裡面有這麼一個名字叫「善逝」。現在把這個名字給這個修不淨觀成功的人，「其心善逝」，這樣講法。這是「(陵本三十八卷三頁)」上說的這句話。

「金剛喻定所攝作意，是名方便究竟作意」，這樣講呢，那麼比如說這個四果聖人，得四果的前一剎那就是入了「金剛三昧」，入了金剛三昧那一念相應慧，就把所有的愛見煩惱都消滅了，叫做「方便究竟作意」。若是在佛成佛的前一剎那，金剛三昧斷除一切的無明煩惱而得無上菩提，都可以這麼解釋。「是名方便究竟作意」。

「住此無間永害一切煩惱品麤重種子，其心於彼究竟解脫，證得畢竟種性清淨。於諸煩惱究竟盡中，發起盡智。由因盡故，當來苦果畢竟不生，即於此中起無生智。由是說言其心善逝」，叫做善逝，這是「聲聞地說」。現在這裡說的是修不淨觀的初果以上的聖人叫做「善逝」，當然不是阿羅漢，也不是佛的境界。

### 已二、善修

**云何善修？謂善修習餘作意故。**

「云何善修」，這第二科。「謂善修習餘作意故」，說是他為什麼能夠「其心善逝」，成就了方便究竟作意呢？就是因為「善修習餘作意故」，一共七種作意，其餘的就是五種作意。

### 《披尋記》三七五頁：

**云何善修等者：此中作意，謂了相作意、勝解作意、遠離作意、觀察作意、攝樂作意。望方便究竟作意，名之為餘。即由如是多種作意，善修、善習、善多修習，彼方便究竟作意生。一一差別，聲聞地中廣釋其相。(陵本三十四卷一頁)**

這個《披尋記》：「云何善修等者：此中作意，謂了相作意、勝解作意、遠離作意、觀察作意、(攝樂，唵力亡、也可以，唵一么、也可以)攝樂作意。望方便究竟作意，名之為餘」，就是其餘的五種作意。「即由如是多種作意，善修、善習」，開始叫做「修」，繼續不斷地修就叫做「習」。「善多修習，彼方便究竟作意生」，就成就了，這是這樣意思。七種作意後邊有詳細的解釋，這裡不要說了。「一一差別，聲聞地中廣釋其相」。

## 辰二、辨位

**當知此說斷位及斷方便道位。**

這是第二科就是「辨位」。前面叫做「辨相」，這底下辨它的位。「辨相」就是「安住方便究竟作意，善修習餘作意」，這是「辨相」。這個「相」呢，那個「安住方便究竟作意」是果，「善修善習餘作意」就是因，分這麼兩個相貌。現在這底下「辨位」，其實就是重說前面的這兩句話。

「當知此說斷位」，前面那個安住方便究竟作意，那是斷欲界煩惱的最後的一個位子。「及斷方便道位」，就是「善修習餘作意」，這是因，這個叫做「斷方便」；就是斷欲的修行方法，由這個方法成功了，你才成就「住方便究竟作意」，這樣意思。

## 卯二、明所斷（分二科） 辰一、釋異名（分三科） 巳一、解

**解者，謂解脫諸纏故。**

這是第二科「明所斷」。前面第一科是「明作意」，你修行這個作意就是「能斷」，這底下「明所斷」，所斷除去的煩惱。分兩科，第一科「釋異名」。分三，第一科是「解」。

這個「解」是什麼意思呢？「謂解脫諸纏故」，就是滅除去一切現行的煩惱，這叫做「解」；就是解除了，沒有它的繫縛了。

## 巳二、脫

**脫者，謂解脫所緣相故。**

第二個名字叫做「脫」，脫是什麼呢？「謂解脫所緣相故」。這個「所緣相」是什麼意思呢？也就是「所緣緣」。我們內心裡面有煩惱，一定要有一個所緣緣，然後煩惱才生起。那麼煩惱的所緣緣就指欲，就指一切引起欲煩惱的境界；你心裡面和欲的境界一接觸，這個欲的煩惱就出來了。人這個欲是那樣的，有兩個情形：一個是有外邊的所緣緣，引發欲心的活動，是第一；第二，由內心的欲心的動，也就現出來所緣緣的相。總而言之，所緣的相、能緣的煩惱是不能分開的，有所緣相就有煩惱，有煩惱就有所緣相。

現在這裡說，這個「脫」指什麼說的呢？「謂解脫所緣相故」，就是心裡面緣這一切能引起欲煩惱的相的時候，也沒有煩惱；就是不為一切相所繫縛了，這就叫做「脫」，這麼意思。前面這個「解」是心裡面沒有煩惱，怎麼知道沒有煩惱呢？你緣這個欲引起煩惱的境界，心裡不動了，這是不一樣，是不一樣的。

## 巳三、離繫

**離繫者，謂解脫隨眠故。**

「離繫者」，這第三個名字，「謂解脫隨眠故」。原因在哪裡？為什麼心裡沒有煩惱，為什麼去緣念欲的境界而煩惱也不動呢？原因就是「離繫」的關係。「謂解脫隨眠故」，就是他修佛法中的不淨觀是把煩惱的種子解脫了，所以沒有欲了；就是欲的

境界出現了，心也是清淨的。所以問題就在這裡，如果煩惱種子沒有斷，這件事是不行的，那就是不清淨了。這是解釋異名。

辰二、釋離欲（分二科） 巳一、舉欲過患（分四科） 午一、從諸欲緣所生諸漏從諸欲緣所生諸漏者，謂除欲貪，於欲界中所餘煩惱。

「從諸欲緣所生諸漏者」，前面是「釋異名」，這底下「釋離欲」，解釋這個離欲。分兩科，第一科是舉欲的過患。分四科，第一科「從諸欲緣所生諸漏」，這一句話，這是經上的話。

「從諸欲緣所生諸漏者」，從各式各樣的欲的所緣境，你的心和這個所緣境一接觸，就會生出來很多很多的煩惱，叫做「所生諸漏」，這一句話需要解釋。「謂除欲貪，於欲界中所餘煩惱」，這句話裡邊，我們很容易就想到一定是欲煩惱在內；實在這個欲煩惱不在內，因為前邊說的是欲煩惱，斷除欲煩惱，所以這裡邊就應該除掉它。「於欲界中所餘煩惱」，那麼指什麼說的呢？就是欲界裡面有其他的煩惱；因欲而有的一切的瞋心、疑惑心、高慢心，各式各樣的煩惱。

這是一樣，這是一科，第二科是「損匱」。

午二、損匱

**損匱者，謂因此生執器仗等惡行差別，於此若作、若增長故，生諸惡趣。**

這叫「損匱」。這個「損」字，就是損害了自己，到三惡道去；做這種惡業是傷害了自己，所以叫做「損」。「匱」者，是沒有安樂、沒有快樂，都是苦惱。「謂因此生執器仗等惡行差別」，謂因為有了欲，就會有瞋心、憤怒，各式各樣的煩惱生出來，生出這個煩惱，這個心就要傷害對方，就是手「執器仗」，拿著刀、拿著劍、拿著仗，或者是拿著什麼，這樣子去傷害對方去。「等惡行差別」，各式各樣的罪過的行動，這就叫做「損匱」。這是指因欲而生出來種種的煩惱，從諸欲緣所生種種的這些煩惱。「於此若作、若增長故」，說是對於這種要傷害對方的這種罪過的業力，或者你做了一次，或者又做第二次、第三次、第四次，所以叫做「增長」；第一次叫做「作」，第二次以後叫做「增長」。「生諸惡趣」，有了這樣的煩惱，又有這樣的傷害眾生的一種罪過，那將來一定是生到惡趣裡面去了；生到惡趣裡面，所以是「損」也是「匱」。

午三、燒

**燒者，謂由此因，欲愛嗽食，燒身心故。**

這是第三科叫做「燒」。「謂由此因，欲愛嗽食」，謂這個有欲的這個人，因為他以欲為因，愛著這個欲。「欲愛嗽食」，為欲所嗽食、為愛所嗽食；或者是常常地歡喜欲愛，叫做「嗽食」。「燒身心故」，欲愛就是火，這個火常燒他的身、燒他的心，所以叫做「燒」；這是用火來形容欲愛的苦。

#### 午四、惱

**惱者，謂由此因，若事變壞，便生愁歎憂苦惱故。**

「惱者」，這個「惱」是什麼意思呢？「謂由此因，若事變壞，便生愁歎憂苦惱故」，因為有欲的關係，這個欲的境界一變了的時候，「便生愁歎憂苦惱故」，這個事情若是壞了，所欲的境界壞了的時候，「便生愁歎憂苦惱故」，所以就是有這個「惱」。

我們曾經講一個故事，阿育王把人家的，把那一個信佛的居士的太太奪取去了；但是那個男人是個信佛的居士，太太被人家搶去了，自己就出家了。所以這個「若事變壞，便生愁歎憂苦惱」這件事，是佛教徒好一點。後來阿育王還沒有完，又把這個丈夫也請去了，但是已經得了阿羅漢果了，佛教徒真是太高尚了！

#### 巳二、顯彼出離

**於彼解脫、超出、離繫者，謂如前次第，解脫諸纏、所緣、隨眠故。**

「於彼解脫、超出、離繫者」，這是第二科「顯彼出離」。前面是舉欲的過患，這底下顯示彼出離的相貌，沒有這個過患了。說這個修不淨觀的人，他對欲能解脫、能超出、能離繫，這話怎麼講呢？「謂如前次第，解脫諸纏、所緣、隨眠故」，就像前面說的那個次第，能「解脫諸纏」。「解脫諸纏」，叫做「解脫」；能夠解脫所緣相，叫做「超出」；能遠離一切隨眠，叫做「離繫」。「離繫」，遠離了煩惱的隨眠是根本，因此而能解脫所緣、能解脫一切煩惱的活動，是這樣意思。「前」面「次第」就是前面那個「解者，謂解脫諸纏故。脫者，謂解脫所緣相故。離繫者，謂解脫隨眠故」，這段文和那邊一樣。

#### 寅二、諸受離繫（分二科） 卯一、徵

**云何終不領納緣彼諸受？**

這是第二科「諸受離繫」，第二科是「諸受離繫」。「顯斷別」那個地方分兩科，第一科是「煩惱離繫」，現在說是「諸受離繫」，說這個「諸受離繫」。這個「受」和「煩惱」，「受」比「煩惱」微細了一點，比如說是觸緣受、受緣愛，所以這個「受」在愛的前面，這一科。這第一科是「徵」，第一科是問。

「云何終不領納緣彼諸受」，說那個《無顛倒經》，這都是《無顛倒經》上的話。經上說，說是修不淨觀成功的人，他「終不領納」，從開始到最後，他心裡面不受「緣彼諸受」，緣彼諸欲的受他不接受，他心裡面不受。怎麼叫做不受呢？

#### 卯二、釋

**謂依將得、正得、隨念諸欲境界，染汙諸受不復現行；其所依身不為眾惑染汙而住，如紅蓮華，水滴不著。**

「謂依將得、正得、隨念諸欲境界，染汙諸受不復現行」，前邊是問，這底下解「釋」。

「謂依將得、正得、隨念諸欲境界」，就是這個修行人；不管是出家人、在家人。「將得諸欲境界」，還沒有得、就要得到諸欲境界，這是還沒得。「正得」是已經得到了。「隨念」是過去事，以前我得到、現在沒有；現在沒有，但是心裡面憶念以前得到的、享受的諸欲境界。「未得」的時候想要得，心裡面有染汙諸受；「正得」的時候，心裡面有染汙諸受；「隨念」過去的時候諸欲境界，心裡面也是「染汙諸受」。「不復現行」，現在這個修行人，他心裡面再也沒有這種活動了，所以叫做「不領納緣彼諸受」。

「其所依身不為眾惑染汙而住」，他的眼耳鼻舌身意這個身，他這色受想行識的這個身，「不為眾惑染汙而住」，他沒有這種很多的煩惱的染汙而住，他是清淨。他的眼耳鼻舌身意與般若的智慧相應，是「明相應受」、「明相應觸」，就是般若的智慧和眼耳鼻舌身意、和他一念心相應，面對一切法，他都是光明的，沒有染汙而住。「如紅蓮華，水滴不著」，這個水滴都不著，能解脫水的滴。這底下這個，唸一唸就好了。

癸三、六順出離界（分四科） 子一、明建立（分三科） 丑一、舉經說  
**復有六種順出離界，如經廣說。**

前面「出離受等」這一大科有三科，第一科是「出諸受事」，第二科就是「五順出離界」，這一大科說完了。現在第三科「六順出離界」；前面是五，現在是六，多了一個。分四科，第一科是「建立」。分三科，第一科是「舉經說」。

「復有六種」能「順」於「出離」受的因，這個六種是什麼呢？「如經廣說」，像經上說得很詳細的。

《披尋記》三七六頁：

**六種順出離界者：一、慈，二、悲，三、喜，四、捨，五、無相，六、離我慢。由是六種善修習故，定能出離一切患等，是故建立六種順出離界。**

這底下說：「六種順出離界者：一、慈，二、悲，三、喜，四、捨」，慈悲喜捨。「五、無相，六、離我慢」，這加起來叫「六種善修習故」。你善修習這六種法，就能出離這個受，也就是出離了愛、出離了欲。「定能出離一切患等，是故建立六種順出離界」，你修這六種法門，決定能夠出離一切患等這些煩惱，所以「建立六種順出離界」。

**謂我已修慈，乃至我已離諸我慢，然我猶為疑惑毒箭悶亂其心，是故慈等於患、害等非正對治。**

「如經廣說。謂我已修慈，乃至我已離諸我慢」，這個修行人，他依據經上說的這個法門，他去修行。然後呢，他對人說：我已經修了這個慈的法門、也修了悲的法門，慈、悲、喜、捨、無相、離我慢等。「乃至我已離諸我慢，然我猶為疑惑毒箭悶亂其心，是故慈等於患、害等非正對治」，我修是修了，可是我現在我的內心還是為

疑惑，疑惑就像毒箭似的傷害我。我心裡面是「悶亂」，這個「悶」就是心裡面不通達、不是那麼開朗；有疑惑在心，心裡面不開朗。「亂」，心裡面動亂，還是不能夠安下來。「悶亂其心」，就是我的心有悶、有亂，被這個疑惑的毒箭所傷害。我修了是修了，但是我還是有這種感覺。「是故慈等於恚、害等非正對治」，所以佛說的這六個順出離界，對於恚、害，恚尋伺、害尋伺這些惡法、不清淨法，不是正能對治的，不是真實能消除這些過失的。這個人說這種話，這個是不對的，這個人說得不對。後邊文解釋的意思就是說，你修行得有問題，所以這個就是沒有效；若是修行得很圓滿成功了，決定是能對治的。

## 丑二、明所為

**當知為捨如是邪執，建立此界。**

第二科「明所為」。「當知為捨如是邪執，建立此界」，經上說這「六順出離界」，我們應該明白，這是佛為了對治眾生的「邪執」。就是我這麼修了，我還是沒能離我慢，我還是沒能夠除掉了疑惑，我心裡面還是悶亂的。那麼說這種法門，對於恚害等不能對治，這個人說的錯了。為對治這個邪執，所以建立這六種界。這是「所為」，這六界的所為，六界的目的是這樣意思。

## 丑三、辨差別

**是中恚等離欲對治有差別故，建立前四。**

這底下「辨差別」，第三科，辨它們的作用的不同。

## 《披尋記》三七七頁：

**是中恚等離欲對治等者：此中等言，等取害及不樂、貪恚。由修慈故，能對治恚；由修悲故，能對治害；由修喜故，對治不樂；由修捨故，對治貪恚。是故建立前四順出離界。**

這個《披尋記》：「是中恚等離欲對治等者：此中等言」，「等」這個字是說的什麼意思呢？「是中恚等」這個「等」字，「等取害及不樂、貪恚。由修慈故，能對治恚；由修悲故，能對治害；由修喜故，對治不樂；由修捨故，對治貪恚。是故建立前四順出離界」，就解釋這個話。「等」字就是那個害，有恚尋伺、有害尋伺，這樣意思。文上說是，這裡面說還有一個「不樂」，不快樂其實就是那個嫉妒。「貪」，貪是什麼？就是那個欲尋伺；欲尋伺、恚尋伺、害尋伺。這個恚，「由修慈故」，修慈這個法門就能對治那個恚；修這個悲的法門就對治害；「由修喜故」對治那個不樂。別的人修行成功了我心裡歡喜，那叫做喜；別人修行成功了我不能歡喜，我嫉妒你，叫不樂。現在修這個喜的法門，別人修行成功了，我歡喜，「由修喜故」。「由修捨故，對治貪恚」，把這個欲尋伺、恚尋伺也都棄捨它，當然這裡邊也包括了空、無相、無願三三昧。「是故建立前四順出離界」。

**對治相故，觀察聖住得道理故，建立無相。**

這個「對治相」，你對治了欲尋伺、悲尋伺、害尋伺，用喜對治不樂，這麼多的對治，但最後，這是第五個，還要「對治相」。這個「相」，各式各樣的色聲香味觸法的相，眼耳鼻舌身意的相，各式各樣的相。這個「相」還有問題，在修行人的心裡面還有相，還是沒成功，所以要對治它。怎麼對治呢？「觀察聖住得道理故」，觀察聖住的時候，你常常這樣修行，你就證悟了那個真理了；證悟真理以後就是「建立無相」，就成就了無相心三昧，那麼把相的煩惱也對治了。

《披尋記》三七七頁：

對治相故等者：由隨相識，於時時中擾亂心故，是名為相。對治此故，建立無相。言聖住者，謂空住、無願住、無相住、滅盡定住。如下聲聞地說。(陵本三十四卷二十五頁)心正安住彼聖住中，是名為得觀察，能得聖住道理，建立無相。云何道理？謂由不思惟一切相故，及正思惟無相界故，能入無相心定。如下無相三摩地中說。(陵本十二卷九頁)

《披尋記》：「對治相故等者：由隨相識，於時時中擾亂心故。」我們，尤其是我們不修行的人，我們的眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識，主要是第六意識，它常是隨順各式各樣的境界起種種虛妄分別，不能如理作意。這樣子這個相就擾亂他的心了，對於如意的相就生貪心，不如意的相就生瞋心，也不是如意、也不是不如意就生愚癡心，生種種的疑惑心、高慢心、種種的煩惱，「是名為相」。「對治此故，建立無相」，建立無相心三昧。這個在後文，《瑜伽師地論》的後文有解釋什麼叫做「無相心三昧」。

「無相心三昧」，看那個文上還是修無常觀的意思，用無常觀成就這無相三昧，就是觀察一切法都是剎那剎那生滅變化的。尤其是觀察十二緣起：無明滅則行滅，行滅則識滅，識滅則名色滅，六處、觸、受、愛、取、有、生、老死；比如是生滅則老死滅，有滅則生滅，那麼一切法剎那滅了，一剎那滅了而不生，那麼就是無相了，有這個意思。

看這個文上解釋：「對治此故，建立無相。言聖住者，謂空住」，後邊釋迦牟尼佛也是說，佛住空、無相、無願三三昧，佛多數住在「空住」，所以叫做「住」。當然阿羅漢、辟支佛、一切聖人都住在空上面，所以這個「住」叫做「空住」，空住就是「聖住」，聖人都住在這裡，那麼這是「空住」。「無願住、無相住、滅盡定住」，這都是聖住，聖人的心都住在這裡。「如下聲聞地說。(陵本三十四卷二十五頁)。」

「心正安住彼聖住中」，這個修行人他的心安住在聖住裡邊，「是名為得觀察，能得聖住道理」，你能夠安住在聖住，所以就叫做「得」。怎麼樣才能得呢？你要「觀察，能得聖住道理」，你常能觀察「我不可得、我所不可得，一切法都是寂滅相」，你這麼思惟，你心就住在那個空、住在那個無相的境界、住在那個無願的境界裡面。這個地

方，心裡想什麼，心就住在什麼，就住在那裡。你心裡面想那一朵花，你心就住在花那裡；你心裡想那棵樹，心就住在樹那裡；你心裡面思惟欲，你心就住在欲那裡；你心裡面思惟空、無相、無願，思惟一切法寂滅相，你心就是住在那裡。心的煩惱就由你思惟什麼，你心就順著那個境界，引起你內心的清淨、引起內心的染汙。所以我們能夠如理作意，修學四念處，心就遠離一切煩惱，心就得清淨，心就能安住在空、無相、無願三昧，這是聖人的境界。所以若是修四念住，這是轉凡成聖之道。

各位法師出家不久，初出家。初出家，沒出家也可能學習佛法，出家以後也學習佛法，但是我看終究學習佛法時間短。時間短，我們心裡想：這是轉凡成聖之道！照理說聽見了這個話，心裡面應該震動一下才是對的。震動了一下：「啊！這是轉凡成聖之道！」譬如說是一般的在家人，在家人做生意，說是「這是發財之道！」心裡歡喜，我可以發財！像我們出家人，「啊！這個可以轉凡成聖！」他心裡歡喜；照理說是應該這樣。但是若是你不修四念處，我出家一百年了，也不修四念處，但是也常常也會聽聽佛法，那就是有一點麻木了！聽見「轉凡成聖之道」，心裡沒有什麼，還沒有什麼感覺，這不是吉祥的境界。

說是「轉凡成聖之道」，這個很難嗎？其實不難，就是心裡面和打妄想一樣，就是這樣思惟而已。當然問題就是先要好好學習，這個空、無相、無願三昧、四念處，這是聖道。「聖道」，這只是說它的作用能令你成為聖人，但是你要這樣做，你需要學習怎麼樣思惟空三昧、無相三昧、無願三昧。怎麼樣學習，經論上說得清楚，清清楚楚的，就是佛菩薩大慈悲，給你準備好好的。什麼叫不淨觀，也是準備得好好的；什麼叫做無我觀，也是準備好好的；什麼叫諸法實相觀，也是準備好好的，就是等著你去學習，你學習好了，你好好用功就行了。

當然這件事，若是我們只是讀這個《金剛經》，《金剛經》當然世親菩薩、無著菩薩、天台智者大師都有解釋，解釋得也是很好，但是我們不容易看得懂，不容易看。在《瑜伽師地論》裡邊解釋得詳細細的，很詳細的；它不是一定說得很高，它不是，它從你現在的分別心開始解釋，總是讓你容易明白。這樣說呢，學習轉凡成聖之道不是難事，不是很難的事。在《華嚴疏鈔》上，清涼國師，華嚴宗的祖師清涼國師也提到：我們學習佛法，有的時候會，這是世間法、這是出世間法，這是聲聞法、緣覺法、菩薩法、佛法，這是初地、二地、三地……乃至到佛的境界是最高了。我們若講佛法，一定講到佛的境界，講得很高很高，未必是符合佛意，你這樣講未必符合佛意。因為佛的大悲心，佛來到人世間教化眾生，都是凡夫，是為凡夫說法，不是為聖人說法。佛世界裡邊有阿羅漢、有辟支佛，都是法身菩薩，那是聖人，三乘聖人，佛為聖人說法，那又一樣。為我們凡夫說法，佛都是，不是高調，是低調，就按照你現在的程度就能夠領解，這樣說法。所以要符合佛的法印，但是又要契機，你說得太高了不契機。清涼國師說到這裡；佛法是有高深的事情，是的，但是在這個凡聖同居土應該契機還是很重要。現在我們讀了《瑜伽師地論》，我就有一點感覺：彌勒菩薩他常把握住這一點，總是不要說太高！讓你容易明白，是這樣意思。



我把這個唸完。能得「無相住、滅盡定住。如下聲聞地說。(陵本三十四卷二十五頁)心正安住彼聖住中，是名為得觀察，能得聖住道理」，你能得觀察，就能得聖住的道理，「建立無相。云何道理？謂由不思惟一切相故，及正思惟無相界故」，我那天也說過，這個無相住、無相三昧是怎麼個道理呢？「謂由不思惟一切相故」，不思惟這一切的有為一切法的相。「思惟無相」，思惟色不可得、受想行識不可得；眼不可得、耳鼻舌身意不可得；色不可得、聲香味觸法不可得；眼識不可得，耳識、鼻識乃至意識不可得，乃至阿耨多羅三藐三菩提也不可得，那就是「無相」。下邊有解釋。「能入無相心定」，你這麼思惟就能夠證入無相心定，就是心不與萬法為伴侶了，心裡面寂靜住。「如下無相三摩地中說。(陵本十二卷九頁)」，我們現在正是十一卷，就是下一卷。「觀察聖住得道理故，建立無相。」

### 觀察究竟正道理故，建立第六。

「觀察究竟正道理故」，就是每一個道理，你由開始觀察，觀察到「究竟正道理」的時候，就叫做「第六」，是這樣意思。

#### 《披尋記》三七七頁：

**觀察究竟正道理故者：修加行中，微細我慢與心俱行，能障現觀。證現觀時，彼慢斷滅，由此能趣究竟解脫，以不復能依諸妄見而有所作，及於自證而有疑惑故。由觀察此，建立第六順出離界。**

這樣意思。這個文解釋一下。「觀察究竟正道理故者：修加行中，微細我慢與心俱行」，我們在修行的時候，雖然是觀察諸法是無我、無我所，但是那微細的我慢心還在，和我們在修正觀的這種清淨心在一起活動。因為是第七識，是這樣意思，還有這我慢心。「能障現觀」，它能障礙你得到無我、無我所、畢竟空的無分別慧，它有這個障礙作用，能障礙。雖然是能障礙，但是我們不斷地努力，不斷地努力作如是觀的時候，這個觀就逐漸增長、逐漸增長；逐漸增長，增長又增長，就成功了。

「證現觀時，彼慢斷滅」，就是得初果的時候；當然是初果、二果、三果、四果都有這種意思，那個我慢就一分一分地就消滅了。得初果，初得無生法忍，這個分別我執也就是我慢，就消滅了；這俱生的我執、我慢還在。你繼續地要這樣修，繼續地修、繼續地修，到阿羅漢果的時候俱生我慢沒有了，就沒有了。在《大品般若經》、《大智度論》上解釋，到第七地，到七地的時候這位菩薩還是有慢；應該是到第八地完全清淨了，應該是這樣。

「證現觀時，彼慢斷滅，由此能趣究竟解脫」，因為你這個慢一消滅了，你就能究竟地得解脫，就是得無上菩提了。「以不復能依諸妄見而有所作」，這個時候他不會根據自己的妄見而去做什麼事情，錯誤的想法、不會有這種；他一定是用大悲心、與般若波羅蜜「而有所作」。「及於自證而有疑惑」，而這個時候「不依見」，沒有作用了，對於自證也不會有疑惑這件事；無我的，自證是無我的，一切法是畢竟空的。「由觀

察此，建立第六順出離界」，由於觀察我不可得、一切法自性不可得，那麼就建立了第六的順出離界，就是薩迦耶見滅了。那麼這是第六個出離界。

問：阿彌陀佛！師父，能不能請您老慈悲，再詳細解釋一下什麼叫無願住？是不是說讓心裡沒有願望、沒有求，以體證這個「無智亦無得」的境界？阿彌陀佛！

答：無願住，是這個聖人觀察三界裡邊的事情，欲界、色界、無色界，都是無常的、是無我的、都是苦，所以對於三界裡邊的事情不願、不希望，不希望再成就三界的這些果報了，因緣果報。無願就是不希望，不歡喜，也有這個意思，有個厭離的意思，所以叫無願。因為對於三界的這些有漏法無願，所以他對於無相、涅槃有願，希望能得涅槃，安住於諸法寂滅相，就是涅槃的境界了。而這個境界一定要觀一切法空、無我、無我所，然後才能安住在無相的境界，那無相就是涅槃了。我看這個文上的意思，這無相三昧還是有寬、有狹的意思。如果說是涅槃是無相，那應該是唯獨到最高的聖人才能入，才能契入；若是初果，還達不到那裡的，初果、二果、三果都達不到。

比如我們凡夫修聖道的時候，心裡面修無常，可能只是對欲界沒有願，對於色界怎麼樣？還不一定。但是在《成唯識論述記》，窺基大師說到一件事：說是我們人世間，人世間人的壽命短，學習佛法有種種的不方便。若是能夠修色界定，修色界定成功了，或者是初禪、二禪、三禪乃至到四禪，到四禪的時候，得到了第四禪的生命。那個生命是非常長，壽命特別長，還有延壽法，也就可以展轉地無量壽修學佛法、廣度眾生。這樣說呢，這裡面也有個願的意思，但是那個目的還是在修學佛法上面，那和這個無願三昧還不同，就不相同了。

這個方法，當然另外也有一些大德，想要做國王，我來生做國王弘揚佛法、度化眾生；也有的不一定做國王，就是隨因緣得到一個什麼身體，就是學習佛法、廣度眾生，有這樣的法師。但是若是同樣是大悲心的話，窺基大師這個法門還是可以參考，他這麼講還是可以參考的。當然這個方法，得到了色界定，可以得長壽，有長壽的生命學習佛法；當然也可以到彌勒菩薩那裡去學習佛法。你得到了色界定，生到色界天、到四禪，也可以來欲界來見彌勒菩薩學習佛法，也是可以。到阿彌陀佛國去，聽阿彌陀佛說法，聽觀世音菩薩說法也是可以，也是可以的。那個梵天王，無量無邊的世界都可以去，當然也可以到藥師佛土、阿閼佛土，這些都可以去。

這樣說，同阿彌陀佛國這個法門呢，也應該相似；求生阿彌陀佛國，到阿彌陀佛國去也是無量壽。也是無量壽，聽阿彌陀佛說法，聽觀世音菩薩說法，聽大勢至菩薩、清淨大海眾菩薩說法，學習佛法、得無生法忍；也可以到他方世界，阿彌陀佛國的人也到他方世界去親近諸佛、聽佛說法。從《阿彌陀經》裡也可以看出來，從大本的《無量壽經》看出來，十方世界的大菩薩也都到阿彌陀佛國去

聽阿彌陀佛說法。

所以這麼多的經統起來看就是，每一位佛世界的弟子，都是到他方世界去聽佛說法；也在本土聽佛說法，也到他方世界去聽佛說法。《妙法蓮華經》也有這個意思。這樣子，我看是好過用人間的身體，好過人間的身體；你第二生再來到人間受人間的生命，這個身體不太好。人間的身體，這個老病死很是個障礙。若是生到色界天去，也沒有老病，生到阿彌陀佛國也沒有老病，那麼十方世界無障礙地親近無量諸佛，聽佛說法，隨時也可以廣度眾生，這件事我看是殊勝，是很殊勝的。這樣說呢，無願三昧還是對的，不歡喜這個有漏的境界，到佛世界去非常殊勝。

問：師父，我還有一個問題。阿彌陀佛！這個空住和無相住這是通於三乘的，但是無願住是不是只是佛才能無願住？因為菩薩他還有這個大願要廣度眾生，回娑婆世界。還有這個願望再從佛學習無量無邊的智慧法門，這個願不能丟掉。

答：那個願不在內。他這個無願只是指這個有漏的，有漏的色受想行識、眼耳鼻舌身意，有漏的這一切世間，有漏的一切法。至於說是無漏的，和能弘揚佛法、廣度眾生，這是他所願望的，而不是無願。

問：阿彌陀佛！

問：師父剛才這樣講，到他方世界是能夠得長壽，然後再修行，那這是不是再談一談印順導師的人間佛教，他鼓勵我們在人世間，生生世世由人即成佛，這樣看法有不同的地方。

答：印順老法師大悲心特別強的關係，所以他願意這樣子。但是這個在經論上是通說，得無生法忍的菩薩不棄捨眾生，就是在眾生的世界不斷地這樣子弘揚佛法、廣度眾生的，這是經上都是這樣說；得無生法忍的菩薩是這樣的。得無生法忍的菩薩，當然在大悲心這一方面說，不棄捨一切眾生，不離開一切眾生，就在眾生世界，苦惱的眾生世界度化眾生。而這個情形應該包括我剛才說的這件事在內的，因為得無生法忍的菩薩，這件事不可思議，他得無生法忍了的時候，他有無漏的，這不思議的法性身，無漏的、不可思議的法性身，這個法性身也通於無漏的不可思議的化身。站在化身的立場就是，我就在這個世間，我不離開這個世間度化眾生的。可以這麼說。

但是在其他的經論上說菩薩有兩種：一種是智增上的菩薩，一種是悲增上的菩薩。智增上的菩薩，他是要到佛世界去了，到佛世界去親近十方無量諸佛，修學無量無邊的法門，然後廣度眾生的。得無生法忍以上的菩薩分這麼兩類：一個是智慧增上，智慧特別的殊勝的菩薩；一個是悲心特別強的菩薩，悲心特別強的菩薩他是在這苦惱的世界度化眾生的。但是智增上和悲增上只是有多少不同，智和悲不是那麼平衡的，有一點不同，但是也不能說悲增上的菩薩他不親近十方諸

佛的，他還會親近的。

這個悲增上的得無生法忍的菩薩，我們凡夫看見他就是這樣子，但是他本人，他行住坐臥都是禪，他在他禪裡面他已經到佛世界去了，你知道嗎？你不知道的。他一樣的，和智增上菩薩一樣在那裡聽佛說法，佛這一個法門說完了，他出定了，他出定還是在這個地方，這個是不可思議的事情。所以這個悲增上的菩薩，《大智度論》上也說出一句話來，眾生的世界當然相貌是很多，但是一個相貌就是愛，一個相貌就是恨，眾生世界就是這兩個字，恨和愛。你沒得無生法忍的時候，你能忍得住嗎？《大智度論》上龍樹菩薩就是這樣講。所以得無生法忍的菩薩他在這個世界弘揚佛法、度化眾生的一定是聖人，而不是凡夫。所以我們也可以說，印順老法師是無生法忍的菩薩，不是一般人，也可以這麼說，也可以這麼講的，也可以這樣講。

我們中國佛教，這漢文的佛教總是大家勸你到佛世界去、到彌勒菩薩那兒去，但是另外還有一些人哪兒也不願意去，願意在這裡。他並不是說有修行，他就是不願意，他不願意到佛世界去，就是願意在這裡。也有的眾生「唉呀！感覺到很苦，我也願意到佛世界去」，但是自己沒有把握；沒有把握能到佛世界，也沒有把握能到菩薩那兒去。這種眾生就是自卑感太強，也就是煩惱重、多諸業障，你讓他一心不亂地念佛也念不來，讓他修四念處也修不來；反正什麼法門都修不來，只可以散散亂亂地栽培善根可以，讓他修殊勝的法門修不來，那麼他沒有希望到佛世界去。「哦！這個菩薩他不肯到佛世界去，他能陪著我好啊！也有意思」，這就是這個悲心重的菩薩能安慰這一切的眾生：「不怕，我陪你，你好好努力！」也有這種好處。

當然是我說這話可能也有人不滿意，但是我的確是有這個想法，我感覺印順老法師他的《中觀論》，他的《中觀論》他寫的，他寫的一切法空的這種理論，很少人能趕上他。他把這個空說得的確是一點俗氣都沒有，「諸法空，無我、無我所」的這種理論說得……。《中觀論》，其他的經，像他《金剛經》的注解也是，很多的經論他的注解上，關於說到空的地方，我看很少人能趕上他。我就從這個地方我心裡想：他得無生法忍了，我有這個想法的。所以別的人怎麼說，每一個人有每一個人的看法，但是我有這個看法，是不可思議，的確不可思議。你就是學《大乘起信論》也好，你學《成唯識論》、《攝大乘論》也好，所有的經論，是凡是提到修行的時候，都還是說無所得，心裡面離一切戲論才能得無生法忍的，都是這樣子。但是這一部分，印順老法師特別地講得好，他講得好。所以我從這裡面感覺到，他可能得無生法忍了，我是這樣想。

問：師父，還有一個問題：空、無相、無願這三三昧的修行，是層次的問題，還是根性的問題？我說這三三昧的修法是不是應該有層次上，比方說應該先修，剛才講，你說無相是到最後……

答：無相三昧應該是，就是很長一大段，很長的時間。比如初果也可以修無相三昧，乃至到佛也是無相三昧，就是很長的，這裡面很寬的境界。

問：是不是像以前一定要先修空、無作……

答：像《瑜伽師地論》的解釋，先修空三昧。空三昧是觀無我、無我所的，然後還有色受想行識，還有一切因緣生法。修無相三昧呢，一切因緣生法都是寂滅相，就是涅槃的境界了，就是真如三昧了，那就叫做無相三昧。

問：是不能直接去修無相，一定要先修空？

答：它的次第就是先修空三昧，先觀我空；而無相三昧就是法空，先觀我空而後修法空，這樣意思。

問：可是也有一個說法是，可以先廣觀法空，再回來觀我空的。

答：你初開始學，也學我空、也學法空，佛說我空怎麼說的，佛說法空是怎麼說的，都可以普遍地學習。修行的時候它的次第，這三三昧的次第，先觀我空而後觀法空，這樣子。

子二、顯對治（分二科） 丑一、列釋行相（分六科） 寅一、慈  
**慈對治患，無損行轉故。**

「慈對治患，無損行轉故。悲對治害，為除他苦，勝樂行轉故。」第三科「六順出離界」，這一科裡面分四科，第一科「明建立」已經講完了。第二科是「顯對治」，就講這一科，就是用這六個法門來對治這六種煩惱，這樣意思。這六個法門，第一個就是「慈」。

學習「慈」的法門能「對治患」，能夠消除內心的瞋恨。這個瞋的煩惱實在是很厲害的；我們說貪心很大，其實瞋心也是很厲害的。「無損行轉故」，修這個「慈」的法門，就是使令自己的內心對一切人都是「無損行」，就是沒有損害心。這個「行」就是「心」，「無損行」就是沒有損害心；或者說這個損害心能發出來種種惡行，那麼講也可以。這個「轉」就是現起的意思，就是生起；原來沒有，現在有了，那麼叫做「轉」。就是沒有損害心的生起，沒有損害人的惡行生起，所以叫做「慈」。

通常在經論上說到慈悲喜捨，是在禪定裡邊，是在初禪、二禪、三禪、四禪，或者空無邊處定、識無邊處定、無所有處定，在這樣的禪定裡邊修這個慈，修這個慈悲喜捨的這種法門，不是散亂心，所以它有力量，它能夠對治。我們若是在散亂心裡面這樣修，也是有力量，但是力量當然是軟弱一點。「慈對治患，無損行轉故」。

《披尋記》三七八頁：

**慈對治患等者：此於無苦無樂有情欲與其樂，故名為慈。由此能對治患故，無損惱行轉。**

這個《披尋記》是說：「慈對治患等者：此於無苦無樂有情」，其實這個文在下邊，就是本論下文都有解釋。在眾生裡邊分三類：第一類就是也沒有痛苦、可也沒有安樂，這樣的人；這樣的人的希望就是有安樂，「我希望得到安樂」。而這位修這個法門的這個人，就是對這一類的有情「欲與其樂」，在禪定裡面思惟要布施給他種種的安樂，那麼就叫做「慈」。「安樂」一般地說，或者飲食、衣服，衣食住這一些安樂，或者是其他的種種的樂，名為慈。

「由此能對治患故，無損惱行轉」，這個「患」是對眾生不滿意、憤怒，現在在禪定裡邊把這個患把它消除了，然後能夠積極地利益眾生，所以叫做「慈」。可是這件事真是，本來有嚴重的貪瞋癡，當然是沒有禪定的人；已經有了禪定的人，他應該是沒有欲界的這一類的煩惱，是沒有的，沒有當然是沒有現行。可是也是很難說，有的時候雖然得了禪定，如果有不合適的因緣的觸怒，他也可能會現出煩惱；一現出煩惱，這禪定就破壞了，也有這種情形。所以要在禪定裡面修這個慈悲喜捨的法門，把這個欲煩惱，患、害這些各式各樣的煩惱，用這樣的法門把它消除了，他就堅定，內心的清淨就是特別的堅強，而不會被煩惱所破壞的。

寅二、悲

**悲對治害，為除他苦，勝樂行轉故。**

「悲對治害」，害尋伺，欲尋伺、悲尋伺、害尋伺，那麼悲心來對治這個「害」。「為除他苦」，「悲」這個法門是怎麼修行呢？就是為了消除他人的痛苦。「勝樂行轉故」，就是殊勝的安樂行現起；自己本身有勝樂行，觀想對方得到勝樂行，這麼樣修，也是一樣，也應該是在禪定裡。

《披尋記》三七八頁：

**悲對治害等者：此於有苦有情欲拔其苦，故名為悲。由此能對治害故，有勝樂行轉。**

寅三、喜

**喜治不樂，於他樂事隨喜行轉故。**

這是第三。「喜」就是歡喜心，來對「治」自己內心的「不樂」，不歡喜；不歡喜就是嫉妒心。「於他樂事隨喜行轉故」，對於別人有榮譽的事情，有快樂的事情，我內心裡面歡喜，我隨順歡喜行現起而不生嫉妒心。嫉妒心實在也是一個，也是不高興，也是憤怒，但是心情和憤怒有一點不同。

《披尋記》三七八頁：

**喜治不樂等者：此於有樂有情慶悅隨喜，故名為喜。由此對治不樂。不樂即憎嫉之異名。由有憎嫉，於他所得樂事不生隨喜行故。**

「喜治不樂等者：此於有樂有情慶悅隨喜」，這是第三種有情。第一種有情無苦無樂，第二種有情是有苦惱、沒有樂，第三種是有樂的有情。對於有快樂的有情，我們內心裡面能慶悅，慶幸喜悅，隨順而不嫉妒，「故名為喜。由此對治不樂。不樂即憎嫉之異名。由有憎嫉，於他所得樂事不生隨喜行故」，所以現在就是修這個「喜」，在禪定裡面修這個隨喜的法門。

一般的情形，我們也會發覺到，人有這樣的汙點：就是有嫉妒心，但是沒有方法對治。只有釋迦牟尼佛大慈大悲他開導一個方法，告訴我們這樣去修，就能把這個煩惱消除了，所以佛的智慧非常廣大。不是說只是：「你不要嫉妒！」這話沒有用，一定給他一個方法，給他方法他自己這樣做，慢慢這個問題才能解決。說是這個貪心很大、瞋心很大，也是一樣，一定要學習一個法門，不斷地學、不斷地修，慢慢才能改善自己，這是佛的大智慧的地方。

但是我有的時候，有一回在福嚴佛學院，聽一位老法師，從中國大陸來的老法師講開示。那老法師說話也很自在，說話很自在。說是：「你呀！你學了很多的佛法，你不修行沒有用！」哎呀！我說這老法師說得很好。當然這佛學院，佛學院的這些法師、居士都是天天在學的。他就是：「你要修行才可以！」這句話說得很對，但是他沒有說怎麼修行，這句話沒有說。當然也可以「你們天天學的就是修行的法門」，所以不需要再說也可以。所以世間上的事情，「世間」所謂不是佛法，在非佛法的範圍

內也會發現很多很多的問題，但是沒有方法對治，沒有這種事情。只是簡單的一點，或者用法律，國家有法律，你犯法了要治罰你，這是一種。但是佛，釋迦牟尼佛不是，佛是告訴你一個方法，你若不肯用，不肯用它來修行，那就是自己的過失了。「教不嚴，師之愆」，教是教了，你還是沒成功，那就是你自己的問題了。

我有一點感覺，是什麼呢？我們出家人，不要這麼說，就所有的佛教徒，我們學習佛法用功修行，當然所有的修行的法門都是好，沒有說不好的，沒有這件事。沒有說不好，都是好。但是我們在學習經論的時候發現一件事，發覺一件事。什麼事情呢？你有什麼煩惱，就用什麼法門來對治，經上是這樣的辦法，經上是這樣說的。我有嫉妒心的時候，佛說你用「喜」的法門來對治；有什麼煩惱，用什麼法門對治，經上是這樣意思。

但是我們現在流行的佛法，是怎麼樣說呢？不是，不是這樣。流行的佛法，說你念阿彌陀佛求生淨土，這個是對的，是非常好，但是不是個別對治。原來有的那些煩惱還在那裡，一樣一樣都還在那裡，沒有對治。當然我們若誠心地念阿彌陀佛，也多少的能受到影響，各式各樣的煩惱也受到影響，但是多數還是在那裡。遇見因緣的時候，那個煩惱就出來活動；遇見那個因緣的時候，這個煩惱就出來活動，也障礙自己的功德，也障礙別人的功德，事實上就是這樣子。

所以我們現在，我們通常說：正法住世的時代、像法住世的時代、末法住世的時代。我們也就是這麼一解釋：什麼叫正法、像法、末法，實在我們還是迷迷糊糊的。現在我們若問：什麼是末法時代？末法時代的佛法是什麼情形？就是這樣情形，不對治煩惱的！我們也學習佛法，但是不對治煩惱，是名末法時代。應該是這樣意思。

#### 寅四、捨

**捨治貪恚，俱捨行轉故。**

慈、悲、喜；現在說到這個「捨」。這個「捨」它有什麼作用呢？是對治「貪」和「恚」的煩惱。對治貪和恚這個煩惱，不是對治別人，是對治自己呀！我有貪心，我有恚，或者我有嫉妒心，那麼我應該修行什麼法門呢？我修行這個「捨」的法門，是這樣意思，對治。我要棄捨我這個貪心，棄捨這個恚，這個恚裡面也包括嫉妒，也包括這個，這樣意思。那若這樣講，就是把慈、悲、喜都包括在這裡頭了，那等於是重說了，那又是不同。但是這個事情也還不是重複；慈能對治恚，悲能對治害，喜能對治這個嫉妒，那是個別說的。現在這個捨是統一起來說，如果我又貪、又有恚，恚裡面包括前面那個悲所對治的，也包括那個嫉妒，我有這麼多的煩惱的時候，我要用「捨」；我要修不淨觀來對治貪，修慈悲觀來對治恚、害，也對治嫉妒。「俱捨行轉故」，就是所有的煩惱完全都棄捨了，要這樣子來修行，也可以這麼解釋。

另外一個解釋，就是不在自己這方面說，在菩薩那方面說。這發菩提心的菩薩也可能是聖人，他在教化眾生的時候，慈能與樂、悲能拔苦，這個喜對治嫉妒，這樣子。那麼有了快樂的眾生，他就會生貪心，菩薩就教導他不要生貪心，給他一個法門教他



不生貪心。那麼有苦惱的眾生他是憤怒，菩薩教導他不要憤怒，就是這樣子。那麼沒有貪、也沒有瞋的這個眾生，他是，這個時候是不貪不瞋的這個時候，他就是愚蠢、愚癡，這個愚癡，菩薩告訴他你要開智慧，這也包括在內，不只是貪恚，是這樣意思。「俱捨行轉故」，這樣子，佛菩薩這樣教導眾生。所以分兩個態度來解釋這一段文，「俱捨行轉故」。

### 《披尋記》三七八頁：

**捨治貪恚等者：處中而住，說名為捨。此於一切有情平等平等無有親怨，由是故能對治貪恚。無欣無感，名俱捨行。**

「捨治貪恚等者：處中而住」，這個貪是一邊，恚是一邊；一個愛，一個憎。恚是憎，貪就是愛，愛和憎是兩邊。現在也不愛也不憎，「處中」，所以這叫做捨，「說名為捨」。「此於一切有情平等平等無有親怨」，於我好的我也不愛，於我壞的我也不怨，「由是故能對治貪恚」。「無欣無感」，也沒有歡喜、也沒有憂愁，「名俱捨行」。

當然這是在自己這一方面，這個修行人自己這一方面應該有這樣的修行，使令自己這個心是保持平等位，平等的境界。

### 寅五、無相

**無相對治一切眾相，相相違故。**

「捨治貪恚，俱捨行轉故」，前邊是各式各樣，慈對治恚、悲對治害、喜治不樂、捨治貪恚，這樣子說；用慈、用悲、用喜、用捨。究竟怎麼樣才能對治？前面實在是，只是能對治現行的煩惱，煩惱的種子還是不能對治的。那麼一定要修這個「無相」法門，修這無相法門的時候，「對治一切眾相」。前面說貪也是相，瞋也是相，嫉妒也是相，各式各樣的煩惱都是相，用這無相法門對治一切眾相。「無相」為什麼能對治一切眾相呢？「相相違故」，那個「相」和「無相」是衝突的。修這無相法門的時候，這一切的「相」不能擾亂你，不能在你心裡面有擾亂的作用，不能的。這個「相」，當然就是三三昧裡面無相三昧。修這個無相三昧，這當然是純是無漏的境界，這是聖道。慈悲喜捨還是通於有漏、也通於無漏的；再這無相，這是純是無漏的境界，所以他能夠深入地觀諸法實相的時候，能滅除去內心裡邊一切煩惱的種子，這是聖道。這是無相法門。

### 寅六、離我慢

**若離我慢，於自解脫或所證中定無疑惑。故離我慢是彼對治。**

「若離我慢」，慈、悲、喜、捨是四個，加無相是五個，這底下是第六，是「離我慢」。

「若離我慢，於自解脫或所證中定無疑惑。故離我慢是彼對治。」這個「離我慢」，執著有我，若執著有我的時候他就會高舉，就感覺到自己很高、感覺到自己很大，就

看別人都是矮的、看別人都是小的，自然是有這種心情，所以叫做「慢」，叫做「我慢」。「若離我慢」，那就是要修無我觀，修無我觀的時候這個我慢就沒有了，修無我觀就是空三昧。

「於自解脫」，你若是修成功了的時候，常常地觀察這個色受想行識，這個生命體是剎那剎那生滅變化，剎那生、剎那滅、老病死。常常這樣觀，就會得到無我的智慧的時候，得到無我的智慧，就能見到無我的第一義諦的境界，就得解脫了，就是聖人了。「於自解脫」，對於自己長時期用功，所覺悟的這個解脫境界就沒有疑惑了。最初沒有修行的時候，佛這樣說，聽佛說這樣無我的法門，心裡面疑疑惑惑，疑惑，疑惑這件事，對於這個法門沒有什麼信心。當然疑信參半，也不是決定一點信心也沒有，總是有一點猶豫。這樣子，它就對他有障礙。現在由於信心增強了，常常這樣觀，常常這樣修無我觀，成功了，解脫了我見、我愛、我慢、我癡的煩惱了，這個時候就沒有疑惑了。對於佛，已經成功的聖人，他也沒有疑惑，就是生起尊敬心。原來說佛，我看這個三十二相，這還是看見；如果三十二相沒看見，說佛只是聽到個名字，說到有三十二相，我也沒看見過。對於佛有信心，究竟相信什麼？自己也不清楚。

有一年有一個居士說：「我信佛十幾年了，忽然間反省自己，我相信佛，究竟我相信什麼？我不知道！我不知道我相信什麼！」哎呀！這句話雖然是表示這個人很膚淺，但是說出這句話非常有意義，非常有意思。我們也可以想一想，我相信佛法，究竟相信什麼？我們都是門外漢，我們沒有得第一義諦，都是門外漢；這個心都在色聲香味觸法上活動，有風一來的時候心就動，就是這麼個境界。現在修無我觀成功的人、得解脫的人，不是這麼回事，不是！他與第一義諦相應了。這個時候，「我相信佛，相信什麼？」「如來者，諸法如義」，他明白這件事，啊！諸法如義是佛呀！明白這個境界了。這個時候這是聖人的境界，不是凡夫。說什麼是佛？什麼是法？什麼是僧？都是第一義諦的境界，是離一切分別相的。所以心裡面這時候，「啊！佛說的是對的！」這是聖人，這不是凡夫。這時候他對於佛法僧的信心完全不同了，和我們在凡夫的時候完全不一樣，完全不一樣了。「於自解脫，定無疑惑」，於自解脫，定無疑惑了。

所以這也看出來，沒得聖道的時候，信心，說有信心，我能夠把我已經可以得到的欲我都棄捨了，我來到佛法裡面修行，這可見這是，不是口頭上說信，他有了行動了。但是沒有入聖道的時候，心裡還是不行的，還是有起伏。若是入了聖道，最低限度是初果，才不退轉，這個信不退轉了，是不退轉的。所以「於自解脫，定無疑惑」。

「或所證中定無疑惑」，就是說他所證悟的這個第一義諦的境界，也是沒有疑惑了，這是完全不同了，沒有這個我的繫縛。我們凡夫的時候，一有了事情的時候，心裡面就觀察利害，這件事若這麼做對我有利，若那麼做對我有害；說是若這麼做對我有利的時候，對別人有害，就做，不要管！就會用這樣的站在我的立場去觀察這件事，然後採取行動，是這樣子。聖人沒有我的時候，不這樣想。聖人，得了初果聖人以後，他深入諸法實相的時候，這裡沒有我，也沒有你，沒有彼此對立的境界的，沒有這差別相。所以有事情的時候，他都是有慈悲心，初果聖人以上都是有慈悲心；當然和大

菩薩、佛的慈悲是不能比，所以聖人的偉大就在這裡。「定無疑惑」，沒有這些疑惑的問題了，也就是沒有這樣的過失了，也就是沒有罪過，不會有嚴重的罪過的。

「故離我慢是彼對治」，所以若是修無我觀，破除去我見、我慢、我癡、我愛，他就沒有疑惑了，就沒有疑惑的。就是最低限度得了初果，得了初果以後，對於佛、法、僧，對於戒，還有個戒，也是有信心的。「聖所愛戒」，聖人愛這個戒，我們凡夫愛著這五欲，聖人是愛這個戒的，就是清淨、遠離一切過失。信佛、信法、信僧而信戒，就是對治出去一切不信的垢，對治一切破戒的垢，所以叫做四證淨，也就是不可壞信，信達到證，達到不退轉的境界。所以「故離我慢是彼對治」，是彼疑惑的對治，能對治出去一切的疑惑。這個疑，就是他證悟了第一義諦的時候，他才知道什麼是佛，什麼是法，什麼是僧；這個僧就是學習佛法、學習聖道，證悟了第一義諦的這些修行人，他也有恭敬心。他就不會再疑惑了！我們凡夫沒得聖道的人，只是看個表面，當然人的智慧也有高低了，那個信心不是完全具足的。

這是「無相對治一切眾相，相相違故。若離我慢，於自解脫或所證中定無疑惑。故離我慢是彼對治。」

### 《披尋記》三七八頁：

若離我慢等者：謂如已證諦現觀者，畢竟永斷見道所斷一切煩惱，是名解脫。此解脫已，能自了知畢竟不墮惡趣，是名於自解脫定無疑惑。又復具足成就四種證淨，是名於自所證定無疑惑。如是疑惑，我慢俱轉，我慢若離，疑惑永斷，故離我慢是彼對治。

《披尋記》：「若離我慢等者：謂如已證諦現觀者」，就是初果聖人。「畢竟永斷見道所斷一切煩惱」，就是斷除我見、戒取和疑這三種煩惱，「是名解脫」。「此解脫已，能自了知畢竟不墮惡趣，是名於自解脫定無疑惑。又復具足成就四種證淨」，就是佛、法、僧、戒這四種證淨也成就了。這個「證」，就是他本身經過修行，證悟了苦集滅道的四諦，這個時候他能夠清淨，遠離了於佛、法、僧、戒的不信之垢，所以叫做「淨」，也沒有破戒的垢，所以叫做四種證淨。「是名於自所證定無疑惑。如是疑惑，我慢俱轉」，這個疑惑和我慢在一塊兒活動的，「我慢若離」開了，「疑惑永斷，故離我慢是彼對治」，是彼疑惑的對治。

### 丑二、結顯德失

**此諸出離，定能出離一切患等。不善修故，患等過失容可現行。**

「顯對治」第一科是「列釋行相」，解釋出來這六個法門對治煩惱的相貌。現在這底下「結顯德失」，顯示它的功德和過失。

「此諸出離」，前面這六種出離。「定能出離一切患等」，你能這樣修行，決定能夠出離患等，從那個憤怒裡面解脫出來，不再憤怒了；各式各樣的煩惱不能繫縛你，你從煩惱裡面解脫出來了，決定能夠這樣成功了。「不善修故，患等過失容可現行」，假設你沒能夠「善修」。這個「善」字作兩個解釋，就是「善」者「能」也。「不善修」，

你不能修這四個法門，不能修習，那當然是，煩惱還是會，「患等過失容可現行」，各式各樣的煩惱會出來活動。

若是你能圓滿地修行，你善巧地，你能善巧地修行，這個「善巧」怎麼講呢？你修行的時候，你能夠調，能調適你的身心，應該修止的時候修止，應該修觀的時候修觀，這就叫做「善」。修止的時候你修觀，修觀的時候修止，這不行。比如說昏沈的時候應該怎麼修，掉舉的時候應該怎麼修，你能善巧地調，調和。就像那個將軍、總司令調動軍隊作戰的時候，他知道怎麼調動軍隊，在什麼地方用的軍隊要用得多、是用得少，哪個地方要有個軍隊，哪個地方不需要，他總是會調動。這個心，你用功修行的時候，什麼時候用止，什麼時候用觀，你也要調，那叫做「善」，那叫做「善巧」。但是你不善巧修，修得沒成功，「患等過失容可現行」；若是你修得很圓滿，一定是成功了，「定能出離一切患等」。這是「德失」。

子三、明所攝（分二科）丑一、舉前五種

**又前五種順出離界，初之四種天住所攝，第五一種聖住所攝。**

這是第三科「明所攝」。前面是第二科「顯對治」，這底下是「明所攝」。「對治」這句話就是修行的意思；你能這樣用功修行，就能夠消滅出去各式各樣的煩惱，所以叫做「對治」。這底下「明所攝」，彼此間的關係。

「又前五種順出離界」，有五種、有六種。前面那五種順出離界，「初之四種」是「天住所攝」，「初之四種」就是破除去欲尋伺、患尋伺、害尋伺這三種尋伺，那個第四種就說到無相三昧。就是無相三昧分兩種，一種加在欲尋伺、患尋伺、害尋伺裡邊，那麼就是四種。「天住所攝」，「天住」就是四禪，也包括無色界的四空定，都算是「天住」。「第五一種聖住所攝」，「第五一種」就是無相三昧，那是屬於聖住所攝。

《披尋記》三七九頁：

**初之四種天住所攝等者：謂諸靜慮、諸無色住，是名天住。欲、患、害出離，靜慮天住所攝；及色出離，無色天住所攝。薩迦耶滅，聖住所攝，謂修空、無願、無相為加行故。**

看這個文：「初之四種天住所攝等者：謂諸靜慮、諸無色住」，色界的四靜慮和無色界的四空定，「是名天住」，是天人所住的地方，都在禪定裡邊。「欲、患、害出離，靜慮天住所攝」，能夠修這個不淨觀、修這個慈悲觀，破除去欲、患、害，那就得初禪了；初禪，再修二禪，就從初禪裡面解脫出來，三禪、四禪乃至四空定，這是「天住所攝」。「及色出離」，出離了色就是四空定，「無色天住所攝」。「薩迦耶滅，聖住所攝」，那麼就是修無相三昧就包括了滅除去薩迦耶見、滅除我見，那是聖住，而不是凡夫了；前面這個天住還是屬於凡夫的。「謂修空、無願、無相為加行故」，就是努力修這三三昧，破除去我、我所見，就得聖道了，就滅除薩迦耶見了。前面這是「舉前五種」。

## 丑二、顯此六種

今此六種順出離界，前之四種梵住所攝，第五、第六聖住所攝。

「今此六種順出離界，前之四種梵住所攝」，這第二科。第二科，這六種順出離界裡邊，前面的四種，就是慈悲喜捨，慈悲喜捨是「梵住」。這個「梵住」，「梵」也是清淨的意思，這個清淨的人的境界。清淨的境界，我前面，我們剛才也說過，他是在禪定裡面修慈悲喜捨的，那麼他就是又進一步增長了他的功德。所以這個四梵住如果修成功了，那麼就是得到中間禪，那就是可以在初禪天做梵天王了。但是事實上初禪、二禪、三禪、四禪乃至四空定，都可以修這種四無量心，那麼他就是「梵住所攝」。「第五、第六聖住所攝」，這裡面說那個第五是無相，第六是滅除去薩迦耶、離我慢，那麼就是聖住，而不是凡夫了。但是這裡若分開來說，無相三昧是一種，三三昧之一，破這薩迦耶見是空三昧，再加上無願，那麼就是三三昧，三三昧是「聖住所攝」。

子四、明所依（分三科） 丑一、略釋名（分二科） 寅一、出離  
復次，能超患等諸過失故，名為出離。

這底下第四科「明所依」，就是這個「六順出離界」分四科，現在是最後一科「明所依」。就是修行，你修行這樣的法門的時候，修這個聖住，或者修這個梵住；你這樣修行的時候，你心裡面要有一個「依」，要有一個依據，要有一個法門的。這一段文也很重要。分三科，第一科是「略釋名」。分兩科，第一科「出離」。

「復次，能超患等諸過失故」，我們若是能夠修學這六種法門，就能夠超越患、害等種種過失，所以「名」之為「出離」，能從煩惱裡邊解脫出來。

這是第一科，第二名「依」。

## 寅二、依

於出離時正可憑仗，故名為依。

就是我們這樣修行的時候，修學這個法門，從煩惱裡面解脫出來的時候，「正可憑仗」，這個法門是你所依賴的；你依賴它才能從煩惱裡面出來，所以它也可以「名」之「為依」。又名為「出離」，又名為「依」，這樣意思。

## 丑二、標列種

世尊說依略有四種。一、法是依，非數取趣；二、義是依，非文；三、了義經是依，非不了義經；四、智是依，非識。

「世尊說依略有四種」，前面是「略釋名」，「明所依」是解釋所依的名。現在這底下「標列種」，就是標列出來四種所依，哪四種呢？

「一、法是依，非數取趣」，就是佛說的這一切的十二分教，這是我們一切眾生的依止處。「非數取趣」，不是講法的那個人；就是依法不依人的意思，不是人，「數

取趣」就指人說。

「二、義是依，非文」，這個法裡邊又分兩種：一個是「義」，一個是「文」；就是能詮顯的是文，所詮顯的是義。這個能、所兩種，我們要依靠哪一個呢？就是義，文所詮的義是我們所依賴的，要依賴這個義才能得解脫的；不是那個文字，文字也是很重要，但是不是文，而是義。在下文還有解釋，就說到這裡。

「三、了義經是依，非不了義經」，這個義裡邊又有分別，有的是「了義」，有的是「不了義」。什麼叫做「了義」呢？就是可以有兩個解釋：一個是，這個法門是講了還是不明了，還沒有完全說明白，叫不了義，這是一個解釋。完全說明白了，我們看明白了，那就叫做了義，這是一個解釋。第二個解釋是「究竟」的意思，「不了義」就是這個法門不究竟，叫「不了義」；「了義」是究竟的，這個法門是究竟的，是這樣意思。一個是究竟，一個是不究竟。「了義經」是究竟的，能滿足我們得無上菩提、得大涅槃的，那麼這就是究竟。不了義的，不能得涅槃的，不能出離世間得解脫的，那就是不了義。那麼這樣說，「了義經」是我們所憑仗的，「非不了義經」。

「四、智是依，非識」，「智」是什麼呢？就是無漏的無分別智慧，就是能見第一義諦，無分別的那個智慧；這個智慧是靠得住的，是靠得住，你成就了這個智慧，就是能了脫生死了。「非識」，不是這個識，有分別的識；這個有分別識，這個有漏的識靠不住，那還是不行。

這個地方還有一個問題，我姑妄言之。這個「智」、智慧，你成就了這個智慧，你就得聖道了，你就成功了；你沒有成就這個智慧，你原來的分別心靠不住的。依智不依識，「智是依，非識」，這個話有個什麼意思呢？比如說是你修行，「把你的本性顯出來」，而不說讓你成就智慧，這個地方是有問題。「把本性顯出來」，重視這一點，而不說成就智慧，這是有問題，是一個問題。從什麼地方會有過失呢？當然這也就是學習經論的時候，學習得有點問題。

比如說我們靜坐，今天靜坐，明天也靜坐，感覺這妄想很多。妄想，就是不是貪就是瞋，就是欲尋思、恚尋思、害尋思、國土的尋思、親里的尋思、不死的尋思，就是這麼多的妄想。但是不斷地努力的時候，漸漸地這個尋思少了，漸漸沒有了。我可以維持一個鐘頭一念不生，我若是坐兩個鐘頭的時候心裡有點妄想，但我繼續努力，一天可以坐八個鐘頭，只有一點妄想，只有一個妄想。我繼續努力，我一坐七天一念不生，這一念靈明的心寂而常照、照而常寂，會有這種境界。會有這種境界的時候，假設你聽的法門，你學習的佛法，就是「把這個本性顯出來就是佛」，你這時候你會怎麼想？「喔！我現在這靈明的心，離一切妄想，心就是佛，我就是佛！」自然地會這麼想。「靈光獨耀，迥脫根塵」，自然是這樣子嘛，你就會容易這樣想。

但是現在說「智是依，非識」，要有智慧。什麼是智慧呢？觀一切法是無常的、是無我的，見一切法寂滅相的，那個無分別清淨的智慧，那是聖境，是聖；你沒有成就這個智慧的時候不行。那麼這個時候只是修定，把這一念清淨心現出來，「啊！心就是佛！」經上也有這一句話：「心就是佛」，「即心是佛」。這個時候就和這個地方有

點問題。所以我們學習經論，尤其是學這《瑜伽師地論》，學這個《大智度論》、《般若經》這些經論的時候，要我空、法空，觀一切法無自性、畢竟空，這樣修。但是我們沒有修「觀一切法空」，我沒有這麼修；我就是寂靜住，寂靜住，果然是靈明的心現出來了，沒有妄想了，說這就是佛，那麼這個地方有什麼問題沒有？你想一想。

經上說，你要修我空、要修法空；我沒有修我空、也沒有修法空，我只是寂靜住，我就得到清淨心了，這個本性就現出來了，那麼這個地方對不對呢？你成就我空的智慧沒有？你觀一切法空的智慧成就沒有？我們這《瑜伽師地論》前面已經說過了，要得法住智，然後得涅槃智，那時候你才能夠成功了。什麼叫法住智也不懂，涅槃智也不懂，我就這麼寂靜住，我的靈明心現出來就是佛？要想一想，是佛嗎？你是佛嗎？要想一想，要想一想這個問題。

所以若是有的人說：「我開悟了！」你也不知道，他說他開悟，你知道他究竟開悟沒開悟？你也不知道。怎麼樣才能知道呢？你一定要學習經論，廣學經論。按今天的佛教來說，你學得少還是不行的，要廣學經論，這時候你才能知道。雖然你還沒得無生法忍，但是誰說「開悟了」，你心裡面有一個鏡子，有一個圓的鏡子，照一照就知道。照一照就知道，就是用經論這個鏡子一照，就知道你開悟沒開悟。不然，你若不學習經論，你不知道，你不知道他開悟沒開悟，你不知道的。

學習了經論就是，「要怎麼樣修行，達到什麼境界」，它裡面說得清清楚楚的。有人問：「開悟的人是怎麼樣呢？」你讀《金剛經》就知道，《金剛經》那就是開悟的境界。現在說《瑜伽師地論》也是，《大智度論》、《大般若經》這些經論，這就是開悟的境界，你沒有仔細地、深入地學習，你不知道。

我們學習《金剛經》，但是《金剛經》注解很多很多，也不知道誰說的對。但是你若去讀《大智度論》，那就不同。《金剛經》因為文不多，只要有點學問的人就可以作一部注解，或參考參考就可以寫出來，沒什麼難。但是你若是去學《大品般若經》，作一部注解我看看，那就不容易；因為它裡面事情複雜、多，你要能自圓其說，不要自己撞頭，那就是你要深入佛法才可以。所以你若讀《大品般若經》的時候，那就完全不一樣；其實和《金剛經》道理是一樣，一樣中還有個不一樣，還有個不一樣的。

所以這地方佛是很明白地看見了，末法時代，像法時代就已經開始，到末法時代各式各樣的情形。而我們沒有學習佛法的人，也不知道是怎麼回事，不知東西南北啊！那麼現在佛告訴我們「依法，不依人；依義，不依語；依了義經，不依不了義；依智，不依識」，都告訴了。但是你若不仔細去思惟這個道理，你還是不容易懂，還是不容易明白的。

### 丑三、明建立（分二科） 寅一、約四補特伽羅辨（分三科） 卯一、徵此四種依，因何建立？

這是第三科「明建立」。第一科是「略釋名」，第二科「標列種」，標列出來四種。這底下「明建立」，明這四種，什麼理由建立這四種依呢？分兩科，第一科「約四補

特伽羅辨」，就是約這四種人來說明。分三科，第一科是「徵」。

就是「此四種依，因何建立」，什麼理由建立這四種依呢？這是問，第二科是「標」。

## 卯二、標

**補特伽羅四種別故。**

因為人有四種差別，所以建立這四種依。

這是「標」，底下第三科是解「釋」。解釋分兩科，第一科是「別辨相」，就是一條一條地辨別它的相貌。

## 卯三、釋（分二科）辰一、別辨相

**謂因諂詐補特伽羅差別故，建立初依；因順世間補特伽羅差別故，建立第二；因住自見取補特伽羅差別故，建立第三；因聞為極補特伽羅差別故，建立第四。**

「謂因諂詐補特伽羅差別故，建立初依」，這句話說得非常的坦白、非常的直、非常真實。「謂因」，因為有這個諂、有這個詐的這種人他來擾亂佛法，冒充善知識，這樣子的補特伽羅，所以使令眾生誤入歧途還不知道。「建立初依」，所以佛安立第一個「依法，不依人」，你不要依靠那個人，要依法；但這個道理下面才說出來。

「因順世間補特伽羅差別故，建立第二」，因為隨順，因為順世間補特伽羅的差別，所以建立第二個依，這裡面還是有個理由的。世間上的「補特伽羅」，世間上的人有一種習慣，有一種偏愛，就是我們出家人，就連我妙境也有一點，也有一點這個毛病。什麼呢？你寫一篇文章我看一看，你這個文句不好，心裡就不歡喜。裡面說的道理說得很圓滿，但是文句不好，文句不好，心裡就不是那麼重視這件事。所以佛說：「依義，不依文」，文字不好不要緊，裡邊的這個義說得圓滿就是值得尊重，是這樣的意思。「因順世間補特伽羅差別故」，世間上的補特伽羅有這樣差別，這是一個意思。「建立第二」。

「因住自見取補特伽羅差別故」，「自見取補特伽羅」什麼意思呢？就是我所歡喜的，我的見解，我依憑、依據我自己的心情，我歡喜哪個好，我就根據哪一個去修行，根據哪一個法門去修行，叫「自見取」，這個意思。現在說你不可以這樣子，你的見解可信嗎？佛說：「依了義經，不依不了義經」，你不要執著是這個好、這個不好，你的分別心不夠，你的智慧不夠，佛說「這是了義經」這才是可以，不了義經還是不可以的！是這麼意思。這是建立第三的原因。

「因聞為極補特伽羅差別故，建立第四」，就是那第四個「依智，不依識」。「因聞為極」，就是我們，這是末法時代普遍的是這樣子，就是對於法，對於佛法我聽一聽別人的講解，我自己看一看就好了，不必再有其他的事情，也不需要修行，不用！這樣的關係，「建立第四」，就是要「依智，不依識」。你現在聽聞佛法，你的識還是貪瞋癡虛妄分別，一點兒也沒有改變，那怎麼靠得住呢？一定要用功修行，從聞思修



得無生法忍，成就了無分別智，這個時候才是靠得住了，才是可以依據的，是這樣的意思。我們把底下這文也唸一唸。

### 《披尋記》三七九頁：

謂因諂詐補特伽羅差別等者：謂彼諂詐補特伽羅，未能證得沙門果法，因此失故，建立唯法是依，非數取趣。又順世間補特伽羅，樂著言論，未能知義，因此失故，建立唯義是依，非文。又住自見取補特伽羅，執義非義，非義為義，因此失故，建立了義經是依，非不了義經。又聞為極補特伽羅，彼以聽聞為其究竟，不求證得，因此失故，建立唯智是依，非識。

「謂因諂詐補特伽羅差別等者：謂彼諂詐補特伽羅，未能證得沙門果法」，這個解釋得很究竟。說這個眾生他沒有證得沙門果，就是沒得初果、二果、三果、四果，沒得無生法忍；沒得無生法忍，那麼就是這個人的貪瞋癡還在活動，「因此失故，建立唯法是依，非數取趣」。「又順世間補特伽羅，樂著言論」，世間補特伽羅就是歡喜文辭非常的美妙，「樂著言論，未能知義」，他不能知道那個「義」是最重要的，他不能知道，「因此失故，建立唯義是依，非文」。「又住自見取補特伽羅，執義非義」，自見取的補特伽羅，我歡喜這個好就是好嘛！我管他有沒有道德，我不管！「執義」，執著那個義是「非義」，就是好的認為是壞的；「非義為義」，壞的認為是好的，「因此失故，建立了義經是依，非不了義經」。「又聞為極補特伽羅，彼以聽聞為其究竟，不求證得，因此失故，建立唯智是依，非識」。

這是「別辨相」，這底下還有解釋，「隨難釋」，哪一個「難」就解釋解釋。

### 辰二、隨難釋

因其諂詐，說法是依，非數取趣。要與彼論分別決擇，方證正智；非唯由彼現威儀故。

「因其諂詐，說法是依」，佛因為眾生裡面有諂詐的人，所以告訴我們「法」才是可依賴的。「非數取趣」，不是那個諂詐的補特伽羅是可靠的。「要與彼論分別決擇，方證正智」，說是若是這樣的話，我們怎麼能知道這個人是可靠的呢？「要與彼論」，你要和他談談話，去分別道理，決擇第一義諦，這個時候你才能知道「喔！這個人是有正知正見的」，這個時候就可以依。「非唯由彼現威儀故」，不是說那個人看上去道貌岸然，有大威德、名稱普聞，很多人歸依、禮拜、讚歎，不是這樣子。就是「非唯由彼現威儀故」，是這樣意思。

### 寅二、約四時辨（分三科）卯一、標差別

即於此中復有差別。

前邊這是「隨難釋」，這底下第二是「約四時辨」。前面「約四補特伽羅辨」，這底下「約四時辨」，四個時間辨。分三科，第一科是「標差別」，「即於此中復有」不

同的情況。

卯二、別辨相（分四科）辰一、初依（分二科）巳一、標簡  
謂佛宣說補特伽羅及與諸法，唯法是依，非數取趣。

「謂佛宣說補特伽羅及與諸法，唯法是依」，佛也是說了，佛也是勸導學習佛法的人要去弘揚佛法，佛也說這個話了。但是「唯法是依，非數取趣」，不是人。

這是第一個「標差別」。「別辨相」，辰一是「初依」。「初依」分兩科，第一科是「標簡」，就是剛才這個唸的是「標簡」。「唯法是依，非數取趣」，這是「簡」，就是不合適的挑出去，不要。

巳二、隨釋  
世俗言辭不應執故。

第二科「隨釋」。為什麼理由呢？「世俗言辭不應執故」。

《披尋記》三八〇頁：

世俗言辭不應執者：補特伽羅唯是假立，都非實有，依此說彼世俗言辭不應依執。

看這個《披尋記》解釋：「世俗言辭不應執者：補特伽羅唯是假立」，就是色受想行識合起來叫做「補特伽羅」，不是有實體的。「都非實有，依此說彼世俗言辭不應依執」，就是這樣意思。

這是法，要依法，不要依人，這是第一依。

辰二、第二依（分二科）巳一、標簡  
法又二種，謂文及義。唯義是依，非文。

現在「第二依」，分兩科，還是「標簡」。

「法又二種，謂文及義。唯義」才是可依靠的，不是文。

這是「標簡」，第二科「徵釋」。

巳二、徵釋  
何以故？不應但聞即為究竟。要須於義思惟、籌量、審觀察故。

「何以故？不應但聞即為究竟」，「但聞即為究竟」，那就只在文字上的事情。「要須於義思惟、籌量」，我們佛教徒學習佛法，一定要在文字所詮的義，在那個義上面去思惟、去籌量、去觀察，這樣子叫做「審觀察故」。就是深入地、認真地去觀察，我們才能解決問題。不是文字很好，不行，文字好沒有用。文字的作用只是能表示義，表示義，而我們在義上去思惟觀察，才能夠解決這生死大事。光是文字好沒有用，不行，對於生死大事不能發生作用。但是文字好，令人生歡喜心，那也有點好處；生了歡喜心，然後學習文裡面的義，還是「依義得解脫」，還不是依文。就是有所偏重，

你若執著文而忽略了義，那還是不能解決問題的。

辰三、第三依（分二科） 已一、標說

**佛所說經，或有了義，或不了義。**

這是「第三依」，先「標說」，以後已二是「簡依」。

已二、簡依

**觀察義時，了義是依，非不了義。**

我們觀察依佛所說的義，內心裡面觀察的時候要依究竟的義才是依，「非不了義」。

辰四、第四依（分二科） 已一、標說

**世尊或時宣說依趣福、不動識，為往善趣故；或時宣說四聖諦智，為向涅槃故。**

「世尊或時宣說依趣福、不動識」，這是第四科，第四科「第四依」，第一科是「標說」。「世尊」，佛大慈大悲，或者有的時候為我們說法的時候，「依趣福、不動識，為往善趣故」，為我們說這個「福」、說這個「不動」。「福」就是五戒十善，我們受持五戒、十善，修學十善法，我們可以在人天裡面享福，得到一些可愛的果報，不像三惡道那麼苦啊！那麼這叫做「福」，這叫做「福識」。「不動識」，有的人感覺到人天這個欲的境界也是苦惱，還是修禪定到色界天、無色界天比較安樂，那麼他修成功了叫做「不動」，有定力就是「不動」。

這個「趣」，「趣」者往也，你修這個法門就到可愛的果報裡邊去，你修這個法門就到色界天、無色界天這個不動的定，到那個世界去。這個「識」就是我們的分別心，佛說這個法門熏習在我們的心裡面了，福這個法門熏習在心裡面，不動的法門熏習在心裡面，你這樣修行還是熏習你的心。最後，「為往善趣故」，佛的目的說這個法門，就是為了你將來不要到三惡道去，到人天的善趣，或者到色界天、無色界天去，「往善趣故」。這樣子，你應該這樣修行，這是佛有時候這樣說法。

「或時宣說四聖諦智，為向涅槃故」，前面這個「趣福、不動識」，「依智不依識」，這個「識」就指人天的法門說的。「或時宣說四聖諦智」，佛有時候不說人天法門，說這個四聖諦：苦、集、滅、道，你通達這四種諦，你就是得到智慧了。這個智慧有什麼作用呢？「為向涅槃故」，為了你可以到不生不滅這個第一義諦、大安樂處去的關係，可以到那兒去。

那麼什麼叫做「智」？什麼叫做「識」？現在這裡說得很清楚，這個「識」是「趣福、不動識」，「智」是「四聖諦智」，「依智，不依識」，是這樣意思。

《披尋記》三八〇頁：

世尊或時宣說依趣福不動識者：感人天業，是名為福；定地諸業，是名不動。此於現在已得生滅異熟識中，安置彼種，令趣當生，由是名趣福、不動識。

「世尊或時宣說依趣福不動識者：感人天業，是名為福；定地諸業，是名不動。此於現在已得生滅異熟識中，安置彼種」，我們現在成就的這個異熟識，在這裡邊，我們聽佛說法的時候，就把那個福和不動安置在這異熟識裡邊，那個種子安在這裡邊，「令趣當生，由是名趣福、不動識」，這樣講。

## 已二、簡依

於修法隨法行時，唯智是依，非識。

前面是「標說」，這底下「簡依」。

「於修法隨法行」，這個「法」、「隨法」，第一個「法」是指涅槃說的，第一個法是指涅槃，涅槃是法，佛法僧三寶，那個「法」就指涅槃。這個「隨法」是什麼呢？是八正道，就是三十七道品，或者四念處；它不是涅槃，但是它能隨順到涅槃那裡去，所以它叫做「隨法」。「修法隨法行」，就是修四念處，就是修三十七道品、修八正道。

你在修行的時候，「唯智是依，非識」，唯獨是到四聖諦的智慧，你得到了聖人的無漏的智慧了，通達四聖諦是聖人才成就這個智慧的，凡夫不知道！「苦集滅道」，我們從書本上、文字上：喔！這是苦諦、集諦、滅諦、道諦；但是我們沒有成就通達苦諦的智慧，沒有。我們真是感覺苦嗎？沒有！煩惱是招感苦的，我們知道，真實認識到這個程度了嗎？通達什麼是滅諦、什麼是道諦，我們真實明白了嗎？都沒有啊！所以我們沒有成就這個智慧。「唯智是依，非識」，聖人的通達苦集滅道四諦的智慧，這個智慧是靠得住的。「非識」，不是那個「趣福、不動識」，那個「識」靠不住的！那個「福」字，將來還可能是個大患！你福德大了，你做國王了的時候，你會開槍的呀！若開槍，不是又是造業了啊！

但是按佛教在世間流行的情況說，做一點福業，也應該做多少。在這個正法住世的時代，很多的聖人，很多的阿羅漢，得無生法忍的這些聖人，那麼一般的沒有智慧的生死凡夫一看見聖人了，他恭敬，恭敬、尊重、讚歎。這個時候的佛法就是宣揚四聖諦就可以，也宣揚五戒十善，這樣一般社會大眾他不敢說這些修行人是寄生蟲，不敢說這句話！只有什麼時候呢？只有末法時代，末法時代的出家人沒有聖德了，看見你和我們一樣，這個時候，「喔！你是寄生蟲！」這是個問題。那麼我們就得要做一點慈善事業，辦個醫院、辦個學校，做些救濟事業；喔！佛教還對社會上有點利益，不是寄生蟲！那麼就不會，對於毀謗佛教的事情會減少，佛教有可能還繼續地流行在世間，繼續能住持，就會有這種事情。這樣子呢，去修一些慈善事業是怎麼回事呢？是一個護持佛法的行動。按今天的佛教來說，是護持佛法的行動，修一些慈善事業；而不是佛教的中心思想所在，不是。中心的佛法，重要的佛法還是四聖諦，還是般若波羅蜜、禪波羅蜜，還在這裡。我們佛教徒做了一些慈善事業，也應該讚歎，我們應該隨喜，但是希望做這種事業的人要明白，這是護持佛法的行動，要明白這件事，你

要明白這件事。所以從這句話看出來，「唯智是依，非識」，你要知道這件事。

我們常常地學習佛法會知道一件事，實際上要解決生死大苦，這件事做成功了才是成功，而不是只是修五戒十善能行的。你只是學了五戒十善，不行的，還是危險的，還是危險的事情。我們一般人福德不是很大，我們可能作惡就是小小的，比較起來還是小小的惡；若是你的福德大了，作惡不得了！流血千里，可以，可以流血千里！現在來說，不只千里。所以佛菩薩，修學佛法，弘揚佛法，還是以出世間的聖道為主；就是有的時候勸人為善，那個目的是為聖道作基礎的意思。因為你有五戒十善的基礎，你才可以修學出世間的聖道的；你連五戒十善都沒有，這聖道是不能修的。佛法是這樣的意思的。

卯三、結略義（分三科）辰一、標

**略於四時失不失故，建立四種補特伽羅。**

這是第三科「結略義」。就是這個「明建立」，第二科「約四時辨」，卯一「標差別」，卯二「別辨相」，現在第三科「結略義」，把這一段文的要義再把它顯示一下。

「略於四時失不失故」，這一段文的要義，這個「略」有個「要」、有個「精要之義」的意思。就是我們學習佛法的人有四個時間，這四個時間都有失、有不失的不同。哪四個時呢？「建立四種補特伽羅」，四個時間建立補特伽羅，有失、有不失。

辰二、列

**謂得法時、任持時、觀察義時、修法隨法行時。**

這是「列」，列出來。底下「結」。

辰三、結

**依四時故，建立四依。**

《披尋記》三八〇頁：

略於四時失不失故等者：隨獲一種沙門果時，名得法時。多聞聞持，名任持時。觀察法句所詮表義，名觀察義時。修無倒業及正思修，名修法隨法行時。於此四時，彼四補特伽羅顛倒所依，是名為失。於佛建立無倒依止，是名不失。

「略於四時失不失故等者：隨獲一種沙門果時，名得法時」，若是我們得了初果、得二果、得三果、四果，叫「得法時」。「多聞聞持，名任持時」，就是我們跟一個補特伽羅學習佛法了，學習的佛法你要能任持，不能說闔上書本，學的什麼都不知道了，那不行。「任持」的時候，那麼就是要依義不依文。第一個是依法不依人，第二個是依義不依語，或者是依義不依文。「任持時」，你要記住這個義，佛法這個義你要記得住，這個意思。「多聞聞持，名任持時」。

「觀察法句所詮表義，名觀察義時」，那這是第三個依，「依了義，不依不了義」

這個。觀察法句所詮表的道理，這個時候叫做「觀察義時」。「修無倒業及正思修，名修法隨法行時」，「修無倒業」就是你修四念處沒有顛倒，修八正道，這個時候你心裡面正思修，「名修法隨法行時」。「於此四時，彼四補特伽羅顛倒所依，是名為失。於佛建立無倒依止，是名不失」，就沒有過失。

問：師父，我請教一個問題，剛剛講到這個智，四依裡面「依智，不依識」。這個問題就是說，剛剛您說通達四聖諦才算是智慧，對不對？

答：是。

問：這個智慧呢，我現在是請教一下，我們講說一般人修到什麼樣的果位，才有可能達到這種通達四聖諦，是初果呢？

答：要到初果。

問：要初果以上，但是我們一般凡夫的話，都是依識對不對？

答：我們凡夫還不知道，四聖諦智還沒成就。

問：只是文字上的知道。

答：只是文字上，小小有一點分別吧！這四種智慧還沒成就。這個滅，通達滅，第一義諦我們也不知道，我們又沒有修八正道，對於苦也不是那麼認識清楚，對於這個煩惱也更是不清楚，所以沒有成就四聖諦智。

問：OK，好。那我這問題是跟有一個相關，就是說在《八識規矩頌》裡面講到「不動地前纔捨藏，金剛道後異熟空」，那「不動地前纔捨藏」，這個藏識就是講到識的東西，這樣子看起來的話，這個是有沒有關連？如果這樣的話，變成說不動地的話，要修到，在大乘的果位上，「不動地前纔捨藏」，那成就如實智是要相當的果位，等於是到不動地的時候，就七地到八地中間這個時候才可能捨掉這個藏識。

答：「不動地前纔捨藏，金剛道後異熟空」，不動地是第八地，「不動地前纔捨藏」，這個不動地，到第八地，從《華嚴經》上看，就是棄捨了有漏的色身，得到無漏的法身了。得到無漏的法身，就能夠像〈普門品〉說那個「應以何身得度者，即現何身而為說法」，在十方世界能夠隨類地度化眾生，現種種身度化眾生，能有這種境界。那當然不是初果所能及，初果所不能及，那又不同，那是更高的境界了。

到了第八地的時候，煩惱障完全不起了。如果是阿羅漢迴小向大，到第八地這時候煩惱障完全斷了，沒有了。若不是由小而大，初開始就發無上菩提心的菩薩，那麼他這個時候煩惱障完全能夠降伏，而不活動了；到了金剛道的時候，所有的煩惱都清除了、斷了。唯識上有斷煩惱的事情，如果完全是個凡夫發無上菩提心，得無生法忍的時候，斷除去分別我執和法執，以後的情形呢，煩惱障只是降伏，「伏惑潤生」這個意思。而斷除所知障，能斷所知障，逐漸地斷、逐漸地斷，到了金剛道後的時候才完全斷掉；而這煩惱障只是降伏，到金剛道的時候一下子把煩惱障斷掉，就得無上菩提，它這樣講。

所以到第八地這個時候是一個有漏、無漏的一個界限，從初得無生法忍，只是能斷個分別我執、法執，還有很多有漏的事情，還不清淨。若到了第八地的時候，就把有漏的惑業苦完全棄捨了，得了法性身了。可是眼識、耳識、鼻識、舌識，阿賴耶識異熟識還是有漏。在有漏中，妙觀察智、平等性智是無漏的，這時候成就了妙觀察智、平等性智是無漏，大圓鏡智還是有漏。到金剛道後的時候，異熟識，有漏的識完全轉成無漏的識了，所以異熟空，「金剛道後異熟空」。現在這裡說是初果聖人才開始成就四聖諦的智慧，只是由凡而聖，初開始的聖境，從這裡開始才有聖智。但聖智還沒有圓滿，還要繼續地修行，初果、二果、三果、四果，初地、二地乃至佛才圓滿的，這樣意思。但是到初果的時候，他成就了四聖諦智，他是決定能向於涅槃，而不是向於顛倒的；凡夫沒有成就四聖諦智，就是靠不住，有的時候就是顛倒。

問：那好，謝謝師父。另外一個問題就是三七八頁倒數第二行的地方，它說：「此解脫已，能自了知畢竟不墮惡趣，是名於自解脫定無疑惑。」這個地方講的定義是不是說在《華嚴經》裡面有講「十信滿心」？是不是就是《阿含經》講的知見清淨的話就是達到信不退，是不是？應該就是我們大乘經典講的十信滿心，才有可能知見清淨。

答：十信滿心就是初住，十信滿心就是初住的位置。初住的位置，天台智者大師判教，初住斷見惑，那就是初果的位置，就是初果的意思。當然也可以這麼講，是的，可以這麼講。在《華嚴經》的十住，天台智者大師的解釋，又是別教，又是圓教。別教初住只是斷見惑，若是圓教是斷無明惑了，所以就是通於兩種的。若是與這裡邊相匯合，「此解脫已，能自了知畢竟不墮惡趣，是名於自解脫定無疑惑」，這還是初果的聖人，初果聖人的事情，還不是很高的聖人境界。

問：師父慈悲！就還是剛才「依智不依識」的這個地方，就是三八〇頁。從這個文上頭來看的話，它說是「依趣福、不動識」，趣福、不動識，看《披尋記》也是講，好像識講的是異熟識。就是說是不是因為造了這個善有漏業，所以必然的會感得三界中的異熟識。所以「依智不依識」的這個識好像更接近於這個，而不是像我們平時所理解的，這個識是分別心，智是不分別，識是分別心。

答：這是那樣，其實是一樣的。因為我們修福業、修不動業，修福業就是五戒十善這一類的事情，修不動業就是四禪八定了。這樣的修行對這個虛妄分別的心沒有改變，對於我們的虛妄分別心沒有改變；不知道一切法是因緣所生、是畢竟空寂、如幻如化的，我們不知道，還執著是真實的，這個虛妄分別心沒有改變。所以是「依智不依識」，說它是虛妄分別叫做識也可以，那個智就是沒有顛倒了，遠離了虛妄分別，成就了無漏的清淨智了，那叫做智。「依智不依識」這樣講也是行，也是於義無違，還可以這樣說。不過這個地方「依趣福、不動識」，那就是我們修五戒十善，或者修學禪定，而沒有出離心的話，這是靠不住的，就表示這個意

思。只是修五戒十善、修不動業，這是屬於識，而是靠不住的事情，這還是在輪迴裡流轉的，所以是不要依。那麼依什麼呢？要依智，就是向涅槃，這才是可靠的。

問：師父，還有一點問題，就是師父剛才講到這個修行，說到一念不生這個時候好像有過失。那從《瑜伽師地論》裡頭看，它這個無相三昧是用無相來對治一切相，對治一切眾相。那它這個方法好像似乎並不是用分別，並不是用這個去分別這些其他的相，然後能夠達到這種無相，用一念不生的方法排除一切虛妄的分別，那是不是也能夠達到這個無相的三昧呢？

答：它這個文上，下文有解釋。就是文上說這個無相心定就是「不思惟一切相，思惟無相」，這樣子入無相心定。它還是說思惟，就是思惟無相，而入於無相心三昧，還是說思惟；但是也說一個不思惟，就是不思惟一切相。這個不思惟一切相怎麼講呢？就是我們不修行的人心裡面的境界，就是思惟一切相，思惟色相、聲香味觸法相，思惟眼耳鼻舌身意相，色聲香味觸法相，眼識乃至意識，色受想行識，就是十八界日常生活這些顛倒迷惑的境界，這叫思惟一切相。現在說不思惟一切相，不思惟一切相，那麼你心裡面怎麼不思惟呢？思惟一切無相，思惟無相，這樣意思。思惟無相，當然這句話就是簡略地說，若我來解釋就是：思惟色無我、無我所，受想行識無我、無我所，眼耳鼻舌身意無我、無我所，色不可得，受想行識不可得。你思惟眼不可得，耳鼻舌身意不可得，就是思惟乃至阿耨多羅三藐三菩提不可得，這樣子叫做思惟無相，這樣意思。這裡面有止也有觀，你成功了的時候，就是一念不生，就是入於無相心三昧，是這樣意思。我這樣講，這就是按照《大般若經》的意思來解釋這個意思。

還有一個解釋就是：思惟色受想行識是剎那生剎那滅、剎那滅剎那生，這個無常變化的境界。那麼你常常思惟，止而後觀，觀而後止，這樣思惟的時候，也思惟它，就是十二緣起了：有滅則生滅，生滅則老死滅。這個十二緣起，惑業苦，老是生滅流轉，從無始劫來相續不斷這樣子。但是就是「此有故彼有，此無就故彼無，此生就故彼生，此滅故彼滅」，所以就入於無相心三昧了。有滅則生滅，生滅則老死滅。就是生滅則老死滅這個不說，有滅則生滅，這個生是什麼呢？就是從我們凡夫這個有取識，心的顛倒迷惑投胎了，第二個生命開始的一剎那。如果是有滅則生滅，就是前一剎那滅，後一剎那不生了；後一剎那不生，就是色不可得，受想行識不可得，眼不可得，耳鼻舌身意不可得，一切法不可得，那麼不就是無生無滅的境界嗎？也就是入無相心三昧了。當然這是在止裡面修毗鉢舍那觀，就可以這樣觀，所以由無常觀就入於無相心三昧了，也可以這樣觀。若是由《大般若經》，那就是更利了，就是直接觀一切法自性空，一切相不可得。那就是，不是以生滅門入無相心三昧，是以自性空為門入無相心三昧，是這樣。就是有止也有觀，止就是無分別，觀就是有分別，還是用這個止觀的方法入於無相



三昧，這樣意思，下文還是有解釋的。

問：師父，如果這個人他可能讀的經論並不多，但是他依照佛所宣講的義，就是一切分別的相，凡所有相皆是虛妄，那麼他就去觀察凡是起心的時候都是分別、都是虛妄的東西。所以他就去制止這個分別心不動，那這樣的話能不能破執著呢？因為他知道一切都是虛妄的，所以他動了也沒有意思，都是無聊的事情，那麼他就去制止這個心不讓它動。那是不是這個東西只是修定，不能夠破執著呢？還是說它裡頭也有思惟，也有作用？

答：這個事，你剛才說這個呢，應該把它更明白地說，就是一切虛妄分別要制止，但是正憶念還是要修的，是這樣意思。正憶念還是要修，而是違背正憶念的虛妄分別要制止，你光是制止而不修如理作意，還是不行，還是不夠的，這還有點不同。是不是？你同意吧？虛妄分別是制止，但是非虛妄分別，就是如理作意你還是要修的，觀察色無我、無我所，受想行識無我、無我所，這個是正憶念還是要修，你還是要修的。色是自性空不可得，受想行識自性空不可得，我不可得，我所也不可得，這還是要修。你若執著我我所的這個虛妄分別，這個是要制止，你看這個地方有點不同，是不是？你同意嗎？有點不同的。

問：因為他這個就是，因為了知到生滅的東西是虛妄的，那即使是他所攀緣的名言也是虛妄的，因為也是生滅的東西。所以他觀察到這一點之後去安住其心，這樣的話，您說他是有破執著的作用沒有？

答：如果說是我們知道我們取著色受想行識，取著眼耳鼻舌身意，我們的心在這些色受想行識上，在眼耳鼻舌身意上面，在色聲香味觸法上貪瞋癡的活動，是不對的；不對的，我們制止，制止它，去叫這個心不動，只是這樣修行還不行，只是這樣修行不行。這個道理在哪裡呢？

我們無始劫來一直的是顛倒、迷惑、虛妄分別，所以使令虛妄分別的這種執著，在內心裡面很堅固的、很有力量的那個種子儲藏下來，從無始劫來在內心裡面，很強的，很強大的力量在心裡面，所以我們這個虛妄分別很容易就活動出來。至於說我們知道一切法是虛妄的、不真實的、如幻如化的，這樣的心情今天，頂多是，或者前幾生也是知道，也學過，或者說是今生遇見了佛法才知道。但是這樣的正憶念熏習的種子很少，就算是有也很輕微，力量很小，力量很小的。力量很小，你用這很小的力量來對治那個強大的虛妄顛倒，虛妄分別的那個分別，不夠！不夠！

你一定還是要繼續這樣栽培，栽培一切法是自性空的，無我、無我所，這樣分別就是觀，就是繼續這樣觀。繼續這樣觀呢，也就繼續地在你這個阿賴耶識裡面，在異熟識裡面熏習這個種子，使令這個種子漸漸地有力量，漸漸有力量。就是死亡了，第二個生命不需要有人教導，不需要有師父教導，也不需要看經，他自己就知道一切法是虛妄分別，都是無常、無我的，這個正憶念還是能發生作用。

因為什麼能發生作用？就是你前一生的栽培，栽培的力量很大，所以今生的時候不需要有師長的教導，如理作意就能出來。那麼他還是要這樣子用如理作意修觀，來對治那個虛妄分別，這樣子逐漸地還是要繼續修，繼續修，有止也有觀，有觀也有止，這樣修。修得到時候了，一念相應，你這個觀一切法空、無我、無我所的智慧特別強了的時候，一念相應，就把那個虛妄分別的種子，也是一部分了，主要是我我所，我執、法執這個種子消滅了多少，就入聖道了，你就入聖道。若是說我不修，你可能是這樣意思吧！一切法既然都是虛妄的，不真實的，我們就不這樣分別，就把那個分別制止，就這樣子可不可以？這樣不行，不夠，那個正憶念的清淨種子不夠力量，力量不夠。我這樣回答是你的問題嗎？答非所問？

問：不是答非所問。是因為去觀察的話就會發現，在起心動念的時候，每一次都去轉這個念的話，就是用這種正念，可以說他每一念都是正憶念。那這個正憶念和如理作意，和如理思惟一切法相的這種東西，我覺得就是說，因為他在起心動念的時候，了知虛妄，馬上就能夠去把它制止住。那他的每一念都在熏習、加強這個種子，那您說這個是有沒有力量呢？他最後是不是能夠可以有力量來破這個執著？

答：這個正憶念有力量能破那個執著，但是要依據奢摩他，依據這個奢摩他的止，奢摩他的止就是未到地定到初禪、二禪，乃至空無邊處定。要依據這樣的止，你這個毗鉢舍那才有力量，才能破那個執著，不然的話力量還不夠。像我們現在，連欲界定也還沒成就，這個正憶念沒有力量；沒有力量，隨時還有煩惱起來，煩惱就能生。若是到了未到地定就不同，到了初禪、二禪、三禪、四禪更是好了，他那個時候那個觀察的智慧強，就能夠斷惑證真，能得聖道。

問：所以師父也是同意這個是正憶念？

答：就是要有正憶念，我所同意的正憶念，就是經上講的，就是經上講的苦、空、無常、無我的這種觀慧，這是正憶念。我們平常不修四念處的時候是顛倒的分別，顛倒分別是長養貪瞋癡的因緣。現在正憶念呢，就是一方面把這個虛妄分別停下來，一方面要加強正憶念的分別，正憶念還是要重複地、不斷地重複地這樣思惟、觀察。當然這就是毗鉢舍那，這個毗鉢舍那要有奢摩他作依止，我是這樣意思。

所以這是兩個情形，一個是只是把虛妄分別停下來，你沒能夠加強正憶念，加強正憶念也沒有，但虛妄分別也停下來，這樣子還不夠，還是不夠的。就是正憶念的這種觀慧要不斷地重複，不斷地重複修觀，就是在奢摩他裡面不斷地一次又一次地這樣觀察，這樣子才能有力量。如果是只是無分別，而沒有正憶念，這不行，力量不夠。只是止也不可以，只是觀也不可以，就是又要止、又要觀，又要觀、又要止，止觀都要用，這個時候你才有希望得解脫、得聖道。

問：阿彌陀佛！師父，這個問題還有一些後續，就是說如果說我用這種方法的話，那麼我現在觀完了以後，我止在這個境上面，讓它持續下去，我不再作別的，不用

數息的方法作止，就是止在這個最後思惟的這個境上，繼續下去。那麼這個時候產生的力量呢，是不是在這個止的當中，這個力量還是可以對治那個雜染的種子，在阿賴耶識裡面？還是說，我再作別的止，然後就把這個放掉了？再作別的止，再停下來，然後再去作觀，用這種方法對治？這樣子兩種方法對治是不是有差別性？

答：這兩種對治都可以。智者大師講那個體真止，你觀色受想行識無我、無我所，觀色受想行識自性空、無相，離一切相這樣觀，觀完了的時候就在這裡止，那麼這就是體真止，也是可以。你願意修數息觀的止也是可以，修這個繫緣守境止、制心止、體真止，都可以，這些都是可以的。但是，初開始當然是修數息觀比較好，數、隨、止。等到有了進步的時候，這個觀雖然不是特別強，但是似乎是有一點力量了，觀察照見五蘊皆空，的確是無有少法可得的時候，這時候自然是能修體真止，就不需要那個數息觀了，自然是能這樣子。若是沒到那個程度的時候，那很難，很難是以體真止的方法，很難用體真止的。體真止是修觀修到一個程度的時候，就是水到渠成，自然是體真止了。

問：那如果說，在體真止當中的時候，這時候如果定力不夠了，這個時候你的心衰弱下去，那麼這個時候我把心力再提起來，不再思惟這個義；只是把剛剛思惟義以後的那個感覺，那個 feeling 把它再提起來，然後再繼續下去，只是把心力提起來繼續下去，這樣子算不算再作了一個觀？還是說我必須要再去思惟這個義，整個思惟過以後，再進入體真止的這個階段？

答：當然你這樣思惟的時候就停下來，你那個心也就是止於這裡，自然是這樣子。但是你剛才說的話裡面好像是，忽然間心沒有力量了，那就又一回事，或者生理上有什麼毛病，忽然間這個心力不足了。心力不足，觀，觀不上來了，觀不上來，可能止也止不來了，那就是又一回事，那就是有障礙了。如果是心力還是正常，心力、體力都是正常，沒有變化，應該沒有這件事，應該是要止就止、要觀就觀，這個心力、體力正常的時候應該是這樣子，我要止就止、要觀就觀。尤其是你純熟了的時候，這是無障礙的。就是忽然間有什麼境界出現了，你這個毗鉢舍那一現前，就化了，自然是會這樣子。當然有的時候也可能有點不正常，就是有業障出現的時候，那就不同。正常的時候應該是要止就止、要觀就觀，是無障礙的，當然這就是要長時期地訓練。

長時期地訓練，一方面常作如是觀，一方面要讀這部經論。讀這個《金剛經》，你越修我空觀、法空觀越熟，你越讀《金剛經》這味道越不同，味道和以前不同，是不一樣的。所以他並不是說嫌重複了、厭煩了，沒有這個意思，這個法味是越來越厚。讀《金剛經》是這樣，讀《大品般若經》也是一樣，可能會更好，讀《大般若經》，像讀《法華經》，或者讀《華嚴經》，都是有法喜無量。我們初開始讀的時候：「有什麼好嗎？我不感覺到有什麼好。」但是那個不同，你若常常修觀的人，讀經是很快樂的事情。所以讀經和修止觀，它們是一回事，要互相配合，

不可以不讀經。就像人吃飯，吃了飯的時候人精神，營養輸送到各部分去，這個體力也強起來，心力也強。你讀經，經上說的就等於是佛在說法，也能夠幫助你的止、幫助你的觀有力量，也會有這個情形。這樣如果一方面讀經，一方面修觀，它也能消滅一些業障，消滅業障；當然特別有什麼嚴重的業障，那也就很難說。

所以常常用功的時候，如果沒有意外的時候，這個心力也正常、體力也正常，那麼你修正修觀的時候也正常，逐漸地逐漸地會有進步，會有進步。進步到一個程度的時候，就是有業障現前，業障不能障，你還是能夠化解它。所以就是要業障不現前的時候要努力，業障沒有現前的時候你努力，把這個止觀達到一個高品程度的時候，業障來了無所謂、沒有關係。若是你的止觀，你在身體健康，不是說特別健康，就是無障礙，雖然不是很健康，但是我修正觀的時候無障礙，你這個時候要努力。如果不努力，你這止觀老是停留在平常的境界，不行。這個業障來了，你就止也止不來、觀也觀不來，這是不行了，就是困難。

問：師父，昨天那個淨土跟穢土的問題。我想一句話請師父解釋一下：「在穢土修行一日一夜，勝過淨土修行百年」，這句話是怎麼解釋？

答：我看這話是那樣子，這是對那個大菩薩來說，對那個大菩薩。阿彌陀佛國，你要修布施波羅蜜，在阿彌陀佛國你修布施波羅蜜，用財布施恐怕沒有用，我感覺阿彌陀佛國不需要鈔票。我們這個世界上需要這種媒介物，我們拿著鈔票可以去買東西，買自己要的東西可以買，阿彌陀佛國不需要嘛！像天上的人也不需要鈔票，天上的人，你看我們已經讀過了《瑜伽師地論》，那個樹會出來衣服，我若是要什麼衣服那樹就出來，隨你意。天衣無縫，原來無縫就是不是用裁剪做的衣服，所以沒有縫。要吃飯、飲食，都是這樣子，所以不需要有鈔票，但是阿彌陀佛國我看也是一樣，不需要這些事情。那個淨土是這樣的淨土。你說怎麼的？

問：我是對這句話有懷疑。

答：什麼話？

問：就是說，比方說印老主張在人間成佛，他引用的經典是《佛說無量壽經》。

答：對，就是你剛才說，到了淨土的時候修行，不如到穢土一日一夜修行的功德大。這話的意思是那樣，就是這樣子，就是你若是在這方面做這些度化眾生的功德，娑婆世界很多的人需要；你到阿彌陀佛國去，不需要你這個，那麼你那個功德，能增長功德嗎？所以在穢土修行就是好過在淨土，這是指大菩薩說。若在凡夫那就不同，凡夫在這個世界修行很困難，到阿彌陀佛國修行就容易。有一件事很明顯的，就是學習佛法；那有阿彌陀佛說法，觀世音菩薩、大勢至菩薩、清淨大海眾菩薩都在說法，乃至水流、微風吹動諸寶行樹及寶羅網，出微妙音，譬如百千種樂同時俱作，都是在念佛、念法、念僧，你學習佛法容易，那麼好過這個世界。我們這個世界學習佛法很難很難的，有很多的困難。那麼在阿彌陀佛國容易修行就容易成道，容易得無生法忍，那就好過在這個世界。在這個世界就是有很多障

道因緣，在阿彌陀佛國沒有障道因緣，所以你往生阿彌陀佛國是對的。

但是若行菩薩道的時候，得無生法忍行菩薩道呢，那也是無障礙，也可以到……隨你意嘛，你願意到他方世界，隨時可以去，並不是把你困在那裡不准出來，不是的。你從大本的《無量壽經》看，小本《阿彌陀經》也看出來，可以時時到他方十萬億佛世界去供養佛，即以食時，還到本國，不是很自由的嗎？也可以到他方世界來，也可以回到阿彌陀佛國，都是很自由的。也可以來拜彌勒菩薩，去拜見阿閼佛也可以。說密勒日巴尊者在阿閼佛國，你可以到那兒去看看他也是可以；說天台智者大師在彌勒內院，那麼你從阿彌陀佛國來，到彌勒內院可以見到天台智者大師，看到玄奘大師，窺基大師都在那裡，你也可以在那裡去拜見，都是很自由的嘛！所以這個是站在什麼立場，情形就不同了。站在凡夫的立場，到阿彌陀佛國我認為是好，在那裡沒有衣食住的問題，可以全部的精神、時間都用在學習、修行佛法上面。你若在這個世界，你可以嗎？這不行的，到阿彌陀佛國就可以做到。

但是大菩薩境界，那又一回事。大菩薩境界，因為阿彌陀佛國有阿彌陀佛、有觀世音菩薩、大勢至菩薩，還有其他的很多的菩薩，在那裡教化眾生，你到那兒去幹什麼？你到那裡去教化眾生就不需要了。所以你在娑婆世界比較合適，你在眾生這個世界是比較合適，就是這麼回事。所以你在這裡修行一天，超過在那裡百年，其實也不只一百年。就是你本身的程度來決定這件事。所以得了無生法忍，你可以不去阿彌陀佛國也可以，但是得了無生法忍的人他還是願意去。就是今天某一位法師、某一位居士，他得無生法忍了以後，我看他願生阿彌陀佛國的心情比我們還急，比我們還急。因為我們還有很多的留戀，捨不得這個、捨不得那個，還不想離開這裡；那得無生法忍的人他不是的，他這裡沒有什麼留戀，他很積極地要去見佛，積極見佛、聽佛說法的。所以經上是有這種話，但是那個應該是不同的，應該另外有一個立場的，另外有一個說法的。

但是，是，仁俊老法師也提過這句話，印順老法師也提起這句話，還有什麼法師也提過這句話。那麼也可以說：所以不必求生阿彌陀佛國。但是你解釋解釋，究竟這句話怎麼講？我們在娑婆世界修行一天，能超過在阿彌陀佛國修行一百年，你解釋解釋這個理由在哪裡？並且勸我們往生阿彌陀佛國，不是我們歷代高僧，是釋迦牟尼佛說的，釋迦牟尼佛在《阿彌陀經》上：「應當發願，願生彼國。」是釋迦牟尼佛勸我們往生阿彌陀佛國。但釋迦牟尼佛也說這句話，在娑婆世界修行一晝夜，超過阿彌陀佛國一百年，那麼釋迦牟尼佛為什麼勸我們到阿彌陀佛國去？釋迦牟尼佛自相矛盾嗎？你也解釋出個理由我聽聽。你現在也可以寫一封信問問印老法師，可以問問仁俊老法師，可以寫信問他，看他怎麼解釋。你問我，我是這樣解釋，我還是願生阿彌陀佛國。真的呀！你就是寫封信問他，看他怎麼解釋，就請教他嘛！沒有什麼，這是很好的一件事，很有意思的事情。可不可以？你寫封信試一試。

己三、作意及所緣（分二科） 庚一、結前生後

**復次，已說安立，當知於此靜慮等中，作意、所緣二種差別。**

〈三摩呬多地〉，第一科「總標」，第二科是「安立」，這兩科都已經過去了。現在是第三科「作意及所緣」。「復次，已說安立」，「總標」和「安立」都已經講過了，這是「結前」，結束前面的文。「當知於此靜慮等中，作意、所緣二種差別」，這是「生後」，生起後邊的文，就是「作意」和「所緣」。前面開章的地方說是「相」，這裡說「所緣」；所緣就是相，相就是所緣。當知此中，〈三摩呬多地〉裡邊，有靜慮、有解脫、有等持、等至，這些法門裡邊，有「作意」、有「所緣」這兩種修行的方法的不同。這是「結前生後」。

庚二、別釋二種（分三科） 辛一、作意差別（分二科）

壬一、出二種（分二科） 癸一、總標

**作意差別者，謂七種根本作意及餘四十作意。**

「作意差別者，謂七種根本作意」，這是第二科「別釋」這兩種，就是「七種作意」和「四十作意」，解釋這兩種。分三科，第一科是「作意差別」。又分成兩科，第一科「出二種」，先「總標」。「作意差別者，謂七種根本作意及餘四十作意」，這個「作意」不是一樣的作意，謂有七種的根本作意，以及其餘的四十種作意，有這麼多的差別。

我們看這個《竹窗隨筆》，蓮池大師《竹窗隨筆》上提到這個修行，修這個禪究竟是有分別呢？是無分別？蓮池大師在那個地方討論這件事。最後，他最後的結論似乎不肯定，好像是應該有分別，這口氣是不肯定。現在我們若是讀《瑜伽師地論》，就知道彌勒菩薩他說法的時候，開示一個法門的時候，他很肯定的就這樣子，不是模糊的，又是這樣子，又是那樣子，不這樣說話。明明白白地就這樣講，「不思惟一切相，思惟無相」，這話說得非常的明白，使令我們容易做。我們要用功的時候，用功修行的時候，知道是應該這樣做、這樣做、這樣做……不是模稜的，不是那麼回事。

這裡說出這個「作意」，這個作意我們前面解釋過，前面解釋你們可能記得住。這個「作意」是什麼呢？就是警覺應該生起的心理令它生起來，生起來到所緣境那裡去。有一個境界現起，應該什麼樣的心情去觀察這個所緣境呢？就是警覺，它有這個作用。它的作用就是警覺應該生起的心情，到那去應付那個境界。就像這個守門的人，外面有客人要找哪一個人見面，這個守門的人他就到那個地方去聯絡那個人，那麼那個人和外來的客人就見面了。現在這個作意心所就是這個意思，就是警覺應起的心所到所緣境那裡去，是這麼意思。

現在修行的時候，我們修行定慧，修行戒定慧，修這個定慧的時候也是這樣子：你這個時候你應該修不淨觀，修不淨觀的時候也是各式各樣的觀察，也是警覺應起的心所到所緣境那裡去。你修無我觀、修無常觀，都是應該生起的那個心所，先有一個警覺的作用使令它生起，那個叫做「作意」。這樣說，用功修行的時候，這個作意心

所很忙，它還不斷地讓你生起這個如理作意、生起那個如理作意，那就叫做「作意」。

這裡說出來七種的「根本作意」，這七種，你修世間禪也要這七種作意，你修出世間的禪、各式各樣的法門也不能夠離開這七種作意的，所以它是「根本」的作意。「及餘四十作意」，還有這麼多的作意。

這是「總標」，底下「別辨」。分兩科，第一科是「七種作意」。

癸二、別辨（分二科）子一、七種作意

**云何七種作意？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。**

「云何」叫做「七種作意」呢？「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」，這七種作意。這七種作意我們在前面的文提過。

《披尋記》三八一頁：

**云何七種作意等者：此中作意一一差別，聲聞地中廣辯其相。（陵本三十三卷二頁）**

這個《披尋記》上說：「此中作意一一差別，聲聞地中廣辯其相。（陵本三十三卷二頁）」。在那裡「廣辯」這七種作意的相貌，所以這裡也就不要講。

子二、四十作意（分三科）丑一、徵

**云何四十作意？**

前面說「七種作意」，這底下說「四十作意」。「四十作意」，丑一是「徵」。怎麼叫做四十個作意？這是問。

丑二、列（分十五科）寅一、約三慧辨

**謂緣法作意、緣義作意、**

第二科是「列」，就把它列出來。「謂緣法作意」。「列」裡面分十五科，四十個作意分十五科列出來，第一科是「約三慧辨」，「三慧」就是聞、思、修三慧。第一科。

「緣法作意」和「緣義作意」。我們前面也是講過了，這個「法」就是能詮顯義的叫做「法」，法所詮顯的就是「義」；一個能詮、一個所詮，能詮名之為「法」，所詮名之為「義」。這個法和義是聞思修三慧所緣的。聞慧，聞所成慧也是學習這個法和義的，思慧，思惟什麼？還是思惟這個法和義，修慧也是修這個法和義。不能離開了法和義，另外有聞思修智慧的，所以說法和義就是聞思修的意思。這是標，標這第一段。這第二科。

寅二、約四念住辨

**緣身作意、緣受作意、緣心作意、緣法作意、**

這第二科是「四念住辨」，三十七道品的第一科「四念住」，來辨別這個作意。

寅三、約假實辨

**勝解作意、真實作意、**

第三科是「勝解作意、真實作意」，這是「約假實辨」。「勝解作意」是假，「真實作意」是實，有假實的不同。這只是在標，下面才有解釋。

寅四、約學等辨

**有學作意、無學作意、非學非無學作意、**

這是第四科「約學等辨」。有學也是聖人，無學也是聖人，非學非無學是凡夫。凡夫和聖人都有作意，但是是不一樣的。

寅五、約遍知等辨

**遍知作意、正斷作意、已斷作意、**

這是第五科是「約遍知等辨」。「遍知」一切所緣，應該是偏重於苦集滅道四諦是「苦諦」；「正斷」就是斷「集諦」了；那麼「已斷作意」是斷了煩惱，斷惑證真之後的情況。分這麼三個差別。

寅六、約四所緣辨

**有分別影像所緣作意、無分別影像所緣作意、事邊際所緣作意、所作成辦所緣作意、**

「有分別影像所緣」，這底下第六科「約四所緣辨」，所緣境有四種不同。發心解脫欲、出離欲，或者修世間的禪、或者修出世間的聖道，都有這四種所緣境：一個是「有分別影像所緣作意、無分別影像所緣作意、事邊際所緣作意、所作成辦所緣作意」，分成四種不同。

這是第六科。底下第七科。

寅七、約修止觀辨

**勝解思擇作意、寂靜作意、**

這是第七科是「約修止觀辨」。「勝解思擇作意」就是觀，「寂靜作意」就是止。

寅八、約一分修等辨

**一分修作意、具分修作意、**

這是第八科「約一分修等辨」。「一分」就是止和觀其中的一分，或者是止一分，或者是觀一分。「具分」就是又有止、又有觀，叫「具分修作意」。



寅九、約加行辨

**無間作意、殷重作意、**

這是第九科「約加行辨」。就是未得聖道而修行的時候，你要學習這兩種作意：一個「無間作意」、一個「殷重作意」。這是第九科。

寅十、約斷煩惱辨

**隨順作意、對治作意、**

第十科，「隨順作意、對治作意」，這是第十科「約斷煩惱辨」。這個「隨順作意」和「對治作意」是斷煩惱的。

寅十一、約數習方便辨

**順清淨作意、順觀察作意、**

第十一科是「約數習方便辨」。「順清淨作意、順觀察作意」，這是數習方便。

寅十二、約修漸次辨

**力勵運轉作意、有間運轉作意、有功用運轉作意、自然運轉作意、**

第十二科是「約修漸次辨」。「力勵運轉作意、有間運轉作意、有功用運轉作意、自然運轉作意」，這是第十二科。

寅十三、約止觀二品辨

**思擇作意、內攝作意、**

這第十三科「約止觀二品辨」。「思擇作意、內攝作意」，這是「約止觀二品辨」。

寅十四、約無學果辨

**淨障作意、依止成辦所行清淨作意、**

第十四科「約無學果辨」。「淨障作意、依止成辦所行清淨作意」。

寅十五、約補特伽羅辨

**他所建立作意、內增上取作意、廣大作意、遍行作意。**

第十五科，「他所建立作意、內增上取作意、廣大作意、遍行作意」。

前面是列，列出來，「四十作意」分十五科。這以下第三科才解釋這四十個作意。解釋四十個作意的時候分三十一科，寅一是「緣法作意」，寅二是「緣義作意」，就是三慧。

丑三、釋（分三十一科） 寅一、緣法作意

**緣法作意者，謂聞所成慧相應作意。**

「緣法作意者，謂聞所成慧相應作意。緣義作意者，謂思修所成慧相應作意。」法和義，有法也就有義，有義也當然是有法。但是在文上面把它分開了，聞慧是「緣法作意」，「緣義作意」是思慧和修慧，這樣分開。分開的原因應該是說，在初開始聽聞佛法，也就是初開始學習佛法的時候，對於聞這一方面，對於法這一方面，能詮義的法這一方面，用的心力特別多。不是沒有義，也一定要去注意所詮義的，但是偏重於法的，不能離開了文句而去思惟義的，沒有這個能力，所以對於文句用心是用得特別多了。所以是緣文句的法，這一方面的作意叫做「聞所成慧相應作意」。

所有的佛教徒都應該一樣，就是來到佛法裡邊來，學習佛法的次第，「我應該先從哪裡開始？」就是學習了多少年，也還是搞不清楚。可是這裡邊，這《瑜伽師地論》裡邊，它時時地給我們一個次第，就是從聞慧開始，「聞所成慧相應作意」。「相應作意」，就是你要注意這個法，這個文字的佛法要注意；不能夠離開了文字單獨地去觀第一義諦，沒有這種本事，沒有這個能力的。而注重文字的佛法，在開始學習就是對了，就是應該這樣才對。

## 寅二、緣義作意

**緣義作意者，謂思修所成慧相應作意。**

「緣義作意者，謂思修所成慧」，這個思慧，思所成慧和修所成慧是「緣義作意」，其實也是有法的。沒有名句的時候，這個「義」怎麼能顯示出來呢？是不能顯的。「非離彼能詮，智於所詮轉」，這很明顯的是說：沒有能詮的文句，所詮的義是不知道的。所以這個思慧和修慧，它去修「義」的作意的時候，一定還是要有法的、有文句的；但是它是偏重於義的，偏重於義，所以就是「緣義作意」是屬於思慧和修慧。

不過是在我們的習慣，經過文字的佛法的學習的習慣上來講，看這個思慧是比較容易明白，修慧就是難了；修慧就是禪定，在禪定裡面觀諸法實相。有的經論上就說，它能夠離開了文句而去思惟義，這是不可思議；因為沒有能詮的文句，法是不可得的。「名事互為客，其性應尋思」，沒有能詮的文是沒有法可得，那麼這個修慧能離開文，它去觀法實相，這個事情是不可思議。但是在下文還是有解釋的。

「緣義作意者，謂思所成慧、修所成慧」，這是這樣子，這麼一個次第，這個相應作意就是緣義的作意。

## 寅三、緣身受心法作意

**緣身、受、心、法作意者，謂修念住者，如理思惟身等作意。**

「緣身、受、心、法作意者」，這是第三科「緣身受心法作意」。「謂修念住者」，謂感覺到生死是苦的這個人，他想要解脫苦，想要得聖道，他就要修這個四念住。修四念住，「如理思惟身等作意」，就是如佛所開示的法所顯示的道理，法所顯示的義，去思惟這個身、受、心、法，那個作意就叫做「身受心法作意」，這是這個作意。這個「身受心法作意」再廣分別，在《聲聞地》（陵本二十八卷十六頁），在那裡有解釋，

那麼這裡也就不多說了。

#### 寅四、勝解作意

**勝解作意者，謂修靜慮者，隨其所欲，於諸事相增益作意。**

「勝解作意者，謂修靜慮者，隨其所欲，於諸事相增益作意。真實作意者，謂以自相、共相及真如相，如理思惟諸法作意。」「勝解作意」，前面就是假實作意，「勝解作意」就是那個假作意。究竟什麼意思呢？「謂修靜慮」的人，就是修禪的人，這個修禪的人「隨其所欲，於諸事相增益作意」，「隨其所欲」也就是隨他心裡面歡喜的，他所歡喜的，他願意怎麼樣修禪；若是佛教徒，當然是由佛說的很多種修禪的方法，其中你歡喜哪一個方法，那麼依據佛所說的那個方法，也是你所歡喜的，你就「於諸事相增益作意」，對於那個所緣境，你就去各式各樣地依法地去分別、思惟、觀察，那叫做「增益作意」。這個「增益」有一個什麼事情呢？就是原來沒有這麼回事，你增加的一種作意，這是一個意思。原來是很少的，你現在分別得很多，也叫做「增益作意」，就是這樣意思。《披尋記》上有解釋。

#### 寅五、真實作意

**真實作意者，謂以自相、共相及真如相，如理思惟諸法作意。**

「真實作意」怎麼講呢？「謂以自相、共相及真如相，如理思惟諸法作意」。這個自相和共相，這個「自」，就是每一法本身的不同於他法的相貌，也就是別相；唯獨此法有此相，其他法是沒有的。比如說色受想行識，「識」是了別相，那地水火風它就沒有了別相；「受」是領納相，「色」是變礙為相，那麼這就是它的「自相」。這個「共相」，就是一切色法也好、心法也好，有共同的相貌：那就是無常、無我了、畢竟空了。色法也好、心法也好，都有這種相，那麼這叫做共同的相貌。這個「真實作意」就是這個意思，就是修禪的這個人他以「自相」去思惟諸法，以「共相」去思惟諸法。比如說以色受想行識為所緣境，那麼就觀察它的自相，也觀察它的共相，或者觀察它的真如相。

「真如相」，這個「如」，諸法「如」就是諸法空；空上面加個「真」的意思，這個「真」是讚歎的意思，讚歎那個「如」是真實的、是最好的，它不是虛假的。若是你不見諸法如，這一切因緣生法是如幻如化、是虛妄的，不是真實的；就是對世俗諦說第一義諦是真，這也表示我們修行人是從世俗諦到第一義諦去。修行人你將來到哪兒去呢？「你將來到哪兒去？」這個話說得還不太好。就是你現在到什麼地方去？「現在到什麼地方去？」倒不是說你這身體到什麼地方去，是說你的心，你的心到什麼地方去？若是我們在色聲香味觸法上活動，那你一直在世俗諦，在這個世俗諦這個虛妄相上活動，別的地方都不去，就在虛妄相上活動。虛妄相上活動，這個地方有土匪，這個地方有土匪，你在這個地方活動就有很多苦惱。現在告訴個「如」，真如那個地方是最安全的，說是你到那裡去，那麼意思。這個「真」有一個指導的意思，告訴你：

這地方都是假的，那個才是真的，那麼意思。所以以「真如相」去思惟諸法，思惟一切法「如」，「應無所住而生其心」，「菩薩於法應無所住行於布施」，「無所住」就是「如」，就是用這樣的「如」去思惟諸法作意。

這樣子以自相作意也好，用共相作意也好，真如作意也好，這都是「如理思惟諸法作意」，那麼這叫做真實的作意。其他的作意，都不是真實的；其他的作意在修學禪這方面也都有作用，但是不能斷煩惱。唯有共相作意、真如作意能斷煩惱，能令你見到真理，所以這個名之為「真實作意」。可是我們凡夫修行的時候還有問題，那個問題怎麼辦呢？就是要用勝解作意來解決，勝解作意解決了一些問題以後，你再修真實作意就成功了，是這麼意思。比如說修這個不淨觀，修不淨觀這就是勝解作意，勝解作意實在是假的；你說它是假的，但是它可有作用，能令你的很強的、很不容易除掉的愛煩惱得到對治，能夠消滅這個愛煩惱，不然你不用這個勝解作意是不行的。所以這是個假想觀，假想觀可是有作用，所以雖然不是真實作意，你還是得要學習的。那麼修了這個勝解作意以後，然後再修真如作意，這件事就成功了。

### 《披尋記》三八二頁：

**勝解作意等者：由所知事同分影像現前，如現領受勝解而轉，是故說名勝解作意。即此作意由有分別，非真實故，名增益相。**

《披尋記》：「勝解作意等者：由所知事同分影像現前，如現領受勝解而轉」，這句話還有點事情。這個「所知事」，比如說色受想行識就是「所知事」，眼耳鼻舌身意、色聲香味觸法這都是所知事，所知的一切因緣事。「同分影像現前」，這個文在下面有解釋，但是這句話可是有意思。「同分影像現前」，「同分」就是我們靜坐修止觀的時候，要把所緣境現出來，要把所緣境在心裡面現出來，這個所緣境和那個色受想行識是同，是相同的，是無差別。相同而又不同，什麼呢？是影像，是那個色受想行識的影像而已。我們心裡面現出這個所緣境是那件事的影像，那麼意思，它不是就是那件事。比如說我心裡面，我想念我的朋友，想念我的朋友，就很快的一下子我的朋友這個相貌就在我心裡面現出來了，但是現出這個像是你的朋友嗎？不是的，不是。但是不是也不對，是「同分影像」，和那個朋友是一樣，但是是他的影像而已，不就是那個人，這叫「同分影像」。這個影像現在你的心的前面，這叫做「所知事同分影像現前」。

「如現領受勝解而轉」，就是你心裡面把那個影像現出來了，也就是你心裡面領受了。「領受」這件事也是很妙，這個字。比如說是我現出個怨家的影像現出來，我不高興，不高興，但是你能現，還是你領受了。說我不高興我就把它排遣，我不現；那你要有道力，你要有點道力才行，不然的話你辦不到，你還是會把這個怨家的相貌現出來，所以叫做「領受」。現在說是不管你，不分別這件事，就說是你修止觀的時候，你這個同分影像現前的時候，也就是你心裡面領受那個影像了。「如」所「現」前，如你「領受」的那個境界，你能「勝解而轉」，你有力量地去觀察思惟它，觀察

它是無常的、是無我的，或者是不淨的、是苦。這樣子「勝解而轉」，要有力量，這個觀察的智慧要有力量，那麼叫做「轉」，「轉」是活動的意思。「是故說名勝解作意」，「勝解作意」就是這個意思。

這個當然是在定裡面，這就表示是在禪定裡面。我們初學習的時候沒有禪定，心裡面力量不夠，只是憑與生俱來的，也是天天吃飯長養的這個記憶力。我讀這部經論，讀這個經論，把這段文義記下來了，記下來了心裡面去思惟觀察，那也可以說是「同分影像現前，如現領受而轉」，但是「勝解」不夠。你也可以這樣觀察是苦、空、無常、無我，但是不能說「勝解」，這個力量不夠。所以要不斷地修奢摩他，修奢摩他就是能加強你的觀的力量，那時候叫做「勝解」。其次，學習的時候要認真地學習，馬馬虎虎的不行；你認真地學習，對於那段文的要義你能掌握到，也可以名之為「少分勝解」。你若不斷地去思惟，不斷地修止觀，慢慢地奢摩他有點力量了，這個時候你這個能觀察的智慧就名為勝解，就是有力了。有力量的意思就是什麼呢？其他的障礙的因緣不能夠扭轉你，不能扭轉。

比如說是你心裡面打妄想，心裡面打妄想的時候，別人在那裡敲鑼打鼓，你都不知道，你還能夠照常地打妄想，這可以名之為勝解。若是我們靜坐的時候，心裡面修無常、無我觀，別人從旁邊走一走，「你打我閒岔！」只是從旁邊走，小小有點聲音，「你打我閒岔！」這是表示什麼？你沒有勝解。你若有勝解的時候，「我不知道！他從我這兒走，我不知道，他在那邊吵我都不知道。」這表示你有勝解了，就是這麼回事情，這叫做「勝解」。

「所知事同分影像現前，如現領受勝解而轉」，這個連欲界定都構不上，未到地定好一點，要到初禪以上才可以名之為「勝解」。初禪的時候，就是別人怎麼吵你都不知道，你在那裡一坐，你心裡面正念一提起，一入定，別人什麼事不能打你閒岔的，不能打你閒岔，就是去敲鼓也不能出定，不要說敲引磬，敲引磬也不能出定的。因為什麼？他沒聽到。你入了初禪以上，耳識休息了，前五識都不動了；前五識不動，耳識不動，你有聲音他沒聽見；不過《成實論》上也有一點不同的解釋。所以「如現領受勝解而轉，是故說名勝解作意。」「勝解作意者，謂修靜慮者，隨其所欲，於諸事相增益作意」，這樣意思。

這底下說明「勝解作意」。「即此作意由有分別，非真實故，名增益相」，就是這個作意「由有分別」，因為諸法真實相是無分別的，但是「勝解作意」這個時候還是有分別。有分別，所以這不是真實作意，所以叫做「增益相」。不過這樣講就是很深了，這樣講是很深的意思。你就是觀一切法空，修真如理觀，你心裡還是分別呀！你還是得要分別，那還都算是「勝解作意」。「由有分別，非真實故」，那若是得到了，你成功了，得無生法忍了，根本無分別智現前了，那叫做「真實作意」；那就不是勝解，是超越了勝解的境界了，超過了，這樣講。這麼講就深刻一點，如果不要講那麼深，也是可以，後邊文很多很多的解釋。

寅六、有學等作意（分二科） 卯一、舉有學作意（分三科） 辰一、標有學作意略有二種。

「有學作意略有二種。一者、自性，二、在相續。」這是第六科「有學等作意」。分兩科，第一科「舉有學作意」。分三科，第一科「標」。

「有學作意」，就是已經得悟聖道，得證聖道的聖人，他在用功修行的時候，也是要動念頭，也是心裡面有分別的。有兩種，「略有二種」。

這是「標」，底下是「列」。

辰二、列

**一者、自性，二、在相續。**

一者、自性作意，二者、在相續的作意。這是「列」。

辰三、釋（分二科） 巳一、自性

**自性者，謂有學無漏作意。**

第三科解釋，先解釋這個「自性作意」。

「自性者，謂有學無漏作意」，這是解釋，就是這個入聖道的聖人，他內心裡面修這個無漏的作意，觀察這苦、空、無常、無我的這種觀察，這是叫做「自性作意」，這是他的「自性」。就是他那個無漏的心性、無漏的智慧，在觀色受想行識的時候，如病、如癰、如刺，無常、苦、空、無我，這樣觀察。

巳二、在相續

**在相續者，謂有學一切善作意。**

「在相續者」，第二個作意，第二個，「在相續者，謂有學一切善作意」。這個「相續」就是指色受想行識，那麼這個「作意」是什麼呢？就是有學的那個聖人一切的作意，就是他的無漏的作意也好，他的有漏的作意也好，都名之為「在相續者」。「自性」單獨指他那個最尊貴的「無漏作意」，這底下「一切善作意」，因為這個有學的聖人他的煩惱沒有斷盡，還有一些煩惱在；這個煩惱的存在有的時候就會動，所以不全是無漏的。但是聖人他不會做惡事，所以都還是屬於「善」。就算是他徒弟不聽話，他不高興了，但是那個不高興還是好意的，所以還是善，「有學一切善作意」。

這是「有學作意」有這麼兩種。第二種「例無學作意」。

卯二、例無學作意

**如有學作意，當知無學作意二種亦爾。**

「無學」，當然要指阿羅漢果以上，這個阿羅漢、辟支佛和佛。前面「有學作意」有這麼兩種，「當知」道那個「無學」的聖人內心的作意也是有這兩種。「亦爾」，也是有這兩種。當然「無學」應該是無漏的，沒有有漏的。

#### 寅七、非學非無學作意

**非學非無學作意者，謂一切世間作意。**

「非學非無學作意者」是第七。「非學」，也不是初學，也不是那個無學的作意。是什麼？「謂一切世間作意」，就是這一切凡夫內心裡面的妄想分別，這一切的作意。這個作意也應該包括初發心的佛教徒，就是外凡和內凡這兩種人的作意在裡邊。

#### 寅八、遍知作意

**遍知作意者，謂由此故遍知所緣，而不斷惑。**

「遍知作意者」，這以下是第八科「遍知作意」。「遍知作意」是什麼呢？「謂由此故遍知所緣，而不斷惑」，「遍知作意」，這還是用功修行的人，這個「遍知作意」。就是他的眼耳鼻舌身意接觸到色聲香味觸法的時候，或者在學習佛法的時候，學習苦集滅道乃至三十七道品，乃至六波羅蜜，乃至到各式各樣的法門，他這個心裡面都能夠知道，都能認識到，「遍知作意」。知道色受想行識是苦，或者是「此是苦、此是集、此是滅、此是道」，這是《華嚴經》、這是《法華經》、這是《般若經》，「遍知作意」。

「謂由此故遍知所緣」，他心裡面其他的雜念沒有動，還都是在處於正念的境界，「遍知」。「而不斷惑」，但是不能斷煩惱。雖然是「遍知」，但是不能斷煩惱，沒有這個力量。這個「遍知作意」，還是開始修行了的人能有正念觀察所緣境，但是還是不能斷煩惱的，這個力量不夠。斷煩惱，要什麼樣的情形斷煩惱呢？能見到真如理才能斷煩惱，不然是不能的。

#### 寅九、正斷作意

**正斷作意者，謂由此故俱作二事。**

這第九科是「正斷作意」。「正斷作意者，謂由此故俱作二事」，這個「正斷作意」就是他能斷煩惱了，這樣的作意是能斷煩惱了。「謂由此故」，由此正斷作意故，能「俱作」兩種事情。

《披尋記》三八二頁：

**謂由此故俱作二事者：謂能遍知所緣及與斷惑，是名俱作二事。**

「謂由此故俱作二事者：謂能遍知所緣」，這是一事；「及與斷惑」，又是一事，能作這兩種事。可見前面這「遍知作意」是什麼呢？就開始學習佛法的那一些活動，就是遠方便，得悟聖道的遠方便，或者是遠加行，是這麼一種情況，這麼一個程度。這個「正斷作意」，應該包括近加行，接近得悟聖道的時候那個努力的修行境界。正斷煩惱了的時候，那就是無間道，是這樣意思。「正斷作意者，謂由此故俱作二事。」

#### 寅十、已斷作意

已斷作意者，謂斷煩惱後所有作意。

「已斷作意者」，這是第十科「已斷作意」，就是你能這樣用功修行，已經把煩惱斷掉了，這時候內心的作意。「謂斷煩惱後所有作意」，你這個一念相應慧見到諸法實相了，這個煩惱就斷了。斷了以後的所有的作意，那麼就是「後得智」，後得智的力量。「後得智」它也能夠觀一切法，但是由「根本智」的力量，「後得智」不顛倒，是不顛倒。當然是初果、二果、三果，沒到無學的時候，有的時候也有失念的時候。

寅十一、有分別影像所緣作意

有分別影像所緣作意者，謂由此故，修緣分別體境毗鉢舍那。

「有分別影像所緣作意者」，這是第十一科，第十一「有分別影像所緣作意」。這前面標的時候，「標」到這裡來解釋。

「謂由此故，修緣分別體境毗鉢舍那」，「謂由此故」，就是這個修行人，由此「有分別影像所緣作意」，所以他能「修緣分別體境」，緣這個「分別體境」的時候有「修」的作用，這個「修」表示有強大的力量，能斷煩惱的意思，這個叫做，就是「毗鉢舍那」，這個就是「毗鉢舍那」。「毗鉢舍那」就是如理作意，就是正憶念，就是觀察，觀察就是「有分別」。這個「有分別」，「分別」就是「影像」；你心一動，你心一作如是分別，就有如是的影像。你有貪心的時候，就有貪的相貌出來；你有瞋的分別，有瞋的相貌出來；你修止觀的時候，你心裡面修不淨觀也好、修無我觀也好，只要心裡面一動就有相，就是有所緣境，有相貌的，所以叫做「緣分別體境」。

其實說起來，你心裡面修止觀的時候，這個所緣境從哪裡來？是你心變現的，不是真有那個境界。我心裡面現出來這個白骨，這個白骨是什麼？就是心裡的「分別影」，你的分別變現出來一個影像就是，另外哪有白骨呢？另外沒有啊！說我心裡面觀佛相，觀佛的三十二相、八十種好；其實哪有三十二相、八十種好呢？只是心裡面現出一個影像嘛！是名為「心佛」。說「即心是佛」就是這麼回事！說是你觀察三十二相、八十種好，看得很分明，放大光明，那是怎麼回事？「即心是佛」！應該是這麼回事。「即心是佛，是心是佛。」若這樣講，也可以說「是心非佛」，也可以這樣講，是不是？

我又想起來印順老法師，印順老法師好像在一個錄影帶裡面，那個主持人請印老法師說一段話。把這個錄影帶放出來了，我就聽不懂印老在說什麼話，我聽不懂。聽不懂，我就請一個居士他聽懂了，把它記下來。其中我看見有一句話：「禪宗不是講道理的！」這一句話，我說這句話說得好！誰是講道理的？是在學習的時候才講道理，修行的時候不是講道理的。這句話，我感覺到，我很感覺到歡喜。所以我們若想學習佛法，從經論上學習，而不是跟禪師學習，禪師他不會講道理的。

那一天是誰提出個問題，說坐破七個蒲團是表示破第七識的我？這個地方有問題！禪師是修無我觀嗎？是嗎？修無我觀的嗎？你修無我觀要打你香板了啊！和你說。不是的呀！禪師修無我觀？是學教的法師要修止觀才是修無我觀的；他不學習經



論的那個法師，他不會修無我觀。所以你若說禪師修無我觀，坐破七個蒲團表示破第七識的我執，這是你的一廂情願！禪師他不修無我觀的。你看臨濟禪師的語錄，對於這個經論，那話說得很不好聽，很輕視、輕視經教。當然他可以另外有個高的意思，另外有個高尚的意思，但是後來的人去讀這個語錄多數是不能高，領會不到那個高尚的意思，就是一般的虛妄分別了啊！

所以那些在金山高旻住過一個時期，參過禪以後看見學教的：「你嘴巴皮，有什麼用！」就是這個口氣。但是我在想：嘴巴皮也是很難得！也是很難得！你在今天你看看我們中國佛教，我到那個廟上看，只是那些人來燒燒香、磕磕頭就走了，有嘴巴皮嗎？嘴巴皮都沒有！你對他宣布：「我下午兩點鐘講什麼是佛。」他有的人可能還歡喜聽吧！也不見到，看不見啊！總是看見放焰口、打水陸，天天打，標出來什麼……說出來很多很多。只看見這個，也不是不對，也是對！但是你不宣傳佛法，佛法怎麼樣能住持下去呢？社會上一般的政治團體也好，或者是做生意也好，都重視宣傳；你不宣傳你能賺到錢嗎？何況佛法，若不宣傳能行啊？所以嘴巴皮也很重要！固然是沒有品德也不行，沒有修行也是不行。阿彌陀佛！

「已斷作意者，謂斷煩惱後所有作意。有分別影像所緣作意者，謂由此故，修緣分別體境毗鉢舍那」，就是你有這個所緣境，當然這所緣境也還是佛說過的，佛所說過的所緣境。初開始用功的修行人，你不可以自作聰明，就是佛怎麼說怎麼做，要依教奉行！佛說是用什麼作所緣境，他也不是說一種，很多種，你可以選，你可以自由地選擇一種；這個能觀的智慧也是各式各樣的，你也可以從中選一種。你不可以自己「我想出一個辦法來」，這是不可以，不可以這樣子。

「謂由此故，修緣分別體境」，「緣分別體境」，這個「境」就是所緣境，這個所緣境是什麼？是你的分別心。這個白骨觀，白骨觀根本沒有嘛！是你看那個白骨，心裡面想出個白骨來。所以那個所緣境是以心為體的，不是另外的。說我觀佛相，我剛才說「是心是佛」，那個佛是你的心的分別，另外哪有佛呢？是這樣意思。說「即心是佛」，也可以這樣講，當然另外也有其他的意思。

所以這個「緣分別體境」，那個境是以心為體的，所以「境」就是「體」，「體」就是你的「心」，所以叫做分別體、分別境。這個「緣」還是你的心，你能緣的心緣你所分別的這個體境，所分別的體境還是你心變現的。你這樣緣就叫做「修」，「修緣分別體境」。這樣子去觀察去，就叫做「毗鉢舍那」，這個就叫做「有分別影像所緣作意」，「有分別影像所緣作意」是這麼意思。

## 寅十二、無分別影像所緣作意

**無分別影像所緣作意者，謂由此故，修緣分別體境奢摩他。**

「無分別影像所緣作意者」，這是第十二科。「無分別影像所緣作意」怎麼講呢？「謂由此故，修緣分別體境奢摩他」，其實和前面那個一樣，這個所緣境無差別。「有分別影像所緣作意」，和那個「無分別影像所緣作意」，這個所緣境是無差別的。但是

「奢摩他」就是安住在這個所緣境，心裡面不動，就叫「奢摩他」。如果你在裡面觀察，觀察是不淨的，觀察是苦、是空、是無我，那就叫做「毗鉢舍那」了，這麼意思。

自己內心裡面創造出來一個所緣境，然後在這個所緣境上觀，在這個所緣境上奢摩他，就是這麼意思。幾時所緣境沒有了，能觀察的止觀也不可得了，你就得無生法忍了，那麼回事。你看，佛施設出來的法門是這樣辦法，施設這個法門，先給你製造一個，「增益」，用這個字。原來我們凡夫沒有這些事情，要給你創造一個所緣境，創造這些如理作意的分別心，叫你用這個如理作意的分別心，在這個所緣境上去止、去觀。然後又把這個「止」和「觀」，能緣、所緣都沒有了，就成功了。這修行原來是這樣子的，原來是這麼回事。真實是離了一切的能緣、所緣，入於無分別境界的時候，就是得無生法忍，原來是這麼回事。所以這個「止」和「觀」是佛安排的方便，也就是一個橋，從這個橋過到彼岸去，原來是這樣意思。

### 《披尋記》三八二頁：

**修緣分別體境毗鉢舍那及奢摩他者：所知事同分影像為所緣境，名緣分別體境，自心分別之所起故。若於此境取相而轉，有分別故，名緣分別體境毗鉢舍那。即於此境不取觀相，無分別故，名緣分別體境奢摩他。**

《披尋記》解釋的也是好：「修緣分別體境毗鉢舍那及奢摩他者：所知事同分影像為所緣境」，有分別影像所緣境。「所知事同分影像為所緣境，名緣分別體境」，這個「緣分別體境」就是「所知事同分影像為所緣境」，這兩個名詞是一回事。「自心分別之所起故」，這解釋這個「分別體」。這個所緣境的體是什麼呢？是你自心分別所現起的。你心裡不分別，哪有這回事呢？你心裡面現出來一個白骨，這是自己分別心現的嘛！你心裡不分別，立刻沒有了。那麼其他的一切法亦復如是。

所以禪宗有一個公案，說一個修行人，他一靜坐、一靜下來的時候，在他的腿上有一個貓坐在那裡；天天他一靜下來，就坐在那裡。後來他就向同參講這件事，同參說：「你用一個錐子來錐牠，看牠怎麼樣？」他真就這樣做了，一下子扎到自己大腿上。其實哪有那麼回事情呢？都是心的分別嘛！所以從唯識上，你不學，你去靜坐修行，就是有很多問題。若是學學這些經論的道理，來學的時候，不要說學《瑜伽師地論》告訴你唯心所現，你學《大智度論》也是一樣，沒有這回事情的！但是你沒學，不學就不知道，不知道就會有些顛倒的事情，就是顛倒迷惑啊！總感覺「真的啊！他在告訴我就要得無生法忍了啊！」在這坐著，說有人同我說話，說你明天就得無生法忍了！你看哪有這種事情？是自己的虛妄分別嘛！但是就認為是真的，等到第二天也沒有得無生法忍。所以知道佛菩薩大慈大悲，告訴我們都是假的呀！有人同你說話，哪有那麼回事情？你自己同你自己說話嘛！另外哪有人同你說話？所以這句話說得好，「自心分別之所起故」，都是這麼回事！「我看見光明了」，「我看見佛來了」，都是自心所現，沒有那麼回事。

「若於此境取相而轉，有分別故，名緣分別體境毗鉢舍那」，就是這麼回事，這

個「毗鉢舍那」。「即於此境不取觀相，無分別故」，這個境還在，但是不取相而觀，不觀，不作種種觀察，你無分別住，這個時候叫「緣分別體境奢摩他」。你不作觀，緣這個所緣境無分別住，這就叫做「奢摩他」。

上幾次好多的問題還沒回答，這回我們把它回答了，回答它。

問：請問《披尋記》第三三六頁第十一行，「依無常義，是緣起甚深」。「依無常義者，謂從自種子生，亦待他緣。又從他緣生，亦待自種子。又從自種子及從他緣生，而種及緣於此生事無作、無用，亦無運轉。」是緣起甚深。其中說到：「而種及緣於此生事無作、無用，亦無運轉」，這樣說是否指依他起的緣起是無自性？而通達緣起的圓成實是有自性？

答：這個話，通達緣起，依他起的緣起無自性這句話，這句話是中觀學者說的，不是唯識學者，唯識學者不說依他起無自性的。唯識學者「無自性」這句話怎麼講呢？是沒有這件事叫做無自性，和《中觀論》的解釋法不一樣。所以依他起的緣起無自性，《中觀論》才這麼講，在唯識學者不這麼說的。它認為依他起還是有法，還是有，不過不真實就是了。「通達緣起的圓成實是有自性」，對，唯識宗是這麼講，圓成實是有自性。

問：這一點與《中論》主張緣起本身也是無自性有所不同？

答：是的，《中論》說依他起還是無自性，和唯識學者的說法不一樣。但是《中論》說依他起的因緣生法無自性，並不說是沒有依他起，依他起的因緣生法還是有，《中論》的說法應該是這樣說，是這樣意思。這一方面呢，和唯識學者是一致的，無差別。

問：若圓成實有實體性，從緣顯了，那與外道的從緣顯了有何不同？

答：這是回答過，是的。但是這個，佛法的從緣顯了和外道的從緣顯了有一點同，但是又不完全同。佛法說的從緣顯了，只是說圓成實這一部分，無為法是從緣顯了，只是一部分。比如說你有三明六通，你有這些有為的無漏的功德，那還是因緣所生，而不是從緣顯了，是因緣所生，而不能從緣顯了。除非是天台宗，其他的宗派說：「何期自性，本自具足」，那可能是萬法都具足，可能也這麼說。但是若在唯識上說，有為法都還是因緣所生，這個情形還不同。

問：無垢識若是圓成實的話，應是常住不滅的嗎？

答：我看這個不能那麼說。無垢識還是有種子的，無垢識。識是由種子生的，或者是有漏種子，或者是無漏種子；由種子生的，都是有剎那滅的，所以不能說是常住的，也不能那麼說。好，這個就是這樣了。

問：九惱事中有瞋未來怨親者，難以理解。

答：「瞋未來怨親」，是未來的怨親，瞋這個未來的怨親，這句話怎麼講？這句話也可

以想一想，想一想應該也可能明白。未來的怨親，就是現在不是怨親，他將來是怨親。現在這個人不是怨親，也不怨、也不親，你不高興他，這就是瞋未來的怨親，可以這麼講嗎？也是可以。或者是人的憤怒來了的時候，也可能他學過佛法，他就可能過去的怨親、現在的怨親、未來的怨親我都要怎麼怎麼的，也可能他有這樣想法，那麼就是瞋未來怨親。如果沒有這個想法，就是現在不是怨親，但是你不高興他，那麼就是未來的怨親了，也可以這麼說吧！這是第二。

問：第三個問題，具有思慧的人，會有哪些特質？

答：具有思慧的人有什麼特質？具有思慧的人，他對於佛法的懷疑很少很少。因為他深入地去思惟、觀察，專精思惟，他所理解的佛法深刻了，比聞所成慧又進了一步。更進了一步呢，他對於諸法苦、空、無常、無我的這種理性，他認識得深刻，他若修止觀的時候比較容易。這是一樣。

其次，他對於善惡果報，因為經過深刻的思惟，對善惡果報的思惟也深刻了一點，不敢做惡事。所以有思慧的人他的品德會好一點，戒容易清淨，不敢做惡事。修止觀的時候比只有聞慧的人強得多，但是這個人還沒得禪定；他若得了禪定的時候，那就是修慧了。所以有思慧的特質，就是他是持戒容易清淨，當然不是說有聞慧的人持戒不清淨，不是這個意思。思慧的人持戒清淨，修止觀的時候容易，而對於佛法的意趣他能通達。

比如說是像《金剛經》，前一段文「發阿耨多羅三藐三菩提心，云何應住？云何降伏其心？」底下：「若卵生、若胎生、若濕生……無量無數無邊眾生……皆以無餘涅槃而滅度之。」一直到「若有我相、人相、眾生相、壽者相，即非菩薩。」這是一段文。後面「菩薩於法應無所住行於布施」，又一段文；後面又一段：「可以身相見如來不？不也，世尊！不可以身相得見如來。」比如這三段文，我們不管它段不段都不管，也不要分科，就這樣，這是說無我，無我相，「若菩薩有我相、人相、眾生相、壽者相，即非菩薩。」我明白這個意思，我明白了。底下說「菩薩於法應無所住行於布施」，要無住行布施，也就完了。下面一段，「若見諸相非相，即見如來」怎麼怎麼的，就這樣明白。但是這文這麼多，連續起來，每一段文是什麼意思呢？看不清楚，不能明白，就不明白了。

但是天台智者大師他就解釋了，前面這一段是發願，前面這一段文是發願：「廣大第一常，其心不顛倒」，就是發四種心，這是發無上菩提願。發了願以後就修行，就是「菩薩於法應無所住行於布施」，由願導行。後邊這一段呢，「可以身相見如來不？不也，世尊！不可以身相得見如來。何以故？……若見諸相非相，即見如來。」這一段文，這是得果，得個無所得果，得了無上菩提果。這三段文合起來，願、行、果。這什麼意思呢？就是那個菩薩他能知道那一段文，佛說那一段文的意趣。那一段文本身的道理是一回事，但是為什麼佛要這樣子說這一段文，又說那一段文、說那一段文，聯合起來看它的意趣何在呢？這是要有思

慧以上的人才能知道。

而你若看古德，那些大菩薩，像天台智者大師、嘉祥大師，乃至到窺基大師、清涼國師、世親菩薩、無著菩薩，他解釋的經論，他各式各樣的解釋，這是大智慧。我們一看，「哎呀！這麼解釋！」感覺到很歡喜，他有不同的解釋，我們不能。我們自己想一想，也有不同的解釋，不行，解釋不來。但是那些大菩薩，他另外還能有一個不同的解釋，你讀起來都很有意思。這就是有思慧以上的人他能通達意趣，通達佛法的意趣，你只是有聞慧的人不行，就是智慧不夠，思慧的人、有修慧的人都是這樣子。

就這個四悉檀，拿那個「悉檀」兩個字，有一個佛教學者，好像是大學教授；人總是，他能夠深入地學習佛法，有歡喜心學習佛法，這是很應該讚歎，但是他就批評，批評天台宗講錯了，講那個悉檀是個宗旨，宗的意思，四種宗旨，四悉檀，四種宗旨的意思。天台宗說什麼呢？說悉者遍也，檀是施的意思。這不是智者大師寫的，是南嶽慧思大師的解釋，就是普遍地布施，為一切眾生普遍地布施他佛法、為他講解佛法，這叫做悉檀。悉者遍也，檀是施的意思，普遍地布施，這麼解釋；就是佛能夠觀察一切眾生的根性，普遍地為他們講解佛法，這麼講。他就認為這個不合乎梵文，悉檀是個梵文，這樣解釋不對。

但是我又有一個解釋，就是智者大師也好，南嶽慧思大師也好，他們是成就了聞思修三慧都具足的，他可以另外有一個解釋而符合佛意，還是符合佛意的，就是依義釋文，依文釋義、依義釋文；我們依那個文去解釋裡邊的義，但是他根據義來解釋文，那個文他可以隨意地解釋，但是都合道理，那是一個更高的境界的人的事情。這是要思慧的人才可以，沒有思慧不行。說是通達意趣，但是這個人還沒得禪定，他還沒能得無生法忍。

問：這樣說，讓我想起來，有些人批評說，當然主要是現代的一些文字學者，也多少了解佛法，然後批評說：以前的古德翻譯，翻譯得不好，或者說他們的著作，也就是說不符合比方梵文或者是巴利文的原意。那這樣子說的話，有的時候如果從智慧的角度來看的話，就像剛剛院長講的，事實上這個大德他是有思慧或修慧，也就不能夠去依文去解義了，是不是這樣說？

答：我認為這樣，我同意這個說法，不可以。我們只在文字上學習佛法的人，批評人家那些大古德的境界，不可以，不可以這麼解釋，不可以這樣批評的。

問：下面是一些與十二緣起有關的瑣碎問題，想懇請解惑。第三三二頁《披尋記》第二行：「幾苦胎藏？謂五。」師父解釋為幾支是屬於在胎藏裡受苦，或就是識乃至受這五法在母胎裡面受胎藏的苦。那麼這應是指識乃至受五法種子在母胎的生現行而言，若這樣說應該指現行而言，

答：是的。若是沒有現行，那還沒受苦；只是種子，它還沒有活動，那個不算。

問：而非僅指種子而言？

答：是的，不只是種子，可是與種子還是有關連。因為現行的時候，從阿賴耶識的頓變來說，剎那剎那的頓變來說，就是種子在發生作用；如果沒有種子，沒有現行那回事情。但是我這麼解釋對不對呢？看你有什麼意思？

問：這應是指現行而言，而非僅指種子而言，如《披尋記》之注解是嗎？此問題關係下三問題，三三二頁第二行：「幾能生苦？謂五。幾苦胎藏？謂五。幾唯是苦？謂二。」「幾能生苦等者：五能生苦，謂無明、行、愛、取、有五。苦胎藏，謂識乃至受五法種子。二唯是苦，謂生、老死。」

答：這是這個意思。

問：第五十八頁，倒數第四行，還是《披尋記》第五十八頁，五十八頁在前面。「住胎藏中唯有身觸」，「生後漸次觸生分觸等者：住胎藏中唯有身觸，義如前釋。既出胎已，所餘一切觸漸次生，名生分觸。當知身觸先雖已有，然於此位相續俱生，故不除之，具說一切，所謂眼觸乃至意觸。」又三一四頁倒數第三行：彼名色既生已，「彼既生已，或正生時，大種及觸唯能與彼（名色）為建立因」，此中的觸是否即是胎藏中的身觸呢？

答：這是提出個問題，「彼既生已，或正生時，大種及觸唯能與彼……」，也可以這麼說，就是身觸。身觸也就是識觸，如果沒有識，身是不能觸，沒有觸覺，所以也包括識在內的，是的。「是否即是胎藏中的身觸」，應該說是身觸。

問：第五十八頁，倒數第六行：「出產門時，名正生位。生後漸次觸生分觸，所謂眼觸乃至意觸。」本論視意根為心法，那麼是否在胎藏中應該有意識、意觸了呢？

答：也應該有，也應該是有，應該是有意觸。前面說是「住胎藏中唯有身觸」，唯有身觸呢，是胎藏裡邊所長養的身體來說只有身觸。但是這個身觸所以能觸，還是有識，應該是這樣說。後邊說是應該有意識，就是在胎藏中應該有意識，就是有意觸。有意觸這個觸呢，那和那個身觸有關係，但是還可以再重新觀察。

意觸是什麼呢？這在《大寶積經》上說得比較清楚。就是有福德的人，在母胎裡面就好像在宮殿裡面住一樣，好像在一個花園裡面住；有福德的人在住胎的時候不知道是住胎，而是在一個花園裡面住。沒有福德的人，是在一個牆角那裡，或者是在一個草那裡面，有風有雨這種境界，那麼這也就是觸。當然這個觸呢，也就是意觸。說有風有雨，當然實在也沒有風也沒有雨，在母胎裡也沒有風也沒有雨，但是有些相似的事情。有相似的事情，他心裡面就分別，這是風、這是雨。所以在胎觸的苦也包括內心的妄想，在內，這樣意思。是的，也應該有意識的意觸，也應該是這樣說。但是這個意觸純是自己的妄想；住在花園，其實也沒有花園嘛！

不過也可以那麼說，來投胎這個有情，和父母有共業。母親是有福德的人，這個兒也是有福德的人，父母是有共業。那麼他裡面的觸就是這樣子，有他一個意觸。但是這個意觸和外面的境界是一致而又不是一致，這個話就是這樣意思，可以這麼樣去聯想，可以這樣說。

問：第五十一頁第十行：「又處胎分中，有自性受，不苦不樂，依識增長。唯此性受，異熟所攝。」

答：這個又不同。前面說那是異熟生受，這個異熟受是阿賴耶識，阿賴耶識這個受呢，出胎、不出胎都是一樣。

問：此中的受，師父解釋為是阿賴耶識之受心所的作用，那麼它是否也屬於十二緣起中之受支呢？

答：十二緣起的受支，不是。十二緣起中的受支，多數還是指這個……當然可以包括阿賴耶識的異熟受，但是主要是指異熟生受，這個受緣愛應該指異熟生受來說。這樣子，可也不是說完全和阿賴耶識這個異熟受沒有關係，也不能那麼說，還是有關係的。

問：是否也屬於十二緣起中的受支呢？還是說十二緣起中的受支，一定是指通過前六識而生起的心受與身受？

答：是的，應該偏重於這方面。十二緣起的受，偏重於前六識生起的心受與身受，應該這麼說。只是說偏重，不是說沒有阿賴耶識的受。

問：第一三四頁的倒數第七行：「三界將生有情（中有），由有識食，能令壽命安住。」但中有或名健達縛，以香為食，且中有具五蘊六根，應也有觸食及意思食。

答：是的，他也有觸食，也有意思食，是的。

問：所以是否可說中有以四食滋養生命？

答：應該這麼說，他也應該是有段食、觸食、意思食、阿賴耶識（識食），應該是具足四食的，對。

問：第七十二頁第一行，「識食，執持為相。」

答：阿賴耶識這個識食是執持為相。

問：「謂有漏識，由段、觸、思勢力增長能為食事。」似乎指阿賴耶識執持根身，仍有賴於段、觸、思食。

答：對，還是要賴於段、觸、思食的。識緣名色，名色緣識，名色要依靠阿賴耶識，但阿賴耶識也要靠名色；名色若壞了，阿賴耶識也不能不走，也還是不能不走的。是的，也是這樣意思。

問：但無想定和滅盡定接觸心不相應行，無想天的天人及入於滅盡定的聖人，前六識的心心所皆不起作用，他們似乎沒有段食、沒有觸食、沒有思食，而僅有識食。

答：對的，是的。所以入滅盡定的人不可以超過七天。就是只是識食，而沒有其他三個食了，超過七天就要死掉了，所以滅盡定不應該超過。但是這是我們人間的人，如果天上的人那又不同。

問：第三一六頁第九行：「以受力故，於相似境，或求和合，或求乖離。」那麼一個凡夫初開始觀受是苦，而生起求解脫生死之心，是否也是出於一種乖離愛？

答：也是的，也是這樣意思。因為不應該是憑空想像，就是事實上感覺到是有這個需要，要求解脫，應該是這樣子的，這樣是對的。

問：第三三七頁第四行，緣起甚深義中的苦義，「緣起支一味苦相，而似三種相現」，是否是佛菩薩為尚未出離三界的眾生，而如是施設安立的？因為若是已出離三界的聖人，縱然他們的有為世界上是無常、苦、空、無我，但應沒有苦了，是嗎？

答：這話那樣說，得了阿羅漢果的聖人他還是有這個生命體，有父母所生身，他還是要接觸色聲香味觸法的，不能說一點苦沒有。他還可能有病，也有老，老、病、死他還是有。不過沒有愛別離、怨憎會了，求不得這個苦應該是沒有了。



### 寅十三、事邊際所緣作意

事邊際所緣作意者，謂由此故，了知一切身、受、心、法所緣邊際；過此更無身、受、心、法。

這是四十個作意的第三科，解「釋」。第一科「徵」，第二科「列」，現在第三科解釋。解釋裡邊，現在是第十三科。

「事邊際所緣作意者」，這個「事」就是因緣生法。因緣生法，五蘊、十二處、十八界，這都是因緣生法。這個因緣生法當然是有漏的，這種有漏的因緣生法有它的邊際，觀察它這個生滅的邊際變化的作意。當然這是一個緣起，等於是個緣起觀。「謂由此故，了知一切身、受、心、法所緣邊際」，由此「事邊際所緣作意」，就是止觀，由這個止觀的觀察；當然這裡邊先是聞思修，聞思的學習，在禪定裡面修止觀。由此「了知一切身、受、心、法所緣邊際」，「身、受、心、法」就是五蘊，色受想行識，有了五蘊，當然也包括十二處、十八界在內。「了知」就是通達，通達色受想行識的「邊際」，色受想行識是所緣境，觀察它的生滅的邊際。「過此更無身、受、心、法」，所有的有為法都包括在內了。所以「過此」，超越了這個身受心法的範圍以外，就再沒有身受心法了，所以這是一個「邊際」，這個邊際就到此為止了。

### 《披尋記》三八二頁：

事邊際所緣作意等者：謂若所緣盡所有性、如所有性，是名事邊際性。如下聲聞地說。（陵本二十六卷十五頁）此性身、受、心、法所緣邊際，當知亦爾。

看這個小字：「事邊際所緣作意等者：謂若所緣盡所有性、如所有性，是名事邊際性」，「若所緣盡所有性」，就是包括蘊、界、處。「盡所有性」，就是這裡這個意思，就是這麼多，過了這麼多以外再沒有了，這叫做「盡所有性」。「如所有性」是什麼呢？就是用四諦，苦集滅道四諦來觀察這個蘊界處：此是苦、此是集、此是滅、此是道；或者說是苦、空、無常、無我這麼觀察。四諦有十六行，每一諦有四種，四諦就有四四一十六，去觀察這個五蘊、十二處、十八界。或者是一切行無常、一切行苦、一切行無我，住一切法寂滅相，這樣去觀察。或者觀這一切法都是真如相、一切法寂滅相，那麼這就叫做「如所有性」。

就是這麼多的門，這麼多條不同的觀察，「是名事邊際性」，是名「事邊際所緣作意」，這個「所緣作意」就是這樣意思。這樣意思，就是在修止觀的時候，隨各人的好樂，或者是隨師長的教導，你應作如是如是觀，這是各式各樣的情形；但是就這麼多了，超過了這以外再沒有了，就是這樣意思。「事邊際所緣作意」。

### 寅十四、所作成辦所緣作意

所作成辦所緣作意者，謂我思惟如此如此，若我思惟如是如是，當有如此如此，當辦如是如是；及緣清淨所緣作意。

「所作成辦所緣作意者」，前邊有分別影像、無分別影像，就是一個止、一個觀；

用止觀去修學聖道，或者是修學世間的三昧。「事邊際所緣」是指所緣境的範圍；現在「所作成辦」就是這件事成功了，你這個止觀的修行圓滿了，是這樣意思。這個止觀修行的圓滿也是分兩種：一個是世間，一個出世間。「謂我思惟如此如此，若我思惟如是如是，當有如此如此，當辦如是如是；及緣清淨所緣作意」，這以下是解釋這個「所作成辦所緣作意」的。什麼叫做「所作成辦所緣作意」呢？「謂我思惟如此如此」，這底下。

這底下，《披尋記》有一大段的解釋，《遁倫記》也有解釋，《遁倫記》的解釋和《披尋記》解釋不一樣。窺基大師的《纂要》上也有解釋，還是很多種的解釋。《遁倫記》是把窺基大師的解釋引來了，而這個遁倫法師他又引其他法師的解釋，所以這一段文有很多種解釋。現在呢，我又有一個解釋，我不想用他們的解釋，我又有一個解釋。我怎麼解釋呢？「謂我思惟如此如此」這一段，這是世間修三昧的所作成辦作意；「及緣清淨所緣作意」就是出世間的，就是分成兩種。我這樣解釋的原因，就是在二十六卷，本論金陵刻經處的本子二十六卷第十五頁，那裡邊有說明什麼叫做「所作成辦所緣作意」，有解釋，那裡有解釋，我就根據那裡的來解釋這一段文。也不是說我會想出來什麼方法解釋，不是，我就是用那一段文來解釋這一段文。

那一段文解釋，怎麼解釋呢？「謂我思惟如此如此，若我思惟如是如是」，這是因；「當有如此如此，當辦如是如是」，這是果。這個「果」就是前面這一句話「謂我思惟如此如此」，「當有如此如此」，隔一句。「若我思惟如是如是」這是第二句，第二句這是因，它的果是誰呢？「當辦如是如是」，這是果。前兩句是因，後兩句是果，是這樣子。但這個果怎麼樣講法呢？也很簡單，就是色界的四禪：初禪、二禪、三禪、四禪，在因中的修行就叫做「謂我思惟如此如此」，若我這樣子去修止觀，「當有如此如此」的四禪的成果出現了，就是這樣子。若是我修無色界的四空定，修無色界的四空定當然是先開始修空無邊處定，修空無邊處定的人就是色界第四禪的人，所以空無邊處定的行者是在色界第四禪裡面修的，在色界第四禪裡面修這空無邊處定。空無邊處定成功了，然後再修識無邊處定，乃至非想非非想處定。在因的時候就是「若我思惟如是如是」，那麼修成功了，就是「當辦如是如是」，就是這樣意思，就是成辦了，成辦了這個四空定，無色界的四空定成就了。所以這四句話合起來，就是色界四禪、無色界的四空定，你這位修行人肯努力修行成功了，是名「所作成辦所緣作意」，這個意思。這是世間的禪定，還不是無漏的聖道。

無漏的聖道是什麼呢？「緣清淨所緣作意」，這要有出離心，要有苦集滅道，一切行苦、一切行無常、一切法無我、涅槃寂滅，或者發無上菩提心，觀諸法實相。這樣子修成功了，你斷了煩惱了，斷了煩惱的時候，「緣清淨所緣作意」，清淨就是真如，真如是清淨的。你成功了，你的身口意也清淨了，就是聖人了，三乘聖道成功了的人；那麼他緣一切法的境界的時候，沒有煩惱的現行，那麼這也叫做「所作成辦所緣作意」，是這樣意思，就這麼講好了。這是把這個「所作成辦所緣作意」解釋完了。

寅十五、勝解思擇等作意（分二科）卯一、辨體相（分六科）

辰一、勝解思擇作意

**勝解思擇作意者，謂由此故，或有最初思擇諸法，或奢摩他而為上首。**

前邊是第十三、第十四，第十三科是「事邊際所緣作意」，第十四是「所作成辦所緣作意」，這是這兩科。現在第十五科「勝解思擇等作意」，這個「勝解思擇作意」這裡邊的事情。這一科分兩科，第一科是「辨體相」，「辨體相」裡邊分六科，第一科「勝解思擇作意」。

「勝解思擇作意者」，我們昨天講過「勝解」，就是很有力量的，這個「勝」是很有力量的，很有力量的思惟、觀察；不是浮泛的、沒有力量的一種理解，不是，是有力量的。修無常觀、修無我觀，這個力量很大，真能集中你的精神在這裡修觀，那麼他就是深入地觀察無常的道理和無我的道理，或者觀諸法實相，都叫做「勝解思擇作意」。但是這個「勝解思擇作意」，在這裡面的文上看，是有兩種不同。「謂由此故」，就是說這個修行人，由於勝解思擇作意的緣故，有兩種不同。哪兩種呢？「或有最初思擇諸法」，這是一種，第二種，「或奢摩他而為上首」，就是這麼兩種。

「或有最初思擇諸法」，就是這個修行人他最初的時候，他沒有修奢摩他，他沒有；他一開始他就是思惟觀察色受想行識，眼耳鼻舌身意，色聲香味觸法，這樣去思惟觀察去。當然這個思惟觀察，是從經論裡面來的，不是自己自作聰明；從經論佛所開示的這個法門，依據佛所開示的去思惟觀察。最初他就這樣修行、觀察。

我們現行的流行的佛教的情況，就是我們佛教徒的情況，只是把經本打開然後去讀一讀，也可能會思惟思惟；或者是經本子闔起來也小小地想一想，就完了，這件事就算畢業了。但是這上裡面這話的意思不是，這意思就是經本上的學習之後，而又能在一個寂靜的地方，把世間上的事情放下，這些愛憎的事情都放下；愛的事情也放下、憎惡的事情也放下，在一個寂靜的地方專精思惟，這叫做「最初思擇諸法」。這是一個得三摩地，就是得無漏聖道的一個必須經過的一個過程，必須經過的事情。而這件事在我們現行的佛教上看，只是少數人有一點，多數人沒有這件事，多數人沒有這件事的。

「或奢摩他而為上首」，這是第二種情形。這個人他對於佛法學習是達到了一個程度以後，他就修奢摩他，按照佛所開示的方法靜坐，制心一處，明靜而住，遠離一切妄想、掉舉、散亂，也沒有惛沈、睡眠，而能夠明靜而住，成就奢摩他了。「而為上首」，就是以奢摩他為先，奢摩他若修好了，然後再去修勝解思擇作意。這樣子成就了奢摩他之後，在奢摩他裡邊去修這個勝解思擇作意，這個是修慧；前面「或有最初思擇諸法」，他沒有奢摩他，那就是思慧。先是聞慧，而後是思慧，然後是修慧，這是按照佛說的學習佛法的次第，這樣子說的。這是第一科「勝解思擇作意」。

辰二、寂靜作意

**寂靜作意者，謂由此故，或有最初安心於內，或毗鉢舍那而為上首。**

「寂靜作意者」，這是第二科。「寂靜作意者，謂由此故，或有最初安心於內，或毗鉢舍那而為上首」，這是說「寂靜作意」。「寂靜作意」也就是修禪定，使令心寂靜，不要浮動，這個「寂靜作意」。「寂靜作意」也是有兩種。「謂由此故」，這是說一種修行人，由此寂靜作意故，有兩種情形不同。「或有最初安心於內」，或者有這麼一種人，他最初他就開始把這個心放在裡邊，不向外攀緣，不到色聲香味觸法上去攀緣；他把這個心放在內心裡面，找一個所緣境，就是修奢摩他，寂靜住，他這樣修行，最初他這樣修行的，就是「或有最初安心於內」。「或毗鉢舍那而為上首」，那麼最初他先是修了毗鉢舍那，然後再修寂靜作意，或者這樣，這樣子。那麼這個人當然是，也是屬於修慧，屬於修慧的，但是這個人先是以寂靜作意為主的，以寂靜作意為主。最初是安心於內，或者不是，最初是毗鉢舍那為先，然後再修寂靜作意，這樣子。

前面是以勝解思擇作意為中心，這個是以寂靜作意為中心。這個寂靜作意就是定，勝解思擇作意就是慧；一個是以慧為主的，一個是以定為主的。以慧為主的人，後來他又加上了定；以定為主的人，他後來又加上了慧，是這樣子。有的人歡喜修學智慧，勝解思擇作意，他歡喜這樣思惟，感覺到很相應；但是有的人不願意，他先願意修定。但是修定也好、修慧也好，一定不可以單方面，還要再修一個。以慧為主的還要有定，以定為主的還是要有慧的，這樣意思。

#### 辰三、一分修作意

**一分修作意者，謂由此故，於奢摩他、毗鉢舍那隨修一分。**

「一分修作意者」，這是第三科。「一分修作意者，謂由此故，於奢摩他、毗鉢舍那隨修一分」，就是這個「一分修」，人是不一樣的，有的人他歡喜這樣子，他不歡喜那樣子。那麼這個人由此一分修故，就是在奢摩他，這時候他歡喜，或者他歡喜毗鉢舍那，我只修一樣，我不修兩樣。這是一種人，這樣修。

#### 辰四、具分修作意

**具分修作意者，謂由此故，二分雙修。**

「具分修作意者」，這是第四科。「具分修作意者，謂由此具分作意故，二分雙修」，奢摩他也修，毗鉢舍那也修。有的人歡喜這樣子，這是不同的情形。

#### 辰五、無間作意

**無間作意者，謂一切時無間無斷相續而轉。**

「無間作意者」，這是第五科。「無間作意」是什麼呢？「謂一切時無間無斷相續而轉」，你修奢摩他作意也好，你修毗鉢舍那作意也好，你單修一分，你雙修二分，二分具修也好，你想要有成就，你就得要「一切時無間無斷」。「一切時」，不管是午前也好，或者是午後也好，或者是上一個月、下一個月，今年、明年，你作如是修的時候你要不間斷。不能說我告假三個月，然後再回來再修，不可以這樣子，不能的，

不能這樣子。說是有人給我打個緊急的電話來，說是一定要請你來；我們看那菩薩戒上也說，如果你自己修個殊勝的法門要修的話，你可以拒絕他，這不算犯戒，不算犯戒的。所以一切時是「無間無斷」地「相續而轉」，一定要這樣子，他才能有成就。這是叫「無間作意」。

#### 辰六、殷重作意

**殷重作意者，謂不慢緩加行方便。**

「殷重作意者」，這是第六科「殷重作意」。「殷重作意者，謂不慢緩加行方便」，「不慢緩」就是不鬆懈，這個修止也好、修觀也好、修止修觀也好，就是要「不慢緩」。這個不慢緩是不鬆懈，究竟什麼意思呢？就是特別地尊重這件事，拿這件事當一個重要的事情辦，就是很尊重這件事，那叫做「不慢緩」，就是「殷重作意」。也就是精進的意思，殷重也就是殷勤，一次又一次、一次又一次這樣做。前面「無間斷」是正面說，這個「不慢緩」從否定、反面來說的，其實是一回事。

#### 卯二、明作業（分四科）辰一、勝解思擇作意

**此中由勝解思擇作意故，淨修智見。**

「此中由勝解思擇作意故」，這底下第二科「明作業」。前面第一科是明「體相」，辨這個作意的體相，辨這個作意的相貌，本身的相貌。你能這麼樣的修行，會得到什麼樣的功德呢？叫做辨「作業」。分四科，第一科「勝解思擇作意」。「勝解思擇作意」，你能這樣修行，你得到什麼好處了呢？就是這個意思。「辰一、勝解思擇作意」。

「此中由勝解思擇作意故」，的緣故。「淨修智見」，能夠很清淨地能修正你的智慧，「見」也是智慧。我們前幾次講過這個「智見」，能夠使令你的智慧得圓滿；智慧得圓滿，就是這個智慧逐漸地能夠深刻，逐漸地能深入諸法實相，逐漸地就由凡夫的智慧變成聖慧了，由有所執著的智慧變成無執著的智慧了，叫做「淨修智見」。能夠斷除煩惱，煩惱是染汙的，能夠斷除煩惱，使令你所得的是清淨的智慧，就是無漏的智慧，這個「勝解思擇作意」。現在這個文上就是明白地說：修止觀的時候，觀的修行是思惟分別的，是思惟、是分別、是觀察的，不是不思惟觀察，不是這麼說法。底下說：

#### 辰二、寂靜作意

**由寂靜作意故，生長輕安。**

這個是無分別境界，就是「寂靜作意」。「寂靜作意」，常常地明靜而住，不惛沈也不掉舉，內心裡面很明了而又寂靜，寂靜而又明了，明靜而住。你常常這樣修又會得到什麼好處呢？能「生長輕安」，沒有輕安能生出來輕安，生出來輕安，你繼續地修，還能「長」，叫它增長廣大，使令他輕安，「生長輕安」。也就是說這個定力增長了，定力深刻了，定力由淺而深了，所以這個輕安樂也就特別的殊勝廣大。

這個輕安樂的成就，不是我享受到三昧樂，固然是有這個好處，但是也把你的能力加強了，能力加強了。就是你想有所作為，這個作為的能力強了。有了輕安樂，固然也是修行人歡喜的事情，但是同時又有一個極重要的功德，就是能力，有堪能性。說是斷煩惱這件事很難，其實得到禪定的人斷煩惱是很容易的，有這個能力。說是得到神通很難，在這個人得神通也是個容易的事情，也可以很容易得神通。很容易可以斷惑證真，轉成聖道。還有很多很多的甚深的三昧，佛菩薩的三昧，都可以在四禪八定的四禪裡面，進一步地去學習都可以成就的。所以得了禪定，「生長輕安」，也還得到了一個堪能性，有能力，有強大的能力，可以增長、成就殊勝的功德，所以叫「生長輕安」。這就是，修勝解思擇作意使令我們的智慧廣大了，這一個是非常重要的功德。「寂靜作意，生長輕安」，也是非常重要的。

這是說「勝解思擇作意」的功德，「寂靜作意」的功德。

### 辰三、一分具分修作意

**由一分、具分修作意故，於諸蓋中心得解脫。**

這又有這個功德。這是第三科「一分具分修作意」的功德。

你也修「一分」，或者奢摩他分，或者是毗鉢舍那分，勝解思擇作意，或者是「具分」，具足修。「由一分」修、由「具分修作意故，於諸蓋中心得解脫」，就是前面說那五蓋。我們這個心原來是被這五種蓋困擾著，你想從那個蓋跳出來，不行！不可以！就是這個睡眠你就困難，就是非要多睡一會兒不可，我寧可早晨不吃飯我要多睡一會兒。說是我也知道，我不需要人說我也知道：不要多睡，「不行！」到時候非要去睡不可，就是你不容易跳出來。一樣的，其他的事也是一樣，我也知道：這個人小小有一點輕視我，我這個忿怒就來了，我知道我的忿怒不對，但是不行！非忿怒不可。這個愛、憎都是，都把這人困住了，你解脫不出來。現在不是，你修「一分、具分修作意故，於諸蓋中心得解脫」，就能出來。這就是佛菩薩的大智慧、大慈悲，給你一個法門。「你不要多睡覺！」光這一句話不行，一定要有個方法，給我們一個方法。「你不要愛，也不要憎！」這句話，光說這句話不行的，也還要有個方法。一分修、具分修，「於諸蓋中心得解脫」，從蓋中得解脫以後，那個心情完全不同。

就是我們有一種感覺，比如說睡覺：我多睡一個鐘頭，我睡四個鐘頭我嫌少，我再多睡一個鐘頭，結果睡了一個鐘頭以後起來，頭腦不舒服，還是昏昏沈沈的不舒服。說我再多睡一會兒，更不舒服，就是有這個問題。所以不從這個昏昏沈沈裡面出來，是一個苦惱境界。若是能夠奢摩他、毗鉢舍那修好了，從這個蓋中解脫出來，那完全是不同的。他那個身口意，他那個靈明的心性，你可真是得大歡喜，你會歡喜，感覺不同。我們天天睡眠，我們天天是睡四個鐘頭，你養成習慣了，到時候醒了，這個精神是清明的。你睡少了不行，少一點也還精神不對，睡多了還更不行，就是睡四個鐘頭正好，養成了這個習慣就是這樣子。從自己的經驗上也看出來，精神的清明與不清明的境界，內心的感受是什麼味道，你就知道這件事。從這件事來比對來說，修學聖道成功

了那個境界是非常殊勝的，是不同的。所以我們應該努力，努力改善自己，這樣子。  
「由一分、具分修作意故，於諸蓋中心得解脫。」

辰四、無間殷重作意（分二科） 巳一、總顯  
**由無間、殷重作意故，於諸結中心得解脫。**

這個「無間作意、殷重作意」，明白點說就是精進、不懈怠，你能夠精進、不懈怠地這樣修止、修觀的話，不但是從諸蓋中得解脫，還能「於諸結中心得解脫」。這是什麼話呢？「諸蓋」是指現行的煩惱說的。現在「於諸結中」就是煩惱的種子，煩惱的種子是不容易斷的，是不容易斷。所以世間的修行人，不是佛教徒，世間上的人修學禪定，他得到四禪八定了，他只是從諸蓋中心得解脫，從現行的煩惱得解脫，煩惱的種子還在，他們還不能夠得解脫的。而佛教徒能夠得解脫，能解脫煩惱種子，就是「由無間、殷重作意」，就是精進。當然這裡面因為有般若的毗鉢舍那的關係，所以能斷煩惱的種子；如果沒有這個不共於其他外道的，佛教所特有的般若的智慧，才有這種作用，「於諸結中心得解脫」。

巳二、別辨（分二科） 午一、無間作意  
**又由無間作意故，終不徒然而捨身命。**

「又由無間作意故，終不徒然而捨身命。由殷重作意故，速證通慧。」「辰四、無間殷重作意」分兩科，第一科是「總顯」，就是剛才說的「於諸結中心得解脫」，第二科是「別辨」。「別辨」分兩科，第一科是別辨「無間作意」。

「無間作意」是什麼意思呢？若是我們能夠不間斷地去修止、修觀的話，「終不徒然而捨身命」，這一句話可以變成兩句話。「徒然而捨身命」，就是我們不修止觀，就是昨天修、今天不修了，就是三天打魚、兩天晒網，這樣子你徒然捨身命，你這一生你這身命死掉的時候，你一無所得，你什麼也沒有成就。說我得到很多的財富，很多的房地產都是我的，我是拿到什麼博士學位了，或者我有什麼樣的，很多很多的董事長什麼什麼；但是臨死的時候，你一點事情都沒帶去，什麼都是放下了，放在那裡了，你什麼也沒能成就，一無所成就，是徒然捨掉了身命。若是你能無間作意的話，不間斷精進地用功的話，「不徒然而捨身命」，死掉的時候，臨死的時候你有很大的成就，你有很多的成就；智慧有成就，定也有成就，無漏的戒定慧你有成就，有無漏的戒、定、慧、解脫、解脫知見、三明六通都可以成就的，這時候你臨死的時候心裡很歡喜。

那一回我曾經說過一件事，這些阿羅漢，當然指這個俱解脫阿羅漢，臨命終的時候還要現神通。有人問我：臨命終的時候為什麼要現神通呢？現神通幹什麼呢？大概這阿羅漢自己就是這個意思：我這個身命是無常的，老病死結束了，我修行的這些無漏的戒定慧是不是也結束了呢？我試一試！心裡一思惟一正念，一入了定可以現出神通來，這神通沒有老病死，這無漏的戒定慧沒有老病死。就是有漏的這個惑業苦、老

病死是結束了，這無漏的戒定慧還繼續地存在的，所以「終不徒然而捨身命」。「終不徒然而捨身命」，這件事倒是非常有意思，這可以給你安慰，你辛辛苦苦的，沒有白辛苦，臨命終的時候心裡頭有點安慰。假設為大眾僧，就是我們拿佛學院來說，有些人發心為大眾僧服務，為各位同學服務，沒有白服務，你沒有白服務，心裡面也感覺到安慰。

## 午二、殷重作意

### 由殷重作意故，速證通慧。

這句話很明白地說出來。「由殷重作意」，就是你不慢緩加行，精進地努力無間作意這麼修行，沒有白捨身命；我得到這個人身沒有白得，臨死的時候我沒有感覺到悲傷，「老大徒傷悲」，沒有這個事。什麼呢？「速證通慧」，你能夠無間殷重地作意，要向佛菩薩學習的時候，你按照佛菩薩所開示的現成的軌道，從聞思修得無生法忍。你能這樣用功的時候，你能很迅速地成就了「通慧」，三明、六通、八解脫，就是無漏的智慧，般若波羅蜜都成就了，漏盡通。那麼這是聖人了，你就會成就的，不會令你白辛苦的。

我們若是退一萬步，向後退一萬步來說，只要肯修行就好了，就是我能夠每一天我念一部《金剛經》，我能拜五百拜佛也就很好了，或者是我能夠讀《大品般若經》、讀《華嚴經》、讀《法華經》，我能夠「諸惡莫作、眾善奉行」也是很好了，退一萬步來說。或者我們就念阿彌陀佛，念得一心不亂求生淨土，非常好，也是好。但是你現在若是修四念處的話，觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，這個「觀」我認為很有力量，當然我已經說了幾百遍了，不同，不一樣的。你修了不淨觀的時候，這個愛心就沒有了，我看這是很明顯、很清楚的一件事，這愛心就沒有。說我原來這個愛得很厲害，你叫我不愛很不行，叫我不愛很難；但是你發心的時候，一搖鈴的時候，你靜坐的時候，這時候你修不淨觀，這愛心還能有？不可能會有了嘛！那麼樣的汙穢的境界，還有什麼可愛的呢？有什麼可愛的？

我感覺這眾生不能說不是顛倒，我看到老虎抓走鹿，然後吃那個鹿；我看到貓抓著那個松鼠，吃那個鼠。唉呀！我感覺這種……，心裡也不舒服。另外思惟這件事，那個鹿可能是有病了，牠跑不動了，那麼你吃了，你把牠的病也吃下去，你看這件事是愚蠢不愚蠢？那個松鼠很髒很髒的，我們人有的時候還可以隨時還沖沖涼，還好，松鼠哪有這件事？你看牠有多髒，那個貓還偏要吃牠！就是顛倒迷惑嘛！我們人不是顛倒迷惑，人是有智慧的。讀這《金剛經》心裡快樂，我們學習《瑜伽師地論》心裡也快樂，按照《瑜伽師地論》說的不淨觀一修，這個愛心就沒有了，你看不是很清淨？有多清淨呢！

所以這個「終不徒然而捨身命。由殷重作意故，速證通慧」，這個「速」這個字也使令我們羨慕了，有羨慕心；就是真實是能有所成就，就是怕你不這樣做，你若肯努力，他就會有所成就。尤其是，我這句話說出來又有一點分別，年輕人，如果你沒有到



五十歲都可以，到了五十歲你身體健康還是可以，你到了六十歲你身體健康還是可以；那個脇尊者六十歲才出家，後來得了三明六通，大阿羅漢。所以要努力啊！

### 《披尋記》三八四頁：

由殷重作意速證通慧者：漏盡智通，是名通慧。攝事分說：為欲證得未得真實究竟解脫，略有三法能令獲得速疾通慧。一者、智力，二者、不放逸力，三者、數習力。(陵本八十六卷九頁)當知彼數習力，即此殷重作意所攝。

這上面這個小字：「由殷重作意速證通慧者：漏盡智通」，這地方說六通裡面最後這個漏盡通。漏盡通非常重要，這是聖人的境界，前五通還是凡夫境界。「是名通慧」。「攝事分說：為欲證得未得真實究竟解脫」，我們沒有，我想要證得沒有得到的真實究竟的解脫，「略有三法能令獲得速疾通慧」。一者是智慧力，就是從文字的佛法學習的勝解思擇作意，從文字的佛法學習這個，這是一個智力。二者、不放逸的力量，就是不要放逸，就是自己要知道好歹。

說到「好歹」，我又有個妄想：蕭瑀你們知道這個人是誰？蕭瑀是唐高祖李淵的一個重要的大臣，這個人是信佛的，蕭瑀是信佛的人，可能是梁武帝的後代，在隋朝的時候他就做過官。隋煬帝是個敗家子，把他父親給他的天下，本來很富強的，隋煬帝通通搞壞了；所以這就是給唐太宗製造一個因緣，唐太宗做了皇帝。他感覺蕭瑀這個人還是個可用的人，還是用他的。現在我在說閒話，我好像說過這件事，唐太宗到東北伐高麗，遼東，就是到東北去伐高麗。伐的時候他叫房玄齡在長安，叫蕭瑀在洛陽，他到東北，三個據點，他就是使令他們在後方坐鎮，這就可見他很重視他。那麼唐太宗回來以後，做了什麼事情呢？找一個書法家寫一部《大品般若經》，鳩摩羅什法師翻譯的《大品般若經》送給蕭瑀，蕭瑀是個佛教徒，他想要出家的。你看，唐太宗做這麼一件事，給他這樣子。但是後來出了一件事，房玄齡和杜如晦兩個人是死黨，和唐太宗三個人是死黨。蕭瑀這個人年紀大了，老糊塗啊！他就向唐太宗說房玄齡、杜如晦的壞話，說完了唐太宗說什麼？「我知道好歹的呀！」你看，這個蕭瑀鬧一個沒有面子啊！鬧個灰頭土臉。所以就是不知道好歹啊！就是不知道好歹，糊塗啊！就是糊塗啊！

所以我們現在讀了這一句話，「由無間作意故，終不徒然而捨身命。由殷重作意故，速證通慧」，我們也從這裡要努力，不要不知好歹！這樣意思。

### 寅十六、隨順作意

隨順作意者，謂由此故，厭壞所緣，順斷煩惱。

前面是第十五科，說了這麼一大段。這底下第十六科「隨順作意」。

「隨順作意」是什麼意思呢？「謂由此故，厭壞所緣」，就由於這個修行人，由於他有隨順作意的關係，他能「厭壞所緣」，「所緣」是什麼？「所緣」就是這個臭皮囊啊！這個臭皮囊，這個色受想行識是我們所觀察的，我們很多的過患都由這個臭皮

囊發出來的、發起的。現在佛要叫我們用功修行，就從這裡開始，這個意思。說是現在屋子裡進來一個毒蛇，你就要趕快把毒蛇，這個問題把牠驅逐出去，不要去打蒼蠅，你打蒼蠅有什麼用呢？就是這個主要，蒼蠅在這裡飛來飛去，牠的問題不大嘛！這個毒蛇進來是問題嘛！你要從這裡趕快把這件事做好。說我們也是，我們這個身體的大患是色受想行識這裡有問題，我們一天把這件事放那裡不管，我們不管這件事，幹什麼事情呢？看那裡有一朵花，到那去澆澆水，做這個事情。這是不對的啊！

所以現在佛說「隨順作意」，「謂由此」隨順作意「故，厭壞所緣」，要修這個作意。這個「壞」是什麼意思？表示這個身體是必朽之物，它一定要老病死的。你要發厭惡這個心、厭惡這個身體，「厭壞所緣」。「順斷煩惱」，你這樣子能隨順消除貪瞋癡的煩惱，你就能隨順。如果對這個身體你不厭煩，那它就障礙你斷煩惱，它不能隨順，這麼回事。看這底下解釋得詳細了一點。

### 《披尋記》三八四頁：

**隨順作意等者：此約厭壞對治為釋。即於有漏諸行見多過患，謂以如病、如癰等行厭壞五取蘊故，是名厭壞所緣。此即加行道攝。**

「隨順作意等者：此約厭壞對治為釋」，來解釋這個「隨順作意」。「即於有漏諸行見多過患」，就是有煩惱的活動；我們也是做了一些有功德的事情，但是我們用貪瞋癡的心做的。這個事情做出來，我們也不殺、不盜、不淫、不妄語、不飲酒，也不妄語、也不綺語、不兩舌、不惡口，我們做了很多利益人的事情，但是你還是用貪瞋癡心做的，就是有問題，就是有問題了。你若是「厭壞所緣」的時候就「順斷煩惱」，所以「於有漏諸行」要「見多過患」，這個有漏的惡法是有過患；有漏的善法還是有過患的，因為貪瞋癡沒有斷嘛！你要看見它有很多的過失、有很多的災患，一定要注意這件事。說今天沒有事，我這樣做今天沒有事，但是明天就有事了，你要看見；你不要光顧眼前，多向前看一點，多向前看，最低限度要看到三年以後的事情，要向後看，「見多過患」。

那麼怎麼樣看它的過患呢？「謂以如病、如癰等行厭壞五取蘊故」，說這個身體，說是我現在生一個瘡，在我這個膀臂生瘡，我就對這個不滿意，對其他的地方滿意，我對這個不滿意。現在說全部的色受想行識，它就是一個瘡啊！就是要這樣想：它就是一個病、就是個癰瘡啊！對全部的色受想行識都不歡喜啊！要這樣觀察：如病、如癰、如箭，這麼樣觀。這個「等」是苦、空、無常、無我，要這樣去觀察。「厭壞五取蘊故」，這樣子對這個五取蘊你就有厭離心，不去愛著它了，但是也要將就一點，你沒有這個身體也不能修行。「是名厭壞所緣」，這個「厭壞所緣」就是這樣意思。

「此即加行道攝」，這是加行道，就是在「無間道」之前，也叫「方便道」。「無間道」是斷煩惱，斷煩惱之前，你要有「加行道」，就是努力地修四念處，這個努力地修四念處，也叫做「隨順作意」。由這個「隨順作意」的厭壞色受想行識，不高興這個臭皮囊，「順斷煩惱」，就能把煩惱斷掉了，就能斷煩惱的。這是要這樣修行。

另外一件事，就是初發心的人。初發心的人是誰？初發心是誰？初發心的人應該作兩個解釋：就是第一個最容易明白、容易知道的，想要出家還沒出家的這個人，這是初發心的人，這是一種。第二個初發心，出家一百年了，但是他還是迷迷糊糊的，也是初發心，這兩種人。這兩種人，我們對這種人，我也是初發心，我並不要把自己抬高了，我也是初發心，對於其他的初發心的人愛護一點。怎麼愛護？你能夠有個示範的作用，這就是愛護。那個初發心的，他想要出家還沒出家，他看你們出家多少年了，「喔！你是這樣子，我不出家了！」就會有這種事情。如果你能夠示範，「哎呀！出家人！你看！每一個人人都這樣有品德、有修養。好！我也要出家修行。」這就是你有一個帶頭作用，這就叫做愛護。如果我們不這樣子，我們不管別人的什麼，我都不管，我歡喜怎麼樣就怎麼樣，我不要看明天，我只看眼前。糟糕了！你自己也是有個帶頭的作用，使令別人也跟你學，不好！這是不對的。所以我們應該要努力，要修這個隨順作意。「謂由此故，厭壞所緣，順斷煩惱。」

#### 寅十七、對治作意

**對治作意者，謂由此故，正捨諸惑，住持於斷，令諸煩惱遠離相續。**

這個「對治作意」是什麼呢？「對治作意」就是四念處。你就是修這個四念處，「觀身不淨」來對治我這個貪心；「觀受是苦」，我還認為世間是樂，還想要打什麼主意，我還想要去做董事長啊！不必，世間都是苦！「觀受是苦」。「觀心無常，觀法無我」，世間上一切有為法都是無常的，轉眼間就變了啊！

曹孟德「固一世之雄也，而今安在哉？」「西望夏口，東望武昌。」「夏口」就是漢口，我沒去過這個地方。「舳艫千里，旌旗蔽空。」曹操，曹孟德「固一世之雄也，而今安在哉？」都是無常的。楚霸王，也是無常，劉邦戰勝了楚霸王，感覺得意了，不久他就流淚了，都是無常的啊！所以還是趕快修四念處。

「對治作意者，謂由此故，正捨諸惑」，就是由四念處，它能正面地、很重要地、很有力量地能棄捨一切煩惱，「正捨諸惑」。能對治這個貪瞋癡，對治我慢，我癡、我見、我愛、我慢，對治這個，「正捨諸惑」。「住持於斷」，正捨諸惑就是把惑斷了，斷了以後，沒有煩惱就是清淨，使令這個清淨的境界能保持住而不失掉，所以叫「住持於斷」。「令諸煩惱遠離相續」，你繼續地修不淨觀、修四念處，使令這個煩惱「遠離相續」，遠了又遠、遠了又遠，住於不生法中。這不是得聖道了嗎？

#### 《披尋記》三八四頁：

**對治作意等者：此約斷對治、持對治、遠分對治為釋。正捨諸惑，謂斷對治；住持於斷，謂持對治；令諸煩惱遠離相續，謂遠分對治。斷對治者，無間道攝；持對治者，解脫道攝；遠分對治者，勝進道攝。**

把這個唸一下：「對治作意等者：此約斷對治、持對治、遠分對治為釋」，解釋這個「對治作意」。前面是約「厭壞對治」解釋隨順作意；這是約其餘的三個作意來解

釋這個「對治作意」，這底下就解釋。

「正捨諸惑，謂斷對治」，就是修這個四念處，你能夠無間殷重作意，也就是隨順作意，就把煩惱斷了，這叫「斷對治」。「住持於斷，謂持對治」，這個「持對治」是什麼意思？「住持於斷」，這個斷的清淨的境界能「住持」，能夠保持不失掉，保持不壞，那麼叫「持對治」。「令諸煩惱遠離相續，謂遠分對治」，「令諸煩惱遠離相續」，遠離你的色受想行識，從色受想行識上遠離這一切貪瞋癡的煩惱，使令它遠而又遠、遠而又遠；這還是修四念處的關係，就能遠而又遠，「謂遠分對治」。

「斷對治者，無間道攝」，「無間道」是什麼意思？我們叫做「有間」，你修行很久了，你還沒能夠見到法性理，沒能見到諸法如。「若見諸相非相，即見如來」，你還沒能見到「諸相非相」，什麼原因呢？就有煩惱作障礙。「間」，間者隔也，隔離的意思，有間就有隔礙。現在「無間」，把煩惱斷掉了，你的清淨的智慧與諸法如相契合了，就是「無間道」；「無間道」明白點說就是把煩惱斷了，所以這個「斷對治」就是「無間道攝」，它們是一回事。

「持對治」就是「解脫道攝」，沒有煩惱了，煩惱是繫縛你嘛！沒有煩惱繫縛你，你不是自在了？就是這個意思。「遠分對治者，勝進道攝」，你繼續修四念處，還能進一步去斷另一品煩惱，進一步去斷掉其餘的煩惱。比如說初果，你繼續修學四念處，那麼就又斷了煩惱，得二果；二果再繼續修行就得三果，就是把煩惱繼續就斷，這樣意思。所以「遠分對治者」是「勝進道」，就是進一步更得到殊勝的果位、殊勝的功德，那麼這叫做「勝進道」。

約這三種治：斷對治、持對治、遠分對治來解釋「對治作意」。這四十個作意裡邊，現在這是第十七科，「對治作意」。

這裡有三個問題。

問：下列數問題，懇請釋疑，頁數皆以《披尋記》本。第三一二頁最後一行：無明自性是染汙。「所以者何？非不愚者起此作意」，這個不如理作意。「依雜染因說緣起教，無明自性是染汙，不如理作意自性非染汙，故彼不能染汙無明，然由無明力所染汙。」無明是染汙，無明自性是染汙，阿羅漢斷染汙無知，未斷不染汙無知。此不染汙無知，在大乘而言也名之為無明，但此無明應是指劣慧為體所顯的無明，而非染汙為性的無明。

答：這是你說的話，是你這麼說，也有道理。

問：換言之，阿羅漢煩惱習氣未滅盡，猶有現行之時，無明心所並不與第六意識相應而起，是嗎？

答：不是的，它還是與第六識還是相應而起，還是相應而起。阿羅漢不染汙無知，應該說他的無明沒有染汙，但是這種話是對染汙無知名為不染汙無知；但是若對大乘來說，也還是不清淨，也還是不清淨的。《成佛之道》，印順老法師那上：「耽

有所不淨，恥有所不能，恥有所不知，迴入於大乘」，是這麼說的，是這樣。在十二緣起的無明，這是我們凡夫的這種無明，凡夫的無明，也就是得阿羅漢果所斷的無明，應該是這樣，這是染汙的無明。

問：第二，慧解脫阿羅漢也是「我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有」。如果入無餘涅槃就是入滅盡定，則慧解脫阿羅漢尚未解脫定障，捨壽盡命終時，能入無餘涅槃嗎？

答：「如果入無餘涅槃就是入滅盡定」，這句話是誰說的？這句話是我說的？是你說的？這句話，在小乘佛教裡面不說這句話，《阿毗達磨論》裡面也不說這句話。大乘經論裡面有這個意思，就是在《楞伽經》上說，阿羅漢入無餘涅槃是「三昧酒所醉」，「酒消然後覺」，就像人喝醉酒了，就迷惑了，等到酒醒了他又沒有事了。就是阿羅漢入無餘涅槃就是入了三昧裡邊了，就是入滅盡定了；等到從滅盡定出來了，又是恢復過來，還是有法性身、眼耳鼻舌身意的事情。所以這裡說無餘涅槃就是入滅盡定，有大乘佛教的想法。但是現在這裡說十二緣起的時候，本論主不提這件事，沒有提這件事，但是我們可以不必設限，我們也可以講這句話。

那麼慧解脫阿羅漢他沒有得滅盡定，沒有得滅盡定，他阿羅漢當然沒有解脫定障，定障也沒解脫；命盡的時候，能入無餘涅槃嗎？應該是能。這個道理是在哪裡呢？就是：觸緣受、受緣愛、愛緣取、取緣有、有緣生……他這個觸緣受，他有明相應觸，有明相應受，受緣愛，他不愛。他也是修四念處嘛，修四念處他不愛了，那麼就是愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老死滅，不是入無餘涅槃了嗎？就是這麼回事，所以他還是能入無餘涅槃的。

問題就是：如果他若是四念處修得不成功，他沒能夠滅掉這個愛，他還是受緣愛、愛緣取，那不行，那就不能入無餘涅槃。你就是初果、二果聖人，還是有這個問題，他還是有點受緣愛、愛緣取，就取緣有、有緣生，還是有這個問題。三果聖人呢，也還是有點問題。只有到四果阿羅漢可以了，就是愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老死滅，所以他是能入無餘涅槃的。除非是發無上菩提心了，那也不入無餘涅槃。這是第二個問題。

問：第三個、第二八七頁第七行，有關阿羅漢入無餘涅槃，「若壽量盡，便捨識所持身。此命根後所有命根無餘永滅，更不重熟。又復此識與一切受任運滅故，所餘因緣先已滅故，不復相續，永滅無餘，是名無餘依涅槃界，究竟寂靜處。」有情眾生在三界裡，依生有、本有、死有、中有，生有流轉不已，當生有、死有於一剎那滅後，本有、中有即無間生起，

答：你這個地方這個次第有點問題，「生有、死有於一剎那滅後」，死有以後就應該是有，不應該說本有。中有就生起，中有、生有、本有、死有。不過這沒關係。

問：即無間生起，所以可以說阿賴耶識與名色一直是相依而轉的。縱然有些眾生的生

命現象，無明或色支現行，但也一定有名色的種子，現在阿羅漢於壽盡時，「捨識所持身」，轉識、阿賴耶識已任運滅了，這與一般凡夫之死有應無太大的差異。

答：這句話不對。和凡夫的差異太大了！這不對的。我再唸一遍：「現在阿羅漢於壽盡時，捨識所持身，轉識、阿賴耶識任運滅了，這與一般凡夫的死有應無太大的差異。」這句話說得不對。因為凡夫死有的時候，這一剎那滅、又一剎那生，還是一樣阿賴耶識、轉識都有，色受想行識都是具足的。就是死有的一剎那就是中有，和阿羅漢入無餘涅槃不同。阿羅漢入無餘涅槃，一剎那滅，再也不生了，後一剎那不生；凡夫是一剎那滅，又一剎那就生了，這個是不同的。

問：凡夫於死有一剎那滅後，下一生命之中有即無間生起。而阿羅漢的阿賴耶識裡沒有感生後有的識，乃至受的種子，故阿賴耶識將因中有不現起使其得以依止的名色，於前一剎那識滅後，後一剎那不生。

答：是的，是這樣意思。因為阿羅漢還是有可能有很多的無始劫來的種子，這個業種子可能還是有很多，但是他沒有愛了；他那個識、名色的種子得不到愛煩惱的潤生，就不發生作用了，所以就是愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅。凡夫不是，凡夫什麼都是現成的，所以前一剎那滅、後一剎那生，不能入無餘涅槃。

問：又依五六頁第六行：「又般涅槃時，已得轉依諸淨行者，轉捨一切染汙法種子所依。於一切善、無記法種子，轉令緣闕。」阿羅漢無漏的善、無記種子，因失去了其寄託處阿賴耶識，故已被永害，阿羅漢於是入於不生不滅的無餘涅槃（是的），這樣的理解正確嗎？

答：後邊這句話對，就是中間那句話有點問題。「阿羅漢壽盡的時候，捨掉了識所持身，轉識、阿賴耶識都任運滅了，這與一般凡夫之死有，應無太大的差異」，這句話不對。

問：他是指滅的時候，但是眾生不一樣就是還會再生，它後面有解釋……

答：所以是有差別。這個滅，是臨終的時候滅，實在是在生的時候滅是最主要的。在生的時候沒有愛，是愛取滅，在生的時候愛取滅了；愛取滅了，所以有也滅了，有滅則生滅。凡夫不是，凡夫都沒有滅，愛也不滅，取、有也不滅，所以有緣生。臨死的時候，阿羅漢是入無餘涅槃的話，前一剎那滅、後一剎那不生；凡夫前一剎那滅、後一剎那生，就因為你生存的時候有問題，是這樣意思。

問：對不起，師父！我有一個問題。就是現在二八七頁，我的問題就是說，因為那時候師父解釋，就是二八七頁倒數第四行，「又復此識與一切受任運滅故」。這個地方因為當時師父講就是說，一切的覺受，因為阿羅漢只剩下清淨的識，清淨的識跟一切的覺受。那麼這時候師父講說入滅盡定的時候，那麼在入滅盡定的時候將轉識滅了，然後將阿賴耶識滅了，所以感覺上……

答：這個入滅盡定，阿賴耶識沒有滅。

問：對，我現在唸的就是當時師父講的，不過入不入滅盡定這不是重點。那時候師父

講，就是說將轉識滅了，然後將阿賴耶識滅了，那個時候我就是很困擾這一點。因為好像有說棄捨阿賴耶識，因為我始終不是很明白棄捨這個意思。因為如果說，佛法講無我嘛，那五蘊的話，就是色受想行識，對不對？那識捨掉了身以後，我們就不必考慮這個色了，受想行是心的一種作用，那只剩下識。那如果說是這個時候，我那個時候的想法就是說識滅了，一定有一樣東西不支持它，它滅了以後就不會生了嘛，是不是？那麼可是凡夫的話，凡夫他那個阿賴耶識也是生滅的，凡夫的阿賴耶識也是生滅的，可是滅了以後還會生嘛？

答：是。

問：所以我那個時候的想法就是說，是不是因為，前面我們講到凡夫，他在臨終的時候，等於說是在這一個生命臨終的時候，下一個生命，就是說他的那個業繫，隱隱約約就已經在啟動，就是那時候我們有講說，等於說有個前相。我現在忘掉哪一頁。就是說它有個前相，比方說是你生前做了惡業，那麼你在臨終的時候就有一些亂七八糟的現象現起了，然後比方說你要墮三惡道，那些亂七八糟的現象現，你就墮到三惡道去了。那如果說你做善業，就有一些很美好的前相就顯現出來，所以那時候可以說下一個業繫的一些，就已經有一點點在作用了。那麼所以在這一個生命的最後一剎那，我們可以說那就是死有嘛！死有的時候，這一剎那的那些色受想行識滅了，那下一剎那趕快就頂替過來了。所以這個時候阿賴耶識又有名色，即使是中有應該也有名色嘛，那它就有個依託處，然後就互相在那邊展轉、相依相轉的。那我那時候就在想說，那麼阿羅漢的阿賴耶識為什麼會就這樣子滅了？那當然是說無我，沒有一個人讓它滅，一定是失去了，因緣上面你失去了一個支持力嘛！那它滅了當然就不起了。所以我那個時候的想法就是說，那當然是中有就沒了，中有沒了，它也沒有一個名色可以依止，那阿賴耶識當然就滅了。之所以沒有名色，就是因為沒有一個後有的業力，這個業繫生不起來了。所以那個時候我是想說，如果說是講這句話，「此識與一切受任運滅故」，光是講這個任運滅，跟凡夫的死有那個任運滅，當然是說，凡夫的死有任運滅的時候，有下一個業繫好像是在啟動的階段，那阿羅漢沒有，那一點是不同。可是在這一個生命的滅的，不管是色受想行識，通通都這樣滅了，這一剎那滅，是不是很相像？只講這一生這樣滅的時候，那應該是很相像的。

答：和阿羅漢相似的，你的意思是這個意思？

問：我是說阿羅漢的這一生，他滅的時候，跟凡夫的這一個生命滅，在死有那一剎那滅，應該是很相像。當然是說凡夫還有下一個業繫已經在蠢蠢欲動了，那阿羅漢沒有，這樣子是不是對的呢？

答：對，阿羅漢沒有。這個滅，現在可以說有兩種生滅。就是生存的時候，阿羅漢也好，我們凡夫也好，這個色受想行識都是剎那生、剎那滅，阿羅漢的色受想行識也是剎那生滅，我們凡夫也是這樣，這個無差別。但是無差別中有差別，就是阿羅漢沒有愛取，我們有愛取。有愛取的時候和沒有愛取有什麼不同呢？愛取是增

上緣，愛取就是幫助名色的名言種子去得果報，愛取幫助名言種子去得果報。我們有愛取的關係，所以就出來一個中陰身。中陰身，實在這個名字次第的現象說個中陰身，實質上就是這個愛取的煩惱幫助名言種子去得果報，實質上就是這麼回事，也就是增上緣幫助因緣去得果報，我們凡夫是這樣子。

阿羅漢沒有愛取了，他的名言種子得不到，就是它那個因緣得不到增上緣的幫助，那個名言種子不能發生作用，所以前一剎那滅、後一剎那不生，就入無餘涅槃了，就是這麼回事，這個地方和凡夫不同。至於前一剎那滅，凡夫也是前一剎那滅，阿羅漢也是前一剎那滅，但是後一剎那不同了。不同的地方就是在這裡：就是阿羅漢沒有愛取的潤生煩惱，所以這個名言種子，這個因緣不能發生作用，不能發生作用，這個阿賴耶識也就滅了。阿賴耶識是果報主，這果報主它怎麼生起的？它要有因緣，還要有增上緣。因緣是有，但是沒有增上緣，沒有增上緣就不能起，不能生起，不能生起，就是阿賴耶識就滅了，那麼回事。

問：剛剛那個第一題，就是講到那個染汙無知跟不染汙無知。我記得很早以前我們在學〈五識身相應地〉的時候，好像，我當然可能記憶力也是很有問題，就是說，那時候好像師父說到那個聖人，我們凡夫的話，前五識、第六識、第七識、第八識，就是說有不同的心所跟它相應而起，那麼好像是說到達聖人的時候，你八個識都只有五遍行、五別境，跟十一善心所。

答：是。

問：那如果是這樣子，這時候的聖人的定義是什麼呢？如果說是阿羅漢也是包括在這裡，那為什麼到這時候我們這樣講二十一個心所，事實上根本就是沒有無明的。

答：沒有什麼？

問：沒有無明心所，對不對？因為講五遍行、五別境跟十一善心所的話，那應該就是沒有無明心所跟它相應而起。還是說，偶爾的時候還是有無明心所跟它相應而起？

答：應該他還是有無明。阿羅漢只是斷了愛煩惱和見煩惱，就是染汙的無明斷了，不染汙無明還是有的，還是有。

問：那我的意思就是說，我們在五十一個心所那個無明，是包括染汙無明跟不染汙無明，是這樣子嗎？因為我們五十一心所那個無明，是根本煩惱的無明，那個我覺得就是染汙。

答：現在是那樣，十二緣起的無明現在倒是很分明地說，它是染汙無明；就是那個不染汙無明不在內，不在以內的。但是說是，你剛才提出這個問題，沒有另外說出那個不染汙無明指哪一個心所說的？是不是這個意思？

問：我的意思就是說，因為有的時候是大乘、有的是小乘，大家的定義有一點模糊。那如果說我們用心所來看，比較準確，所以我對這個就是很不明白，就是通不過。我在想說，到底它們，一下子這邊講無明，一下子那邊講，因為光講這個不染汙



無知這個定義的話，大乘講說是以無明為體，我看在《俱舍論》上講就是以劣慧為體。那如果劣慧的話，你可以說它是五別境裡面的慧裡面，它也是具有三性嘛！那如果是這樣的話，如果說我們光看它的哪一個心所跟心王相應而起的話，就比較容易看清楚，到底是慧心所呢？還是無明心所呢？所以到底是？

答：這個事是那樣，但是我現在說的話，有一點超過了這個範圍，但是我也是說過。天台智者大師他解釋這個道理，在凡夫的時候，我們說這是無明、這是智慧，這是身見、邊見、見取見、戒禁取見、邪見，這是欲、勝解、念、定、慧，這是信、勤、輕安、不放逸、慚、愧、無貪、無瞋、無癡，這善心所，這是染汙心所，這是五別境，這是五遍行。煩惱是煩惱，智慧是智慧，這我們在凡夫的時候是這樣講。但是得到阿羅漢以上的時候，阿羅漢的智慧就是無明，不是另外有別體，這麼講，智者大師這麼樣講。所以說到善心所，那麼善心所就是無明，也可以這樣講，也是可以。但是在大乘的經論裡面，當然是另有說法。這裡，似乎本論的論主沒有去辨別大小乘的差別，在這裡他不說這個事情。我們在議論的時候，《披尋記》有的時候也會說到大乘的事情，但是論主在這裡他不說這件事。他說這件事是在後邊，在後文才說到，到〈菩薩地〉他才正面地去講這件事，在這裡他不說。而且這裡邊他說得還非常詳細，我認為這個論主說得很詳細了。至於我們說是，你剛才感覺大小乘在這裡面有點模稜、有點模糊不清楚，不是，他沒有說，他沒有說這件事；但是到後邊才有講，到那個時候他會說得很清楚。

問：我想這第一題，我還有一個小小的問題。就是二八六頁第一行，它說：「由此智見，無明及愛永斷無餘」，就是指那個阿羅漢嘛！那我們平常講說，得慧解脫的阿羅漢，它這邊講「無明永斷無餘」，應該是指種子了嗎？就是無明的種子永斷無餘？

答：是的。這裡說斷煩惱，都應該指種子說。

問：對。那如果是這樣子的話，有的時候我們說阿羅漢有煩惱習氣，我看人家的譬喻就是說，比方一個瓶子你曾經裝了些髒水或怎麼樣，然後你把它倒掉了，還有那個氣味在。那我在想說這個譬喻，好像你把這些無明的種子通通把它滅掉了，可是還有那個習氣。可是習氣在定義裡面它就是種子，所以這個東西是怎麼個解釋呢？你用瓶子那個解釋當然是很容易解釋，你把汙水倒掉了，即使把它擦乾淨了，還是有那個不好的氣味對不對？可是這裡的話，如果種子已經滅了，那我們又說他有煩惱習氣，那習氣本身又是種子。

答：這個事是那樣，這個地方有兩種不同的說法。一種，習氣就當種子講，斷煩惱就是斷習氣；習氣沒有，就是種子沒有了。那麼愛煩惱、見煩惱都有現行和種子，阿羅漢斷煩惱是把愛、見煩惱種子斷掉了，沒有了，就是沒有習氣了。但是若由大乘和小乘對論的時候，也用習氣來說；就是他還有習氣沒有斷，那個習氣不只是說種子，而有現行也在內。就是阿羅漢那個無明還是現行的，不只是種子。但是那個無明和種子，和斷掉的愛見煩惱的現行種子不同，就是更深一層、更微細

的煩惱，那是聖人的煩惱，和這個不同。那麼也用這個譬喻，就像你說，這個瓶子裡面裝的酒，把酒吃掉了，但是瓶子裡還有酒味。你斷了愛見煩惱，現行種子都斷了，但是還有餘習，這個餘習就是無明煩惱，就是說非染汙無明，可以這麼解釋。但是大乘來說，也可以說是染汙，也可以說還是不清淨。

問：謝謝師父。

### 寅十八、順清淨作意

**順清淨作意者，謂由此故，修六隨念，或復思惟隨一妙事。**

這是第四大科，〈本地分〉的第四科「三摩呬多地」。這一科裡邊在「隨釋」裡邊分四科，第一科「總標」，第二科「安立」，這兩科講完了，現在是第三科「作意及所緣」這一科。「作意及所緣」這一科裡邊，在「別辨」裡邊是分兩科，第一科是「七種作意」，這也是講完了。現在第二科是「四十作意」，修止觀的作意裡邊有四十種的不同。這裡邊分三科，第一科是「徵」，第二科是「列」，第三科是解「釋」。解釋四十個作意裡邊分三十一科，現在我們是第十八科「順清淨作意」，這一科。

什麼叫做「順清淨作意」？這個「順清淨作意」，就是由此作意令我們的心得清淨，字面上就是這樣意思。「謂由此故，修六隨念」，在經上的這個緣起，是在阿練若處住，這個修行人在寂靜的地方住，心裡面有恐怖，所以對於自己用功修行有障礙。這個比丘就對佛報告這件事，所以佛就開示這個法門令他不恐怖，這樣意思。現在這個法門在四十作意裡邊叫做「順清淨作意」。「謂由此故」，就是由於此順清淨作意的緣故，這位比丘修習這六種隨念就可以得清淨。當然這裡邊有詳細的事情，底下再解釋。「或復思惟隨一妙事」，或者是你在修止觀的時候，思惟隨順其中一種可喜樂的事情。

### 《披尋記》三八四頁：

**順清淨作意等者：聞所成地說：有二種具足隨念六行差別，能令心沒諸修行者，正策其心，令生歡喜。謂歸依具足隨念，有三種行；證具足隨念，有三種行。於佛法僧隨念之行，名歸依隨念。於趣涅槃行、趣資財行、趣生天行隨念之行，名證隨念。（陵本十四卷二十頁）如是名為六種隨念。又依自增上生事及決定勝事，謂己身財寶盛事作意思惟發生歡喜，是名思惟隨一妙事。如是思惟隨順修道諸歡喜事，隨順證得極清淨道及果功德，名順清淨作意。**

看《披尋記》的文：「順清淨作意等者：聞所成地說」，這是〈三摩呬多地〉，下邊就有〈聞所成地〉。說「有二種具足隨念六行差別」，「二種具足隨念」，加起來就是有六種修行方法的不同。「能令心沒諸修行者，正策其心」，這裡邊用功修行的人，倒不是說是在恐怖的時候要這樣修行，就是在沈沒的時候。這個「沈沒」就是輕微的惛沈，「輕微的惛沈」是什麼意思呢？就是這個所緣境失掉了，這個「沈沒」就是不顯現、不出現、不見了。我們修止觀的時候，你修止也好、修觀也好，都是要有所緣境，這個所緣的境界在你心裡面，要很明了的現前才可以。現在不明了了、失掉了，所以叫做沈沒。沈沒的時候，那就不能修止觀了，心就不清淨了。所以現在說「能令心沒諸修行者」，心在沈沒的這麼多的修行人，你修這個六隨念的時候，「正策其心」，就是它能夠很正確地、很好地來鞭策你自己，使令你這個心振奮起來。「令生歡喜」，使令你這個心，你修六隨念的時候，你心裡面生歡喜心；生歡喜心，這個所緣境就回來了，又可以繼續地修止觀了，是這樣意思。那麼這就是一個破惛沈的一個方法，破除

惛沈的方法，這個六隨念。「令生歡喜」。

「謂歸依具足隨念，有三種行」，前面說「具足隨念」有六種行差別，這底下解釋。這個「具足隨念」裡邊有兩種，第一種是歸依具足隨念，就是佛法僧三寶是我們的歸依處，我們能夠具足地來隨念三寶，隨順三寶的功德去憶念，那麼這叫做「具足隨念，有三種行」。「證具足隨念，有三種行」，另外還有三種行就是叫做「證具足」，「證具足」，「證」在這裡是成就的意思。你成就了這種隨念，這三種修行法你都具足了，有三種行。那麼合起來，就有六種行。這是標出來這兩種三種行，底下再解釋。

「於佛法僧隨念之行，名歸依隨念」，這是第一個。佛法僧是我們的歸依處，我們歸依佛、歸依法、歸依僧的。你能夠不惛沈，也不散亂，隨順佛法僧的功德去憶念的，這樣的修行叫做「歸依隨念」。「念佛」的這種方法，我們通常念佛就是念佛的名號，重複地念佛的名號叫念佛；但是這裡面不是，這是念佛的功德。經論裡面列出來的方法，就是念佛的十號的功德，念佛「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」，念這個十號，這也就是佛的功德。佛是以德立名，念佛的功德，這叫做念佛。這是「念佛」。

其次是「念法」，這個念法，我們也不是太熟悉這件事。念法怎麼念法呢？這是在《阿毗達磨論》上，還有《阿含經》裡面也有提到。念法，第一個是念「善說」，第一個是「善說」的意思。「善說」，就是佛能夠善巧方便地宣說這樣的佛法：苦真是苦、集真是集、滅真是滅、道真是道；佛能這樣地為我們宣說世、出世間的因果的道理，這叫做善說，這是善說。不是佛的人宣說不來的，善說。第二個是「現見」，這個念法的時候怎麼念呢？第一是念法是「善說」，第二是「現見」。

這個「現見」是什麼意思呢？我們聽佛說的這樣的佛法，我們現在就去修這樣的止觀：觀苦，觀察這個苦集滅道的道理，也就是修止觀。那麼這麼觀的時候，你現在這樣觀，你現在就能成就，不是說等到來生，不是；你現在就能成就，你現在就可以得聖道，那麼這就叫做「現見」。佛的法是現見的，這個話的意思，表示不是很難的事情，不是難的事。觀察這色受想行識是苦，那麼真實是苦，這話是真實不虛的，也是容易現見。觀察它是無我的，那麼真實是無我的，也不是個難事。觀察是無常的、是空的，那麼真實是無常、是空，不是一個困難的事情，所以是能現見。你真實能見到苦集滅道，你就是得聖道了，這叫做「現見」。善說、現見，再就是「無熱」。無熱、應時，無熱。

這個「無熱」是什麼呢？就是佛說的這個八正道，佛說的苦集滅道這種法門非常清淨，裡邊沒有煩惱，裡邊是清淨的，沒有錯誤的，沒有染汙。譬如說醫生看我們的病，給我們開的藥方，這藥方開得恰到好處，能夠去掉你的病，而不會為你製造病痛的，所以藥裡邊沒有病，是這個意思。就是佛說的這個法門裡面是清淨無染，它真實能有這種作用，所以叫做「無熱」。

「應時」，無熱、應時，善說、現見、無熱、「應時」。這個「應時」是什麼意思呢？就是你現在能這樣子修這個八正道、修這個現觀、修這個止觀，你現在就能成就

這個現觀，而不會等到將來的，不是。不會等到將來，不會等到後來的時候，不是，就是現在就可以成就，這是一個解釋。再呢，修學聖道，修這個止觀、修這個八正道、修三十七道品、修這個四念處，不揀別時間的，不是說一定是什麼時候修，不是，什麼時候都可以修，白天也可以修，黑天也可以修，早晨也可以修，晚間也可以修，不去計較非要什麼時間，不是的，這叫「應時」。但是我看《阿毗達磨論》上講，就是你現在這樣用功修行，現在就能成就，不必等到將來的，不是。這樣子就和前面那個「現見」有點相同的意思。這是無熱、善說、現見、無熱、「應時」。

第五個念法是什麼呢？就是「引導」的意思。「引導」是什麼意思呢？就是你修佛說的八正道，你這樣作如是觀去用功，它能引、能導到見道去，它有這個作用，能有這個作用。能引、能導，它有這個作用，能導向這樣。這個是「引導」，這是第五個；善說、現見、無熱、應時、引導，第五個。

第六個是「如實知見」，就是你作如是觀的時候，他就能真實地見到苦集滅道，你就能夠真實地「苦真是苦、集真是集、滅真是滅、道真是道」，你作如是觀的時候。那麼這是第六。第七個是「智者內證」。這個「智者」是什麼呢？就是佛和佛的弟子，就是這些阿羅漢，這些得聖道的這些菩薩。佛和佛的弟子，這些人都是智者，這些智者他們已經這樣子成就了這個法，就是已經有這麼多的聖人這樣成就了的。

那麼這一共是七樣，就是這樣來念佛所說的正法。從這幾樣，一共這七樣來看，第一個是「善說」是佛說的，底下「現見」都是講修行的事，最後一個「智者內證」就是已經有這樣成功了的人。從這上看，修學聖道不是個難事，不是很難的事情，就是可以成就的，而且表示現在就可以成就，「現見、應時」，不是等到將來成就的。在《阿含經》上和《般若經》、《寶積經》這些經論上看，得聖道的人，就是聽佛說一坐佛法，這一坐說的法，當時就有人得道。在我們出家人的戒律上看，他安居中，三個月九十天的安居，得初果了，得二果、得三果、得四果、得四禪八定了；也有人七天得初果，有人兩個七，有人多少個七；當然也有人沒有成功，也是有。

這樣子去念佛所說的正法，就感覺到不是很難，得聖道不是很難的事情。問題是什麼呢？就是你先要學習通達，通達了「觀法無我」，這個事你通達了，然後你這樣去觀，它就是容易成就。「觀一切法空」也是一樣，你要明白什麼叫做「空」，然後觀察空是很現成的事情。加上了戒、定的增上緣，這個智慧是容易成就的。所以念法的時候能使令你有信心，有堅強的信心的。

佛隨念、法隨念、僧隨念。「僧隨念」，就是念隨佛修學聖道的這些人，他們已經得初果了，得二果、得三果、得四果了，有無漏的戒、定、慧、解脫、解脫知見，就這樣念。這是三寶，三寶，這都指聖人說的，「僧寶」這個地方，是指入聖道的人說的。沒入聖道的人是僧，而不能說是寶，在《阿毗達磨論》上倒是很明顯地標示出來這個意思。

所以「於佛法僧隨念之行」，念佛、念法、念僧的時候能令我們的心清淨，生歡喜心，這個心就不沈沒了；心不沈沒了的時候，這個止觀的境界就可以現前，這樣意

思。「於佛法僧隨念之行，名歸依隨念」。

「於趣涅槃行、趣資財行、趣生天行隨念之行，名證隨念」，這個「趣涅槃行」，應該說就是佛的八正道就是趣涅槃行。但在六隨念裡邊，佛、法、僧，第四個就是戒，這個「戒」是趣涅槃行，就是它能向前進到涅槃那裡去，這個戒是「趣涅槃行」。念這個戒，六隨念「念戒」的時候，是在憶念自己的戒是清淨的；輕戒、重戒我都持得很清淨，生歡喜心。那麼這樣子呢，為智者所讚，為有智慧的人所讚歎，他不訶責我而能讚歎我，那麼這就是念戒，叫「戒隨念」，也是生歡喜心，念戒。

佛、法、僧、戒，「念捨」，這個六隨念裡面第五個是「捨」，戒、捨。「捨」是什麼呢？就是我能夠破除去慳吝心、慳貪的心，我能得到清淨的財，我能夠布施，舒手能夠布施去幫助他人，所以叫做「捨」，這個「捨」是這個意思，這是第五。

第六個是什麼？「念天」。六隨念最後第六個是「念天」，這個「天」就指四大王眾天、忉利天、夜摩天、兜率天、化樂天、他化自在天，就是六欲天。念這六欲天怎麼念法呢？念六欲天的人，為什麼他們能夠往生到天上去呢？他們有信、戒、聞、捨、慧，加慚、愧，就是七個。就是他對於佛法僧有「信」心；「戒」，他也有戒；「聞」，他能聽聞佛法，聽聞苦、空、無常、無我的佛法。信、戒、聞。他也有捨的功德，還有布施的功德。有「慧」，就是通達四諦的道理，感覺到人生是苦、是無常、無我的，有這種認識。他有這樣的功德的時候，他就能生到天上去。那麼這個比丘能這樣觀察的時候，也觀察自己「我也有這樣功德，所以我若死了以後我也能生到天上去。」這個比丘這樣思惟。信、戒、聞、捨、慧。這樣念天，念天是這樣念法的。

這樣說，「趣涅槃行」就應該屬那個「戒」，「趣資財行」就是那個「捨」，「趣生天行」就是「念天」。我也具足了信、戒、聞、捨、慧。我們初學佛法的人，就應該反省自己要具足這五種功德。對於佛法僧要有信心，第二個要持戒清淨，第三個要多聞，多聞佛法，信、戒、聞。再有捨，要棄捨慳貪的垢。聞、捨、慧，慧就是要通達四諦，苦集滅道四諦的道理，但簡單地說就是通達苦、空、無常、無我的道理，要心裡面能夠有這樣的正念。那麼具足這正念，當然這五種念也還是有深有淺的。

這樣子，這叫做「趣涅槃行、趣資財行、趣生天行隨念之行，名證隨念」，就是自己成就了這樣功德，而能這樣隨順的憶念。這是在「(陵本十四卷二十頁)」裡面有解說，「如是名為六種隨念」。「謂由此故，修六隨念」，這文是這樣意思。

底下「又依自增上生事及決定勝事」，這底下解釋「或復思惟隨一妙事」，這個怎麼解釋呢？就是「又依自增上生事」，這個「增上生」這句話就是屬於人天善法。說我現在是人，我在人的世界我有這麼樣一個程度，但是我希望我能夠具足了六隨念，具足了五戒十善，使令我將來的生命還好過現在，比現在還能夠如意，叫「增上生」，就是殊勝的生命，更圓滿的生命。我不能修出世間的聖道，但是我世間上的這個生命，我能得到一個更圓滿的生命；不但是不墮落三惡道，在人天裡面我也感覺到特別的殊勝的，那叫做「增上生事」。「自增上生事及決定勝事」，這個「決定勝」就是出世間的聖道。「增上生」這件事不是「決定勝」，因為有可能我生到天上去，或者再來人間的

享受富貴，又可能迷惑了，對於佛法沒有信心，有可能做惡事，有可能會跌倒了，有可能又跑到三惡道去了，所以不是決定勝利的。若是你能修學無漏的戒定慧，得了聖道，那一定是勝利，而不會再退下來的，所以叫做「決定勝」。

「又依自增上生事及決定勝事」，這樣。這底下有一個解釋：「謂己身財寶盛事作思惟發生歡喜，是名思惟隨一妙事」，這裡解釋那個「增上生事」。「謂己身財寶盛事」，謂自己所成就的這個聖財，「己身財寶」，不是世間的財寶，就是在佛法裡面得到的信、戒、聞、捨、慧，這是財寶，這是一個殊勝的作意，在這個殊勝的事情上作意。「思惟發生歡喜」，我原來是個很普通的人，我現在發財了，我有了聖財：信、戒、聞、捨、慧；我將來不會跑到三惡道去，一定在人間或者在天上享受這種清淨的富樂，那麼心裡就生歡喜心。這個是從佛法講善惡的緣起上來觀察，而不是強調、不是注重現在的安樂，不是注重眼前的安樂，而是注重將來的生命，我將來我能夠有更好的成就，注重這件事。如果只注重現在，將來若是不注意的話，那是危險的，可能又苦惱了。這樣子思惟就發生了歡喜心，所以「或復思惟隨一妙事」，發生歡喜心，「是名思惟隨一妙事」。

「如是思惟隨順修道諸歡喜事，隨順證得極清淨道及果功德，名順清淨作意」，那麼這個就是屬於「決定勝」的事情。這樣子「思惟隨順修道」，那就是戒定慧了，就是八正道，這是一個特別值得歡喜的事情。「隨順證得極清淨道」，前面是說自己這樣學習修行，這一句話就是「證得」，你成就了初果、二果、三果，這個殊勝的清淨的功德。「及果功德」，就是已經成就了果的功德；有因的功德，有果的功德。那麼這加起來名「順清淨作意」，這叫做「順清淨作意」，這樣意思。

#### 寅十九、順觀察作意

**順觀察作意者，謂由此故，觀諸煩惱斷與未斷；或復觀察自己所證，及先所觀諸法道理。**

這是第十九科「順觀察作意」。這個「順觀察作意」是什麼意思呢？「謂由此故」，謂這個修行人，他修行了七天，或者修行了三年，或修行多久了，他有點成就，有點成就的時候，他不認為自己決定是有成就，他很謹慎地先觀察自己。「謂由此故」，由此順觀察作意故，「觀諸煩惱斷與未斷」，人有沒有修行，其中的一個主要的相貌就是斷沒斷煩惱，經論上是這樣講，就是觀察自己這個貪瞋癡的煩惱是斷了呢？是沒有斷？這叫做「順觀察作意」。觀察這個煩惱是斷、是沒有斷？怎麼樣觀察呢？就是把自己這個分別心，觀察這個色聲香味觸，接觸，內心與色聲香味觸接觸的時候，看內心裡面怎麼反應，就知道是斷、是沒斷了。

「或復觀察自己所證，及先所觀諸法道理」，或者是再觀察自己所成就的功德，所成就的功德這是各式各樣情形，完全是不一樣的。你成就了禪定的功德了；你成就了欲界定、未到地定，乃至四禪八定的功德了；你成就了慈悲喜捨四無量心了，種種的功德。或者是你把《大般若經》背下來了，把《華嚴經》背下來了，那麼這都是「自

己所證」。「及先所觀諸法道理」，或者是你以前所修行的法門，觀察一切法空、一切法無我，諸行無常、諸法無我、涅槃寂靜，你觀察這樣的道理，你觀察得很順，而沒有惛沈也沒有掉舉，而能夠忍可於心，「觀察道理」。那麼從這些事情的觀察，就知道自己煩惱是斷、是沒有斷？成就了多少的功德？這叫做「順觀察作意」。

#### 寅二十、力勵運轉作意

**力勵運轉作意者，謂修始業未得作意者所有作意。**

「力勵運轉作意者」，這是第二十科「力勵運轉作意」。「謂修始業未得作意者所有作意」，「謂修始業」者，就是才開始修學聖道的人。就是我們從文字的佛法上的修習，達到了一個程度以後，你正式地修止觀了，這個時候。我們無始劫來的煩惱很剛強的，你若想要用止觀的法門來調伏這個煩惱的時候，要「力勵運轉作意」，你要特別地用力量，特別地要用力量。用力量的時候，「運轉」就是用止來調伏，或者是用觀來調伏，或者是用不淨觀，或者是持息念，或者是慈悲觀，或者什麼什麼，就是多方面地來調伏這個貪瞋癡的煩惱，這叫做「始業」，才開始修聖道的業，修學聖業。

「未得作意者」，他還沒得到未到地定，還沒得到初禪、二禪、三禪、四禪，還沒有成就。初開始用功修行都是在欲界定裡邊，還沒能得到未到地定，叫「未得作意」，後邊有點解釋。這個時候叫「力勵運轉作意」，初開始用功修行的時候，是辛苦一點，這叫「力勵運轉作意」。「所有作意」，這個修行人他內心的作意，叫做「力勵運轉作意」。

#### 寅二十一、有間運轉作意

**有間運轉作意者，謂已得作意，於上慢緩修加行者所有作意。**

「有間運轉作意者」，第二十一科。「有間運轉作意」什麼意思呢？「謂已得作意，於上慢緩修加行者所有作意」，就是這個人他不怕辛苦，又減少睡覺、又減少飲食，萬緣都肯放下了，這樣用功修行，沒有白辛苦，得到未到地定了，這叫「已得作意」。這個人他還要繼續修行，繼續修行的時候，「於上慢緩修加行者」，他在他的止觀裡邊，他用功修行的時候很緩慢，就是不是特別的精進，叫做慢緩修加行者的人，他內心裡面所有的作意叫「有間運轉作意」。這個地方，他運轉作意修止觀的時候「有間」，就是不全是理想的，其中有間隔，還有一點缺，有一點缺失，這個「間」是這樣意思。但是這個缺失，又不是我們初開始用功內心裡邊的那種境界，也不是，是已經得到未到地定以後，以後他繼續用功修行的時候，其中還有些不圓滿，叫做「有間」。

我們知道，得未到地定的人雖然是心裡面有一點定了，但是他煩惱沒有完全清淨，他還是有欲心、高慢心，各式各樣的煩惱還是有，但是很輕微。但是這個人是用功的人，還是修行的，那麼修行的時候他會……。我們說是，前面這個初禪裡面有尋、伺、喜、樂、一心，那個「尋、伺」。就是在未到地定裡面要修行這個出離的尋伺，出離尋伺、不患尋伺、不害尋伺，就是這些觀察，這樣用功，還不是純是四禪，色界



四禪的境界，所以叫做「有間」，有間缺，這個人。他內心裡面所有的作意，叫「有間運轉作意」。

#### 寅二十二、有功用運轉作意

**有功用運轉作意者，謂即於此勇猛精進無有慢緩修加行者所有作意。**

這個是什麼？這是第二十二科「有功用運轉作意」。「有功用」這話，還是努力的意思，努力地用功修行。這個人是什麼呢？「謂即於此勇猛精進」，前面是慢緩，「於上慢緩修加行」；這個人不是，他不慢緩，他能勇猛的精進，他不怕苦，他不惜身命去靜坐，去修止觀，勇猛精進修止觀。勇猛精進地修止觀，沒有慢緩的情況，結果他有一個什麼成就呢？「無間缺運轉作意」，他心裡面沒有間缺了，這個就是已經得到色界定了，這個人。「即於此勇猛精進無有慢緩修加行」的人，他內心裡面的所有作意，他這個無間缺，但是要努力才可以。這是第二十二。

#### 寅二十三、自然運轉作意（分二科）卯一、標

**自然運轉作意者，謂於四時決定作意。**

第二十三「自然運轉作意」，分兩科，第一科是「標」。

「自然運轉作意者，謂於四時決定作意」，這個「自然」是什麼意思呢？就是前面是「有功用」，就是特別地努力；現在這個「自然」就是不用特別努力，他就任運地他那個心裡面就與道相應，所以「自然運轉作意」。這裡邊分成四種不同，「謂於四時決定作意」，四個時，他能決定地這樣用功修行。

哪四個時呢？前面是「標」，這底下「列」出來。

#### 卯二、列

**一、得作意時；二、正入、已入根本定時；三、修現觀時；四、正得、已得阿羅漢時。**

「一、得作意時」，就是由欲界定進了一大步，到了未到地定了，這叫「得作意」的時候，是自然運轉作意，這是第一。第二是「正入、已入根本定時」，「根本定」就是色界四禪，「正入」就是現在在入，「已入」就是入了以後了，已入，這個時候也是自然運轉作意。「三、修現觀時」，第三個就是修苦、空、無常、無我，修四念住的時候，在定裡面修四念住的現觀的時候，就是現前觀察名為「現觀」。不是過去也不是未來，就是現在你能夠這樣修止觀，觀察修四念住的時候，這個時候也是自然運轉作意。第「四、正得、已得阿羅漢時」，你修現觀這個時候你得阿羅漢道了，或者已得阿羅漢道的時候，也是自然運轉作意。這是分成四個時候。看底下這個《披尋記》。

《披尋記》三八五頁：

自然運轉作意等者：此中四時約二清淨差別為論。一、謂世間，二、謂出世間。於世

間中復有三別。一、得三摩地，即此中說得作意時。得作意相，如下聲聞地釋。(陵本三十二卷二十頁)二、三摩地圓滿，三、三摩地自在，即此中說正入、已入根本定時。於此二時所有作意，是名世間清淨作意。又修現觀，由內作意無間，有無分別決定智、現見智生，是名修現觀時所有作意。乃至最後學位喻如金剛三摩地生，無間永斷修道所斷煩惱，是名正得阿羅漢時所有作意。從此以後，心善解脫，於諸住中及作意中，能隨己心自在而轉；隨所樂住，或聖、或天、或梵住中，即能安住；隨樂思惟所有正法，能引世間或出世間諸善義利，即能思惟；是名已得阿羅漢時所有作意。如是應知出世清淨作意。

「自然運轉作意等者：此中四時約二清淨差別為論」，約兩種清淨差別為論，什麼呢？「一、謂世間」，第「二、謂出世間」的清淨。「於世間中復有三」種差「別」，第「一」是「得三摩地，即此中說得作意」的「時」候。「得作意」的「相」貌，「如下聲聞地釋。(陵本三十二卷二十頁)」，在這個地方就說到得作意的相貌，就是得未到地定的相貌，你們可以去看一看。「二、三摩地圓滿」，三摩地圓滿就是從得未到地定進一步，得到初禪、二禪、三禪、四禪了，那麼叫做三摩地圓滿。「三、三摩地自在」，第三個時間是三摩地自在，就是得到了初禪、二禪、三禪、四禪的時候，雖然是三摩地圓滿，但是裡邊還有愛、見、慢的煩惱，那時候是不自在。佛教徒在得到四禪之後，在四禪裡面修四念處，能滅除去愛、見、慢這個煩惱，這個時候就是三摩地自在。這個「自在」和「圓滿」有這樣不同。「即此中說正入、已入根本定時」，是這個意思。

「於此二時所有作意，是名世間清淨作意」，就是「得作意時，正入、已入根本定時」，這是叫做「世間清淨作意」。按世間人的立場來說，這個人就是清淨了；得了四禪了就算是清淨了，他的愛、見、慢也沒有了，就是清淨了。

「又修現觀」，這是第三個，「修現觀」。「現觀」是什麼呢？「由內作意無間，有無分別決定智、現見智生，是名修現觀時所有作意」。這個「由內作意」，就是在你得到未到地定，或者得到色界四禪，你在奢摩他裡邊，你能夠修止觀、修四念處，能夠「無間」。

我們從《大智度論》上看，從現在《瑜伽師地論》上看，都是在定裡面修觀，修觀是在定裡邊，而不是說是從禪定出來去修觀，不是這個意思。我們頭幾天，你們沒有去，在北院那位傳道法師，傳道法師也是很用功的人，很用功地學習佛法的人，但是他說這麼一句話，說是「從定裡面出來修觀」，當然他也有根據。但是我們去看《解深密經》，《解深密經》有個〈分別瑜伽品〉，你從那上看，乃至從這個文上看，都不像是從禪定出來修觀，是在定裡面修觀，都是這個意思。但是其中有一樣事我們也應該明白：我們現在用功修行，我們現在沒得定，沒得定，我們也先寂靜一會兒，把這個心，或者用數、隨、止這三個方法，或者是修數息觀，或者是修不淨觀，或者是以息為所緣境，或者用隨息的所緣境，或者以心為所緣境，或者是以諸法空為所緣境，總而言之這個心在那裡定一會兒，然後再修觀。這個不能說是在定裡面修觀，因為我

們沒得定嘛！這不能說。若是已經成就定了，是在定裡面修觀。各位可以注意，若沒有人提出這個問題，我們可能也不大注意這個事，提出這個問題的時候，我們就印象會深刻了一點。深刻一點，你就會知道，究竟是在定裡面修觀呢？是出定修觀？你就會明白了。你有了這麼一個，注意了一回，從經上看，就能看出來：「由內作意無間，有無分別決定智、現見智生」，這個「內作意」就是不是外，就是在定裡邊作意，而不是在定外邊，在定裡邊。

「作意無間」，就是這個人特別精進。「由內作意無間，有無分別決定智、現見智生」，「有無分別」，這是說你見到諸法實相的時候，這個心是無分別的，心是無分別。「一切賢聖皆以無為法而有差別」，這就是見到無為法的時候心裡是無分別的；有為法心裡面有分別，無為是不能分別的。所以「有無分別決定智」，這個智慧是「決定」是什麼意思？就是不會退下來的，成就了以後，就是永久是成就而不會失掉的，叫做「決定」。

「現見智生」，這個智慧是現見的，成就了以後，你心裡面是明明了了的，「現見諸法實相」，而不是聽別人講的，不是，是你內心裡面現見諸法實相了。這個智慧出現了，「是名修現觀時所有作意」，就是修止觀的時候的作意，這個時候也是「自然運轉作意」。前邊是「得作意時，正入、已入根本定時」，這都是屬於世間的有為法，或者這個人得了未到地定了，這個人得了四禪了，這是世間的事，還不是聖人。「修現觀時」，這是佛教徒在禪定裡面修止觀成就了，是這樣意思。「所有作意」。

「乃至最後學位喻如金剛三摩地生，無間永斷修道所斷煩惱，是名正得阿羅漢時所有作意」，這個「乃至」就是初開始你有了「無分別決定智、現見智生」，這是初果，按小乘佛法是初果，若按大乘佛法就是初歡喜地。「是名修現觀時所有作意。乃至」，下面是說阿羅漢，那麼就是二果、三果，經過這兩個，到「最後」的「學位」，還是屬於「學」，就是「阿羅漢向」。在這時候用功修行，你成就了一個三摩地，「喻如金剛三摩地」，就像金剛那麼樣的堅固不可破壞的三摩地。這個三摩地出現了，「喻如金剛三摩地生，無間永斷修道所斷煩惱」，金剛三摩地這個定力出現了，在這個「喻如金剛三摩地」裡面修四念處、修無我觀，還是那個「無分別決定智、現見智生」，當然這個是比初果又進步了，比初果、二果、三果都有進步。這個時候這個智慧生出來，就是「永斷修道所斷煩惱」，「修道所斷煩惱」就是愛煩惱。或者是分別我執、分別法執在初得無生法忍的時候斷了；俱生的我執、俱生的法執，那就是大菩薩，八地以上的菩薩到佛的境界。現在說阿羅漢，就是俱生的我執，也就是那一切的愛煩惱都斷掉了，叫做修道所斷的煩惱。那麼見道所斷的煩惱就是見煩惱，現在修道所斷的就是愛煩惱。「是名正得阿羅漢時所有作意」，就成功了。

「從此以後，心善解脫」，他的心不為愛煩惱所繫縛，不為見煩惱所繫縛。「於諸住中及作意中，能隨己心自在而轉」，「於諸住中」，有聖住、有天住、有梵住，各式各樣的住；「及」各式各樣的「作意中」，能隨自己的意，「能隨」自「己」的「心自在而轉」，沒有障礙。他願意怎麼樣就怎麼樣，願意有天眼通，天眼通就現出來；願

意有天耳通，有天耳通；願意有他心通、神足通、宿命通，隨意自在地示現。

「隨所樂住」，隨你歡喜，你願意住在什麼地方就住在什麼地方。住在什麼地方呢？「或聖」住，就是空、無相、無願；「或天」住，就是四禪八定；「或梵住」，就是慈悲喜捨。這麼多的住裡邊，「即能安住；隨樂思惟」，你就能安住在裡邊，隨你歡喜思惟的「所有正法，能引世間」功德「或出世間諸善義利，即能思惟；是名已得阿羅漢時所有作意。如是應知出世清淨作意。」有世間清淨作意，有出世間的清淨作意，而這麼多的作意，都是「自然運轉作意」，這是這樣意思。從這個自然運轉作意來看，也都是在定裡邊，「得作意時，正入、已入根本定時」，自然運轉作意是定；「修現觀時，正得、已得阿羅漢時」，也是在禪定裡面，這可以很明白地知道這件事。

#### 寅二十四、思擇作意

**思擇作意者，謂毗鉢舍那品作意。**

「毗鉢舍那」翻個「觀」，觀就是觀察、思惟，所以叫做「思擇作意」。這也可以知道用功修行的時候，就是看古人的、有些古德的著作裡面看出來，還不確定，修行究竟是有分別呢？是無分別？都是不確定，還有點猶豫的樣子。現在我們從《瑜伽師地論》上看，明明白白的，「思擇作意」就是內心裡面是有分別的，當然這是清淨的分別。

#### 寅二十五、內攝作意

**內攝作意者，謂奢摩他品作意。**

「內攝作意者」，這是第二十五，第二十五「內攝作意」。「謂奢摩他品作意」，「奢摩他」翻個「止」，就是無分別，無分別作意。「內攝」，心裡面不攀緣一切法，攝心在禪定裡面無分別，但是這個無分別也還是作意，就是「引心趣境」。欲、勝解、念、定、慧，這個「定」是個心所法，還是心；這個心但是安住在所緣境上不動、明靜而住，所以也還是作意。

#### 寅二十六、淨障作意

**淨障作意者，謂由此故，棄捨諸漏，永害麤重。**

「淨障作意者」，這第二十六科「淨障作意」。「淨障作意」是什麼呢？「謂由此故，棄捨諸漏，永害麤重」，也就是有止也有觀、有觀也有止，修這個四念住的話，就能夠由此淨障的作意，就能「棄捨諸漏，永害麤重」，就是能斷煩惱了，是這樣意思。

《披尋記》三八六頁：

**棄捨諸漏永害麤重者：**此中初句，謂斷諸纏；次句，謂斷隨眠。

「棄捨諸漏永害麤重者：此中初句」，就是「棄捨諸漏」這一句，「謂斷諸纏」，

這是把一切煩惱的現行的活動息滅了，棄捨了一切煩惱的活動，這是「諸纏」。「次句，謂斷隨眠」，「永害麤重」就是把煩惱的種子消滅了，消滅了以後，永久也不會再有煩惱了，所以叫做「永害麤重」。

我們再講它一段。

寅二十七、依止成辦所行清淨作意

**依止成辦所行清淨作意者，謂由此故，依離一切麤重之身，雖行一切所緣境界，而諸煩惱不復現行。**

「依止成辦所行清淨作意者」，第二十七科。這句話什麼意思呢？「謂由此故，依離一切麤重之身，雖行一切所緣境界，而諸煩惱不復現行。」

「依止成辦所行清淨作意者，謂由此故」，也就是由於你不斷地用功修行。「依離一切麤重之身」，就是我們這個身體，就是色受想行識這個身體，眼耳鼻舌身意這個身體，「離一切麤重」，還是你的身體，但是你的身體裡面沒有麤重了，「離一切麤重」的身體。「雖行一切所緣境界」，你的眼耳鼻舌身意雖然也在一切境界上活動，「行」就是活動。「而諸煩惱不復現行」，但是你的眼耳鼻舌身意裡面沒有煩惱活動，煩惱都不再活動了，這就叫做「依止成辦所行清淨作意」。「依止」就是你這個身體，你的眼耳鼻舌身意，由於不斷地努力，成辦了清淨的功德，你有無漏的戒定慧了，你的眼耳鼻舌身意去面對色聲香味觸的時候，心裡面沒有煩惱了，這個時候的作意叫做「依止成辦所行清淨作意」，叫這個。

寅二十八、他所建立作意

**他所建立作意者，謂諸聲聞所有作意。要從他音，乃能於內如理作意故。**

「他所建立作意者」，這是第二十八。「謂諸聲聞所有作意」，就是聽佛說法而修學聖道的這些人，他們內心的作意。「要從他音」，他一定要從「他」，從佛說法的法音去學習。「乃能於內如理作意故」，他才能夠在內心裡面有止觀的作意，才能修學戒定慧的，不然他自己不能，那麼叫做「他所建立作意」。這是第二十八。

寅二十九、內增上取作意

**內增上取作意者，謂諸獨覺及諸菩薩所有作意。以不從師而覺悟故。**

二十九「內增上取作意」，「謂諸獨覺及諸菩薩所有作意。以不從師而覺悟故」。這個「獨覺」就是出現在沒有佛、沒有佛法的世界，他就自己能得聖道，這人是誰呢？就是「獨覺」。「獨覺及諸菩薩所有作意」，「菩薩」當然也是入聖位的這些菩薩，那他也可以這樣。「以不從師而覺悟故」，他不需要依賴師長的教導，他就能覺悟聖道。所以他的作意是「內增上取作意」，就是他心裡面有強大的善根，他就能夠也一樣地觀察所緣境叫做「取」，他就覺悟聖道了。這就是他以前，前多少個生命，遇見佛遇得多、聽佛說法聽得多、他栽培的善根特別多，就是「久種三多」，所以他不遇見佛的

時候，「不從師而覺悟」，叫做「內增上取作意」。

### 寅三十、廣大作意

**廣大作意者，謂諸菩薩為善了知生死過失、出離方便，發弘誓願趣大菩提所有作意。**

這底下第三十「廣大作意」。「廣大作意」是什麼呢？「謂諸菩薩為善了知生死過失、出離方便」，就是發無上菩提心的菩薩，他「善了知」，這個「善」或者是善巧，或者當「能」字講，能了知生死是有過失的，生死中沒有可愛的事情，是有過患的。「出離方便」，他又能夠了知出離生死的法門，叫「出離方便」。這樣子，「發弘誓願」，於是乎他建立廣大的誓願。什麼誓願呢？「趣大菩提」，我想要得無上菩提，要廣度眾生，有這樣的作意。這是第三十。

### 寅三十一、遍行作意（分二科） 卯一、世尊

**遍行作意者，謂佛世尊現見一切無障礙智相應作意。**

底下第三十一。「遍行作意者」怎麼講呢？「謂佛世尊現見一切無障礙智相應作意」，謂這個得無上菩提的世尊，他能現見一切法，不管是眾生和眾生的世界，一切一切都沒有障礙，都能通達，這樣的作意叫做「遍行作意」。一切的境界他都能夠通達無礙，所以叫做行。

這是第一科，第二科是「菩薩」。

### 卯二、菩薩

**若諸菩薩遍於三乘及五明處方便善巧所有作意。**

發無上菩提心的菩薩，他不但是對於佛法通達無礙，他也通達「三乘」，通達聲聞、緣覺，他也能明白。「及五明處」，「五明」就是內明、因明、工巧明、醫方明，還有個聲明，這五明，在這五明裡面，也能方便善巧的通達無礙。就是內明是屬於佛法，其他的四個明屬於世間法，菩薩都是通達無礙，這樣子才能夠廣度眾生的。他所有的作意也名之為「遍行作意」。「遍行作意」是分兩科，第一科就是指「世尊」，第二科是指「菩薩」。

這一科解釋這四十個作意，解釋完了。

問：阿彌陀佛！請問師父：剛剛在講說修定應該是在定中修止觀，出定修止觀是不對的。那麼我們現在初開始學習的人，到底是在定中修止觀，還是出定再修止觀？

答：我們初發心還沒得定嘛！我們沒得定，就談不到是在定中了，當然是還在定外。我們沒有得定，也就談不到是內外了，我們不可能在定內，我們沒有定。是得了定以後，你修觀的時候是在內？是在外？才有這個問題。

問：另外再請問師父一個問題：佛說「先得法住智，後得涅槃智」，然後我們知道聖人是得了根本智，然後再有後得智，就是根本無分別智，再有後得無分別智。那麼法住智跟後得無分別智之間，到底是有什麼相同或相異之處？還有，涅槃智跟根本無分別智是不是可以劃等號？

答：這個根本智和後得智都是聖人的智慧，不是凡夫的智慧。這個法住智和涅槃智，在前面我們講過，前面講過了，都是聞思修的智慧，應該是偏重於凡夫的智慧，在修學聖道的佛教徒學習佛法所成就的智慧，入聖道之前，屬於聞思修的智慧。那和根本智和後得智，在凡聖位上看是不一樣，但內容是相通的，你一定要通達緣起，通達緣起寂滅性，一定是要這樣，不然你不能得聖道。

問：阿彌陀佛！請問師父：剛剛我們有講過沈沒的事情，就是說在修止觀的時候，這個所緣境有時會沈沒。那如果沈沒的時候，是不是有時候你會注意到有什麼其他相貌進來，稍微開始要進來的時候，那是不是在這樣已經開始要進來，你就可以知道這個所緣境是開始沈沒了？那如果是發覺到這件事情，那怎麼樣趕快又使這個所緣境儘快地又明了起來？阿彌陀佛！

答：這個事就是，從這裡看這個沈沒，可以作不同的解釋了。就是人惛沈的時候，這個所緣境失掉了，心裡面沒有這個念的力量。一惛沈的時候，這個念的力量沒有了，這個所緣境也就沒有了，這是一種沈沒。這個所緣境沒有了，叫沈沒。第二種說是有其他的雜念進來，那所緣境也沒有了，就是轉變了所緣境，變了其他的不應該有的所緣境，那麼應該有的所緣境沈沒了。但是這裡面說沈沒，只是在惛沈的時候，惛沈的時候把所緣境失掉了，是指這個意思說的。若是我們在靜坐的時候，有其他的妄想；我今天吃餃子，心裡面思惟餃子的事情，這也是有所緣境，但是這個不叫做沈沒，這叫做掉舉，這另一個名字了。

但是您提的問題很重要，就是我們沈沒了以後，要怎麼樣趕快地恢復過來，把這個所緣境再現出來，怎麼樣辦法呢？這上面說到的，前面說五蓋，前面五蓋就是你食不知量，吃東西的時候不知道量，吃太多了你容易惛沈，那麼就是沈沒；或者吃得太少也不行，也不可以，你食不知量。乃至睡眠你睡得太多也不可以，睡得太少也不可以，也容易有這些事情。或者是你犯戒了，這個時候你也會有這些問題，這個止觀就不順。就是貪欲、瞋恚、惛沈、掉舉，又是悔，還有疑，各式各樣的蓋，你就會有這個沈沒的問題，有這些問題。

怎麼樣才能夠很快地能得到？就是要去掉這些蓋。在用功修行的時候，這一切事情你要有一個，要「守護根門」，還有這一個，眼耳鼻舌身意你不能放縱它去攀緣色聲香味觸法，不可以這樣子，要守護根門。食要知量，睡眠要知道多少，要調伏，內心的活動要調伏，乃至日常生活一切的事情你都要注意。這樣子能調好了，這個沈沒就沒有了。另外一種呢，就是飲食上有些食品能容易令你睡眠，

這也要注意這個事情，不要吃這個東西；令你多睡眠，這個東西不要吃才可以，它就不失沒了，這是一方面。另外呢，要精進地用功，久了的時候，你這個止的力量、觀的力量強了，它也就不失沒，就不沈沒。初開始用功的時候障礙是很多的，只有慢慢地調，慢慢調，使令自己眼耳鼻舌身意逐漸地、逐漸地與道相接近，逐漸地調這個蓋，減少這個蓋，逐漸地減少蓋，逐漸地加強止觀的力量，它就不沈沒了，只有這樣子。

修正觀的時候，就是連講經都不行。在《法華經·安樂行品》：「乃至深愛法者，亦不為多說」，不為他多說佛法。這些人或者法師、或者居士，很歡喜學習佛法，當然《法華經》那段文說你不要給他多說，就是說亦適可而止，不多說。我不大明白這件事，為什麼不准多說呢？後來我自己就有這個妄想：你沒有得聖道，什麼都是有限度的，心力也是有限度，體力也有限度，你過勞了的時候你自己用功就受影響，你用功就受影響，就不行。本來是相應的，一過勞了的時候，坐禪的時候不相應，有這個事情。這是說還是清淨的事情，為人說法是清淨的事情，你過了的時候對你自己就有問題，其他的雜染的事情更不要說了，更不可以。

所以要怎麼樣才能夠不沈沒？這就是要一方面先要學習這些書，《瑜伽師地論》這個書它告訴你很多事情：這個事情你不要做，這個事情也不要做，這個事情也不要做，這個事情應該做，這個事情應該做。你能照這樣，應該做的做，不應該做的不做，慢慢它就不沈沒了。說：「我不要學，我學那麼多，我就自己在這兒坐著就很好，知息出、知息入就好了。」沒有那麼容易的事情。這是開始說，還有很多微細的事情在後邊，後邊還有很多很多。

用功修行這事，還有一樣事，幫助別人用功修行。有人不願意修行，你鼓勵他修行，他修行的時候你幫助他，你將來用功修行的時候就順一點，就好一點。若是說是別人用功修行，別人要出家，「等幾年再出家，現在不要出家」；說現在修行，「不要修行，自由一點好」，就是總而言之，各式各樣地障礙別人，將來你自己用功就有困難，就是有困難的。有些人，有些在家居士也是說這種話：「在家也一樣可以修行，出家人修行，在家人一樣修行。」也許他這是從實際的經驗來的，這句話。若是實際經驗來的話，當然這句話也是可以，也是可以這樣講。如果是憑自己的歡喜說出這句話，而不是事實，不根據事實來講這句話，憑自己的歡喜說這句話，這句話是有過失的。這是在家居士。

若是出家人也講這句話，這個出家人有問題，這個出家人他沒有學習佛法。你在塵勞裡面生活，《優婆塞戒經》說：在家居士修行非常困難。《優婆塞戒經》上：「多惡因緣所纏繞故。」為什麼在家居士修行困難呢？「多惡因緣所纏繞故」，所以修行難，修行困難。出家，出家就是解脫了惡因緣，同惡因緣遠離了，他就這個障礙就少，他就容易有成就，所以應該是出家修行和在家修行不一樣。但是若是有人想要出家，在家居士說：「在家修行一樣，不要出家。」你這句話就有問題，將來對你自己修行就是會有作用，這句話就發生作用。如果你那句話把他



障礙了，你將來修行是有問題。但你說這句話沒有障礙住，那個人還是出家修行了，你的過失輕，過失輕一點。有些人他用功修行很快的有成就，有的人不是，很慢很慢的。

但是這個《瑜伽師地論》，你看這名字就看出來，「瑜伽師」就是禪師，禪師的境界，禪師應該怎麼修行。而裡邊的內容正是，前邊說到〈五識身相應地〉、〈意地〉，實在都是勸我們發出離心。底下〈有尋有伺地〉那三地，說到不如理作意，說到如理作意，這些我感覺到非常重要。所以這幾地過去了，現在是〈三摩呬多地〉，底下又有〈聞所成地〉、〈思所成地〉，就是關於修行的事情了，才知道要怎麼樣才能修行。若是善根栽培得特別圓滿，他不需要說很多話。獨覺沒有老師，他就是看見，春觀百花開，秋天的時候黃葉落，他就能覺悟，不需要很多的，這麼多的，又說這個、又說那個，不需要講這些事，他就能成道。這可見善根栽培圓滿了，是不可思議。我們現在的人就是善根栽培得少，要有很多的因緣的幫助，才能小小的有一點意思，缺少了一樣就不知道，就不行。

有的居士他自己沒有出家，但是他勸別人出家，這還是難得，還是不錯的。但是出了家以後又不修行，還是不行，還是不行的。當然，也是自己的善根的因緣，另外呢，我也感覺到聖道的因緣難得，你不容易遇見聖道的因緣。我們若是從《般若經》上看，從《阿含經》上看，從這《瑜伽師地論》上看，如果是這些聖道的因緣準備好了，聖道是容易成就的；就是因緣不容易準備，你不容易準備好。

問：師父可不可以講一下聖道因緣如何能夠準備好？

答：聖道因緣準備好，我現在的看法，就是要學習《瑜伽師地論》。因為它是全面告訴你了，很多很多的需要它都告訴你了，這是聖道的因緣。再來就是天台宗是重視修止觀，這也是聖道因緣。其實這話，其實哪一宗不是聖道的因緣？華嚴宗也是很好，三論宗、法相宗都是聖道因緣。就是禪宗，現在的禪宗是有點問題，當然我說這話現在是錄音了，是有點問題的；那種方法啊，就是緩慢得很，不容易，不容易令你得聖道，是有問題。

但是我們怎麼可以說這種話？說現在的禪宗不容易令人得聖道，你根據什麼可以說這種話？我們去學習《瑜伽師地論》就會知道這件事。你學習《瑜伽師地論》也好，你學習《大智度論》也好，你去看《阿含經》也好，看《寶積經》也好，你就知道現在的禪宗光是坐在那裡「念佛是誰」，這樣不行，不容易得聖道。從這唯識的理論更明白，什麼事情就是由種子生現行，沒有種子就不能有現行，就這句話就明白了。就是你要修聖道，這個無所得的、無分別的清淨無漏的智慧，這是由種子生現行來的，你要熏習，這個清淨的智慧才出現。你沒有這麼學習，那麼怎麼能夠開悟呢？不是很明白的事情！

壬二、辨相攝（分十五科） 癸一、攝緣法義（分二科） 子一、了相作意  
**此中了相作意攝緣法、緣義。**

「此中了相作意攝緣法、緣義。餘六作意唯攝緣義。」〈三摩呬多地〉分兩科，第一科「結前生後」，第二科「標列隨釋」。「標列隨釋」裡邊分四科，第一科「總標」，第二科「安立」，現在是第三科「作意及所緣」。「作意及所緣」裡邊就是「結前生後」，「別釋二種」，解釋作意和所緣。先解釋「作意差別」，「作意差別」裡邊是分兩科，第一科是「出二種」；「出二種」就是「總標」和「別辨」。這個「別辨」裡邊，「七種作意」和「四十作意」這兩種作意解釋完了。現在是第二科「辨相攝」，就是七種作意和四十作意彼此相賅攝，就是相同性質的就叫做「相攝」，是這樣意思。這個相攝裡邊分十五科，第一科是「攝緣法義」。分兩科，第一科是「了相作意」。

「此中了相作意攝緣法、緣義」，這個「了相作意」是七種作意裡邊的第一種，叫「了相作意」。這個「了相作意」什麼意思呢？假設是修禪定的話，你成就了未到地定，成就未到地定的時候，繼續想要得初禪。如果是這個人肯這樣努力，他「了相」，就是明了它的相貌，明了什麼相貌呢？就是欲界是特別粗鄙、苦惱的境界，色界定以上是特別微妙安樂的境界，要明了這樣的相貌，這叫做「了相作意」。而「了相」這個意思，這個「了」是明了，也就是認識的意思；我肯定的、我決定的知道欲界是不可愛的，色界以上的境界是非常美好的，這樣的認識，也是這樣的思惟的，那麼就叫做「了相作意」。

七種作意的第一個作意，「攝緣法、緣義」，它能夠攝持、賅攝這四十種作意裡邊的第一個作意是「緣法」，第二個作意就是「緣義」，那麼這了相作意能攝四十作意的緣法和緣義。這個「法」也有它的相貌，「義」也有它的相貌的，這前面我們講過很多次了；「法」是能詮顯的，「義」是所詮顯的，這個能詮與所詮也都是相貌，你能夠認識通達，這就叫做相作意，是這樣意思。

子二、餘六作意

**餘六作意唯攝緣義。**

這七種作意除掉了第一種了相作意，剩下來的還有六種作意。六種作意就是：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，這六種作意。這六種作意是「唯攝緣義」，就是在緣法作意、緣義作意這兩種，它只是能夠攝緣義作意這一種，那個緣法作意就不提了。

這個意思，勝解作意以後都是修所成慧，在三種智慧來看，聞所成慧、思所成慧、修所成慧，都是修所成慧的境界，都是在禪定裡邊所觀察的。但是了相作意也是通於禪定的，它也通於聞慧，似乎也應該通於思慧，但是這地方好像是沒有提，就是通於聞慧和修慧。那麼其餘這六種作意「唯攝緣義」，因為只是在禪定裡面思惟觀察的事情，所以叫「緣義」。但是「緣義」實在也一定有「緣法」，因為這個「義」不能夠獨立的，它離開了能詮顯的文句，這個「義」是不能夠獨自存在的；一定有能詮顯的文

句，然後「義」才能顯現出來的，所以有「義」也應該是有「法」。可是這文上說「唯攝緣義」，這話的意思就是偏重於緣義，這樣意思。

前面也提到「依義不依文」，就是這個意思，依義不依文，一定還是有文的，只是你偏重於義就是了。這裡也是這樣意思，就是特別重視這個義，你能夠去觀察、思惟，你才能夠有成就，是這樣意思。

底下《披尋記》這個文不解釋了。

## 癸二、攝緣身受心法

### 緣身受心法四種作意，遍在七攝。

緣身受心法的境界，這四種作意：緣身作意、緣受作意、緣心作意、緣法作意，就是四念住。這個四念住，這四種境界就是四種作意。這四種作意，這是四十作意裡邊的，「遍在七攝」，它普遍地在七種作意裡邊含攝了，就是七種作意裡邊都通於這四種作意的。這四種作意你要了它的相，也要勝解作意。

這七種作意的大意應該解釋一下。這個「了相作意」，譬如你修無我觀，你一定要把這個無我的相要明了，什麼叫做我，什麼叫做無我。你觀一切法空，什麼叫做空？也要明白，它也有個相貌，你要明白它的相，能這樣的肯定地、沒有猶豫地認識空的道理，那叫做「了相作意」。這是第一。

第二個「勝解作意」是什麼意思呢？「勝解作意」就是開始修行了，這裡邊是說是在禪定裡邊。在禪定裡邊，這個「了相作意」應該是在未到地定裡邊，你得到了未到地定，然後進一步修這七種作意，這個次第是這樣。次第是這樣子，但是「勝解作意」似乎已經得到初禪了，所以是在禪裡面，在禪裡面勝解。勝解什麼？還是了相，就是數數地思惟觀察你了的相，就是這樣意思。數數地思惟觀察無我的道理，思惟這個不淨，觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，這個道理你數數地思惟觀察，在禪定裡面，那麼這就叫做「勝解作意」。

了相作意、勝解作意，第三個是「遠離作意」。「遠離作意」是什麼意思呢？你數數勝解就是修毗鉢舍那的意思，當然也有奢摩他在裡邊。你數數地這樣修，你不會徒勞的，斷煩惱了，把欲界的煩惱，這個貪瞋癡的煩惱斷了，叫「遠離作意」，就是把煩惱同你分離了，它不再困擾你了。而這個煩惱是欲界的上品煩惱，就是最強烈的煩惱，那麼這叫做「遠離作意」。

了相作意，勝解作意，遠離作意，第四個是「攝樂（一么、）作意」，也可以叫「攝樂（力乚、）作意」，唸力乚、也可以，唸一么、也可以。就是你斷了多少煩惱，強烈的煩惱斷掉了以後，這個時候你的身口意就解脫自在，和以前沒斷煩惱的不同。就是你感覺到斷煩惱有大功德，原來是這樣子，以前有煩惱的時候是這樣苦惱，現在斷了煩惱生大快樂，有很大很大的功德，很大很大的能力。那麼你感覺到斷煩惱的功德勝利，得到勝利，還得到快樂，煩惱一沒有了以後感覺到身心都是快樂的，其實就是輕安樂。那麼得到了這個樂，你一有這種感覺的時候，他這個人自然是發道心，就

是願意繼續努力修行斷煩惱。「我還有煩惱沒斷嘛！還有剩餘的煩惱」，繼續要斷這個煩惱，就是努力地繼續修行，這是一個現象、一個反應。同時也會享受遠離煩惱的快樂、喜樂，有喜有樂，他享受這個喜樂。就是這樣子努力地享受遠離煩惱的喜樂，又努力地去修止觀來斷未斷的煩惱，於是乎欲界的煩惱又斷除去很多，就是中品的煩惱；上品的煩惱在遠離作意的時候已經斷了，現在在攝樂作意這個地方，把中品煩惱也斷掉了。

所以這個「攝樂作意」，他願意享受遠離煩惱的喜樂，所以唸ㄌㄛ、也可以；唸一ㄠ、也可以，就是歡喜繼續努力地修行斷煩惱。以前初開始用功修行的時候，尤其是沒得定的時候，斷煩惱很難。你趕快去靜坐了，打板了去靜坐，心裡面不是太歡喜。現在可不是，歡喜靜坐、歡喜斷煩惱，所以叫做攝樂（ㄌㄛ、），也可以叫做攝樂（一ㄠ、）。這樣子說，遠離作意是斷欲界的上品煩惱，攝樂作意是消除欲界的中品煩惱，這樣子說。那麼了相作意、勝解作意、遠離作意、攝樂作意，這是第四。

第五個「觀察作意」。這個上品煩惱也斷掉了，中品煩惱也斷掉了，這個時候他自己，這個修行人他感覺好像沒有煩惱了。但是這個修行人很認真，他不大意，自己實際上觀察自己：我是不是煩惱斷掉了呢？還有沒有煩惱呢？考驗自己，自己考驗自己，這時候叫做「觀察作意」。自己考驗自己，或者是有善知識來考驗你，或者是你的同學來考驗你，或者是魔王來考驗你，或者你自己主動地來考驗自己，考驗自己的結果，還是有多少煩惱的。

有多少煩惱嘛，這個時候「加行究竟作意」，就繼續努力地修不淨觀，繼續地修止觀，這時候叫做「加行究竟作意」。加行究竟作意就把欲界的下品煩惱斷掉了，沒有了。沒有了的時候就是你進了一步，就是從未到地定進了一步得到初禪了，色界初禪。得到了色界初禪，這個時候名之為「加行究竟果作意」。這七種作意是這樣意思。

我初初地，我第一次讀這《瑜伽師地論》，讀《雜集論》上也有這七種作意，看完了以後頭疼。這七種作意要把它完全記住，還都不容易，能把它這個義很分明地記住，也不容易，但是我現在沒有這個感覺。這七種作意的道理，這個義，義的段落很分明，一點也沒有雜亂。

那麼現在用這七種作意和四十作意去配合，了相作意是「攝緣法、緣義」作意。餘六種作意「唯攝緣義」作意，是這樣解釋。「緣身等境四種作意」，這是第二科「攝緣身受心法」，第二科，這一科「遍在七攝」，就是這七種作意裡邊都有身受心法作意，所以就是「遍在七攝」。

### 癸三、攝勝解真實（分二科）子一、就前門

**了相、勝解、加行究竟果作意通攝勝解、真實作意；觀察作意唯攝勝解；餘三作意唯攝真實。此就前門。**

「了相、勝解、加行究竟果作意通攝勝解、真實作意」，這是第三科「攝勝解真實」。分兩科，子一「就前門」，子二「就餘門」。這個「前門」和「餘門」，我看了老

半天也不知道指什麼說的。後來有點分別心，「前門」是什麼？就是七種作意是「前門」，四十作意是「餘門」，是這個意思。《披尋記》上也說得很清楚，但是我還沒有看明白。等一會兒我們講這個《披尋記》，還是要講。

就「前門」來說，就是就「七種作意」來說，「了相、勝解、加行究竟果」這三種「作意」，了相作意、勝解作意、加行究竟果作意，這三種作意是「通攝勝解、真實作意」，這三種作意是通攝勝解作意、通攝真實作意的，這樣意思。這裡說這個勝解作意，從字面上說，就是你認識得非常有力量，你對於這件事的理解力很有力量，別的人用什麼理由來反駁你都是駁不倒你的，你對這樣事情的看法很堅定，這叫勝解作意。可是在這裡底下加個「真實作意」來說，這表示勝解作意不是真實作意。

勝解作意是什麼作意？是假想觀。或者說它叫做增益作意，前面有解釋，叫做「增益作意」。這個「增益作意」怎麼講呢？就是擴大了，把這件事擴大了。譬如說觀身不淨，其實是擴大了，九想觀那種不淨是把這個身體的不淨擴大了。我們現在生存的時候，四大調和的時候，他沒有膨脹、青瘀、膿爛，但是你就是這樣觀，這叫做「勝解作意」。勝解作意這樣觀什麼意思呢？能破這個貪欲心。佛的智慧真是非常的妙，要這樣子破我們的貪心，的確是有作用，有這種作用。

現在這裡的意思就是「增益」，說是假想觀也可以。說「增益」，就是把原來所具有的意義把它擴大了，就是增加了好多部分，叫「增益」。其次，比如說是你修火三昧，修火觀、觀火，觀火是以火為所緣境，但是你成功了，所有的山河大地都可以觀之為火，都有火的相貌出來，那麼就是增加了，就是「增益作意」。「勝解作意」也就是「增益作意」，也就是「假想觀」。但是「假想觀」可是很厲害的，比如說是觀世音菩薩，他就是用勝解作意來救護一切眾生。比如說我們在大海裡面坐船，這船要翻了，你念觀世音菩薩呢，就出來一個島子，這個船在島子上就不沈下去了。其實那個島子是沒有的呀！但是觀世音菩薩一作意就出來一個島子。說現在房子起火了，念觀世音菩薩的時候就來一陣大風把火就滅了，那個風就是觀世音菩薩的勝解作意，那也是觀世音菩薩的定自在所生色。所以我們在沒得定，或者得定的時候，還沒有入聖位的時候這樣修，將來是有作用的，將來這個勝解作意是有作用的。

所以這個勝解作意是個假想觀；真實作意是真實的，觀一切法空，諸行無常、諸法無我、涅槃寂靜，這是真實作意。那麼現在這裡說了相作意、勝解作意、加行究竟果作意裡邊，它也能攝勝解作意，也攝真實作意的。了相裡面也有勝解作意，也有真實作意；勝解裡面、加行究竟果裡面都有，都有這兩種作意，通攝這兩種作意的。

「觀察作意唯攝勝解」，觀察作意，就是七種作意裡面那個「觀察作意」，我剛才解釋過。「觀察作意」是幹什麼的？就是觀察自己的煩惱斷沒斷？考驗考驗自己，叫「觀察作意」。那麼這「觀察作意」在四十作意裡邊那個「勝解作意」，它們是相攝的，「勝解作意」就是假想觀的意思。那個「觀察作意」是什麼意思呢？我感覺我沒有煩惱了，沒有煩惱，那麼自己試一試自己有沒有煩惱，就是觀察這個欲的境界，看看自己的心和這欲的境界什麼樣反應，其實沒有欲的境界，只是心裡面的妄想，所以是假

想，是一種假想觀，所以叫做「勝解作意」。所以觀察作意在七種作意裡邊，「觀察作意」和「勝解作意」它的含義是相似的、是相同的，所以它們是相攝的。

「餘三作意唯攝真實」，這前面了相作意、勝解作意、加行究竟果作意、觀察作意，這四個作意，七作意裡面去掉了四個還有三個。還有三個，哪三個？遠離作意、攝樂作意、加行究竟作意。那麼這三個作意在這兩個作意裡邊，一個是勝解作意，一個真實作意裡邊，屬於哪一個呢？「唯攝真實」，是屬於真實作意。那麼這為什麼，什麼道理呢？因為遠離作意、攝樂作意、加行究竟作意是斷煩惱的，你這樣修行能斷煩惱的。斷煩惱一定用「真實作意」才能斷煩惱，假想不行；假想只能伏煩惱，不能斷，只能降伏煩惱。那麼這三個作意不是勝解作意，它是「真實作意」，這在七種作意裡面是這樣解釋的，這樣意思。「此就前門」，這樣解釋是就七種作意的含義來解釋的，若在四十作意裡面，那又不是這樣了。

這是子一「就前門」，子二「就餘門」。

## 子二、就餘門

**就餘門者，當知隨應。**

隨其所應，那就不只於此了，那個意義就更廣了，這麼解釋。這底下我們看《披尋記》。

### 《披尋記》三八六頁：

了相勝解加行究竟果作意至當知隨應者：此中二門差別解釋。就前門中，了相作意，若了增益事相，即攝勝解作意；若了自相、共相及真如相，即攝真實作意。如是勝解作意，或於增益事相數起勝解，或於自相、共相及真如相數起勝解，是故亦攝勝解、真實二種作意。於加行究竟果中，或隨所欲，於諸事相增益作意思惟，或以自相、共相及真如相，於彼諸法如理作意思惟，是故亦攝勝解、真實二種作意。觀察作意，為欲觀察煩惱斷與未斷，隨於一種可愛淨相作意思惟，是故此說唯攝勝解。所餘遠離、攝樂、加行究竟三種作意，約彼正斷煩惱為論，是故此說唯攝真實。就餘門中，觀察作意，若為觀察自己所證，及先所觀諸法道理，是即亦攝真實作意。又攝樂作意一分思惟修道諸歡喜事，是即亦攝勝解作意。由是此說當知隨應。

「了相勝解加行究竟果作意至當知隨應者：此中二門差別解釋」，不同的解釋。「就前門中，了相作意，若了增益事相，即攝勝解作意」，你若去了別、去認識、去觀察「增益事相」，那就是屬於「勝解作意」了。「若了自相、共相及真如相，即攝真實作意」，所以這「了相作意」也通於「勝解」，也通於「真實」。「如是勝解作意」，說這個「了相作意」這樣子，「勝解作意」也是這樣子。「或於增益事相數起勝解，或於自相、共相及真如相數起勝解，是故亦攝勝解、真實」，前面那個「勝解」是七種作意的勝解，底下那個「勝解、真實」是四十作意裡面的，這樣意思。「二種作意」。

「於加行究竟果中，或隨所欲」，「加行究竟果」這話什麼意思？就是這個人已經

得了禪定了，得到初禪以上的境界了，他成功了的人。他是怎麼樣呢？「或隨所欲」，或者是可能是這樣子，隨自己的心意，「我願意怎麼想就怎麼想」，是這樣意思。那麼「於諸事相增益作意思惟」，他願意這樣思惟就這樣思惟，那他就是通攝了勝解作意了。「或以自相、共相及真如相，於彼諸法如理作意思惟，是故亦攝勝解、真實二種作意」了，前一段是勝解，後一段是真實，所以這個勝解作意、真實作意它都包括在內了。這是說這個事。

「觀察作意」，前面這是了相作意、勝解作意、加行究竟果作意，這三個說完了，這底下就說「觀察作意」。「觀察作意，為欲觀察煩惱斷與未斷，隨於一種可愛淨相作意思惟」，那麼他就用，就在沒有斷煩惱以前認為可愛的境界，他現在來反省自己的時候，隨哪一種可愛的淨相作意去思惟去，這樣子來看自己內心的反應。「是故此說唯攝勝解」，這樣子這個觀察作意就是屬於「勝解作意」了。「隨於一種可愛淨相」，那是自己分別來的，你坐在那裡閉上眼睛來思惟，哪有可愛的淨相事？心裡面的淨相事是自己想來的，所以是增益作意，那麼就是「勝解作意」。「是故此說唯攝勝解」，這個觀察作意只屬於「勝解作意」。

「所餘遠離」作意、「攝樂」作意、「加行究竟」作意「三種作意，約彼正斷煩惱為論，是故此說唯攝真實」，這三種作意，約彼七種作意裡邊，這三種作意是正斷煩惱的一種修行。正斷煩惱來說，「是故此說唯攝真實」作意。這個遠離作意、攝樂作意、加行究竟作意是屬於四十作意裡面的「真實作意」。

「就餘門中」，前面是就「前門」說，就七種作意來解釋，來說。「就餘門」，就四十作意裡邊的道理來說，「觀察作意，若為觀察自己」，這個「觀察作意」就不限於斷不斷煩惱的問題，就不限於來反省自己，而是也可以作不同的解釋了。怎麼解釋呢？就是「若為觀察自己所證」，觀察自己所成就的功德，當然要真實，或者是怎麼樣觀察。「及先所觀諸法道理」，觀察自相、共相，觀察諸法真如的道理，諸行無常、諸法無我的道理。「是即亦攝真實作意」了，這個「觀察作意」就是也包括真實作意在內了。所以在七種作意裡面來說，「觀察作意」只可以說是勝解作意，是假的、假想觀；但是若就餘門來說，它也通於真實作意，「是即亦攝真實作意」。

「又攝樂作意一分思惟修道諸歡喜事，是即亦攝勝解作意」，這個「攝樂作意」，前面說只是「真實作意」；現在這裡面說是「一分思惟修道諸歡喜事」，修道諸歡喜的事情，你有成就的時候你心裡也歡喜，若是斷了煩惱得到輕安樂了，那個輕安樂來了你也是有喜樂，就有這些事情。這樣說呢，「是即亦攝勝解作意」，不全是屬於真實作意。「由是此說當知隨應」，所以由這個道理，所以這裡面「隨應」，若是隨其個別不同的意義，就可以作不同的解釋了，這樣意思。

這是第三科，「攝勝解真實」。底下。

癸四、攝有學等（分二科） 子一、通七作意  
七種作意皆攝有學及非學非無學二種作意。

這第四科「攝有學等」作意。分兩科，第一科「通七作意」。

這「七種作意皆攝有學」作意、「非學非無學二種作意」，這個非學非無學的作意和有學作意，都攝在七種作意裡面。這個地方，「有學」，這是佛教徒修四念處已經成功了聖人，他當然這七種作意他都要修。「非學非無學」，這不是聖人，就是一般的凡夫，一般的凡夫也沒有修七種作意，為什麼說他有七種作意呢？就是修禪定的外道，他不是佛教徒，但是他也不是有學、也不是無學，但是他修禪定了，他那個禪定也要有七種作意，所以也通於這個。

子二、唯二作意

**亦攝無學作意。謂清淨地了相作意及加行究竟果作意。**

「亦攝無學作意」，這是第二科。前面是「通七作意」，這裡面「唯二作意」，不是「通七」。

「亦攝無學作意」，「無學作意」就是阿羅漢以上的聖人。「謂清淨地了相作意及加行究竟果作意」，「清淨地」前面解釋過，就是他得了聖道以後，得了阿羅漢以後，他的眼耳鼻舌身意無論去接觸什麼樣的色聲香味觸法，他心是清淨的，這叫做「清淨地」。這樣子，他裡邊也有了相作意，也有加行究竟果作意在內的，是這樣意思。「唯二作意」，攝這兩種作意。

《披尋記》三八七頁：

**七種作意皆攝有學及非學非無學二種作意者：由七作意通世、出世，是故說攝有學及非學非無學二種作意。**

這個地方，「七種作意皆攝有學及非學非無學二種作意者：由七作意通世、出世」，這一句話明白了。通世間的非佛教徒修學禪定的人，所以「非學非無學」他也有七種作意，「是故說攝有學及非學非無學二種作意」。這句話說明白了。

癸五、攝遍知等（分三科）子一、了相勝解觀察作意

**了相、勝解、觀察作意，攝遍知作意。**

這是第五科「攝遍知等」作意。分三科，第一科是「了相勝解觀察作意」。就是了相作意、勝解作意、觀察作意這三種作意「攝遍知作意」，四十作意裡面有個「遍知作意」。遍知作意是什麼意思呢？就是「了相、勝解、觀察」，具足這三個意思，叫「遍知作意」，所以是相攝。

子二、餘三作意

**餘三作意，攝正斷作意。**

「餘三作意」是哪三個？就是遠離作意、攝樂作意、加行究竟作意，這三個作意能攝四十作意裡邊的「正斷作意」。「正斷作意」就是斷煩惱，現在這個遠離作意、攝



樂作意、加行究竟作意也是能斷煩惱，所以它們有相同的意義，所以是可以相攝了。

子三、加行究竟果作意

**加行究竟果作意，攝已斷作意。**

這是第三科，子三「加行究竟果作意」。這個「加行究竟果作意」就是七作意裡邊最後一個作意，「加行究竟果作意」。「攝已斷作意」，攝四十作意裡面那個「已斷作意」，就是煩惱已經斷了，得解脫的境界，那正好就是加行究竟果作意，它們是相同的。

癸六、攝四所緣境事（分三科） 子一、攝有分別無分別影像所緣（分二科）

丑一、觀察作意

**觀察作意，唯攝有分別影像所緣作意。**

這是第六科「攝四所緣境事」。分三科，第一科是「攝有分別無分別影像所緣」。這一科又分兩科，第一科「觀察作意」。

「觀察作意」，就是七作意裡面那個「觀察作意」，它「唯攝有分別影像所緣作意」。那四十作意裡邊有四種所緣境事，第一個就是「有分別影像所緣作意」，就是在定裡邊修毗鉢舍那觀，那麼就是有分別，心裡面在分別「這是無常的、這是無我的、這是不淨的」，就是分別。當然這是如理作意，那麼正好就是觀察作意，這樣意思。

丑二、餘六作意

**餘六作意通攝二種。**

這是第二科，第二科是「餘六作意」。就是除掉了觀察作意，剩餘的六種作意是「通攝二種」，就是「有分別影像所緣作意」，「無分別影像所緣作意」這兩種，其餘的六種作意都可以通攝這兩種了。

子二、攝事邊際所緣

**事邊際所緣作意遍一切攝。**

這是第二科「攝事邊際所緣」。這第二科，「事邊際所緣作意遍一切攝」，前面那個「事邊際所緣」怎麼講的？就是「盡所有性、如所有性」，叫做「事邊際所緣作意」。這個所緣境的作意是「遍一切攝」，七種作意都攝了，七種作意都包括這個意思的。

子三、攝所作成辦所緣（分二科） 丑一、通七作意

**所作成辦所緣作意，若就初門，遍一切攝。**

「所作成辦所緣作意」，這是第三科「攝所作成辦所緣」。分兩科，第一科「通七作意」。

「所作成辦所緣作意」，這是四十個作意裡邊的一個。這個「成辦」就是它的作

意圓滿了；不斷地用功修行，也就是不斷地作意，這時候已經圓滿了，所以叫做「所作成辦所緣作意」。這個作意，「若就初門，遍一切攝」，「初門」，若七種作意那個意思來說，它能夠把七種作意完全包括在內，所以叫「遍一切攝」。

## 丑二、唯加行究竟果作意

**就第二門，唯加行究竟果作意所攝。**

就第二門來說，意思就不同了，那就是從四十作意來說，就是「唯加行究竟果作意所攝」。就四十作意來說，「所作成辦所緣作意」和七種作意，只有那「加行究竟果作意」彼此是相合的。「加行究竟果作意」也就是「所作成辦所緣作意」的意思，這件事做成功了，這樣意思。

## 癸七、攝勝解思擇及寂靜（分二科） 子一、皆所不攝

**最初勝解思擇作意皆所不攝。**

這是第七科「攝勝解思擇及寂靜」。分兩科，第一科是「皆所不攝」。

「最初勝解思擇作意皆所不攝」，就是這個發心的人，這個修行人，他最初開始他學習，假設是佛教徒，他對於佛法的道理認真地學習，他得到了一種智慧，對於「諸行無常、諸法無我、涅槃寂靜」，得到了一個決定的認識，那麼就是叫做勝解。他能這樣去「思擇」，思惟觀察作意。「皆所不攝」，這七種作意都不包括，不包括這七種作意的。這什麼理由呢？

## 《披尋記》三八七頁：

**最初勝解思擇作意皆所不攝者：謂於最初思擇諸法時，未修定地七種作意，是故說言皆所不攝。**

看《披尋記》：「最初勝解思擇作意皆所不攝者：謂於最初思擇諸法」的「時」候，「未修定地七種作意」，這七種作意都是在禪定裡面修的，我們初開始沒得定的人，你「勝解思擇作意」是不屬於七種作意的，七種作意你一個作意也沒有。那個「了相作意」是通於禪定，通於四禪，但是也通於未到地定。我們初開始靜坐的時候，未到地定沒得到，沒得到，心裡面也可以去思惟這個四念處的，但是這時候七作意裡面一個也沒有，是這樣意思。

## 子二、遍一切攝（分二科） 丑一、舉一分勝解思擇作意

**若奢摩他而為上首，遍一切攝。**

前面是子一「皆所不攝」，現在第二科「遍一切攝」。分兩科，第一是「舉一分勝解思擇作意」。

「若奢摩他而為上首，遍一切攝」，若是這個人他不斷地努力，他已經得到了未到地定，得到了初禪。這個人他在奢摩他裡面先是寂靜其心，叫「奢摩他而為上首」，

「為上首」就是「為先」的意思，然後就修毗鉢舍那了，修這個勝解作意了。這樣子的修行的人「遍一切攝」，這七種作意都包括在內了，都包括在內的。

## 丑二、例一切寂靜作意

**若最初寂靜，若毗鉢舍那而為上首，當知亦爾。**

這是第二科，這第二科是什麼意思？「例一切寂靜作意」，就是以其他的寂靜作意與前面這個作意相對比。前面這裡邊是第一科，第一科是「最初勝解思擇作意皆所不攝」，這是一個，第二是「遍一切攝」，有這樣意思。那麼現在這底下第二科，就是丑二。

「若最初寂靜，若毗鉢舍那而為上首，當知亦爾」，應該知道也和前面一樣，也又是「皆所不攝」，又「遍一切攝」的，所以「當知亦爾」。底下那個《披尋記》解釋得明白了。

## 《披尋記》三八八頁：

**若最初寂靜至當知亦爾者：於九種心住中，最初令心內住，是名最初寂靜。於爾所時，未於離欲發起加行，故七作意皆所不攝。若奢摩他而為上首，遍一切攝，由是說言當知亦爾。**

「若最初寂靜至當知亦爾者：於九種心住中，最初令心內住，是名最初寂靜」，我們最初修奢摩他的時候，令心寂靜，不要向外攀緣，那麼安住在所緣境上，就叫做內住，那個九心住裡邊那個內住，那麼這就叫做「最初寂靜」。「於爾所時，未於離欲發起加行」，他一直地歡喜靜坐，就那麼多的時間內，他一直地沒能夠修不淨觀。「未於離欲發起加行」，「離欲」就是放棄世間的五欲，對於這件事他沒有努力修行，他沒有修行這個法門，沒修這個離欲的法門。這個時候，你沒修離欲的法門，你就不屬於這個法門之內的，這樣意思。「故七作意皆所不攝」，這七作意，你一個也沒有。雖然是靜坐了，使令攝心不動，但是你七作意沒有。那麼這表示什麼意思呢？表示這七種作意有兩個含義：一個是你得到未到地定、得到禪，第二個意思要修不淨觀。所以，「若奢摩他而為上首，遍一切攝，由是說言當知亦爾」，這樣意思。如果你沒有修不淨觀，你沒能離欲，七種作意你沒有，你沒有一點定，你也沒有。你又要定，你又要定裡面修不淨觀，這個時候你才有七種作意。這是一個意思。

## 癸八、攝一分具分（分二科） 子一、前六作意

**前六作意，通攝一分及具分修。**

這是第八科，第八科「攝一分具分」。分二，「子一、前六作意」。

「前六作意」，這七作意裡邊「前六作意」，最後一個作意不在內。「通攝一分及具分修」，他能夠攝一分和攝具分，或者攝一分，或者攝具分。這樣講，這個話裡面有什麼意思？這個「前六」就是了相作意、勝解作意……最後那個加行究竟果作意不

算在內。這什麼意思呢？這裡邊有點差別。比如說非佛教徒，他能夠放棄世間的五欲，他能夠去到深山裡面去靜坐，成功了，得到初禪、二禪、三禪、四禪，乃至到非非想定，那麼他是有定，但是沒有修四念處，沒有四念處的智慧，只是修定，只是一分。說我是佛教徒，我相信佛法，但是你修四念處，你能這樣觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，但是沒得定。這樣說，修四念處是慧，有慧而無定；外道有定而無慧，只有一分，而不是有兩分，「具分」就是兩分。那麼有的佛教徒他得定了，他得到未到地定了，他又能修四念處、修不淨觀，那麼就叫做「具分」。又有定又有慧，又有慧又有定，叫做「具分」。所以有的人只有一分，而沒有具分。那麼「前六作意，通攝一分及具分修」，這都是具足的。

#### 子二、加行究竟果作意

**加行究竟果作意，唯攝具分修。**

「加行究竟果作意」，前六作意是這樣意思，最後一個作意是什麼意思呢？「唯攝具分修」，這是具足了，這當然是指佛教徒，佛教徒得到禪了，他又四念處的智慧他也能修，這是最殊勝的，這樣意思。

#### 癸九、攝無間殷重

**無間作意、殷重作意遍一切攝。**

這是第九科，「攝無間殷重」這兩種作意。「無間作意」和「殷重作意」是「遍一切攝」，遍七種作意都該攝在裡邊了。「無間作意」裡面也有這七種作意，「殷重作意」裡面也有這七種作意，這兩種是這樣子。

#### 癸十、攝隨順對治（分二科） 子一、初二作意

**隨順作意，初二所攝。**

這是第十科，第十科「攝隨順對治」，「隨順作意」和「對治作意」，先說這個「隨順作意」。

「隨順作意，初二所攝」，「初二所攝」是什麼？就是了相作意、勝解作意，了相作意和勝解作意在四十作意裡面是「隨順作意」所攝。這個「隨順作意」也就是修不淨觀，觀察色受想行識是如病、如癰、如瘡、如刺、如箭，像箭射到身上那麼苦，是無常、無我的，你能這樣修這個厭患對治，這樣子就叫做隨順作意。那麼這個「隨順作意」，這是四十作意裡面的，在七種作意裡面就是初二種作意，了相作意和勝解作意，它們是相順的。

這是第一科，底下第二科是「遠離等作意」。

#### 子二、遠離等作意

**對治作意，遠離、加行究竟二作意攝，及攝樂作意一分所攝。**

「對治作意，遠離、加行究竟二作意攝」，這四十作意裡面有個對治作意，你修四念處去對治煩惱，能滅除煩惱，那個對治作意。對治作意就是什麼作意呢？在七作意裡面就是遠離作意、加行究竟作意，這兩種作意和對治作意是相攝的，這樣意思。

「及攝樂作意一分所攝」，「攝樂作意」是七種作意之一，這個對治作意和那個攝樂作意裡邊有一分是相攝的。因為攝樂作意不只一分，它能夠「樂斷樂修」，所以繼續地修不淨觀來斷煩惱，那麼就是屬於對治作意。但是這個攝樂作意裡面還有一個喜樂的成分，那就不屬於這個對治作意了。而「攝樂作意」能斷煩惱，能繼續地向前進步，那一部分就在對治作意裡面可以不管，可以不攝在內。所以只是攝樂作意裡邊的一部分和對治作意是相攝的，就是能滅煩惱這一部分。

癸十一、攝順清淨觀察（分二科） 子一、攝順清淨  
**順清淨作意，唯攝樂一分所攝。**

這是十一科，第十一科。「順清淨作意」是什麼？你們的記憶力好，「順清淨作意」是什麼？修那個六隨念：佛隨念，佛、法、僧、戒、捨、天。這六種作意其實我們靜坐也可以這樣觀，你觀察佛的功德、法的功德、僧的功德，也觀察戒的功德，觀察捨、觀察天，也可以這樣思惟。這樣思惟就能生歡喜心，我持戒清淨就生歡喜心，我也具足信、戒、聞、捨、慧。諸天在天上享受那麼樣的大自在、大安樂的境界，他們為什麼能生到天上得到那麼多的樂呢？因為有信、戒、聞、捨、慧的關係。我現在也有，我對於佛法也有信、戒、聞、捨、慧的功德，所以我要生天我也是可以，我也能得到他們那種樂，那麼心裡就會歡喜。這樣一歡喜，就把那惛沈破除去了，靜坐的時候惛沈、沈沒，這樣子去修六隨念，就把惛沈破除去了，所以這叫做「順清淨作意」。這個順清淨作意是「攝樂」作意「一分所攝」，七作意裡面那攝樂作意一分所攝的，因為「攝樂作意」裡邊也有喜樂的事情。

子二、攝順觀察（分二科） 丑一、明所說  
**順觀察斷未斷作意，唯觀察作意所攝。此就斷對治說。**

前面是「順清淨作意」，這底下說「順觀察作意」。分兩科，第一科「明所說」，第二科「例當知」。這個「明所說」。

「順觀察作意」，四十作意裡邊有個順觀察作意，「順觀察作意」是幹什麼的呢？就是「斷未斷作意」。和前面的觀察作意有相同的意思，我斷煩惱，是沒斷呢？這樣觀察。「唯觀察作意所攝」，這是相同的。「此就斷對治說」，這樣講這個觀察作意，是就那個「斷對治說」，能斷煩惱來說。

丑二、例當知  
**若就所餘，隨應當知。**

若就那四十作意來說，那就不只於此了。看這底下說：

《披尋記》三八八頁：

若就所餘隨應當知者：前說順觀察作意，或復觀察自己所證，及先所觀諸法道理，是名所餘。就此為論，順觀察作意亦為了相、勝解、觀察、加行究竟果四作意攝，由是說言隨應當知。

「若就所餘隨應當知者：前說順觀察作意，或復觀察自己所證，及先所觀諸法道理，是名所餘。就此為論」，是就這個為論，「順觀察作意亦為了相、勝解、觀察、加行究竟果四作意攝，由是說言隨應當知」，是這樣意思。

觀察作意就斷煩惱來說，四十作意的順觀察作意就和七作意裡面的觀察作意所攝，它們是相通的。「若就所餘」，那就不是了；也可以觀察真如，也可以觀察自相、共相的道理，那就不只是斷煩惱的事情，所以它的含義就寬了。

問：這裡有三個問題。攝屬於天住的無相三昧，及攝屬於聖住的無相三昧，二者是否有道力淺深之別？

答：如果是入三昧的人是聖人，那沒有淺深的分別。比如阿羅漢入於天住，或者是入於聖住，在阿羅漢本身是平等的，只是所緣境不一樣，所以沒有淺深的問題。如果是凡夫得了四禪八定，那麼他入於天住，那當然是淺的境界；若阿羅漢入於天住，那和凡夫不一樣。這是一個解釋。

問：或者依於斷伏煩惱的功能作分類，無相三昧即可屬於天住，亦可屬於聖住？

答：那當然是，因為聖人也可以住在這裡，也可以說為聖住。不過名詞可以轉變，但是那個裡邊的含義不可能會變化的。

問：第二個問題，薩埵、命者、生者、養育者、數取趣者是「我」的別名，而計我則有離蘊、即蘊之別，是否可以說這些異名是不同的外道各以其見解，從不同的角度觀察，對「我」所生起的錯覺？

答：這幾個名詞應該不是這樣意思。就是同一個外道也可以有這麼多的分別，是可以這麼解釋。

問：是他們觀察所得的結論？

答：是的，是他們觀察的結論。

問：二、這些別名有沒有離蘊、即蘊的分別？或者這些觀察，我是命者、生者、數取趣者的外道，對於生者、命者、數取趣者是即蘊或離蘊其實也很含糊？

答：也應該有即蘊、離蘊的分別，也應該這麼說。

問：第三個問題，「住方便究竟作意故」，其心善逝，這是指初果？或三果？或初果至三果？

答：應該包括初果、三果，應該是這樣說。「住方便究竟作意故」，「方便」就是修行的行動叫做方便。你這樣用功修行得初果了，由初果還繼續修行就得二果、三果，所以應該是包括這個意思。

問：曾聽院長開示，靜坐有任何好的境界，不輕易對人說，最好只與師父或善知識說。但為何本論在提到得定者，於靜慮數數入出，領受樂住，從定中起已，要此得定的人正宣說？

答：這個話分兩種情形。一個是初得定的人，初開始得定。初開始比如說得到欲界定，或者得到未到地定，你最好是不說，因為這種定不牢固，隨時會失掉的。所以你若向人說呢，若失掉了以後，你又沒有向人解釋，不就是虛偽了嗎？所以這個最好是不說。這裡面說的情形，他是得到更高的禪定，比如說是得到四禪八定，那麼這時候他沒有欲，通常來說呢，他沒有名聞利養的貪心，他向人說沒有這種心，所以向人說也沒什麼過失。若是我們欲心還在的時候，我們向人說我有修行，你那裡面有希圖，另外有所希圖，那就是有點問題，這是一種。當然是得到了四禪八定的人，也有些智慧不夠的人，淺薄，那也有可能，他還是有多少可能的，所以是不說比較好。他這裡面是說宣說了，那情形又不同。那表示得到四禪的人他向人宣說，得到無色界四空定，這時候他不大說，這就有點分別，有這樣情形。

問：優波鞠多的弟子在得到神通後，回家鄉去炫耀，到後來淪落成乞丐。得到神通應是初禪以上，為何還退失？

答：是的，因為他太輕薄了。你得了定以後你要常入定，如果炫耀自己，有的時候有些業障的因緣，他沒有常入定，那也就可能會退，也就是有這件事。這是一個意思。

問：《披尋記》三七〇頁第十一行所說初靜慮中，猶有麤重未斷。這所指的麤重是指得定者入定或出定時？

答：「麤重未斷」是在他的身心裡面，不管你出定不出定，總是在你的色受想行識裡邊的，只是這樣子。不過入定的時候，你有輕安樂，你不入定沒有輕安樂，那個麤重總是在裡邊。

我個人初出家的時候就學《四教儀》，天台宗的《四教儀》，後來又學《教觀綱宗》、天台宗的《傳佛心印記》、《十不二門指要鈔詳解》、《法華玄義》、《摩訶止觀》、《法華文句記》這些事情。對於《阿毗達磨論》沒有讀過，但是後來感覺到，《阿毗達磨論》要讀，《俱舍論》要讀。我昨天說那個《阿毗達磨法蘊足論》，《阿毗達磨法蘊足論》也應該讀。像印順老法師，他對《阿毗達磨論》熟得很。很多的事情，我們只是讀我們中國的大德的著作，有很多名相我還都不知道，要讀《阿毗達磨論》才知道，不讀你就不知道。這個《阿毗達磨雜集論》也是很好，也應該學。這樣說起來應該學的太多了，沒個完，太多了。所以你若是想要修行，

自己用功修行，《瑜伽師地論》、《大智度論》學一學就可以；你若想要做大法師，非要廣學不可，學得少不行的。

問：我們的《披尋記》在上一週，我們上一週是禪七，禪七前面那一週，那是三七六頁，三七六頁是在講六順出離界。六順出離界裡面有一個「顯對治」，那等於說我們對慈悲喜捨，還有無相、離我慢這些對治。那麼在這裡面我們的慈悲喜捨，我們是用不淨以及悲，用悲跟害——這悲、害以及貪心所，我們是用慈悲喜來對治它。那麼在這裡我們說，在這裡對治這個貪心所，我們在這裡用詞是說「欲」，那在瞋心所裡面這邊的用詞有害跟悲。那麼就我們所知道，這個害心所它屬於悲心所跟瞋心所的一分，那這個悲心所它本身是屬於瞋心所其中的一分，那在這裡面他在作這種對治，用慈、用悲來對治這個害跟悲的時候，還有不淨，這裡沒說。我現在要說的是害跟悲以及欲，我們現在這裡沒有談到根本煩惱的貪心所、瞋心所，還有癡心所，那麼在這裡我們說的是害跟悲。我剛說，害本身是瞋心所以及悲心所之中的一分出來的，那麼悲心所是屬於瞋心所一分出來的，那在這裡它沒有談到這些根本的貪瞋癡來說。是不是在這裡，已經在禪定當中，在初禪乃至到色界這些禪定裡面，它這些心所是不是已經降低了它的麤重心？要不然怎麼它沒有說到根本煩惱的對治？對於這一點，我自己思惟了，一直想說是不是它的心所的麤重心，是不是降低了？這是我請院長補充的一點。

另外一點是說，我們談到這七種作意，以及四十種作意，那麼在這當中我們了解作意是一種心所，只要是心識生起來的時候，那麼心所一定會互動一個警動性，它是相隨的。可是在我們這幾天看了這裡面有一種是無功用作意，乃至到自然作意，乃至到遍知作意。那麼在這些作意裡面，依義來說，它是一種很自然的運行，怎麼會產生這作意？那是不是這裡的作意前面那種世間的一種作意，它又有深淺的差別，是不是在第六意識裡面它有所昇華？或者在這裡為什麼已經達到無功用作意，它還要作意，這樣子？我就是對這兩點想請院長補充說明一下。我說了很久，不知道聽懂我的……要不要再補述一次。

答：我可能聽懂了，我先答覆你第一個問題。通常說，只說三種尋思：欲尋思、悲尋思、害尋思，用慈悲喜捨來對治這個尋思。對治欲尋思是用出離尋思來對治，那就是修不淨觀了。這裡這一段文呢，就是把欲尋思，出離尋思沒有提，只是說到悲尋思和害尋思。悲和害都是瞋心，瞋心在《大毗婆沙論》上解釋得比較清楚，它的意思，悲尋思是很嚴重的。就是想要修行這個人，他還沒有得定，還沒得色界定，沒得初禪，二禪、三禪都沒得，就是連未到地定都沒成就，這個人。欲界定，欲界定是就從我們現在分別心開始，內住就可以名為欲界定，所以欲界定是最膚淺的了。所以這就是在開始靜坐的人，他發覺他的欲尋思或者特別重，悲尋思重，害尋思特別重，於是乎就要對治，修種種的觀來對治它。那麼悲尋思是什麼意思呢？就是想要殺害對方，和對方有恨，他要殺害他，這叫做悲尋思。害尋



思是傷害的意思，還不想殺，只是要不饒益，要搞他一下就是了，有這種作意，並不是有行動。不是在初禪裡邊把它這種害和害，把它的力量降低了，不是，他還沒得初禪，他沒得初禪，他是在開始靜坐的時候，發現自己有這樣的煩惱，是這樣意思。已經得了禪定的人，得到初禪以上的人，當然沒有欲，也沒有害、害，這三種尋思都是沒有了。色界天的人在十種煩惱裡面他沒有瞋，我們欲界的人是有瞋。這是第一個問題就這麼解釋。

第二個問題，這個作意，主要你的話的意思就是：已經得到了、已經成就了無功用作意，為什麼還有作意呢？是這個意思。這是那樣，初開始的時候，是要有功用的。這個作意它的定義是引心趣境，警覺應起的心、心所到所緣境那裡去，這就叫做作意。現在靜坐的時候，修禪定，修毗鉢舍那觀也有這樣意思，也要警覺應起的心、心所到所緣境那裡明靜而住，也有這種意思，也是要作意。這樣子，但是沒有成功的時候，雖然有作意，也是有作意，可是時時地要注意，時時地要自己主動地去調，不然的話這件事做不成。我們平常不修行的人，我們也有作意，眼耳鼻舌身意前六識都是有作意，它在活動時都有作意心所，但是我們自己還不大覺知，不覺知這個事情。那麼修禪定的人他成就了無功用運轉作意，無功用為什麼也作意，這是個問題。

這個問題可以這樣解釋：譬如說我們念佛，念阿彌陀佛，我們一句一句念。我們若不特別注意的時候就有妄想，這佛號就失掉了。若特別注意的，一句阿彌陀佛名號，一句名號一句名號相續不斷，淨念相繼，相續這樣子。這是由作意，由努力的作意，由努力的注意，才能夠淨念相繼，沒有雜念，那麼這可以說是作意，由注意而成就的作意，可以這樣說。但是你長時期念佛，念、念、念久了呢，就不需要特別注意，心裡面就好像自然地就有阿彌陀佛名號，一句一句連續地念佛。這樣子，在自己的內心裡面就感覺到，我沒有特別去注意，好像很自然地就念佛，那麼這實在還是作意。就像我們一般的打妄想一樣，打妄想的時候也有作意，但是我們自己不知道。

現在就是在我們一般的雜染的、無記性的心裡面，創造一個清淨的，念佛名號，或是念法，念佛、念法、念僧，或者念真理，創造一個清淨的如理作意的作意。創造的程度當然由淺而深，最開始的時候自己要約束自己，勉強自己；後來達到一個高層次、高水平的時候就好像不作意，自己感覺到好像我沒有特別作意，但是這個境界就相續不斷地下去了，就是等流下去了，這事實如此。事實如此呢，在佛菩薩的法眼來觀察，還是有作意，就是那個作意很自然就是了，不像以前初開始很難。你叫我修不淨觀，觀不來；你叫我觀，我觀不來，就是他不能作意，他不能這麼作意。但是修成功了，好像也不用特別作意，自然地就現前，那麼這就是無功用作意。在根本上說，都是作意，不是自然的，都是作意，引心趣境，是有一個作意心所做這件事的。但是我們在不熟悉的、生疏的事情上，來創造一個清淨的作意、清淨的法門的功德的話，那你要特別努力去作意，自己感

覺到自己在努力，那這是作意。但最後你成功了的時候，不需要特別注意，任運的就是這樣子，還是有作意心所的，還是有一個引心趣境的一個作用，所以也名為作意，可以這樣解釋。可以這麼解釋吧？可以這麼解釋。

什麼事情都是一樣，我們初開始，比如說是我離開了佛學院，以後我又自己繼續去閱讀經論，人家請我去講經，我第一次講經很緊張、也很辛苦，要預先預備，預備好多天。但是若是你講經幾十年了，就沒有這個事情，不是那樣子，它就是比較容易，不是那麼難，這也有這種情況。初開始的時候是作意，最後其實也是作意，但是比較容易。所以修行禪定的時候也是這樣，我們若是很特別地謹慎注意，才能夠明靜而住，你一不注意就失掉了。但是你常常做、常常做，只要心裡面一作意，這個明靜而住就出來了，你不用特別去保護它，它也不失掉，也自然會有這個境界，就是這樣。所以，是作意而還是無功用，無功用而還是有作意的。

問：師父，那這個無功用作意，是不是也包括《華嚴經》裡面說的八地菩薩？因為它在八地裡面講到八地菩薩的時候，它有一個譬喻就是說：好像他在夢中，落入大河裡面，那他很勇猛精進要離開那個大河，可是他夢醒的時候，那是一個夢。所以他在那個時候一切作務是止息，沒有功用行的。那八地菩薩，它在裡面的描述是說：他勇猛精進到這個階段的時候，一切功用就是自然止息，那這個時候他是一個報得。就好像說我們離欲，自然就生色界，那他到那個階段是一個報得。所以他這個無功用行是不是就是說，無功用作意是不是也適用於八地菩薩？

答：是的。現在說這個是很淺的，我們現在說這個無功用作意，有功用作意、無功用作意，這是很淺的事情。我們修禪定得欲界定、得未到地定、得初禪，這是在一個所緣境上能夠明靜而住，能達到無功用作意，這還是個凡夫境界。至於說是八地菩薩那個事，那是聖人，他的無功用分兩部分：第一個根本的無功用是第一義諦，他那無分別智與第一義諦相應的時候無功用，那是不可思議境界。第二個無功用，就是他要度化眾生的時候，應該怎麼樣度化眾生的時候，也是無功用，那是後得智的境界。我們若想要發動一件事，去做這件事的時候，要有功用都未必做得好，心裡若無分別更是不可能了。但是佛菩薩不是，佛菩薩與第一義諦相應的時候是不退轉的，永久是相應的，在那個境界上發起度化眾生的作用，現身說法，「應以何身得度者，即現何身而為說法」。當然他也有一個計劃，這個計劃，當然我們可以說八相成道這是個計劃，其實不只於此，還有其他種種的事情，都是無功用的境界。

八地菩薩，那已經開始佛的境界，一部分與佛的境界相似了，我們現在說這個不能比，不能和他比，現在說這個這是一般性的。不過也可以說佛教徒修四念處，也可以得初果，當然這也是深，也是很深的境界了。這上面，前面說到無間缺無功用作意，也說到修現觀，那麼就是得初果，也有這個。或者得阿羅漢果的時候，也是無

功用，那個就比較深刻了，那是聖人的境界。現在我們若說禪定，這還是共於凡夫的，不能和聖人比的。

癸十二、攝力勵運轉等（分三科）子一、初皆不攝  
**力勵運轉作意皆所不攝。**

「力勵運轉作意皆所不攝。有間、有功用運轉作意，乃至攝樂作意所攝。」前面辨七種作意和四十作意，這兩種作意說完了的時候就「辨相攝」，七種作意和四十作意彼此相攝持。這個「相攝」分十五科，一共有十五段，現在是第十二科「攝力勵運轉等」。這一共有四種作意：力勵運轉作意、有間缺運轉作意、有功用運轉作意，還有一個自然運轉作意，有四種。這四種作意是說從開始靜坐修禪定，最後成就了，中間有四個次第。

第一就是「力勵運轉作意」，我們前面也說過，就是特別地努力來運轉、來調整自己的心，使令它能夠於所緣境上明靜而住，那麼叫做「力勵運轉作意」。因為一開始的時候，調伏這一念心，它是不容易調伏的。因為從無始劫來散亂慣了，不是散亂就是昏沈，不是昏沈就是散亂，現在叫它安住一境是很困難的，所以需要「力勵」。

這樣的作意和這七種作意來對比的話，「皆所不攝」，就是這七種作意都是不相關的。這七種作意也不攝力勵運轉作意，力勵運轉作意也不攝七種作意的。這原因是什麼呢？因為七種作意都是在定裡面調心的相貌，現在這個力勵運轉作意還沒得定，是散亂的境界，所以也是不相攝的，「皆所不攝」。

《披尋記》三八八頁：

**力勵運轉作意皆所不攝者：**聲聞地說：由倍勵力折挫其心，令住一境，故名力勵運轉作意。（陵本二十八卷十頁）於爾所時，未得所修作意，是故說言皆所不攝。

《披尋記》上說：「力勵運轉作意皆所不攝者：聲聞地說：由倍勵力折挫其心，令住一境，故名力勵運轉作意。（陵本二十八卷十頁）」，這上有解釋。「於爾所時，未得所修作意」，就是經過那麼長的時間，你也沒得到未到地定，在這個時間內都叫做「力勵運轉作意」。那麼這七種作意，是在得到未到地定以後的境界，所以「皆所不攝」。

子二、次二四所攝

**有間、有功用運轉作意，乃至攝樂作意所攝。**

前面是「力勵運轉作意」，這是底下「次二四所攝」。

「有間、有功用」，這是兩種作意。有間運轉作意、有功用運轉作意，這是兩種。這兩種作意，「乃至攝樂作意所攝」，這樣意思。這兩個，「次二」就是這兩個作意，這兩個作意是「四所攝」，就是七種作意裡面是四個作意。四個作意：第一個是了相作意、第二勝解作意、第三是遠離作意、第四是攝樂作意，四個作意。這四個作意就攝這兩個作意，這兩個作意就攝七個作意裡面的四個作意。四個作意裡面還是有點分別的。

### 《披尋記》三八八頁：

有間有功用運轉作意等者：此中有間運轉作意，了相作意所攝。由三摩地思所間雜，未能一向純修行轉，故名有間運轉作意。亦如聲聞地說。(陵本二十八卷十一頁)從是以後，無間運轉，然有功用，是名有功用運轉作意。當知勝解、遠離、攝樂三作意攝。

看這個《披尋記》的文：「有間有功用運轉作意等者：此中有間運轉作意，了相作意所攝」，「有間」這個作意是「了相作意」，就是七作意裡面第一個，這個了相作意和有間作意是相攝的。就是了相作意這個時候，它還是有間運轉作意，它不是無間，那麼這裡面有這個分別。「由三摩地思所間雜，未能一向純修行轉」，這個了相作意在定裡邊，就是未到地定，未到地定裡面修這個了相作意的時候，「由三摩地思所間雜」。這個「三摩地思」是什麼呢？就是出離尋思，「出離」就是出離欲，從欲裡面出來，就是破除這個欲，也就是修不淨觀。修不淨觀可以離欲，所以叫做出離尋思，無恚尋思、無害尋思，這三種尋思。另外還有個親屬尋思，還有國土尋思，還有個不死的尋思，這是六個，其實還有一些尋思。這些尋思，就是出離尋思、無恚尋思、無害尋思，底下就是破除一切的親屬的尋思，國土的尋思，乃至不死的尋思，破除去這些尋思。

這可見用功修行的人，內心裡面的世界是這樣的。內心裡面有的時候失掉了正念的時候，還想以前我的好朋友又怎麼怎麼的，這親屬尋思；或者我父親母親怎麼樣，哥哥弟弟姐妹，或者其他的朋友的事情，又想起這個事情，這就是所謂掉舉的這些事情。一想這個事情，不是愛就是恨，這些煩惱都來了。國土尋思也是一樣，不死尋思也是一樣，心裡面不想：一口氣不來就死掉了，我要修學正念，把這個念頭放在如理作意這裡面去思惟。去老打妄想，打妄想就是過去的經驗的事情，不是貪就是瞋，不是愛就是憎，就是這些境界。而這些境界越想心裡面越多煩惱、越煩躁，越煩躁越多煩惱，越不快樂，多憂愁。那麼這樣的事情，現在這地方就是說「三摩地思」，就是用正念破除去這些思惟，不去思惟這些事情。

當然，其實我看，就是佛不說這句話，自己從經驗上也應該覺悟到這裡。因為你常這樣做，使令心很不安，多諸苦惱；你若不想，不想這些事，心裡很平靜，心裡很和平、很自在，那就是不想就是好嘛！就是不要有這些染汙的思惟，心裡面很自在，沒有什麼苦惱。但是終究這些思惟，這些愛戀的事，這種習氣還是在，所以佛菩薩的智慧還是要給你一個法門來對治一下才好，那麼就是「三摩地思」，你要修這個出離思、無恚思、無害思，破除去一切的親屬的尋思乃至到不死的尋思。破除去這一切，要用個法門來對治，用這個法門來對治，這就叫做「三摩地思」，這是清淨正憶念。但是這種正憶念，「未能一向純修行轉」，「一向」就是一方面，不是多方面。我們這個心是很多種方向，忽然間這樣想，忽然間那樣想，多方面的虛妄分別。現在修行人是「一向」，一向是清淨的憶念，這樣才好。

說是「由三摩地思所間雜」，你靜坐的時候，你內心裡邊為三摩地思所間雜、所雜亂，還不是清淨。「未能一向純修行轉」，純是在定的境界。「故名有間運轉作意」，

這叫做有間運轉作意。這個了相作意就是這樣子，所以和這有間運轉作意是相攝的，這麼意思。「亦如聲聞地說。(陵本二十八卷十一頁)」。

「從是以後，無間運轉」，前面是有間運轉作意，第二個就是有功用運轉作意，有功用就是無間了。有間也是有功用，進一步是無間，無間還是有功用，有功用而是無間運轉作意。無間這個時候就是進一步了，沒有三摩地思所間雜了，這個時候就叫做無間運轉。「從是以後」，從這有間以後，是「無間運轉，然有功用」，但是這個事要注意，有功用。「功」就是用力的時候，你要特別地發動自己的內心，要努力叫做「用」。「是名有功用運轉作意。當知勝解、遠離、攝樂三作意攝」，這樣了相作意就是有間作意它們相攝，那麼無間有功用的運轉作意，就是勝解、遠離、攝樂三種作意所攝，這樣意思。但是在窺基大師的《略纂》上面說，觀察作意也應該攝在內，觀察作意也是屬於有功用運轉作意的，也應該這麼說。

### 子三、後一二所攝

**自然運轉作意，加行究竟及此果二作意攝。**

這個四種作意，就是四十作意裡邊那個「自然運轉作意」，也就是四作意裡面的最後一個「自然運轉作意」，就是無功用運轉作意。無間而又是無功用運轉作意，在七作意裡邊是哪個作意所攝呢？是「加行究竟及此果」，「及此果」就是加行究竟果作意，這兩個作意攝，和這自然運轉作意相攝的。

「自然運轉作意」攝，但是這裡面還有點分別。加行究竟果作意是無功用作意，是無功用，加行究竟作意還是有功用的。這樣和那個自然運轉作意相攝，窺基大師解釋，這個加行究竟作意，它能得自然運轉作意，所以也就屬於這裡邊了，這麼樣解釋。

### 《披尋記》三八九頁：

**自然運轉作意等者：前說此於正入、已入根本定時，當知於正入時，加行究竟作意所攝；一切煩惱對治作意已生起故。於已入時，加行究竟果作意攝；能正領受彼果相故。**

這個《披尋記》上有解釋：「自然運轉作意等者：前說此於正入、已入根本定時」，前面的文上說，得到自然運轉作意的時候，就是正入和已入根本定的時候，就是自然運轉作意，這地方這麼講。這樣說呢，「當知於正入時」，正入初禪的時候，那就是「加行究竟作意所攝」。這樣說呢，加行究竟作意也是自然運轉作意，也是這樣說了。「一切煩惱對治作意已生起故」，一切欲界的煩惱生起的對治，能對治一切欲界的煩惱已經生起來，已經生起來，欲界煩惱就沒有了，這樣意思。「於已入時，加行究竟果作意攝」，已經入於初禪以後，那就是加行究竟果作意。這樣說，這兩種作意都是自然運轉作意了，有這個差別。「能正領受彼果相故」，這個加行究竟果作意能正領受初禪，初禪是果，前六個作意是因。加行究竟果作意稱之為果就是這樣意思，前六是因，它是果。那麼這是這四種作意和七作意相攝的情況。

癸十三、攝思擇內攝（分二科）子一、了相作意

**思擇作意，了相所攝。**

這是第十三科，前面是十二，這底下是十三科。第十三科是「攝思擇內攝」，這兩個作意。分兩科，子一是「了相作意」。

這個「思擇作意」是「了相所攝」，這個「思擇作意」，「思擇」也就是觀察的意思，就是在七作意裡邊，就是那個了相作意所攝。但勝解作意也是觀察思惟的意思，也應該攝在思擇作意，但是現在這裡沒有提，只說是了相所攝。

子二、勝解作意

**內攝作意，勝解所攝。**

這個「內攝作意」，前面的文解釋是奢摩他作意，奢摩他品的作意是修止，而現在說「勝解所攝」，這麼講。這個「內攝作意」，就是不向外攀緣，而把心緣在、安住在定的所緣境裡面，那麼叫內攝作意。這樣子這個內攝作意說為「勝解所攝」，勝解作意所攝。「勝解」應該是觀，「內攝」應該是止，這個止去攝觀，觀去攝止，當然也是可以，止觀是不相離的。

癸十四、攝淨障等（分二科）子一、遠離等四作意

**淨障作意，遠離、攝樂、觀察、加行究竟作意所攝。**

「淨障作意」，這是第十四科了。「攝淨障等」分兩科，第一科「遠離等四作意」。

「淨障作意」，四十作意裡面有一個淨除一切惑障，這個作意在七作意裡面是屬於哪個呢？屬於「遠離」作意、「攝樂」作意、「觀察」作意、「加行究竟作意」這四個作意「所攝」。因為這四個作意，都是能淨除欲界的惑障的，所以相攝。

這是第一科。第二科「加行究竟果作意」，就是什麼呢？

子二、加行究竟果作意

**依止成辦所行清淨作意，唯加行究竟果作意所攝。**

四十個作意裡邊有一個作意叫做「依止成辦所行清淨作意」，我們前面也是講過，也就是眼耳鼻舌身意這個「依止」，經過長時期的修行他成功了，「成辦」就是成功了。所以成功了以後，他的眼耳鼻舌身意就算是沒有入定，他去觀色聲香味觸法的時候，他還是清淨的；他在色聲香味觸法上活動的時候，叫「所行」，內心裡還是清淨的，所以叫做「成辦所行清淨作意」。「唯加行究竟果作意所攝」，是屬於這個。這個是修行成功了，所以有個清淨作意。

癸十五、攝他所建立等（分二科）子一、辦攝（分三科）丑一、初二一切攝

**他所建立、內增上取作意，一切作意所攝。**

這是第十五科，最後一科「攝他所建立等」。分兩科，第一科「辦攝」。分三科，

第一科「初二一切攝」。

「他所建立」的這一個作意，是「內增上取作意」。「他所建立」這一個作意，「內增上取」一個作意，這是兩個作意。這兩個作意，「一切作意所攝」，「一切」就是七作意，七種作意都能攝這兩種，這兩種都攝那七種作意。當然，「他所建立」就是聲聞、阿羅漢，聲聞種性的人，他修禪定也好、修學聖道也好，這七種作意都是具足的。「內增上取作意」，前面我們講過，是辟支佛和菩薩，當然他們也要修這七種作意，所以「一切作意所攝」。

丑二、次一皆不攝

**廣大作意皆所不攝。**

前面是那兩個，現在這個是「廣大作意」。「廣大作意」是「皆所不攝」，這七種作意是不攝的，不攝這七種作意。

《披尋記》三八九頁：

**廣大作意皆所不攝者：發弘誓願趣大菩提所有作意非於定位，是故說言皆所不攝。**

看這個文：「廣大作意皆所不攝者：發弘誓願趣大菩提所有作意非於定位」，這個時候在沒有修成定，初發心的時候沒有定，他這個時候發無上菩提心，「發弘誓願趣大菩提」。「是故說言皆所不攝」，不攝這七種作意。而窺基大師的解釋，這個「廣大作意」，那個菩薩修廣行，那麼七種作意但是自利，所以不相攝，這樣講也好。

丑三、後一分別攝（分二科）寅一、加行究竟果攝

**初遍行作意，加行究竟果攝。**

前面是「次一皆不攝」，這是第三科，第三科「後一分別攝」。「後一分別攝」分兩科，第一科是「加行究竟果攝」。

「初遍行作意」，「遍行作意」前面那個文分兩科，頭一個就是佛世尊說的。佛世尊的一切種智、一切智的境界是遍行作意，那麼正好在七作意裡面可以說之為「加行究竟果」作意所「攝」了。

寅二、一切作意攝

**第二，一切所攝。**

「第二」就是說菩薩的境界，那個「遍行作意」第二段是菩薩。「一切所攝」，一切七作意都收攝在裡邊了。

子二、料簡（分二科）丑一、了相作意（分二科）寅一、他所建立攝

**又了相作意若他所建立作意攝者，以聞他音及內如理作意定為其緣。**

「又了相作意」，這底下第二科，第二科是「料簡」，其實就是再解釋，再加以解



釋的意思。再加以解釋分兩科，第一科是「了相作意」。「了相作意」又分兩科，第一科「他所建立攝」。

再重新解釋一下。「又了相作意若他所建立作意攝者，以聞他音及內如理作意定為其緣」，這個「了相作意若」是屬於「他所建立作意攝」的話，那麼就是聲聞人。「以聞他音」，聲聞人他自己不能獨覺，一定要聽佛菩薩說法，是「聞他音」。聽法了以後，「內」心裡面「如理作意」，還要修止觀的。這樣這個了相作意一定是同他相攝了，他一定要有所緣境嘛！所以「定為其緣」。

## 寅二、內增上取攝

**若內增上取作意攝者，唯先資糧以為其緣。**

「若內增上取作意」，這是第二科，是論「內增上取」。「若」四十作意裡邊的「內增上取作意攝者，唯先資糧以為其緣」，就是指獨覺，獨覺他在前很多生中，在佛前、在佛所，他栽培了很多的聖道的善根，所以叫「資糧」，「先」就是過去。「以為其緣」，以前栽培的聖道的善根，以為現在得道的因緣，那當然這裡邊也有了相作意，當然是這樣子。

## 丑二、所餘作意

**所餘作意，前前後後轉為其緣。**

「所餘作意」怎麼講呢？前面第一科是說「了相作意」，這底下是「所餘作意」，就是勝解作意、遠離作意……其餘這六種作意。六種作意是「前前後後轉為其緣」，前前作意為後後作意生起的因緣，這樣意思。

## 辛二、所緣差別（分二科） 壬一、徵

**復次，云何所緣差別？**

前面是說作意的差別，說完了。這底下說所緣的差別，這一大科就是「作意及所緣」，所以作意說完了，就說所緣的差別。所緣，有能緣、有所緣，所緣境。現在來說明所緣境的差別。分兩科，第一科是「徵」。

「復次，云何所緣差別」，除掉了前面的作意相攝的這個事情，還有「所緣差別」，那是怎麼樣的情況呢？這是問，底下回答。

## 壬二、釋（分二科） 癸一、辨相（分三科） 子一、標

**謂相差別。**

前面是問，這底下是解釋。解「釋」分兩科，第一科是「辨相」。分三科，第一科是「標」。「謂相差別」，就是所緣相的差別是不同的。這是「標」，底下第二。

## 子二、徵

## 何等為相？

這第二科，是問。

子三、釋（分二科） 丑一、四相（分三科） 寅一、標列

**略有四種。一、所緣相，二、因緣相，三、應遠離相，四、應修習相。**

「略有四種」，這底下第三科是解釋了。分兩科，第一科是「四相」。「四相」分三科，第一科是「標列」。

「略有四種」，所緣差別裡邊就是相差別，什麼叫做相差別呢？略有四種不同：「一」是「所緣相」，第「二」是「因緣相」，第「三」是「應遠離相」，「四、應修習相」，這個相差別有這麼多的不同，分這麼四種。這是「標列」，標列出來。

寅二、隨釋（分四科） 卯一、所緣相

**所緣相者，謂所知事分別體相。**

底下第二科是「隨釋」。「隨釋」分四科，第一科是「所緣相」。把這四種相標出來了，標出來，底下就解釋。

「所緣相者」，解釋這個所緣相。什麼叫做「所緣相」呢？底下解釋，「謂所知事分別體相」，這就叫做所緣相。這個「所知事」，「事」是所知道的，比如說五蘊，色受想行識，眼耳鼻舌身意，色聲香味觸法，眼識乃至意識，這一切一切都是所知的事情，你所認識的事情。這個「所緣相」就是「所知事」，「所知事」也就是「所緣相」，在禪定裡面所觀察的相。

「分別體相」，這個「分別體」就是能緣的，這個「所知事」就是能知事，能知一切事的這個能知者，能知者是誰呢？就是「分別體」。「分別體」是誰？就是心、心所法，其他的不能知的，就是這個心所法叫「分別體」。這個「體」，就是分別的自體。這個「所知事」也可當作所緣境，就是「相」，「所緣相」說。「分別體相」，「分別體」是能知事，就是能緣的，能緣的就是心、心所法。這個「相」，所知事也好，分別體也好，這兩種加起來都是定內的所緣相，可以這麼講。或者說，所知事是心、心所法所變現的，所以叫做「分別相」，也可以這麼講。

《披尋記》三八九頁：

**謂所知事分別體相者：謂所思惟彼彼境界色乃至法諸所有相，名所知事分別體相。**

這底下那個《披尋記》解釋：「謂所知事分別體相者：謂所思惟彼彼境界」，這就叫做「所知事分別體相」。「色乃至法諸所有相」，色受想行識，眼耳鼻舌身意……這就是十八界了，這一切法，「名」叫做「所知事分別體相」，就是這麼解釋。

卯二、因緣相

**因緣相者，謂定資糧。**

這是第二科「因緣相」。前面解釋了「所緣相」，現在解釋「因緣相」。這個「因緣相」是什麼呢？「謂定」的「資糧」，我們若想要修定，先要準備定的資糧才能修定。定的資糧是什麼呢？底下這《披尋記》說：

《披尋記》三九〇頁：

謂定資糧者：如戒律儀、根律儀、於食知量、初夜後夜常修惺寤瑜伽、正知而住，如是乃至沙門莊嚴，皆定資糧所攝。

「謂定資糧者：如戒律儀」，能夠持戒清淨，這也是定資糧。「根律儀」，眼耳鼻舌身意六根也清淨，也是定的資糧。「於食知量、初夜後夜常修惺寤瑜伽」，這初夜後夜不能睡覺的，只是中夜睡覺，「惺寤瑜伽」。「正知而住」，心裡面老是正知，就是以心為所緣，心是能緣，所緣的還是心，常是觀察自己這一念心叫它清淨無染，這叫「正知而住」。不管是行住坐臥，是穿衣服也好、在吃飯也好，做什麼都好，你常能「正知而住」。

若是我們沒有學過這樣的佛法，說我出家，我歡喜出家，出家以後怎麼樣呢？這一念心要怎麼樣「云何應住？云何降伏其心」呢？我們就算是讀《金剛經》的話：「云何應住？云何降伏其心？」假設不注意去研究的話，這《金剛經》都背下來了，還不知道怎麼叫做「應住、降伏其心」，「云何應住？云何降伏其心？」還是不知道。而現在說到這個「正知而住」，這件事說這個修行人的境界是這樣的，修行人的境界是這樣，這個心不能夠到五欲上去分別，常常是正知而住，使令心清淨，念茲在茲，時時地知道這一念心在做什麼，老是看著它。這個工作真是不容易做，的確是不容易。雖然是不容易，但是這個工作若做好了的時候，不可思議，這件工作，常是知道這一念心在做什麼。如果是我們就是一支香，不要說是多了，這一支香正知而住，已經感覺到很快樂，很好了。這就叫做定的資糧，「正知而住」。

「戒律儀」是定的資糧，「根」的「律儀」也是定的資糧，「於食知量、初夜後夜常修惺寤瑜伽、正知而住，如是乃至沙門莊嚴，皆」是「定」的「資糧所攝」。沙門的莊嚴是什麼呢？就是具足正信，內心裡面不虛偽，心裡面不諂曲，心裡面很誠實，以誠為本，儒家的話，這句話也有道理，以誠為本。能夠柔和善順、心不粗暴，能有這樣的功德；易滿易養，知足，少欲知足這些事情。能夠有智慧，有智慧這件事也是很重，這裡面說有智慧倒不是說是一定要去通達第一義諦，當然那是智慧。這一般所謂智慧是什麼呢？就是知道好壞，知道這件事是「是」，知道這件事是「非」，知道這件事是有過失的，知道這件事是有功德的，那麼使令自己就是遠離一切過失，成就一切功德，是名為智慧。所以這個就叫做「沙門莊嚴」，出家人的莊嚴是這樣子。這個皆是定的資糧。

「因緣相者，謂定資糧」，定的資糧。這可見佛菩薩為我們說法，說得非常的詳細，教你修定不是那麼簡單的，你要準備定的資糧，你有了這些條件了，然後才可以修定，這個定就成就了。所以不是個難事，要先準備定的資糧，然後再修定，定就容

易成就。所以說是這個聖道，你若修苦集滅道的現觀，你現在修這現觀，現在就能成就，它是有個道理的。就像這個火車有個軌道，軌道都鋪好了，這個車在上面一發動的時候，很容易就走過去了，是這麼回事情。所以若是成就了定的資糧，然後修定的時候，他就容易，就容易成就。

### 卯三、應遠離相

**應遠離相復有四種。謂沈相、掉相、亂相、著相。**

「應遠離相復有四種」，前面是第二科是「因緣相」，現在第三科是「應遠離相」。應該遠離的相貌是什麼呢？「復有四種。謂沈相、掉相、亂相、著相」，這四種。這個惛沈、沈沒相，和這個掉舉相，還有一個亂相，是散亂，這個散亂和掉舉不一樣，不是一樣的。還有著相，「著」實在來說就是愛著，這個愛著，著在那上面叫做「著相」。這四種相都是應該遠離的。

### 卯四、應修習相

**應修習相，當知對治此四種相。**

「應修習相」，第四個是「應修習相」，就是這件事是有功德，我們應該成就。「當知對治此四種相」，這個「應修習相」是什麼呢？就是我們應該知道，就是對治沈相、掉相、亂相、著相的那個，那個就是「應修習相」，是這樣意思。「對治此四種相」。

### 寅三、別廣（分二科）卯一、舉應遠離相（分四科）

#### 辰一、沈相（分二科）巳一、徵

**何等沈相？**

這前邊是第二科，第二科是「隨釋」，現在第三科是「別廣」。前面就是列，也還是標列的意思，這底下叫「別廣」，就是一條一條的解釋，這樣意思。解釋分兩科，第一科是「舉應遠離相」。又分四科，第一科是「沈相」。分兩科，第一科是「徵」。

「何等沈相」，這個「沈相」是什麼樣子呢？這是問。

#### 巳二、釋（分四科）午一、彼增上

**謂不守根門、食不知量、初夜後夜不常惺寤勤修觀行、不正知住，是癡行性。**

這底下就解釋。解釋分四科，第一科是「彼增上」。「謂不守根門」，「彼增上」這句話什麼意思呢？這個「惛沈」，惛沈的相貌應該容易明白，因為我們常常有惛沈，所以應該知道什麼叫做惛沈。那麼現在說「彼增上」，就是它能幫助你惛沈，它有力量，這個「增上」就是有力，它有力量叫你惛沈，是這麼個意思。誰叫你惛沈的呢？

「不守根門」，就是這件事。不守根門，「根」就是「門」，眼耳鼻舌身意是「根」，根就是門，這房子有個門就是可以出、也可以入的意思。我們這六根也是出，我們內

心的思想可以從這個六根裡面表達出來、表示出來，它是出；入，從外邊的色聲香味觸法裡面得到了消息也會收入，有支出，也會收入的，反正好的壞的都是這樣子。「不守根門」，就是壞的東西，對自己不利益的、有傷害的事情，你應該排斥它嘛！不，接受、歡迎它！這個大功德天你歡迎，黑暗女也歡迎，所以叫做不守護根門，是這樣意思。

「食不知量」，飲食的時候不知道量，我應該到這個時候就放下了，不要吃了，還要繼續吃，吃得很飽。那一天傳道法師說：「吃得都胃下垂了，還要吃！」是這樣子。這個食不知量，實在這是智慧不夠。吃太少也不可以，吃太多也不可以，就是不知道多少的量，這也使令你容易昏沈。吃太多也容易昏沈，吃得太少睡眠會少一點，但是營養少，精神不振作。不振作會有什麼現象呢？也不是昏沈、也不是掉舉，就在那昏沈、掉舉之間的那個時候，那個時候自己心裡頭還有知覺、還明白，但是想要修止觀，想要止，止也止不來，想要觀也觀不來，就是那麼個境界。所以這個事，食不知量的時候是有問題，是有這個問題。

「初夜後夜不常惺寤勤修觀行」，這個夜三時、晝三時，這個夜三時的初夜。晝夜二十四小時，我們就是一半一半在計算，十二個小時分三分，三四一十二，初夜四個鐘頭，後夜四個鐘頭，中夜還是四個小時。那麼中夜應該休息，洗洗腳然後休息。若是初夜、後夜這兩個時間，就應該修止觀。但是我們「不常惺寤勤修觀行」，有的時候也可能在靜坐修止觀，但是不常。這個「惺寤」，「惺」在這裡是警覺的意思，自己不要睡覺，警覺自己，使令內心老是醒悟、明明白白的。那麼這個時間幹什麼呢？「勤修觀行」，就是修四念處，觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我，這個心常在這個境界上行，要「勤修觀行」。但是「不常惺寤勤修觀行」，就是那時候幹什麼呢？不是掉舉就是睡覺，不睡覺就是打妄想。這樣子你的昏沈就多，越睡就是越多，所以就是昏沈。

「不正知住」，另外還有一個增上昏沈的事情，就是「不正知住」，這個身體是在這裡，那個心跑到幾千萬里去了，跑那兒去了。跑那兒去幹什麼呢？總而言之，不是愛就是憎，就是「不正知住」。

這樣子就能夠有力量叫你昏沈，你不守根門讓你昏沈，食不知量也昏沈，初夜後夜不常惺寤勤修觀行也是叫你昏沈，不正知住也是叫你昏沈的。所以這個昏沈是個什麼境界？「是癡行性」，就是愚癡，沒有智慧，愚癡行性，愚癡的心理活動的相貌。這個「性」就是心，「行」，就是這個心老是動叫做「行」。但這個動有各式各樣的動，現在是屬於「癡」，屬於愚癡，不明白道理，就是這樣叫做「癡行性」。這底下《披尋記》唸一唸就好了。

《披尋記》三九〇頁：

謂不守根門至是癡行性者：癡行者相，如下聲聞地釋。(陵本二十六卷九頁)不守根門等四，若是癡行所攝，說彼是癡行性。不守根門等，聲聞地中廣辯其相。(陵本二

### 十三卷一頁)

午二、彼行相

**眈著睡眠、無巧便慧、惡作俱行欲勤心觀。**

前面是「彼增上」，這底下「彼行相」，就是說這個惛沈的相貌。

「眈著睡眠」，這個「眈」應該是眼目的目，目字邊。就是貪著、愛著睡覺。唉呀！我多睡五分鐘都是很快樂！本來應該醒了，我再睡五分鐘、再睡五分鐘。睡覺越少的人越有這種感覺：我不要睡八個鐘頭，我不要睡六個鐘頭，我睡四個鐘頭、睡三個鐘頭，你越睡得少越有這個心理，我再多睡五分鐘，就是這樣子。「眈著睡眠」，就愛著這個睡眠，愛著睡眠當然就是睡眠了，所以就有惛沈，這是惛沈的相貌。

「無巧便慧」，因為你常常睡眠睡得太厲害了，就遲鈍，你的頭腦就遲鈍，因為還沒睡醒，看見什麼事情不能立刻明白。「無巧便慧」，也還是像剛才我說的，不知道好壞，就是這樣子。

「惡作俱行」，因為沒有巧便慧，常常睡覺，頭腦就不清醒了，就常會做錯事，做了錯誤的事情就後悔，這叫做「惡作俱行」。不高興自己以前所做的事情，不高興，但是後悔也來不及，已經做了嘛！「俱行」，就是和你的心在一起，心裡面常常有個後悔的心情。後悔有什麼用呢？沒有用，沒有用，但是還是後悔。

「欲勤心觀」，那麼這一段文加上一個「欲勤心觀」，看這個《披尋記》解釋。

《披尋記》三九〇頁：

**惡作俱行欲勤心觀者：欲三摩地、勤三摩地、心三摩地、觀三摩地，是名欲勤心觀。為欲對治煩惱纏故，是故修此四三摩地。於修此時，若有惡作相續不斷，追悔昔時應作不作，非作反作，是名惡作俱行。四三摩地差別修相，如下聲聞地釋。(陵本二十九卷五頁)**

「惡作俱行欲勤心觀者：欲三摩地、勤三摩地、心三摩地、觀三摩地，是名欲勤心觀」，這「欲勤心觀」是這麼回事，就是四如意足，四如意足有這四種。「欲勤心觀」，「欲」就是我想要得定，我想要得到禪定。你想要得禪定這個心理是個欲望，就是希望，這個希望，因希望心而得到禪定，是這樣意思。這個希望心什麼意思呢？就是你有強烈的欲望，大家都願意得禪定，但是你的欲望比別人的欲望的度數高，那你就容易成就。別人雖然也有欲望，但是那度數低，那個希望心不是那麼強，那麼你可能會成就，也可能不成就。但是若是特別強了的時候，就容易成就，這就叫「欲三摩地」，這個「欲」就是這個意思。他的這個希望心，希望得定的心特別強，任何人都障礙不住他的，所以叫做「欲三摩地」。

「勤三摩地」，這個「勤」就是精進的，不懈怠。白天我不斷地用功修行禪定，夜間，初夜後夜我也用功靜坐修行，一點也不懈怠，其他什麼事情都放下。那麼他這樣精進，他就成就了。說是他最初的欲望沒有你高，但是他修的時候精進，他也就成

功了，所以叫做「勤三摩地」。

「心三摩地」，就是修禪定的時候，你常要調，調這個心，叫它不要昏沈、也不要散亂、也不要掉舉，叫它明靜而住。你常能這麼善於調心的話，就成功了，是這樣意思。

「觀三摩地」，「觀」是智慧，要知道什麼是壞東西、什麼是好的、什麼是善、什麼是惡、什麼是「是」、什麼是「非」、什麼是有過失的、有罪過的、什麼是有功德的、有意義的。你就能夠改善自己，使令自己沒有過失，遠離一切過失，遠離一切罪過，而常能修集善法。你能有這樣的智慧善巧地調適，你就成功了，你這個禪定就成功了。說我只是我想要得禪定，但是你的欲望也不強，也不是很強烈，又不精進，又不善於調心，你的智慧也不夠，這是沒有希望了。所以要有欲、勤、心、觀，《瑜伽師地論》後邊有講，這叫八斷行，用這個方法才能得到禪定。這樣子就能對治這個耽著睡眠的事情，就把它對治，破除去了。「觀三摩地，是名欲勤心觀」。

「為欲對治煩惱纏故，是故修此四三摩地。於修此時，若有惡作相續不斷，追悔昔時」應作而不作，不應該作的反倒作了，「是名惡作俱行。四三摩地差別修相，如下聲聞地釋。（陵本二十九卷五頁）」，都是說得很詳細、很詳細的。

### 午三、彼能障

**不曾修習正奢摩他，於奢摩他未為純善，一向思惟奢摩他相。**

這是第三科，午三「彼能障」，彼昏沈能障礙你修三摩地，是這樣意思。

「不曾修習正奢摩他」，你常常的昏沈，那就是不能修習了，也或者過去的時候你因為歡喜睡覺，就是不曾修習正奢摩他。

「正三摩地」是什麼意思呢？就是表示還有「邪三摩地」。什麼叫做「正三摩地」？什麼叫做「邪三摩地」？就是你得到了禪定以後還有愛、見、慢，那就是邪三摩地，愛、見、慢。若是佛教徒修四念處的關係，能對治這個愛、見、慢，那叫做正三摩地。「正三摩地」也是通於凡聖的，若能夠得了聖道，那就是無漏的三摩地了。「不曾修習正奢摩他」，就是歡喜睡覺，有的人一天要睡十二個鐘頭，你看睡那麼多，那麼就把時間都浪費了，就是沒有成……。無量劫來我們也可能修過，但是今生要靜坐的時候，感覺那麼困難的得定，足知道前一生你沒修過，前一生若修過，今生也會容易一點。

「不曾修習正奢摩他，於奢摩他未為純善」，說我過去已經過去，我現在修！你現在修是好，但是你若不能對治這個昏沈，常常有昏沈的時候，你這個奢摩他也修不好。「未為純善，一向思惟奢摩他相」，你這個奢摩他不是純善的，就是常常打瞌睡，那怎麼能行呢？如果不打瞌睡，也不掉舉，心裡面明靜而住，要止就止、要觀就觀，那就是「純善，一向思惟」的「奢摩他相」。現在因為你不破除去這個昏沈，你就不是純善的「一向思惟奢摩他相」，是障礙你修學「純善，一向思惟奢摩他相」，障礙你，使令你不成功，這可見這個昏沈對於靜坐的障礙太大了。

#### 午四、彼緣境

**其心惛暗，於勝境界不樂攀緣。**

這是第四科「彼緣境」，彼惛沈所緣境。

「其心惛暗」，他那個心，靜坐的時候惛沈一來了的時候，心裡面惛、心裡面暗，不能有所覺知。「於勝境界」，勝境界就是禪定所緣的境界。「不樂攀緣」，不歡喜攀緣禪定的所緣境，你不歡喜。比如說是以喜為所緣境也好，或者是以捨為所緣境，或者以名為所緣境，名色，或者以心為所緣境，總而言之，佛菩薩所開示的所緣境都是勝境界。你不歡喜，「不樂攀緣」，不歡喜攀緣這個境界令心明靜而住，不歡喜這樣做。你不歡喜，結果這個心幹什麼呢？心就去惛沈了，一惛沈了，禪定修不來了，就是被這個惛沈障礙住了。

#### 辰二、掉相（分二科） 巳一、徵

**何等掉相？**

前面是說這個「沈相」，惛沈的相貌這樣，這底下解釋這個「掉相」。「掉相」分兩科，第一科是「徵」，第二科是「釋」。

「何等掉相」，是「徵」。

#### 巳二、釋（分四科） 午一、彼增上

**謂不守根門等四，如前廣說，是貪行性。**

「謂不守根門」這以下是「釋」，分四科，第一科是「彼增上」。

「謂不守根門等四，如前廣說」，就像前面說過，「不守根門、食不知量、初夜後夜不常惺寤勤修觀行、不正知住」，就是這四樣。這四樣也是掉舉的一種增上緣。「是貪行性」，但是這個「掉舉」和前面那個「沈」還不一樣，前面的沈是愚癡行性，這個是「貪行性」。於可愛的事情去掉舉、浮動，心裡面浮動，在那兒攀緣妄想，妄想可愛的這一切經過的事情，所以是屬於「貪行性」。這個掉舉是這樣。這底下解釋。

《披尋記》三九〇頁：

謂不守根門至是貪行性者：貪行者相，亦如聲聞地釋。（陵本二十六卷八頁）不守根門等四，若為貪行所攝，說彼是貪行性。

是這樣子。

#### 午二、彼行相

**樂不寂靜、無厭離心、無巧便慧、太舉俱行，如前欲等。**

這第二科「彼行相」。

「樂不寂靜、無厭離心」，這個掉舉的相貌，它的相貌是什麼呢？不歡喜寂靜。



一點聲音沒有，也沒有人同你講話，自己這個時候，寂靜的境界不歡喜，不歡喜寂靜。「無厭離心」，對這個浮動的境界歡喜，吵吵鬧鬧的事情比較歡喜；若是寂靜了的時候，不歡喜，對於這個流動、動亂的境界沒有厭離心。這些障礙修行的事情應該有厭離心：「唉呀！我這五分鐘說些閒話，把我這五分鐘都浪費了！」心裡面後悔，不要說幾個鐘頭。但是這個人，歡喜掉舉這個人「無厭離心」，不能厭離，對於色聲香味觸這個動亂的境界沒有厭離心，沒有厭惡心。

「無巧便慧」，他也沒有智慧，這個流動、動亂，這是耽誤我們寶貴的時間，把寶貴的生命時間都浪費了，這是一個錯誤，但是他不知道這是錯誤，所以是「無巧便慧」，沒有這個巧便慧。

我有的時候有點感覺：年紀稍微輕一點的人容易有成就，靜坐也好、念佛也好、讀經也好，他就容易有成就；年紀大了就困難，年紀大的人稍微困難。但是又不是決定，年紀大了，就是有志者事竟成，我能精進，勤以補拙，我能精進也是可以。我能夠學習智慧，知道什麼是對，什麼是不對，我能避免錯誤，我善巧地調適，也一樣可以有成就，一樣還是有成就的。所以這個地方是「無巧便慧」，這個地方很重要，沒有巧便慧。

「太舉俱行」，就是浮動得太厲害，老是這樣子。「如前欲等」，像前面「欲勤心觀」，要這樣對治才可以。這地方有解釋。

### 《披尋記》三九一頁：

**太舉俱行如前欲等者：**此指前說欲勤心觀，故說如前欲等。修彼定時，若與掉舉相應，令心騰躍諍動，是名太舉俱行。

「太舉俱行如前欲等者：此指前說欲勤心觀，故說如前欲等。修彼定」的「時」候，「若與掉舉相應，令心騰躍諍動」，就是貪愛心所歡喜的境界，因為你這個貪心、愛心一現前，就有所愛的境界出現。有能緣就有所緣，有所緣就有能緣，所緣的愛的境界，和能緣的心一相應了的時候，心就騰躍諍動。每一種不同的境界，都有不同的作用。你若到山野裡面空曠的地方，也沒有什麼聲音，花香鳥語，你在那裡走路，你心裡是什麼樣子？這個不同的境界。你若到鬧市裡面的境界去，人在那兒吵架，你看那個境界，你心又是怎麼樣？心隨境轉，這就是這樣意思。

「若與掉舉相應，令心騰躍諍動，是名太舉俱行」，就是這樣意思。所以若有巧便慧，你才能避免這件事，有特別的境界使令心裡面……，說我知道不對，但是偏要這樣子，那麼也可以用別的辦法對治。我瞋心特別強，用慈悲觀對治；愛心特別強，用不淨觀對治。今天也對治、明天也對治，慢慢地這心就調伏了，心若調伏以後，你修止觀也容易相應。這個地方就是「樂不寂靜、無厭離心、無巧便慧、太舉俱行，如前欲等」，這是把我們這個不修定的人，這些過失的相貌一樣一樣地說出來。

午三、彼能障

**不曾修舉，於舉未善，唯一向修。**

「不曾修舉，於舉未善，唯一向修。由於種種隨順掉法親里尋等動亂其心。」這第三科「彼能障」，就是彼這個「掉」它有這個障的作用。

「不曾修舉」，用這個話，這話怎麼解釋呢？就是這個修行人，這個人他沒曾經修學對治這個「舉」，就是這個掉動，沒曾修學對治的法門來對治這個舉。「於舉未善」，對於心裡面那個掉舉沒能善加修習來對治。「唯一向修」，一直地心裡面去思惟這個掉舉的事情。這個可以這麼解釋。那麼這就是「彼能障」，那麼就障礙你修學三昧了。

午四、彼緣境

**由於種種隨順掉法親里尋等動亂其心。**

這第四科「彼緣境」。

「由於種種隨順掉法」，由於自己種種的原因，隨順這個掉舉的情況。隨順掉舉是什麼呢？親里的尋思、國土的尋思、不死的尋思，不思惟自己一口氣不來就死了，死了以後到什麼地方去呢？自己沒有把握，這是很危險的事情。所以趕快地要準備資糧，我不要到三惡道去，我要到人間、天上，或者到佛世界去。那麼這樣子，你這麼思惟，這個道心就來了。但是我們不能這麼思惟，「隨順掉法親里尋等動亂其心」，越思惟心裡面越亂，那麼這就是「彼緣境」，這個掉舉所緣境，就是緣這個親里這些事情，動亂其心。

問：院長，昨天上到所作成辦所緣作意這裡，「若就初門，遍一切攝。就第二門，唯加行究竟果作意所攝。」院長在初門這裡，是解釋七種作意，第二門是指四十種作意。整個文義解釋就是說所作成辦所緣作意，若就七種作意遍七種作意；就四十種作意的話，所作成辦所緣作意唯與加行究竟果作意所攝，整個解釋是這樣。但是如果照窺基大師解釋的話，他是從所作成辦所緣作意這裡，他說：「謂我思惟如此如此，若我思惟如是如是，當有如此如此，當辦如是如是」，他這裡解釋為初門。下面「及緣清淨所緣作意」指的是第二門，那院長覺得這個解釋是不是比較……

答：你說窺基大師他這麼解釋？

問：對，他說初門就是指修世間禪定的，指這句話；那第二門是緣清淨所緣作意這一句話。

答：窺基大師解釋我不敢說不對，我怎麼敢說他不對，我不敢說，我只有同意他的說法。或者有不同的解釋可以，但是我不敢說他不對，我不能說他不對。你有什麼意思你可以說。

問：因為如果照院長的解釋的話，初門是指七種作意的話，那這句話就是有重複的感覺。

答：第幾頁，你說的？

問：《披尋記》是三八七頁。

答：第幾行？

問：倒數第三行。

答：「所作成辦所緣作意，若就初門，遍一切攝。就第二門，唯加行究竟果作意所攝。最初勝解思擇作意皆所不攝。」你怎麼意思？你說一說。

問：如果照院長的解釋的話，就七種作意遍七種作意，就四十種作意，所作成辦作意唯以加行究竟果作意相攝。這樣的感覺是有重複的感覺，就七種作意遍七種作意。因為在科判它的第一科就是通七作意，那第二科它說唯加行究竟果作意相攝，在科裡面已經有提出來了。所以如果再以院長的解釋的話，是有重複的感覺。那如果以窺基大師的解釋來說的話，是比較通一點。

答：那好啊！就這樣解釋好，按窺基大師的解釋好。

問：院長！月霖說要補充。他說，所作成辦所緣作意在三八三頁第一行那邊。

答：三八三頁？

問：對。它說：「謂我思惟如此如此，若我思惟如是如是，當有如此如此，當辦如是如是」；這句話院長那時候說是，指這世間修行禪定，三昧所成辦的作意，就是修世間的四禪或者是無色界四空定所成辦的作意。那緣清淨所緣作意是指的修出世間無漏智慧所成辦的作意，那就是加行究竟果作意所攝，這樣子好像比較通，比較合理。

答：比較合理啊！那好。這個是那樣，這個呢，所作成辦所緣作意，「若就初門，遍一切攝」，就是七種作意能攝七種作意，「所作成辦所緣作意，若就初門，遍一切攝」，就是它能夠攝七種作意，這麼解釋。第二句話，「就第二門，唯加行究竟果作意所攝」，就是不攝七種，只說最後一種。你認為這樣解釋就是重複了。你再多說幾句，怎麼叫做重複？

問：「若就初門，遍一切攝」，初門如果說是七種作意的話，若就七種作意遍七種作意，如果這樣解釋的話是不是？那如果說，初門是解釋說「謂我思惟如此如此，當有如此如此」，如果是這樣解釋的話，好像比較能夠看出來所作成辦作意的一個意思。

答：就初門說，就是廣一點，就是把七個作意都可以包括在裡邊。就第二門說，那麼就是狹一點，「唯加行究竟果作意所攝」，就是前六作意不在內，只是第七作意。四十作意裡邊，所作成辦所緣作意是七種作意的最後一個作意所攝，前六個作意不在內，這樣子應該說得通，是可以這樣說。第一就初門來說，所作成辦所緣作意就是七門都可以在內，都在內的，都在內，當然我認為更容易明白。因為加行究竟果作意它不是可以單獨成立的，它一定有前六個作意，才能夠有最後一個果作意成立的。所以所作成辦所緣作意就是包括了七個作意在內，可以這麼說。若就第二門，是單獨指第七個作意說，就是這樣意思。也可以說得過去。

問：師父，這樣子來講，看看是不是就是說，兩邊都通得過去。就是說，它是指所作成辦，所作成辦的話呢，它可以從因到果成就一個成辦的事情，也可以說到果的地方說是成辦的一個事情。那這樣子來講的話，所作成辦所緣作意就初門來講的話，比方說是，以師父來講的話，從了相一直到七作意的最後一個作意。這樣子來講的話，他也是成就了定，也就是包括了禪愷法師講的，它也是定地所攝。那這樣的話，它是七個作意，那它所作成辦，然後它是七個作意通通都含攝在內。那下面呢，就第二門的話，假設說就是照師父講的，它比較狹的話，就單指它的果。這個果可以是定地的果，也可以是緣清淨的果，但是都叫做所作成辦。那這樣子來講的話，它是指最後一個，最後一道，就是第七個作意。那或者說，假如說是修慧的話，他是在定裡頭修慧，那它就是所作成辦果，就是加行究竟果作意。這樣子來講，是不是？

答：是，這樣說也好。這個是那樣，前面如果說是就初門說，是指世間三昧；就第二門說，指出世間三昧。這樣說當然沒有重複的感覺，是沒有重複。可是若是這樣說，所作成辦所緣作意是包括了七個作意，第二門呢，只說是最後一個作意，這樣講是通於世間，也通於出世間，兩個都是通，這兩句話都是通的。但是，就是有廣狹的不同。在文相上，在文字的表面看，這樣講應該是通的，應該是可以說得通。

我們現在講這個文，如果你在佛學院裡面住了三年、四年、五年、六年，照理說我們就是順一下就好了，不用解釋，應該是這樣才對。但是，如果說是在佛學院是住了五、六年，都忘記了，因為也沒有時間去溫習，溫習的時間也不夠。就算是溫習多少，可能前一個月還能記住，後一個月就忘了。這樣說，所以我們還是稍微的詳細一點講，可能會比較好一點。

問：師父，《披尋記》一九一頁，就是在準備回講的時候有發覺一個問題。就是倒數第二行這裡，它有說，顯正這裡，「由他無變異相。圓滿解脫，名無生相。」我是有看了一下《遁倫記》，它裡面最後解釋說：「由他者是擇滅相，無生者是非擇滅相」。那這裡不太了解，我在想由他者好像應該是非擇滅相，無生是涅槃，不是應該是擇滅相嗎？那他說無生者非擇滅相。

答：無生者非擇滅相。

問：由他者是擇滅相。

答：由他者擇滅相，無生是非擇滅相，這樣意思。那麼現在這裡說是：「若法自性無生無滅，是名自然無變異相。若不為他之所壞滅，是名由他無變異相。圓滿解脫，名無生相。如是一切皆常住相。彼我世間皆非有故，云何是常？」這個話，由他之所壞滅，那麼這應該是擇滅相，你剛才說的意思是這樣，那麼，圓滿解脫名無生相，就不是擇滅相，你是這個意思？

問：這是《遁倫記》裡面是這樣解釋，就是無生者是非擇滅相。可是無生的話就是涅槃，那涅槃的意思不是就是擇滅相嗎？我看這個文的意思，好像應該是跟他解釋的是相反。

答：我沒有，我這裡沒有筆。現在是這樣，這個地方，你靜坐的時候去觀察的時候，說一切法無生無滅，這是擇滅相？是非擇滅相？一切法本來無生無滅，不是因擇滅而無生無滅，所以無生無滅非擇滅相，也可以這樣講，是不是？「若不為他之所壞滅，是名由他無變異相。」說擇滅這句話，是對我們的執著心說的。我們心裡面，色受想行識無我、無我所，一切法無我、無我所，本來是沒有我的，沒有我可滅，那麼現在我們修無我觀，幹什麼呢？無我觀是對我們的執著心來說的，我們執著有我，用這種無所得的現觀來滅我們的執著，這叫做擇滅。這個執著心滅了，一切法本來是無生無滅的，本來是無我、無我所的，所以在一切法本相上來看，不是擇滅相。

所以它這個說，「若不為他之所壞滅，是名由他無變異相。」他不能變異他，就是你不能夠影響他。若不為他所壞滅，一切法沒有壞滅，沒有好壞滅的嘛！在一切法自性空上看，沒有法可滅；而在一切法緣起有，如幻如化的法，你不能滅它的，你不能滅。非要那個業力，那個業力滅了，它才能滅，不然它是不能滅的。比如說我們這個眼睛有病，看虛空有花，你把虛空花能滅？那個虛空花是不可滅的，只有把你眼睛的病滅了，那虛空花才能滅的，不然那虛空花是不可滅的。所以就是我們執著一切法是真實有，有我、有你，有我相、人相、眾生相、壽者相，有此、有彼，有大、有小，有天、人、阿修羅，一切法都是有。這在執著心上這麼說，這個執著心是可以滅的，一滅了，一切法本來如是，本來是這樣子。所以在一切法本來如是這個地方來說，是非擇滅相。你修止觀，你靜坐的時候你觀一下，你就會感覺到，這個「擇滅」單是在執著心上說，執著心上說的，滅自己的執著心。這個執著心怎麼滅呢？就是沒有我，也就不執著我了，不執著我，那麼就是沒有事了，就是這麼個事情。

我昨天，是昨天？是前天？忽然間，「教外別傳」這四個字，很有意思，很有意思的。「教外別傳」這句話，這四個字有點意思的。但是呢，你用功修行的時候，不能這樣想。所以《金剛經》上：「如來是真語者、實語者、如語者、不誑語者、不異語者。」這些話，在天親菩薩《金剛般若論》裡面有不同的解釋，有不同的解釋的。《金剛經》，有的時候我去講《金剛經》，「我已經聽了多少遍了，你還給我講。」《金剛經》裡面有很多的意思，不是一下子就能講明白，也不是一下子就能明白；講也不容易講，聽也不容易聽，很有意思，有不同的意思。而這些事情，這些地方都有這樣意思。底下說：「若法自性無生無滅，是名自然無變異相」，這本來是這樣子，不是說你叫它無變異，不是的。「若不為他之所壞滅，是名由他無變異相。圓滿解脫，名無生相。如是一切皆常住相。彼我世間皆非有故，云何是常？」從經論上看，佛菩薩的智慧太高了，外道是不可以和佛菩薩辯

論的，是不能的。

但是初開始，我就是拿我自己說，初開始的時候，唉呀！這些話完全都是，說了老半天，看了很多書還是不明白，怎麼叫做無生無滅，還是不懂。你看這地方說：「若法自性無生無滅，是名自然無變異相」，這話都很難懂，不知道這句話怎麼講。「若不為他之所壞滅，是名由他無變異相」，我看也是不懂，我都不知這句話怎麼講。初開始來到佛學院，老師講：「什麼叫做五蘊？」我也不懂，就這個話都不懂，光是記住這個名相都不行；於「一切法無我，得成於忍，此菩薩勝前菩薩所得功德」，更是不懂，不明白。

所以我看到智者大師有一句話，你不要這一下子完全都明白了，你不要這樣想，你這樣想，就是錯了。只是一樣，就這一樣，你先希望它能懂了，再想第二樣、第三樣，慢慢懂。說是我一下子完全懂，這是不對的，智者大師說過這種話。我想這個話，我自己想，對我來說是合適的。我只要求這一句話，「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」，這是什麼意思？像《金剛經》前一段文，天親菩薩、無著菩薩說這是發菩提心，這更難懂了，那一段文是說發菩提心，我們更難明白。只是「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」，你先知道怎麼叫做我相，怎麼叫做無我相，只是一條，你先把它弄明白，然後再其他的，慢慢地這一大段文都懂了，這樣子才好。說這一段文我一下子完全明白，智者大師說：你不應該這樣子，你不應該這樣想。

### 辰三、亂相（分二科） 巳一、徵

#### 何等亂相？

「何等亂相？謂不守根門等四，如前應知。是鈍根性，多求、多務、多諸事業，尋思行性。」「所緣差別」裡邊有「徵」、有「釋」。「釋」裡邊先「辨相」。分三科，一個「標」、一個「徵」、一個解釋。解釋裡面先解釋「四相」，第一科解釋「四相」，第二科解釋「三十二相」。「四相」裡邊，第一科是「標列」，第二科「隨釋」，第三科「別廣」。「別廣」裡邊分兩科，第一科是「舉應遠離相」。「應遠離相」裡邊，第一科是「沈相」，第二是「掉相」，現在是第三「亂相」，就是修禪定的時候這些過失，也就是這些障礙。

第三個是「亂相」，什麼叫做亂相呢？

### 巳二、釋（分三科） 午一、彼增上

**謂不守根門等四，如前應知。是鈍根性，多求、多務、多諸事業，尋思行性。**

「謂不守根門等四，如前應知」，這個「亂」就是散亂，心裡面不能夠寂靜。那麼什麼原因會這樣呢？「謂不守根門等四」，前面講過，就是自己行住坐臥的時候不能守護自己的眼耳鼻舌身意六根，就是隨意地、懈怠地向外攀緣，攀緣這個色聲香味觸法。第一個過失就是「不守根門」，所以會引起散亂。第二個就是「食不知量」，飲食的時候不知道多少的量，或者吃得太少，或者吃太多，也會造成內心的不安。第三就是「初夜後夜不」能夠「惺寤勤修觀行」，懈怠也是不行。第四個是「不正知住」。由於這四個原因，所以會亂，靜坐的時候心裡面亂。

「是鈍根性」，這個人他不是利根，是個鈍根，根性非常的鈍。「鈍」這個字怎麼講呢？「鈍」就是遲鈍、就是緩慢，可以這麼解釋。就是他修學聖道的條件不夠，他對於修學佛法的事情，像聞思修的這種事情，或者是信進念定慧這一方面，他都不及格。他的心力在聖道上，修止或者修觀的時候，是「極遲運轉、微劣運轉」。「極遲運轉」就是特別的緩慢；「微劣運轉」，「微劣」就是小小的有一點活動，不是一個有力量的一個活動。這樣子他當然是不合適了，不相應了。對於修學佛法的事情，他不能夠很快的能有所覺悟、能得聖道，他辦不到這件事，所以叫「是鈍根性」。

「多求、多務」，但是對於非聖道的事情，世間塵勞的事情，那他可是不同，他「多求」，多所貪求，這個也要、那個也要；「多務」，他能用很多力量，他能發出來很多力量去做那些事情。「多諸事業」，他能計劃出來很多事情，做這件事、做那件事。「尋思行性」，世間上的這些塵勞的事情，他心裡面會有很多計劃，他會想出來很多事，這個人是這樣的，這就叫做「鈍根」，這叫做「亂相」。

「亂相」這裡分兩科，第一科「徵」，第二科「釋」。這是「彼增上」，彼亂的增上，能幫助你亂，你做這些事情的時候，能令你靜坐的時候心裡面亂，而不能寂靜住。這是一個意思。

## 午二、彼行相

### 無巧便慧、無厭離心、不修遠離。

「無巧便慧」，這是第二科「彼行相」，就是亂的行相。前面說那幾句話是「增上」，就是幫助他亂的力量很強；這個是說亂的行相，亂的相貌。

「無巧便慧」，他沒有善巧方便的智慧。靜坐的時候若是心裡面惛沈了，就想辦法把這惛沈破除去，叫心裡面不惛沈、明靜而住；若心裡面掉舉了，就想辦法把掉舉停下來，叫心裡面明靜而住。然後或者修不淨觀，或者是修無我觀。但是他沒有這種智慧，心裡面來了惛沈就叫它惛沈，來了掉舉一直的就是掉舉，他不能夠巧便地調轉，他不能，沒有這種智慧。

「無厭離心」，來了惛沈也好、來了掉舉也好，他沒有厭離心，這個沒有關係！止觀修不來，沒有關係！就是這樣意思。對於世間的塵勞有歡喜心，說沒有關係！他不厭離這些生死的惑業苦的事情。

「不修遠離」，有這些惑業苦的業障現前的時候，他感覺沒有關係，不厭離，所以也不遠離這些事情。說是不遠離，我作不得主嘛！我也想遠離，但是作不得主，所以不修遠離。經論上佛菩薩有開導，可以修一種對治的法門，就能夠遠離一切雜染的事情，但是不修，他不修！

## 午三、彼緣境

### 於勝境界不樂攀緣，親近憤鬧，方便間闕，不審了知亂不亂相。

「於勝境界不樂攀緣」，對於禪定的境界，對於出世間聖人的境界，他不歡喜去攀緣、去思惟觀察，不歡喜。「親近憤鬧，方便間闕，不審了知亂不亂相」，對於憤鬧的事情，障礙修道的這一切憤鬧的事情，「親近」，他歡喜去接近。說什麼地方風景特別好，那他要去看看，忽然間有什麼事情，有什麼特別的地方，總而言之這些散亂、放逸的事情他歡喜。「方便間闕」，聖道，能得聖道的這一切的事情他都缺少，沒有，沒有這些行動，這些行動不歡喜。「不審了知亂不亂相」，他不是能夠認真地，能夠知道這是亂相，於聖道有妨礙的；這是不亂的相，是能修學聖道的，他對這個亂不亂的事情，他不去認真地去觀察，他不管，沒有關係。這就叫做「亂」，這個「亂」是這樣意思。

### 《披尋記》三九一頁：

不審了知亂不亂相者：於心住中，若有諸相、尋思及隨煩惱，令心流散擾動，是名亂相。若住一境，依六種想作意思惟，謂無相想、無分別想、寂靜想、無作用想、無所思慕無躁擾想、離諸煩惱寂滅樂想，名不亂相。如下聲聞地釋。（陵本三十二卷五頁）

《披尋記》：「不審了知亂不亂相者：於心住中，若有諸相、尋思及隨煩惱，令心流散擾動，是名亂相」，「於心住中」，就是在靜坐，令心明靜而住的這個境界裡面。「若



有諸相」，你心裡面有這個色聲香味觸的相，有男相、女相，或有老病死的相，就是有這些相的擾亂。「尋思」，就是欲尋思、恚尋思、害尋思、親屬尋思、國土尋思、不死尋思，這是各式各樣的尋思。「及隨煩惱」，就是貪欲、瞋恚、散亂，各式各樣的這些煩惱。「令心流散擾動」，這個「相」，或者「尋思」，或者「隨煩惱」，令這個人的心流動散亂、不安靜，擾動、不安靜，「是名亂相」。這可見有三種：一個相、一個尋思、一個隨煩惱，這三種令他散亂。

「若住一境」，若是這個修行人他的心安住在所緣境上不亂。「依六種想作意思惟」，他依止六種的觀想去警覺自己去思惟。「謂無相想、無分別想、寂靜想、無作用想、無所思慕無躁擾想、離諸煩惱寂滅樂想」，這叫做「六種想」。

「無相想」，就是靜坐的時候心裡面沒有色聲香味觸的相，沒有男女的相，也不去思惟這些老病死令心雜亂的相，沒有這些相。「無相」，沒有相，心裡面是想，但是沒有這些相的「想」。「無分別想」，就是沒有那個尋思的想，沒有欲尋思、恚尋思、害尋思那些尋思，沒有那些尋思想，叫「無分別想」。「寂靜想」，就是沒有五蓋，貪欲、瞋恚、高慢、疑惑這些想，「寂靜想」。「無作用想」，因為沒有相想，相的作用就沒有了，這個相令你心裡面散動，這是沒有相的作用。「無所思慕無躁擾想」，沒有那個尋思，欲尋思、恚尋思、害尋思那些尋思，沒有尋思的時候，心裡面就不會思慕，也就沒有那個躁擾想。欲尋思、恚尋思、害尋思、親里尋思，就是心裡面思慕。親里尋思，我想我的家裡的人，想我的好朋友，那麼就思慕，心裡面躁動、擾亂。現在沒有這種尋思，所以叫「無所思慕無躁擾想」。「離諸煩惱寂滅樂想」，你沒有那個隨煩惱，沒有貪欲、瞋恚等等這些隨煩惱，心裡面沒有這個煩惱，所以心裡面很寂滅，滅除這一切，心裡面很快樂，「寂滅樂想」。「名不亂相」，這就是你靜坐的時候心裡面沒有亂的相貌。「如下聲聞地釋。」（陵本三十二卷五頁）。

#### 辰四、著相（分二科） 巳一、徵

##### 何等著相？

前面沈、掉、亂這三種相解釋完了，現在是第四種「著相」。分兩科，第一科是「徵」。

什麼叫做「著相」呢？「著相」怎麼講呢？這底下就解釋。分兩科，第一科「彼增上」。

#### 巳二、釋（分二科） 午一、彼增上

**謂不守根門等四，如前應知。是鈍根性，是愛行性，多煩惱性。**

「謂不守根門等四」，還是這件事。可見這個靜坐的人「不守根門、食不知量、初夜後夜不常惺寤勤修觀行、不正知住」，這都是障礙自己用功的事情。「如前應知」，像前面說了，這個應該知道。「是鈍根性」，這個「著相」的人，有著的這個人是個鈍根性。「是愛行性」，那個惛沈是個愚癡的行性，現在這個著「是愛行性」，就是他的

愛心特別多，愛欲心多。「多煩惱性」，你有愛煩惱，就會有很多很多其他的煩惱也隨著都來了。

## 午二、彼行相

**不如理思，不見過患，又於增上無出離見。**

「不如理思，不見過患」，這第二科是「彼行相」，彼那個著相是什麼樣的相貌呢？是不如理的思惟，什麼事情他不能有智慧地思惟，總是用情感去思惟事情。「不見過患」，不能夠覺悟五欲是有很多的過患，令你能自害、他害、俱害，現法罪、後法罪、現法後法罪。「又於增上無出離見」，「增上」是什麼呢？就是更好的色聲香味觸，就是這個。有「增上生」，有「決定勝」這兩種，「決定勝」是修出世間道，「增上生」就是世間善法。世間善法做什麼呢？就是你將來得到更好的、更殊勝的人間的果報，或者天上的果報。人間的果報也好，天上的果報也好，總而言之就是個欲，對於這件事「無出離見」，他沒有出離心，他沒有出離的思想，沒有這種思想，所以叫做「著」。原來這個「著」實在也就是愛，就是這樣意思。底下這個《披尋記》。

## 《披尋記》三九一頁：

**是愛行性等者：於資生具為性耽染，深生愛著，由是說言是愛行性。或為貪、瞋、癡、慢、尋思隨應現行之所染汙，由是說言多煩惱性。於增上生難使遠離、難使厭患，由是說言又於增上無出離見。**

「是愛行性等者：於資生具為性耽染，深生愛著」，人的衣食住是資生具，他就是愛著這個，深深地愛著。「由是說言是愛行性。或為貪、瞋、癡、慢、尋思隨應現行之所染汙，由是說言多煩惱性。於增上生難使遠離、難使厭患」，他也不能遠離，這樣的人要出家就是很難了。「由是說言又於增上無出離見」。

## 卯二、例應修習相

**對治如是應遠離相，隨其所應，當知即是應修習相。**

這底下第二科「例應修習相」。前面是說「遠離相」，遠離這四相：一個沈、一個掉、一個亂、一個著，對治這四個是「遠離相」。前面這五蓋曾經提過，能夠依佛說的各式各樣的法門，或者不淨觀、或者是緣起觀、或者是光明，各式各樣的法門，能消除去前面的遠離相，這遠離相應該遠離的。「隨其所應，當知」，這後邊也有，前面也有，都說過。「即是應修習相」，這個「應修習」，應該成就的，把這清淨的功德成就了，染汙法就遠離了。

## 丑二、三十二相（分二科）寅一、標列

**復有三十二相。謂自心相、外相、所依相、所行相、作意相、心起相、安住相、自相相、共相相、麤相、靜相、領納相、分別相、俱行相、染汙相、**

不染汙相、正方便相、邪方便相、光明相、觀察相、賢善定相、止相、舉相、觀相、捨相、入定相、住定相、出定相、增相、減相、方便相、引發相。

「復有三十二相」，前面這四相是「應遠離相」，說完了，這底下又有「三十二相」。分兩科，第一科是「標列」。還「有三十二相」，這個修行人應該是要注意。什麼三十二相呢？先列出來，「謂自心相、外相、所依相、所行相、作意相、心起相、安住相、自相相、共相相、麤相、靜相、領納相、分別相、俱行相、染汙相、不染汙相、正方便相、邪方便相、光明相、觀察相、賢善定相、止相、舉相、觀相、捨相、入定相、住定相、出定相、增相、減相、方便相、引發相」，這一共是三十二相，我倒沒有去數這個數，有三十二相。

寅二、隨釋（分三十一科）卯一、自心相（分二科）辰一、徵

云何自心相？

這以下第二科「隨釋」，隨其次第加以解釋。分三十一科，三十二相分三十一科解釋。第一科是「自心相」，解釋這個「自心相」。分兩科，第一科是「徵」。

三十二相列出來了以後，這底下解釋，怎麼叫做「自心相」呢？我們自己的心的相貌是什麼樣子呢？這件事，誰都有心，但是自己的心的相貌是什麼樣子？未必能明白。這底下就加以解釋。問，第二科解「釋」，第一科是「標取相」，先舉出來自心的相貌。這個「取」在這裡來說就是認識，要認識自己心的相貌。

辰二、釋（分二科）巳一、標取相

謂有苾芻，先為煩惱染汙心故，便於自心極善取相，如是如是心有染汙，或無染汙。由此方便，心處沈等；由此方便，不處沈等。

「謂有苾芻，先為煩惱染汙心故」，舊的翻譯叫「比丘」，新的翻譯叫「苾芻」，音稍稍有點不同，就是出家人，受了大戒的這個人。「先為煩惱染汙心故」，以前沒有出家的時候，我沒有學習佛法的時候，我的心為煩惱所染汙的緣故，感覺是不對勁兒，所以出家修行。「便於自心極善取相」，感覺到我的心為煩惱所汙染的時候，這件事是有大患的，要趕快地要解除去這個染汙，要對治、要消除去這個染汙。那麼怎麼樣辦法呢？「便於自心極善取相」，先決條件，對於自己的心要「極善取相」，盡其所能地達到了極點，要認識自己心的相貌，先要認識。「如是如是心有染汙，或無染汙」，這個「如是」就指境界說，遇見這樣的境界、遇見這樣的境界，心就有染汙了；遇見了這樣的境界、這樣的情況，就沒有染汙了；就是有染汙和無染汙。這個染汙、無染汙《披尋記》裡面解釋得很詳細。

「由此方便，心處沈等；由此方便，不處沈等」，因為這個比丘是出了家，就學習佛法，學習佛法的時候，他就用，他把所學習的佛法在日常生活上，在自己行住坐臥上使用它，使用它來調這一念心。「由此方便，心處沈等」，若是由於有這樣的情況

的時候，心就會處於沈、掉、亂、著，就處於這個境界裡邊，這個心就在這樣的顛倒裡面的境界。「由此方便」，這個「方便」就是不用佛法來對治，還是原來的舊家風，若是這樣的情況，心就處於沈、亂、著等這個情況裡面。「由此方便，不處沈等」，若是修學佛法，用佛法來調的話，你若肯這樣努力，「方便」就是這樣努力去修行的話。「不處沈等」，我這一念靈明的心就從那個沈、掉、亂、著裡面解脫出來了，就不處於沈、掉那四種顛倒裡邊了，就清淨了。這就是這個比丘出了家以後，他能這樣子來調心，就是這麼意思，這叫做「自心相」，就是認識自己的心的相貌，常這樣用功。這是「標取相」。第二「釋沈等」，解釋沈等。

## 巳二、釋沈等

**言沈等者，謂沈等四，乃至令心礙著之相，或復於彼被染汙心。**

「言沈等者」，前面這一節文有「處沈等、不處沈等」，這「沈等」是什麼呢？「謂沈等四，乃至令心礙著之相」，就是前面說的那四種：沈、掉、亂、著這四個相。「乃至令心礙著之相」，沈，你若不調它，自己在塵勞裡面這個情況，你跳不出去這四個相：一個沈、一個是掉、一個亂、一個著，乃至到在色聲香味觸裡面去熏習，就是令你心礙著之相。它是不能夠解脫的，所以是「礙」；它是把你繫縛住了，所以是「著」，「礙著之相」。這個沈就是這樣意思。「或復於彼被染汙心」，或者說，就這個心被色聲香味觸各種雜染的境界染汙了，這也就叫做沈、也就叫做掉、也叫做亂、也叫做著，是這樣意思。底下《披尋記》說得詳細。

## 《披尋記》三九二頁：

云何自心相等者：此中略以二義釋自心相。一、於自心遍知雜染還滅方便善巧相；二、於自心遍知雜染愛樂及過患相。此復云何？謂有貪心、離貪心、有瞋心、離瞋心、有癡心、離癡心、略心、散心、下心、舉心、掉心、不掉心、寂靜心、不寂靜心、定心、不定心、善修心、不善修心、善解脫心、不善解脫心，如是差別，名自心相。若諸苾芻，先為貪等煩惱染汙其心，便於自心極善取相，遍知自心由有貪性，乃至不善解脫，如是如是心有染汙。又知自心從貪等出，安住離貪等中，如是如是心無染汙。又由不守根門，乃至種種廣說為方便故，心處沈等；與此相違，不處沈等。如是一切皆能遍知，數數思擇，令心離染，安住無染，是名遍知雜染還滅方便善巧相。或復於彼被染汙心，了知長夜愛樂雜染，雖或暫時從雜染出，然復速疾還入染中。又於彼心了知能為自害、能為他害、能為俱害，乃至廣說為緣生彼所生身心憂苦，是名遍知雜染愛樂及過患相。聲聞地中廣辯識身遍知。（陵本五十一卷十二頁）今準彼釋。

「云何自心相等者：此中略以二義釋自心相」，這一大段文，《瑜伽師地論》的文是用兩種義來解釋「自心相」。第一，「一、於自心遍知雜染還滅方便善巧相」，這是一個意思。「二、於自心遍知雜染愛樂及過患相」，這是一種。因為知道心裡面是雜染愛樂有過患，所以就要有「還滅方便善巧相」，是這麼個意思，這兩個相是有關連的。

「此復云何」，這兩個意思又是怎麼個意思呢？又加以解釋，先解釋「自心遍知雜染、不雜染相」。「謂有貪心、離貪心」，這個心的相貌有這麼兩種，見到可愛的境界就有貪心，或者是遠離了貪心。「有瞋心」，遇見一種境界心裡面憤怒了，或者是不憤怒，「離瞋心」。「有癡心、離癡心」，遇見一種境界不明白道理，不認識它的真實相，為它所蒙蔽，有所執著，那麼就是癡心，或者是遠離了癡心。「略心、散心」，這個「略」在這裡邊的意思，是修學佛法，修奢摩他的止，使令這個心集中於所緣境上，遠離一切沈、掉，使令心裡面明靜而住，叫做「略」，這樣意思。「散心」，或者是心裡面不用法來約束，心裡邊就散亂。「下心」，就是惛沈睡眠，令心下。「舉心」，就是心裡面不睡覺的時候、不惛沈的時候，心裡面就浮動，這叫「舉心」。「掉心、不掉心」，掉心前面有解釋過，在一些可愛的境界上心裡面浮動，掉心；「不掉心」，遠離了這些掉動的事情，心裡面寂靜住。

「寂靜心」，沒有煩惱，心裡面沒有煩惱的擾亂叫寂靜心；有煩惱的擾亂就是「不寂靜心」。「定心」，心裡面寂靜了而能進入到初禪、二禪、三禪、四禪，得了「定心」了；「不定心」，沒能得禪，心裡面不定。「善修心、不善修心」，或者是得了禪定，用佛法來修行，使令你得大自在，遠離愛、見、慢的煩惱，使令入、住、出得大自在，那麼叫「善修心」；你沒能這樣用功，「不善修心」。「善解脫心」，修四念處能令你這個心從一切煩惱裡面解脫出來，那麼叫做「善解脫心」。「不善解脫心」，你不修四念處，你就不能得解脫。「如是差別，名自心相」，前面這個我數了一下，一共是二十個心。如是差別叫做「自心相」。

「若諸苾芻，先為貪等煩惱染汙其心」，我們用功修行的時候，我這個心「為貪等煩惱染汙其心」。「便於自心極善取相」，就認真地來認識自己的心，那就是得要從早晨一起來，到晚間睡覺之前的時候，時時地看自己的心怎麼反應，遇見什麼境界的時候怎麼反應，這還是不容易。時時地來看自己的心相，還是不容易，「便於自心極善取相」。「遍知自心」，就是普遍的，在時間上是普遍的，在境界上也是普遍的。說是我們出家人說要修行，第一件事就是這樣修行，開始修行的時候就是這樣，先是一直地看住自己的心在怎麼樣，要做這件事。這樣子，「遍知自心」，約境界也是普遍的，約時間也是普遍的，知道自己的心「由有貪性，乃至不善解脫」，一共是二十個心，在這個地方就是十個心。「如是如是心有染汙」，這就是染汙，二十個心，十個是染汙的，十個是清淨的。

「又知自心從貪等出」，我這個時候，用佛法來調的時候，我這個心就從貪解脫出來不貪了，有如理作意。「又知自心從貪等出，安住離貪等中，如是如是心無染汙」，前面是說染汙，這是說心不染汙。「又由不守根門，乃至種種廣說為方便故，心處沈等」，又由自己放縱自己不守根門、食不知量、初夜後夜不勤修止觀不勤修觀行、不正知住，所以為方便故，心就是處於沈、掉、亂、著，處在這裡頭。「與此相違，不處沈等。如是一切皆能遍知」，像前面說這個，就都完全能夠明白。「數數思擇，令心離染，安住無染」，因此而這個比丘他能夠修四念住，或者是修九心住，修九心住就

是修禪定，修四念住就是修觀了，出世間的聖道。由於你這樣子修行的關係，「數數思擇」，不能夠完全是修止，而還要修思擇的觀。「令心離染」，就遠離了汙染了，安住在無染的清淨的境界裡邊，就是用止觀的方法令心清淨無染。「是名遍知雜染還滅方便善巧相」，這個是這樣意思。「是名遍知雜染還滅方便善巧相」。

「或復於彼被染汙心，了知長夜愛樂雜染，雖或暫時從雜染出」，暫時地從染汙的境界裡面解脫出來。「然復速疾還入染中」，若是你的正念沒有力量，那又很快地又回到染汙裡邊去了。「又於彼心了知能為自害、能為他害」，這是知道過患。我心裡在貪瞋癡裡面，在這麼個放逸的境界裡面，有什麼不對呢？有什麼不好呢？這說了：「又於彼心了知」到「能為自」己傷「害」，能傷害自己，現在犯了錯誤了，法律會制裁你的，那個律師來控告你，將來可能是到三惡道去，所以「能為自害」。「能為他害」，不但自己害自己，還把別人也連累了、也害了別人。「能為俱害」，自己和他人人都受到傷害。「乃至廣說為緣生彼所生身心憂苦」，多多地解釋，多多地說，就是心不清淨的因緣能引起很多的問題，什麼呢？「彼所生身心憂苦」，心裡面憂愁，身也會痛苦。「是名遍知雜染愛樂及過患相。聲聞地中廣辯識身遍知」那一科，「（陵本五十一卷十三頁）今準彼釋」，這裡按照那裡來解釋。

這一段是「自心相」，這是第一個，什麼叫做「自心相」？就是這樣的，這是一個。

卯二、外相（分二科）辰一、徵

**云何外相？**

第二科是「外相」。外相裡面分兩科，第一科是「問」。

「云何外相」，怎麼叫做「外相」呢？

辰二、釋（分三科）巳一、標取相

**謂即於彼被染汙心，了知自心被染汙已，便取外相。**

「謂即於彼被染汙心，了知自心被染汙已」，就是那個修行人他是有智慧，他即於彼自己被染汙的那個心，「了知」，他就知道了這是染汙、這是不染汙，他知道這個事了。「了知自心被染汙已，便取外相」，他就要取一個外的相過來，取外面的相。

這是「標取相」。底下這第二科「列種類」。

巳二、列種類

**謂光明相，或淨妙相，或復餘相。**

取外相，什麼叫做「外相」呢？「謂光明相」，不是依這一個光明相，還有「淨妙相，或復餘相」，還有其他的相，這是分這麼三個種類。

這是「列種類」。這底下第三科「釋所為」。

### 巳三、釋所為

**為欲除遣諸煩惱故，或令彼惑不現行故。**

我取外相幹什麼呢？「為欲除遣諸煩惱故」，我取光明相也好、取淨妙相也好、取復餘相也好，為了破除我的煩惱，使令我心裡面不要惛沈、不要掉、也不要亂、也不要著，從染汙的境界裡面解脫出來，目的是這樣意思。「為欲除遣諸煩惱故，或令彼惑不現行故」，我的目的或者使令我這個心裡面的不清淨，這個不清淨的境界不現行、不活動。這底下小字。

《披尋記》三九三頁：

謂光明相等者：日月等明，名光明相。隨念佛等，名淨妙相。由是思惟，對治沈相。掉、亂、著三，復取餘相以為對治，隨應當知。若諸煩惱生已能斷，是名除遣；未生不生，名不現行。

「謂光明相等者：日月等明，名光明相。隨念佛等，名淨妙相」，「淨妙相」是什麼意思呢？「念佛」，念佛這個「念」也包括持名念佛，但是主要是觀想念佛，觀佛的光明相好，觀想佛的無量功德，這樣子叫做「淨妙相」。「由是思惟，對治沈相。掉、亂、著」，用這樣思惟光明相，日月光明也好、思惟佛相也好，由這樣的思惟，就對治自己內心的惛沈的相。掉舉的相，或者散亂的相，或者執著的相，這個取外相原來是這樣意思。「復取餘相」，這個「三，復取餘相以為對治」，對治自己的煩惱。隨其應當知，那就是五停心觀了，多貪眾生不淨觀，多瞋眾生慈悲觀……那就是這個，「隨應當知」。

「若諸煩惱生已能斷，是名除遣」，不放縱自己的煩惱，知道自己心裡有煩惱，立刻能夠把它斷，叫它不要繼續下去。「未生」的還「不生，名不現行」，這個煩惱有兩種：一個是未生的叫它不生，叫不現行；已經生的叫它斷，這地方這樣講法。「欲除遣諸煩惱」，這是已生的煩惱；「或令彼惑不現行故」，這是第二個意思。沒生的不生，已生的滅掉，為希望是這樣子，所以取這個外相，是這樣意思。

### 卯三、所依相

**云何所依相？謂分別體相，即是一切自身所攝五蘊并種子相。**

「云何所依相」，這是第三科。這個「所依相」怎麼講呢？「謂分別體相，即是一切自身所攝五蘊并種子相」，「謂分別體相」，所依相。「分別體」，分別的當體就是心、心相，這「即是一切自身所攝」，這個生命體所攝。所攝當然就是五蘊，色受想行識，再加上它的種子，這就叫做「所依相」。看《披尋記》解釋。

《披尋記》三九三頁：

云何所依相等者：此所依相，謂靜慮中所緣差別，由是說言分別體相。即以自身所攝五蘊并種子相，或為俱有依、或為等無間依、或為種子依為所思惟故。

「云何所依相等者：此所依相，謂靜慮中所緣差別」，在修靜慮的時候所緣的差別相。「由是說言分別體相」，若是所緣，各式各樣的所緣境，當然都是心所變現的，所以叫做「分別體相」。所緣的差別相是能緣的分別心所變現的，所以叫做「分別體相」。「即以自身所攝五蘊并種子相，或為俱有依、或為等無間依、或為種子依為所思惟故」，這樣意思。當然色受想行識這個色相，「色」，這是「俱有依」，眼根、耳根、鼻根、舌根、身根，那麼這是「俱有依」。「或為等無間依」，眼耳鼻舌身意這六個識，前一剎那識就是後一剎那識的等無間依。受、想、行是心所，識是心王，心所一樣也是有這些事情，有俱有依，也有等無間依，還有種子依，都是由種子而現行的，那麼這叫做「所依相」。這個分別體相的所依相，是這樣意思。

#### 卯四、所行相

**云何所行相？謂所思惟彼彼境界色乃至法分別體相。**

第四科「所行相」。「云何所行相」呢？「謂所思惟彼彼境界色乃至法分別體相」。「所行相」，謂所思惟的「彼彼境界」，「彼彼境界」是什麼？就是色聲香味觸法，各式各樣的境界，「彼彼境界」。「分別體相」，也就是心所變現的相。所行相，能行就是心、就是識，而所行相又是識所變現的，所以叫做「分別體相」。

#### 卯五、作意相（分二科）辰一、徵

**云何作意相？**

這第五科。一共三十一科，這是第五科，叫「作意相」。分兩科，第一科是「徵」。怎麼叫做「作意相」呢？第二科解釋。

#### 辰二、釋（分二科）巳一、標相

**謂有能生作意故，於彼彼境界所生識生，作是思惟：今我此心由作意故，於境界轉，非無作意。**

「謂有能生作意故，於彼彼境界所生識生」，解釋這個，先標出來，解釋第一科，標出來這個相。「謂有能生作意故」，要先有作意心所，由作意心所警覺應起的心，心才能夠生起，所以作意叫做「能生」，「謂有能生作意故」。「於彼彼境界所生識生」，在各式各樣所緣的境界上，才有「所生識」現起來，不管是眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識，都是這樣子。識由作意才現起，所以我們就能控制我們所生起的念頭。怎麼控制呢？你用如理作意，心就清淨；你若不如理作意，心就染汙。心的生起要靠如理作意，要靠作意心所，而作意有如理、有不如理的分別，所以我們凡夫這個心雖然是不清淨，但是能令它清淨，這個道理就是這樣子，這樣意思。「作是思惟：今我此心由作意故」，心裡面這樣想：我現在這一念心是「由作意故，於境界轉，非無作意」，不是沒有作意心所，而心能於境界轉的，這樣意思。

這是「標相」。第二科「釋名」。



## 巳二、釋名

### 此所思惟名作意相。

你能這麼樣想：我這個心是由作意而生起的，才能在種種境界上思惟，非是無作意，這就叫做「作意相」。這是「釋名」。

## 卯六、心起相（分二科）辰一、徵

### 云何心起相？

現在第六科「心起相」。分兩科，第一科「徵」。

「云何心起相」，說我的內心原來是沒有的，現在有了，現在生起來。這個生起相是怎麼回事情呢？這是問。

底下就解釋。分兩科，第一科是「標相」。

## 辰二、釋（分二科）巳一、標相（分二科）午一、指前說

### 謂即次前所說，是一相。

這個心的生起相，就是前面所說那個「作意」，那就是生起相，這是其中的一個。

## 午二、釋第二

### 第二相者，謂心緣行、緣名色相。

這又是一個意思。第一科是「指前說」，就是「即次前所說，是一相」，這是「指前說」。第二科解釋第二相。

「第二相者」，心的生起相，有個第一相是作意，第二相是什麼呢？「謂心緣行」，我們心的生起，以「行」為緣而生起，叫做「心緣行」。這個「行」是什麼呢？就是我們心裡面或者是作罪行、或者作福行、或者作不動行。福行、罪行、不動行，這是世間行；我們若修四念處，就是出世間行。我們這樣子作了以後，這個「行」就熏習了我們的微細的阿賴耶識，熏習了。熏習了成了種子以後，我們的心就依那個種子而現行。你熏了好的種子就生好的心、心所法，就生起來清淨的心所法；你若熏習了染汙的種子，那麼就生起染汙的心、心所法。所以心的生起相就是以種子為生起相，這裡是這樣意思，以種子為生起相。「謂心緣行」，這樣意思。

「緣名色相」，還有一個「緣名色相」。前面說「識緣名色，名色緣識」，「緣名色相」，比如第八識它是由業力生起，但是也要有名色作依止，不然阿賴耶識也不能存在。若是把我們的生命體破壞了，阿賴耶識就走了，所以阿賴耶識它能生起也有名色作它的依止。「名色」是什麼？就是色受想行識。而色受想行識能生起，又靠阿賴耶識，就是互相依賴的，這樣意思。所以這個「生起相」有這麼多的事情。

「心緣行」這個意思是說種子，種子是各式各樣心、心所法生起的一個動力，沒有這個不能生起，沒有作意也不能生起，這是兩個。第三個「名色相」，這個名色指

現行的、不是種子，現行的色受想行識現行了，然後阿賴耶識才能在這裡依住，這還是個原因。阿賴耶識這樣子，其他諸識也是，阿賴耶識若不生起，其他諸識也不能生起，互相依賴的意思。也要靠種子，也要靠作意心所的。這是第二科，解釋第二個原因。

## 巳二、釋名

**此所思惟，名心起相。**

這是第二科，第一科是「標相」。「標相」裡面分兩科，一個是「指前說」，一個「釋第二」。現在第二科是「釋名」。

「此所思惟，名心起相」，前面說的這個思惟，這就是心的生起相。你這麼思惟，心的生起，一個是靠作意生起，一個是靠種子生起，還要靠名色才能生起，那麼有這麼三個生起相。

## 卯七、安住相（分四科）辰一、徵

**云何安住相？**

這是第七科「安住相」。「安住相」分四科，第一科是「徵」。怎麼叫做「安住相」呢？

第一科是「徵」，第二科是「標」。

## 辰二、標

**謂四識住。**

這「四識住」叫做「安住相」。這是「標」，底下是「指」，指出來。

## 辰三、指

**即識隨色住等，如經廣說。**

就是我們的識隨著「色住等」，色、受、想、行這四個是我們的識的依止處，我們的識依色而住，依受、想、行而住。我們這個心依止根和境，一和合的時候就有受，那個受那個地方，或者受苦、或者受樂、或者受非苦非樂，心就是在那裡叫「受」。想，我們心裡面想天上的事情，或者想人間的事情，過去的事情、現在的事情、未來的事情，去想各式各樣的境界的時候，心就在那裡，那就是你的心。說我心裡面有目的，要做什麼什麼事情，你心也就在那裡，所以叫做「四識住」。當然這個「住」也有個愛著的意思。「如經廣說」，在經上，《阿含經》裡面說得很多，還有其他的經也說。

## 辰四、釋

**此所思惟，名安住相。**

你能這樣子想，叫「安住相」。

《披尋記》三九四頁：

云何安住相等者：色、受、想、行，名四識住。如經言：有四依取，以為所緣，令識安住。謂識隨色住，緣色為境。廣說如經。決擇分中別釋其相。（陵本五十四卷一頁）

「色、受、想、行」叫做「四識住」。如經言：有四依取，以為所緣，四個依取也就是色、受、想、行，是識所依取的，是識的依止處，也是識的愛著處，所以叫做「取」。「以為所緣，令識安住。謂識隨色住，緣色為境。廣說如經。決擇分中別釋其相。（陵本五十四卷一頁）」。

卯八、自相相（分三科）辰一、徵

云何自相相？

「云何自相相？謂自類自相，或各別自相。此所思惟，名自相相。」自相的「相」，所以叫「自相相」。究竟是什麼呢？「云何自相相」，是問。

辰二、列

謂自類自相，或各別自相。

底下「謂自類自相」，這底下是「列」，列出來。「自類自相」，比如說色和受來對比，這個色裡面有青黃赤白、長短方圓，各式各樣的都是色法。那麼色若對受來說，青黃赤白都叫做自類，我們是一類，我們是色法這一類，受就是另一類了。色裡面雖然是有很多的色，對受來說，大家都是一類，所以叫「自類」。「自類」，而它有自己的相貌，色有變礙為義，變礙就是它的自相。「或各別自相」，色有很多種色，人間，你做人這個色是這樣，天就是又一樣，欲界天、色界天又是不同，或者三惡道也是不同。凡夫的世界，或者佛的世界，眾生與眾生也是各式各樣的，各別的自相。那麼受想行識也是一樣，也是各別的自相。

辰三、釋

此所思惟，名自相相。

這是第三科解釋。你能這樣思惟我們的色受想行識，那就叫做「自相相」。

卯九、共相相（分三科）辰一、徵

云何共相相？

共相的相貌。

辰二、列

謂諸行共相，或有漏共相，或一切法共相。

「共相」是第九科。分三科，第一科是「徵」。「云何共相相」，這一句是「徵」。第二科是「列」，第三科是「釋」。

「謂諸行共相」，這個「行」就是一切有為法，有變動、有時間性的，從此至彼，或者由前至後，或者由古至今；在時間上有所變動、在空間上也有變動，那麼都叫做「行」。諸行的「共相」，共有的相貌，這也是個相。共有的相貌，這一切有為法都是苦，都是苦惱，諸行是苦。「或有漏共相」，就是苦，是凡有煩惱，有為法裡面有煩惱的都是苦，苦是它的共相。那麼無常也是一切法的共相，也是一切有漏法、有為法的共相。「或一切法共相」，有為法、無為法共在一起都是無我的，無我是一切法的共相，空、無相、寂滅，這是一切法的共相。

### 辰三、釋

**此所思惟，名共相相。**

這第三科是解釋。你能思惟一切有漏法的共相，思惟一切法的共相，那麼這叫做「共相相」。

《披尋記》三九四頁：

云何共相相等者：無常是諸行共相，苦是有漏共相，空、無我是一切法共相。如思所成地說。（陵本十六卷二頁）

《披尋記》：「云何共相相等者：無常是諸行」的「共相，苦是有漏」法的「共相，空、無我是一切法」的「共相。如思所成地說」，這個「共相」還有這樣的不同。「無常相」只能在有為法上說，這個「苦相」只能在有漏的有為法裡面說，若是無漏的有為法，是沒有苦的了。但是無我相和空相是遍於一切有漏法、有為法、無為法，都是空、無我相，這地方有為、無為，有漏、無漏還是有差別的。

### 卯十、麤相

**云何麤相？謂所觀下地一切麤相。**

「云何麤相」，這是第十相，就是「麤相」。「謂所觀下地一切麤相」，就是欲界，觀察欲界它的一切的境界，不管是依報和正報都是很粗鄙的、很不莊嚴，都是苦惱相。

### 卯十一、靜相

**云何靜相？謂所行上地一切靜相。**

「云何靜相」，這是第十一科「靜相」。「謂所行上地」，謂修學梵行的人，他到了色界、無色界以上去，那個就是靜相，那是微妙莊嚴的地方。

《披尋記》三九四頁：

云何麤相及靜相等者：有過患義，是麤性義。若彼彼地中過患增多，即由如是過患增

多性故，名為麤性。若彼彼地中過患減少，即由如是過患減少性故，名為靜性。如下聲聞地說。（陵本二十七卷十七頁）如欲界對初靜慮，欲界為麤，初靜慮為靜；如是乃至無所有處對非想非非想處，無所有處為麤，非想非非想處為靜。是名所觀下地一切麤相，及與所行上地一切靜相。

這個《披尋記》：「云何麤相及靜相等者：有過患義，是麤性義」，麤性是有過患的意思，這個老病死這些過患。「若彼彼地中過患增多，即由如是過患增多性故，名為麤性」，五趣雜居地都有這種問題，過患增多，名為麤性。「若彼彼地中過患減少，即由如是過患減少性故，名為靜性」，我們欲界有很多的苦惱，若是色界天，這苦惱就減少了，過患性減少了，這就名為靜性。他們不老、不病，也沒有這麼多的煩惱，但是也有死亡，所以他們的過患減少了一點，就名為靜性。

「如欲界對初靜慮」來說，「欲界為麤，初靜慮為靜；如是乃至無所有處對非想非非想處，無所有處為麤，非想非非想處為靜。是名所觀下地一切麤相，及與所行上地一切靜相」，是這樣解釋。

我們現在讀這一段文，很明顯的，我們知道佛在世的時候的比丘，正法住世的時候這個出家人怎麼修行。我們現在的佛教徒的修行，念念大悲咒，把大悲咒念一念，《阿彌陀經》念一念，念咒、念經、念佛，只是在文字上念聲音、念文句，這樣念。現在這個《瑜伽師地論》上說，修行的開始要認識自己的心，認識自己的心要「遍知」，在時間上前一剎那、後一剎那，前一分鐘、前一小時、後一小時，這個心是怎麼樣的情況。我在高山流水、鳥語花香的境界，心是什麼樣？我在塵勞的世界、憤鬧的境界上，這個心是什麼樣？就是要認識自己的心相，然後加以調適、調轉，轉染為淨，修行人是這樣子修行的。調適的方法就是止和觀，就是四念處，就是五停心開始，然後修四念處，是這樣子修行的。不是我們只是念念文句，把《金剛經》：「如是我聞，一時佛在舍衛國……」，這樣念念文句就算了，不是！他是要用裡邊的義來調心的，使令心清淨無染，是這麼修行的。這樣的修行，就是把心裡面這些汙染都清除了，使令心裡面是清淨光明的，是這樣意思。

當然我們現在的佛教徒，也是會有人注意內心的境界，不可以染汙，也是有，也不能說沒有。但是我們向別人開示的時候，我們都說什麼？就說這些。佛教徒一直地來照顧自己的念頭，叫它清淨無染，不是只是表面上的事情，不只是表面上的事情，就是心要清淨。

問：阿彌陀佛！請問師父，剛剛講安住相，「云何安住相」，在《披尋記》三九四頁第一行。這個四識住，它這裡講的是受想行識，我剛剛好像聽到師父講的是色受想行，是不是這樣子？

答：對。

問：剛剛師父是講前四個，五蘊的前四個。

答：應該是色受想行。這個識，色受想行識最後那個識，是在色受想行這裡住，叫做四識住。

問：所以《披尋記》這裡講錯了？

答：《披尋記》上呢，「受、想、行、識，名四識住」，這應該加上一個色，就是色受想行是四識住，應該這麼說。它這個就是落了一個色，應該加個色字。這個令識安住，這個識就是取著這個色、受、想、行，一直地離不開這四個境界，所以叫做住。

問：阿彌陀佛！師父，請問一下：我們講說，這個文要有義的話才有意義。那我們在拜懺的時候，經常就要念這個佛的名字。其實我們如果說作大懺悔文的時候也要念佛的名字，但是對佛的名字很多都不了解佛的名字到底是什麼意思，它代表的是什麼功德。當然對佛這些共有的功德我們是知道，但是他個別的功德並不曉得。那麼我這樣子去拜懺的話，是不是有什麼意義？還是說是在浪費我的時間呢？請師父開示一下。

答：佛的名號，當然是各有因緣，但總而言之都是以德立名。釋迦牟尼佛翻個能寂，玄奘法師他翻個能寂。阿彌陀佛翻個無量，阿閼佛、藥師琉璃光佛，各式各樣的很多很多的佛，名字也有相同的名字，也有不相同。但是，若是我們學習過多少佛法的人，我們知道佛佛道同，佛都是具足無量無邊功德的，所以我們若是拜懺的時候，稱名禮拜的時候，對於佛一定是生起來無量無邊的恭敬心，你心就清淨，你念佛的時候，你心就清淨，那麼也生起來恭敬心，也生起了清淨心。你這個心繼續的清淨，清淨的力量就增長了，那麼加上了其他懺悔文上裡面的義，就是能令我們滅罪。增長清淨的力量，消除雜染的力量，這個罪就逐漸地減少，逐漸地消滅了，是這樣意思。

當然拜懺這件事，多數的懺文它是有懺悔的義，禮拜、讚歎、懺悔，有多少種的義。而裡邊呢，若是天台智者大師所編的懺悔一定還有觀，還要作觀的，就是修實相觀。那麼由禮拜、讚歎、懺悔、隨喜等，能夠滅罪，又能夠修實相觀也能滅罪，它是分多少條的，就是它能滅罪的。

若是我們沒有學過佛法，當然可能會不大明白，就是對於佛的名號也不大明白。我們學過了的人應該是明白多少，明白多少，在心裡面是不同的，和那個沒有學過的人是不大一樣，所以拜懺應該是有功德，拜懺能滅罪，應該是這樣子。

我們若讀《阿含經》，或者是讀《金剛經》也好，讀《法華經》，讀《華嚴經》，讀這些大乘的修多羅，當然屬於重要的，那麼我們會覺悟諸法實相。用諸法實相的這種如理作意來調心，這是不可思議境界，能令你現在得聖道的，當然也就滅罪，是滅罪的。但是我們現在流行的佛法，就是不大提倡這件事，不是提倡你修諸法實相觀，只是提倡念這個文，提倡這樣念。念也比較容易，你容易做到，也是能滅罪的，但是不能和修實相觀相比，不同，是不一樣的。所以應該慢慢地學

習靜坐，慢慢地學習靜坐，先學習經行，先不用盤腿，先學習經行。就是從文字上去思惟，把文字，還是得要這樣子背下來，背下來就在經行的時候加以思惟，這樣子。

從經論上看，我們從《般若經》上看，我們說《般若經》當然是大乘經論，從《般若經》上看，從《大般若經》，我們會知道無我觀很重要。我們不妨先修無我觀，就是先思惟無我義，一面經行、一面思惟，也可以這樣做。然後也可以坐下來思惟，坐下來思惟的時候應該加上一點止，就是奢摩他。初開始先修毗鉢舍那是比較好，因為它順於我們的內心活動的習慣。我們內心從來就是在想嘛，想東想西，想世間上的榮華富貴，想世間上的各式各樣的知識。現在學習佛法的時候，從經論上也是想，但是內容不同了，想這個無我，無我相、無人相、無眾生相、無壽者相，「若菩薩有我相、人相、眾生相、壽者相，即非菩薩。」「若菩薩通達無我法者，是名真是菩薩」。就是先思惟這個無我相，這樣子思惟。

因為一直地思惟，對身體也受不了，所以要加上一個奢摩他來調一下，平衡一下。身體，你站在那裡也是可以，你坐在那裡當然是更好，因為坐在那裡的時候穩。因為單跏趺坐、雙跏趺坐它穩固，你如果是功夫進步了，你也可以坐很長的時間它不動。站在那裡就難，站在那裡就是難一點；你若躺在那裡也可以作實相觀，但是容易就是睡著了。所以這個四威儀裡面都可以用功修行，都可以用功，但是坐的威儀比較好，是比較好的，所以慢慢地練習坐。

一般的在家居士，他要到 office 去做事情，時間沒有那麼多，那就是不能夠令他為難，只好這樣子。出家人呢，是不應該，應該進一步，應該進一步，就是不停留在文字上，一定要深入到諸法實相去。就從這個文字上的義，有文也有義，有義也有文，從這裡開始，從這裡開始就是思惟，思惟不是難事，不是很難的事。當然中間修奢摩他比較難，奢摩他因為不順於我們思想的習慣，我們思想願意東想西想，都可以，願意想什麼都是可以，但是奢摩他是「不要想」，這是很難，你心裡面不要動，這是難了。難，但是它有個方法，也逐漸地也可以不難，也是可以不難的，也還是能做到的，只要你肯做，它也會停下來，這個心就能不動，能夠寂然不動。

「寂然不動，而通天下之故」，是《易經》上這句話。《易經》這句話，在佛法上看簡直不得了，這句話真是和佛法是相合的，「寂然不動，而通天下之故」。但是印順老法師他的智慧不同，他講這句話，他就另一個解釋。他怎麼解釋呢？是我們中國古代的人卜的時候（貨卜），用那個龜甲，龜已經死掉了，用那個龜甲來卜，用它卜，那都是無情物嘛，但是它會現出一個相來。現出個相來，所以是「寂然不動」，死的東西嘛，是寂然不動；但是現出個相來呢，依這個相來卜，就通天下之故。印順老法師這樣解釋，我認為這樣解釋也符合那件事。如果不這樣解釋，就是用佛法的道理解釋，佛法的道理不得了，你修高深的禪定的時候，「寂然不動，通天下之故」，也有這個事情。

有一年有一個居士，他是在香港的一個書院讀過書的，錢穆是他的老師，學過中國哲學的，就說到這些事情：「儒家說的話和佛教一樣，你佛教也是『寂然不動，而通天下之故』，這和佛法有什麼不同，不是一樣的嗎？」這樣解釋，他問我這麼一句話。我說：「佛法沒來的時候，你這句話怎麼講？寂然不動，而通天下之故，你怎麼講？你講我聽聽」，他不吱聲了。佛法來了以後，大家都是自由的嘛，你出家人可以學習經論，我也可以學習，一學習，就把佛法的理論放在世間上的文句上來解釋。「天命之謂性，率性之謂道」。這個儒家，我看那個四書上，孔夫子是相信天的，「天將以夫子為木鐸」，木鐸就是木頭做的鈴子，就像我們上課搖的鈴子那種東西。這表示呢，天老爺是以夫子為木鐸，就是他授命孔夫子在世間來教化，教化世間上的人要修行，要改惡向善，這些事情。那麼天老爺有這樣的意志，天老爺這件事交給了孔夫子。天老爺有這個意志能揀別，不是交給某一個人、其他的人，而是交給孔夫子，這是天老爺有這種意志，就是天是有意志的神，可以這樣解釋。

但是孔夫子另外還有一件事，在四書上，「天生德於予，桓魋其如予何」，桓魋這個人就是想要逮捕這孔夫子，要殺掉他。那麼孔夫子就說這個話：「天生德於予，桓魋其如予何？」我的道德是天老爺給我的，桓魋他能把我的怎麼的呢？他能違背天老爺的意志嗎？我是天、上帝的使臣，桓魋是不奈我何的，就是有這個意思。就是說我是皇帝的使臣，土匪是不敢動我的，有這種意思。這樣意思，這還是天老爺是有意志的，是有意志。

可是這地方我感覺又出來一個矛盾：我的德不是我修來的，是天老爺給我的，「天生德於予」；你們一切人都不是的，你們要自己修。「德之不修，學之不講，聞義不能徙，不善不能改，是吾憂也。」孔夫子說這些話。這裡面就是有一點疑問：你孔夫子道德、德行是天老爺給你的，那麼其他的人天老爺不給，你們要自己修，這件事是嗎？是這樣子嗎？這個地方又有一點事情。不過我也沒有專心去學孔孟之道，其他的世間上的學者是怎麼樣解釋這個問題，我也不知道。



## 卯十二、領納相

**云何領納相？謂隨憶念過去曾經諸行之相。**

這一大段一共是分三十一科，現在是第十二科「領納相」。這個大科是「所緣差別」，就是修禪定的時候所緣境的不同。

「云何領納相」，怎麼叫做領納相？「謂隨憶念過去曾經諸行之相」，這是說這個修行人他內心裡面隨那個時候的因緣，在憶念過去曾經經過的「諸行之相」。「行」，就是有為法名之為「行」，就是經過的事情的相貌在心裡面現出來。「領納」，過去諸行是所領納的，能領納的當然是這個人的心。這個心它在憶念的時候，過去諸行才顯現出來的；若不念，它是不現出來的。這是叫做「領納相」。

## 卯十三、分別相

**云何分別相？謂思未來諸行之相。**

「云何分別相」，這是第十三。「謂思未來諸行之相」，這是說這個修行人他在靜坐的時候，心裡面在思惟將來的事情，將來的事情在現在來說是沒有的，但是由心的思惟也就會現出來，所以叫做「分別相」。

## 卯十四、俱行相

**云何俱行相？謂分別現在諸行之相。**

這個「俱行相」是說什麼呢？「分別現在」，這件事在現在，不是過去、也不是未來，現在的有為法的相貌。這個有為法的相貌和能分別的心是同時存在的，所以叫做「俱」。過去的在現在來說也是不存在，未來的在現在來說也是不存在，所以那不是「俱」。

曾經經過的事情，心裡面再憶念，會再現出來，這件事當然我們不修行的人也有這種事情。這個「分別相」，我們也有這樣的事情，但是在修行人有多少不同。如果這個人修行的禪定深了，他思惟未來的行相，有可能是符合事實的，未來是有這種事情，他心裡面會分別。若是修行的功夫沒有那麼高，思惟未來諸行只是這麼妄想，未必符合事實，這是有這樣的分別。

## 卯十五、染汙相及不染汙相（分三科） 辰一、別辨相（分二科）

### 巳一、舉染汙相

**云何染汙相？謂於有貪心思惟有貪心相，乃至於不善解脫心思惟不善解脫心相。**

「云何染汙相？謂於有貪心思惟有貪心相」，這是第十五科，十五科裡邊有「染汙相及不染汙相」，這兩個相合起來說，合在一科裡面說。分三段，第一科是「別辨相」。「別辨相」裡面分兩科，第一科是「舉染汙相」。

「云何染汙相」，怎麼叫做染汙呢？「謂於有貪心思惟有貪心相」，這是說這個修

行人，他還沒能夠斷這個貪心，他心裡面還是有貪心的，是有貪欲的活動的，這叫「有貪心」。那麼就是心裡面有貪的種子，他有因緣引發出來，那麼叫做有貪心。「思惟有貪心相」，所貪的境界顯現出來的時候，他就思惟，思惟這個所緣境的時候貪愛心就現出來，所以叫做思惟有貪心的相貌，這就是染汙心。貪是個染汙，如果沒有貪就清淨了。

「乃至於不善解脫心」，這中間就是「有瞋心思惟有瞋心相，有愚癡心思惟有愚癡相，乃至於不善解脫心」，一共二十個心。「於不善解脫心」，還沒能夠解脫一切煩惱的心。「思惟不善解脫心」，這個心沒有解脫，而心會思惟這個不解脫的相貌，那麼叫做思惟不善解脫的心相。

## 巳二、例不染汙相

**云何不染汙相？謂與此相違，當知即是不染汙相。**

「云何不染汙相」，這底下是第二科。前面是「舉染汙相」，這裡第二科「例不染汙相」。怎麼叫做不染汙的心相呢？「謂與此相違」，就是與染汙是相違的，就是「謂於無貪心思惟無貪心相，無瞋心思惟無瞋心相……乃至於善解脫心思惟善解脫心相」，那麼這就叫做「當知即是不染汙相」，就是沒有煩惱染汙其心，其心即是清淨了。心的本身也不是染汙、也不是不染汙，是無記的，它與染汙心在一起活動就名為染汙，與清淨心在一起活動就名為清淨，心本身是無記的，有這樣意思。

## 辰二、出所觀

**此中已出離於斷不修方便者，觀有貪等；修方便者，觀略下等。**

這底下第二「出所觀」。第一科是「別辨相」，就是別別地辨別染汙相、不染汙相，這是一科。第二科「出所觀」，是標出來、提出來所觀的行相，所觀察的行相。

「此中已出離於斷不修方便者」，「此中」就是這個染汙相、不染汙相這裡邊。「已出離」，就是已經發出離心的人，這個人他不願意做生死凡夫了，他有堅定的、高尚的意願想要做聖人，他有這樣的意願，已經出離了。發了這樣的心，「於斷不修方便者」，他應該努力修學戒定慧，斷煩惱才對，但是這個人發心是發心了，對於斷煩惱這件事他不修，不修方便。實際上不採取行動修四念處，不採取行動修止觀，那叫做方便，或者止觀，或者三十七道品，這些都是方便，他不修。不修呢，「觀有貪等」，他若注意自己的心相的時候，他心裡面還是有煩惱，你發了出離心，只是發而已，你的煩惱還是在的。那個房子裡邊有垃圾，你若不掃它就是在那裡，它不會自動消失的；你若不修行，你心裡面的煩惱還是在那裡，觀察還是有貪瞋癡等煩惱。

「修方便者，觀略下等」，如果發了出離心了，他就發心修行，修止觀、修四念處、修八正道、修六波羅蜜，那麼他就觀察這個心有略、有散、有下、有舉，有這些不同的相貌。前面那二十心裡面有個「略」，「略」就是修止的時候，心於所緣境不生分別叫做略。「下」就是惛沈。就是他修行的時候，開始修行的時候，心裡面有的時

候是止，有的時候是觀，有的時候是昏沈，有時候掉舉，就是還有這些事情。但是成功了的時候，煩惱種子都斷掉了，那麼就沒有貪心了，沒有煩惱了就清淨了。

辰三、釋染淨（分二科） 巳一、染汙心（分二科） 午一、舉有貪心  
**有貪心者，謂貪相應心，或復隨逐彼品麤重。**

前面第一科是「別辨相」，第二科「出所觀」，現在第三科「釋染淨」，解釋染和淨。分兩科，第一科是「染汙心」。分兩科，第一科「舉有貪心」。

「有貪心者，謂貪相應心」，就是有貪愛的境界就有能貪愛的心，這個能貪愛的煩惱與心在一起活動，那叫做「貪相應心」，這叫做「有貪心」。「或復隨逐彼品麤重」，或者這個有貪心，「貪相應心」是貪現行了，「彼品麤重」是沒有現行的種子；或者說表面上他的心沒有貪，但是還有彼品、彼類，彼貪一類的那個種子「隨逐其心」，沒有捨離，那也叫做有貪心。這樣講，說是表面上沒有貪心還不是靠得住，就是不能說決定就是清淨，若有種子，還是不清淨。所以有貪心有兩個意思：一個是貪相應心，一個是沒有相應但是還有種子存在、隨逐不捨，所以叫做「彼品麤重」。

午二、例餘一切

**如是由纏及隨眠故，一切染汙心如應當知。**

第一科是「舉有貪心」，現在第二科「例餘一切」。

「如是由纏及隨眠故」，前面說有貪心，「如是」，這樣子。由於你有煩惱的現行叫「纏」，還有煩惱的種子叫「隨眠」，由纏及隨眠的關係。「一切染汙心」，就是有沒有煩惱活動都是染汙、不清淨，隨其所應應該明白，是這樣子。這件事當然這是要學習佛法的人，而這樣子觀察自己的時候才明白這件事。如果不大明白的人：我心沒有貪心，我就是清淨，我就是聖人了啊！那麼就變成增上慢了。所以現在這裡邊說你要注意，「如應當知」，你要注意這個事情。

巳二、不染汙心

**以能對治纏及隨眠故，成不染汙。**

這是第二科「不染汙心」。前面說的是染汙，這底下說不染汙。

「以能對治」，因為這個人發了出離心之後，他能夠修四念處，由佛法來對治、來消滅這個煩惱纏和煩惱的隨眠。心裡面有正憶念：觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我。觀身不淨能降伏煩惱的活動，還不能夠斷煩惱的種子；要深入地觀察心是無常的，諸行無常、諸法無我，才能斷煩惱的種子。所以「以能對治纏及隨眠故，成不染汙」，就清淨了，能斷煩惱種子。所以非佛教徒也能得四禪八定，也沒有欲界的煩惱了，但是不能斷隨眠，那還是不清淨，是這樣意思。

《披尋記》三九五頁：

此中已出離於斷不修方便等者：依世間道已得離欲，名已出離。於斷惛掉未能勤修應時加行，是名於斷不修方便；與是相違，名修方便。云何名為應時加行？謂於時時間修習止相，於時時間修習觀相，於時時間修習舉相，於時時間修習捨相。如下聲聞地說。（陵本三十一卷八頁）不修方便者，觀心有貪、離貪、有瞋、離瞋、有癡、離癡，染汙、不染汙相。修方便者，觀心略、散、下、舉，乃至廣說善解脫、不善解脫，染汙、不染汙相。如是染汙、不染汙別，隨應當知。

《披尋記》上：「此中已出離於斷不修方便等者：依世間道已得離欲」，依世間的修行方法，能夠離世間的欲，「名已出離」。我剛才不是這麼講的，這個是《披尋記》的作者這麼解釋，這叫做已出離，就是出離欲了，但是不是用佛法的方法離欲的。「於斷惛掉未能勤修」，這件事他不勤修。「應時加行」，就是「未能勤修應時加行，是名於斷不修方便」，這樣講。「與是相違，名」叫做「修方便」。

「云何名為應時加行」呢？「謂於時時間修習止相」，就是這個修行人靜坐的時候，「時時間」，那個時候、那個時候，那麼就修習止。說我心裡面掉舉了、散亂了，我就修習止把掉舉、把散亂停下來；過一會兒我又掉舉了、我又散亂了，再修止相，「時時間修習止相」。「於時時間修習觀相」，這個時候我心裡面惛沈了、我沈沒了，那麼我就修觀，心裡面去如理作意，或者是觀察無常，或者觀法無我、觀一切法空、無相，這樣子修習，時時修習觀相。「於時時間修習舉相」，這個修習舉相，沈沒的時候也可以修習舉。這個舉相，前面解釋：或觀佛相，觀佛的光明，修光明相，那麼心就不沈沒，不沈沒，生歡喜。或者修舉相，修佛隨念、法隨念、僧隨念，佛、法、僧、戒、捨、天，修六隨念。或者自己有什麼殊勝的功德，心裡這樣一觀念的時候生歡喜心，這個沈沒就沒有了，那就叫做舉相。什麼時候應該修止，什麼時候應該修觀，什麼時候應該修舉，你就那個時候就應該修止、修觀、修舉。

「於時時間修習捨相」，怎麼叫做捨呢？我這個時候止得很相應，心裡面不惛沈、也不散亂，明靜而住，那時候應該修捨相；已經相應了，你不要再去動它，不要再去修止、再修舉就不對了，要捨。我這時候修觀，觀一切法空、無我、無我所，修得很相應，就這樣修就好了。就是正好的時候你就不要再動，那麼叫做「捨」，「修習捨相」。止、觀、舉、捨，修止觀的人就是很重要的要用這些方法來調，來調自己。「如下聲聞地說。（陵本三十一卷八頁）」。

「不修方便者，觀心有貪、離貪、有瞋、離瞋、有癡、離癡，染汙、不染汙相」，你沒有修方便，那麼人就是這樣子，有的時候貪、有時候不貪，有的時候瞋、有時候不瞋，這樣子。「修方便者，觀心略、散、下、舉，乃至廣說善解脫、不善解脫，染汙、不染汙相。如是染汙、不染汙別，隨應當知」，你若修行的時候心就起變化，有這樣事情。這是把這段文解釋完了。

#### 卯十六、正方便相

云何正方便相？謂所思惟白淨品因緣相相。

這是第十六「正方便相」。這個「正方便相」，或者說這個「正」是什麼呢？「正」就是無我，「正」就是涅槃，就是隨順進入涅槃的修行方法叫做正方便相，就是合理的方便相，就是合理的修行方法。是什麼呢？「謂所思惟白淨品」，沒有染汙的、清淨的善法，這一類的「因緣相」的「相」貌。

《披尋記》三九五頁：

云何正方便相等者：謂若思惟如是如是守根門住，乃至正知住故，如是如是心不染汙，名所思惟白淨品因緣相相。

這個小字：「云何正方便相等者：謂若思惟如是如是守根門住」，就是我的眼耳鼻舌身意，我常守護它，這些染汙的東西不要進來，這樣子。「乃至正知住」，乃至食要知量，初夜後夜要不能睡眠，要修習止觀，這樣修行，乃至一切時正知而住，這就叫做白淨品因緣相的相貌。「如是如是心不染汙，名所思惟白淨品因緣相相」，什麼叫做正方便相？就是這個。

卯十七、邪方便相（分三科） 辰一、徵

云何邪方便相？

就是不合道理的，增長貪瞋癡的這一切事情的相貌。

辰二、標

謂所思惟染汙品因緣相相。

這底下是第十七科「邪方便相」，第一科是「徵」，第二科是「標」，第三科是「釋」。這底下就是「釋」。

辰三、釋

即是思惟如是如是不守根門住故，乃至不正知住故，如是如是心被染相。

「即是思惟如是如是不守根門住故」，這個「如是」就是色聲香味觸法的境界；色是一個境界，各式各樣的色就是「如是如是」，各式各樣的音聲也是「如是如是」，色聲香味觸法這些境界。「不守根門住」，不守護自己的六根。「乃至不正知住故」，那麼這就是「如是如是心被染相」，心就被染汙了。

這就叫做「邪方便相」，也就是一般的不修行人的相貌。

卯十八、光明相（分二科） 辰一、徵

云何光明相？

這是第十八科「光明相」。分兩科，第一科是「徵」。怎麼叫做「光明相」呢？

這底下第二科解釋。分兩科，第一科「明善取」。又分兩科，第一科「舉二種」，舉出來兩種。

辰二、釋（分二科） 巳一、明善取（分二科） 午一、舉二種

**謂如有一，於暗對治或法光明，殷勤懇到善取其相，極善思惟。**

什麼叫做「光明相」？這地方舉出來兩種。就是「於暗對治」，對這個黑暗的對治。這個暗是外邊的暗，就是夜間有暗，或者白天在洞裡面也是有暗，那麼這就需要太陽的光明、月亮的光明，或者燈的光明、或者其他火的光明，就能對治這些黑暗相。

「或法光明」，這個就是聞思修，對於佛法有聞思修的學習，你就有了佛法的光明，就是智慧，這個是能對治心裡面的黑暗。那麼對治心裡的黑暗這件事，要「殷勤懇到」，這不是短時期就可以成功的，你要精進，「殷勤」就是一次又一次地要這樣去修行的；「懇到」，而且要特別的誠懇，不是馬馬虎虎的可以行的。

「善取其相，極善思惟」，比如說修觀諸法無我，這個「無我」要「善取其相」，你要取到這個「無我」的相；修無常觀也是，修諸法空也是，不管是你在佛法裡面這些法門，要「善取其相」。你馬馬虎虎的，說修無我觀，什麼叫做「無我」還不懂，你就是沒有善取其相，那樣修無我觀是不可能的事情。所以善取其相以後，而「極善思惟」，在禪定裡面要極善地思惟，要深刻地、認真地去思惟這個無我義，那麼這就叫做「法光明」。這樣的法光明也能破除去一切的黑暗，破除去，這個肉眼所見的黑暗也是能破，那麼就能夠成功了，就能破除煩惱。

這是解釋「光明相」。分兩科，第一科「徵」，第二科解「釋」。解釋分兩科，第一科是「明善取」，「午一、舉二種」，「午二、例於上」。

午二、例於上

**如於下方，於上亦爾。**

這一段文在字面上解釋就是，「下方」就是欲界，「上方」就是色界、無色界。這佛教徒不管是在哪裡，都是要這樣用功修行了。

巳二、結建立

**如是一切治暗相故，建立此相。**

但是在我們欲界有外邊的黑暗，天上就沒有了，天上它本身有光明。「如是一切治暗相故」，像前面說，這是巳二「結建立」。這一些對治黑暗的相，有日月燈光的光明治暗，有法光明的治暗相。「建立此相」，要對治內心的黑暗，那要建立法光明的相。

卯十九、觀察相（分二科） 辰一、徵

**云何觀察相？**

「云何觀察相？謂有苾芻，殷勤懇到善取其相而觀察之。」這是第十九「觀察相」，分兩科，第一科「徵」。怎麼叫做「觀察相」呢？

這是問，底下第二科解「釋」。分三科，第一科「略標」，略標這個「觀察相」。

辰二、釋（分三科） 巳一、略標

**謂有苾芻，殷勤懇到善取其相而觀察之。**

「謂有苾芻」，這是說有出了家的，出家到了非家，這樣的比丘。「殷勤懇到善取其相」，他也是特別地努力、很誠懇地努力。「善取其相」，善取法的行相，然後用法的行相來觀察對治這一切染汙相，那麼這就叫「觀察相」。前面說是守護根門，那當然這是修行的因緣，主要還是四念處。「而觀察之」。這上面說的就是。

《披尋記》三九六頁：

**云何觀察相等者：謂於行住坐臥諸所有業，為正知作，善取其相而觀察之，名觀察相。**

巳二、別辨（分二科） 午一、觀所取法（分二科） 未一、住觀於坐

**住觀於坐者，謂以現在能取觀未來所取法。**

這底下第二科「別辨」。前面「略標」觀察相，這底下再詳細地解釋。分兩科，第一科「觀所取法」。分兩科，第一科「住觀於坐」。

「住觀於坐者」，用這樣的字樣來形容這觀察相。「謂以現在能取觀未來所取法」，這個「住觀於坐」是經上的話，那麼彌勒菩薩解釋這句話。「謂以現在」，這個「住」是現在的威儀，「住」一個時候就要坐下來了，這個「坐」是未來的威儀。那麼「住觀於坐」這個話，就是現在，你現在這個時候。「能取觀未來所取法」，現在的心、你的心，也就是智慧是能觀察的；用現在能觀察的智慧，觀察未來的所觀察的法。這樣解釋，這麼解釋這句話。看底下《披尋記》。

《披尋記》三九六頁：

**住觀於坐等者：聲聞地中亦有此文，應準彼知。（陵本二十八卷十四頁）此中坐言，所謂宴坐。即於大床、或小繩床、或草葉座，結加趺坐，端身正願，安住背念。如下聲聞地說。（陵本二十四卷二頁）諸佛弟子聽聞恬寤瑜伽法已，應作是念：我當成辦佛所聽許恬寤瑜伽，初夜後夜欣樂宴坐。此說未來所知位，由是於坐，名未來法，於住位中欣求彼故。今觀彼相，謂現在住為能取，未來坐為所取，是名住觀於坐。**

「住觀於坐等者：聲聞地中亦有此文」，《瑜伽師地論·聲聞地》有這個文，現在這是〈三摩呬多地〉有這個文，在〈聲聞地〉有這個文。「應準彼知」，應按照〈聲聞地〉說的法來認識這一段文。「（陵本二十八卷十四頁）」。

「此中坐言，所謂宴坐」，「宴坐」就是寂靜坐，宴坐樹下修緣起觀。「即於大床、或」者是「小繩床、或」者是「草葉座，結加趺坐，端身正願」，這個正願，「願」就是你自己的心，來端正自己的願心。「安住背念」，安住在背念，這個「背念」就是背一切染汙念，就是厭離一切染汙念；而不是隨順染汙念，那就是向，不是背了。「如下聲聞地說。（陵本二十四卷二頁）」。

「諸佛弟子聽聞惛寤瑜伽法已」，就是中夜可以休息，初夜後夜還是要修止觀的，聽聞了這樣的佛的教導法已。「應作是念：我當成辦佛所聽許惛寤瑜伽，初夜後夜欣樂宴坐。此說未來所知位」，就是現在在說將來所知道的境界。「由是於坐，名未來法」，坐是屬於未來。「於住位中欣求彼故」，現在不是坐，現在是住，在住的時候，就是「我以後、我過一個時候，我要怎麼怎麼的……」，這樣的意思。「今觀彼相，謂現在住為能取，未來坐為所取，是名住觀於坐」，這「住觀於坐」是這樣意思。這樣意思就還是精進，有個精進的味道，我計劃、自己在計劃：我不要懈怠，我要初夜後夜還要修止觀，這是這樣意思。

#### 未二、坐觀於臥

**坐觀於臥者，謂以現在能取觀過去所取法。**

「坐觀於臥者」，這是第二科「坐觀於臥」。「謂以現在能取觀過去所取法」，這個坐指現在，臥是過去，我以前我曾經臥下來。「謂以現在」是能觀的，來觀察過去所觀察的法。

#### 《披尋記》三九六頁：

坐觀於臥等者：此中臥言，所謂右脅而臥，住光明想、正念、正知、思惟起想巧便而臥。聲聞地中別釋其相。（陵本二十四卷五頁）由此因緣，能順修習惛寤瑜伽。此說過去所知位，是故說臥名過去法，於宴坐中憶念彼故。今觀彼相，謂現在坐為能取，過去臥為所取，是名坐觀於臥。

「坐觀於臥等者：此中臥言，所謂右脅而臥，住光明想」，在臥的時候心裡面觀想這個光明想。「正念、正知、思惟起想」，思惟：我不要一直地臥在那裡，要起來！不要一直休息。「巧便而臥」，臥下去要有這樣的善巧方便，思惟光明。「聲聞地中別釋其相。（陵本二十四卷五頁）由此因緣，能順修習惛寤瑜伽。此說過去所知位，是故說臥名過去法，於宴坐中憶念彼故。今觀彼相，謂現在坐為能取，過去臥為所取，是名坐觀於臥」，這麼樣解釋這個文。

#### 午二、觀能取法

**或在後行觀察前行者，謂以後後能取觀前前能取法。**

「或在後行觀察前行者」，這是第二科「觀能取法」。前邊是「觀所取法」，現在「觀能取法」。「或在後行觀察前行者」，這句話怎麼講呢？「謂以後後能取觀前前能取法」，前面是觀所取，這是觀能取法。後後的能取，觀察前前的能取法，前前的能觀察的法，這是「觀能取法」。

#### 巳三、結義

**此則略顯二種所取、能取法觀。**



這是第三科「結義」。前邊是觀所取，這一科是觀能取，所以叫做「略顯二種所取、能取法觀」。

《披尋記》三九六頁：

或在後行觀察前行等者：此說若已生起無間謝滅所取作意，說名前行。若此無間新新生起能取作意取前無間已謝滅者，說名後行。今觀彼相，謂以後後能取觀前前能取法，是名後行觀察前行。此前後行皆名能取，以從染汙令清淨故。

看《披尋記》：「或在後行觀察前行等者：此說若已生起無間謝滅所取作意」，這什麼意思呢？這是說若已經生起「無間」，中間沒有其他的間隔，生起的法又謝滅了。什麼「謝滅」呢？「所取作意」，就是所觀察的境界。就是有所觀，當然有能觀，這個所觀察的境界謝了，就是轉變了，這是「作意」。「說名前行」，已經生起的它又謝滅了，這是「前行」。

「若此無間新新生起能取作意取前無間已謝滅者」，前面謝滅了，那麼謝滅了以後，又「無間」，沒有間隔，又新新地生起能取的作意，生起能觀察的智慧作意，生起能取作意。「取前無間已謝滅者」，然後觀察這一剎那前邊已謝滅的那個，這樣子觀察。「說名後行」，這就叫做後行。

「以後後能取觀前前能取法」，這樣子。「今觀彼相」，現在觀察彼の相貌，謂以後後的能取觀察前前的能取法，這樣子，「是名後行觀察前行」，這麼樣觀察。「此前後行皆名能取」，前面也是能取，後邊也是能取。「以從染汙令清淨故」，這樣修行是什麼意思呢？意思就是從染汙裡面解脫出來，使令自己得清淨，是這樣意思。

但是這裡邊的意思，是已經謝滅了。前一剎那的染汙謝滅了，後一剎那生起的能觀，又去觀察這個謝滅的染汙相，就是以後觀前的意思，就是觀察它是畢竟空寂，觀察它因緣所生是畢竟空寂的。這樣的觀察法，有一個什麼特別點呢？我們有的時候，靜坐的時候有一種情況，就是前一剎那有了染汙心，滅了，後一剎那這清淨心生起了，對於前一剎那的事情不管了，不管它了，那麼這也是一個相貌。但是在這裡這段文看，不是！前一剎那的染汙是滅了，但於後一剎那的時候，還要去對治它一下，要觀察它是因緣所生、是畢竟空的，這樣子去觀察一下。這裡面有這樣的味道。

卯二十、賢善定相（分二科）辰一、徵

云何賢善定相？

這是第二十科「賢善定相」。分兩科，第一科「徵」。怎麼叫做「賢善定」的「相」貌呢？這是問。底下解釋分兩科，第一科是「標相」。

辰二、釋（分二科）巳一、標相

謂所思惟青瘀等相，為欲對治欲貪等故。

「賢善定」的相貌是這樣子。「謂所思惟青瘀等相」，就是修不淨觀的時候，你心

裡面思惟自己的身體，從腳指頭開始青瘀了，那地方有病了、壞了。「青瘀等」，青瘀、膿爛、散壞，還有白骨顯現這些形相。這樣修行是什麼用意呢？「為欲對治欲貪等故」，就是為的想要消滅自己心裡面這個欲的貪心，「等故」，就是為了這個原因。欲的貪心，有貪就有瞋，各式各樣的煩惱，你修青瘀等的不淨觀就能對治它，這就叫做「賢善定相」。

我們從這些經文上，這是《瑜伽師地論》，但是這些事情都是經上說的。這可見佛開示我們修行的法門，內心裡面有什麼病，就直接要去對治它，不是放縱它不管了，不是這樣，是直接去對治它，是這樣子想辦法。我昨天也說過，我們現在一般的情形，這個修行方法，我就念阿彌陀佛，心裡面有了不清淨的染汙心現前，我念佛。念佛是轉變了所緣境，也是把染汙心過去了、滅了，但是我只是一直是念佛，一直念阿彌陀佛名號，把這一念心佔有了，其他的雜念不進來。念久了也可能會一心不亂，但是那個煩惱賊還是在那裡的，煩惱賊還在那裡。這個話對比前面這一段文，正好是這樣意思。就是我前一念心我有了煩惱了，我一發覺了，煩惱就滅了，我這清淨的正念起來了，起來，還是要觀這個煩惱賊，要用智慧劍去斷它的；深入法性地觀察，就能斷現行、也能斷種子。

我們不這樣做，我們只是念阿彌陀佛。只念阿彌陀佛，那個煩惱活動了的時候，我心一念佛，染汙心是沒有了、滅了，但是你並沒能去殺煩惱賊，只是躲避了一下就是了。我們現在的修行就是這樣，我念咒也是這樣，念經也是。念經，或者我念《地藏經》也好，念《金剛經》、念《大品般若經》、念《華嚴經》、念《法華經》、念《維摩經》、念《大寶積經》，念各式各樣的；但是念這些經論的時候，從文字上這樣子念，文裡面也是有義，但是我們沒能夠深入地學習。或者就是學習過，我們文字上這麼在心裡面一過，沒能夠修觀，小小有一點思慧，聞、思，小小有一點思，思得不是很多。這樣子熏習了一下，對那個煩惱有一點威脅性，能威脅心裡面的貪瞋癡。因為這個經，這樣的大乘經論，小乘經論也是一樣的，這個經論的這種理性，也就是智慧，對於煩惱是有威脅性。但是我們沒有深入地思惟，也更沒能夠修止觀，對於煩惱還是不能滅，你還是不能消滅它。

現在經上，我們學習經論上，佛菩薩的意思不是這種辦法，不是。是「為欲對治欲貪等故」，若有了貪欲心，就是要修不淨觀來對治它，是這樣辦法。我心裡有了賊的時候，就是要增加警察的力量，使令這土匪不可以存在的；或者是有一個學校能教導，使令這些土匪變成善人了，這也是可以。所以是「謂所思惟青瘀等相，為欲對治欲貪等故」，是這樣辦法的。

巳二、釋名（分二科） 午一、徵

**何故此相說名賢善？**

這底下第二科「釋名」。前面是「標相」，這底下解釋「賢善」的名字。分兩科，第一科是「徵」，第二科解釋。「何故此相說名賢善」，這底下是徵、是問。這底下解

釋。

## 午二、釋

**諸煩惱中貪最為勝，於諸貪中欲貪為勝，生諸苦故。此相是彼對治所緣，故名賢善。**

「諸煩惱中貪最為勝」，我們凡夫，擾亂我們心裡面不寂靜的煩惱有很多很多，但是貪心是最有力量的，貪心，貪求欲這個心「最為勝」，「勝」就是有能力，有最大的力量。「於諸貪中欲貪為勝」，貪也是各式各樣的貪，有的人貪吃，有的人貪……各式各樣的貪，諸貪中欲的貪心更是有力量。它有什麼不好呢？「生諸苦故」，這個欲貪能令你苦惱，能令你引起很多很多的苦惱。「此相是彼對治所緣，故名賢善」，若修不淨觀，這個不淨的相是彼貪心的對治；你緣青瘀等相，就能對治能令你苦惱的貪心，所以名為「賢善」，名為賢善定。

## 卯二十一、止相

**云何止相？謂所思惟無分別影像之相。**

「云何止相」，這底下第二十一科，就是「止相」。前面是說「賢善定相」，這個「賢善定相」是讚歎不淨觀的意思。「云何止相？謂所思惟無分別影像之相」，這個「止相」是這樣意思。「謂所思惟無分別影像之相」，止要有一個所緣境，這個所緣境在心裡面現出來就是影像，就變成影像了，這個影像是有一個本質，有個本質的相。我們心緣這個本質，在心裡面就現出與本質相似的相貌，那叫做影像。就像對這個鏡子來說，鏡子裡面現出一個影像來，那個相就是影像，原來那個就是本質相。是個影像，心裡面所現出來的所緣境叫做影像，心安住在所緣境上不分別，就叫做「無分別影像」。

前面說「思惟」這句話怎麼講呢？不分別是不分別，你心裡面還是要不斷地思惟這個所緣境，這個「思惟」就是想念的意思。比如說我想我的母親，我心裡面念念想，這個像就繼續地顯現在心裡面；若不想，不想這個像就不現了。

所以修止的時候，這無分別的影像顯現在你心裡面的時候，你要不斷地想，你才能夠沒有其他的妄想進來，你心裡面不想所緣境了，不想所緣境，所緣境就不在、就沒有了。但這個心它不停下來的，又去想別的事情，那麼別的事情就現出來了，那就變成妄想了，變成散亂了。所以這個止，修止的時候，你要不斷地想所緣境，不斷地憶念所緣境，你才能夠沒有其他的雜念進來，你才能夠明靜而住。

這個方法，這《瑜伽師地論》的確是大慈大悲，它說得很周到，告訴你怎麼樣降伏這個妄想。若是心裡面有了一個所緣境，我以出入息為所緣境，或者我用臍輪作所緣境，或者是我用一個光明為所緣境，或者是蓮花為所緣境，或者是什麼什麼作所緣境。是的，有了所緣境，但是怎麼樣才能夠念念相續地緣所緣境，沒有雜念呢？你要思惟、要想，念念地憶念所緣境才可以。那麼這就叫做止，這個止是這樣意思。

## 卯二十二、舉相

**云何舉相？謂策心所取隨一淨妙或光明相相。**

「云何舉相」，舉相是什麼意思？這是第二十二科，「謂策心所取隨一淨妙或光明相相」。怎麼叫做舉相呢？「謂策心」，策心就是警策它、鞭策它，就是警覺它。警覺什麼呢？「心所取隨一淨妙」，你心裡面所想的，想的什麼呢？隨你某一種清淨微妙的境界，那麼就是觀察佛相，佛相是最淨妙的形相，或者是其他的光明相，這些相貌。這些相貌使令你的心就不惛沈、不沈沒了，興奮起來就精神好了，這個沈沒、惛沈就過去了，這時候你就繼續可以修止觀了，就是這樣意思。「隨一淨妙」，淨妙也可能很多種，其中的一種，是這樣意思。

## 卯二十三、觀相

**云何觀相？謂聞思修慧所思惟諸法相。**

「云何觀相」，第二十三科，怎麼叫做「觀」呢？「謂聞思修慧所思惟諸法相」。「聞思」，就是有語言文字的佛法，我們是聽聞別人講解，或者自己閱讀的，也都算是聞；聞而後能夠思惟，專精思惟經裡面的義，叫做思。我們現在的漢文的佛教徒的情況，多數缺少思慧，或者小小有一點也可能，總是不是太及格。「修慧」，就是在禪定裡面去思惟法義，那就叫做修慧。這個修慧是什麼意思呢？就是有更大的力量。我們聽聞佛法的時候也有一點智慧，但這個智慧的力量不大，專精思惟所成就的智慧，力量是大過了聞慧，但是還不如修慧。這個修慧，就是禪定裡邊你若思惟諸法實相，這個力量非常大，能夠改變你的凡夫的境界成為聖人，所以叫做「修」；能使令你成為聖人，能徹底地改變你的思想，所以叫做「修」。這個「修」就是有力量的，有強大的力量，「聞思」力量不是很大。聞思修慧所思惟的諸法相，這就叫做「觀相」。

這樣說呢，聞所成慧，由聽聞而得到的智慧去觀察一切法，也名為觀；思惟一切法的真實相，也叫做觀；修慧，思惟諸法相，也叫做觀。這樣說，這個觀是通於這三種智慧。當然這三種智慧，修慧雖然是很重要，但是不能離開聞思的，離開了聞思，修慧也是沒有的。只是聞思而不修也不行，所以聞思修都是應該具足的。

## 卯二十四、捨相

**云何捨相？謂已得平等心，於諸善品增上捨相。**

「云何捨相」，捨相怎麼講？「謂已得平等心，於諸善品增上捨相」。「謂已得平等心」，就是說這個修行人他心裡面也不惛沈、也不掉舉、也不散亂，明靜而住，這就叫做平等了，這叫已經成就平等心。「於諸善品增上捨相」，這是說我們修行人，你能夠守護根門、食能知量，又能夠初夜後夜，白天不要說，就是夜間，初夜後夜也還是能用功，你能夠有莊嚴相，有沙門的莊嚴，能夠如法的用功，那麼叫做「善品」。這個善品的因緣，使令你修止觀的時候，得到平等心的時候，這個時候你就這樣子下

去，那就叫做「增上捨相」。已經得到平等心了，你就這樣子，任運讓它這樣子相續下去，名為「增上捨相」。看它這個文。

### 《披尋記》三九七頁：

云何捨相等者：謂於所緣不發所有太過精進，是名已得平等心。復由所緣令心上捨，是名於諸善品增上捨相。此如聲聞地釋。（陵本三十一卷九頁）或復遠離惛沈、掉舉，名已得平等心。最極寂靜，名增上捨。

「云何捨相等者：謂於所緣不發所有太過精進」，你精進到一個適當的位置的時候，你就不要再強大，太過的精進就不對了。太過的精進有可能把你相應的境界失掉了，或者你的體力不夠，太過精進傷害了自己的體力，又不能用功了。所以太過精進也不好，不足也是不好。「是名已得平等心」，「復由所緣令心上捨」，你這時候這個所緣境，使令你這個心達到那一個最相應的捨的境界，就是平等的境界。「是名於諸善品增上捨相。此如聲聞地釋。（陵本三十一卷九頁）或復遠離惛沈、掉舉，名已得平等心。最極寂靜，名增上捨」，那個最極寂靜這個時候叫做「增上捨」。

### 卯二十五、入定相

云何入定相？謂由因緣、所緣、應修習相故入三摩地，或復已得而現在前。

「云何入定相」，這裡解釋怎麼叫做「入定」，說出它的一個相貌。「謂由因緣、所緣、應修習相故入三摩地」，怎麼樣才能夠入定呢？你要有因緣，你才能夠入定。這個因緣相當然就是要持戒清淨、要守護根門、食能知量這些事情，這些都是因緣相。還要有個「所緣相」，你要有個所緣境，你修四念處也好，修各式各樣的法門，它都是要有一個所緣境，這是個條件。還有「應修習相」，應修習相就是要對治沈、掉、亂、著，對治這些障道因緣。這樣這三個條件：因緣、所緣、應修，這是三個相，這三個相具足了，「入三摩地」，你就入定了，這樣意思。

「或復已得而現在前」，那也叫做「入定相」，你已經得到定的時候，你正念一提起來，這個定就現前了，那就叫做入定相，這裡這麼講。

### 卯二十六、住定相

云何住定相？謂即於彼諸相善巧而取；由善取故，隨其所欲於定安住。又於此定得不退法。

「云何住定相？謂即於彼諸相善巧而取」，就是前面說的這些相，止相、舉相、觀相、捨相，這些入定的這些因緣你能夠善巧地成就了，這是第一個條件。「由善取故，隨其所欲於定安住」，因為你善取其相的緣故，也就是不斷地修行，成功了的時候，隨你心之所欲，你就能夠要入定就能入定，就在定裡面安住不動，這是第二個相貌。

「又於此定得不退法」，又對這個定你得到不退、不失掉，沒有失掉，當然要謹

慎才能不失掉。有的經論上說你要經行，你常靜坐修定，要常常經行的；你若不經行，你入定的時候時間不久就要出定，不出定不行。這可見身體的健康還是很要緊，你身體的氣血正常、健康，你也就修行容易成就，成就了以後入定的時間長。這是「住定相」。

#### 卯二十七、出定相

**云何出定相？謂分別體所不攝不定地相。**

「云何出定」的「相」貌呢？這是二十七科，「謂分別體所不攝不定地相」。「分別體所不攝」，「分別」是什麼？「分別」是心，分別的體就是我們的心。這個分別心是「定所不攝」的，那麼是什麼？就是散亂。這個散亂心現前的時候，散亂是不定的相貌，所以就是從定出來了，是這麼意思。這是「出定相」。

#### 卯二十八、增相

**云何增相？謂輕安定倍增廣大所思惟相。**

這又說個「增相」，什麼叫做「增相」呢？「謂輕安定倍增廣大」，就是你不斷地靜坐，一開始的時候有輕微的輕安樂，小小有一點舒服，但是你不斷地努力，它逐漸地就增長、增長。到了未到地定的時候就開始有輕安樂，到了初禪、二禪、三禪的時候，這個輕安樂加倍的增長廣大，而這個輕安樂是你心所覺知的，所思惟的相貌，那麼就叫做「增相」。

#### 卯二十九、減相

**云何減相？謂輕安定退減狹小所思惟相。**

「云何減相」，這二十九科，怎麼叫做「減相」呢？「謂輕安定退減狹小所思惟相」。你若不斷地努力，你就由少而多，輕安樂漸漸增長；若是你輕安樂已經得到了，你懈怠，你常不入定，那麼你這個輕安和那個定就是逐漸地退下來，逐漸地減少，叫「狹小」，乃至到完全沒有了，都有這種事情。「所思惟相」，也是內心的境界，也是你所思惟的相。

你的定增長，輕安樂也是增長；你輕安樂增長，定也是增長，它們互相增上的。但是毗鉢舍那也有關係，你常常修這個毗鉢舍那觀的時候，能夠滅除定的障礙。滅除定的障礙，定就增長，定增長，輕安樂增長，輕安樂增長，定也增長，定一增長，毗鉢舍那也增長，就是互相增上逐漸達到圓滿的程度，那麼那就叫做「增相」。如果你懈怠，就是退下來，漸漸就沒有了。

#### 卯三十、方便相

**云何方便相？謂二道相。或趣倍增廣大，或趣退減狹小故。**

「云何方便相」，這是第三十科。「云何方便相？謂二道相」，就是前面奢摩他和

毗鉢舍那。奢摩他、毗鉢舍那，這是個方法，你用這個方法不斷地努力去修這個止、修這個觀，那麼這叫做「方便」。所以這個「方便」有個「行」的意思，實際的行動叫做方便，用實際的行動作成功的方便。現在這裡說什麼呢？就是「二道相」，就是一個止、一個觀。「或趣倍增廣大」，或者你精進不懈怠，「趣」就是向前進，向前進的時候，止也增長、觀也增長，加倍地增長廣大起來。「或趣退減」，或者你不對勁兒，你懈怠或者什麼業障現前了，就退下來了，「狹小」，這是這一種。

### 卯三十一、引發相

**云何引發相？謂能引發略攝廣博文句義道，若無諍、無礙、妙願智等，若依三摩地諸餘力、無畏等最勝功德，及能通達甚深句義、微妙智慧，如是等相。**

「云何引發相」，這是三十一科。一共三十一科，這是最後一科。「云何引發相？謂能引發略攝廣博文句義道」，就是你修止又修觀，你修觀又修止，就能夠引發出來殊勝的功德。什麼呢？第一個是「引發略攝廣博文句義道」，這個「略」，少少的文句會引發出來廣博的文句，或者廣博的文句能夠「略攝」，略攝到少、簡單的一些文句。就是能夠由廣而略，也能由略而廣，這就叫做「引發」。當然這文中有義，「義」就是「道」，義是心之道，義是心行之道，能這樣的轉變。

這個八指頭陀，民國初年的八指頭陀，沒有讀過什麼書，他就會作詩，也能寫文章，我看寫那文章像經書是一樣，那文章寫得，真是不可思議！這就是出家人修行這件事是不可思議。

「若無諍、無礙、妙願智等」，說是你修奢摩他，又修毗鉢舍那的觀，又能引發出來無諍三昧，能引發出來四無礙辯，能引發出來妙願智等，能引發這殊勝功德。「若依三摩地諸餘力、無畏等」，你若是得到了三摩地，又修止觀得到三摩地，那還要進一步，還有「諸餘」，還有很多佛的十力、四無所畏等「最勝」的「功德」，都能引發出來。「及能通達甚深句義」，你這個止觀不斷地修習，對於佛菩薩說法的甚深句義你也能夠通達，通達佛是說什麼法，說什麼妙法你都能明白。「微妙智慧」，還有甚深的微妙的智慧你也能成就，就是能得到佛的智慧。「如是等相」，這叫做引發，這叫做「引發相」。

### 癸二、明攝（分二科）子一、略標

**復次，如是諸相即前根本四相所攝。**

這是第二科明所攝。前面是三十二相，分三十一科解釋完了，現在「明攝」。分兩科，第一科是「略標」。

「復次，如是諸相」，就前面三十二相，「即前」的「根本四相所攝」。「根本四相」是什麼呢？就是所緣相、因緣相、應遠離相、應修習相，這是四根本相。四根本相能攝這三十二相的，所以叫做「即前根本四相所攝」。這也就是本論的作者，也是能略

也能廣，能廣也能略。

這是「略標」。第二科「別釋」分四科，第一科「所緣相攝」。

子二、別釋（分四科）丑一、所緣相攝

**謂所緣相具攝一切。**

前面是「略標」。這底下說，這三十二相就是「謂所緣相」所「攝」，都是所緣相。

丑二、因緣相攝（分二科）寅一、攝一切

**因緣相亦爾。前與後為因緣故，為令後後得明淨故。**

「因緣相亦爾」，這第二科說這個「因緣相」。因緣相分兩科，第一科「攝一切」，也能攝一切。「前與後為因緣故」，「因緣相」是表示什麼呢？你不斷地修止觀，前為後作因緣，作因緣又怎麼的呢？「為令後後得明淨故」，使令你後來的止觀就明淨，最初開始總是不明淨，後來逐漸地就會明淨。就是前前為後後作因緣故，使令你有進步了。

這是第一科，第二科「辨二種」。分兩科，第一科是「標攝」。又分兩種，第一科「舉正方便」。

寅二、辨二種（分二科）卯一、標攝（分二科）辰一、舉正方便

**正方便相一切種別，皆因緣相。**

前面解釋那個正方便。「正方便」也有很多的差別，雖然有很多差別，都是屬於因緣相的。就是修定的、修止觀的因緣，前面說的守護根門等等的這些事情。

辰二、例邪方便

**如正方便，邪方便亦爾。**

這是第二科，例這個邪方便。像正方便是這樣子，那個邪方便也是一樣，也給你作因緣的。正因緣作好因緣，那麼邪方便作個壞因緣，就是這樣了。

卯二、辨品

**一是白品相，第二黑品相。**

「一是白品相」，前面是第一科是「標攝」，現在第二科「辨品」類。「一是白品相」，就是正方便；「第二」邪方便就是「黑品相」。這是它的類別。

丑三、應遠離相攝

**諸染汙相唯應遠離。**

「黑品」就是染汙，染汙是修行人所應該遠離的，不應該親近。



#### 丑四、應修習相攝

所餘諸相唯應修習。於彼彼時應修習故。

第四科，「所餘諸相唯應修習」，第四科是「應修習相」。「所餘諸相」，就是染汙相除掉了，剩餘的一切相，那就是白品相，那是我們應該親近、應該修習令它成就的。「於彼彼時應修習故」，於那個時候、那個時候，你就應該修習。這個止是什麼時候修，觀是什麼時候修，乃至到各式各樣的相，什麼什麼時候修，這樣意思。這樣子就成就了白品相，也就得到了很多的功德了。

這是〈三摩呬多地〉，這第十一卷到此為止了，這個十一卷解釋完了。

問：阿彌陀佛！請問師父，我們靜坐修止觀的時候，剛剛師父提到很重要的一點，就是不斷地要安住在所緣，讓妄想不要產生。但是我發現在靜坐的時候，妄想很容易跑進來，每個人的情形不一樣，有些人修止的時候妄想就很容易打住，有些人在思惟義理的時候，妄想就會不跑出來。師父又說觀太多了對身體也不太好，但是你在觀的時候容易打住妄想，那我們在止觀這兩者之間怎麼取得一個平衡？請師父開示。

答：初開始用功的人都不是那麼理想，任何人都是，修止也不是那麼好，修觀也不是那麼好，都是這樣子，但是繼續不斷地用功就有變化。人與人也不完全一樣，有的人止修得很好，但是觀修不好；有的人觀修得比較好，止修得不好；也有人止修得也不錯，觀也修得不錯，這樣人我看是少一點，但是還不是沒有，還是有的。現在我們北院的同學就有些人，止也修得好，觀也修得好，有這種事情。

這個止觀短時期地修不那麼理想，當然這是可以原諒的事情，也應該說是正常的。但是長時期地修還是不理想，那應該要重新地想一想，要重新想一想。重新想一想呢，就是從論裡邊，就像現在我們這個《瑜伽師地論》裡面說這些障，或者是你沈上有問題，沈、掉、亂、著，或者說是天台智者大師說那二十五方便，你可以看一下。看一下來反省自己，我什麼地方有錯誤，你就應該改變。改變的時候，你這個止觀也隨著就會好轉，就會好轉。

但是我這麼看呢，可以分成兩部分：一個是現在我們的生活情況，是不是對於止觀有障礙，我時常地做一些對於止觀有障礙的事情，我又去修止觀，當然止觀會受到影響；另外一個原因，過去的業障，前一生造的罪業，它對於現在修止觀有障礙。這樣說呢，我們就應該從兩方面去看。一方面看呢，就是我來反省我現在，從早晨起來到晚上休息，我這一個月內，或者我這一年內，我究竟有什麼事情做得不對，對我修止觀有障礙，我要檢查。我發覺了的時候，就是要改變，要改變過來。第二個呢，就是過去世的事情，過去世的事情現在我們不知道，不知道呢，也應該知道，就是一定是過去有障礙，有業障。我們現在有貪心、有瞋心、有愚癡心，有各式各樣的煩惱，我們過去也是有；過去也是有，我們可能由

這些煩惱作了很多的罪，這個罪還沒有受報，當然它也會發生作用，就障礙我們用功。這樣說呢，所以要多懺悔，要多懺悔。

我們從《高僧傳》上看，念《華嚴經》不可思議功德，念《大般若經》，念《法華經》，念《摩訶般若波羅蜜經》，念這些大乘經典功德不可思議，能消業障。拜懺也是能消業障，密宗說是拜十萬大頭，你修四加行之前要拜十萬大頭，這是非常好。所以〈行願品〉上，十大願王就是要「一者、禮敬諸佛」，這是很對的。說沒得無生法忍的就多磕頭，多磕頭消除業障。我們看《藕益大師傳》，他常常大悲咒一念就十萬遍大悲咒，藕益大師這個人，這是不可思議，就是在消業障。

所以若是從各方面去多拜懺，讀誦大乘經典，也可以念陀羅尼咒消除業障，另外要注意自己的行為，注意自己的行為。像修根律儀就是守護根門，這是一個很重要的事情，當然他這樣子就減少了妄想。說我們靜坐的時候妄想一直地來打攪我，那妄想是什麼？就是日常生活的事情，另外沒有，另外沒有事情，就是日常生活的事情。若是我們，看的就是佛像，看的是佛像，讀的是經律論，再一看都是同梵行者，大家都是和合無諍，我也給你方便，你也給我方便，都是清淨無染的境界，那你修止觀應該是合適的。而還有問題呢，你就是有業障，就是要多拜懺，讀誦大乘經典。

說我修止觀，我願意修觀一切法空、無我、無我所，那你就是要多讀《大般若經》，讀《大品般若經》就是好，它就是有力量。那麼你要修唯識觀，那你就應該讀《解深密經》，讀《楞伽經》也是好。就是讀經論，與你修的法門相應的那個經論，它就能幫助你修止觀，一方面還能滅除業障。所以從這兩方面去觀察，我們再去努力，應該修止觀就能有進步。

我說我個人的事情，我是在台灣講完了《法華經》以後，我的靜坐比以前大有進步，大有進步。但是我的業障也來了，就是弄個佛學院，你天天要備課，不能靜坐，靜坐的時間……不能，就是這樣子。所以我就看出來，就是經論的學習，你能認真地學習，不要有染汙心，好好地學習經論，也是能滅除業障，能幫助你修止觀，也有力量。但是呢，現在雖然是我自己的靜坐因為備課而耽誤了，但是我也還是在學習佛法，大家共同地學習佛法，我相信我還不會吃虧，我也不會吃虧的。修止觀這個事情，若是能相應的話非常好，和散亂、浮動的境界完全不同，完全不一樣。

我心裡也想到一件事，律上也說，為大眾僧執事，為大眾僧服務，用現在的話說。我在廚房裡做事情，把供佛的地方打理得清淨，供佛的佛堂打理得清清淨淨的，坐禪的地方打理得清清淨淨的，寺院裡、院子各地方也打理好好的，我到廚房去做飯、做菜供養大眾僧，這些為大眾僧、為修行人服務，你將來修行一定是沒有問題，一定容易成就，因果就是這樣。如果你障礙人家修行，就不行，不可以，那你修行的時候也就有障礙，沒有疑問，一定是這樣子。

我們願意做世間上的功德，也是好，我也讚歎，造一個醫院，人家有病，我

車他去看醫生，這些事都好，都是好。但是在修行的事情你用點力呀，我認為也很重要，也是很重要。用了力的時候，你自己容易修行順利，很容易得了無生法忍的時候，你再去做利益一切眾生的功德。得了無生法忍以後，願意做國王也可以，願意做一個乞丐也可以，願意做出家人也可以，願意做在家居士也可以，就是「應以何身得度者，即現何身而為說法」，一切法都是佛法，就是得無生法忍的人就能到這個境界。我們若是沒有得無生法忍，不是的，不是！心裡面有執著，心裡面有貪瞋癡，很多事情做得不是理想，不理想；本來是善法，結果我做的時候變成有了罪過，這也不好。

所以，我們從經論上看，佛菩薩的智慧，有時候也讚歎你去做一些功德，但是也勉勵你趕快地得無生法忍。當然這各有因緣了，有人你想讓他修行，這事做不來嘛，我只好在世間上做一點一般的善法是可以，你讓他修學聖道這是不可以，就是各有因緣了。能修學聖道是最好、最殊勝，得了聖道以後，我們可以修六度萬行普度眾生，什麼善法都能修。得了聖道的聖人能以惡法度眾生，都可以；我們凡夫不可以，凡夫差一點你罪過很大，這是不可以相比的。阿彌陀佛！