

大乘百法明門論
第一講
心法-八識

《大乘百法明門論》講記 目錄

講次	課程內容	頁次
一	釋題、心法-八識	1
二	心所有法-五遍行、五別境	31
三	善法-信、精進、慚、愧、無貪、無瞋、無癡	53
四	善法-輕安、不放逸、行捨、不害	76
五	根本煩惱-貪、瞋、癡、慢、疑	92
六	根本煩惱-惡見	120
七	小隨煩惱-忿、恨、惱、覆、誑、諂、憍、害、嫉、慳	143
八	中隨煩惱-無慚、無愧 大隨煩惱-不信、懈怠、放逸、昏沉、掉舉、失正念、不正知、散亂	169
九	不定-悔、眠、尋、伺	194
十	色法-五根、六塵	214
十一	不相應行法	238
十二	無為法-虛空、擇滅、非擇滅、不動、想受滅、真如 無我-人無我、法無我	273

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們這一次開講《大乘百法明門論》。

這部論是怎麼來的呢？它是天親菩薩，從《瑜伽師地論》的「本地分」當中節錄出來的，很簡單的把它節錄出來，是怎麼樣簡單的節錄出來呢？就是本來的《瑜伽師地論》，是無著菩薩把宇宙萬法歸納成六百六十法，天親菩薩覺得這樣還是太龐雜了，因此就把它再簡化為百法，這就是這部《百法》的來源。

造者

誰是天親菩薩呢？他的梵語名字叫做「婆藪槃豆」，我們就翻譯成「天親」或者是「世親」，所以也有說是世親菩薩的，或者是稱天親菩薩，都是同一位。天親菩薩，他是什麼時代的人呢？他是生在佛涅槃之後的九百年。

他是北印度犍駄刺國富羅城這個地方的人，他是國師婆羅門憍尸迦的第二個兒子，是無著菩薩的胞弟。我們就知道，他們兩兄弟，一個無著，一個世親，都是非常有名的。

天親菩薩，他年紀很輕的時候就出家了，他專攻的是什麼呢？就是小乘的經律論三藏，有關於小乘的經律論三藏，非常的通達，所以他也可以說是博學多聞，著有很有名的一部論，叫做《阿毘達磨俱舍論》。因為他對小乘的經律論三藏研究得非常深刻，所以在他的眼裡、還有心裡，就覺得小乘是最究竟的。大乘呢？大乘非佛說，不承認大乘的部分。由於他鑽研的都是小乘的部分，所以他執著小乘，毀謗大乘。

這樣一段時間之後，看在哥哥無著菩薩的眼裡，就覺得非常為他擔心，因為他這樣毀謗大乘法的業障，非常非常的重，所以無著菩薩就想盡了辦法，看怎麼樣去度化他。終於因緣成熟了，想盡了辦法，偷偷地放一本大乘的經典在他的桌子上，就是無所不用其極，想盡了辦法。

終於，在不知不覺就深入大乘的經藏，一看！哎呀！不得了！實在是太稀有難得了！相對小乘法來說，它說得更圓滿、更究竟，以前謗法這麼長的時間，怎麼辦呢？謗法用什麼謗？用舌頭謗法，那如果要謝罪，就只有把舌頭割掉，所以他想說：「我的業障這麼重，怎麼辦？只有以割舌頭來謝罪！」

這個時候，無著菩薩就阻止他，勸他說：「你現在就算割了舌頭，也不能夠贖你毀謗大乘這個謗法的罪，現在倒不如再用你這個舌頭，轉過來稱揚讚歎、宏揚大乘經論，這樣也許才能夠淨除你這個謗法的業障。」

天親菩薩聽了之後，覺得好像也只有這個辦法，因此他就轉過來宏揚、讚歎大乘，於是就寫了很多有關於解釋大乘經典的論著。我們比較耳熟能詳的，就是《百法明門論》、《唯識三十論》、《唯識二十論》、《攝大乘論》，因為這幾部都是研究唯識一定要看的書。那也有其他的，譬如說：《釋金剛論》、《法華經論》等等，都是非常有名的。

這就是有關於天親菩薩，我們簡單的介紹。

釋題

現在我們就開始介紹，為什麼這個名稱要叫做「大乘百法明門論」，到底這幾個字是什麼意思呢？

「大乘」，就相對小乘來說的。在小乘裡面，我們看《俱舍論》就知道，它把一切法歸納成七十五法，跟我

們現在介紹的百法，不是因為它少了二十五法，所以它不究竟，不是，而是主要的內容，它只有講到「人無我」的部分。因為小乘主要就是在談人無我的部分，就是小乘要斷我執，因為他要證涅槃，怎麼樣證涅槃呢？除非斷我執。為什麼斷我執可以證涅槃呢？因為輪迴是我執造成的，所以你什麼時候無我，輪迴就空了。因為有我執，所以生煩惱，生煩惱就造業，有業就要輪迴，看你是善業、還是惡業，惡業就是三惡道，善業的話就是三善道。所以，整個輪迴是以為有「我」的執著所造成的，所以只要證到人無我，就不會生煩惱，不會生煩惱就不會造業，沒有業力就不會輪迴，所以輪迴就空了。

所以，小乘所有的經論，說的無非就是人無我的道理，因為他們的目標是要證涅槃，暫時不來三界六道受生，暫時入涅槃，就是證滅盡定或者是滅受想定，就可以不來投胎，而進入四聖法界。可是，他也沒有超越生死，只是從分段生死進入變易生死而已，他還在生死當中，還在十法界當中，所以沒有辦法究竟圓滿開悟成佛，就是因為他只有證到人無我，只有破見惑、思惑。

現在《百法》跟小乘有什麼不同呢？小乘是七十五法，講得無非就是怎麼樣證得人無我的道理，大乘的百法就不一樣，它除了能夠證到人無我，還能夠證到法無我，所以它不但能夠破見思二惑，還能夠破塵沙惑、無明惑。

塵沙、無明惑是由所知障所形成的。煩惱障是由我執造成的，所知障是由法執造成的。所謂的所知障，就是無明的淺深，我們知道破一品無明，證一分法身，所以要證到法無我，就要有見法空的智慧，無漏的智慧，不但要證到人無我，還要證到法無我，你能夠破我執，還能夠破法執，這樣才能夠超越兩種生死，就是分段生

死和變易生死。所以，除非有大乘百法的見地、還有修證，你才能夠真正的證到我空、法空，也就是人無我跟法無我，這樣才能夠超越分段生死和變易生死，而究竟圓滿成佛。

這就是「大乘」的意思，相對小乘來講。

這個「乘」，就是運載，就好像世間的車或者是船，它可以運載貨物到達很遠的地方。現在這個百法，讓我們了悟二無我的智慧，就是我空、法空，這樣無漏的智慧，有了這樣的智慧，我們才能更超越兩種生死的大海，然後到達成佛的彼岸，這就是大乘的意思。

什麼叫做「百法」呢？百，就是數目，一百個，叫做百。

「法」，一般解釋「法」，就是規範、法則的意思。每一個法都有它的規範法則，我們怎麼去認識這個法呢？就是循著這個法的規範法則，我們就了解它是什麼法。而且這個法，它本身也能夠一直保持它這個規範法則不會壞失，一直保持它的自性不壞失，我們才能夠循著這個法則，去認識它是屬於什麼法。譬如說：眼前的香水百合就有香水百合的軌範跟法則，我們一講香水百合，大家腦海裡面就有一個香水百合的樣子出來，那個就是香水百合的規範跟法則。我們認識這個法，就是依循這個規範法則去認識它的。

所以我們說房子，馬上就有房子的規範跟法則，我們也可以畫出你心目中或者夢想當中的房子。馬路也是有馬路的軌範跟法則，任何一法，桌子、椅子、麥克風，我們是循著什麼法則去認知它呢？就是它一直都是這個樣子，它不能今天是這個樣子，明天變了一個樣子。所以我們說它能夠保持它的自性不壞失，一直保持那個樣子，所以那個樣子就是它的軌則跟規範，這個就是「法」

的意思。

現在這邊百法的「法」，指的就是世間法、還有出世間法這兩種。世間法有九十四種，出世間法有六種，所以加起來一共是一百，所以就稱為「百法」。

什麼叫「明」呢？明，就是光明。我們都知道光明是比喻無漏的智慧，我們剛才講無漏的智慧，就是二無我的智慧，明白我空和法空，就是人無我跟法無我。這個空性的智慧，就好比光明一樣，所以它就用「明」來比喻這個無漏的智慧，因為只有無漏的智慧光明，才能夠破除無明的黑暗，所以叫做「明」。我們剛才講，不但要破見思惑，還有塵沙惑、還有無明惑，這個都是愚癡黑暗，只有這個無漏智慧的光明，可以破除這些黑暗，所以叫做「明」。

「門」，就是開通，沒有阻礙的意思。我們要進一個屋子，一定要經過一道門或一扇門，沒有門的話，我們沒有辦法進屋子。所以這個「門」是什麼意思呢？如果想要一路暢通無阻的從屋外進入到屋內，就一定要有這個門。現在這個「門」，就比喻百法是通往大乘成佛之道的門，所以你想要進入大乘，想要究竟圓滿開悟成佛，就一定要有這個門。這扇門，就是現在講的「百法」，只要你通達這個百法，你就可以一路暢通無阻的一直到達成佛的目標，所以百法是通往大乘成佛之門。這就是「門」的意思。

「論」，簡單說就是「抉擇」的意思。我們不管看哪一部論，看完這部論，心裡就有智慧，能夠抉擇什麼是對的、什麼是錯的，或者什麼是理法界、什麼是事法界，什麼是本體、什麼是現象，你就有那個抉擇的智慧。所有的論都是告訴我們怎麼去抉擇，以這一部來說的話，如果了解大乘百法明門的內容的話，我們就能夠抉擇事

理，明白現象界、明白本體界，明白有為法、明白無為法，全部都能夠明白，從一切法的本體，一直到它展現的所有的現象，都能夠完全的明白，達到最後的斷惑證真的目標。斷什麼惑呢？就是剛才講的三惑：見思、塵沙、無明這三惑；證真，證什麼真？就是成佛的目標，不管是菩提、還是涅槃，都能夠證得。這個就是「論」的意思。

所以，我們下一個小小的結論，什麼叫做「百法明門論」呢？就是說明不管是聖者、還是凡夫，如果能夠了悟百法的內容，就能夠有無漏的智慧，抉擇我執和法執是招致分段還有變易生死最主要的原因，然後以人無我、法無我，二無我的智慧，超越這兩種生死，到達成佛的彼岸。

譯者

這部論是誰翻譯的呢？我們都知道它是玄奘法師翻譯的。他是在唐朝貞觀七年，到印度的那爛陀寺親近依止戒賢論師，學習唯識法相宗。在戒賢論師所有的弟子裡面，只有玄奘法師獨得親傳。在這個之後，他就以唯識的見地，折伏了當時許多不同的見解，各門各派都被他折伏，包含了種種的外道，也都被玄奘法師所制伏，所以當時他的名聲遠播。當時印度分成東、南、西、北、中，五印度，全部都聽到他的盛名，都說玄奘法師真是一位了不起的大論議師，不但能夠折伏佛教教內當中的各門各派，還能夠折伏外道。

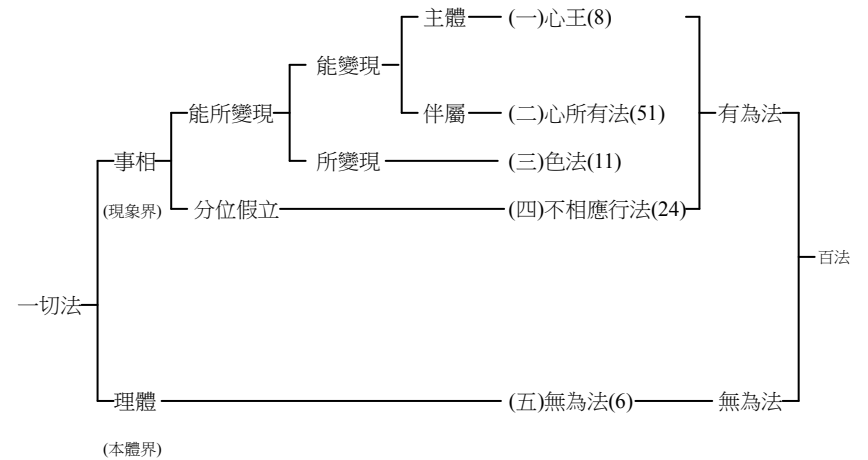
玄奘法師，他是在唐朝貞觀十九年，西元 645 年，帶著梵文的原典回到長安，奉唐太宗的聖詔，把這部論翻譯成華文，這就是這部論的來源。

我們現在大略知道這部論，最主要就是說明一切法無我的道理，也只有證到一切法無我，才能夠斷除煩惱

障、還有所知障，當這兩種障礙斷除，就能夠證得佛果。這邊的佛果，指的就是涅槃果、還有菩提果。

想要成就佛的果位，就要明白「一切法無我」的道理，所以，我們要進一步了解什麼是「一切法」、什麼是「無我」的內容？

我們看第一個表，什麼是一切法的內容？



一切法，包含了九十四個有為法，六個無為法。

九十四個有為法，包含了八個心法、五十一個心所有法、十一個色法、二十四個不相應行法。

六個無為法，是虛空無為、擇滅無為、非擇滅無為、不動無為、想受滅無為、真如無為。

所以這個表，就說明宇宙萬有的現象，把它分成本體跟現象界來說，就是一共有百法這樣的內容。

一切法是指事相、還有理體。事相，是指現象界，這是屬於有為法的部分；理體，是講本體界，是無為法的部分。

事相，再把它分成能所變現、還有分位假立。能所

變現，就是能變現跟所變現。能變現，就是八識心王，心法它一共有八個，就是所謂的八識；伴屬，就是心所有法，它是心法的伴屬，一共有五十一個心所有法。所變現的，就是色法，一共十一個。

「能變現」是什麼意思呢？就是一般我們說，一切法是怎麼產生的呢？心、意、識所變現的。心、意、識，就是八識的意思。心，是指第八識，第八阿賴耶識；意，是指第七識；識，是指第六識，包含前五識，這是能變現萬法的主要來源。

「所變現」，像色法就是它所變現的。

「分位假立」是什麼意思呢？它是心法、心所有法、還有色法這三個的分位假立，就是二十四個不相應行法。它不是真實存在的，是我們第六意識分別才有的，怎麼樣去立它的名稱呢？就是依心法、心所有法、還有色法，這三個的分位假立所產生的名稱，它一共有二十四個。一般我們用第六意識去分別的東西，全部都在這個二十四個不相應行法裡面，譬如說：數字、大小、時間、空間、距離、長短，這些全部是我們第六意識的分別，它都是屬於二十四個不相應行法。

以上一共是九十四個，是屬於有為法，是指現象界來說的。

八識變現出整個宇宙萬有這個現象界，現象界不是無中生有，它應該還有一個本體，對不對？一切現象都是從本體所出發的，這個本體，就是指「無為法」的部分。它一共分成六種無為，只有一個是比較接近我們所謂的真如，叫做「真如無為」，其他都只是相似的。

什麼叫做「無為」呢？就是沒有造作了。無所為，這個「為」，就是造作的意思。像有為法，它就是有造作，有造作都是生滅無常的。但是它生滅無常，是依什麼來

生滅無常？它不可能說我今天高興怎麼變就怎麼變，明天高興怎麼變就怎麼變，不可能嘛，它一定是依循一個什麼東西，那個什麼東西就是「因緣」，一切法因緣所生。所以它的生滅無常，是依因緣來變化的，依因緣或者是業力所展現的這個現象，這個是所謂的有為法，它的有為、有造作就是因緣，因緣每個剎那都在改變，所以它就不斷不斷在生滅，不斷不斷示現無常的現象。

可是我們進一步問：有為法是從哪裡來的？它不可能自然生，無中生有，突然就變出一個什麼來，所以一切法是依無為法來的，就是一切的現象界沒有離開我們的真心，對不對？這個真心就是現在講的這個無為，最究竟的無為，就是我們不生不滅的那個本體，就是我們的真心。一切都是從真心，唯心所現，真心一念妄動，起了無明，就有八識，八識再變現出十法界的身心世界，所以一切現象界就是這樣變現出來了。「唯心所現，唯識所變」，唯識所變，就是八識的變現；唯心所現，都沒有離開我們的本體真心。

那你說，不談真心，不談這個無為法，有為法可以成立嗎？可以嗎？沒有無為，有有為法的展現嗎？有沒有？離開了無為，能夠變現出有為法嗎？離開了真心，能夠現出十法界的身心世界來嗎？離開了真心，我們的真如本性能夠變現出十法界出來嗎？可不可以？不可以啦！變不出來。所以一切有為法，是從本體來的，從無為來的。

所以一切法的內容，說明了宇宙萬有的身心現象，但是我們要了解，現象界沒有離開本體界，一切的宇宙萬有是從真心，唯心所現，唯識所變出來的。

什麼是無我呢？就是人無我、法無我，我們剛才講了一大堆名詞，就是在這個表上面。

染		淨		
因		果	因	果
二執	二障	二種生死	二空	二果
我執	煩惱障	分段生死	我空	涅槃
法執	所知障	變易生死	法空	菩提

我執、法執，煩惱障、所知障，分段生死、變易生死，涅槃、菩提，都在這個表上面。所以我們知道，一切眾生之所以會輪迴生死，就是有我執跟法執，我執生起煩惱障，法執生起所知障；煩惱障感得分段生死，所知障感得變易生死。

現在我們就要藉著明白這個一切法的內容，了悟到人無我、法無我的道理；了解二無我的道理，就能夠證得我空跟法空。證得我空，就可以斷除我執；證得法空，就可以斷除法執，這兩種執著斷除了，煩惱障、所知障就跟著斷除。這兩種障斷除了，就能夠超越兩種生死，也就是分段生死跟變易生死，然後證得涅槃果跟菩提果。它的因果關係是這樣子：二執、二障是因，然後感得兩種生死（果）。如果你了悟我空、法空，有了我空、法空的智慧，就是證得二無我，有了這個無漏的智慧，你就可以證得兩種殊勝的果，叫做涅槃果、菩提果。這就是為什麼我們今天要來研讀「百法」最主要的目標，就是希望能夠證得佛的果位。

現在我們已經弄清楚了，這個佛的果位要怎麼證呢？就是你要證得二無我——我空跟法空的智慧，有了這二空的智慧，斷除兩種執著；斷除兩種執著，兩種障礙就沒有了，兩種生死就能夠超越了，就能夠證得兩種的果位，這就是為什麼要明白「一切法無我」的理由，最主要的理由就在這裡。

由此可知，我們也知道世親菩薩他為什麼要造這一

部百法，最主要的目的，當然是為了要利益一切眾生，也希望能夠使一切眾生斷除我執跟法執，證到二空。斷除兩種執著，就能夠除兩種障礙——煩惱障跟所知障，得兩種殊勝的果位，就是佛的果位——菩提跟涅槃這兩種果，這是主要造論的目的，也是我們今天要來學習「百法」最主要的目標，就是能夠證得佛的果位，怎麼證？就是要明白「一切法無我」的道理，你就能夠證得，這樣就能夠突顯「百法」它的重要性了。

既然斷二執，就能夠除二障，超越兩種生死，所以我們進一步就要了解什麼是我執跟法執，不然我們還不知道怎麼斷。

什麼叫我執跟法執？什麼叫做煩惱障、所知障？什麼叫做兩種生死？要弄清楚，我們才知道怎麼樣超越這兩種生死。

所以，現在我們就來解釋，什麼是我執跟法執？

我執

所謂的我執，唯識把它分成「分別我執」跟「俱生我執」。分別我執，是由第六識來的；俱生我執，是第七識來的。我們一般都了解，尤其是小乘的見地，他們修四念處、或者是觀我空，要證得人無我，他們觀察的對象是什麼呢？就是身心五蘊，所以小乘所謂的我執，就是執身心五蘊為我，把這個五蘊假合的身心，把它當作是真實的我，身是我，受、想、行、識是我，地、水、火、風假合的四大色身是我，這個就是所謂的「我執」。它是由第六意識的分別來的，所以它是屬於分別我執，這個是小乘斷的我執。

但是還有一個比較深細的俱生我執，小乘沒有辦法斷，它是第七識的作用。第七識的俱生我執，它就是念念執八識的見分為我，這個是俱生的，這個小乘阿羅漢

沒辦法斷，因為小乘對於心法的解釋，它只講到前五識跟第六識，第七識、第八識在小乘的經典裡面是沒有說的，所以你看小乘的經典，看不到第七末那識、第八阿賴耶識，看不到這樣的名稱。他們所謂的「識」，指的是第六識，第七跟第八是沒有談到的，所以他們只能夠斷除的我執是屬於分別來的，就是分別我執，就是妄執身心五蘊為我，這個是屬於分別我執，這個只要斷見惑，就是所謂的薩迦耶見，就能夠證得。因為我們知道初果羅漢是破見惑，就是破薩迦耶見，薩迦耶見就是妄執身心五蘊為我。

法執

什麼是法執呢？什麼是「法」，我們剛才已經介紹過了，我們是依循它的規範跟法則來認知它，而且它能夠一直保持它的自性不壞失，這個叫做「法」。所謂的法執，它也分成第六識跟第七識，**第六識的是分別法執，第七識的是俱生法執。**

什麼是分別法執呢？就是妄認外在的世界、五塵為我所受用，就是眼耳鼻舌身，面對色聲香味觸，我眼睛每天看色塵、耳根每天聽聲塵……，把外在色聲香味觸這五塵境界，把它當作是真實存在的，這個是分別來的，第六意識的分別來的。

第六意識分別的作用，就是我知道我看到香水百合，那個叫做胡姬花、茉莉花，第六意識的分別，然後我又把這一切我看到的、聽到的、聞到的、吃到的、嚐到的、身體感覺到的，都把它當作真實存在的境界，這個叫做分別法執。那我們每天都覺得我們在受用這五塵境界，對不對？我要選擇看好的、聽好的、吃好的、聞香的、身體的感覺是好的，天氣太熱要吹冷氣，那就是我的身體的感受，要讓它舒服，我們都把外在五塵境界，

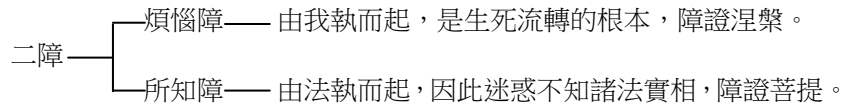
都把它當作是真實存在的，然後為我所受用，我每天就在享受這五塵境界，我就覺得我生活品質很高，這個就是分別法執。把外在的五塵境界當作是實有的，這就是一種對法的執著，對外在五塵境界的執著，這個執著是由第六意識分別來的，所以它稱為分別法執。

什麼是第七識的俱生法執呢？這個就是，當有一天學佛修行了以後，認為我有一個涅槃可以證，有一個佛可以成，有一個道可以修，這個就是「俱生法執」。可是我們修行的目的，不就是想要證……我們剛才才說，要證個菩提、涅槃果，不是嗎？可是你執著這些，你要證的、你要修的、你要成的這些道，都是真實存在的，這又是另外一種執著，它是由第七識來的。

第七識的恆審思量，念念都執著有一個道可修、佛可成、涅槃菩提可證，為什麼說它是一種執著？那不是我們修行的目標嗎？為什麼說它錯了呢？因為它不是修出來的，它本來就有，懂嗎？菩提自性，本自具足，能生萬法，統統沒有離開我們的真心，就是剛才講的本體界，都是從我們的真心所顯現出來的。不管你說出多少的功德、智慧、慈悲，或者佛的功德，都沒有離開我們的真心，每個人都有的，懂嗎？只是被煩惱障、所知障障住了，就是被我執、法執障住了，讓我們那個真心沒有辦法顯現，可是無量的智慧德能都是本自具足的。既然你本來有，你就不能夠說出你修出一個什麼來，然後去證個什麼東西、求個什麼東西。它不是求來的、不是修來的、也不是證來的，它是本來就有，所以說它錯。而且以這個很堅強的法執，說我一定要證一個什麼東西、我一定要修出一個什麼東西來，那你就永遠沒有辦法恢復你清淨的真心，因為有很強烈的俱生法執障在那邊，這個就是所知障障在那邊，你就別想要見到你的真

心，想要開悟、明心見性都不可能，這就是所謂的法執。

〔表三〕



第三個表就說明，煩惱障是由我執而起的。本來是無我的，但是我們不明白，以為有「我」，以為有「我」就產生了我執，然後生煩惱造業，就流轉六道生死，所以煩惱障是生死流轉的根本。煩惱的根本是什麼？我執，所以我執是輪迴的根本。只要煩惱障沒有去除，我執沒有斷的話，就別想證到涅槃。

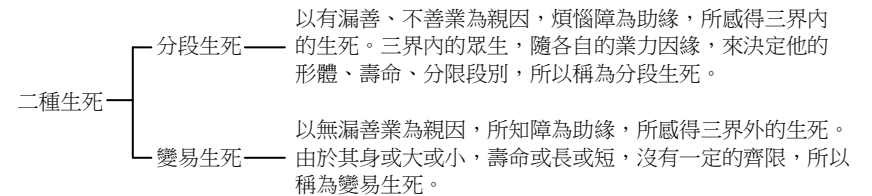
什麼叫涅槃？就是寂靜的意思，寂靜怎麼得的？就是你止息了一切的煩惱，那個寂靜的狀態，我們給它一個名稱，叫做涅槃。所以涅槃是怎麼來的？就是斷我執來的。斷我執就不會生煩惱，就能止息一切的煩惱。所以，為什麼說佛證得涅槃？就是祂已經止息一切的煩惱，因為祂已經斷除了煩惱障，止息一切的煩惱。祂為什麼可以斷煩惱障？因為已經無我了，證到我空。

所謂的所知障，就是無明惑，所以它是由法執而起的。因為迷惑，不知道諸法的實相，因為所知障障住了，你就不能夠見到諸法實相。什麼是諸法實相？一切法無我，是諸法的實相。一切法都是生滅無常變化的，所以它不是真實存在的，這樣就可以破除法執，證到法空。有了法空的智慧，就能夠破除所知障，一共有四十一品無明。

所以我們修證的內容，第一步就是破見思惑，證到人無我，就是斷我執；然後第二，破塵沙惑；第三，破無明，就是現在講的所知障。

這個所知障，就是障礙我們不能夠證得菩提。菩提就是覺悟的意思，覺悟什麼呢？就是無我的道理，也是覺悟法空的道理，就是證得法空的這個無漏智慧，就稱為菩提，所以菩提就是無漏的智慧，也是無我空性的智慧，有了法空的智慧，就能夠破所知障。

什麼叫做「分段生死」跟「變易生死」呢？我們看第四個表。



分段生死

分段生死，是以有漏善、不善業為親因，煩惱障為助緣，所感得三界內的生死。所以分段生死是三界內，就是三界六道，也是六凡法界，我們所謂六道眾生的生死，就稱為分段生死。

它是怎麼產生的呢？就是有漏善跟不善。有漏，就是跟煩惱相應的，譬如說在六道當中，你行善就有人天果報，但是這個善是跟煩惱相應的，就好比說我們現在想要行善累積功德，是跟煩惱相應的，就是有一個我布施了，這個布施是真實存在的、我是真實存在的、誰接受我布施，統統是真實存在的。我為什麼要布施？因為布施有功德，這個叫做有漏善，跟煩惱相應的善，你雖然在行善，但是你沒有辦法解脫六道輪迴，還是在分段生死當中。善業呢？有漏善業，就是人天果報。這邊講的不善業，就是你造惡業的話，就是三惡道。但是不管是善業、還是不善業，都是跟煩惱相應的。

煩惱怎麼來？因為有「我」，煩惱由我執來，所以我

們才會說阿羅漢為什麼能夠證得涅槃，暫時不來三界六道受生呢？暫時不來輪迴？就是因為他斷分別我執，沒有「我」就不會生煩惱，沒有煩惱就不會造業，沒有業就不會在六道當中輪迴，所以六道輪迴是由我執而來的，所以我執是輪迴的根本。因為我執，然後生煩惱、造業，有業力就一定要輪迴，善業—三善道，惡業—三惡道，這個就是分段生死。三界六道眾生的生死，都是屬於分段生死。

為什麼叫「分段」呢？因為三界內的眾生，隨著各自的業力、因緣來決定它的身形。身形，就是像我們人道有人道的身形，畜生，看是哪一種畜生，也有牠的身形，餓鬼道有餓鬼道的身形，天人有天人的身形，不同的身形，是依照它不同的業力、因緣，展現不同的每一道的身形、還有壽命，都是分限段別，一段一段的，所以才給它一個名稱，叫做分段生死。你這一世在哪一道，你就是那一道的身形，你應該活多久，那個壽量是一段一段來算的，所以稱為分段生死。

所以我們現在就明白，三界六道眾生是屬於分段生死，分段生死是怎麼來的？煩惱障來的，煩惱怎麼來的？我執來的，這樣就連起來了，因為有我執，所以生起煩惱障，感得三界內的分段生死。

變易生死

什麼叫變易生死呢？它是以無漏善業為親因，所知障為助緣，所感得三界外的生死。三界外的生死是什麼生死？就是進入四聖法界，所以我們知道變易生死是四聖法界——聲聞、緣覺、菩薩、佛。這個佛，不是圓教的佛，是藏通別圓當中，藏教還有別教的佛，還在十法界當中。聲聞、緣覺、菩薩、佛，他們都是屬於變易生死。

無漏善業為因，無漏，就是他們已經斷我執了，但是還有法執，所以我們就知道，變易生死它是由所知障來的。所知障為助緣，無漏善業為親因，因為聖者他們都不會再造惡業了，而且在前面了分段生死的時候，已經斷了我執，可是法執沒有斷，所以我們前面才會說小乘阿羅漢斷了我執，但是沒有斷法執。所以小乘阿羅漢已經跳出了分段生死，但是他進入變易生死，所以我們說阿羅漢、辟支佛也都還沒有跳出生死，這個生死是包含了變易生死在裡面，所以他還是在生死的苦海當中。這是以大乘來看，小乘還沒有超越變易生死，所以我們才說它不究竟，因為還在十法界當中，還有所知障沒有破。雖然已經破了見思，但是塵沙、無明都沒有破，還有所知障。

為什麼稱為「變易」？因為所知障的不同，就是他破無明的深淺，來決定他的身形是大、是小，壽命是長、是短，沒有一定的齊限，所以我們稱為變易生死。

這個變易，就是「迷悟的變遷」的意思。迷，就是他還有無明沒有破，破一品無明，證一分法身，就是證一分法空的智慧。所以變易生死，它還是有四聖法界的差別，這四聖法界是依什麼來論斷呢？就是他破無明的深淺，迷悟的差別，所以他迷悟的變遷，就稱為「變易」，因為它還是會改變的。你證得法空的智慧，一品一品無明破，你所感得的身，是愈來愈殊勝的這個微妙之身，從分段生死的身，因為你破所知障的無明的關係，所以就能夠轉成非常微妙的微妙身，這個也是變易的意思，從聖者改易分段之身，而得不可思議的殊妙之身，這個也是變易的意思。

所以變易一般來說有四個意思：第一個，迷悟的變遷，稱為變易。就是他破所知障、破無明證得法空的智

慧有多少，來改變他的果報；第二個，聖者改易分段之身，而得不可思議殊妙之身，因此稱為變易；第三個，就像我們的心念，念念相續，前後變易，我們念念想的都不一樣，前後變易；第四個，就是那些已經證果的聖者，他證得法身之後，能夠神通變化自在，因為能變化、能改易，所以也稱為變易。

現在我們就明白這個表是什麼意思了。斷二執，就能夠除二障，超越兩種生死，而得兩種果位，所以就是要證得二空，兩種人無我、法無我，這二空的智慧，就能夠做到最後證得這兩種殊勝的果位。

現在明白「一切法」，也明白「無我」，「一切法無我」大概是在說什麼，而且也進一步明白它們的重要性，就是要證得二無我。證得二無我，這個「無我」，是屬於本體界，是屬於無為法，另外九十四個，是屬於有為法。從有為法當中，體證無為

我們是應該先介紹有為法？還是介紹無為法？現在我們已經明白百法就是有一百個法，這一百個當中，有九十四個是有為法，有為法裡面又有心法、心所有法、色法、不相應行法，無為法有六種。我現在要開始介紹百法，我是先介紹有為法，還是先介紹無為法，比較能夠讓我們很快進入二無我？無為法，對不對？直接告訴我們二無我，我就可以直接斷我執跟法執，然後就證得我空跟法空，這樣是不是比較快？這樣會比較快嗎？因為我們的目標要證得二空的智慧，不是嗎？要證得一切法無我的那個「無我」，要證得無為法，所以我們直接講無為，很快就可以證到無為法？錯！會說對的，就是剛才很重要的那一段話沒有聽清楚，就是剛才問：離開了無為法，會有有為法的存在嗎？還記得嗎？剛才的問題：離開了真心，有萬法的存在嗎？萬法是從真心來的，

我們現在要回歸真心，要從哪邊回？從有為法回，對不對？因為真心一念無明，然後有八識，八識變現出所有宇宙萬有的身心世界，我們現在要回歸真心，就直接回真心了，有沒有辦法？可以的話，我們就不用講了，我們大家都現證二無我就好了。

那要先問問看我們自己，你每天是過著無為的生活、還是有為的生活嘛，很簡單，你覺得你的身心五蘊是真實存在的？還是你知道這個是假的？還是你每天受用五塵境界，你知道它是真的？還是假的？你每天在受用，都知道假假假，可是我還是在受用，可是我如實了知它如夢幻泡影，如露也如電，應作如是觀，我都是這樣來觀察，然後很隨緣自在的來享受五塵境界，是這樣子的嗎？如果是的話，就很好了。因為一般還沒有證到無我的凡夫來說的話，他每天就是沒有離開我執跟法執，他每天都以為「我」是真實存在的，不然怎麼那麼容易生氣呢？一切法也是真實存在的，外在境界都是真實存在的，不然我為什麼這麼拼，對不對？你拼是要拼什麼？趕快賺錢多多，買房子、汽車，那個都是假的嘛！你那麼拼幹嘛？你會這麼拼，就是你以為都是真實存在的嘛！「我」要拼命，那個「我」也是真實存在的囉？所以我執跟法執，一個都沒破，你說你怎麼馬上當下就證無為，是不可能的，懂嗎？

因為我們都活在有為法當中，念念有我執跟法執，所以我們就要先了解什麼是有為法的內容，就是心法、心所有法、色法、不相應行法，這九十四個有為法明白了之後，明白什麼？明白它們都是生滅無常、無自性的，去觀察這些能變現、所變現的，不管你怎麼說，只要有為法，都是生滅無常變化的，這什麼意思呢？表示它不是真實存在的，表示它自性都是空的。「自性都是空的」

是什麼意思？生滅無常都是無自性的，無自性就是空，空就是無為法，是不是就證到了？就這麼快！再講一遍，看可不可以證得。你觀察一切有為法，不管它講的是心法、心所有法、色法、不相應行法，你都知道它是生滅無常、變化的，生滅無常就無自性，無自性就是空，在空裡面有沒有生滅？沒有！沒有生滅就是無為，你是不是從有為法證到無為了？你藉著觀察一切有為法的生滅無常，明白它自性是空的，在空性當中是沒有生滅的，沒有變化的，那個就是無為法。所以你離開有為法，能不能證到無為？不可以，對不對？離開了有為法，沒有辦法證到無我，你是從有為法當下去見到無為，懂嗎？所以你是從現象界契入本體界，只要你明白它是生滅無常的、無自性空的，就 O.K.了。空就是我空、法空，二空不是就斷二執了嗎？那剛才講的那個表，不就是全部都可以證了嗎？除二障，超越兩種生死，證兩種殊勝的果位，不就都 O.K.了嗎？

所以你想要離開有為法，去證無為法，門兒都沒有，因為離開有為法，你也見不到無為法在哪裡，懂嗎？所以你要從有為的當下，去體證不生不滅的那個無為，所以應該先介紹有為法？還是無為法？（答：有為法）很好！所以我們就開始介紹有為法。

心法

有為法第一個是心法。心法，就是八個識。

為什麼要先介紹心法呢？因為三界唯心，萬法唯識，一切唯心，所以要從心法開始介紹。我們剛才講，都是八識的變現，心法就是八個識，前五識、第六識、第七識、第八識，宇宙萬有都是八識所變現的，所以當然一開始介紹，要介紹心法，了解八個識。就是因為三界唯心，離開了心，也沒有萬法的存在，所以這個心，

具有主宰支配萬法的力量，所以在一切有為法當中，它最重要，因為都是它所變現的。

十法界，身心世界都是唯識所變，這個「識」就是八識，都是八識的變現。所以第一個要介紹的，就是這個最主要支配、主宰萬法的力量，就是心法，所以我們第一個先介紹心法。

心法有八種，前五識、第六識、第七識、第八識，一共八個。

前五識

前五識，就是眼識、耳識、鼻識、舌識、身識。這個名稱是怎麼來的呢？依根而命名，眼識就是依眼根，稱為眼識；耳識的生起，要依耳根，就稱為耳識。依於眼根來了別色塵，所以稱為眼識；依於耳根來了別聲塵，知道聽到了什麼聲音，所以叫做耳識；依於鼻根來了別香臭，所以稱為鼻識；依於舌根來了別滋味，你知道它是酸苦甘辛鹹那一個滋味，所以就稱為舌識；依於身根來了別你現在是痛、還是癢、還是冷、還是熱等等，這種身的感觸，這個稱為身識。我們就知道前五識它是怎麼來命它的名稱的，就是依眼、耳、鼻、舌、身這五根來命名，眼識、耳識、鼻識、舌識、身識。

第六識

這個前五識的作用，它只是好像鏡子照這個境界而已，只是照境，但是你要知道你看到了什麼、聽到了什麼、聞到了什麼，那個分別要靠第六意識，第六意識管分別。第六意識，它為什麼稱為「意」識呢？它是依於什麼？這個意，就是第七識，第七識有另外一個名稱，叫做意根。所以第六識是依於第七識的「意根」來命名，稱為「意識」。

為什麼它要依第七識的意根，來命名為意識呢？那

就要講到，第六識跟第七識的關係非常的密切。剛才講前五識只是照境，但是沒有分別，你要知道你看到了什麼、聽到了什麼，要第六意識的分別。本來分別完也就沒事了，第七識意根要加進去一個什麼？「我」在看、「我」在聽，所以問題就嚴重了。本來看就是看、聽就是聽，就沒事了，因為它是剎那剎那生滅的，眼睛看到，當下知道是什麼，它就過去了，因為它是生滅法，懂嗎？可是第七識是恆審思量，那個恆就是恆常，念念有我，念念執八識的見分為我——第七識的功能，所以為什麼第六識要依第七識的意根來命它的名稱，就是因為它們的關係非常密切。

第六識一分別之後，那個「我」馬上加進去，第七識馬上起作用，我在看、我在聽，馬上就有我喜歡、不喜歡，我要、不要，就統統都來了。本來看完就沒事，分別就分別，可是沒有「我」喜歡啊，我喜歡就貪，不喜歡就瞋，沒有特別喜不喜歡就癡，所以就是麻煩在第七識要加進來一個「我」，所以第六識才會依第七識的意根來命它的名稱，就是它分別之後要有第七識，因為第七識是念念有我，恆常相續，從來沒有間斷過，包含你睡著了，裡面還有我，夢境裡面也有我在幹什麼嘛。即使你睡著了、昏倒了，那個「我」都沒有忘記，所以我們就知道那個我執有多難斷，念念從來沒有停止過，恆審思量，執八識為我，就是第七識的作用。這就是為什麼稱為第六意識的原因。

第七識

什麼是第七識呢？第七識叫做「末那識」。「末那」是什麼意思？「末那」是梵文，翻成「染污意」。

什麼是染污？什麼是意呢？

染污，就是第七識，它恆常於我貪、我癡、我見、

我慢，這四種根本煩惱相應，所以稱為染污。它念念有我貪、我癡、我慢、我見，念念喔，念念都有，所以第七識才翻成「染污意」。這個「染污」，就是因為它恆常，從來沒有間斷過，跟這個四根本煩惱相應。

「我貪」，貪什麼？就是執這個身心五蘊為我，然後深生愛著。我們都很愛自己的身心五蘊，我的色身要好好地保護它，每天都在保養它，要吃好的、穿好的、喝好的，統統都是在保養它，就是把這個身體當作是我的身。我的感受多重要呀！我現在痛苦，你也不來安慰我一下，我現在在生氣，你怎麼還可以來煩我？那感受是抓得多麼的牢。我的想法多麼重要，你要尊重我的意見、我的感受、我的想法、我的見解，色受想行識，沒有一個空得掉，統統都是真實存在的，而且貪愛、耽著難捨，這就是我愛、我貪。我貪就是我愛，所以我們念念都有我貪，從來沒有間斷過，也不用學習，也不用人家提醒，你就是很愛自己嘛，就是因為你第七識的染污，裡面有第一個「我貪」，而且是恆常沒有間斷過。

「我癡」，我癡就是指無明，就是不明白一切法無我的道理，不明白諸法的實相，才会有我執跟法執，就是不明白二無我的道理，才會生起我執跟法執，這個是因為無明的關係，所以我癡就是無明。念念我們也都不明白，沒有我空、法空這樣的智慧來破除無明愚癡，所以才會有我、有法，起我執跟法執，以為我是真實存在的，一切法也是真實存在的，念念都是這樣子想，所以沒有一念空。從來沒有我空、法空這樣的經驗過，就是因為第七識的染污裡面，念念都有我癡，就是不明白事實的真相是什麼。

念念都有「我見」，什麼是我見？就是剛才講的，把五蘊這個假合的身心，當作是常、一、主宰的我。常、

一、主宰的我，這就是我見，就是對「我」的見解，以為有一個「我」的真實存在。剛才我貪，是執有這個我，貪愛難捨，非常的愛著；現在講我見，是對「我」的見解，就是執著有一個「我」，它是真實存在的。

可是為什麼要說它是「無我」呢？就是因為我們找不到那個「我」，合乎「我」的定義。你要證明「我」是真實存在，你必須要證明三個合乎「我」的定義的內容：

第一個是「主宰」，你如果能夠主宰支配你自己，能夠自由自在，要怎麼樣就怎麼樣，才能夠說這個是「我」。因為我可以支配主宰，我可以自由自在的，我不想老，它就不老，我不要病，它就不病，我要事業順利、婚姻美滿、子女孝順、發大財、長壽健康，你可以做到嗎？不可以的話，就不能證明有「我」囉！因為「我」是可以支配主宰的，我有這樣的力量，才可以證明「我」是真實存在的，這是第一個「我」的定義。

第二個，「常」。常，就是永恆的意思，始終保持不改變，假使它會無常變化的，你就不能稱為「我」。你那個五蘊身心是生滅無常的？還是恆常不會變化的？如果合乎恆常不會變化，你出生那個樣子就不會變，永遠是小 baby，那個叫做沒有生滅變化，所以又不能合乎這個定義了。我們的五蘊，色受想行識，念念生滅、無常變化，所以就不能合乎這個「常」的定義，所以又不能成立說有「我」的存在。

第三個，「一」。就是獨立，不是集合的雜體。如果你是眾多條件集合，就不能夠稱作是「我」，是獨立的「一」的個體，而不是很多因緣湊合在一起的。可是我們是五蘊的假合，四大的假合，又不能夠說是「我」了，不合乎「一」這個獨立的個體。

我們不能主宰，也不能恆常不變，也不是獨立唯一

的個體，我們是眾緣和合而生的，叫眾生，表示它很多因緣和合在一起，集合在一起的，所以不能說它是獨立唯一的個體。所以這三個都不能成立，我們就不能夠承認有「我」的真實存在，所以證明它是「無我」的，是這樣子來證明的。

所以，現在所謂的我見，它就把這個五蘊假合的身心，把這四大假合的身體，把它當作是主宰、常、一的我，這樣就錯了嘛！所以我們說它是染污的，是錯誤的見解，錯誤的知見，它是屬於我見，以為有一個「我」是真實存在的。可是我們沒有辦法證明它是主宰、恆常、獨立唯一的，所以說它是錯誤的知見。這就叫做我見，以為有「我」的見解。

「我慢」。我慢，就是本來是無我的，不但執著有一個我，把這個身心五蘊、假合之身把它當作是我，還傲慢得不得了：「我有多了不起！那個比我棒的，我看他也沒什麼了不起，我看來看去，還是我自己最了不起！」那個就是傲慢。那個比不上我，那當然本來就瞧不起他，那肯定是有慢的。所以不管是比我強的、跟我差不多的、比不上我的，我統統沒有把他放在眼裡，那個就叫做我慢。自己最偉大、自己最行、自己最讚。

這個就是「染污」的意思，就是我們第七識恆常就跟我貪、我癡、我見、我慢，這些是屬於根本煩惱，恆常與這四惑相應，所以稱為染污。

恆常與四惑相應，所以第七識又可以稱為「相應」。這個是以「染污」來說，恆常與四根本煩惱相應。

「意」，是什麼意思呢？意，就是恆審思量。第七識恆常審查、思慮、量度，執八識的見分為我，這個就是「意」的意思。所以第七識為什麼會稱為意根？我們現在就知道，就是以這個「恆審思量」的意思來說的。

染污，就是相應的意思；意，就是恆審思量的意思，所以就稱第七識為意根。因此第七識也能夠稱為「相應」，也可以稱為「思量識」，所以我們看到別的經典講「思量識」的時候，就知道它講的是第七識的「恆審思量，執八識見分為我」這個功能來說的。

所以除非證到無我，剛才講第六識跟第七識的關係，第六識分別完，第七識馬上加進去，恆常與四惑相應，所以那個「我」就加進去了，我貪、我癡、我見、我慢，就跟第六識的分別同時，第六識分別，馬上四根本煩惱就加進去了，所以就有我喜歡、我不喜歡，統統都是從這邊來的。然後無明、顛倒、愚癡，就是這四惑，四根本煩惱，因為這樣子加進去，所以他才會起惑造業、才會生煩惱、造業、輪迴。

所以第七識沒有轉的話，第七識轉成什麼？平等性智，第六識跟著第七識密切合作，一起來分別，然後「我」加進去染污，四種根本煩惱。所以你第七識如果轉的話，第六識它分別以後，第六識念念無我，第七識轉了，轉的意思，就是說我執、法執斷了以後，第七識轉成平等性智之後，它其實有分下品、中品、上品。前面先斷分別的，第六識先斷有分別的我執、還有分別的法執，然後第二步才斷俱生的我執，最後斷俱生的法執，所以俱生法執是最後斷的。所以第七識慢慢地轉成平等性智，也是從下品的開始轉，第六識也是慢慢轉成妙觀察智，所以第六識既然跟著第七識一起作用，除非你第七識轉成平等性智，念念無我，就是恆審思量無我了，你轉成平等性智之後，是念念恆審思量無我，第六意識就念念都是清淨的，分別之後 O.K. 了，因為念念無我，第七識恆審思量，念念是無我的，所以第六意識也不會再起惑造業了。這就說明第六識跟第七識為什麼關係這麼密

切，就是要合作無間才能夠生煩惱、造業。你第七識沒有轉成平等性智之前，念念跟四惑相應，恆常與四惑相應，而且念念恆審思量，執八識見分為我，就是念念都有我，睡著也沒有忘記喔！所以第七識沒有轉之前，第六意識也是跟著分別以後就開始造業了。

第八識

什麼是第八識呢？第八識稱為「阿賴耶識」。阿賴耶也是梵文，我們翻為「藏」，因為它有能藏、所藏、跟執藏的功能，所以又稱為「藏」，這是以它的功能來命名的，第八阿賴耶識就稱為「藏識」。

什麼叫做「能藏」呢？就是第八識能含藏無量劫以來的種子不會壞失。這是以它持種的功能來說，它能夠持一切的種子，不管你輪迴了多久，那個業力的種子，它到哪裡去了呢？統統含藏在第八識，所以你不要以為我講一句話，講完就完了，沒有喔，它就含藏到你的第八識，成為未來的種子。所以，你不要以為你今天做一件壞事，都沒有人知道，今天動一個壞念也天不知、地不知，我隨便想一想，那個壞念頭沒關係啊，它就薰到你第八識成為未來的種子。

我們所有身口意一切的種子統統沒有壞失，都含藏在第八識，所以第八識能夠含藏一切的種子不壞失。你還沒有報、還沒有清淨之前，它全部都在你的第八識，等到因緣成熟，種子就生起現行，就是它要有一個外緣。雖然有無量的種子含藏在你的第八識，可是你每天要面對不同的境界，對不對？你碰到那個很討厭、不順心的事，你的瞋恚心就起來了，所以這個不順心的外緣是牽動你瞋恚的種子，讓它生起現行來，生起現行也沒完，如果你還在那邊氣個沒完沒了，它又薰回去了，所以你瞋心愈來愈強，它是有道理的。你任何的習氣愈來愈強，

都是這樣薰的，你每天這樣薰薰薰，可是你不知道。你以為這件事情做完就沒事了，這句話說完、我一個念頭動完都沒事，不是喔，統統薰回到第八識，成為未來的種子，所以它能執持一切的種子，不管你是業力的種子、煩惱的種子，一切的種子都含藏在第八識，這個就是它能藏的功能來說的。

什麼叫做「所藏」呢？因為第八識是一切善惡種子受薰之後，所含藏的地方，所以稱為「所藏」。剛才是說執持種子是能藏；現在是以受薰來說，是所藏，就是說你薰了之後，到哪裡去？就到了第八識。這個是以它受薰來說的，第八識是受薰習的，所以你每天做什麼，常常做什麼，它都薰回去第八識，成為習氣的種子。

剛才能藏，是說它能夠執持一切的種子不會壞失來說的，所以能藏跟所藏是不一樣，雖然都好像是在講這個種子，可是一個是說它能夠執持一切的種子不會壞失，三大阿僧祇劫、還是八萬大千劫，不管是多少劫，那個種子都不會壞失，這是以能藏的功能來說。你任何的身口意薰回去第八識，這是以受薰來說，是所藏，就是說你受薰習之後，這個種子到哪裡去？就是含藏到第八識。一個是以持種來說，一個是以受薰的功能來說。

什麼是「執藏」呢？就是我們剛才一直念的，當作口訣念的——恆審思量，執八識見分為我。「執八識見分為我」，這個就是執藏的功能。第八識是第七識恆常內執，堅固地執持有一個自我的主體，這個我們稱為「我愛執藏」，就是「執藏」。就是八識的見分，是第七識恆常念念去執持的，這個就是我愛執藏。以第八識來講，是我愛執藏，就是第七識它所執有一個「我」的那個主體，就稱為我愛執藏，這就是第三個功能。

因為第八識有這三種功能，所以稱為藏識，所以我

們就知道藏識指的是第八阿賴耶識，能藏、所藏、執藏，這三種功能來命名的。這樣就把八個識簡單的介紹完了。

雖然各有各的名稱，前五識（眼識、耳識、鼻識、舌識、身識）、意識、第七識、第八識，各有它的名稱，但是別忘記，它本體只有一個，叫做「心王」。所以平常講八識心王，以為有八個心，開玩笑，那不是亂死了！只有一個心，心法，八識心王，指的是現在講的這個心法，雖然有八個名稱，但是主體只有一個。

為什麼稱為「心王」呢？這個「王」，就是主的意思。因為它具有變現萬法的主動支配力，所以稱為王。王，就是可以自在作主，可以支配什麼，因為一切萬法都是八識所變現的，所以它等於是具有變現萬法主動的支配力，所以就稱為心王。所以整個宇宙萬法，十法界的身心世界，都是八識心王所變現的。

最後我們把八個識來作個比喻，這樣應該比較弄得清楚。八識，如果以水來作比喻，第八阿賴耶識，就好比是水，因為它是本體；第七識是暗流、水流，第七識跟外在的境界是沒有關係，它是內執的一個力量，執八識見分為我，恆常與四根本煩惱相應，念念有我貪，我癡、我見、我慢，恆審思量，這些都跟外在境界沒關係，就是說你沒有什麼事情發生，它裡面也是念念跟四根本煩惱相應；第六意識就好比是水波；前五識好比是水波上面的浪花。

所謂的「境風吹識浪」，六塵境界風一吹，平靜無波的大海水就開始起了波浪，這個波浪就是前六識。前五識照境，第六意識分別，第七識把「我」放進去，所以第七識它只是水流而已，但是那個波浪是前六識，因為六根面對六塵境界，它就生了分別，就好像平靜無波的大海水，但是境界的風一吹，境界就是六塵境界的風一

吹，它就起了波浪，所以前五識只是照見那個境界，但是第六意識馬上生分別，第七識再加進來，第八識就持種、受薰。

舉個例子好了，我們看到這個香水百合，我眼根看到香水百合，我們說是眼識的作用，我怎麼知道它是香水百合呢？就是第六意識的分別，告訴我說它是香水百合；第七識，就是「我」在看，我看到了香水百合，所以我明天回頭看到你，我就會告訴你說：「我今天看到那個香水百合花，好漂亮喔！」「我」今天看到的嘛，所以那是第七識；但是香水百合這個名稱，名言的種子，是我過去薰到第八識成為未來的種子。我是憑什麼知道我一看到這個花，就知道它叫香水百合？那個是名言的種子，是我過去曾經學習，可能是賣花的人告訴我它叫做香水百合，這個名言的種子就種到第八識，成為未來的種子。所以我現在一看到，那個名言的種子馬上就生起現行告訴我說，它叫做香水百合。大概就是這個樣子。

所以是用什麼看呢？我們用前五識；看什麼？是第六識；「我」在看，是第七識，所以每天都是這樣子。你用你的眼耳鼻舌身意，在見聞覺知；你知道見聞覺知的內容，那是第六識，你看到了什麼、聽到了什麼，聞到了什麼，你怎麼知道？那個分別是第六識；誰在看？誰在聽？「我」在看、「我」在聽、「我」在嚐、「我」在聞、「我」在感觸、「我」在想；所有的都是八識的種子生現行，這樣大概就能夠明白八識心王，它各別各別的功能，還有它彼此之間的關係。

我們今天就介紹到這裡。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論 第二講 五遍行、五別境

各位居士大德！阿彌陀佛！

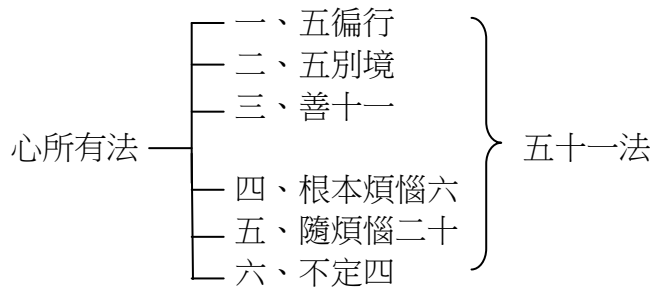
我們今天介紹有為法的第二個，是「心所有法」。

為什麼在心法之後，介紹心所有法呢？因為有為法還有其他的，還有色法、不相應行法，為什麼在心法之後，要介紹心所有法呢？因為心法是主，心所有法是伴，有主必有伴，伴不離主，所以心法就好比國王，心所有法好比臣子，臣子永遠陪伴在國王的身邊，一個是主，一個是伴。

我們昨天介紹心法，雖然它具有主宰支配萬法的力量，但是它本身沒有善惡的差別，我們沒有辦法說眼識是好、還是不好；耳識、鼻識是善、還是惡？不能說；第六意識是善、還是惡？不能說；第七識是善、還是惡？也不能說；第八識，它只是能藏、所藏、執藏的功能，也不能說它本身是善、或者是惡。因此只有八識，你沒有辦法造業，還要有心所有法加進來，才能夠造成善、惡、或者是無記等種種的業。就是心王，還要再加上心所有法，這樣才能夠產生造業的力量。所以在心王之後，接著介紹心所有法的原因在這裡，就是心王沒有辦法獨立造業，必須加上其他的力量從旁協助，才能夠造作種種的善、惡、無記業。這個心所有法，就是協助心法去造業最主要的力量。

為什麼稱為「心所有法」呢？「所有」，就是屬於心所有，所以它是屬於心的，永遠繫屬於心，是跟心法緊密的連繫在一起，永遠附屬於心。剛才說一個是主、一個是伴，所以心所有法是附屬在心法上面的；而且它跟

心法相應，就是說它們是同時緣同一個境界，同時產生作用，所以我們才會說心所有法是隨著心法才能夠生起。也就是說，心所有法沒有辦法單獨作用，它一定要有心法，所以我們才會說它是屬於心的，一定要隨著心法，才能夠生起作用。



心所有法有那些內容呢？心所有法，一共有五十一種，分成六類。第一類，五遍行；第二類，五別境；第三類，善法十一；接下來是根本煩惱六、隨煩惱二十；最後是不定四。

為什麼要分成這六類呢？

第一類，五遍行。它是說明我們心還沒有緣外境的時候，我們昨天不是說所有無量劫的種子都含藏在第八識，那個種子不是很安靜的待在八識裡面，它是蠢蠢欲動、跳動式的，除非定力很高，你才可以看到第八阿賴耶識，一般是看不到的。定力如果很高的話，就知道第八阿賴耶識那個蠢蠢欲動的種子，它那個跳動的情況，還有哪一個種子的力量比較強，你都可以看得見。因此你可以知道你的習氣、你的煩惱、你的業力的狀態，你自己可以很清楚地知道原因，就是現在講的這個五遍行，它是說明我們心還沒有產生作用，第八識的種子還沒有生起現行之時，它含藏在第八識的那個狀態，它不

是非常平靜，而是跳動式的，這就是五遍行。也說明我們要起心動念，這一念的生起，必須要具備五遍行，才能夠完成你這一念的造作。

所以第一類的五遍行，是說明我們的心還沒有緣外境的時候，種子在第八識蠢蠢欲動，隨時待命而發的狀態，它沒有睡著了。雖然唯識有另外一個名稱形容那個種子，叫做「隨眠」，好像是在睡眠的狀態，其實它沒有睡著，這個種子隨時想生起現行，只要外緣一牽動，它馬上就生起現行。它為什麼能夠這麼快速呢？就是因為它不是一種靜止的狀態，而是一種動態，這個就是五遍行。所以我們想要動一個念頭，就一定要有五遍行，才能夠完成這個心念。

第二類，叫做五別境。就是種子生現行的時候，它緣各種不同的外境所生起的心理活動，我們稱為五別境。各別緣不同的境，所以叫做別境，有五種別境。

第三類，是善十一，善法一共有十一種。只要起心動念，我動了一個念頭，我就可以知道我這個念頭是善、還是惡，這一念是善心起、還是惡心起，所以這一念心，我們就可以分析它是屬於善法、還是跟煩惱相應的煩惱法。只要起心動念，就出善、惡這兩種狀況，如果生起的是善念，就和現在講的十一種善法相應。

如果生起的是惡念的話，它就跟第四類的六個根本煩惱、還有第五類的二十個隨煩惱相應。如果我生起的這一念是惡的、不好的心念，那你到底是跟根本煩惱、還是隨煩惱哪一個相應，是可以分析得出來，我這一念是貪、還是隨煩惱—嫉妒、還是我生起了一念害心，都是可以分析的。

最後一個是不定四，有四個是不定法。為什麼稱為「不定」呢？就是它有時候善、有時候惡，不一定，所

以這四種法不一定是善、還是惡，有時候善、有時候惡。像睡眠，它就是不定四裡面的一個，你說睡眠是好呢？還是不好呢？可以說它好，也可以不好，對不對？該睡的時候睡，長養我們的四大，可以更有力氣來精進修行，這個睡眠是好的；可是沒事情就去躺一下，坐在那邊也可以打呼睡著，這個睡眠是不好的，因為他隨時都落入大昏沉的狀態。睡眠就是大昏沉，醒過來是小昏沉，所以白天是小昏沉，晚上是大昏沉，只要你第六意識不清晰，那就是一種昏昧的狀態，只是晚上昏沉的程度更重、更深，那個就叫做睡眠，清醒一點，那個叫做小昏沉。所以像這種不一定是善、或者是惡的，我們就把它歸類在「不定法四」裡面。

這樣就是把五十一個心所，分成這六類的理由介紹完了。

五遍行

我們首先看，什麼是五遍行呢？就是作意、觸、受、想、思。一念完成，必須要有這五個，這五個沒有全部具足的話，這個起心動念就沒有辦法完成。所以我們任何一個念頭裡面，就有這個五遍行——作意、觸、受、想、思，這一念就完成了。

我們首先說明，它為什麼叫做遍行。這個「遍」，就是周遍的意思，就說明它沒有什麼地方不能夠到達的；「行」，就是心行，就說明眾生心之所行的狀態。所以「遍行」的意思，就是說明眾生的心行，能夠周遍到達每一個地方，就是眾生的這一念心，沒有什麼地方不能夠到達的。所以不要小看我們這一念的力量，這個念力非常可怕的，它可以通天通地，穿越時間、空間，可以穿越過去、現在、未來，十法界也是一念心就可以到達，這就是周遍。

接著我們就想知道，它到底是周遍到達了哪些地方呢？

第一個，它能夠周遍善、惡、無記三性。就是我們心念可以是善、也可以是惡、也可以是無記。

譬如說：我們現在聽百法，聽得很有信心，這個「信」就屬於善，十一個善法，第一個就是講「信」，所以這一念就是善；如果我聽得不清不楚、不明不白，不知道在講什麼，我對百法沒有信心，我覺得好難喔！昨天講「無我」，那個怎麼證啊？也懷疑自己沒有能力可以證到「一切法無我」，也沒辦法恢復真心，這個就屬於不善，就是「不信」，懷疑不信，這一念就是不善，就是惡法，就是惡念。

譬如說：我們做錯事情，能夠生起慚愧心，這個慚心跟愧心，它是屬於善的，所以這一念慚愧心是善的；可是我們做錯事情，臉不紅、氣不喘，想來想去還是別人的錯，一點慚愧心都沒有，這個就屬於不善法，就是無慚、無愧，它是屬於中隨煩惱，所以這一念就是不善。

譬如說：我們走路，走路本身的動作沒有善、還是不善，你走得糊裡糊塗，那個是無記。無記的意思，就是無所記別，沒有辦法把它歸在善、還是惡，那怎麼辦呢？這種狀況不能說它善、還是惡，我們就把它歸在無記這一類。像我們很多動作，都是在無記的狀態之下把它完成的，只要你不清楚，沒有念念分明，走路沒有念念分明，任何一個動作沒有念念分明，那個都是無記的狀態，是跟愚癡、無明相應的。

如果你走路的時候，有在觀走路的動作，觀它的生滅無常，去體會無我的道理，走路走得念念分明，這個就不是無記，它就屬於善法。念念分明，明記不忘，就是屬於五別境的「念」，這種情況之下是屬於善的。

所以現在講我們的心念，可以周徧善性、惡性、還有無記性三性。

我們這一念心，也可以周徧三界九地，整個三界六道都沒問題，你可以一念到達。三界，就是欲界、色界、無色界；九地，就是把三界再分成九地，第一個是五趣雜居地。五趣就是五道，大家雜居在一起，叫做五趣雜居地，包含了欲界的地獄道、餓鬼道、畜生道、人道、還有欲界天這五趣，這樣算一地；色界有初禪、二禪、三禪、四禪，這個是四地；再加上無色界的四空天，所以加起來是九地。五趣雜居地，色界四地，加上無色界的四地，一共是九地，這就說明了欲界、色界、無色界，這個三界當中，我們一念心也是能夠到達的。

譬如說：我這一念貪起來了，當下是哪一道？我當下就到了餓鬼道，貪心墮餓鬼；瞋恚呢？墮地獄，所以我這一念瞋，其實就離地獄不遠了；我這一念癡，就是畜生；我如果念念都是在追求色、聲、香、味、觸這個五欲之樂的話，我在哪裡啊？就是欲界眾生；如果我修定，修到輕安喜樂，這個時候到了哪一地去了？這一念心，當下輕安喜樂的定境當中，它是跟色界的初禪天相應的；如果我當下這一念的定心，已經到了捨念清淨，這一念當下是跟四禪天相應的；如果我的定境當中，是跟無量的虛空相應，我就到了無色界的空無邊處。

這樣舉例就明白了，為什麼說我們的一念心，可以穿越這個三界九地呢？這就是我們心念的力量。所以我們就知道，心念的力量是可以周徧整個三界的，不只是有漏的三界（三界就是六道，六道就是六凡法界），其實我們的心念還可以到達無漏的四聖法界。我們如果心修到無漏，當下你的心是跟無漏法相應的話，這個時候就進入了四聖法界，所以我們一念心是可以周徧到達十法

界的。

所以不要看我們這個起心動念，這一念好像閃過就過去、閃過就過去，其實它是可以通天徹地。由此可知，那個神通是哪裡來？就是這樣子來的，天眼通、他心通、宿命通、神足通、漏盡通，都是我們心念的力量。你心念當下是跟什麼相應，你就是到達那個法界去了，因此就知道這一切潛在的能力，是每個眾生都有的，只是你有沒有得定、有沒有開發這樣的能力而已。

還有，它能夠周徧到達什麼呢？就是過去、現在、未來，這個是穿越時間。剛才是可以穿越空間，十法界就是空間，我們心念也可以穿越時間。如果我現在身體雖然坐在這裡，可是我的心還在想昨天耶誕節的 party，那我就回到過去了，我雖然身體坐在這裡，可是我的心念在想昨天的事情，那我是不是就可以回到過去，對不對？現在當然沒有問題，現在我們每個念頭還是起心動念，都是念念，每一個當下都是現在；可是生起，消失了，它就是過去了；我也可以計畫說還有幾天假期，這幾天假期我想做什麼，這個是計畫未來，那又可以穿越到未來。我可以想過去、想現在、也可以想未來，所以這一念心可以穿越過去、現在、未來，這就是它可以穿越時間。宿命通就是從這邊來的，只要你的心可以穿越過去，你就有宿命通了。

它還可以周徧八個識。五徧行，這個「徧行」，就是我們的心念可以周徧八個識，這個當然沒有問題。

我們剛才說過了，它也可以周徧有漏的世間，就是六凡法界，也可以周徧無漏的出世間，就是四聖法界，所以我們一念心可以到達六凡、還有四聖，這個十法界都能夠周徧到達。也是因為它能夠周徧到達無漏的出世間，這說明什麼呢？我們修了半天，才可以轉凡成聖，

才可以證阿羅漢果或辟支佛果，或者是究竟圓滿成佛，它才是可能的。因為我們心念可以周徧到達這個無漏的出世間法，所以我們的心念當下只要證到出世間法，這個無漏法的話，就進入四聖法界，就能夠證果、或者是開悟，這就是我們心念的力量。

所以，我們修行是修什麼？就是修心。我們現在知道心能夠周徧到達這麼多的範圍，如果我們的心可以修到自在作主的話，它的力量就不可思議了，佛菩薩的神通變化，也都是這一念心來的。如果你這一念心是跟有漏法相應的，你就是在六道輪迴當中，就是六凡法界；如果這一念跟無漏法相應，就是我們剛才講的證果。所以，輪迴靠這一念，修行靠這一念，證果也是靠這一念。

以上就是「徧行」的意思。

這一念心，包含了哪些內容呢？就是作意、觸、受、想、思。五徧行，就是作意、觸、受、想、思，我們這一念心完成了；這一念完成，就可以周徧，沒有什麼地方不能夠到達的。

作意

什麼是作意呢？作意是種子還在種子位，就是含藏在第八識的種子，它隨時處在警戒的狀態，一有風吹草動，它馬上心就趣向外境。

所以為什麼一有聲音，我馬上就聽到，眼睛一睜開，馬上就可以看到，像逛街的時候，東看西看，這個就是作意在先。你先有作意，你的心保持警覺的狀態，所以你看什麼，馬上你的心就往那邊飛過去，這個先要有作意。如果你沒有作意的話，你就算是在看，可是你的心不會去趣向那個外境，你的眼睛雖然是睜開，但是你的心不會跟著你的眼根，起眼識的作用，然後去看到什麼東西。就是好像放空的狀態，看不到、也聽不到、也

聞不到、嚐不到、感觸不到。

所以我們想要起心動念，第一個一定要有作意，而且這個作意，它在種子位的時候，它含藏在第八識，它是一種跳躍式的。一有風吹草動的意思就是說，一有外境，色聲香味觸，外在的塵境一來的話，我們的心馬上可以知道你看到什麼、聽到什麼、聞到什麼味道，為什麼這麼快速？第一個就是因為有作意，所以種子可以馬上生起現行，你就知道你看到什麼、聽到什麼。

沒有外在境界現前的時候，它是處在一種跳動的狀態，這個是在種子位，就是它還在本位。可是一有境界現前的時候，那個心馬上就趣向外境，跟那個外境接觸，那就是第二個——「觸」，就是你的心趣向外境，跟外境接觸。接觸以後，就會生起受、想、思，然後完成這個念頭。

所以，什麼是作意呢？就是起心動念的開始，所以要動一個念，就是從作意開始。譬如說：我們是念佛的，那你在念佛之前，先要作意一個佛號，我現在要用功了，我是修什麼法門的，你的心要開始作意。如果是數息的，要先作意一個數字，如果你是從一數到十，那個數字是怎麼出來的？就是你作意在先；我是修本尊觀的，那我要先作意一個本尊的形象，我等一下腿一盤，那個本尊的形象才可以被我觀想出來，所以一定要先作意。

我們剛才說徧行是能夠周徧八個識，前五識的生起需要作意為緣，第六識的分別了知也需要作意為緣，第七識的恆審思量也需要作意為緣，第八識能藏、所藏、執藏，第八識的功能，也需要作意為緣。

所以我們看表格，八識生起諸緣表，它有一個偈頌，就是「眼識九緣生，耳識惟從八，鼻舌身三七，後三五三四」，把它背起來。

〔八識生起諸緣表〕

八 識	生				緣				
	空	明	根	境	作意	第六	第七	第八	種子
眼識九	空	明	根	境	作意	第六	第七	第八	種子
耳識八	空		根	境	作意	第六	第七	第八	種子
鼻識七			根	境	作意	第六	第七	第八	種子
舌識七			根	境	作意	第六	第七	第八	種子
身識七			根	境	作意	第六	第七	第八	種子
意識五			根	境	作意			第八	種子
末那識三					作意			第八	種子
阿賴耶識四			根	境	作意				種子

眼識九緣生，耳識惟從八，鼻舌身三七，後三五三四。眼識要生起作用，需要有九個因緣；生起耳識的功能，就是說你知道聽到什麼，必須要有八個因緣；鼻識、舌識、身識這三個，要有七個緣；後三，就是第六意識、末那識、阿賴耶識這後面三個，各別是五、三、四，就是第六意識要產生作用必須要有五緣，末那識需要三緣，阿賴耶識需要四緣。

眼識要生起作用，第一個要有空間，你靠近眼睛很近、很近，你就看不到，所以它必須要有距離，你才可以看得到東西，所以它第一個緣，就是空緣，這個就是要有距離，它才能夠生起眼識的作用；第二個要有明，明緣就是光明，就是光線，你在黑暗當中看不到東西，它必須要有光線，才可以生起眼識的作用；第三個緣是根，就是要有眼根，你眼根壞了，也看不見；第四個緣，就是境，就是色塵，眼根面對色塵，這個境就表示色塵；還要有作意，所以我們剛才說五遍行第一個是作意，遍行，周徧八個識，這八個識要生起，每個都有作意，所以八識要生起作用的話，如果沒有作意為先，你的眼睛就看不到、耳朵聽不到，所以作意是必要條件；接下來是第六意識，我們昨天說前五識只是照境，第六識是分別，你才知道看到了什麼，所以第六意識就是分別了知。因此你眼識要發生作用，除了剛才講的要有空間、還要

有光線、有眼根、還要有你看的對象，就是色塵、還要有作意、還要第六意識的分別，你才知道看到了什麼；還要第七識、還要第八識、還有種子，全部加在一起。

耳識要生起作用，少了一個光線，耳朵聽聲音，不用光線，所以它沒有明緣，其他都一樣。

鼻識，空緣跟明緣都不用，就是鼻子想要聞到氣味的話，不需要空間、也不需要光線。那個香味飄過來，一定要進入你的鼻根，接觸到你的鼻根，所以它就沒有距離，其他的都一樣。

舌識也是，你東西一定要放到舌根裡面，一定要放進嘴巴，你還沒有放到嘴巴，你不可能知道它是什麼味道。所以你想要知道它是什麼滋味，酸的、苦的、鹹的、辣的，你也是一定要接觸到這個舌根才會知道，所以它不需要空間、也不需要光線，其他都一樣。

身識的話，也是一樣，你一定要碰觸到身體，你才能夠感覺是冷、熱、舒服、不舒服的感受，身體的感受才能夠生起，所以身識也不需要空間、也不需要光線。

意識，需要五緣。第六意識的分別了知，不需要空間、也不需要光明，這個根、境，就是我們昨天講的，它是依什麼根？第七識的意根，所以叫做意識；境，就是法塵，第六意識相對的境界叫做法塵；作意，一定有作意；第六意識沒有，它本身是第六意識，所以是自體，第六就不用了；它不需要第七識，為什麼？它依的是意根，所以不需要再一個第七識；第八、種子都一樣。

末那識最少，所以我們才會說第七識恆審思量的作用，是內執有一個我，就是第八識的我愛執藏，認為有一個真實的「我」的自體存在。要生起第七末那識的緣最少，只有三個，它跟外境都沒有關係。你看它沒有根、沒有境，只有內在執有一個我，所以它跟外在的六根、

六塵統統都沒有關係，所以它不需要空間、也不需要光線，也沒有根、境，它只有作意、第八識、還有種子。

最後一個阿賴耶識，第八識的生起，只要四緣。根、境，這邊的根、境，就是五根跟六塵，是八識所變現的相分；它需要作意、還有種子；第八識是它的自體，所以也不需要。阿賴耶識，我們知道它是能藏、所藏、執藏，所以它不需要第七識，也不需要第六識，阿賴耶識它本身是沒有分別的，所以不需要第六識。

第七末那識也沒有第六識，因為末那識也不需要第六意識的分別了知，它就是內執有一個「我」這樣而已，所以第七跟第八識，都不需要第六識作為它生起的緣。

這個表，我們就知道，作意是八個識都需要的，所以我們每一個念頭的生起，都沒有離開這個五遍行。

什麼是作意？現在我們就了解了，它有兩種情況：

一種是它還在種子位的時候，隨時保持高度的警覺狀態，一有境界來的時候，種子可以馬上生起現行。它為什麼能夠這麼快速？就是因為那個種子沒有睡著，它隨時保持高度的警覺狀態，一有境界，馬上種子可以生現行，心能夠馬上趣向外境。這是在講它的本體的時候，還沒有生起現行的時候，它是一種 **standby** 的狀態，就是隨時待命而發。

另外一種，就是當有六塵境界現前的時候，我們的心可以馬上趣向六塵境界，譬如說一有聲音，就可以立刻聽到，一有味道，馬上就可以聞到，為什麼這麼快？就是作意它的功能。

觸

一旦心趣向外境，就和外境接觸，這就是第二個遍行，稱為「觸」。觸，就是接觸。我們的心趣向外境，跟六塵境界接觸，這個當下就是第二個遍行——觸。

眼識要生起作用，要知道看到什麼，眼根一定要觸向色塵，跟那個色塵相觸，心一定要跟色塵相觸。我們要聽到音聲，我們的心一定要趣向外境，跟這個聲塵相觸。色、聲、香、味、觸都一樣。

所以，觸就是六根緣六塵境界，我們的心、還有心所去觸境的時候的一個狀態。當我們的心去接觸六塵境界的時候，如果當下不生分別，看就是看、聽就是聽，不生分別的話，後面的受、想、思就沒有了，因為你不分別，保持現量。這個就是用功的法門，當下不去分別它，就不會起心動念，不會起心動念就不會造業，一起心動念，不是善念、就是惡念，善念跟善法相應，惡念跟惡法相應。那你說善是好嗎？如果是有漏善也不怎麼好，就是人天果報，還沒有跳出三界輪迴當中。

所以一直保持在定境的修行人，有一種狀態，就是他沒有念頭，現在就知道他為什麼可以沒有念頭，他雖然有作意，他的心都是在警覺狀態，他變成觀照，心隨時保持清明、觀照，那個是作意，一種清明的狀態，接下來就沒有了。

他可能是眼睛閉著在打坐，他的眼根沒有跟色塵接觸，所以他沒有「觸」，他如果都攝六根，把他的六根收攝回來，不看、不聽，六根不面對六塵境界的話，他這個時候只有作意，如果又是如理作意，他的心就可以一直保持在定境當中，沒有念頭。因為我們說你要起心動念，必須要有作意、觸、受、想、思才能完成一個念頭。你只有作意的話，就沒有念頭，你坐在那邊沒有念頭，那是一種入定的狀態，一種定境的狀態。

可是如果我們沒有入定，一般來說，它一定是有作意的，就是你的種子一直在那邊蓄勢待發，一有六塵境界現前的時候，你的心馬上就去跟六塵境界 **touch**，就是

觸了，接觸之後，你一分別就有後面的受，然後就是想、思，才能夠完成這一念。所以你六根接觸六塵境界，如果不分別的話，也沒有後面的受、想、思，如果有的話，才會完成這一念。

分別外境，就會生起種種的感受。

你怎麼樣來認識外境呢？就要給它種種的名稱跟言說，就是我看到了什麼、我聽到了什麼，你試圖把它描繪出來，那個就是名稱跟言說。就是你要藉著你的語言或者是文字，把它描述出來說你看到了什麼、你聽到了什麼，這個是「想」心所的作用。

去認識外境之後，給它種種的名稱跟言說，你的心才決定要怎麼做，這就是「思」心所的作用，這一念才能夠完成。

受

所以，什麼是「受」心所呢？就是當我們的心所接觸外境的時候，心如果不取境的話，就不會產生任何的感受，但是一旦取境的話，就等於是領納了六塵境界，然後產生三種境相，生起三受，引發三愛。

這什麼意思呢？就是說你的心接觸六塵境界的時候，如果不生分別的話，就沒有後面的受、想、思。可是你一旦取境，就是你的心去接觸六塵外境之後，你去分別它，就等於說你領納了，領納就是你接受了這六塵境界。你一旦接受的話，就分成三種境相，就是所謂的順境、逆境、或者不順不逆境這三種情況。就是說你的第六意識一分別了之後，這個境界就是你喜歡的、還是不喜歡的。喜歡的就是順的，不喜歡的話就是逆的，沒有特別喜不喜歡，那個就是不順不逆。

所以分別了之後，就是你的心去取這個境界之後，就有三種境相產生。

對於所謂的順境，就是我們喜歡接受的境界現前的話，我們就會生起樂受，樂受就會產生「不離愛」。我們喜歡的境界，我們的心就耽著在那個上面，希望跟那個境界合，不要分離，這個叫做不離愛。

可是對那個逆境，我們不喜歡那個境界，它如果現前的話，我們逃都來不及，因為它會讓我們生起苦受，所以這個時候就會產生「乖離愛」。乖離愛，就是要趕快逃離現場的那種心念會生起來。譬如你看到那個最討厭的人，遠遠從對面走過來的時候，你這個時候就很快轉彎，就是這一念，這一念就是逆境現前了。

對於那個不順不逆的，就是捨受，不苦不樂受，沒有特別苦、或者樂受，它是屬於一種捨受相應，這個時候就沒有想要跟它合、或者是離的欲求，稱為「平等愛」。

所以一旦我們的心觸向外境，取境之後，就會有三境，三境就產生三受，三受產生三愛，這個就是受心所，它是這樣的一個過程。

想

什麼是「想」心所呢？當我們的心取境之後，就是你分別之後，為了要認識這個境界是什麼樣的狀況，所以我們會給它種種的名稱跟言說，這個就是想心所。也就是我們的心取了六塵境界的相，為了要認識這些境相，我們就會給它種種的名稱還有言說，這樣我們才知道看到了什麼、聽到了什麼。

你可以用種種的名稱跟言說來說我今天看到了某某人、我遇到了什麼樣的事情，你都可以去把它描述出來，這個就是想心所的作用，就是認識外境。

思

什麼是「思」心所呢？就是從剛剛開始心趣向外境——作意；接觸外境——觸；領納外境——受；認識外

境——想；之後，你就有所決定了，你就決定要怎麼樣做，這個狀態，我們就稱為「思」。思，就是令心造作。我心決定要怎麼做了，經過了剛才這樣一個過程，我這一念已經完成了，我決定要怎麼樣，這一念的意業已經完成，然後我決定怎麼說、怎麼做，這就是思心所。

所以到這裡，這一念就完成了，是善、還是惡就已經決定了。因此我們才會說思心所是善惡的分歧處，你這一念是要善、還是惡，作意、觸、受、想、思，到思這邊就完成了這個善念、或者是惡念。所以你要造善、造惡，這一念生起的時候，就已經決定這一念是好的、還是不好的。我的心是這樣決定，然後發諸身口，所以身、語、意三業的原動力，也是思。所以思心所不但是善惡的分歧處，也是身、語、意三業的原動力，它都是從「思」決定了。

思，就是令心造作。我們的心已經決定要怎麼做了，你的意業先決定，然後再付諸身口，去造作身業跟口業，所以它有不同的名稱。在我們內心審查考慮，該做不該做的時候，我們叫做「**審慮思**」。

在審查考慮之後，決定是要造善、還是要造惡的時候，我們叫做「**決斷思**」，就是你心裡面已經有決斷了，一旦決定，這就是意業已經完成了，這就已經造下意業，因為你心已經決定怎麼做。

然後心意決定之後，就會發動身、語去造業，這個時候叫做「**發動思**」，是屬於身業、還有口業。

所以我們才會說，思心所是發動三業的原動力。

以上就是五遍行。

五遍行，再歸納整理一下。五遍行，它可以周徧到達一切的地方，沒有什麼地方不能夠到達的，叫做徧行。它一共有五種：

作意，就是讓我們的心能夠趣向外境。

觸，就是跟外境接觸了，心趣向外境，跟境接觸。

接觸之後，我們就領納三種境，順、逆、不順不逆這三境，然後生起三受，引發三愛，這是受。

取境之後，為了要認識外境，就給它種種的名稱跟言說，這個是想心所。你才知道你看到了什麼、聽到了什麼、聞到了什麼味道，這個都是想心所的作用。

最後決定要怎麼做了，這個就是思心所。所以是造善、還是造惡，它的分水嶺就是在這一念完成。

很簡單的，五徧行就是一念心要生起，一念心的造作，從意業到發動身、口，就是要具足這個五徧行。

五別境

心所有法的第二類，就是五種別境。

哪五種別境呢？就是欲、勝解、念、定、慧。

為什麼叫別境？因為它所緣的境，各別不同，所以叫做別境。別，就是各別，各別它所緣的境界，各別不同，所以叫做別境，各別各別不同。

我們剛才說，五徧行是已經完成一個心念，接下來就是要去執行了，要怎麼做了。

欲

如果這個心念是很希望去達到的，這個我們就叫做「欲」。欲，就是對所樂境生起希望的心，我們喜歡的那個境界，希望去生起這個欲求的心，希望去達到這樣的目標，你希望能夠獲得什麼、或者修行希望證到什麼樣的境界，這個都是一種欲。

欲，就是對於我們很歡喜的境界，希望能夠達到，為了達到這樣的目標，我們會非常精進地努力，希望能夠達到這樣的目標，這個就是欲心所它所推動的那股力量。

所以，修行的精進力是靠什麼？就是靠善法欲。眾生忙忙碌碌也是靠這個欲，這個不叫善法欲，追求五欲境界的，追求一切世間圓滿的這個欲求，希望能夠達到的，他很努力的去希望達到這樣的目標，這個就是欲心所，它是一股推動的力量。社會為什麼能夠進步得非常快？人類進步非常快速，就是這一念的欲，欲望所推動的。它是讓世間的人有很強烈的企圖心，一定要達成他生命的目標、生活的目標、還是他人生的目標，他有一個目標，希望很努力的去達到，這個推動的力量，就是他的欲求心，對於他很歡喜去做到的事情，他會很努力的想要達成目標，這個就是欲。

修行也是同樣的，只是我們給它一個名稱，叫做「善法欲」。雖然證到最後，就是無智亦無得，其實是本來就有的，我們本自具足，本來就有的，可是修了半天，我們本來有的才能夠顯現，所以還是要經過一番的努力，精進地修行。這股推動、讓我們精進修行的力量，希望能夠證果、還是開悟成佛，這股力量叫做善法欲，它也是屬於欲。在修行的過程中，這個精進的原動力是必要的，要不然就會放逸、懈怠、失念、不正知、散亂、昏沉、掉舉。

所以這個欲，也是有分成好的、還是不好的。如果我們想說人生苦短，要好好地享受一番，所以每天追求的就是色、聲、香、味、觸這個五欲之樂的話，念念都在增長我們自己的貪，這個欲，我們就說它是不好的，因為會生煩惱、造業。如果我們每天忙著斷惡修善，時時地勤修止觀，希望能夠解脫、能夠發菩提心、能夠證佛的果位等等的，這些就是好的。如果每天癡癡呆呆的過日子，吃飽了睡、睡飽了吃，忙著吃飯、睡覺這些閒雜等事的話，這時候的欲，就是和無記相應。所以我們

就知道，欲可以通善、惡、無記三性。所以現在講的五別境，它都是通善、惡、無記三性的，就是也可以是好的，也可以是不好的，也可以是不好不壞、無記的。

勝解

如果所完成的這個心念，是絕對不會改變的，這個時候我們叫做「勝解」。對於那個決定的境界，我們絕對的認可它，「就是這個事情！就是這個樣子！」絕對不會輕易的轉變，這個時候就叫做勝解。

勝解也有好的、也有不好的、也有無記的。就是說你緊緊抓牢的那個念頭，不會輕易改變的是好的、還是不好的，是好的堅持、還是不應該堅持的。

對於那個邪知邪見，如果有堅固的勝解，你不管怎麼跟他說，他就是不會改變，這個時候的勝解就是不好的。很多佛法以外的邪見，可是他也信得不得了，你怎麼勸、怎麼拉也都拉不過來，因為他已經有勝解產生了，懂嗎？所以他也不是你隨便兩三句話就可以改變他的心意的。這對我們佛法來講，因為他所修的、或者他走的那個道路並不能夠消業障、證果，也不能夠得正定正慧，而是邪知邪見，所以我們才會說他所堅持的勝解，不能夠讓他達到最後解脫、或者成就佛的果位，甚至連消業障都沒辦法，所以我們才會說這樣的勝解是不好的。

如果我們對我們的上師、善知識，有堅固的勝解，不管別人怎麼毀謗，都不會動搖我們的信心，這個就是好的勝解。或者是我們對三寶的信心已經產生信解，或者是我們聞思修佛法，已經產生了對佛法三寶的信心，任何情況之下都不會輕易地改變，這個就是好的勝解，因為它能夠幫助我們達到最後解脫、甚至成佛的目標。

如果是不明就裡的持守一些觀念，這個就是跟無記相應的。他也不知道什麼道理，人家說不可以這樣，他

就一輩子堅守這個原則，可是問他為什麼，他也不知道，這個就是跟無記相應的勝解。

所以我們知道，勝解也是通善、惡、無記三性的。

念

如果這一念，是對於過去的事，保持很清楚的記憶，這個就叫做「念」。所以「念」就是對於過去曾經串習的事，能夠明白記憶，不會忘失。

定

如果我們的心心念念，都一直在這件事情上面，不斷地憶念保持，久了之後，就能夠產生定力。所以定力是從念力來的，是從念來的。你心心念念都在上面，時間久了，你的心就不散亂，不散亂就得定了，所以定是從念來的。

慧

得定之後，定久了以後，你的心清淨了，所以智慧就開發出來了，所以念、定、慧有很密切的關係。

所謂的「慧」，就是對於我們所觀察的對象，能夠很清楚地分辨、選擇，經過了清楚地分辨、選擇之後，就會斷然作出決定，心中沒有絲毫的疑惑，這個就稱為「慧」。

就是說你有分辨的智慧、有抉擇的智慧，這個慧，就表示說對於你所緣的境界，你能夠分辨該做、不該做，是好、還是壞。所以有智慧的人，他有很強烈的決斷力，一件事情來了，馬上就可以決定這個事情是不能夠做的，或者是不對的，或者是那樣才是對的。像常常有人來問我們事情應該要怎麼樣處理，還是那件事情該不該做？我們就是不太能夠決定，那就表示說我們沒有由那個正念培養正定，然後產生正慧，沒有真正的智慧來分辨是非、善惡、黑白、對錯，所以當境界來的時候，我

們就會模稜兩可、猶豫不決，不知道該怎麼辦，思前想後，生了很多煩惱，最後還是不知道怎麼辦。這個就是對於所緣境，你沒有那個抉擇的力量，就是沒有慧力。所謂的慧，就是對於所觀察的對象，你能夠很清楚地去分辨，然後做下最後的抉擇，這個是有慧力。

所以我們就知道，念、定、慧這三個心所有密切的關係，念久了，就有定，定久了，就有慧。

這三個也是通善、惡、無記三性的，就看你念念是在念什麼，它有很大的差別。如果你念念都是在念色、聲、香、味、觸五欲之樂，就是每天都想要看好看的、聽好聽的、吃好吃的，心心念念都在這上面串習的話，就會不斷增長貪、瞋、癡、慢等等的煩惱。時間久了，我們成就的就是邪念、邪定、邪慧，邪慧就是邪分別，就是邪知邪見。

如果我們念念都在修四念處，思惟四諦、十二因緣，明白諸法實相在講些什麼，如果都在佛法上面串習的話，我們就能夠成就正念、正定、正慧，就有聞、思、修三慧，就有正知正見。這個正知正見就能夠帶領我們達到最後解脫、開悟成佛的目標，所以念、定、慧非常重要。

這個正念從哪裡來呢？從勝解來。你對佛法已經聽聞、思惟到達勝解的地步，任何情況之下都不會動搖了，你的心心念念都會在這個上面，這個就是正念力。你的心平常就是跟佛法相應，在這個正念當中，佛法經常在你的心中轉，行住坐臥都沒有離開你的心念，經常轉、經常轉，就是明記不忘，就是正念，心心念念都憶念保持佛法的這些內容。憶念保持久了，定力就產生了，為什麼？因為你心心念念都沒有失念，你都在正念當中，久了你的心不散亂，就成就定力了。所以經常的心中思

惟佛法，能夠很快的成就正念。

可是你憑什麼能夠死心塌地的讓佛法一直在你心中去思惟？去觀察呢？那就要靠勝解。就是你對佛法的信心，這個勝解是不是已經產生了？是的話，你才會覺得我應該要這樣子來修行，我應該來修行一個法門，讓我的心念念都在這個法門上，不管你修什麼法門，因為你的心念一直憶念保持這個法門不忘失，所以你就成就正念力；不忘失久了，心不散亂，就成就正定；有了正定，心清淨了，就開發正慧。所以正念、正定、正慧是這麼來的，不管你修習什麼法門，都是這樣子。開發智慧怎麼開發的？從勝解開始，你對聞、思、修佛法的內容，是不是已經產生勝解的地步？是的話，你才會經常在心中去憶念保持這些佛法的內容、或者是你所修行這個法門的內容，久了就能夠得定、開發智慧。

以上所介紹的，就是五別境。

五別境再作個總結：就是對所緣境，各別不同，所以叫做別境。對於所樂境，生起希求的心，叫做欲；對於決定境，絕對認可，不會輕易的改變，叫做勝解；對於曾習境（曾經串習的境），明記不忘，叫做念；對於所緣境，專注不散亂，叫做定；對於所觀境（所觀察的境界），能夠清楚分辨抉擇，叫做慧。這個就是所謂的五別境。

我們今天就到這裡。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論 第三講 善法

（信、精進、慚、愧、無貪、無瞋、無癡）

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們今天繼續「心所有法」的第三類，就是十一種善法。

哪十一種善法呢？就是信、精進、慚、愧、無貪、無瞋、無癡、輕安、不放逸、行捨、不害。

為什麼稱為善法呢？因為這十一種，它對這一世有幫助，下一世有幫助，生生世世都有幫助，只有好處，沒有壞處，絕對的好處，絕對的利益我們，所以稱為善法。而且它是純善的，沒有任何的惡夾雜在裡面，因此稱為善法。

信

第一個，「信」。什麼是信呢？信，就是相信。相信什麼呢？

一、信宇宙真理（信實有）

第一種信，是對宇宙的真理相信。什麼是宇宙的真理呢？「一切法無我」是宇宙的真理。一切諸法的真實相貌，就是無我，這就是宇宙的真理。我們要徹底相信有為法、無為法都是無我的，一切法是無我的。信不信呢？就問自己到底有沒有真的相信呢？相信的話會做什麼事？不相信又會做什麼事？

如果相信一切有為法是生滅、無常、無我的，它只是八識的變現的話，你就不會迷惑顛倒，貪著在一切現象界的身心世界當中。我們現在活在這個世間上，你還會不會貪戀這世間的一切呢？還是你是如實觀察，每天雖然是這樣子過生活，在現象界這個生滅、無常變化當

中過生活，可是你的心裡面很明白它是假的、它是無我的，你是不是真的這樣相信？如果是的話，你就不再會迷惑顛倒，生起任何的貪著了，這個表示你真的相信。如果你做不到的話，你說你相信，恐怕也不是百分之百相信，因為相信就做得得到。如果你還會貪，不管你貪什麼，你還會迷惑顛倒、愚癡無明，你這個相信就是有問題，懂嗎？因為你做不到，你還是把一切法當作是真實存在的，然後這樣的貪、執著，這就表示你對宇宙的真理並不是完全的相信。

「佛經是這麼說啦！每一位法師開示也是這麼說啦！我也相信啦！可是我就是做不到！」有這種事嗎？你們說有這種事嗎？「我相信啦！可是我面對境界來的時候，我還是認為我這套比較實在，因為我一直都在用，我輪迴不管多久，我都是這樣子用的。」就是把一切有為法當作是真實存在的，不然你怎麼會生煩惱呢？對不對？如果你知道它是無常、生滅，是無我的，你就應該不會生煩惱呀，可是我們每天煩惱的事情太多了，對不對？只要你還會生煩惱，就表示你的信心沒有百分之百，對不對？因為你還是相信你原來那一套嘛，分別執著的那一套，很貪著的那一套，所以這個放不下、那個也看不破、這個也捨不得割捨。

所以現在講到這個「信」，它還真的很難，因為你百分之百相信，你就開悟了，你就見到你的真心了。你沒有開悟，沒有明心見性，就表示你的信心沒有百分之百的純淨，有染污。那個雜染，就是你的貪著，你的迷惑顛倒，就是你的雜染。如果你相信一切有為法是生滅、無常、無我的，你就不再迷惑顛倒、貪著在一切現象界上面，不管是哪件事，只要有為法，我們當下就看到它是生滅、無常、無我的。

所以不是我可以決定要幹什麼的，是因緣在決定，或者它就是我的業力顯現，善業成熟就順一點，惡業成熟就不順一點，就是這樣而已，也不是我可以作主的。業力也不知道什麼時候現前，對不對？所以能夠隨緣過日子，還不是這麼容易做得得到，如果你沒有真正相信一切有為法是生滅、無常、無我的話，還真的很難隨緣。你是隨自己要的那個緣，如果不是的話，就很難隨順。這個就說明我們的信心並沒有很純淨，這個是以有為法來說。

無為法也一樣，我們現在一旦學佛修行，我們整天滿腦子想的，修定的時候，就想得定，從欲界定、未到地定、初禪、二禪、三禪、四禪，還有無色界四空定，或者是大乘的種種三昧，就想入那個三昧，所以修定就想得定，修什麼法門，就執著那個法門。可是一切的法都是告訴我們證到無我，所以如果我們還會執著有道可修、有涅槃可證、有佛可成的話，我們就是不明白無為法也是無我的。

你說我能夠明白一切有為法是生滅無常的，但是無為法就是不生不滅的，那就是我要修證的目標。可是，你告訴我它也是無我的，它也不是真實存在的，那我修了半天，是為了什麼？我不就是要證到那個無為嗎？可是如果我們能夠相信無為法也是無我的話，我們在修證的過程當中，就不會執著有道可修、有涅槃可證、有佛可成，一切的修證，只不過是恢復本有清淨的自性而已。菩提自性本自清淨，不是修出來的清淨，本來清淨。一切眾生本來成佛，所以那個佛也不是修出來的，是你本來就是。我們的自性也本自涅槃，那個涅槃也不是修來的。所以只要我們還認為有修、有得、有證，這個都是對無為法的執著，不明白它也是無我的。一切的法門，

只是契入無為法的一種方法，目的只是恢復我們本來清淨的真心而已，所以它不是修出來的，它是無修、無證、無得，它本來就有。

本來沒有的，現在有了，叫做得；本來有的，你就不能叫做得。我們說有所得，就是本來沒有，我現在有了，就是有所得。可是你本來就有的東西，你自家本來就有那個寶藏，所以你就不能說那個是有所得，或者是我修出來的，因為它本來一直都在，只是我們迷惑顛倒，沒有看見。真心每天都在，我們的菩提自性，每天都跟著我們在過生活，可是就是因為我們不明白一切法無我的道理，所以還是迷惑顛倒的過日子，可是也沒有因為迷惑顛倒就染污了我們的真心，因為它一直都是清淨的。

所以如果修什麼法，就著在那個法上面，那就是一種執著，另外一種執著，就是不明白宇宙的真理，如果我們相信、也明白「一切法無我」的道理的話，不管你是在有為法的當下，或者是想要體證無為法，這個過程你都不會起任何的執著，這個就是真正的相信，而且做到。在我們沒有修證之前，至少你要相信，相信是第一步，然後你才可能生起好樂修行的心。如果你聽聞了佛法，你都不相信那是可以到達的境界，或者是不相信自己能夠到達那個境界的話，不管你修多久，都不可能有任何的結果，為什麼？問題就是出在這個信心上面。

這是第一種信，就是對宇宙真理的相信，就是一切法無我。相信，而且我也相信我能夠證得，我不但相信這個真理，我也相信我能夠證到一切法無我。

二、信三寶(信有德)

第二種信，就是對三寶來說的。就是相信三寶有法身、般若、解脫等等真實清淨的功德。有了這樣的信心，才會生起喜樂，好樂修學三寶。相信，然後你才會好樂

來修證這樣的功德，希望自己也能夠成就。佛的功德，不管是法身、般若、還是解脫，究竟圓滿成佛的境界，就能夠成就這樣真實清淨的功德。我如果相信三寶的功德，我就很好樂來修學，然後證得像佛一樣真實清淨的功德。這是第二種相信的內容。

這三種功德，是怎麼樣證得的呢？我們就看那個表。

一心三觀	—	修空觀	——	破見思惑，證一切智，成就般若德。
	—	修假觀	——	破塵沙惑，證道種智，成就解脫德。
	—	修中觀	——	破無明惑，證一切種智，成就法身德。

修我空觀，就能夠破見思二惑，破見思二惑，就證得阿羅漢、辟支佛。所以小乘的阿羅漢、辟支佛，他是修人我觀，就是我空觀，藉著觀察五蘊身心的生滅、無常，體會人無我，然後證到人無我。這樣就能夠破除以為有我的執著，就是見惑、還有思惑(貪、瞋、癡、慢)，那就能夠成就一切智。

所以，一切智是小乘阿羅漢證的，只要你破見思，你就能夠成就這樣的智慧，這是什麼樣的智慧呢？一切智，就是明白一切法因緣所生，無自性空的智慧。這個智慧，就是藉著觀察五蘊身心的生滅、無常變化，才證得它自性是空的。因為一觀察就知道它生滅無常，生滅無常就是無我，自性就是空的，就可以證到人無我。因為「我」就是五蘊的假合而已，我觀察這個五蘊身心的變化，發覺它是無我的，自性是空的，這個一切智就產生了。

這時候就能夠成就般若德。這邊的般若，指的就是空性的智慧，斷除煩惱障的智慧，所以就稱為般若德。這是修我空觀來的，已經證到小乘的阿羅漢，可以從三界六道當中解脫。可是他自己就入涅槃了，不管我們還

在這裡輪迴。

可是，大乘菩薩就覺得不可以，我就算證到一切智，已經成就般若德，我也不罷休，因為還有無量無邊、如塵若沙的眾生還在苦海當中，所以我就要從空出假，修假觀。

雖然一切法的自性是空的，我不要像阿羅漢一樣，就入了那個頑空的境界，都不發菩提心來度眾生，所以雖然他明白這個空性的道理，但是他不會耽著在那個空的境界當中。他會在空性當中，任運生起大悲心，然後修如幻三昧——就是假觀。知道一切眾生是如幻的、輪迴是如幻的、涅槃是如幻的，所以我就不會害怕無量無邊的眾生，要度到什麼時候？眾生這麼難度，我周遭的家人才沒幾個，十個指頭還沒有扳完就算完了，可是我就覺得好難度噢！可是現在居然要發願說：「無邊眾生誓願度」，無量無邊耶！沒完沒了的眾生，不管我喜歡、不喜歡的，可惡、不可惡的，我統統都要度，我的大冤家、大仇人統統都要度，好難噢！

所以阿羅漢他為什麼不想發菩提心？就是他塵沙惑沒有破，他把一切眾生都當作是實有的，以為有如塵若沙這麼多的眾生，無量無邊的眾生。因為阿羅漢證到我空，但是他沒有證到法空，所以他還有法執。法執的意思，就是說外在的一切世界，心之外的一切法，對他來講都是實有的，所以他心之外的這些眾生都是實有的，因為他所知障還在，還有法執的關係。他執著有涅槃可證，也是他的法執。可是他不明白，他只證到我空，沒有證到法空，所以他還有塵沙惑。

所謂的塵沙惑，就是如塵若沙，這麼多無量無邊的眾生，一想到就退心了，所以他就沒有辦法發起菩提心，為什麼？他沒有修如幻三昧，沒有修假觀。菩薩修假觀，

他就不怕，你再無量無邊的 double 也 O.K.，因為都是如幻假有的，雖然像恆河沙這麼多，像灰塵這麼多，也沒有關係，因為都是假的。假的，不是沒有，有喔！這邊不是就坐了一堆嗎？全世界人口有多少，你不能說是假的，就統統都沒有了，統統全部空掉，整個世界都空了，不是。假有的意思是說，你如實的了知它是因緣所生，無自性，他是如幻假有的坐在這邊，每一個都是如幻假有的身體坐在這裡，都不是真實的我。一切法無我，我不是真實的，一切法也不是真實存在的，所以他看無量無邊的眾生，也都是如幻假有的，都是生滅無常的、都是無我的，所以就沒有什麼好害怕的。

他這樣子的話，就能夠破塵沙惑，然後成就道種智。道種智就是菩薩的智慧，是得了根本智，已經見空性了，大乘菩薩開悟見空性，然後在這個空性當中，起無量的妙用來利益眾生，所以無量的善巧方便就是道種智。它是得了根本智之後，有了空性的智慧，然後再生起無量的善巧方便，所以他不管生起什麼樣的善巧方便，說什麼樣的法，他都不會執著了，為什麼？因為他是在空性當中，起任何的妙用，就是因為他有如幻觀，他可以觀一切法如幻，一切眾生如幻，然後用如幻的善巧方便，說如幻的法，度如幻的眾生，因此他都不會起我執、或者法執，就是因為他有道種智，已經破塵沙惑，所以他很勇猛精進地發願，發大誓願，起大悲心，一定要度盡一切眾生，他憑什麼可以做得得到？就是因為他修假觀。所以菩薩為什麼可以不退心？不怖畏？就是因為他破了塵沙惑，有道種智這樣的智慧，然後成就解脫的功德。

如果進一步修中觀，中道實相，不執一切法為實有，也不會墮在空邊。眾生是執一切法為真實存在的，這個落在有邊；阿羅漢證到一個涅槃，他又執著有涅槃可證，

又墮在空邊，他就入涅槃去休息了，都不管我們，去度假了。所以中道觀，就是不落在有、也不落在空邊，非空非有，即空即有。他就能夠破無明惑，然後證得一切種智，成就法身德。

我們知道破一品無明，成就一分法身，兩品無明，兩分法身，一直到圓滿的四十一品無明都破盡了，成就圓滿的法身，這個就是佛。一切種智，就是佛的智慧。佛可以安住在空性當中，就是一切智，然後起無量的妙用，就是道種智，這兩個加在一起，就是一切種智。所以佛做任何利益眾生的事情，都沒有絲毫的染著，就是因為祂都安住在空性的般若智慧當中，起般若智慧的觀照，八個識全部轉成智慧的作用，前五識、第六識、第七識、第八識，轉成成所作智、妙觀察智、平等性智、大圓鏡智。

這個就是修一心三觀，空、假、中三觀，就能夠成就佛的般若、解脫、法身種種的功德。我們如果如實的相信這些內容，也如實的相信自己能夠證得佛清淨真實的功德，我們就會很好樂來修行，充滿了信心，然後很快就能夠證得。你只要修空、假、中三觀，三觀也能夠在一念當中，一心當中，圓滿具足三觀，空假中同時喔，不是分開。當下一念具足空假中三觀，然後具足這三種智慧，就能夠破這三惑，然後證三智，成就三德，在一念就能夠完成。這是天台止觀有講到一心三觀的觀法，分開來講是這樣，合在一起，就是一念心的當下，可以圓融具足三觀。如果你相信的話，就可以這樣證得，你很快就能夠成就一心三觀，成就佛的功德。

三、信一切善法（信有能）

第三種信，是對一切善法來說的。不論是世間的善法、還是出世間的善法，你都相信它有好的果報。

世間的善法有什麼樣的果報呢？就是能夠得一切世間的圓滿，一切的樂果，就是從世間的善法所得的；而出世間的善法，能夠成就聖道。有了這樣的信心，才會希望能夠修習一切世間、還有出世間的善法，這樣就能夠成就世間的樂果、還有出世間的聖道，這個也都是從信心來的。你相信，你才會去修善，不管世間的善、還是出世間的善，第一步還是要相信，相信就會去這樣做。

所以信它最大的作用，就是能夠讓我們的心很好樂地去修習一切的善，就是我們一定要相信，才會去做。像有些人布施，他就跟人家說：「我今天給了那個斷手斷腳的一些錢。」別人就說：「那個是詐騙集團啦！」我們那個信心馬上就沒有了，對不對？然後馬上就來問說：「像這種情況，我下次要布施？還是不要布施？」就是他對布施沒有信心。

碰到任何事都一樣，境界一現前，就知道自己的信心夠不夠了。反正常常懷疑不信、模稜兩可、猶豫不決，不知道該做、不該做，連行善他都會生煩惱的，那個就是沒有信心，懂嗎？你修行修到煩煩惱惱的，修善想要累積功德，可是煩煩惱惱的，那個都說明我們信心不具足，信心不夠，才會生煩惱。信心夠，就是要這樣啊！就是要行善，就是要累積功德，就是要成就佛的三種功德，就是要明白宇宙的真相，不是嗎？所以書上講哪些事該做、哪些不該做，你清清楚楚、明明白白，你很快就能夠下抉擇，該做的做，不該做的就不要做，不如法的就不要做，就這麼簡單！

有的人修個法門，也是一面修，一面懷疑，所以他常常換法門。親近一個師父，他也不是很有信心，所以他常常換道場、換師父、換法門，可是一法也不成就，那問題出在哪裡？還是信心的問題。你信心夠的話，

一個道場、一個師父、一個法門就成就了，因為你從頭到尾都相信，從來都沒有懷疑過，所以你很快就能夠恢復你清淨的自性心。我們的自性本來清淨，就是被你那個不信給染污了。

所以你一分的信心，你的心就一分的清淨，兩分的信心，就兩分的清淨，百分之百的信心，就百分之百的清淨，你本來那個清淨的自性，是不是就現前了？因為本來是清淨的，為什麼不清淨？就是因為你不信。你現在信心百分之百，你就百分之百清淨，那就是你清淨的自性心現前了，因為你的自性心本來就是清淨的，懂嗎？所以開悟其實也沒有那麼難嘛，就是信心不夠！真的沒有那麼難，壞就壞在這個信心，它染污我們的心，我們修行只要一懷疑就完了，心整個就被染污了。你換再多的法門，法門無量，全部換完了，你還是不成就，因為你的心不清淨，沒有辦法恢復你清淨的自性，所以你沒有辦法開悟，再怎麼殊勝無上法都一樣。

所以我們就知道信心的重要，有關於我們開悟快不快速，就是看信心了。信心夠就很快，很快就明心見性，因為你信，清淨心就現前，就開悟了，對不對？所以信心它最大的作用在這裡。那個能讓我們生起好樂行善的心，還不是它最大的作用，它最大的作用，就是能夠讓我們恢復本來清淨的自性，這才是它最大的作用，最大的功能。

相信現在對「信心」已經很了解了。

精進

第二個，什麼叫「精進」呢？精進，就是很努力地修善，很努力地斷惡，這個就叫做精進。

既然很努力地在斷惡修善，那一切的惡很快就斷完了，一切的善很快就成就了，所以很快就能夠成就，一

切世間、或出世間的善法，很快就能夠圓滿。所以你想要成就、圓滿一切世間、出世間的善法，就是靠精進。

「精進」，到底是什麼意思呢？

「精」，就是精純，沒有任何的夾雜。沒有夾雜任何的惡法在裡面，才叫精，就是精純，百分之百的純，沒有任何的染污、染法，這個才叫做精。

「進」，就是增進，不斷不斷地進步。什麼東西不斷不斷地進步呢？就是善法不斷不斷地進步。善法為什麼可以不斷不斷地進步？是因為沒有夾雜任何的惡法在裡面，因為**惡法會讓善法退失**，這個是重點。所以你一面行善，一面行惡，善法會不會進步？不會！就沒有現在講的「進」。

只要你今天還有一念的惡，還是說一句造口業的話，做了一件身業造業的事情，做了不該做的、說了不該說的，起心動念的意業跟貪、瞋、癡煩惱相應，你就不能說你今天很精進，懂嗎？就算你早晚課也做了，法也修了，可是你還有夾雜惡法在裡面，就不能夠說「精」；惡法會讓我們的善法退失，所以就不能說你「進」，所以精進就沒有了，這個是重點，懂嗎？

為什麼我們修了半天，看起來好像很精進，可是就是不成就，問題現在也知道了，因為我們一面行善，一面造惡，造惡就把我們的善法全部都退失掉了。一面建設，一面破壞，這邊建設，那邊破壞，所以很難成就圓滿一切世間、或者出世間的善，就是因為我們還有夾雜惡法在裡面。

所以，只要我今天善法沒有比昨天進步，明天沒有比今天進步，我都不能說我很精進地在修行，所以我們以後要讚歎說：「他好精進噢！」可能要考慮一下，他真的今天身口意都沒有造業嗎？有的話，就會讓他的善法

退失。不過我們還是要經過斷惡修善的過程，希望趕快止息一切的惡，善法才不會因為這個惡一直退失，善法才能夠不斷不斷地增進，才有精進的那個「進」。也因為沒有夾雜惡法，所以才有那個「精」，這樣才有精進可言。

那有什麼辦法可以讓我們的一切的惡行，很快就能夠止息？什麼善法，能讓我們止息一切的惡行最快速呢？就是接下來要講的這兩個——「慚」、「愧」。你如果有慚愧心的話，你造了惡，就會很不好意思，自己很內疚，又怕別人批評。自己很內疚，是有慚心；怕別人批評，是有愧心，那你就敢造惡，造了惡，也要趕快懺悔。所以慚愧心，是讓我們能夠止息一切惡行最快速的方法。我們就知道慚愧心很重要，現在就好好來講一講。

慚

什麼是慚心呢？慚，就是羞恥心。像我們做錯事情，都會覺得不好意思，或者是覺得很羞慚，這個就是慚心。所以一個有慚心的人，他一定有高度的反省力，就是說他時時刻刻都不斷不斷在反省自己，我有沒有說錯話？我有沒有動不好的念頭？我今天做那件事情恰不恰當？他隨時都在反省自己，發覺自己身口意有任何過失的時候，他會覺得很羞恥，馬上改過，所以他很快就能夠止息一切的惡行，就是靠這個「慚」。

對於那些做錯事情，臉不紅、氣不喘的，還找了一大堆的理由跟藉口，來為自己辯護的人，他就是沒有慚心，所以他想要改過就很困難。因為他做錯事，他都會責怪別人，把錯推到別人的身上，「都是因為他的錯，所以我才會……」，不然就是很多理由，「大家都這樣做啊！」、「大家都逃漏稅，所以我就逃漏稅！」、「大家都違規，所以我就違規！」大家都這樣啊！好像理直氣壯，對不對？他就不覺得他自己錯，因為大家都是這樣做

嘛，這就是他的理由跟藉口，讓自己可以不斷不斷犯錯，還有很正當的理由。所以他不可能改？就不可能改，能不能止息一切惡行？就不可能，因為他會一再一再重複同樣的錯，因為他不覺得他需要改。可能是國家的法律要改吧，還是社會的道德觀要改，反正要改的都不是他自己就對了，這個他就是沒有慚心的人。

這樣的人來學佛修行，你覺得他怎麼樣？他會不會懺悔？恐怕也很難嘛，因為犯錯也還是別人的錯，所以他也很難生起慚愧心，沒有慚愧心，他就不會懺悔，不會懺悔，他就不可能斷惡修善，所以要止息一切的惡行，也是非常困難的。

所以一個有慚心的人，他一定是個能夠自尊自重的人，他會很嚴格的要求自己。他做錯事情，不用你講，他就已經臉紅羞愧得巴不得找一個地洞鑽進去，就是說他已經不能夠原諒自己，也不會放過自己犯這樣的一個過錯，因此他一定會牢記在心，下次絕對不會再犯同樣的錯誤。他會嚴格的為自己把關，嚴格的反省自己，絕對不要再犯同樣的錯。

他不但這樣要求自己，他看到有賢德的人，他會生起非常崇敬的心，希望能夠向他看齊，就是所謂的見賢思齊，見到有賢德的人，我就希望向他看齊。可是有的人不會，聽到有人稱讚某某是這一次的好人好事代表，是世間大家都讚歎的大善人，他心裡覺得也沒有什麼：「我只是不想做而已啊，那也沒有什麼嘛！」所以他不會生起很崇敬的心。可是一個有慚心的人，他不但希望自己做好，他看到比他修得還好的人，或者是有賢德的人，他就會生起非常崇敬的心，希望自己也能夠像他們一樣，所以他才會愈來愈好。所以我們能夠愈來愈好，也是靠這個慚心。如果看到行善的人，也能夠生起尊重

的心。

他對於追求宇宙的真理，也會有好樂心。從小到大整個成長的過程，就很喜歡去追求一個很圓滿的東西，他生命的目標，就是一直在追求真理，就是我熱愛真理，我追求真理，我希望能夠達到像真理那麼究竟、圓滿、清淨的境界，所以像這樣有一個崇敬的心，這個就是慚心來的。有慚心的人，在他生命當中，他會覺得他的生命就應該要達到最完美的境界，那個才是他人生的目標，一個完美的人格也好，完美的境界也好。所以這樣的人一進入佛門，他就會說：「我找到了！」因為佛的境界，就是他追求的境界，就是那個最究竟、最圓滿、真實清淨的那個境界，也就是宇宙的真理，是他所要追尋的一輩子的目標。

所以有慚心的人，他很容易就成就，很快就成就，為什麼？因為他不容許自己有任何的過失，有錯必改，因此可以很快止息一切的惡。也因為他很崇尚善法，所以他會很快就想成就、圓滿那個善的部分，因此不管是解脫也好、證果也好、或者開悟成佛也好，他很快就能夠達到這樣的目標，這所有都是靠慚心、還有愧心這兩個來的。止息一切的惡最快，成就一切的善最快，所以他很快就能夠開悟、證果、解脫，就是靠這個慚愧心。

以上就是慚心。

愧

愧也是羞恥心，這兩種都是羞恥心。可是這個愧的羞恥心，是害怕別人的批評、指責，或者是害怕遭受到社會的輿論壓力等等。像我們做錯事情的時候，我們心裡面就會想很多，譬如我們會想說：「我犯了這麼大的錯，如果讓別人發現的話，他不知道會怎麼看我？會不會對我很失望？」「我的好朋友如果發覺我是這樣的人，

他會不會以後就嫌棄我？討厭我？不再跟我交往？」或者是「被我父母知道、被我的師長知道，會不會被叫去教訓一番？」或者是「這個風聲傳出去，我會不會變得惡名昭彰啊？」或者是「我對家庭、社會來說，是不是一個壞的榜樣啊？」我們心中會顧慮很多，這個都是愧心。

前面的慚心，是自己愧對自己的良心；這個愧，就是不想愧對其他的人，不管是家人、朋友、還是國家、社會、輿論的壓力等等，所以一個是對自己，一個是對外在來說的，這是它們兩者的差別。

所以一個有愧心的人，他為了不要遭到別人或者世間的恥笑，也不想被人家在後面指指點點的，被別人討厭或者苛責，他就會儘量的不犯錯，因為他不喜歡這種感覺。所以他也會儘量小心謹慎，讓自己不要犯錯，即使有犯的話，他的內心也會感到很羞恥，所以他也能夠很快地止息一切的惡行，就是靠這個愧心。

也是因為他害怕自己會愧對自己、愧對家人、愧對朋友、愧對社會、愧對國家等等的，所以他也不會去做一些違法的事情，或者是傷天害理的事，這些事情他都不會做。因為他一旦做出違法，甚至被抓去關這一類的事情，他會覺得他不但愧對自己、愧對家人朋友、還愧對國家社會，因為他是一個壞榜樣，所以他就不允許自己犯錯。

對於那些還會為非作歹的人，他心裡面也會鄙視這些人，他會警惕自己說：「我絕對不要像他們那樣！」這些作惡的人等於是一面鏡子，告訴他說：「我絕對不可以這樣子做！」所以周遭不管是好的、壞的，都是我們的借鏡，好的見賢思齊，壞的提醒自己，不要這樣子做。

慚心跟愧心都是羞恥心，它們的差別就在於：慚心

是指自己心中感到羞恥；愧心是怕被別人指責、討厭，而感到羞恥，這是它們的差別。

有了慚心跟愧心之後，我們很自然的就會要求自己斷惡。也是因為有這樣的善心，我們才會要求自己修善，然後進一步成就道業。這就是我們剛才講的，從止惡到成就圓滿一切的善，然後到最後開悟、解脫、成佛，都是靠慚愧心來的。所以慚愧心就等於是我們能不能快速的止惡修善、成就道業，最主要的關鍵。

無貪

接下來是「無貪」。什麼是無貪呢？就是不貪心。對什麼不貪？對三界之內的任何事都不貪了，不管是什麼東西，你可以說出來的人事物都不貪了，這個叫做無貪。

我們每天如果忙著享受這個五欲六塵境界，眼耳鼻舌身，面對色聲香味觸，希望看好的、聽好的、聞好的、吃好的、穿好的，這樣還不夠喔，還要有房子、有錢、還要有好的家人，眷屬也很重要，還要好的名聲，有一點地位就更好了，如果健康長壽就更優了，這些都是屬於欲界的貪。追求五欲六塵的境界，是屬於欲界的貪。

一旦學佛修行，告訴我們：「不可以呀！這些都是讓我們生煩惱、造業，有業就要輪迴，輪迴的根本就是貪！所以要斷貪欲。」要斷貪欲，那就來修個定吧！因為有定力就能夠伏貪，他就修定。修個定，他又開始貪了，貪什麼？貪定的境界。我上座以後，身心有什麼覺受，我現在是證到未到地定，還是初禪，還是四禪，還是已經進入無色界四空定了、還是已經入了大乘菩薩的三昧境界……，他又開始貪著種種禪定的境界。不管是四禪八定，還是種種的三昧境界，他又從世間的貪轉移到禪定的貪。如果再加上很執著地修什麼法門，我一定要修那個大大的叫做大圓滿、還是大手印，還是大什麼，對

法門又起了種種的貪。

所以很多修行人，他能夠慢慢放下世間的貪，但是他轉移到出世間這個學佛修行的貪。貪的本質沒有改變，只是對象改變了，貪的本質都在。所以我們如果學佛修行，每天想的就是怎麼樣得定、怎麼證果，只要我們心裡面還認為說有法可修、有道可成，這個都是貪，對學佛修行的貪、對法門的貪、對境界的貪。

可是我們學佛修行，不就是為了這些目標嗎？可是你跟我說這些都無修、無證、無得，我不是就沒有精進推動的力量，推動我好好去精進修行？我就是以為有佛可成，我才要成佛，不是嗎？初修的人可以啦，就是他要有個目標。就好像我們勸人家累積功德，就說你要布施，然後他就執著在布施有功德上面，這又是執著，也是貪，因為貪功德才去布施的，他也沒有看破、放下。因為布施的目的是要捨、放下，可是他為了功德，要取功德才去布施，所以就失去布施原來的用意。

我們修行也是同樣的道理，我們覺得要證、要得、要成個什麼東西。可是菩提自性，本自具足，本來就在你們家，所以不用那麼執著地去抓。而且他是往外面抓，往外面抓法門、抓寶貝，可是這些都在自己的心中，所以往外面找，是永遠都找不到的。

很執著地修任何法門，他就是不可能成，為什麼？因為離道愈來愈遠了，因為一切有為法是生滅無常、無我的，一切的現象界都是虛空中的花朵，對不對？如幻假有的，你只要離開這一切如幻的境界，你的真心就現前了，懂嗎？所以你愈抓，愈執著它是真實存在的，你就離你的真心愈來愈遠，回家的路就愈來愈遙遠，就永遠沒辦法見到真心，或者是回歸自性，或者是開悟，都沒辦法，明心見性都不可能，就是因為你修得有執著。

我們剛才講，修行只是恢復自性的清淨而已，所以不用往外面去找。可是初修的人可以，那個叫做善法欲，我們講過「欲」，善法欲就是推動你精進的力量，因為你前面還不明白「一切法無我」的道理，你也還有沒證得那個境界，所以你以為有所得、有所成，所以你才會推動推動，也 O.K. 的啦，過程嘛，才會努力的斷惡修善，成就一切法之類的。等到你一旦知道什麼？一切本來具足，那也是經過你很辛苦地修修修，有所修、有所證、有所得，有一天自性現前了，你才會發現這一切本來我們家都有的。既然是自家的東西，當然就不用再往外找了，這個時候才能夠真正做到無貪，所以無貪是這樣子證得的。

也只有證到這個時候，因為自性現前，你才有無量的智慧、德能、慈悲、善巧方便，這本來都是本自具足的，你這一下心才安了。我們之前心不安，才要一直貪求，懂嗎？你有所貪，就是心不安，心不安，所以你才要用這個、還是那個來填補一下。譬如說我要買房子，我就會覺得我住得會很心安；買個車子，我才會覺得我開得很心安，不然還要去等公車、搭捷運。所以我們的貪，其實都是因為我們的心不安來的。

你覺得說你把這個東西弄到手，屬於我的了，我佔有它了，我的心就安了。可是沒有呀！你不管抓多少東西進來，買多少東西回家，全部堆得滿滿的，你還是晚上睡不好，還是會失眠啊！可見寶貝都不在外面的，那個只是我們的欲求，用欲求來填我們沒有安全感的東西。只有開悟的人，他可以完全地心安，為什麼？全部都在你家了嘛，都不用往外找，也不用求了，心多安呀！也才可能做到現在講的無貪。所以沒有開悟之前，你說不要貪，還真的很難，都是勸人家說：「你就看破、放下，

你就不要貪嘛！」勸人家很容易，你自己做做看！你沒有證到無我之前，這個貪還真的很難斷。所以除了開悟，證到無我，好像也沒有什麼其他的好辦法了。

以上就是無貪。

無瞋

無瞋，就是沒有瞋恚心了。不會亂發脾氣，不會心煩氣躁。

對什麼沒有瞋恚呢？就是對三界一切的苦，都沒有瞋恚了。因為我們會瞋，就是覺得身心有苦，身心有苦受，身苦或心苦，都會讓我們起瞋恚心，不耐煩、討厭、厭惡、怨恨的心就起來了，所以我們會生瞋恚心。全都是因為吃不了苦，不管什麼苦，佛法講到八苦：生、老、病、死苦；那個最討厭的人事物被我碰到，叫做怨憎會苦；那個最親愛的人，就偏偏要出國，要移民到很遙遠的地方，常常要 e-mail 也是蠻麻煩的，這就是愛別離苦；還有我想求的都得不到，那個是求不得苦；還有五陰熾盛苦。不管哪一種，你說得出來、說不出來的，反正讓你身心有苦受，你就很容易起瞋恚心。

我們就要知道，為什麼我們受不了苦？因為你要吃得了苦，才能夠忍受瞋恚，所以就要知道我們為什麼會受不了苦？為什麼吃不了苦呢？

第一個原因，就是和我們希望的相違背。我們希望好，可是它偏偏不好；我們希望股票漲，它偏偏跌；希望中馬票，偏偏就不是我要中的那一個，我有好多中獎以後的計畫，可是都一直沒有辦法實現；我希望順境，可是它偏偏都是逆境，都是不順心、不如意的事比較多；我想要的，偏偏得不到，不要的，偏偏一堆，就是古人說的：「事不如意，十常八九」，十個有八九個都是不如意的，那表示說不如意的事情比較多。

世間就是這樣，不如意的事比較多，可是我們希望如意，它偏偏不如意，我們就起瞋恚心，那不是常常在造業嗎？一不順心、不如意，就生煩惱、就造業了，起瞋恚心就造業。造惡業受報的時候，是苦上加苦，也划不來，因為受不了苦，起瞋恚心就造業，果報是更苦。所以它不會愈來愈好，它是愈來愈苦的。如果我們不順心、不如意的時候，沒有辦法安然忍受的話，只會造更多的業、受更多的苦，永遠沒好日子過。

這是第一個原因，就是它和我們的希望相違背的時候，我們希望順心如意，它偏偏不是，所以我們就起瞋恚心。

第二個受不了苦的原因，就是我們沒有經常思惟業果的道理。如是因，如是果，想想我們為什麼會受苦呢？很簡單，還不是過去惡業成熟了，就是這麼簡單而已。不要去怨天尤人，為什麼？所有的惡業都是你自己造的你，現在自作自受，所以你怨不了別人的。如果我們在受報的時候，還是不能夠忍耐，吃不了苦，受報的時候很苦，吃不了苦就繼續造，不但舊業消不了，還要繼續再加上新的，所以永遠也沒有順心如意的那一天。

第三個理由，為什麼受不了苦，就是因為還有「我」。我好苦，我受不了苦，所以我就起瞋恚心了。所以除非證到無我，才不會生煩惱，才不會造業；不會造業，就不會受苦。所以一切的苦，也都是我執來的。有「我」，就會生煩惱；造業，就會受苦。所以經常思惟無我的道理，明白並沒有一個「我」在受報，一切的苦受，只是過去惡業成熟所展現的，因緣展現這樣而已，報完就沒有了，我應該歡喜才對。如果能夠這樣想的話，思惟無我的道理，就能夠忍受，而不生瞋恚。

如果還能夠經常思惟「念死無常」的話，它也是一

種能夠減少我們欲求心的方法。所有的百貨公司現在都在打折，對不對？一年當中就是這時候的折扣最多，這時候最便宜，所以趕快去搬。現在好便宜喔！平常好貴耶！趕快去買！買的時候，只要想一件事就好了，這個東西我死的時候帶不走，看你還要不要買？你所有買的任何一件東西都帶不走的，這個帶不走、那個帶不走，沒有一樣帶得走，連一分錢都帶不走，你最心愛的東西、最親愛的人，統統帶不走。只有你造的業帶得走，其他都帶不走。一定帶得走的，就是你過去的業，其他的一定都帶不走。所以好好地想一想，然後再看看，就算再便宜還要不要買？

所以如果能夠過著少欲知足的生活，加上經常思惟業果的道理，再用無我空性的智慧來斷除我執，這樣的話就可以做到無瞋了。這個才是最好的辦法，只要證到無我就好了。沒有證到無我之前，你就常常念死無常，就沒有那麼多欲望了。碰到不如意、不順心的時候，就想想：這是我過去自己造的惡業成熟了，所以我要歡喜受報，不要再加新的。用這個辦法，就能夠作到無瞋。
無癡

什麼是無癡呢？就是沒有愚癡。

對什麼沒有愚癡呢？就是對一切的事和理都徹底地明白，沒有愚癡了。

什麼是事和理？所謂的「事」，就是現象界；所謂的「理」，就是本體界。

對一切因緣所生、無自性的這個，把這個一切有為法當做真實存在的，這個就是愚癡。你每天面對的境界，你把它當作是真實存在的，然後生煩惱、造業，愚癡！因為它是生滅無常的，它只是因緣的展現，或者業力的展現而已，它是無我的。所以，沒有一個真實的「我」，

碰到真實的事情。「我」，如幻假有；真實的事情，也是因緣所生，一切法都是無我的。可是我們不明白這個道理，才會迷惑顛倒，在一切的現象界上面，當下沒有如實觀照它是生滅無常，自性是空的，沒有作這樣的觀照。

如果有的話，我們就知道這一切是如幻假有的，遠離這一切幻相，我們的真心就現前，這個就是本體界，就是現在講的「理」。這樣本體界就現前了，我們的真心就現前，無為法就現前。所以你在有為法的當下，去觀生滅無常，自性是空的，你就能夠遠離這一切的幻境。當一切的幻境遠離，本來有的那個就現前。

你的真心為什麼不現前？你為什麼不開悟？就是因為你迷惑在這個一切有為法的現象界上面，你把它當作是真實存在的，有我、有法，有我執、有法執，一切都是真實存在的，所以你看不到你的真心。雖然它一直都在，可是它沒有機會顯現，因為你被幻相迷惑住了，把它當作是實有的。所以，一定要等這一切的幻相都遠離了，你的自性才能夠現前。

就是用這個修法，在有為的當下去體證無為，見到你的真心，它一定要等一切的幻化境界都遠離了，你的自性才能夠現前，這就能夠做到現在講的無癡了。

以上說的無貪、無瞋、無癡，稱為「三善根」。它為什麼稱為善根呢？因為它是一切善法的根本，就好像植物，植物有了根，它才能夠生出枝葉。有了無貪、無瞋、無癡這三善根，才可能生出一切的善法來，所以我們說它是三善根。我們行一切善，如果有三善根的話，你就能夠圓滿成就一切的世間、出世間的善，所以它是一切善法的來源。

為什麼有了這三善根，才能夠出生一切的善法來呢？你如果做到了無癡，就是明白無我的道理，沒有愚

癡無明了，你就不會有我執和法執，以為「我」是真實存在，一切法是真實存在的，就是因為無明愚癡的關係。你現在知道一切法本來無我，就能夠破除無明；破除無明，你就不會有我執跟法執；沒有我執跟法執，你就能夠做到無貪，也能夠做到無瞋。

因為沒有「我」，我就不會對三界起任何的貪。就算我今天學佛修行，我也不會貪境界、貪功德、貪證果，都不會貪了。所以先要明白無我的道理，就是先做到無癡，知道無我。沒有「我」的話，就統統很好辦了。沒有我，就不會生貪，也不會瞋了，所以無貪、無瞋、無癡就是三善根。因為這些都做到，你就不會生任何的貪，然後因為沒有我，就不會對一切的苦，生起瞋恚心了。在行善的時候，我也不會火燒功德林。像我們生煩惱，很執著地去行善、累積功德，可是沒辦法作到無瞋，結果一念瞋心起，百萬障門開，障礙全部都現前，所有的功德也毀於一旦，這就是因為有「我」，很執著這個功德，才會生煩惱。所以在行善的時候生煩惱，也都是火燒功德林，也很難成就一切的善法。

所以要先證到無癡，明白無我的道理，然後才不會生起瞋恚心，我們在行善的時候，才不會火燒功德林。所以，沒有貪、瞋、癡，才能夠做到行善不執著、不破壞善法，最後圓滿一切的善法。這就是為什麼我們說無貪、無瞋、無癡是三善根的理由。

時間的關係，我們今天只能講到這裡，後面還有四個善法，我們明天再繼續說明。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第四講
善法

(輕安、不放逸、行捨、不害)

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們繼續看「善法」。

輕安

「輕安」。什麼是輕安呢？就是不粗重。是什麼不粗重呢？就是身心不粗重。

什麼是身的粗重？身的粗重就是指五臟六腑不調和，氣脈不通暢，譬如說我們的五臟生病了，肝不好、心臟有問題、還是腸胃不消化、腎功能不足……等等的，不然就是脖子酸、腰痛，反正身體不是這邊不舒服、就是那邊不舒服，平常是小病不斷，大病偶爾來一下，不然就是這邊塞住了、那邊堵住了，氣脈不通暢，這些都是屬於身體的粗重現象。

什麼是心的粗重呢？心的粗重就是指心中有煩惱，把自己壓得透不過氣來。想一想，我們一年三百六十五天，也沒有幾天是真正開心的，不是煩這個、就是愁那個，一下子煩工作的事、一下子又煩小孩的事，還是找不到屋子的事……，心中總是有很多的憂慮牽掛，這個就是心的粗重。

如果身體五臟六腑調和，氣脈通暢，心中沒有煩惱，無憂無慮，這個就稱為「輕安」。

所以，所謂的「輕」，就是遠離一切的粗重、昏沉；「安」，就是身心達到調適、暢悅。

那麼，輕安為什麼是善法呢？因為輕安能夠使修行人不被粗重、昏沉所障礙，因此才能夠修習一切的善法，所以它屬於善法。

它對修行人有什麼重要性呢？如果身體四大不調，心裡面充滿了煩惱，整天都是昏昏沉沉的，這時候想修個什麼法門，不管你是念佛、持咒、觀想，還是打坐、數息、內觀禪，統統都不得力，想要斷惡修善也辦不到，所以才說輕安對修行人來說，是非常的重要。它等於是我們能不能成就，一個很重要的關鍵。

我們都有這樣的經驗，當你身體不舒服的時候、心裡面有煩惱的時候，這時候經也讀不下去，拿著經本在眼前，看兩行心就飛了；讀經讀不下去，那就打個坐吧，打個坐就開始打瞌睡，昏沉就來了；觀想吧，也觀不起來，就算觀起來，也模模糊糊的，觀不清楚。這個就是身心粗重的現象，所以你修什麼法門，都很難成就的。

所以我們知道，身心粗重是修行的障礙，它讓我們沒有辦法修習一切的善法，不管你修什麼法門都一樣。你身心狀況如果不好的話，它的效果就是出不來。

想斷惡也沒辦法，知道這個不應該做、那個話不應該說、不應該動不好的念頭，可是沒辦法，為什麼？頭腦不清楚，昏昏的，糊裡糊塗就造業了，那個就叫做身心沒有堪能性。「身心沒有堪能性」的意思就是說，你自己作不了主，是你的業力、煩惱、習氣在作主，你明明知道那個不應該，可是就糊裡糊塗把它做了，然後事後才懺悔，可是已經來不及了。為什麼你身心沒有那個堪能性？就是因為沒有得到輕安，心作不了主，所以想斷惡也沒辦法，想修善也沒辦法。修善就是剛才講的，你不管修什麼法門，都是不得力。

如果身心有堪能性，想修什麼法門，很快就能夠契入。如果身心是在輕安的狀態，心中沒有什麼煩惱，所以心很清淨，想修什麼法門，很快就能夠契入，想斷惡修善也作得了主，這樣子的話，不管你修什麼法門，都

很容易成就。因此，輕安對修行真的是很重要，身體要把它調好，心儘量減少煩惱，保持清淨。

這個輕安，到底是怎麼來的呢？怎麼樣得輕安？輕安既然這麼重要，怎麼樣才能夠得到身心輕安的現象呢？它是修定來的，這就是要修止觀的原因。因為得定，我們的身心就能夠從欲界身轉成色界身，所有欲界身的習氣，就會慢慢地愈來愈淡。飲食、睡眠、男女這些都是欲界身才有的習氣。當你的欲界身轉成色界身的時候，欲界身的這些習氣，它自然就慢慢地遠離，是很自然的，你不用去壓抑，壓抑沒有辦法解決根本問題。壓一段時間，它就爆了，為什麼？因為你的欲界身沒有轉，你的身體還是欲界的身體，欲界的身體就有欲界的欲望，所以你是沒有辦法壓抑的。除非你修禪定，修到轉變成色界身，它自然就沒有欲界身的那些習氣，那些習氣自然就能夠慢慢地斷了。

所以說輕安怎麼來的呢？修定來的。我們要修到什麼程度，才能夠有所謂的身心輕安的現象產生呢？沒有很困難，只要得初禪就好了。初禪、二禪、三禪、四禪是屬於色界，四空定屬於無色界的，所以色界初禪以上，你都能夠得輕安，身心都是一種輕安的狀態。所以最低的門檻，就是你至少要得初禪，因為初禪屬於色界，你才可能轉你這個欲界身為色界身，然後才能夠遠離一切的粗重，才能夠調伏欲界的睡眠、昏沉。

也是因為得了根本定，因此它能夠伏住煩惱，所以你的心才能夠輕安。心輕安，是因為定力把你的煩惱伏住了，雖然那個種子都還在，但是它能夠不現行，是因為你有定力。定力夠，所以煩惱不會起來，你心中就不會常常煩煩惱惱的，憂慮牽掛，總是掛慮了很多的事情在你的心裡面，不會。這就是心輕安，是因為定力伏住

了煩惱。身輕安，是因為欲界身轉成色界身，所以身就有輕安的現象。

輕安還是有分不同的種類，一般來說，是把它分成四個種類，從凡夫的輕安，一直到佛的輕安，它是有程度的差別。

- 輕安
- 1.相似的輕安：這是凡夫的輕安。
 - 2.和有漏定相應的輕安：這是得初禪以上的輕安。
 - 3.和無漏定相應的輕安：這是阿羅漢證「滅受想定」時的輕安。
 - 4.究竟的輕安：這是佛證「金剛喻定」時的輕安。

凡夫的輕安，我們稱為相似的輕安。它不是真正的輕安，因為他還沒有證到初禪，所以它是相似的輕安。每個凡夫都有這種經驗，像很冷很冷的冬天，你去泡個溫泉，泡得舒舒服服的，手腳也不再冰冷了，然後全身氣脈很順暢，泡完起來那一剎那，也是身心輕安。或者是那個作官作了一輩子的，好不容易到了退休年齡，平常忙碌得不得了，在卸任的那一剎那也是，好輕鬆喔！叫做「無官一身輕」，那也是凡夫的一種輕安。還有就是還錢，一身的債務，還還還，還到還完的那一剎那，也是好輕安，那個叫做「無債一身輕」，對不對？這個都是凡夫的輕安。反正是身心暫時沒有粗重煩惱的那個狀態，可是它很快就過去了，因為沒有定力的攝持。但至少當下身心是一種輕安的狀態，因為遠離粗重，心暫時煩惱還沒有生起的那一剎那，是相似的輕安。

因為是凡夫的輕安，所以它沒有辦法遠離煩惱，因為那個輕安現象一過去，煩惱又回來了。就像我們在新加坡工作到很煩的時候，趕快去度個假，輕鬆一下，可是度完假回來，身心馬上又粗重，心中煩惱又回來了。可是度假的時候，好像也有那個相似的輕安現象，暫時可以把這邊很煩惱的事情全部都丟在一邊，每天睡到自

然醒，想吃什麼就吃什麼，真的是很愉快的事。

第二種的輕安，就是和有漏定相應的輕安。就是我們剛才講，你得了初禪、二禪、三禪、四禪，它是屬於世間的禪定，所以我們稱為有漏定。有漏，就是跟我執、煩惱相應的，它是有滲漏的。因為四禪八定還在三界當中，所以它是有漏的世間禪定。不管你是得了色界的四禪、還是無色界的四空定，它都是屬於有漏的定，這時候所產生的輕安，就是第二種的輕安。它的輕安是怎麼來的？就是定力暫時伏住煩惱所得的輕安。初禪以上，定力就能夠伏住煩惱，有能力伏住煩惱，所以身心就會呈現一種輕安的狀態。

第三種是和無漏定相應的輕安，這個就是證果的阿羅漢。像阿羅漢證到滅受想定的時候，這時候的輕安，是因為他已經止息了一切受心所、想心所之後，所得的輕安，這個是跟無漏定相應。無漏，就是他已經沒有滲漏，阿羅漢已經斷了我執，所以是屬於無漏的。阿羅漢得的定，是無漏的定，因為他已經斷我執，暫時伏住煩惱，這時候的輕安是止息一切的受、想，所得的輕安。

第四種的輕安，是究竟的輕安，這是成佛時所證的。成佛時所證的定，叫做金剛喻定。就是你在成佛的前一剎那，你入金剛喻定，這時候一切粗細煩惱障、所知障的種子，完全清淨了之後，第二剎那成佛。所以成佛之前都會入一個定，叫做金剛喻定。入這個定之後，不管是煩惱障、還是所知障的種子，粗的、細的都完全的清淨，就是因為在這個定當中，定慧是最強的，所以它可以清淨一切種子。這時候所現的輕安，就是究竟的輕安。

所以，輕安對修行非常重要，除非得了身心輕安，我們才有堪能性，想修什麼法門都很容易成就。同時也相對的說明了禪定的重要性，我們身心的粗重是要靠禪

定來慢慢地調。

不放逸

什麼是「不放逸」呢？就是不放縱、散逸自己的心。所以「放」，就是放縱；「逸」，就是散逸。

像我們平常為什麼會造業？為什麼會破戒？都是因為放逸來的。我們曾經也介紹過為什麼會破戒的四個理由，其中有一個就是放逸。只要你身心一放逸，就很容易造業、很容易破戒，因為你的身心完全地放縱、散逸，就是整個都散出去，收不回來的這種狀態，完全地放縱自己，一點都沒有收攝身心的力量。因此也是沒有辦法防止任何的惡行不發生，你想修一切的善，也是很困難。

可是，我們眾生又偏偏比較喜歡放逸，為什麼？放逸的感覺很舒服，因為你不用再約束自己的身心了，就覺得好像沒有什麼綁手綁腳的，你會覺得一點約束都沒有，是很舒服的一種狀態。可是，它就會讓我們容易造下種種的錯誤，做了不該做的事，說了不該說的話，還有起心動念，因為你胡思亂想，天馬行空，身心已經都放逸得收不回來了，所以這個時候就很容易一個不小心，而造下種種的罪行。

我們看有一些人，他一要修什麼法門，他就開始身心很緊張，就是因為他平常放鬆慣了，現在一下要收攝你的身心，他就變得身心很緊繃，坐在那邊，身體都僵掉了，意念也守得太緊。很多師兄都有這樣的經驗，平常都還好，可是一打坐，就覺得全身一下子就痠痛起來，然後胸悶，呼吸也不順暢了，這個都是因為身心太緊繃的關係。這是因為平常已經習慣放逸的狀態，現在突然要收攝身心，就會變得很緊張。

如果跟他說：「那你就身心放鬆吧！」一放鬆又完了，他就變成放逸，放鬆馬上變成放逸，他沒有辦法放

鬆，然後又不放逸，這個就是要有很高的定慧力，他才做得到。不然就是一放鬆，又不知道散到哪裡去，一發不可收拾，又變成是業力、習氣、煩惱在作主，身心都作不了主，然後念念都是貪瞋癡。所以這個時候想防止惡行，不讓它生起，做不到；想修習善法，讓它不斷地增長，也做不到，都是做錯了事以後才說：「我也不想這樣呀！」可是一切都來不及了，這個就是放逸的結果。

如果能夠做到不放逸的話，就能夠隨時防止惡法不讓它生起；也能夠隨時修習善法，使它增長。這樣子隨時在防惡修善，就是什麼？就是我們昨天講的「精進」！很努力地止息一切的惡，很努力地修善，就叫做精進。所以不放逸的意思，其實就是精進的表現。只要你不放逸，你就一定能夠精進地止惡修善。不能止惡修善，就是放逸來的，做不到不放逸。放逸之後，就沒有辦法止惡修善。所以除非收攝我們的身心，高度的警覺，不讓它放逸，這個時候才能夠做到止惡修善，這就是精進的表現，同時也能夠做到無貪、無瞋、無癡這三個善根。

所以什麼叫做不放逸？就是精進在無貪、無瞋、無癡三善根上面，這個就叫不放逸。你只要離開了無貪、無瞋、無癡，跟貪、瞋、癡相應，這個就叫做放逸。所以你一離開不放逸，就一定是放逸，就一定是跟貪、瞋、癡相應。所以，怎麼樣精進作到無貪、無瞋、無癡，就是作到不放逸。所以作到不放逸，就一定能夠精進，就是能夠止惡修善，然後安住在無貪、無瞋、無癡上面，就是念念都是無貪、無瞋、無癡。這就是因為你身心沒有放逸，才能夠念念都安住在無貪、無瞋、無癡這三善根上面，所以你要止息一切的惡、修一切的善才有可能，所以不放逸也非常的重要。

能夠隨時精進在三善根上面，當然就很快能夠成就

圓滿一切世間還有出世間的善法。所以你想要圓滿一切的善法，也是從不放逸來的，就是精進在三善根上面，就能夠圓滿成就一切的法，不管是世間、還是出世間。因為你不犯錯、不破戒，你就能夠圓滿世間的一切善法；進一步修行、精進，就能夠成就出世間的善法，不管你修什麼法門，也是很快就成就了。

行捨

什麼是「行捨」呢？就是平等、正直、無功用住。

平等，就是心沒有高下。沒有高下，才平等；有高下，就不平等。譬如說：如果我們的心一散亂、掉舉，心就不平等了。所以只要我們一散亂、掉舉，心就不平等。

什麼是「正直」呢？就是心方正、質取，所以只要我們的心一有邪念、分別，就不正直了。

這個平等、正直的心是怎麼來的呢？是從不放逸來的。只要你的心能夠精進在無貪、無瞋、無癡上面，就是念念都在無貪瞋癡上面，這樣子精進用功，才能夠得行捨，你的心才能夠平等、正直。

平等，是因為你精進在無貪、無瞋、無癡上面，所以你的心不可能散亂、也不可能掉舉，所以你的心就平等。而且你的心當下一一定是正直的，沒有任何的邪念、分別，因為跟無貪、無瞋、無癡相應，所以你就不可能有不好的念頭，也不會有妄想、分別、執著的心。這個就是正直的心，是從不放逸來的。

所以，我們的心如果能夠隨時精進在三善根上面，時間一久，就不會再受到掉舉、散亂的影響，這個時候的心就沒有高下，就是平等；心遠離邪念、分別，就是正直；等到功夫純熟，你不用再提念，心也能夠任運安住在寂靜當中，這個時候就叫做「無功用住」。

無功用，就是你不用再加任何的用功了，你不用再提念，你自然就能夠安住在平等、正直、寂靜這樣的一個狀態。任運的意思，就是說你不用再特別用功，或者是告訴自己說：「我現在要怎麼樣」，那個都是要提念。現在不用，因為你功夫已經很純熟了，你念念都是無貪、無瞋、無癡，那當然你的心一定平等，也一定是正直，沒有邪念、分別。所以功夫純熟的話，你就能夠很寂靜安住在平等、正直這樣的狀態當中，我們就叫做「行捨」。所以它也是精進在三善根，不放逸所得的結果。

所謂的行捨，就是心平等、正直、無功用住。怎麼做到的呢？就是精進在三善根之後，所達到的結果。

所謂的「行」、「捨」。捨，就是棄捨，我們說放下。這個「行」，就是行蘊。行蘊有很多內容，從我們內在的身心、到外在的世界，它都是生滅、無常變化的，這就是行蘊的作用。現在把一切行蘊的作用都棄捨了，什麼意思呢？就是你的內在的身心，以至於外在的世界，你全部都捨下了，也就是所謂的萬緣放下。

像念佛的人說：「你現在就萬緣放下，提起一句佛號」，就是這個意思。萬緣放下，多難！現在我們知道有多難！萬緣放下就是現在講行捨的現象，就是你的心是在平等、正直、無功用住，寂靜安住在這樣的一個狀態，佛號很自然的現起，這樣很快就得念佛三昧，對不對？所以精進在三善根有多重要！不放逸有多重要！這個行捨有多重要！對我們修行來講，這些都是屬於善法。

其實我們眾生本來都有這些善法，本自具足，我們的真心是純善的、是至善的，所以不管你是十一種、還是一百一十種、一千一百種，都沒有問題，我們真心裡面都有的。只是我們現在把善法大致歸納十一種，其實它也是無量無邊的，可是無量無邊的善，也沒有離開我

們清淨的自性心，對不對？所以不管你是念佛、還是打坐，還是修什麼法門，修到你的清淨心現前，你的真心現前，其實這些善法本來都有，這樣比較快。不然會覺得不曉得要修到什麼時候，你只要恢復清淨心就有了，因為它一直都在。

所以現在講的這個行捨，就是棄捨行蘊，就是一切的身心世界全部都放下了，就是萬緣都放下了。這是第一個「捨」的解釋。

也可以說你是捨掉了一切身心粗重、掉舉，這些得定的障礙。因為你已經捨掉你身心粗重，就是剛才講的輕安，你身心已經得輕安了，然後也遠離了種種的散亂、掉舉，因為這些都是我們得定的障礙。我們為什麼不能得定？就是散亂、昏沉、掉舉。現在這個捨，就是說你已經捨棄了這些障礙定的昏沉、掉舉、散亂的現象，因此你的心就能夠寂靜安住，這個時候就叫做行捨。這是第二個「捨」的解釋。

第三個「捨」的意思，就是得四禪的時候，我們叫做「捨念清淨」。現在所謂的寂靜安住，就是四禪的捨念清淨現前了，也可以說是一種行捨的狀態。

會不會很難？還好啦！這個功夫當然不是一開始馬上就可以心平等、正直、無功用住，沒有辦法一、二、三就馬上證到這樣的境界。

所以，第一步怎麼辦？就是精進在三善根上面用功。平常觀察自己，我的貪又起來了，就趕快懺悔囉，讓心跟無貪相應，貪一起來，你發現，它其實就消失了，你就安住。等一下想起哪個人對不起我，那個瞋心又起來，懺悔！我還有瞋恚的種子沒有清淨，所以我才會生氣、才會恨他，趕快把無瞋找回來，然後再寂靜安住在那個無瞋的狀態。等一下無明又起來了，愚癡又回來了，

那就懺悔，我還沒有見空性，我還沒有證到一切法無我，所以還有愚癡、無明的現象，趕快把「一切法無我」思惟一遍，一切有為法因緣所生，無自性空，空就是無我。所以只要明白一切有為法它是因緣生滅的，它的自性是空的、是無我的，當下就沒有愚癡了。因為這就是無癡的現象，就是明白無我的道理，明白一切法自性空的道理。你這樣思惟一遍，當下就是無癡的狀態。

所以常常這樣的薰習，讓自己的心儘量精進在無貪、無瞋、無癡上面，這樣用功久之後，這是第一個階段，就是不放逸，你的身心先把它收攝回來，你才可以精進在無貪、無瞋、無癡上面。

這樣一段時間之後，當然心就可以平等、正直了，對不對？因為你的心慢慢地能夠精進在三善根上面，它自然就不會受到散亂、掉舉的影響，心就沒有高下，心沒有高下就是平等；也沒有邪念、分別，就正直了，對不對？所以第二個階段，就可以讓我們的心保持在平等、正直這樣的一個狀態。

等功夫純熟了，就可以任運。我們這時候就不用再提醒自己：「我要無貪、無瞋、無癡」，不用，因為你念念都是無貪、無瞋、無癡，因為功夫純熟了。你每天都是精進這樣子來練習，所以功夫純熟了之後，你就能夠寂靜安住在平等、正直、無功用住，這時候就作到行捨了。所以它可以這樣一步一步的練習。到最後，你平常的行、住、坐、臥，都是任運安住在寂靜當中，這就是行捨的境界。

不害

最後一個，「不害」。不害，就是不傷害。不傷害什麼？不傷害自己，也不傷害別人，對一切的有情都不起傷害的念頭了，沒有傷害眾生的心了，這個就是不害。

這個不害的心它是怎麼來的呢？我生氣的時候，有沒有不害？我巴不得他……就不用講出來了，咒他都來不及，我怎麼可能對他有「不害」的念頭呢？我就希望他一切都不如意、不順心，對不對？最好是窮困潦倒。所以我們瞋恚心起來的時候，是不可能做到不害的。所以，不害是從哪裡來的？它是從無瞋來的。你沒有瞋恚心，你才可能不會生起傷害眾生的念頭。你在瞋恚的時候，你念念都是怎麼樣去傷害別人的念頭，對不對？只是看你有沒有去做，還是想完就算了，懺悔一下就算了。如果你當下沒有高度的警覺心，就會一直恨、一直恨，然後一直想怎麼去報復他、去整他。所以不害怎麼來的？就一定是無瞋的狀態，你才可能有不害。

所以要先做到無瞋，才可能不傷害一切眾生；不傷害一切眾生，你才可能生起對眾生的悲愍心。所以我們現在就知道，你的悲心從哪裡來的？從不害來的。不害從哪裡來的？從無瞋來的。所以你的悲心從哪裡來？就從無瞋來的。

有一句話不是說「瞋心障慈，害障悲」？瞋心障慈，我們慈心為什麼不能生起來？就是因為瞋心。「害障悲」，害心障礙悲心沒有辦法生起，我們現在就知道，這句話實在是太有道理了！因為當你有傷害眾生的念頭的時候，你不會對他起大悲心的，他有苦，你高興都來不及，怎麼會想說幫他拔苦呢？悲，就是拔苦，叫做悲心。所以有害心，就不可能有悲心，現在我們就知道原因了。

這個不害是從無瞋來的，無瞋跟不害有什麼差別呢？既然不害是從無瞋來的，那就講無瞋就好了，幹嘛還講個不害呢？它們是有差別的，所以還是要分兩個來說。

無瞋，是對會斷眾生命的瞋來說的。因為當我們瞋

心起來的時候，可能就會想要把他殺掉、把他除掉，所以瞋心起來的時候，有可能會很衝動地把對方的命結束掉，斷眾生命，這是瞋。無瞋是相對瞋來說的，瞋會斷眾生的命。

可是我們現在講的「害」，它不會，它只是傷害眾生，但是不會要眾生的命，這是它們的差別。所以不害，它是對傷害眾生的那個「害」來說的。因為當害心生起的時候，只會傷害眾生而已，不會斷命。這個就是不害跟瞋它們的第一個差別，一個會斷眾生命的瞋，一個是會傷害眾生的害。

另外一個原因，是要顯示慈心和悲心的差別。就是我們剛才講的「瞋心障慈，害障悲」，慈跟悲是不一樣的。慈是給眾生快樂，悲是拔眾生的苦，一個是無瞋來的，一個是不害來的。因為慈悲心在大乘菩薩道來說，在利益眾生的立場來說，是非常的重要，所以我們有必要把慈心跟悲心分開來說明。因此，我們要分別無瞋跟不害，就是為了要說明慈心跟悲心的差別，慈悲心對大乘來說又是非常重要的，所以有必要去把它分辨清楚。

以上就說明了十一種善法。

我們現在要把它作一個結論，就是為什麼這十一個是屬於善法呢？這些善法，又為什麼對我們修行人這麼重要呢？

因為有了這些善法，從信心一直到不害，如果我們都已經具備的話，就能夠對治一切的煩惱；對治一切的煩惱，才能夠成就圓滿一切的善法，不論是世間、還是出世間的善法。我們修行的目的，不就是要成就嗎？那你怎麼成就？就是除非你具足這些善法；具足這些善法，你自然就能夠對治一切的煩惱；一切的煩惱被對治之後，你才可能從止惡開始，然後修善，一直到圓滿一

切的善，這都是靠十一種善法才能夠成就的，所以它對我們修行人來說非常的重要。

它是如何對治一切煩惱呢？

信，就是對治不信。當你有信心的時候，你的心就是清淨的；不信、懷疑一起來，你的心馬上就受到污染了。所以，信是對治不信的煩惱來的。能夠對治不信，你才會好樂修習一切的善，同時也能夠恢復我們清淨的自性，所以說它和我們開悟有關，想趕快開悟，就是修信心。

精進，能夠對治懈怠。不懈怠我們才可能勇猛精進地去斷除一切的惡，還有修習一切的善，讓我們的善法不斷不斷地增進，一直到圓滿為止，所以精進能夠對治懈怠。因為懈怠一起的話，你就不會忙著要去止一切的惡、修一切的善，所以精進也是很重要的。

慚，能夠對治無慚。對治無慚之後，我們才可能對自己有羞恥心，然後止息一切的惡行，進一步去圓滿一切的善行。

愧心也是同樣的，它能夠對治無愧。對治無愧之後，我們才會害怕被別人指責、批評、討厭，為了不要讓這種事情發生，我們才會儘量的來止息一切的惡行，進一步去成就圓滿一切的善行。

所以慚和愧，就是我們能不能很快速斷惡最主要的關鍵，就是靠慚愧心。一個有慚愧心的人，他很快就能夠止息一切的惡行。

無貪，能夠對治貪。對治貪之後，我們才能不執著，尤其是對行善不執著。

無瞋，可以對治瞋。對治瞋之後，我們才能夠真正的累積功德、善業，因為不會再火燒功德林。

無癡，就是對治癡。對治愚癡之後，我們才能夠早

日見到空性，開發無我的智慧。

如果能夠早一點證到無我的話，就能夠早一點做到無癡；無貪，就能對行善不執著；無瞋，就能不破壞善行，這樣就能夠用不執著的心，很快速地來累積福德、智慧資糧，開悟成佛，所以它稱為三善根。所以貪、瞋、癡，就要靠無貪、無瞋、無癡來對治。

輕安，可以對治昏沉。對治昏沉，身心才有堪能性，想要修什麼法門，才能夠很快契入，想要斷惡修善，也能夠作得到。自己能夠作得了主，就是身心要達到輕安。所以身心達到輕安，就能夠對治昏沉，身心有堪能性，去修習一切的善，成就一切的善。

不放逸，能夠對治放逸。對治放逸之後，才能夠很快速地防惡修善，進一步去成就圓滿一切的善。

行捨，能夠對治掉舉。剛才說心能夠寂靜安住，所以你就不再會有散亂、掉舉的現象，所以行捨能夠對治掉舉。對治掉舉之後，心才能夠寂靜安住，行、住、坐、臥都是在定中，就是寂靜安住，就是行捨的狀態。

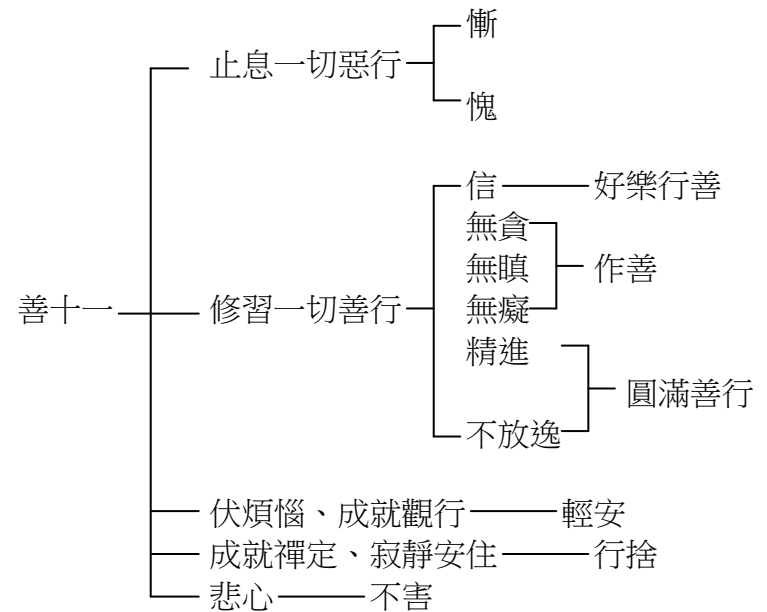
不害，能夠對治害。對治害之後，才能夠生起悲心。我們看這個表。

總而言之，想止息一切的惡行，要靠慚、愧。想要修習一切的善行，就要具備其他六個善法，就是要靠信心、無貪、無瞋、無癡、還有精進、不放逸

它們之間又有差別，你想要好樂行善，要靠信心，因為你相信這樣做是好的，你才會去做，所以那個好樂學佛修行的心，就是要靠信，因為你不信的話，你就不會做，然後也修不好。作善，要靠無貪、無瞋、無癡。想圓滿一切的善行，要靠精進、還有不放逸。不放逸，就是精進在三善根上面，這樣才能夠圓滿一切的善行。

想伏煩惱、成就觀行，要靠輕安；想成就禪定，寂

靜安住，要靠行捨；想具足悲心，要靠無害。



有了這十一種善法，一切的惡法、一切的煩惱，你不用斷，它自然就除掉了，因為它能夠有所對治的關係。它能夠對治一切的惡法、對治一切的煩惱，就用這十一種善法來對治不善。而且我們清淨的自性當中，是本來就沒有惡的，它是純善的、是至善的，所以它也不含惡法。如果我們能夠修到清淨心，讓我們清淨的自性現前的話，自然就具足這十一種善法，自然斷一切的惡，它是很自然就斷，你不用特別去斷。因為我們清淨的自性當中，本來就沒有這一切的惡法，這一切的煩惱自然就能夠遠離。

這樣就把十一種善法介紹完了。

我們迴向：願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第五講
根本煩惱
(貪、瞋、癡、慢、疑)

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們現在要介紹「心所有法」的第四類。心所有法的第四類，是六種「根本煩惱」。

哪六種根本煩惱呢？就是貪、瞋、癡、慢、疑、惡見（就是不正見）。為什麼稱這六種為「根本煩惱」呢？因為這六種是一切煩惱的根本，有了這六個根本煩惱，所有的煩惱都跟著生出來了，所以就稱為「根本煩惱」。

什麼叫「煩惱」呢？煩惱的意思就是「煩躁擾動，惱亂身心」，因為這種情緒會使我們感到很煩燥，整個人都被擾亂了，而且身心處在熱惱當中，所以稱為煩惱。

貪

根本煩惱，第一個是「貪」。什麼是貪呢？就是對三界之內所有美好的事情都深深地染著。三界，不論是欲界、色界、還是無色界，凡是會引發我們貪愛的東西都耽著難捨。

這個「耽著難捨」是什麼意思呢？就是耽染其中，愛著得無法自拔。就是說它有一股力量，這股擋不住的力量，就是我們常常聽到說：「我願意為你犧牲性命，就算是下地獄也心甘情願！」明明知道接下來就是無量無邊的苦果等在後面，但就是心甘情願，那股力量就叫做貪愛。所以就算是捨棄生命、儘管會墮三惡道、明明知道會帶來更多的苦果，但是也在所不惜，那個就是貪愛種子的力量，貪愛業力、習氣種子的力量。

這個貪愛其實是輪迴的根本，我們為什麼會不斷地輪迴，一直沒有辦法跳出三界最主要的原因，就是因為

貪愛這個根本煩惱。就是這一念的貪，讓我們不斷地輪迴。我們這一世活著，不管你可以活多久，死亡是遲早會到來的，等到死了以後，為什麼會形成中陰身？就是因為我們活著的時候，很貪著我們這個身體，到死亡的時候，四大分散，可是我們已經習慣執著有一個色身，就是這一念貪愛這個身見，貪愛這個色身，才會形成中陰身，所以中陰身是貪愛來的。因為活著的時候，百般的照顧它，所以即使死亡之後，還是要緊抓住一個色身不放，因此就形成了中陰身。

為什麼會去投胎？還是貪愛來的。形成中陰身之後，那個貪著的力量比生前還要強上千萬倍，就是那個欲望，貪愛習氣的力量，尤其是那個姪欲之心，比你活著的時候還要強，就是那一念的貪，讓你去投胎的。它就像一股很強大的吸引力，吸引到那個有緣的對象，然後就入胎了。

一旦入胎之後，就有了下一期的生命，又有了這個色身，然後就繼續地貪愛執著這個色身；死了之後形成中陰身，中陰身再去入胎，然後又繼續執著這個色身，輪迴就是這樣形成的。

所以我們就知道，輪迴的根本是貪愛，是這一念的貪愛，讓我們沒辦法脫離輪迴。

你說學佛修行，是不是貪愛就少一點呢？那也很難講，你是不是在修貪呢？也很難說。你有因為學佛修行，貪愛一天一天在減少嗎？還是說你的貪愛只是改變了對象，從執著世間法，改變對象，變成執著佛法，貪愛的本質有改變嗎？它有在減少嗎？這個也很值得我們來好好地省思一番。你有因為學佛修行，貪愛在減少嗎？還是你在修貪，你自己不知道呢？

即使是今天學佛修行，也是因為貪愛這個根本煩惱

使我們沒辦法得定、沒辦法證果、沒辦法開悟、沒辦法成佛。為什麼貪愛沒辦法得定呢？只要你心中還有不斷湧出來的那個欲望，就沒辦法得定。它在什麼時候出來得最旺盛？就是在打坐的時候、修定的時候，因為平常你身心就很混亂，你也沒有感覺到它的存在。可是當你靜坐下來，那個不斷不斷冒出來的那個我要、我要、我要，那個就是貪愛的種子在生起現行了。平常忙亂的時候沒有辦法觀察它的存在，可是當你身心寧靜下來，貪愛的種子就不斷不斷地生起現行。你所有起心動念，想的都是等一下要幹什麼、明天要幹什麼、我人生的計畫是什麼、我要買這個、我要求那個……，那個就是貪愛啊！所以貪愛讓我們沒有辦法得定，不管你要的是五欲六塵的享受、還是名聞利養的追求、還是身心種種的覺受，都是貪。

所以貪使我們的心散亂、掉舉，障礙我們得定。貪欲心愈強的，散亂、掉舉的心愈強，就愈難得定，因為那個種子一直冒出來，就是起心動念一直在打妄想、一直在打妄想。你去分析所有妄想的內容，是哪些內容呢？都離不開貪。你說我新仇舊恨湧上心頭，那也是貪來的呀！因為貪不到，所以仇恨心就生起來，是因為貪不到，所以瞋還是貪來的。想到誰對不起我、哪件事情過不去、什麼門檻跨不過去、或者是想要報復、生起損害的心，那個也都是貪愛來的。我們分析所有的情緒到最後，總納歸結一個，就是貪。所以它是輪迴的根本，也是障礙我們沒有辦法得定、沒有辦法成就、沒有辦法證果最主要的原因，就是這個貪愛。

三界的貪，不管是欲界、色界、還是無色界，只要心生染著，耽著在其中、樂此不疲的，那個就是貪愛。可是欲界的貪、跟色界的貪、跟無色界的貪，它又有一

些差別。欲界的貪，我們是欲界的眾生，就不外男女、飲食、睡眠，最主要的嘛，五欲六塵，就是耽著在這個世間種種的欲望當中，這是屬於欲界的貪。欲界的貪比較偏重在物質方面，所以對那個物欲比較強的，都是屬於欲界的貪愛。譬如喜歡收集寶貝、喜歡收集古董字畫等等，只要是世間所謂很珍貴的、很珍奇的一些寶物，喜歡收集，然後耽著難捨，寧願丟掉性命也要守護這些東西的，都是屬於欲界的貪比較重。

有些人，他可以做到清心寡欲、淡泊名利，他說世間的這些欲望我都可以放下了，可是我放不下的是對靈性的追求。所以他每天可以過著粗茶淡飯的生活，這一切的努力，只是希望得到心靈的平靜、安詳、清淨。他是走清淨路線的，這個就是屬於色界的貪。他對欲界的貪已經可以慢慢地放下了，可是他追求的是精神上的一種寧靜祥和、還有清淨，所以那個好清淨的還是貪，只是他偏在色界的貪。他對男女、飲食、睡眠已經沒有那麼貪著了，每天可以過著很簡單、沒有物欲的，就是少欲知足的生活，那他為什麼要這樣做？就是希望能夠得到心靈的平靜，所以他也沒有離開貪欲。

這個是屬於色界的貪，就是精神已經昇華到對靈性的追求，但他還是有所追求，我「要」追求寧靜、清淨的生活，這還是貪啊！所以只要有所求，有求皆苦，求不到就苦了。當他沒有辦法達到這樣的一個目標的時候，他也是很苦啊！。

那你說不求就對了嗎？沒錯！就看破、放下，所有都放下，萬緣放下，心裡無所求，一念不生就全體現了嘛！對不對？因為我們的自性本來清淨，你現在求一個清淨就錯了嘛！因為它本來清淨，不用求啊！你只要都放下，那個清淨的自性就現前，所以它不是求來的，你

有所求就錯了。「求」就是一種貪愛的欲望，就錯了。所以我們說他沒有辦法出三界的原因，就是他還是有所求。

剛才講的，有的人他都可以放下了，什麼男女、飲食、睡眠，也可以不求靈性的生活，也可以過著隨緣的生活，但是有一關過不了，就是情關過不了。對於那個情的執著，他沒有辦法放下，不管是親情、友情、還是愛情，就是對那個情的執著非常非常嚴重的，可是他可以拋下物質的享受、或者靈性的追求都可以，但是講到情字的時候，他這一關就老是過不去，這就是屬於無色界的貪。無色界的貪愛，就是情。

所以，無論欲界的欲，色界的愛，還是無色界的情，都是屬於根本煩惱——貪，它都是讓我們輪迴真正的原因，就是情、愛、欲。三界的貪，分別以情、愛、欲來說明，只要你還有情、愛、欲，就是三界的貪，就別想跳出輪迴，因為它是輪迴的根本。

可是我們現在學佛修行，很想跳出三界外，那怎麼樣跳出輪迴，從三界當中解脫呢？現在既然知道貪愛是輪迴的根本，那很簡單，斷除貪愛就可以解脫輪迴，就可以跳出三界了。那要怎麼斷除貪愛呢？這個才是重點，對不對？你可以修空觀，就是那個智慧比較高的，你可以修空觀，在空性裡面，這些都不是真實存在的；你也可以修不淨觀，也可以修布施，練習捨、放下，都可以。

空觀怎麼修呢？就找一個你最貪愛的對象來練習。有一個貪愛的心，還有一個所貪的對象、所貪的境界，有能所。我那個念念貪愛的心、還有念念難捨所貪愛的境，然後你就問自己：你那個念念貪愛的心，是真實存在的心？那個玩股票、玩馬票的師兄，你好好地念一念，你玩股票，它跌了，你晚上失眠睡不著的時候，你問問

自己：念念念股票的心，是真實存在的嗎？那個每天想中馬票的，你問自己：念念念馬票的心，是真實存在的嗎？然後你就觀，你會發覺那個念股票、念馬票的心是生滅的，你念，然後它就消失了，你等一下又念一下，它又消失了。雖然你茶裡也是它、飯裡也是它，二六時中，晝三時、日三時都沒有離開念馬票、股票的心，但是你去觀你那個能念的心，其實它是生滅的，對不對？

我現在念希望股票明天漲，漲多少點啊？這一念就過去了，我等一下再念，希望它明天破多少點，這一念又過去了，所以你觀察那個能念的心，發覺它前念滅、後念生，它是生滅無常的，只要是生滅無常的，它是不是真實存在？不是真實存在的。所以儘管你念念都在念你那個貪著的對象，可是那個能貪愛的心，它不是真實存在的，這是「能」。

然後還有一個所貪的境界，對不對？所以你再觀察，你所念的股票是真實存在的嗎？你想中的那個馬票，它是真實存在的嗎？股票一下漲、一下跌，它如果真實存在的，它應該永恆不變，永遠就是那樣，可是它一下漲、一下跌，就說明什麼？它是生滅無常的，只要是生滅無常，就不是真實存在的，那你念它幹嘛？念到失眠幹嘛？

所以就是這樣觀察，能貪愛的心、和所貪愛的境，都不是真實存在的，都不可得，因為它是生滅無常的，只要是因緣所生，都是虛妄、不真實的。

我們為什麼會生起貪愛？就是把它當作是真實存在的，忘記它是因緣所生、空無自性的，你才會生起貪愛。所以你貪愛的當下，是把它執著成真實存在的，可是你現在藉由分析，你用智慧去觀察，發覺你能貪愛的心、還有所貪愛的對象，都不是實有的，這樣是不是就可以

放下你心中的貪愛？既然能貪的、所貪的都不可得，都是因緣所生，都是生滅無常的，經常這樣練習，貪愛就能夠斷除，就是貪愛不可得。

當你執著的時候，貪愛生起的時候，不管你貪愛什麼對象，你就這樣觀，能貪的心、跟所貪的境，都是因緣所生，空無自性，了不可得，貪愛就放下了，假的，你貪什麼？對不對？這是空觀的練習，你可以這樣修，這樣很快就見到空性的智慧。生滅、無常，接下來就是無我，你就可以證到無我，證到無我就解脫了，很快！所以股票跌得越慘，搞不好悟得更快，所以玩一下也沒有關係啦，對不對？有助於開悟。

這個是對那個貪愛特別強的，不管你對什麼都貪的，你就可以用空觀。因為不管你貪愛什麼，你就用空來對治，就可以把那個貪愛觀破了，這個是對貪愛特別強烈的，不管什麼，他看到都貪的這樣的一個根器的，可以用這個空觀來對治。

有些人他是特別貪愛自己的色身、或者特別貪愛他所貪愛的那個人的色身，所以不管是對自己的色身、還是對別人的色身特別貪愛的，就修不淨觀。

我們前面講過不淨觀怎麼修，它就是對治對色身的貪愛，效果特別快速。只要觀你最貪愛的人、還是最貪愛的自己死亡了以後那個所有的變化，九想觀，你就貪愛不起來了嘛，是不是？因為它是充滿各種不淨的、是臭穢不堪的，你就貪愛不起來了。把你貪愛的對象引發厭惡之後，你那個貪愛的種子在你每次引發厭惡的同時，就慢慢地摧破那個貪愛的種子，你生起一次厭惡感，就摧破一次貪愛種子的力量，你不斷不斷地這樣練習，那個貪愛的種子力量愈來愈薄弱，終於可以克服貪愛，所以不淨觀也是一個很好對治的法門。

對於那個身外之財特別愛著的，剛才講喜歡收集寶貝的，那個就修布施來對治。把你最珍愛的東西拿去供養、布施給大眾，慢慢地練習把自己愛著的東西布施出去，這樣練習捨、放下，自然也能夠去除貪愛，從身外之物開始練習。

我們講「布施波羅蜜」已經講過，它是可以一步一步慢慢地練習捨、放下，身外之財比較容易，因為還沒有要你的命。菩薩行菩薩道，他是頭、目、腦、髓都可以布施，眾生要你身上的任何東西，你可以馬上就布施出去。那是菩薩已經圓滿布施波羅蜜，他就沒有什麼不能夠捨的，即使要他的性命，也可以布施給眾生。所以布施也是一個很好的辦法，來對治我們的貪愛。

另外，也可以多多地來思惟貪愛的過患。我們以為滿足貪，我的生命就很豐富，生活就充滿各種欲求，可以滿足我各種的欲求，以為這個才是很好的生活品質，可是並不是這樣。

我們剛才說貪愛是輪迴的根本，所以貪愛只會讓我們不斷不斷地輪迴。除了這個之外，它還會障礙我們善根的生起。我們說無貪、無瞋、無癡是三善根，這個是想要解脫的阿羅漢，他只要證到無貪、無瞋、無癡三善根，他就可以解脫輪迴。可是我們貪愛的話，就等於障礙我們無貪的善根沒有辦法生起，就是永遠沒有辦法做到捨、放下，這一世你不管怎麼修，什麼再殊勝的法門，你都是不可能成就的，因為你是在修一個貪字而已。

如果你在修行的過程，只是在增長你的貪，不管你是貪法門、貪道場、還是師父、還是貪法寶，都一樣，都沒有離開貪愛，只是改變了貪愛的對象而已，但是貪愛的本質沒有改變，所以你是不可能有任何成就的。

如果要簡單歸納你修行的目標是什麼？就是放下。

所以等到你修到萬緣放下，什麼是萬緣？就是身心、世界都能夠放下了，身心、還有外在的世界，內外全部都能夠捨、放下了，最後連「我要放下」的這一念也放下，就能所雙亡，自性就現前了，那就能夠開悟，懂嗎？

因為在清淨的自性裡面，是本來沒有一切身心世界的。我們知道身心世界是八識的變現，那八識怎麼來？一念無明妄動來。真心是離一切相、離一切念的，可是你偏偏要起心動念，打個妄想，一念妄動，你的真心就變成了八識，八識再變現出身心世界。然後你不明白身心世界是你八識的變現，是一念無明來的產物。然後它變現出身心之後，你再執著身心世界，不斷地起分別、執著，六道、十法界就這樣形成了。

我們現在練習放下的一種修法，就是全部都放下，如果你能夠明白它是八識的變現，那更快。所以理要透的話，功夫可以很快就提升。你明白一切身心世界都是八識的變現，就回歸到八識了。知道真心離念，八識是一念妄動來的，真心是無念的，這個八識就回歸到真心了。這樣明白嗎？你就回歸自性了，就是這麼快！反妄歸真的過程就是這樣子。

所以為什麼要修布施？就是練習捨、放下，你到放無所放，連放下那個念頭都沒有的時候，你就能夠回歸到真心。所以我們說這個時候自性就能現前，因為在清淨的自性當中，本來是沒有這些的，因為真心離一切相。所有的身心世界，這一切的相在真心裡面是本來沒有的，是八識所變現出來的，這樣應該很快就可以見性了。

但是如果不明白這個道理，我們就會一味貪愛，這樣貪愛的結果，只會生出更多的苦果，不斷不斷輪迴，只有不斷不斷地受苦而已。所以我們如果能夠斷除貪愛，就等於直接能夠斷除輪迴。明白輪迴的真相，再超

越這個輪迴，就是從六道到四聖法界，明白四聖法界也是這一念的貪愛來的，也是八識的變現。十法界它用的都是八識、五十一個心所，懂嗎？只有回歸到一真法界的時候才捨識用根，它就不再用八識，懂嗎？就回歸到一真法界。所以一真法界是相對十法界來說的，你可以回歸到一真法界，十法界就沒有了。那一真法界還有沒有？也沒有需要存在了，那就是不生不滅的自性現前，也就是真心。

希望各位很快能夠斷除貪愛！很快可以得定！很快可以解脫輪迴！很快可以開悟成佛！

瞋

第二個根本煩惱是「瞋」。

什麼是瞋呢？就是對三界中的一切苦（包含了苦因、還有苦果）不能夠忍受，而生起憎恨忿恚的心。就是對苦不能忍受，然後就引發一些情緒，不管是討厭、生氣、忿恨、惱怒、或者是嫉妒、想要報復……，這所有的情緒，都是屬於瞋。

怎麼辦呢？想一想，你這個苦是怎麼來的？面對一切的苦境不能夠忍受，因此生起忿恚的心，但是這個苦是怎麼來的呢？業因來的嘛！所有的苦報都是惡業的因來的嘛！所以要問：苦是怎麼來的？還不是自己過去造的惡業現在成熟了，才會引發苦果。如果你相信因果的話，一切的苦果都是惡業來的，那惡業是誰造的？還不是自己造的，也不是人家給你的。你自己造的惡業，然後現在受報了，才會引發種種的苦果。惡業是自己造的，所以苦果自己承擔，怨不了別人。不是別人故意要傷害我們，也不是別人要跟自己過不去，也不是別人要找自己的麻煩，都不是，只是自己的惡業現在成熟了，果報現前這樣而已。

所以如果能夠相信業果的話，就沒有什麼苦是不能忍受的，因為就是自作自受。自己造惡業，現在自己受報，所以也沒有什麼好埋怨的。如果能夠這樣子來想的話，不管什麼障礙都能夠跨越，也都能夠安然忍受。

有沒有在受報的時候，是很快樂的？然後業就消掉了，有沒有這種事情？善業是這樣啦，你很歡喜的受，然後善業就報完了。可是你的惡業可能很歡喜的就報完嗎？不可能啊！所以那個愈苦的，表示說你的惡業愈重，然後報得愈快。所以你希望它趕快報完，那就是安然忍受，因為你不能忍受苦的話，你又起了瞋恚心，再造新的，就變成說你舊的還沒有報完，但是新的一直加、一直加，那就永遠沒有報完的時候。

所以最好的辦法就是歡喜受，苦果現前的時候，就是很歡喜讓我的惡業消了嘛，然後不要再造新的。你只要不能夠忍受，你就還會起瞋恚心，繼續又造新的業，所以變成舊的還沒有報完，可是新的一直在增加。可是如果你能夠安然忍受，明白業果的道理，你就不會再起瞋恚的心，就不會再造新的。等這些惡業都報完了，就沒有了，因為你沒有再加上新的。

如果你再加上懺悔的話就更快，對不對？我們知道修懺悔，尤其是實相懺，你明白業的自性也是空的，苦的自性也是空的，很快就報完了。你就是不明白這個空性的道理，把一切苦果當作是真實存在的，一切惡業是真實存在的，因此就沒完沒了，所以有空性的智慧也很快。

如果再加上發菩提心就更快了，懂嗎？怎麼發呢？發脾氣的時候要發菩提心真的是很困難，我明明氣得半死，我還要「願一切眾生的瞋恚，都在我身上成熟，一切的眾生都遠離瞋恚」，統統來，反正我發脾氣了嘛，我

就幫眾生一起消業障。因為一切眾生的瞋恚都在我身上成熟，希望一切眾生都遠離瞋恚，這時候你還會不會有瞋恚心？如果你真的是這樣子發願的話，就不會了，無限的慈悲就任運生起，懂嗎？所以消業障最快、累積功德最快，因為有發菩提心的功德。所以你在受報的時候，如果你發菩提心的話，不但可以清淨你過去無量劫以來的惡業，還可以增長菩提心的功德。所以我們才會說，發菩提心是消業障最快、累積功德快速的法門，最殊勝的法門。

所以除了要深信業果，在受報的當下要歡喜受，不再造新的以外，再加上發菩提心，這樣就能很圓滿的把瞋恚心徹底的除滅，連種子都完全地清淨。因為當你慈悲心生起來的時候，就不會有瞋恚心，而你在瞋恚心的當下，是很難發菩提心的，所以只有靠不斷不斷地練習發願，當你發脾氣的時候、跳腳的時候、想到誰咬牙切齒的時候、發誓要報復的時候，趕快發菩提心，因為只有它能夠徹底根本的解決瞋恚這個煩惱。

另外，也可以常常思惟瞋心的過患。瞋心有哪些過患呢？我們知道，當瞋心起來的時候會障礙三善根——無貪、無瞋、無癡，就沒有辦法成就無瞋的善根，也就是說瞋恚心使我們永遠不能夠做到慈悲，因為「瞋心障慈，害障悲」，瞋恚心障礙慈心的生起，害心障礙悲心的生起。害心怎麼來的？瞋恚心來的，害心是屬於小隨煩惱，它是從瞋恚的根本煩惱來的。所以只要我們瞋恚心不斷，我們就永遠沒有辦法做到慈悲，永遠沒有辦法成就忍辱的功德。因為對那個苦忍不過，才會瞋恚，所以就沒有辦法成就忍辱，這是一定的道理，這就是瞋恚心的過患。

而且你生起瞋恚心的時候，當下身心也是不得安穩

的，全身立刻心跳加速，呼吸也是加速，血壓上升，身體就變得非常的燥熱，心裡是又氣惱、又煩悶，煩惱就生起來了，所以身心當下也是不得安穩。在這樣不安穩的情況之下，就會對眾生起損害的心，這時候想要報仇的火把就被點燃了，因此很容易造下種種的惡行。因為當我們身心熱惱，很容易失去理智，因為氣昏了、氣瘋了，失去理智、喪失耐性，很容易就生起想要傷害、報復的念頭，因此就會造下種種的惡行。這樣造下種種身、口、意惡業的結果，將來受報的是誰？還是自己，所以將來還要遭受種種的苦報。

所以苦是怎麼來的？瞋恚心來的。因為瞋恚心所造的身、口、意的惡業成熟了，苦報就來了。所以不想苦，除非斷瞋心，對不對？想想看自己的障礙是怎麼來的，也是瞋心來的。「一念瞋心起，百萬障門開」，這個大家都背得很熟，一切的障礙都是一念的瞋恚心來的，自己感召來的。你這邊瞋心一生起，種子一現行，馬上就感果了，馬上就感召惡的因緣先成熟。

我們本來八識田裡面有善業的種子、有惡業的種子，可是哪個先成熟？哪個先報呢？就看你天天是歡喜、還是瞋恚。你天天瞋恚，容易發脾氣，當然是惡業先成熟，為什麼？因為瞋心所感召的一定是惡緣先成熟，就是種子生現行，所以是惡業先成熟，那就是常常會受苦報的原因。

所有的障礙也是瞋恚心來的，好不容易累積了一點功德，一念瞋心火燒功德林，都燒光光了！所以你說我常常在行善、累積功德，可是為什麼這個不順、那個不順？為什麼我障礙還這麼多？很簡單，就是瞋恚心還沒有斷除的關係，所以火燒功德林，會把我們好不容易累積的一些功德全部燒光光。看看是火燒功德林的速度

快？還是我們累積功德的速度快？來決定你現在順、還是不順。

明白這個道理，我們就要常常懺悔自己還有瞋恚的種子，懺悔自己瞋恚的習氣還這麼重，懺悔自己還沒有真正的發菩提心。所以都不是別人的問題，都是自己的問題。只有我們這樣想、這樣做的話，瞋恚心才能夠慢慢被調伏；菩提心、忍辱的功德才可能成就。

以上就是「瞋恚」，怎麼對治呢？發菩提心最快。

癡

根本煩惱第三個是「癡」。什麼是癡呢？就是對一切的事理不明白。事，就是事相，諸法的事相，一切法的事相，就是一切因緣所生的現象界；理呢？就是諸法的實相，就是本體界。不管是對諸法的事相、還是諸法的實相不明白，我們就稱為「愚癡」。

我們把一切生滅無常的現象界，當作是實有的，這就是對諸法事相的迷惑，這個就稱為「枝末無明」。不知道生滅無常的現象界，是依於不生不滅、常住不變的本體界而有的，對於諸法實相的迷惑，我們就稱為「根本無明」。迷於現象界的是枝末無明，迷於本體界的是根本無明。

就是因為這兩種無明，使我們不能夠從生滅無常的現象界，見到不生不滅、恆常不變的本體界，因此才起了我執和法執。有了我執和法執，就會以為有「我」，而產生了貪、瞋、癡、慢、邪見這些根本煩惱、還有隨煩惱，再由煩惱造業，而招感一切的苦果。

所以這一切的苦果是怎麼來的？我們剛才說瞋恚心來的，可是瞋恚心你再推，瞋恚從哪裡來？以為有「我」嘛！以為有「我」，所有違逆我貪愛的，我就生起瞋恚，違逆我的貪愛，我就覺得苦了嘛，如果滿足我的貪愛，

我就覺得樂，對不對？所以瞋怎麼來的？無明來的，以為有「我」，才有貪、瞋、癡、慢、疑……，這些都是從我執來的。怎麼會有我執？就是無明，不明白一切因緣所生，自性是空的、是無我的，只要是生滅無常的，就是無我的。不明白這個道理，我們才稱為愚癡。愚癡也是「無明」的另外一個名稱。

一切的我執、法執都是從無明來的，無明就產生執著，有我執就產稱種種的煩惱，有煩惱就造業，有業就有輪迴的苦果，所以無明愚癡也是輪迴的根本。

我們剛才說貪愛是輪迴的根本，可是貪愛怎麼來？無明來，因為無明以為有我，有我就有我貪，所以實際上來說，無明愚癡才是輪迴真正的根本。

這個無明愚癡不但會障礙我們「無癡」善根的生起，使我們不能開悟，也就是不能夠悟到一切法本來無我的道理，而且它還是一切煩惱的所依。我們剛才講了，因為無明才會以為有我，有我才會生起一切煩惱，有煩惱才會造業，而感召一切的苦果，所以它是一切煩惱雜染的所依。

這無明愚癡怎麼對治呢？就是修「無我觀」來對治。我們如果能夠明白一切生滅的現象界是虛妄不真實的，就能夠見到不生不滅的本體界，而回歸真心本性。回歸真心，就能破除愚癡、無明，就是在一切生滅的現象界，見到不生不滅的本體界。

你說怎麼見呢？怎麼在生滅無常的現象界，去見到不生不滅的那個？其實我們每天都在用，只是我們不知道，為什麼不知道？因為無明，所以不知道。因此我們就要練習呀！怎麼在生滅的現象界，去體悟那個不生不滅的本體界。

我們每天眼睛都要看，對不對？我們前面講到「八

識」，眼識九緣生，還記得嗎？你眼睛要看到東西產生，眼識要有九個因緣，所以眼識是不是生滅法？也是生滅法呀！也是因緣所生，要九緣它才能生起，少了一個，你就沒有辦法生起眼識的功能。必須要有九個因緣全部都具足，你才能夠眼見種種色，所以它是生滅的，對不對？眼識是生滅的。

你眼睛能夠見種種色，那個能見的功能是生滅的？還是不生滅的？能見的功能，就是我現在要看什麼就可以看，我眼睛閉起來就不看，眼睛睜開又可以看，眼睛閉起來也還是繼續在看嘛，只是看到的是黑暗嘛，可也還是在看啊，那個能見的功能沒有消失，對不對？所以我那個能見的功能，它是生滅的、還是不生滅的？不生滅的！如果能看的功能是生滅的，它應該隨著我看完就消失了，因為它是生滅法。可是為什麼我眼睛閉著也可以看，眼睛睜開也在看，我隨時要看都可以看，我在作夢的時候還在看！對不對？作夢還在看嘛，夢境你不是都看得很清楚嗎？所以那個能見的功能從來沒有消失過，對不對？它是不生不滅的本體界，它是我們自性的功能。

我們的自性有見、聞、覺、知的功能，這都是自性功能的發揮。可是眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識，它是無常生滅的，這樣明白嗎？因為它是因緣所生，它必須要有因緣條件，才能夠生起眼識、耳識。可是我能見聞覺知的功能，它是從來不會消失的，它是不生不滅的。這樣是不是就可以在生滅的現象界當下，去體悟那個不生不滅的本體界？就是這樣練習囉！

其實你每天都在看，壞就壞在什麼？你看了以後會分別執著，懂嗎？你把生滅無常的那個眼識看的結果，然後就著在色相上，有我喜歡、不喜歡，然後就產生分

別、執著，明白嗎？如果你知道這是能見的功能在看（能見的功能是沒有生滅的），所以你看就是看，就不會產生分別、執著。分別是第六識的功能，第七識管執著，有一個「我」在看，恆審思量，執八識見分為我。

所以如果我們像以前一樣，看了馬上就起分別、執著，有喜歡、不喜歡，然後貪、瞋、癡就現起了，著在那個色、聲、香、味、觸的六塵境界上。那個就是現在講的愚癡、無明，不明白眼識是生滅法。一切的現象界，只要是因緣所生，它都是生滅無常的，所以你才會著在一切的六塵境界上面，然後產生分別執著，分別執著之後就是起惑造業，有一個我喜不喜歡，引發貪、瞋、癡。有煩惱就造業，造業就受苦，輪迴不斷，就是這樣子來的，一念無明來的，就有後面的結果。

所以如果我不像過去那樣的反應，我知道看是真心的作用，那個不生不滅、能見的功能發揮了作用，我不起分別、執著，第六意識就轉成妙觀察智，第七識轉成平等性智。所以，我如果用我能見的功能看，那只是智慧的作用，懂嗎？我自性裡面本來有的那個智慧的作用，我很清楚我看到了什麼，但是沒有分別執著，所以也不會起惑造業、也不會輪迴，這樣明白嗎？

聽也是一樣，我能聞的功能讓我聽到種種的音聲，但是我沒有分別執著，我是妙觀察智、平等性智在起作用。其他以此類推，見、聞、覺、知都是這樣，我真心直接起智慧的作用，沒有分別、執著、妄想，每天六根面對六塵境界，只是真心在起用，真心起用就是什麼？智慧的作用這樣而已。沒有打妄想，沒有分別執著，這就是真心。真心離一切相、真心離一切念，懂嗎？

所以沒有妄想，妄想也是第六識分別來的，沒有起心動念，只是好像鏡子一樣，如實照見六塵境界。鏡子

有沒有說我喜歡、不喜歡？我要照、不要照？有沒有？沒有啊！那我們真心也是同樣的，只是如實照境，沒有起心動念，沒有打妄想，沒有分別執著。你每天就是這樣子過生活，不會起惑造業，用的都是真心。

不生不滅的本體界，它是怎麼去觀察出來的？從生滅的現象界去了悟這個道理，你就能夠破除這個愚癡、無明。就是這樣子來練習，這就是修無我觀。

如果明白唯識的道理，也可以去除無明。我們剛才講的，那就是唯識的道理。怎麼從生滅的現象界，去體悟到不生不滅的本體界？其實我們剛才已經說了一遍了。你從唯識的智慧來觀察，也是同樣的可以達到這樣的效果。生滅的現象界是怎麼來的？八識的變現。八識怎麼來的？一念無明妄動來的。一念無明生三細，境界為緣長六粗，是這樣子來。所以面對一切境界的時候，我們知道它是八識的變現，八識是一念妄動來的，所以還是那個不起心動念，就是沒有妄念，就回歸真心了。不分別、不執著，還是同樣的道理。

可是，唯識用了很多的名詞，一切生滅的現象界，叫做「**依他起性**」。依他起，就是因緣所生，要依他的因緣。「眼識九緣生」，就是依他起的，必需依種種的因緣，全部具足了之後，你才能夠生起眼識的功能。所以只要是因緣所生的，都是依他起性。

八識變現出見分和相分，我們執八識的見分為我，執八識的相分為法，這個就是我執跟法執的來源，這個稱為「**徧計所執性**」。所以在依他起的當下，我們起了徧計所執，就是說我們在生滅的現象界當下，我們會以為有一個「我」在看，有一個我能見的心、還有所緣的境。能緣的心，就是見分；所緣的境，就是相分，而生起我執跟法執。所以一般凡夫，就在依他起性的當下，

起了徧計所執性，生起了我執跟法執。

現在明白了這個道理，只要在依他起的當下，不起徧計所執，就能夠回歸到「圓成實性」。

依他起、徧計所執、還有圓成實，那就可以回歸到剛才我們講的那個自性，回歸真心當中。聽不懂沒關係，我們後面還會講「八識規矩頌」。所以我們就知道，一念無明而有八識，然後八識變現見分跟相分，把見分執為我（我執的來源），把相分當作是法（法執的來源），而起了徧計所執性。現在只要面對一切依他起性的現象界，不起徧計所執性，就能回歸到圓成實性的本體界。

這就是第三個根本煩惱「癡」。怎麼樣破除愚癡、無明？只要能夠明白一切現象界、還有本體界，就能夠從現象界的當下回歸到本體界，而去除根本無明、還有枝末無明。

慢

根本煩惱的第四個是「慢」。什麼是「慢」呢？就是自以為了不起。這種了不起，是在和別人比較之下，永遠覺得自己最行、最棒，而瞧不起別人，不管真相事實是怎麼樣，就是自己最強就對了，這個就叫做「慢」。

一般來講，可以把「慢」歸納成七種：

對那個不如自己，和自己相等的，我們當然沒有把他放在眼裡，因為他不如我，或者是跟我差不多，可是我還是覺得我比他行，這個叫做「慢」。

對那個原本就勝過自己的，可是我也認為他沒有什麼了不起，心裡想：壓根兒他也跟我差不多，這個叫做「過慢」。他明明超過我，可是因為慢心的關係，你覺得他跟我差不多，這個就是慢了，超過本來的程度，所以叫過慢，這個有點過分了。

對那個明明超過自己很多的，可是還是認為自己勝

過他。超過自己很多的，可是你因為慢心的關係，覺得我勝過他太多了，這個又更過分了，叫做「慢過慢」。不只是一點超過而已，剛才只是有一點過分，現在實在是超過太多了，叫做「慢過慢」。

第四種，就是把生滅、無常、無我的五蘊當作是「我」，這個已經很無明了，對不對？明明沒有我，本來無我的，現在以為有一個我，然後還處處以為自己勝過別人，想駕凌在別人之上，這個就叫做「我慢」。一般所謂的「我慢」，就是從這邊來的，以為有一個「我」之後，我還很了不起，處處想要勝過別人、要駕凌在別人之上。

這個意思就是說慢心重的人，他會想要駕馭別人、想要指揮別人、或者是差遣別人。為什麼會有這樣的習氣表現？就是因為在他心裡面認為說：「他不如我嘛！」不如我，就應該受我的差遣，應該聽我的！因為我比較行！我比較了不起！對不對？所以他就有那個指揮別人：「你去幫我幹嘛！」就覺得理所當然，為什麼？因為我比他強，所以他應該聽我的，這就是「我慢」的表現。

第五種，只有修行人才有的，叫做「增上慢」。就是他以為自己打個坐、修個法、念個佛、持個咒，他就以為他看到了種種的境界，以為他得了神通，其實是神經發作，這個叫做「增上慢」，就是比你原來的程度還要再增上。就是你明明沒有神通，你以為有神通，你明明沒有得禪定，你說我已經證了初禪、二禪、三禪、四禪，還跟人家說你禪定的境界如何如何，這個都是增上慢。

那個說自己證果的，你說他證了沒？初果就已經無我了，已經破我見了。「我」證了初果，你說他證了沒？他還有「我」，怎麼可能證果！所以他自己露餡兒了！證果的人不會說自己證果，因為初果就已經無我了，他的觀念裡面是無我的，所以他不會說：「我證了初果、我證

了二果、我證了四果阿羅漢」。「我」耶！我很了不起！證果了！證果就已經無我了，他怎麼可能說「我」證了幾果呢？懂嗎？這些都是屬於增上慢，只有修行人才有的慢心。

第六種，就是他外表很驕傲，誰都沒有看在眼裡，處處都要偽裝自己很行，看什麼都不屑，可是他內心自卑得不得了，這個叫做「卑慢」。這個就是自卑心所造成的自大狂。他的僥慢、傲慢是怎麼來的？是自卑心在作祟，因為他非常自卑，怕人家瞧不起他，所以他要偽裝成自己很行的樣子。

第七種，就是「邪慢」。邪慢有兩種情況，一種是外道，另一種是一般人。

一般人的情況就是他常常讚歎自己，他不讚歎別人，他就自己讚歎自己，吹噓自己、吹捧自己說：「這個我沒問題！那個我也沒問題！所有的事情都包在我身上！」這種人很多嘛。可是到時候就是處處都有問題，他只是會吹噓而已。他會為了博取虛名假利，處處誇耀自己的才能，這個叫做「邪慢」，因為他不是真正有才能。

還有另外一種，就是修外道的。像那個修苦行的，他就自以為自己的苦行有真實的功德，不然他為什麼寧願犧牲性命，也不會放棄苦行？因為他認為行苦行有真實的利益，不管是消業障也好，或者是累積功德、還是證果，他們所謂的涅槃就是從苦行來的。他們也有涅槃的觀念，但不是我們說的九次第定的涅槃，所以他們涅槃的觀念也是錯的。他們以為無益的苦行有真實的功德，其實根本沒有功德可言，既不能消業障、也不能累積功德、也不能證涅槃，都不可以，可是他們卻到處宣揚自己最殊勝，還瞧不起那個不能夠行苦行的，就說：「你可以像我這樣嗎？」這種就是一種邪慢，是修外道的人

才有的。他認為他修的那個法門是最好、最殊勝的，然後瞧不起其他教派。

我們剛才講，增上慢是修行人才有的，邪慢是外道才有的，這兩個都是因為修行才有的慢，這兩個有什麼差別呢？有三種差別：

第一種差別，增上慢是對自己修功德所起的傲慢；邪慢是對自己根本沒有功德所起的傲慢。所以增上慢不是完全沒有功德，他有少分的功德，可是他以為他得了殊勝的功德，就是比自己的程度還要再增上、更多，這個稱為增上慢。可是邪慢是根本沒有功德，自己以為有殊勝的功德。

第二種差別，增上慢是內道、外道都會有的傲慢；邪慢是只有外道才會有的傲慢。

第三種差別，增上慢是聖者和凡夫都會有的慢心；邪慢只有凡夫才有。聖者也有增上慢，這邊的聖者指的是什麼聖者呢？以小乘來說，就是初果、二果、三果的聖人，如果他沒有一直在正念當中，失念的時候，慢心還是會現前，為什麼？雖然他已經破薩迦耶見了（五種惡見的第一個），但是習氣還在，懂嗎？我見的習氣還在，所以他還會在失念的時候現前，因為種子沒有清淨，它只是伏住了。所以我們才會說小乘的初果、二果、三果的聖人，他在失念的時候，還是會有慢心現前。這時候的慢心，指的是習氣。

以大乘菩薩道來講，以別教來說的話，四地以前的菩薩，他也會在失念的時候，暫時有我慢現前，但是他很快的，他自己會馬上反省，所以他的慢心不會有過失。只是他失念的時候，慢心會生起，可是因為定慧力，止觀修得好，定慧力很強，所以他慢心一生起，他馬上就可以察覺，所以也不會有任何的過失。

以上就是說到「增上慢」跟「邪慢」的三種差別。

我們怎麼去除增上慢呢？可以思惟慢心有哪些過患。你常常這樣貢高我慢，有什麼過失呢？

慢心會讓自己的心量變得很狹小。那個慢心重的，很難接受別人的意見，沒有辦法容納別人的意見，所以時間一久，他的心量就會變得很狹小。因為他自己最厲害了，幹嘛聽別人的？別人給意見，他還是覺得自己最高明，所以心量就愈來愈小了。見到別人好，他也沒有慚愧心，因為他不認為自己有需要改過或者是加強的地方，因為自己已經很了不起了嘛，所以當然沒有什麼要改正的。「我只是不想這樣而已呀，我又不是不會！」因此就會變得比較沒有慚愧心。有慚愧心的人會見賢思齊，見到那個比我們好的聖賢，我們會希望跟他一樣，那就是因為有慚愧心，可是慢心會讓我們沒有慚愧心。

慢心也會障礙自己的多聞，沒有辦法成就多聞，為什麼？自以為了不起，當然就不會尊重別人的意見，也不會常常虛心向人討教，因此就障礙自己的多聞。

慢心還會障礙自己的成就。見到佛、法、僧三寶，他覺得也沒有什麼值得恭敬的，當然就不可能去聽聞佛法、修行，不會去親近僧寶，然後來聞、思、修，當然就不可能有什麼成就，因此障礙自己的成就。

所以慢心使我們不能夠謙恭、卑下，反而自高自大、輕視一切，當然這樣就很容易造下各種惡業，尤其是輕視三寶的業是最嚴重的，然後造業就要輪迴、就會受苦。

所以想一想，我們為什麼修到現在還不成就呢？搞不好就是有慢心在裡面。如果我經典也看了，法也修了，善知識也親近了，道場也跑了好幾個，師父也換了好幾個，可是為什麼還不成就呢？問題就出在這裡，現在找到了！所以慢心讓我們沒有辦法成就，進步也很緩慢。

要怎麼對治這個慢心？就是心中要常懷慚愧。覺得自己不如人的話，就要恭敬他，尤其要恭敬三寶，然後虛心的請教學習，聞思修佛法，這樣才可能成就。所以自己還沒有成就之前，要常懷慚愧心。只有成就了，證果、或者開悟，才表示說你修行有了一些成績。可是我今天如果還沒有成就，我就應該要慚愧，對不對？然後更謙虛的恭敬，這樣子來對治自己的慢心。

疑

根本煩惱的第五個是「疑」。什麼是「疑」呢？就是懷疑、不相信，碰到事情總是猶豫不決，不容易下決定，這個就叫做「疑」。

疑根性比較重的人，我們平常也很容易觀察得出來。整天疑神疑鬼的那種，你跟他講什麼，他就先懷疑再說，他不是先相信，他是先懷疑。買東西也怕人家騙他，做生意也怕被朋友出賣，談個戀愛怕感情被欺騙，結了婚以後，整天懷疑老公是不是有外遇，為什麼他今天去什麼地方沒有交代清楚？講電話支支吾吾、結結巴巴，八成有問題！整天就是懷疑東、懷疑西的，那個就是疑根性比較重的，這是以一般人來說。

他今天來學佛修行也是一樣，他親近一個師父，會先懷疑那個師父，他會先看那個師父所表現出來的是不是如理如法，或者會去尋求上師的過失。如果看到他覺得有不如理如法的地方，他也很難生起信心。然後他也會懷疑自己，不管修任和法門，他會懷疑自己是不是有那個根性，可不可能成就。所以，他會懷疑上師、懷疑法、懷疑自己。

以根本來講，為什麼會產生這個疑呢？就是因為對真理不明白。對什麼真理？就是無我的真理。對無我的真理不明白，因此才會無法產生決定的勝解。

一般來說，有六個原因會讓我們產生懷疑。

第一個，沒有聽聞正法，因此沒有正知見。沒有正知見，就容易產生懷疑。怎麼對治呢？就是聽聞正法之後，就能夠斷疑生信。

第二個，見到上師有不如理如法的地方。我們剛才講的，因為他會尋求上師的過失。怎麼對治呢？就是不要尋求上師的過失，因為你的證量可能跟你的上師不一樣，功夫也不一樣，所以以你凡夫的心來看已經有修有證的善知識，怎麼可能正確呢？因為證量不同的緣故，可能上師的智慧是我們沒辦法體會的，當然由智慧所衍生出來無量無邊的善巧功德，我們也沒有辦法體會。

所以我們看到上師對這個弟子用這個方法，對那個弟子用那個方法，今天變這個、明天變那個，變來變去，他不能夠體會，他以為上師偏心。對他那樣，對我這樣，所以師父對他比較好，對我比較不好，師父對我也是有意見。這是第二種，就是懷疑上師，對上師沒有信心，所以他不管親近那一位善知識，都不可能成就。

像有一些人跑道場，親近一位師父，離開之後他就很害怕，害怕什麼呢？那個上師會不會對我放符咒、做法啊？因為我以前捐很多錢，我現在都不去，他會不會懷恨在心？下降頭啊？還是放符咒？如果他有這一念懷疑，他之前不管親近那個道場、那個師父多久，十年、二十年，都是白費功夫！因為他從來沒有相信過那個上師，如果他相信的話，不會起這一念的懷疑，懂嗎？不會說離開那個道場，那個師父會不會生氣？所有有證量的上師都是慈悲的，他怎麼可能會放符咒？怎麼可能會下降頭？難道就因為你不去，他就會這樣？那他是善知識嗎？

有的人會懷疑說，以前我親近那個師父的時候，他

跟我結緣很多東西，我現在沒有去了，我是不是要把那個結緣品全部處理掉？因為聽說那個結緣品都有上師的磁場、加持力在上面，我現在還戴著，會不會有危險啊？這就說明一個疑根重的弟子，他不管跑多少道場、親近多少師父、修多少法，他都不可能成就的，就是問題出在這個疑根性太重，懂嗎？所以「信為道源功德母」，佛法信為能入，信是第一步，你不能相信，後面都沒有了，你是不可能成就的。

第三個，各宗各派意見不同的時候。我們說有小乘、大乘，又來個金剛乘。小乘裡面還分上座部、大眾部……；大乘更多，八宗、十宗；密宗也不少，雖然有四派，可是每一派裡面又分了好多小派。他聽了小乘跟大乘就打架，再加上金剛乘更亂。他念佛的時候就在想：「我可不可以去數息？可不可以去參加灌頂？可不可以參加法會？」一面學就一面懷疑，然後還要比較，這個師父這樣說，那個師父那樣說，一下說空、一下說有，一個說可以吃肉、一個說不可以吃肉，就打架了嘛！這個不是已經吵很久了嗎？學佛到底要不要吃素？對啊！光是一個吃的東西就吵很久了，那更不要說很多不同派別的見解。

因為見地不同，修的法門也不同，所以他都沒辦法融會貫通。他不明白釋迦牟尼佛當初說法四十九年，所有的法都是從自性裡面說出來的，小乘、大乘都是釋迦牟尼佛說的。釋迦牟尼佛說了這麼多法門，祂為什麼不會打架？因為祂已經見性了，懂嗎？從自性裡面說出來的，面對不同根性，說不同的法，任運說出來的，應機而說的。什麼病就給什麼藥，很快就成就了。可是我們不明白，我們沒有佛陀的智慧，也沒有那樣的善巧方便，所以我們不明白，聽到不同的見解，就產生矛盾衝突了。

這就是另外一種懷疑的來源，就是各宗各派意見不同的時候。

所以在我們沒有見性之前，總是有分別、執著，不能夠把各宗各派的見解全部圓融在我們的自性裡面。既然佛說法是從自性裡面出來的，所以除非我們見性，我們才可以把一切萬法回歸到我們自性當中，再從我們的自性裡面，很自然的把它表達出來，這樣就 O.K.。可是沒有見性之前，還真的會產生懷疑。怎麼見性？我們剛才講了很多見性的方法，你可以修空觀、無我觀，都可以，還是用唯識的觀察也可以。見性之後，你自然就可以把萬法融會在你的一心了，圓融在你的自性當中。

第四個，就是疑自，懷疑自己。因為自己笨嘛，愚癡性重，所以不明白剛才講的事（諸法的事相）、理（諸法的實相），所以愚癡、無明。

他就算去聽經聞法，大部分的時間都在打瞌睡，要不然就是散亂，或者在想自己的心事，上面說上面的，他自己想自己的心事、做自己的事，不然就是打瞌睡。不是昏沉、就是散亂、掉舉，就是法不入心，不管他薰習多久。這是因為愚癡性比較重，所以他就懷疑。

因為沒有辦法證到，沒有辦法有修行的證量，那個覺受沒有辦法生起，所以他很難相信；或是因為自己沒有辦法做到，他就覺得佛法很難、道理很深；或者是自己認為自己沒有辦法證到佛經裡面所說的種種神通境界、或者是大菩薩境界，他覺得那個簡直是太遙遠的事情。這些情況，就是懷疑自己沒有辦法做到。

那要怎麼辦呢？就是懺悔！這就是障礙嘛！懺悔過去無量劫以來的業障，讓我們現在聽經聞法、修行有障礙，所以可以勤修懺悔，特別是實相懺。並且明白一切眾生本來具足如來的智慧德相，只是現在沒有被開發而

已。一切都是本自具足的，佛有的不管是智慧、德能、神通……，我們每一個眾生本來都有，只是被障礙住了，被煩惱障、所知障給障礙住了，可是我們相信我們是有佛性的，我們相信本自具足的，這樣就可以了。你就會增加自信心，相信自己也可以成就。既然本自具足，本來有佛性，當然可以成佛，那是一定的道理。不能成佛，是因為沒有佛性才不能成佛，既然你相信有佛性，就一定可以成佛，遲早而已。什麼時候障礙去除，什麼時候佛性就開顯，就是有這樣的信心，所以這樣的見地也是滿重要的。

第五個，無法了悟大乘所說的甚深法性。

第六個，不能理解大乘中的廣大教法，就是善巧方便。因為眾生無量，所以法門也無量，是應機施教的。

所以第五跟第六，就是沒有辦法了悟大乘所說的甚深法性，還有不能理解大乘中的廣大教法。

怎麼對治呢？就要多多地讀誦大乘經論，了悟般若空性的智慧，等到我們見性之後，自然就能夠了悟大乘所說的甚深法性，還有，也能夠理解大乘中的廣大教法。就是自己見性之後，自然就能夠具備廣大的善巧方便。

以上就是「疑」。

我們今天把貪、瞋、癡、慢、疑，這五個根本煩惱介紹完了，明天我們就介紹「五不正見」。

今天就講到這裡。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第六講
根本煩惱
(惡見)

各位居士大德！阿彌陀佛！

根本煩惱第六個，是「惡見」，也稱為「不正見」。

什麼是不正見呢？就是錯誤的見解。不是正確的見解，就是錯誤的見解。這個錯誤的見解，使我們沒有辦法證得初果，小乘的初果就能夠破見惑。所謂的見惑，就是這五種不正確的見解，就是見解上的錯誤，見解上的迷惑。什麼時候斷呢？要到小乘的初果才能夠斷。

有哪五種不正確的見解呢？身見、邊見、邪見、見取見、戒禁取見。

為什麼會有這五種錯誤的見解呢？就是對於真實的道理不明白，才會產生錯誤的見解。

一、身見（薩迦耶見）

譬如說：明明沒有「我」，卻認為有一個真實的「我」存在，因此把這個身當作是我，這個就叫做「身見」。

身見怎麼來的？就是把五蘊當作是我，是屬於我所有的，「我所」。屬於我的色身、我的感受、我的想法、我的壽命……等等五蘊，把五蘊的假合當作是我，這個就稱為「身見」。

可是五蘊之身是因緣和合才有的，它並不是真實有，因為不管觀我們的色身也好，我們的感受也好，或者我們的想法也好，就是所謂的色蘊、受蘊、想蘊、行蘊、識蘊，你觀每一個，都知道它是生滅、無常、無我的；既然是生滅、無常、無我的，當然就不是真實的存在。可是我們不明白這個道理，就錯把五蘊之身當作是我，還有屬於我的——我所，這個就稱為身見。

在沒有證得小乘的初果之前，我們每一個凡夫眾生都是這麼想的，這個色身是我的嘛，不然你幹嘛這麼照顧它，對不對？四大不調的時候、五臟六腑生病的時候都很緊張，為什麼？因為我們把它當作是我的肝、心、脾、肺、腎、小腸、大腸……什麼都是「我的」，所以要好好地愛護它，這個就是執色蘊為我，屬於我的——我所。「我的」身體，所以我要好好地照顧。

因為我們的觀念裡面，這個色身是我的，所以為什麼要修不淨觀？為什麼要修四念處？尤其是身念住，為什麼這麼重要？就是它破這個身見最快。我們藉著觀生滅、無常、無我，你就能夠明白這個色身不是我，一切只要是生滅、無常的，都是無我的，因此就可以破除這個身見，而證到初果。

身、受、心、法，四念處。不淨觀也是身念住的一種修法。身念住，或者身念處，這個是破身見最快速的法門。我們修行為什麼不容易成就？最主要、最根本的問題，就是出在身見，它也是五見裡面最難斷的。因為身見斷了，接下來的邊見、邪見就斷了；見取見、戒禁取見，只要你聽聞正確的佛法，也很快就斷了。因為這五見都是分別來的，所以它很容易斷，比我們昨天講的那個思惑容易斷。

昨天講的貪、瞋、癡、慢、疑比較難斷，因為它是跟我們生命一起來的，所以比較難斷。但是今天要介紹的這五種不正見，它是比較容易斷，因為它只是見解上的錯誤，是第六意識分別來的。你只要聽聞正法，如法的修習，依照佛陀所傳下來的四念住等等的法門，依照這個法門來修，很快就能夠破除而證果。

我們一般都會把這個色身當作是我，所以就被色蘊所困，不得解脫。只要我們觀念裡面還認為這個色身是

我的，屬於我所有的，就被色蘊困住，不得解脫。

如果我們認為種種的感受是我的感受，這個就被受蘊所困，不得解脫。每一個當下都有受蘊，不管你是快樂的、痛苦的、憂愁煩惱的、歡喜的，各種的情緒，它都會帶給我們種種的感受。我們如果執著這種種的感受，以為它是真實存在的話，我們也會被受蘊所困。

像打坐的時候也是，很多師兄喜歡搞感受嘛，對不對？氣又走到哪裡了，打坐是很舒服呢？還是腰痠背痛呢？也是感受啊！或者身心輕安、喜樂啊，也是感受啊！都沒有離開這個感受。不管是日常生活當中，行住坐臥，你在修定、或者下座，任何情況，每一個當下都有受蘊生起，只是強不強烈的差別。一般是捨受（不苦不樂受），你比較沒有強烈的差別，就是沒有特別歡喜，也沒有特別憂愁，沒有特別痛苦，也沒有特別快樂，那個當下好像沒有什麼感覺，那個其實還是在受蘊當中，那個叫做捨受。所以，實際上我們念念都沒有離開受蘊。

受蘊生起的當下，你能不能馬上就明白它是生滅、無常、無我的？不是「我的」感受，它只是因緣所生，而生起了種種不同的感受這樣而已。並不是有一個「我」在受苦、受樂，感覺歡喜、還是憂愁、還是苦悶，沒有一個「我」在感受，這個才是事實的真相。因為種種的感受只是因緣的生滅而已，只是因緣生起的當下，你能不能有這樣的智慧觀照，明白它是無我的，是生滅、無常，只要是生滅、無常，就是無我的。這個我們之前都已經很詳細地介紹過，尤其是在我們講「身念住」的時候，都詳細地說明過。

想蘊也是。我的想法、我的看法，我認為怎麼樣……，只要你執著那個生起的念頭，以為它是真實存在的，你就被想蘊所困，不得解脫。

如果我們還認為我的種種想法是對的，然後要跟人家爭辯，別人不同意我的時候，我很生氣，那就是你執著想蘊，不得解脫，可是你當下不了解。我的想法多希望得到別人的認同！當別人不認同我的想法的時候，就覺得不是同一國的，如果再爭論起來，可能就會生氣、起瞋恚心。為什麼每個人都執著他的想法是對的？或者認為他的想法很重要？就是因為他把這個生滅、無常的想蘊，把它當作是實有的，是我的，屬於我所有的。所以，當我們執著種種想法的時候，以為是「我」在想，這個時候就是在身見當中，被想蘊困住。

行蘊的範圍比較廣。我們最在意的就是壽命，一個人的壽量其實也是生滅、無常的，也不是「我」可以活多久，都是無我的，哪有我的壽命呢？可是我們會誤以為有一個「我」，然後很在乎我可以長壽，只要聽到能夠長壽的方法，就很想趕快去試試看，就是很在意自己的壽命，這個時候就是被行蘊困住，不得解脫。

所以我們為什麼流轉在三界當中不得解脫，連證初果都沒份呢？就是因為我們把五蘊——色、受、想、行、識，把它當作是我、我所，這就是所謂的身見。

所以要修四念住，明白五蘊都是生滅、無常，既然是生滅、無常，就是無我的，因此沒有一個我，或者是屬於我的五蘊之身，這些都不是真實存在的，它只是生滅相續的過程，可是我們誤認為它是屬於我的。

以上是第一個——身見。

二、邊見

第二個，邊見。邊見是由身見來的。

有了身見之後，我們就要進一步討論這個「身」，是永遠存在呢？還是死了之後，就沒有了呢？所以它就會落在兩邊，認為永恆存在，就落在常見；認為死後沒有

了，就落在斷見。所以不管是落在常見、還是斷見，都是落在一邊，我們稱為「邊見」。

所以不管是落在常見、還是斷見，都是屬於錯誤的見解。為什麼呢？其實沒有證初果之前，我們也都是這樣想，有一個「我」在輪迴嘛，對不對？所以我很在意，我要斷惡修善，幹什麼呢？我想要有人天果報，我希望下一世更好啊，所以我要造種種的善業，這個就是常見。因為在你的觀念裡面，認為「我」是永恆存在的，只是它不斷不斷輪迴這樣而已，一下三善道、一下三惡道，可是有一個真實的「我」在輪迴，所以我會很在意的要斷十惡業、行十善業，我希望得人天果報，或者我希望能夠解脫。有一個「我」要很精進地修行，然後來了脫生死、或者是開悟成佛。「我」要證果、「我」要開悟、「我」要成佛，這個觀念就是落在常見。有一個永恆存在的「我」，不管它是在六道輪迴，還是跳出輪迴解脫，還是有一天能夠成佛，都是「我」成的嘛！對不對？「我」輪迴、或者「我」證果，所以這個「我」在我的觀念裡面，它是永恆存在的。它不會因為輪迴或者是怎麼樣，它就消失了，不會，它是永恆存在的。所以我要很精進地努力修行，為的是什麼呢？就是我要成就啊！「我」要成就，這是落在常見。

一般相信因果的，他就不會落在斷滅見，斷滅見就是說人死了，就沒有了。很多人說：「誰看見人死後到哪裡去？」誰也沒看見！所以就是沒有了，對不對？塵歸塵、土歸土，我們既然是四大的假合之身，所以死的時候四大分散，回歸虛空法界。你說有一個中陰身，誰看見了？誰也沒看見！所以沒有看見，就不能夠證實它是真實有所謂的中陰身，因為只看到一個人死了嘛，然後腐爛了，剩下一堆白骨，或者是燒成一小堆的灰這樣而

已。所以你說人死了到哪裡去了？也不能證明他是上天堂還是下地獄，誰也沒看見，因為我們沒有天眼通。所以還是很多人認為死後什麼都沒有了，尤其是唯物主義者，對不對？唯物主義認為我們的色身是物質，死了以後當肥料還不錯，這就是落在斷滅見。

所以這兩個都錯，落在兩邊，一個落在常邊，一個落在斷滅邊；一個是常見，一個是斷見，都不是正確的見解，都是錯誤的。所以我們在沒有證到無我之前，其實我們是念念有我，都把「我」當作是真實存在的。

那你說，佛法不是說人死了就到哪一道投胎，不是那個「我」去輪迴嗎？或者是我修解脫道，就能夠解脫三界，然後去證個什麼初果、二果、三果、四果，不是嗎？那你說沒有我的存在，那是誰去輪迴？誰在證果呢？可是你又說人死了不是斷滅，不是什麼都沒有了，可是你又說沒有一個永恆存在的我，那到底是怎麼一回事呢？人死了之後，不是成為中陰身嗎？那個中陰身不是我嗎？然後那個中陰身再去投胎，那不是我在投胎嗎？然後不是我死掉了嗎？我這一世一期的壽命，看可以活幾十年，然後有一天我就死了，那不是我死了嗎？然後我死了又形成中陰身，然後中陰身再去投胎，那個不是我，那是誰啊？

我們剛才講過了，五蘊之身是生滅、無常、無我的，只要是因緣所生，都是無自性、是空的，所以誰在輪迴啊？是不是「我」在輪迴？沒有一個真實的我，那是什麼東西在輪迴？生滅、無常的相續而已，懂嗎？所謂的我，我們觀念裡面的我，就是五蘊的假合，色、受、想、行、識這五蘊，我們執五蘊之身為「我」，這個稱為身見。我們就進一步討論，這個我的身，到底是永恆存在的呢？還是死後就斷滅了？我們剛才也分析，這個五蘊是不是

真實存在的？不是啊！因為你去觀察，這個色身不是永恆存在的，因為它每一剎那都在改變，對不對？要不然怎麼會有生、老、病、死，如果我的色身不會改變，我應該生下來就是那個樣子，永遠不會變，因為不是生滅無常的。可是它從 baby 一直長到大，然後老，最後就死掉了，生老病死的過程，不是說明它是生滅無常的嗎？所以它是不是實有的？它不是真實存在的。

色身是這樣，剛才講感受也是。感受也是一直在改變，我一下歡喜、一下痛苦、一下悲傷，變來變去的，就是無常嘛。我生起歡喜，等一下就消失了，前一念我還很歡喜，後一念可能我又生氣了，表示它是生滅的，對不對？歡喜心生起來，它就消失、就滅了，痛苦生起來，消失、就滅了。所以任何的感受也是生滅的，它變來變去，變化無常，所以是生滅無常的，不是永恆存在的，所以這個受蘊也不是真實存在的。

想蘊也是。我東想西想的，一下想未來、一下想過去，現在想，馬上又過去了，念念不停留，念念不住，念念生滅，這一念起來就消失，起來就消失，不管你念的是什麼內容。你看每個念頭生起就消失，生起就消失，這說明什麼？生滅的嘛！我們的想蘊是生滅的，然後變來變去的，一下想這樣、一下想那樣，一下改變主意，一下又這樣、一下又那樣，就說明它是無常的，因為它會變化，就是無常的。永恆存在的不會變化，這樣子永遠都是這個樣子，不會改變，不生不滅的，叫做不是生滅的。可是你生起來就消失，那說明它不是不生不滅的；變來變去，表示它不是常，它是無常，才會一直變化。

所以我們一個一個來觀，不管是色蘊、受蘊、想蘊、行蘊、識蘊，都發覺它是生滅、無常、無我的，我們以為的「我」，就是五蘊的假合。我們一個一個觀，它都是

生滅無常的，那有沒有一個真實的「我」存在？沒有啊！那是誰去輪迴了？五蘊生滅的相續，懂嗎？相續形成中陰身，相續投胎，相續又過了一輩子，又死掉了，都是五蘊生滅無常的相續相。沒有一個我去投胎，也沒有一個我死掉了，也沒有我形成中陰身、然後投胎，然後再形成一個我。這一世看是天道、還是人道、還是三惡道，六道眾生也都是因緣和合而有的，懂嗎？眾生，就是眾緣和合而生，就說明它是因緣所生，是生滅、無常、無我的。所以一切眾生，只要是眾緣和合而生的，因緣而有的，都不是真實存在的，都是生滅、無常、無我的。

所以有沒有一個我在輪迴啊？沒有！只是五蘊生滅無常的相續相。有沒有一個我在證果啊？證果是不是因緣所生？是啊！一切想要修行證果的那個過程也是生滅無常的相續，如是因、如是果，你種下解脫輪迴的因，你就能夠證得解脫的果，也是因緣所生。

所以有沒有一個我證得阿羅漢啊？沒有一個真實的我證阿羅漢，對不對？有沒有一個我在開悟啊？所謂的開悟是什麼？明白這個道理叫開悟，不是有一個「我」開悟了。「我」開悟了，就說明他沒有悟，為什麼？因為他觀念裡面還有我，就表示他還是無明、顛倒、愚癡嘛！怎麼可能開悟呢？開悟，悟到什麼？就是悟到無我的真理，叫做開悟。明白我空、法空的道理，那個叫開悟，明白一切法本來無我，真實證得了這個境界，無我的境界，入了這個空性當中，如實了知，只要是因緣所生都是無自性的。

所以我們修了半天，都在修「我」，對不對？我要勇猛精進、我要做功德、我要放生，我要布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧、還有十波羅蜜，我要發菩提心、我要度眾生……統統錯了！

那你說都是因緣所生、無自性空的，都是假的，那還要不要度啊？這樣說來說去，我也不是真實存在的，眾生也不是真實存在的，眾緣和合而生嘛，什麼六度、十波羅蜜，也都是因緣所生，也都不是真實存在的，那我修行幹什麼？也沒有一個我在修，也沒有一個真實的眾生可度，一切法門也都不是真實存在的，也都是因緣所生法，那還要不要度？都假的！還要不要度？還要不要修？一切修行也是如夢幻泡影，都是因緣所生，還要不要修？也沒有一個我在修行，也沒有一個我在證果，那我幹嘛這麼努力，根本沒有一個真實的我存在啊！

那你們看，佛菩薩那麼精進地往來生死六道當中來度眾生，他們是在幹什麼？難道他們不明白這個無我的道理嗎？如果他們明白無我的道理，幹嘛還那麼精進要度那個根本不存在的眾生？菩提心都白發了，六度、十波羅蜜都不可得，怎麼辦？

所以，要明白**中道實相**的道理非常重要，不然又落在現在講的邊見當中。一切眾生是落在有邊，執著一切法都是真實存在的，我是真實存在的，我的家人、我的事業、我的子女、還有我一輩子努力的房子、車子，對凡夫眾生來說，都是真實存在的，不然他幹嘛那麼拼命賺錢？拼命賺錢幹什麼？買房子、買車子啊，把家庭照顧好，事業飛黃騰達。

所以一般凡夫眾生會把一切因緣所生法，當作是真實存在的，因此他非常的執著。所以事業如果失敗了，也是要他的命，家庭破碎了，也是要他的命，子女不聽話，也是要他的命，為什麼會那麼要命呢？就是因為他把這一切都當作是真實存在的，我是實有的，一切法是實有的，我的家人、親朋好友，所有都是真實存在的，房子當然是真實存在，不然我不是住在裡面嗎？你怎麼

可以說房子的自性不可得呢？我就明明住得蠻好的，還要看風水，風水也滿重要的。所以一切凡夫眾生是落在有邊，把一切因緣所生法當作是真實存在的。

可是，一旦聽聞了空性的道理，就是我們剛才問各位的，都是假的，根本沒有「我」存在，一切眾生也不是真實存在的，那誰在修行？誰在證果？誰在度眾生呢？那反正都是假的，就不要了嘛！對不對？趕快去入涅槃，那個是小乘阿羅漢會做的事，就是著在空邊，他就直接入涅槃去了。破見思二惑，就可以證得涅槃，他直接就去入涅槃了，為什麼？眾生也不是真實存在的嘛，我也不是真實存在的，他也證到無我了，也明白一切眾生都是無我的，所以他度長假去了。入涅槃就是度長假，因為時間很長很長，在那個定中什麼事都不做。所以我們說他落在寂滅邊，就是落在空邊。

那還沒有功夫證果的呢？也會落在空邊。有些修行人就會說：「反正都是假的，所以班也不要上了，都假的嘛！」然後生活就會變得非常的苦悶，因為他一切的鬥志、企圖心都沒有了，因為都假的，都是無我的，所以一切的努力都是白費的，他就不願意再做任何的努力。所以他的生活就變得非常消沉，意志也變得非常消沉，眾生都不是真實存在的，所以也不需要再去跟他們攀緣，沒有那個必要啦。所以他朋友愈來愈少，生活愈來愈孤單，意志愈來愈消沉，他就覺得人生很乏味。有一些修行人，聽了空性的道理，就變成這樣的結果，他覺得沒有什麼好努力的，到頭來也是一場空，對不對？都是不可得的嘛，所以都不需要了，這個我們就說他落在空邊。

那你說，菩薩為什麼那麼勇猛精進地來回六道？自由來去六道來度眾生？六度裡面有精進度，它是非常重

要的，而且大乘的唯一善根就是精進。**小乘的善根是無貪、無瞋、無癡**，要走解脫的路線的，你可以做到的話，你就可以證阿羅漢果，什麼時候做到？就是明白無我的道理，因為貪、瞋、癡是由我執來的，你證到無我，自然沒有貪、瞋、癡。具足無貪、無瞋、無癡三善根，因此他可以解脫，證得小乘的涅槃。

但是大乘菩薩不走這樣的路線，他覺得自己解脫太自私了，還有這麼多眾生在受苦，所以**菩薩唯一的善根就是精進**，勇猛精進度眾生。不是都假的，他幹嘛那麼精進呢？就是因為他明白無我的道理，有了這個空性的智慧，但是他又不會墮在空邊，他沒有邊見。他明白無我的道理，所以他不會像凡夫眾生落在有邊，以為一切法是真實存在的。因為他有空性的智慧，知道一切因緣所生法自性是空的，所以眾生是如幻的，六道輪迴是如幻的。

雖然證得空性的智慧，但是又不會落在空邊，而是由空中起無量的妙用，任運生起大悲心。因為他有空性的智慧，所以他視一切如幻，他就入如幻三昧——沒有一個真實的我在度，是如幻的我在度，然後度什麼？如幻的眾生，宣說一切如幻的法門，方便善巧的法門，發如幻的菩提心，勇猛精進地利益一切如幻的眾生。所以他就不會落在空邊，什麼事都不做，入涅槃度長假去了，菩薩不會做這種事。

所以他有空性的智慧，但是又勇猛精進利益眾生，這個叫做「空而不空」。就是諸法實相，也就是中道實相，要不落在兩邊，就是要「中」嘛！不落在斷常兩邊，或者是空有兩邊，不落在邊見，所以他要行中道。這個中道，就是明白諸法實相的道理，什麼是諸法實相的道理呢？就是「空而不空」，第一個「空」，就說明他有空性

的智慧，知道一切因緣所生法，自性是空的，然後在這個空中再起妙有，那個就是「不空」。所以他是證到空，但是他不是空，不空就是他能夠行一切菩薩的事業，他又明白一切是如幻的，因為他已經證到空了。但是他可以起無量的妙有，所以是「不空」。這個才是正確的。

如果修行人修到最後意志消沉，那個就是錯的，他是落在空邊，自己不知道。然後他也不願意再去跟眾生結緣，因為眾生都不是實有的，我幹嘛跟他結緣？會有這種著空的現象，表示他沒有發菩提心，而且不明白真正空性的道理，就是諸法實相、或者中道實相的道理，他沒有真正明白「空而不空」的道理，所以他只見到空這一邊，落在邊見。他不會去執一切為實有，但是他會落在空這一邊，因此我們說他也沒有證得中道實相。

這個觀念非常重要，不然我們都會落在一邊，不管是哪一邊，都是錯的，都沒辦法真正的開悟成佛。當然，所謂的開悟成佛，不是真實有一個「我」開悟成佛，而是真正明白「空而不空」的道理，所以他不會著在一切的事相上面，然後又能任運生起大悲心，去度如幻的眾生，一切都是如幻的。所以他不會執著「有」這一邊，也不會墮在「空」那一邊。

所以正確的見地非常重要，有了正確的見地，我們的修行才不會在繞圈子，或者是一直遇到瓶頸，沒有辦法突破，那個就是見地的問題，沒有正知正見來作為引導。所以功夫再怎麼差都沒有關係，就怕知見上有錯誤。我們今天講的五種不正見，一定要把它斷除，這樣修行就很容易進步。

三、邪見

第三個是「邪見」。邪見也是有了身見之後，再進一步來討論因果等等的問題。它分成三個部分：

第一種邪見是「撥無因果」。認為沒有所謂的前因，也沒有所謂的後果，這個就是「撥無因果」。這是屬於外道的一種錯誤知見，它有兩種情況：

第一種情況，因為有一些外道，他多生累劫修無想定。我們知道生前修無想定，死後就生無想天，入無想天之後，他又投生在人間。轉生到人道之後，雖然他定力還是很高，可是他沒有宿命通，所以他不能明白他無想天之前到底是什麼樣的情況，因此在他的觀念裡面，就認為我和世間這一切都是無因生。因為他是離開無想天，然後投生到人道，當他生到人道的時候，一切世界都已經形成了，所以他以為是無因生。這是一種情況。

另外一種情況，就是看到人死後並沒有中陰身去投胎。這是說，有一種外道他修到天眼通，他應該可以看到中陰身去投胎的情況，可是他天眼看到的，就是沒有中陰身去投胎啊，所以他就認為沒有前生後果，因此他才會撥無因果。

為什麼沒有中陰身呢？有幾種情況是沒有中陰身的：第一種，就是死後生在無想天，他是沒有經過中陰身的；生在無色天，也沒有中陰身；直接入涅槃，也沒有中陰身，直接就證得涅槃了，所以他沒有經過中陰身的階段。無色天，因為他沒有色身，當然就看不到中陰身。這一類的外道，因為他已經修到有天眼，可是他發覺人死了之後並沒有中陰身的存在，所以才會撥無因果。

這是第一種邪見，撥無因果有兩種情況。

第二種邪見，是所謂的「撥無善性惡性」。認為說我不論是造善、還是造惡，都沒有一定的善惡，這就稱為「撥無善性惡性」，這也是一種邪見。

為什麼會有這種邪見產生呢？這也是外道的邪見，因為有些外道他修禪定，也是得了天眼通，我們知道修

禪定就能夠發神通。他得了天眼通之後，他就看到有一位大施主，生前布施了一輩子，但是死後沒有好的果報，結果生在貧窮下賤的人家，所以他得到一個結論：就是造善不一定有善果。你看那個布施一輩子的大施主，死後居然生在貧窮下賤的人家裡，可見善因沒有善果，造善業沒有善的果報。

另外，他又用天眼看到那個作惡多端的人，利用一些法術來消災，還有改變命運，因此他就認為造惡不一定有惡果，如同布施不一定有富貴的果報。所以他認為：不論造善、還是造惡，都沒有一定的善惡。這是第二種邪見「撥無善性惡性」。

第三種邪見，就是「撥無凡聖道果」之事。這個就是說，沒有所謂的轉凡成聖。不可能我修了半天，我可以成為聖人、或者證果。

佛法是認為眾生都可以成佛，對不對？不是只有釋迦牟尼佛是佛，每一個眾生都能夠成佛，可是其他宗教就不是這樣的見解，對不對？像天主教、基督教、回教，他們修了半天，可以變成上帝還是阿拉嗎？不可以啊！上帝只能夠有一個，我永遠都是上帝的子民，我不可能藉由修練，然後我就變成上帝啊！我也不可能經由修練，我就變成阿拉真神，因此就沒有什麼轉凡成聖這種事情。所以它是一種外道的邪見，就是因為他們否認有可以證成聖人、或者可以證得道果的事情，對這些宗派來說，是不能夠存在的，這就是所謂的「撥無凡聖道果」。

以上所說的，是屬於天主教、基督教、回教的邪見，但是印度當時還有很多其他的教派，他們也講究要修行，可是因為他們的觀念錯了，所以他們雖然會從事一些修行的事，但是會「非因計因」、「非果計果」，而產生了另外的邪見，這就是我們接下來要介紹的第四個「見

取見」，還有第五個「戒禁取見」，這也是外道修的。

四、見取見

第四個，見取見。什麼是「見取見」呢？就像有些外道，他們各自堅持自己的主張是最殊勝的，依他們所主張的方式來修行的話，就一定能夠清淨業障、能夠解脫、能夠證得涅槃。可是事實上，他們外道的那些修行方法，並不能夠真正的達到解脫、證得涅槃、或者是清淨業障，並不能達到這樣的果報，這個就是「非果計果」。不能夠得這樣的果，卻顛倒的以為可以得到這樣的果，就稱為「非果計果」。

這種見解是依主觀的見解來的，因此就稱為「見取見」。為什麼叫見取見呢？就是依「我見」而「執取」的見解，所以叫做「見取」見。第一個「見」，就是我見；「取」就是執取；第二個「見」，就是見解的意思。依我見而執取的見解，就叫做見取見。

主觀的成見，就是認為那個是對的，可是其實是錯的，並不能達到那樣的結果。各宗各派都是堅持執著他自己的見解，認為是最好的、最殊勝的，誰都不服誰，因此就會產生很多鬥爭，然後互相爭論，都想把對方比下去，一切的爭論就是這樣開始的，這就是見取見的後果。

五、戒禁取見

第五個，戒禁取見。什麼是「戒禁取見」呢？這又是另外一種外道的修行方法，就是種種的苦行，或者是很奇怪的戒律。

有一些印度外道，你現在去印度還看得到，像「塗灰外道」，就是全身赤裸、塗滿了灰，而且從來不洗澡，然後在那邊靜坐，那個叫塗灰外道。有的外道是學牛吃草的，因為他看牛吃草，結果死後生天，所以他就學牛

吃草；狗狗喜歡吃便便，他就學狗狗吃便便；還有一種是拔自己頭髮的，他們不用剃刀，他們拔自己頭髮。

像耆納教也是，他們嚴禁殺生，戒律比我們還嚴格。為什麼不用剃刀剃頭髮呢？因為會殺死很多頭髮上的不管是細菌也好、寄生蟲也好。因為他們很少洗澡，可能有很多蟲子、還是寄生蟲，為了不傷害頭髮裡面的眾生，就用拔的，這樣就不會殺生了。他們嚴格吃素，絕對不吃肉，每一口要吃進嘴裡的東西，都先要用手抓一把，檢查裡面還有沒有活著的蟲子、還是什麼。還有只吃根莖類的植物，有些蔬菜也是不吃的，因為如果吃那種蔬菜，也會傷害眾生，就是嚴格遵守種種的戒律，就是我們現在講的這些，絕對不可以犯。如果你是耆納教徒，就有哪些、哪些戒律是不可以犯的，那這些事情是絕對不可以做的。

耆納教也有一部分是類似苦行，他們不坐車的，就一直走。因為他們認為一直行走，如果走到身心非常疲累，這樣就可以累到沒辦法動念頭了，懂嗎？妄想自然息滅，所以他們認為走路就是一種修行，走到連打妄想的力氣都沒有了，就入定啦！因為沒有力氣了，胡思亂想也要能量啊。

其實我們每天的能量，大部分都是耗在胡思亂想，懂嗎？為什麼晚上好累啊，就是因為你胡思亂想太多了。如果我們是在定境當中去做工，行住坐臥都在定中，你可以吃很少東西，甚至幾天不吃都還有能量作工。我們每天吃三餐到五餐，因為還有下午茶、宵夜等等，可是還是很累，為什麼？就是打妄想來的。所以耆納教的方法很好，就是一直走、一直走，走到累癱了，身體累了、心也累了，就沒有妄想了。那死亡呢？自然走向死亡。他們一旦決定說什麼時候要死了，就遠離人群，一

個人孤獨的走到沒有人的地方，然後讓他自然地死亡，孤獨寂寞地走完人生最後一程，因為他們認為這種死亡是最自然的方式。

這就是講到印度當時有很多外道，有拔頭髮的，薰自己鼻子的，還有睡在釘床上的，用火烤，故意站在太陽底下曬，還要做種種的瑜珈動作，像什麼金雞獨立，一隻腳勾起來不能動等等的，這也是一種修練的方式，反正就是無奇不有、千奇百怪。他們為什麼要這麼做呢？因為他們認為遵循這些規矩、禁忌、或者戒律，死後才能夠生天，才能夠消業障，或者才能夠得清淨的涅槃。但是，事實是不是真的就能夠死後生天？是不是真的就能夠消業障，得到清淨的涅槃呢？可不可以？沒辦法。所以遵守這些戒律、或者禁忌，並不能真正的生天、消業障、或者是得涅槃，他們誤以為可以。這種情況，我們就稱為「戒禁取見」。

大部分這種修行的方式，只是沒有任何利益的苦行，也不能達到他們期望的目標，這個就稱為「**非因計因**」。意思就是說，這些苦行的方式並不是生天的因，不是消業障的因，不是得涅槃的因，可是他們以為是這些的因，所以叫做「非因計因」。那這種錯誤的見解，就稱為「戒禁取見」。

戒禁，就是遵守種種的戒律、或者是禁忌，叫做「戒禁」。執取種種的戒律或禁忌，以為是達到種種目標的因，可是卻不能夠真正達到那樣的目標，這個就稱為「戒禁取見」。

還有另外一類的外道，把修無想定，誤認為是入涅槃的正道，這個就是「**非道計道**」的戒禁取見。就是他以為證得無想定，把一切的思想所都滅了之後，他以為那個境界就是涅槃，可是不是，所以他是「非道計道」

——非涅槃之道，以為是涅槃之道。其實他入的是無想定而已，並不是真的入涅槃，這也是戒禁取見的一種。

所有修行內道、外道，如果講到持戒這件事的話，只有佛法的戒律才能夠真正的達到解脫這樣的目標。你想要真正的解脫三界，證得真正的涅槃，只有遵守佛法的戒律才可以做到，其他外道，不管你說得出來的什麼戒律、還是禁忌，就算你嚴格持守，也沒有辦法真正解脫，或者是證得真正的涅槃。

持守五戒十善，我們知道至少有人天果報，進一步可以證得涅槃、解脫，甚至可以開悟成佛，都沒有問題。這個才是真正的因，解脫的因、證果的因、入涅槃的因，只有遵守佛法的戒律，才是真正的因、正確的因，否則就是戒禁取見。

以上我們說的這五種不正見，都是對於真正的道理不明白，才會產生顛倒錯誤的見解。這些顛倒錯誤的見解會染污我們的智慧，就是起了邪知邪見，所以它不是真正的智慧，是錯誤的知見，引發的是惡慧、邪慧。錯誤的知見，它只會染污我們的智慧，讓我們把邪的當作是正的，又把正的當作是邪的，這個就稱為惡見，或者是惡慧。

那會有什麼樣的結果呢？就會障礙正見的生起，還會招感一切的苦果。努力修了半天，結果是苦上加苦。就像那些修苦行的外道，修的時候很苦，他以為會有好的結果，可是沒有。活的時候修得很苦，死了之後還是一樣受輪迴的苦，所以是苦上加苦，並沒有辦法解脫輪迴的苦，這就是錯誤知見所引發的過患。

我們已經把六種根本煩惱都介紹完了，昨天介紹的貪、瞋、癡、慢、疑，今天介紹第六個——惡見。這六種煩惱如果藉由修行，要怎麼樣修？什麼時候斷哪一

個？什麼時候可以證果？所以我們接下來，就要介紹這六個根本煩惱跟我們修行證果有什麼關係。

我們昨天講的貪、瞋、癡、慢、疑，是屬於思惑。所謂思惑，就是面對境界的時候，因為不明白道理，不明白事實的真相，所以在面對境界的時後，就會迷於世間的事。我們昨天說有現象界、有本體界，還記得嗎？一個迷事，一個迷理。面對境界的時候，迷於世間的事相，這個我們就稱為「思惑」，這個是比較難斷的。因為我們六根面對六塵境界，馬上就引發貪、瞋、癡了嘛，除非你有修止觀、還是四念住等等的法門，要不然一般眼見色，馬上就產生貪瞋癡了嘛，我看到喜歡的，馬上貪就生起了，不喜歡的，瞋就生起了，沒有喜不喜歡的，就是愚癡。因為當下不明白，你眼見色，眼識九緣生，它是因緣所生，然後你不會著在種種的色相上面，你當下如果沒有這個智慧的觀照，一看就會產生貪著了嘛。

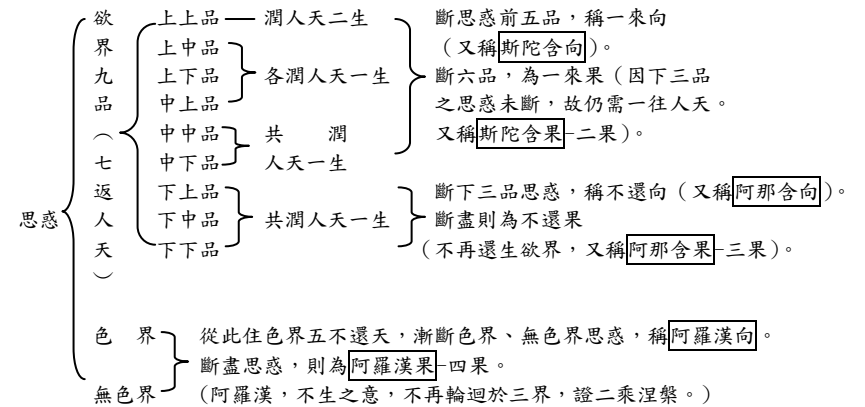
今天講的見惑就比較容易斷，因為它是思想上的錯誤而已，你只要有正知見就轉了嘛。它是由第六意識分別來的，聽聞了邪教、邪分別，就是外道的一些邪教的理論，然後產生了邪分別。你只要聽聞正法，就全部轉過來了，所以它是比較容易斷的。因為它只是分別來的，所以它是迷於理。

「理」就是我們剛才講的，那個「空而不空」的道理，你如果明白中道實相的話，這五種不正確的惡見，馬上就沒有了。或者你明白無我的道理，就破身見。邊見是由身見來的，對不對？你明白無我的道理，你就不會落在邊見。也沒有邪見，後面的見取見、戒禁取見也沒有了，因為你遵守的是佛法的戒律，所以也不會非因計因、非果計果，也不會非道計道，這種事情都不會發生了，所以它是比較容易斷的。

什麼時候斷呢？我們就要看那張表了

斷惑證真（四向、四果）

見惑——斷見惑即證初果須陀洹，當潤人天七番生死。



我們看「斷惑證真」，就是什麼時候證四向、什麼時候證四果的一個過程。

初果的時候斷見惑。見惑就是我們今天講的身見、邊見、邪見、見取見、戒禁取見，是遇到境界的時候，因為迷於真理所產生的分別，這個是比較容易斷的。

你什麼時候斷見惑，什麼時候就證初果。小乘的初果，也叫做「須陀洹果」。所以小乘的初果就已經沒有這五種不正見了，為什麼？因為他已經斷除第一個——身見，就是「薩迦耶見」，所以在初果羅漢的觀念裡面，這個「我」只是五蘊的假合，不是真實存在的，在他的觀念裡面，已經沒有我的色身、我的感想、我的感受……，念念都是生滅、無常、無我的。所以他沒有身見，沒有身見，當然就沒有邊見，因為邊見、邪見是由身見來的。你身見破除的話，邊見跟邪見自然破除。後面兩個不正見，你只要聽聞佛法的正知見就沒有了，因為見取見跟

戒禁取見是外道才有的。

一旦證得初果，你就永遠不會墮惡趣，如果你這一世繼續地精進，修四念處、或者種種解脫的法門，再努力地破思惑的話，這一世就可以證四果阿羅漢。可是如果你懈怠、放逸，沒有很精進的話，也沒有關係，就是最多七返生死，也可以證阿羅漢果。

那怎麼證的？我們就接下來看思惑。

首先斷的一定是見惑，因為它比較容易斷，它是分別來的。初果斷了見惑之後，如果他這一生沒有繼續證到四果阿羅漢，他就必須要天上人間七番生死，那是什麼樣的一個過程呢？我們就看思惑。

所謂的思惑，就是貪、瞋、癡、慢、疑。它有分欲界九品、色界三十六品、無色界三十六品，一共是八十一品的思惑，詳細的內容我們不用記，我們只要了解到什麼時候證二果、什麼時候證三果、什麼時候證四果，這樣就可以了。欲界有九品，就跟往生西方的九品蓮花是一樣的，就是上上品、上中品、上下品。中上品、中中品、中下品。下上品、下中品、下下品，一共九品。

所謂的「七番生死」是什麼意思呢？就是上上品，需要潤人天二生。就是說你還要到人天生死兩生，就是前面的兩世是在做什麼呢？他在斷欲界上上品的思惑。接下來，繼續上中品、上下品、中上品，各潤人天一生，這樣就過了幾生去了啊？五輩子過去了。然後再接下來，中中品、中下品，共潤人天一生，講到這邊一共是六生。

你斷思惑前五品，我們稱為「一來向」，又稱「斯陀含向」；斷六品，就稱「一來果」，或稱為「斯陀含果」。為什麼稱為一來果呢？因為還有下三品的思惑還沒有斷，就是還需要再一往來於人天，來斷後面三個，就是

下三品的思惑，所以稱為「一來」。

斷下三品的思惑需要一生，能夠斷下三品的思惑，就稱為「不還向」。等到完全斷盡下三品的思惑，我們就稱為「不還果」，這是三果。

剛才「一來果」是二果，這個「不還果」是三果，又稱為「阿那含果」。

為什麼稱為「不還」呢？就是你證得三果，就不再還生欲界，不管是人、還是天，都不會再來欲界受生了，所以稱為不還果。那三果阿羅漢到哪裡去了呢？他就到五不還天去了。所以我們說「五不還天」是三果聖人的去處，他不會再到欲界人天來受生，但是他還沒有證四果阿羅漢。四禪一共有九天，有一天叫做五不還天，它是三果聖者所居住的地方。

他到五不還天做什麼呢？就漸漸地斷色界、還有無色界的思惑。漸斷的過程，稱為「阿羅漢向」。等到他斷盡了色界、無色界的思惑的時候，就稱為「阿羅漢果」。

阿羅漢果的意思，就是不生的意思，就是已經證得二乘的涅槃，不再輪迴三界。不生三界的意思，就是不再來三界輪迴了，就能夠暫時入涅槃，暫時的解脫三界。

這個就是怎麼樣證得四向四果的過程，這個見思二惑什麼時候斷，證初果、二果、三果、還是四果的一個斷證的過程。

我們把見、思二惑講完了。所以我們知道，斷見惑可以證初果，斷見思二惑，可以證阿羅漢果，這是小乘的果位。大乘來說，還要繼續地破塵沙惑、還有四十一品無明，才能夠究竟圓滿成佛，這是小乘聖者所沒有辦法做到的。他們只能破見思二惑，但是塵沙和無明，小乘還有，所以我們才會說小乘人沒有明心見性，就是因為他的塵沙、無明還在，他只能夠破見思惑，暫時入涅

繫，暫時解脫三界這樣子而已。

我們今天就講到這裡，明天開始我們就講「隨煩惱」，有二十個隨煩惱。

我們迴向：願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第七講
小隨煩惱

各位居士大德！阿彌陀佛！

「心所有法」的第五類，是二十種「隨煩惱」。

為什麼稱為「隨煩惱」呢？因為它是隨著根本煩惱來的，所以稱為隨煩惱。這個隨煩惱又會因為隨著生起煩惱的方式不同，而有大、中、小的差別，有大隨煩惱、中隨煩惱、小隨煩惱。

小隨煩惱一共有十個，它都是個別現起的，所以它的範圍最小。個別現起的意思，就是有了這個、沒有那個，不會同時生起，所以它的範圍最小。

中隨煩惱，它是同時現起的。只要你有不善心生起，就是說你有不好的念頭生起，裡面就同時有無慚、無愧。中隨煩惱只有兩個，就是無慚、無愧。就是說一個人沒有羞恥心、沒有慚愧心才會造惡，所以起心動念都是不好的念頭。只要你有惡的心念生起來的話，這裡面就一定同時有無慚、無愧。所以我們就知道，中隨煩惱的範圍又比小隨煩惱還要再更擴大，因為小隨是個別現起的，有了這個、就沒有那個，可是中隨煩惱它是同時現起。只要是惡心，不好的心念生起的時候，就一定同時伴隨無慚、無愧。

大隨煩惱它的範圍就更大了，它不但同時可以現起好幾個，而且它還跟第七識的四惑相應，還記得嗎？第七識叫做末那識，末那翻成染污意。染污的意思，就是恆常與四惑相應，哪四惑呢？我愛（我貪）、我見、我癡、我慢。染污意，那個「意」，就是恆審思量的意思，恆，就是說它從來沒有間斷過，所以第七識恆審思量，執八

識見分為我，而且恆常與這四惑相應。所以我們就知道為什麼第七識是我執的來源，就是因為恆常、從來沒有間斷過，念念都有我貪、我癡、我見、我慢。

所謂的大隨煩惱就是跟這四惑相應，所以我們就知道大隨煩惱它是最難斷的，為什麼？它跟我們生命一起來的，你天生下來就有。所謂的劣根性是與生俱來的，而且恆常與第七識的四惑相應，因此它的範圍最廣，而且它可以同時現起好幾個。所以我們就給它一個名稱，叫做『大隨煩惱』，因為它的範圍是最廣的。

我們今天先介紹小隨煩惱，一共有十個。

一、忿

第一個是「忿」。忿，就是忿怒的意思，就是一種忿忿不平的心理。

它是怎麼產生的呢？就是對於現前的情況不滿意，當下、現前碰到什麼事情，你的心裡就產生不滿的情緒，那個就叫做忿怒。可能在任何情況之下發生，只要有境界現前，能引發你那個不滿的情緒，那個就叫做忿怒。

譬如說你在看電視的時候，前一陣子不是有什麼暴動，然後去鎮壓，很多人看了就說：「怎麼可以這樣子！」看到一些比較血腥的畫面，或者是感覺比較不人道的畫面，他心中就會湧起那一股氣，就叫做忿怒。所以他就開始批評，或者發表他的意見，這所有的身、口、意業，就是因為這一念的忿而造下的，這就是忿怒。

或者是跟人家意見不相合的時候，講到最後快翻臉，為什麼？就是因為他那個忿怒的情緒已經產生了。或者是父母在教導小孩的時候，也常常會有忿怒嘛，對不對？「跟你講了多少遍了，你就是不聽！」那個也是忿怒。反正眼前當下的那個境界現前，你產生忿忿不平的心理，那個就是忿怒，這個是因為有境界來的時候。

可是有時候是沒有境界，你心裡面就是莫名奇妙，說不出來的，就是感覺很煩悶，一肚子埋怨，然後看這個不順眼、看那個不順心，對什麼都不耐煩。有的人剛起床就會這樣，這個叫床頭氣兒。他一醒過來就是莫名奇妙，心情不好，這個時候人家跟他講話，他也不耐煩，那個就是他心裡面已經有忿怒產生了，忿的情緒已經在心裡面了。

所以不管有沒有境界現前，當下那個忿怒的心理生起來的時候，就是忿忿不平。或者不滿的情緒，或者討厭、排斥，不喜歡、不滿意、看不順眼、不順心，那些情緒都是屬於忿怒。這是第一個，說明你當下的心情。

二、恨

如果這個忿怒的情緒一直沒有辦法平復的話，就是事情雖然過去了，但是你的心沒有過去，你還是一直記在心裡面，這個就是到第二個階段了，就是「恨」的階段，就是你已經懷恨在心了。

譬如昨天吵一架，吵完就沒事了，可是你還一直記恨在心裡面，我們常常說那個人會記仇、會記恨喔，那個「恨」就是我們現在講的第二個，就是怨恨。就是事情雖然過去了，但是他的怒氣並沒有消，繼續留在心裡面，它就會形成一種怨恨，那股怨恨的心。

三、惱

如果這個情緒還一直沒有辦法釋懷的話，久久不能釋懷，不管是對某個人、或某件事情，如果一直懷恨在心，或者一直耿耿於懷的話，就是只要讓他一想到這個人，一想到曾經發生的那件事情，他就身心熱惱起來，這就進入第三個階段，就是「惱」。惱，就是熱惱，會讓我們的身心熱惱起來。

所以我們就知道，忿、恨、惱是有程度上的差別。

眼前的那個暫時不滿意，那個是「忿」而已；可是事後還依然懷恨在心，就已經進入「恨」的階段；每每想起身心熱惱，那個就進入「惱」的階段。所以經常忿、恨、惱的話，就容易高血壓，還有關節發炎，反正一般身體上有任何疼痛的現象，一般都是跟忿、恨、惱有關，就是瞋恚的果報，忿、恨、惱是跟瞋相應的。

我們剛才說為什麼叫做「隨煩惱」，因為它是跟隨根本煩惱來的，忿、恨、惱都是隨著根本煩惱的「瞋」來的，所以忿、恨、惱都是屬於瞋恚的一分。

瞋恚的果報就是痛，只要你身體有任何的疼痛，那個就是瞋恚的果報，或者是忿、恨、惱果報現前了。關節炎就是痛嘛，關節痛，關節發炎；高血壓就是頭暈、頭痛。嚴重一點的，如果本來就有高血壓，忿、恨、惱一現前，身心一熱惱，怎麼樣？就中風了。很多人是因為高血壓之後中風的，所以中風也是從長時間的忿、恨、惱累積出來的，一旦碰到什麼事情，讓他那股氣又冒上來的時候，直衝腦門就塞住了，就形成中風。

還有，各種癌症也是長時間的累積，什麼的累積？忿、恨、惱情緒的累積，容易得種種的癌症。癌症雖然有病理上的原因，但是以情緒來說，就是說他長時間忿怒沒有消失，常常懷恨在心，恨意也沒有消失，經常一想到就身心熱惱，不管是曾經覺得自己受委屈、還是曾經結過什麼怨結，他就是久久放在心裡面，就一直記恨，形成長時間的怨結，一直打結、一直打結，就形成癌症。

所以癌症其實它真正心理上的原因，是長時間的鬱悶、鬱結所得的結果。如果我們想要幫助癌症病人，除了應該吃的藥、應該做的化療之外，就是儘量讓他開心，跟他談心，看看他心中有什麼怨結是沒有打開的，我們儘量讓他心中的怨結一個一個化開，他的病情就會很快

地好轉。他就不會這邊塞住、那邊塞住，氣血長時間鬱結，就是氣血運行不順暢，所以就會這邊累積、那邊累積，長時間就會形成癌症。看它累積在五臟六腑的哪一個部分，它就會形成那個癌症。這就說明他長時間的忿恨惱的情緒，累積在身體的那一個部分，不同的部位，也是不同的忿恨惱的情緒所打的怨結在那邊。

所以我們就嘗試，看能不能幫他打開他心中長時間累積下來的怨結，他如果能夠一個一個把它解開，他的癌症就能夠很快地好起來，這個才是真正的病根。佛法說「一切唯心造」，《楞嚴經》也說：「心能轉物，即同如來」。你如果能夠明白一切因緣所生法，都是生滅無常，自性是空的，你就能夠真正的從心裡面打開這些怨結。

我們說忿、恨、惱都是瞋恚的一分，所以經常忿、恨、惱的話，一定會障礙慈心的生起，這就是前面講過的「瞋心障慈害障悲」。忿、恨、惱都是跟瞋恚心相應的，所以它也會障礙我們的慈心沒有辦法生起。

經常忿恨惱的結果，就一定是造下很多身口意的惡業，那將來無量無邊的大苦也是要自己受。

那怎麼對治呢？除了要深信業果的道理之外，也是要多多思惟空性的道理。就是當你忿恨惱生起來的時候，馬上觀生滅。我這股氣上來的時候，看著它，它就消失了，等一下要又想到什麼不開心的事情，再看著它，它又消失了。看它生起、看它消失，這說明什麼呢？生滅的、無常啊！所以忿恨惱的情緒是不可得。

如果再能夠發菩提心就更好了！就是當你忿恨惱生起的時候，怎麼發？現在大家都很會發了，把一切眾生的忿恨惱都在我身上成熟，希望一切眾生都能夠遠離忿恨惱的情緒，可以這樣子來發心。我們講瞋心的部分也說過，這樣消業障最快，累積功德最快，你也可以把本

來忿恨惱的情緒，轉為菩提心的力量，所以菩提心的功德很快就能夠生起，也能夠幫我們消除過去無量劫以來忿恨惱的業障。

而且同時還能夠見空性，因為當下你明白忿恨惱的自性不可得的，就能夠進一步去體悟空性的道理，早一點證到無我。所以，這樣子我們就不怕發脾氣了嘛，發脾氣搞不好當下就契入空性也說不定，或者是又可以繼續增長我們的菩提心。

當然，希望能夠有一天做到最好是不要發脾氣，就是修行人要永遠保持平安喜樂的心。所以一覺得自己在鬧情緒，好像想要發脾氣，就是有那種煩悶的情緒開始生起的時候，就要趕快讓它 stop，不要讓它進入恨、惱，因為身心熱惱就已經很嚴重了。

所以那個有很強的止觀力量的人，就是他那個覺照的功夫很強的時候，他會很明白他當下每一個情緒到底是什麼樣的情緒。有的人是他悶悶的，可是他不知道，人家跟他說什麼他都不耐煩，他也不知道他已經開始忿怒了，所以他的抗壓點變得很低，就是一點點事情他就爆發，人家說：「奇怪！他為什麼脾氣這麼壞？」其實他平常就忿怒填膺了，懂嗎？平常他的心情就不是喜樂的，可是他自己不知道，整天煩煩惱惱的，可是他也不知道為什麼自己脾氣不好。

可是修行人因為他的覺照力很強的關係，所以有一點心情不好的時候就馬上轉。真正修行人是不太會鬧情緒的，如果功夫好的話。所以自己功夫好不好，就看自己還會不會無緣無故鬧情緒。那個沒事情會鬧情緒的，不管有沒有人招惹他，他就是心情不好，那個就表示他功夫有進步的空間。

那我們怎麼練習呢？就是你開始覺得心情不好的時

候，趕快修慈心觀也好、發菩提心也好、還是觀煩惱的自性也是空的，都可以，就是要趕快把那個煩悶的心情轉成喜樂，讓自己慈心充滿，你才可以讓周遭也充滿慈心，將你的慈心擴展到你周遭的環境，使你的家都是慈悲的磁場，懂嗎？就是要從你的心開始散發慈悲的力量。

所以我們每一天都要檢查自己的心是不是充滿了慈悲、喜樂的力量，因為只有當你喜樂的時候，你心情好的時候，才會希望別人也心情好。你自己都很煩惱，你看到誰都很不耐煩，你怎麼可能說我希望你快樂？我自己都不快樂，我怎麼幫你除苦？我都苦得不得了，哪有心情給人家快樂？所以我們想要讓自己的慈悲心生起，就要常常讓自己的心情是一種充滿慈悲的力量，所以你自然就會很關心你周遭的人，他們自然能夠感染到你的歡喜心，那他們也會變得歡喜。你也是真正關心他們的痛苦，然後想辦法用佛法的智慧來幫他除苦。

所以修行人就是要有高度的警覺，當自己有一點不愉快的情緒產生的時候，就要趕快把它調和，千萬不要讓它進入恨、還是惱，因為那都是長時間的累積。忿只是眼前、當下不滿的情緒，所以它是比較容易處理的，因為它很輕微，所以那個不滿意很快就可以調過來。可是當它形成仇恨的時候，就比較難了，對不對？就是忿怒一直沒有消，情緒一直累積累積、醞釀醞釀，一直到懷恨，形成怨結、身心熱惱，那就很嚴重了，也就比較難解決。所以我們希望在一開始情緒產生的時候，就把它擺平，然後讓自己的心轉念，轉成喜樂、慈悲。然後經常練習發菩提心，心情不好的時候就發菩提心，希望一切眾生的不開心都在我身上成熟，我希望一切眾生都很開心，這樣很快自己就開心起來了，然後真正的可以讓別人開心，所以發菩提心真的是一個很好的辦法！

四、覆

第四個就是「覆」。覆，就是蓋覆。就是當自己犯了錯、或者破了戒、造了業之後，把它蓋覆起來，不要讓別人發現，這樣的一個心理叫做「覆」，就是覆藏。自己做錯了事情，儘量的遮掩，造了業，儘量不要讓人家發現，破了戒也不敢吭氣。

那他為什麼要這樣遮遮掩掩的，這樣蓋覆自己的罪性呢？害怕嘛，怕什麼？怕因此失去了名聞、利養、恭敬，還是什麼地位、權利，所以他就用這種覆藏的心來蓋覆他的罪性。

可是他這樣子把它覆蓋起來，不讓人家發現，是真的就沒事了嗎？不是吧，應該更嚴重吧！不是蓋起來就沒事了，為什麼更嚴重呢？因為他經常蓋覆自己的罪性，只會讓自己的罪性愈來愈增加，每天都在蓋覆自己的罪業，罪業只會像滾雪球一樣愈滾愈大，為什麼？因為他一犯了錯，一破了戒、或者造了業，他就把它遮掩起來，這樣的罪性是不是一直一直在增長？自己的習氣、業力也不斷不斷一直在增長，所以它不但不會沒事，而且這樣子遮蓋的結果，只會讓我們的罪性愈來愈增加。我們就是從事修行的話，也不容易進步，為什麼？因為一犯了錯，你就用覆藏的方法，所以你就不會很認真的反省，然後改過。

所以，為什麼會用這種方式來處理呢？就是因為他不明白業果的道理，因為愚癡，所以覆是跟根本煩惱「癡」相應的。為什麼是愚癡呢？因為最笨的人，才會用這種最笨的辦法。因為他愚癡到以為可以用覆藏的方式就沒事，可是事實上不是，為什麼呢？因為他造的所有的業都要受報，不會因為他覆藏，然後就不要報，所以他是不明白業果的道理，他才會用這種覆藏的方式來處理。

像小朋友偷拿東西，你問他說：「這個東西是不是你拿的？」他一定打死都不承認，對不對？那就是一種覆藏的心。他為什麼不敢承認？他承認就完蛋了，對不對？不是挨罵、就是挨打，所以他就嚇得不敢承認。可是那個偷盜的種子已經種下去，而且業也造了，將來還是要受報。有些人為什麼要覆藏？就是他怕人家責備，怕人家知道的話，可能就會責備他、或者埋怨他，所以他也不敢講、也不願意講。可是我們知道，不講的話也是會受到果報的。

所以最好的方式是什麼呢？就是佛法講的「發露懺悔」，它才是最好的方式。一旦犯了錯、造了業，勇於在大眾前面公開承認：「這個事情就是我做的！」這樣就不需要覆藏，這個是需要很大的勇氣，但是這種人他消業障最快、修行最快速，為什麼？他一承認自己的錯，他就馬上改啦。而且因為他有懺悔，就能夠消業障，是不是比覆藏要聰明多了？有智慧多了？所以最笨的人才用覆藏的。

所以我們才會說，用覆藏的方式其實是跟愚癡相應。它會讓我們的身心永遠處在不安穩的狀態。如果你覆藏的話，又怕人家發現，哪一天被發現了，你可能又要說更多的騙話來圓謊，因為你還是不願意承認自己的錯誤。所以覆藏之後，他的心其實是不安的，因為不但怕人家發現，萬一被人家發現，他又要講更多的謊話。而且，人基本上還是有慚愧心的，所以每當夜深人靜的時候，他的良心就發現了，他曾經做過的那些錯事，就會使他心中充滿無限的懊悔，良心不安。

修定的時候，以前曾經做過的壞事情，也全部都會自動冒出來，因為過去所造的那些惡業並沒有消失，它全部都回薰到第八識，成為業力的種子，對不對？所以

當你修定的時候，那些習氣、業力的種子會爆發，所有年少輕狂，還是曾經做過的那些見不得人、還是不可告人的事情，就會自動湧上心頭，這個時候心中也是充滿悔恨，也會讓身心不安，障礙得定。

一般造業都是糊里糊塗的時候，頭腦不清楚的狀況之下做了很多的錯事、說了很多錯話，所以當你頭腦比較清楚的時候才會後悔說，為什麼我昨天會那樣子說他？為什麼我昨天會做那一件事？它實在是錯的很離譜！所以當我們頭腦比較清楚的時候，也會心中充滿了無限的悔恨。所以這些覆藏的結果，就會讓我們身心處在不安穩的狀態，當然也會造下更多的惡業，因為你不會改嘛，所以你就會一直犯同樣的錯。原來破的戒，因為你沒有發露懺悔，也沒有想要改過的決心，所以原來會做的錯事，你還會依然做，依然錯，原來會破的戒，你還是會繼續地破，原來造的惡業，也會繼續地造，只會讓惡性不斷不斷地增加的原因就在這裡，因為你沒有改過，沒有修正自己的心理行為。

所以要如何對治覆藏的心理呢？最好的方法，第一個，就是發露懺悔，這樣消業障最快；第二個，就是趕快修正自己錯誤的心理行為，就是身、口、意要趕快的修正，這樣修行成就最快，這個才是最好的辦法，最明智之舉。

我們修行人的心應該像皎潔的明月一樣，八月十五的月亮，又大又圓，應該是這樣，沒有任何的雲霧來遮障。這皎潔的明月，就是比喻我們自性的光明；那個雲霧，就比喻被覆藏的罪惡。我們愈覆藏，雲層愈厚，那個雲霧愈厚，就愈會去遮障那一輪皎潔的明月。所以只有不覆藏罪惡，把這些染污的習氣都去掉，我們自性的光明才可能顯露出來，就是明心見性才比較快，所以我

們才會說趕快修正自己的身、口、意，這樣才成就最快。
五、誑

第五個是「誑」。誑，就是欺誑。就是用各種欺騙別人的方式來謀取金錢，或者其他種種的利益。

為了要獲得各種利益，他可能必須要整天動腦筋，籌劃怎麼來進行詐騙的事情，所以他所用的方式一定都是不正當的、不合法的、不道德的。譬如說：怎麼用貪污的方法來謀取金錢；或者是包庇非法；或者是詐財；做生意的人，就打不實的廣告；或者是偷工減料，就是想盡種種的辦法來謀取金錢。像這樣的謀生方式，就叫做「邪命」。不是正命過活，不是正當的職業，我們稱為邪命。

他為什麼敢這樣做呢？就是因為不明白業果的道理，所以才會處心積慮的利用各種計謀來行詐騙的事情。他不知道這樣子會有什麼樣的果報，所以他才敢這麼做。可是這樣的結果會怎麼樣呢？他如果整天都是這樣子動腦筋，心思詭詐，動腦筋賺錢的話，他只是在增長自己的貪欲。那他這樣動腦筋賺錢，以業果來看，是不是真正的就可以獲利呢？可能現實上，他也許因為動那個歪腦筋，然後賺了不少錢，但是那個錢有沒有什麼果報啊？就會哪一天破財，或者是碰到什麼樣的事情，讓他的財都留不住，因為他是不正當的造了惡業，然後去賺到那個錢，所以那個錢也不是真正的獲利，只是造業去謀取的。以業果來講的話，可能將來還要加倍奉還，所以是得不償失的。所以我們才會說，他不明業果的道理，才會這麼做。

那這個「誑」，應該跟什麼煩惱相應啊？這樣聽下來，他不斷不斷想賺錢是什麼？貪嘛！對不對？所以它是貪的一分，是跟根本煩惱「貪」相應的。因為他要謀

取金錢，不擇手段，用盡各種的計謀來謀取錢財，所以是貪欲，只是在增長自己的貪。所以他每天在動歪腦筋怎麼樣去賺錢的時候，每一念種下的都是貪欲的種子，造下貪的意業。只是這樣動腦筋而已，就已經種下貪的意業了；然後還要說很多的騙話嘛——口業；還要去做很多欺騙眾生的事，那就是身業。

他笨到以為這樣子可以真正的謀取利益，事實上是得不償失，所以這又是什麼樣的行為啊？愚癡的行為！所以它也跟根本煩惱的愚癡相應。所以我們就知道，誑是貪的一分，還有癡的一分。

怎麼對治呢？絕對不要為了自己的利益，不擇手段來謀取金錢，從此以後不要再做這樣的事情；也要慢慢地去除自己的貪欲，不再用欺騙的方法，要做到誠實正直，不虛偽作假。

他對利益這麼貪著，是他把「利」看做是真實存在的，對不對？金錢是真實存在的，所以他才要花那麼多的心思在那個上面，所以要怎麼樣呀？要觀空啊！他不惜造那麼多的惡業去謀取的那個對象，其實是生滅、無常，自性是空的，所以多划不來！那個是假的！為了那個假的，要造那麼多惡業。所以，觀這些利益的自性是空的，也是一種很好的方法。這樣除了可以去掉自己的貪欲之外，同時也可以把名利心看得比較淡薄，這樣才能夠對治這種欺誑的心。

六、諂

第六個小隨煩惱，是「諂」。諂，就是諂媚的意思。譬如說：假裝獻殷勤，為了要討別人的歡心，或者故意要討好別人，然後去阿諛逢迎、拍馬屁。我們常常形容說那個人是馬屁精，那個就是諂，諂媚。

諂，又有諂曲的意思。諂曲，就是心不正直，就是

他的心是歪歪曲曲的。他為什麼要行諂曲這樣的事情呢？還不是為了自己的利益。他為了謀取自己的利益，所以要對別人打躬作揖、卑言屈膝，這個是身業方面。講的當然都是巧言令色、阿諛奉承的話，對方喜歡聽什麼，他就講什麼，隨時都要察言觀色、見風轉舵；所以難免就要打妄語，講一些挑撥離間的話，或者是講一些好聽的話，叫做綺語，這個是口業方面。心裡面也是隨時都要動腦筋，想辦法看要用什麼辦法去讓他感動，打動他的心，這樣子來取悅他。像這種花了很多心思去取悅別人、迷惑別人，讓別人看不清楚事實的真相，也摸不清楚你心裡到底是在想什麼，這種險惡邪曲的心，這個就是意業方面。所以我們知道，這種諂曲的心，會讓我們的身、口、意都造下很多的業。

在《瑜伽師地論》裡面就教我們要觀察諂曲會有哪一些過患，它有十二種過患。我們經常這樣子思惟諂曲的過患，就能夠慢慢讓我們那個歪歪曲曲、不正直的心，變得正直。因為想要早一點開悟，有成就的話，就一定要去掉這個諂曲的心，為什麼呢？因為「直心是道場」，你的心這麼歪曲，就沒有辦法做到直心。直心就是真心，你那個歪曲的心，就是妄心，所以沒有辦法回歸到真心。只有當我們的心是正直的時候，才是離真心最近，所以你要回歸真心就很快了，因為本來就沒有跑很遠。可是你的心九彎十八拐，歪歪曲曲很嚴重的話，那要回歸到真心就要花很長的時間，三大阿僧祇劫不曉得夠不夠？所以諂曲也是障礙我們成就一個很重要的原因。

所以我們就要經常來思惟，諂曲有什麼過患呢？

第一個過患，由於諂曲的因緣，因此不能夠證得真實的智慧。就是我們剛才講的，真實的智慧是從正直心來的，可是如果心諂曲久了，很難見到真心，不能見真

心，我們本有的真實智慧就，我們說真心離念，真心無念。

第二個過患，諂曲使我們喪失名譽、地位等等。因為諂曲慣了，大家都知道這個人是一個什麼樣的人呢？這個傢伙會為了自己的利益去阿諛諂媚別人，所以大家都知道他是一個馬屁精。如果公司有一個主管的缺，大家會不會推薦他？大家提名、選舉，他是不會有任何一票的，因為大家都知道他是一個阿諛諂媚的人。可是有一種情況之下，大家會馬上想到他，是什麼情況？公司要裁員的時候，大家都想趕快把那個馬屁精趕走，因為他整天玩花樣，在上司主管的面前打同事的小報告，因為要阿諛奉承的關係，然後專門扯同事的後腿，這種小人要讓他趕快離開。因此才會說，諂曲會讓人漸漸失去名譽和地位。

第三個過患，諂曲會退失別人對我們的信心。為什麼別人會對我們沒信心？就是我們是一個完全沒有原則、沒有道德、沒有是非觀念的人，就好像牆頭草一樣，隨風搖擺，哪裡有利就往哪裡倒。所以這樣的人，我們怎麼可以信他呢？怎麼會對他有信心呢？那一定是沒有辦法相信，因為不知道他什麼時候又變了，他會見風轉舵，所以就不可能對他生起信心。

第四個過患，諂曲會使我們的功德一直退失，不再增長。這是因為諂曲使我們的身、口、意不斷造業，所以即使行善，功德也不會再增長，而且還會日漸消失，功德會愈來愈少。

第五個過患，不但功德一直退失，智慧也不會增長。所以不管如何殷勤地供養、承事善知識，功德也一直在退失，智慧也不會增長。因為有智慧的善知識，不會喜歡阿諛諂媚的弟子。所以就算他親近善知識、聽聞正法，

但是他的智慧也不會增長，就是因為這位諂曲的弟子，他在親近善知識的時候，是用諂曲的心來親近。而且他也不會好好修行，為什麼？因為他的心思不會用在法上，而是都用在怎麼去討好上師，所以法不入心。他整天想的都是諂曲的事情，怎麼樣表現自己多有修行，其實都只是做做樣子，虛偽作假，所以他是不可能有什麼進步的，當然也不可能開智慧。

第六個過患，功德智慧都不會增長，只有一個會增長，就是惡業會增長。

第七個過患，如果不改正自己邪曲的心，這樣相續的結果，只會使得我們離善法愈來愈遠，離惡法愈來愈近。

第八個過患，諂曲也會損害我們的身心，使我們心中常懷苦惱，心非常的不安穩。因為心邪曲的關係，所以自己的內心就會覺得很空虛、不踏實，因為你都不是很踏實的在做事嘛，都是虛偽作假，做一些表面功夫，所以實際上內心是非常空虛、不踏實的，所以內心也無法安穩。

第九個過患，諂曲只會使得自己苦，也讓他人受苦。為什麼自己苦，他人也苦呢？因為阿諛諂媚別人，如果事後被揭穿的話，就會引起對方的埋怨。因為對方一直被你蒙在鼓裡，以為你是個可靠實在的人，可是有一天發覺真相，原來你只是一個愛耍心機的小人，他就會開始埋怨你。那也因為自己被揭穿，心裡也是憂愁苦悶，所以才會說諂曲的結果，不但自己苦，別人也苦。

第十個過患，諂曲的人不是成為聖賢的法器。就是說善於奉迎的人，他不是成就聖賢的那塊料，所以就算他學佛修行，也不可能有任何的成就的，因為他心不入法，心不入道。

第十一個過患，到了臨終，只有追悔。諂曲一輩子，以為自己善於逢迎，春風得意，可是臨命終時，惡業現前，這個時候再追悔已經來不及了。

第十二個過患，死後只有墮惡趣的份。諂媚的人，死後大多墮地獄道，所以死後只有墮惡趣的份。

如果我們想在修行上早點成就的話，就要想辦法去除諂曲的心。怎麼練習呢？開始講真話、做真事，用真心待人，表裡如一。良師益友在教誨我們的時候，不要心懷怨恨，要心存感激，然後要好好地反省改過，這樣才可能有一些成就。

一般諂曲心重的人，當上師在講他的時候，他會不高興，所以上師一般也不會講，因為上師知道在這種弟子面前直接跟他說真話，他是無法接受的。因為上師在講他的時候，他心裡會覺得很委屈，為什麼委屈？因為他所有的心思都用在怎麼樣去討好上師，你看他是多用心啊！可是上師居然說我這個錯、那個錯，真的是好委屈、好冤枉啊！我已經身、口、意都供養給上師，可是上師還說我錯，我不能接受！

因為上師知道他這個諂曲心只會障礙他的修行，所以也會試圖想要去戳破他、或者點醒他，但是因為他的心邪曲慣了，他已經很習慣那種虛偽造假的方式，他沒有辦法很真誠的面對自己的習氣、煩惱，自己沒有勇氣去面對，所以上師指出他的錯誤的時候，他一般是沒有辦法接受，而且還會懷恨在心，所以上師一般都不會直接來說這樣的弟子。

因此我們之前才會說，我們的好朋友、同行善知識，或者是教授善知識在教誨我們的時候，我們一定要虛心的把話聽進去，然後勇於改過，因為他是在成就我們，希望我們修行能夠早一點成就。要不然等到大家都覺得

你沒希望了，想放棄你的時候，那就是已經來不及了。所以這個「直心是道場」很重要，因為我們修行就是希望能夠早一點回歸真心，可是諂曲就讓我們沒有辦法做到直心。

七、憍

第七個小隨煩惱，是「憍」。憍，就是驕傲的意思。就是一種優越感，自己以為很了不起，整天陶醉在這個優越感當中。所以這個憍，是一種驕傲自大的心理。

這個每個人也有，只是驕傲的事情不一樣，所以它有種種不同的憍的內容，因為每個人都有自己覺得驕傲的事。

譬如說：有錢的人，他就會瞧不起貧窮的人，這個叫做「**富貴憍**」。看不起窮人，這個就是一種驕傲。

出生名門望族，家世顯赫的人，沒事就要誇耀一下他的家世，這個叫做「**族姓憍**」。沒事就在你面前說：「我昨天買了一個鑽石，我覺得好小喔！才二十克拉！好小喔！」。「好煩喔！我開的那個跑車，總覺得它不夠快，好想再換一部更好的！」我們連車都買不起，他跟我說他想要換一部，這個就是族姓憍。

長得好看的人，就會嘲笑那個長得醜陋的人，說：「那個人長得很抱歉」，這個就是「**色力憍**」。

身體好的人，他也會嘲笑人家說：「你這什麼身體嘛，像病貓一樣，風一吹就會倒的林黛玉」，這個是「**無病憍**」。

那個長壽的人，有時候難免也會倚老賣老一下，這個叫做「**長壽憍**」。這個我們常常聽到：「你們年輕人要怎樣、怎樣……」、「我吃的鹽，比你吃的米還多」這一類的话，這個叫長壽憍。

年輕的人，他也不甘示弱，他也要瞧不起老人家，

說：「你們年紀大了，都沒有用了，還不是要靠人家照顧」，這個叫做「少年憍」。

至於那些學識豐富的人，他也會經常在言語之間，諷刺那個不讀書的、沒有學問的人，說你們這些不讀書的草包啊！沒料啊！肚子沒墨水之類的，這個就是「多聞憍」，仗著自己多聞，然後嘲笑別人沒學問。

這就是七種憍，這只是歸納，其實還有很多。

像那些腦筋好、反應快的人，他就會對那個腦筋遲鈍、反應慢的人失去耐心，老是嫌他們怎麼那麼笨，怎麼那麼慢啊！這也是另外一種憍。還有，就是在社會上有名望、有社會地位的人，他在做事情的態度也好，講話的語氣也好，就是有一股想要壓過別人的氣焰，那個也好討厭，老是喜歡使喚人。或者是認為說你一定要聽我的，就憑我的社會地位，憑我的名望，你就要聽我的，就是那股壓倒人的氣勢，那也是另外一種憍。喜歡寫文章的文學家，喜歡畫畫的藝術家，他也會有另外一種自命清高、孤芳自賞的那種憍，一種習氣在他的身上，那個就叫做「憍味」。

所以，憍會使人自高自滿、目空一切，總是自我陶醉，想駕凌在別人之上，因此很難做到謙卑，也會增長許多的煩惱。憍會讓我們生貪、瞋、癡等等的煩惱。什麼時候生貪呢？就是自己陶醉在自己的成就感裡面的時候，這個時候是跟貪相應的。一直覺得說：「我好了不起喔！我的成就好了不起喔！」當別人和自己唱反調的時候，就很容易發脾氣，這個時候是跟瞋相應的。不知道這些引以為傲的事情，只是因緣果報的展現，它是生滅、無常、無我的，不明白這個道理，這是跟愚癡相應的。所以，憍會讓我們常生煩惱的原因在這裡。

將來會有什麼果報呢？那個愈瞧不起人的，身高就

愈矮，所以它的果報是生來矮小；還有，就是容易會有五官不全的果報；還有，他容易生什麼病呢？就是容易得肝病，因為自視過高的人，容易生瞋恚，所以就容易得肝病。只要有一點點違逆他的意思，他就發脾氣，所以怒傷肝，容易得肝病。

為什麼會有這個驕傲的現象呢？就是因為貪愛執著自己的成就，所以才會生起這個驕傲的心，所以它是屬於根本煩惱的哪一個啊？貪愛執著自己的成就，就跟貪相應。所以我們就知道，憍是屬於貪的，跟貪相應，因為貪愛執著自己以為了不起的成就的事情。

我們一般都說憍慢、憍慢，憍跟慢有什麼差別呢？還是有差別。我們講根本煩惱是貪、瞋、癡、慢、疑，所以慢是屬於根本煩惱，現在講的憍，是小隨煩惱，所以一個是根本煩惱，一個是隨煩惱。

憍，它是由事情而生起的。就是我們剛才講的，自己覺得有什麼值得驕傲，還是有成就感的事情。慢，是由「我」而生起的，我慢嘛。一切眾生有「我」，所以就有「我慢」，「我」了不起，所以它是由「我」來的。一個由事情而起的，一個是由「我」而有的。

慢是屬於根本煩惱，它是和別人比較之後所生起的高舉的心，不管他比我好、還是比我差，我永遠覺得自己是最了不起的，所以慢是跟別人比較之後才有的。現在講的這個憍，是屬於小隨煩惱，它是沒有和別人比較，是自己沉醉在自己的成就感裡面，這就是憍跟慢的不同。

憍是由事情而生起的，慢是由我而生起的。憍是小隨煩惱，是沒有和別人比較，自己陶醉在自己的成就感裡面；慢是根本煩惱，是和別人比較之後才有的。

所以我們就知道，憍慢會障礙我們的謙卑，還會增長很多的煩惱。所以要怎麼來對治呢？就是你現在的一

切的成就，就是過去善業果報的展現這樣而已。我們有造很多善業，也有造很多惡業，看是哪一個先成熟。善業先成熟的話，就會讓你感覺一切很順利，你就會覺得很有成就感，那其實只是你過去的善業成熟而已。而且，這一切讓你覺得有成就感的事情，其實它是不是真實存在的？剛才講了各種橋，都是生滅無常的，都是無自性的，都是了不可得的，所以其實也沒有什麼值得驕的。所以，思惟它是善業果報的展現，然後它是生滅、無常、無我的，自性是空的，這樣就能夠對治驕的心。

八、害

第八個小隨煩惱，是「害」。害，就是傷害。因為對眾生沒有悲愍心，所以才會想出或者是做出傷害眾生的事情來。這個害也是跟瞋相應的，所以瞋心一起來的時候，不曉得會說出什麼話、做出什麼事，這種互相傷害的事情也是每天都在發生的。

譬如說：夫妻吵架，或者是情侶口角，還是朋友吵架，剛吵完架就會想說好好地折磨他一下，因為心裡不痛快，所以就心想：「我一定要你好看，我一定不要先跟你道歉認罪，我一定要你難過、內疚、後悔，在這個之前，我一定要跟你冷戰到底……」，這個都是害心。因為你會有這些念頭生起來，就是想要傷害對方，不要讓他好過，好好地折磨他一下，這個就是害心。這個還是比較輕微的。

比較嚴重的，就是想到仇人的時候，那一定沒有什麼好念頭，對不對？所以心裡面想的，可能都是怎麼樣去詛咒他，希望他窮困潦倒最好，家庭破碎、子女敗家，死後還要下十八層地獄，最好是沒有一件順心的事情，這樣我才開心，這個也是害心，有這些念頭都是害心。或者是想要去報復別人，怎麼去逼迫、損害、激怒別人，

讓別人產生痛苦，這些都是害心。

所以，害心使我們沒有辦法做到什麼？大悲心。瞋心障慈，害障悲。所以這個傷害別人的心，障礙我們的大悲心沒有辦法生起。什麼是悲啊？就是幫眾生拔苦。害心不但不能幫眾生拔苦，還帶給別人更多的痛苦，所以它是生起悲心最大的障礙，也是屬於瞋心的一分。

那要怎麼對治呢？就是多修悲心來對治。可以思惟一切眾生都可能是我往世的父母，或者是最親愛的人，在過去他當我父母或者親人的時候，可能結了什麼怨結，所以這一世才會變成仇敵，我才會那麼恨他，然後心裡面生起的都是怎麼樣去傷害他的念頭。如果這樣來想的話，一切眾生都有可能是我往世的父母，或者是我親愛的人，而且一切眾生都希望離苦得樂，就像我自己也不希望苦降臨到我的身上一樣，一切眾生也都跟我一樣不喜歡受苦。所以對我往世的父母、還有最親愛的人，我應該對他們生起大悲心，希望能夠幫他們除苦，多修悲心，就能夠去除這個害心。

九、嫉

第九個小隨煩惱，是「嫉」。嫉，就是嫉妒。為什麼會嫉妒呢？就是見不得人好，才會嫉妒。

為什麼會見不得人好呢？因為怕被他比下去，被他比下去之後，我可能就會有一些損失，可能是名聞利養、或者恭敬。所以我看到別人有成就的時候，我心情就開始鬱悶起來，整個心都糾結在一起，然後吃也吃不下、睡也睡不好，心裡總是在想說：「我應該怎麼來鞏固我的地位，怎麼來繼續獲得我的利益，怎麼讓我的名聲不受影響……」，可能就會開始採取一些手段。可能就會挑撥離間，說一些不利於對方的話；或者是設計盤算，做一些阻撓障礙對方的事；再更嚴重一點，可能就會想到怎

麼樣去傷害對方，所以這些都是和瞋恚心相應的。所以，嫉妒也是屬於瞋恚心的一分，它是跟瞋恚心相應的。

什麼樣的人比較容易有嫉妒心呢？

第一種是心胸狹窄的人。因為心胸狹窄的人沒有包容人的肚量，所以他會見不得別人好，一看到別人比他好，他嫉妒心就起來了，就想辦法在背後批評毀謗他。

還有一種，就是缺乏自信心的人容易嫉妒。因為缺乏自信的人他沒有安全感，沒有安全感，他就會很害怕失去自己的名聞、利養、恭敬。所以現在他看到你春風得意，他就覺得倍感威脅，他很害怕他苦心經營的一切，會在剎那之間就被你摧毀了，所以心中就深懷憂感，不得安穩。

還有就是名利心重、好勝心強的人，也容易嫉妒別人。他看到別人勝過自己的時候，心中就不是滋味，所以他也會採取一些手段來鞏固、或者保護自己。

可是這樣嫉妒的結果，你就真的能夠讓自己很安全、很穩固嗎？也不見得嘛，對不對？它不但不會使自己更好，反而還會因此造下更多身、口、意的惡業。

那你說，這種人活得快不快樂啊？整天想要嫉妒、障礙別人，他自己快不快樂啊？自己活得也不快樂，所以他其實也會障礙自己的成就。

所以最好的辦法，看到人家好的時候應該怎麼辦啊？大家都很會的，就是隨喜讚歎，這樣不但不會造業，還有隨喜的功德，對不對？看到別人的好，馬上隨喜讚歎他的好，這樣就對了，這樣就可以對治嫉妒。要真的讚歎噢，不是表面功夫，不是虛偽的、作假的。因為你真實讚歎別人的當下，你會不會嫉妒？不會，因為它不會同時存在的。你嫉妒的時候是不會讚歎的，你讚歎的時候就不會嫉妒，所以看到別人好的時候，你趕快讚歎，

你就不會有嫉妒心，所以那個原本有的嫉妒心就慢慢消失於無形。

何況我們修行人說關關要過關嘛，最難過的是什麼關？名關、利關、恭敬關，要做到關關與我無關，這樣就關關過關。想到這些名關、利關、恭敬關，還不是虛空中的花朵，對不對？我們清淨的自性當中本來沒有這些名啊、利啊、恭敬啊，本來都沒有，所以這樣想的話，虛空中的花朵，本來沒有，很快就安全過關了。

十、慳

最後一個「慳」。慳，就是慳吝。就是吝嗇、小氣，什麼都捨不得，我們說這個人鐵公雞，一毛不拔，就是慳。

慳跟貪有什麼不同呢？我們一般說慳貪、慳貪。慳，是已經有的，捨不得拿出來；貪，是沒有的，想要得到，而且是愈多愈好，所以慳和貪是不一樣的。

這樣子自私小氣、不肯拿出來，會有什麼果報呢？那個錢捨不得拿出來布施的，就是貧窮的果報；那個有法不肯布施的，不肯法布施的，果報就是愚癡，簡單來說是這樣。

可是在《成實論》的卷十二裡面，它就有說到慳貪會影響後世得到哪一些惡報呢？它有七個惡報，因為慳貪會影響後世的果報：

第一個，天生眼盲的果報。他是天生的，不是後天的，從母親胎中出生的時候，他就不能夠見到日月的光明。

第二個，愚癡的果報。因為不肯法布施，就會有愚癡的果報。就是他今天就是想要來親近善知識，聽聞正法，但是他怎麼聽就是聽不懂，不知道在講什麼，這個就是因為愚癡。那個天生愚癡的，就是對一切法的真實

相不能夠了知，所以這一世不管他怎麼樣聽經聞法，就是不能夠明白經中的義理。

第三個，生在惡家的果報。就會出生在不信三寶，造作重罪的家庭裡面。

第四個，會在母親的腹中就死亡的果報。就是胎死腹中。

第五個，天生容易被一切惡物所恐怖的果報。這個就是說，你這輩子常常會遇到讓你覺得非常恐怖、驚嚇的事情，常常會遇到這一類的事情，就是把自己嚇得半死，很恐怖的事情發生在自己的身上。

第六個，善人遠離的果報。奇怪了，這一世碰來碰去都碰不到好人，碰到的都是扯後腿的小人、惡人，交的都是損友，讓自己墮落的壞朋友。一切好人、賢善的人、善知識都離得遠遠的，沒有辦法親近到真正的善知識，或者是同行善知識、同參道友。這個就是因為過去慳貪、不肯布施，不跟大眾結善緣的果報。所以他結的都是惡緣，到這一世惡緣現前，遇到的都是壞朋友。

所以佛法為什麼很重視布施？六度第一個就是布施，主要的用意是什麼？就是用布施的方法，跟眾生結緣，不管是財施、法施、還是無畏施，都是要跟眾生結好緣、結法緣、結善緣，這樣生生世世都能夠遇到善知識，也能夠遇到好的同參道友，交的都是好朋友、善友，會讓自己愈來愈好的、互相幫忙的好朋友，或者是親朋好友都是好的。

第七個，會有無惡不做的果報。就是對一切的惡業無所不做，因此更加深業障。這一世更容易造惡業，為什麼？因為慳的結果就是造下很多的惡業。

慳要怎麼對治呢？怎麼做到財施、法施、無畏施？就是用布施來對治。如果真的很難捨的話，那我們就多

多思惟什麼？死無常的道理，就是多多地念死無常。想到你這些捨不得、小氣，想要抓一輩子的東西，你死的時候一個都帶不走，可是死的時候就要鬆手了。那個帶得走的，要趕快做，什麼是帶得走的？只有「業」帶得走！所以趕快斷惡業、行善業。那個帶不走的，就不要再抓了，趕快放下吧！

也可以多多思惟布施的果報還有功德。財布施的果報就是富貴，法施的果報就是有智慧。

另外，也還是以空性的智慧來對治，就是你慳貪的這些東西，都是生滅無常、不可得的，所以趕快放下吧！

十個小隨煩惱都介紹完了。

小隨煩惱是個別現起的，所以最容易斷。我們這一次介紹煩惱最主要的目的，就是要詳細說明根本煩惱的內容、還有隨煩惱的內容。我們煩惱生起的時候，就很清楚地知道我這一念是屬於根本煩惱、還是隨煩惱，要不然平常就只知道我很煩惱、煩惱，可是你有什麼樣的煩惱？然後怎麼對治？也不是很清楚。因此修了半天，也看不到自己的煩惱，然後也不知道怎麼辦，所以修行很難進步嘛！現在就明白每一個煩惱的內容，然後也知道該如何對治了。

那從哪一個下手呢？先從力量比較輕的，有時候有、有時候沒有的，不要從那個恆常與第七識四惑相應，與生俱來的根本煩惱下手，因為它是恆常、從來沒有斷過，連夢中都有，那個比較難斷，我們一定是從今天講的這十個小隨煩惱開始斷。我們可以一個一個檢查，我還有哪一個，然後就用對治的方法趕快斷除。因為它是個別現起的，有了這個就沒有那個，它不是同時現起的。而且它是第六意識分別來的，不是與生俱生來的，雖然也是先天有那個種子啦，可是它大部分現起的時候，是

因為你有分別心它才有的，所以我們就從這個比較容易斷的開始下手來修。它也相對的比較明顯、容易檢查，一檢查自己有就馬上斷，這樣很快就能夠去除這十個小隨煩惱。

明天我們就介紹兩個中隨煩惱、還有八個大隨煩惱。願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第八講
中隨煩惱、大隨煩惱

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們接下來是介紹中隨煩惱，就是無慚、無愧。

中隨煩惱不是個別生起，而是同時生起，只要有一念的惡心生起，這其中就有無慚、無愧。因為沒有慚愧心，才會讓不好的念頭生起，所以只要起心動念是不好的念頭，裡面就一定有無慚、無愧。

無慚

什麼是無慚呢？就是沒有羞恥心。我們說一個人沒有羞恥心，就是做錯事情不會感到羞恥，如果你跟他說：「這樣不太好吧！這不是一個正人君子會做的事喔！」可是他也不在乎。你跟他說：「這樣子做，對一個人的品行、道德、修養都會有所違背。」他也不睬你，這就是無慚。

而且他看到有品行道德修養的人，他也不覺得應該要見賢思齊，對於做善事功德這些事情，他也是不屑一顧，不覺得有做的必要，這就是無慚。就是說他會做一些愧對自己良心的事情，但是他覺得無所謂，這個是無慚，就是對自己來說。

無愧

對社會、國家、輿論，外在的環境來說，就是無愧。無愧也是沒有羞恥心，但是跟無慚不一樣，一個是愧對自己的良心，一個是愧對外在的社會、國家，或者親朋好友。所以無愧這個羞恥心，是針對外在的世間來說的。就是自己做錯事情的時候，他可以完全不顧世間的輿論、或者批評，對於任何的責難、或者譏毀，他也可以

不在乎、無所謂，完全不去理會，這個就是無愧。

所以不管是無慚、還是無愧，結果都是不可能會改過，不認為自己錯，不認為自己有改過的必要，因此就會繼續造下更多的惡行。

一個沒有慚愧心的人，他造惡也臉不紅、氣不喘，他也不覺得自己有什麼需要改過的地方，可是這樣的人只會造下更多的惡業。即使來學佛修行，他也不可能懺悔，也不可能斷惡修善，當然也不可能有什麼成就。所以在佛經上說，只有兩種善法可以救眾生，就是看他還有沒有慚愧心，有慚愧心就有救，沒慚愧心就沒有救。沒有慚愧心的人，他反正已經不在乎了，也不可能改過，所以我們才說他沒救了。

有慚愧心的人，他才會在意所作所為會不會愧對自己的良心，他也不想被別人批評說他是一個沒有羞恥心的人，他也會在意，所以他就會反省自己。如果反省自己發覺有錯的時候，他就會改正自己的過錯，因此他才會愈來愈好，然後他才可能斷惡修善，所以我們才會說他是有救的。

我們現在當然不可能再去為非作歹，也不可能再犯下很嚴重的錯誤，那我們需不需要懺悔啊？還需不需要抱著慚愧心呢？還有沒有必要？當然有必要！雖然我們不可能犯下嚴重的錯誤，但是在我們還沒有完全成就之前，還是要靠慚愧心來勉勵自己、督促自己，只有這樣子修行才可能進步得比較快速。我們雖然不會犯下很嚴重的身口意，但是那個比較輕微的身口意業，還是難免有時會不經意地犯到，如果要讓自己修行快速進步，還是要把所有最微細的小戒也持好。只要我們還會有身口意的任何過失，都需要靠慚愧心來改正自己的錯誤，這樣才可能開悟成佛。

雖然經典上告訴我們一切眾生本來是佛，但是我現在為什麼不是佛，還是凡夫呢？這就應該感到慚愧。為什麼現在還是凡夫？就是因為我們的自性沒有被開發，我們的佛性沒有開顯。我們的佛性為什麼沒有開顯？我們的自性為什麼不能夠現前？就是因為有遮障嘛！那是什麼遮障了我們的自性呢？就是煩惱、無明、業力，就是業障。所以只要還有煩惱、無明、業障，我們就要對自己的這些煩惱、無明、業障感到慚愧，這樣我們才會早一點清淨這些遮障，早一點開悟成佛。所以在真正圓滿成佛之前，都是要靠慚愧心來改正我們的錯誤。

我們前面講到見思二惑，只要我們還是凡夫，我們一開口跟人家講話，就是五不正見具足，因為在我們的念頭裡面一定有薩迦耶見；然後一定是落在一邊，一定有邊見，不然沒有什麼好爭論的，兩個人都落在邊見當中，自己不知道，還以為自己的理論很高明。自己的理論，那個就是薩迦耶見——身見；然後都是落在兩邊，因為兩個人都悟到中道實相，還會不會吵架？不會的。也一定有邪見在裡面；然後他所堅持的那個，就是他的戒禁取見；主觀的成見，就是見取見。所以一開口就是五不正見具足，但是我們不明白，因為見惑沒有破，不明白無我的道理。思惑一個也沒斷，貪、瞋、癡、慢、疑，哪一個斷了？也是五毒俱全，所以應不應該感到慚愧？應該感到慚愧！連證初果都還沒有資格。

所以我們也沒有看不起初果阿羅漢，我們見惑都還在，還輸那個初果阿羅漢。我們是大乘菩薩！可是見思二惑都沒斷，四果阿羅漢已經斷了見思二惑，可是我們的見惑也在，思惑也在，塵沙、無明一個都沒有少。那就是為什麼我們雖然具足佛性，但是沒有辦法成佛的原因，就是因為這些遮障。

這些遮障如何快速地去掉？就是靠慚愧心。因為你感覺慚愧，就覺得我今天學佛就應該跟佛一樣，可是我為什麼差那麼多呢？我為什麼還有這麼多無明、煩惱、業力，這些統統都在呢？所以慚愧心愈強的人，他斷惡修善愈快，因為他不容許自己還有這麼多污點，這麼多不完美的地方，所以那個就是靠慚愧。

這個就是中隨煩惱，無慚、無愧。

大隨煩惱

最後是大隨煩惱，它有八個。

為什麼叫做大隨煩惱呢？因為它的範圍最廣、也最嚴重，只要是惡心生起，就一定有這八個。就是說你起心動念，你這一念是不好的念頭，裡面就有這八個大隨煩惱，所以很嚴重，對不對？而且它恆常與第七識的我愛、我癡、我慢、我見這四惑相應，就是念念都有這四惑，嚴不嚴重？夠嚴重，所以叫「大隨煩惱」。因為它不但範圍很廣，而且非常嚴重。然後又是與生俱來的，天生就有，不是後天薰的，每一個凡夫眾生天生就有，所以它非常難斷的原因在這裡。

一、不信

第一個，不信。「不信」以學佛修行來講，就是不相信佛法所說的真理，不相信三寶真實的功德，也不信自己能夠證得這些真理，成就這些功德。不信的話，當然就不會很努力地想去達到成佛的目標，這就是我們為什麼不能夠精進修行最主要的原因，就是根本不相信，沒有真正的信心。

大家一定反對，對不對？心裡在講：「我信啊！我信啊！我很有信心的！」真的嗎？真的嗎？因為真的信，會有什麼結果？你如果真的相信佛法所說的真理，你就會依教奉行，對不對？佛怎麼說，我們就怎麼做，但是

我們都做到了嗎？我們如果做到，現在應該成佛了！現在沒有成佛，就是佛說的統統沒做到嘛！不然怎麼還是凡夫呢？所以你說你相信，你相信為什麼沒有依教奉行呢？這好像有點矛盾喔！相信就應該做到，對不對？佛說的我都相信，所以我就依教奉行，統統做到。

佛教導我們要生起出離三界的心，如果我們真信，就不會再貪著世間的名聞、利養、五欲、六塵，而真實生起出離心。所以佛告訴我們說要生起出離三界的心，我們就應該生起出離三界的心才對啊，因為你真信嘛。所以你就不能再貪著世間的種種，你也沒做到嘛，對不對？沒有完全做到，有一點啦，有一點出離心。

佛也教導我們要發菩提心，如果我們真信的話，就不會再自私自利，整天為自己打算，而能夠真實生起菩提心，對不對？可是我們現在菩提心也不圓滿，偶爾有啦，心情好的時候可以發一下。事業不順利，然後有障礙現前的時候，要發菩提心很難，所以也還是沒辦法做到。所以，你說你真信？出離心也不圓滿、菩提心也不圓滿。

還有，如果你真信三寶的功德，遇到事情應該怎麼做？祈請三寶加持嘛，對不對？我們前面說了，供養三寶，然後啟白三寶，用佛法的智慧，深信業果，來解決一切的問題。還會不會去求神問卜啊？還會不會去算命啊？排紫微斗數啊？看今年流年適不適合出國啊？還要不要改風水啊？可見沒有真信嘛！你真信三寶的功德，還有這些問題嗎？

現在有點開始承認說：「對啊！我沒有真信。」前面以為自己很有信心，可是分析的結果，好像一個都沒做到。

我們前面介紹過三寶的功德，有法身德、般若德、

解脫德，可是我們信不過，才會去求一些別的嘛。就是因為我們信不過三寶的功德，所以三寶比不過那些算命師、風水師，還有很靈驗的那些廟。所以我們修了半天為什麼不能成就？最大的問題，就是沒有真正的信心。

「不信」為什麼這麼嚴重呢？因為它會染污我們清淨的自性，障礙我們清淨的自性不能現前。因為你不相信，你就不會斷惡修善，你不相信因果，你就不會去循著如是因、如是果的那個真正清淨的因去做。假如你不種真正的善因，可是卻想祈求得到善果，那因果就不準啦。所以我們應該要努力的是，你想要得到什麼果，你就要去種那個因，你不求，它自然也會有那個果才對啊！

所以只要我們心不信，它就受到染污，其他的善法就統統沒有了。善法的內容很廣，我們只要舉前面講的十一種善法就好了。第一個就是「信」，現在既然不信，當然就會障礙善法的信，信的善法就沒辦法生起，因為你不信嘛，對不對？因為不信，就會障礙信的生起，第一個善法就沒有了。既然不信，就不會去精進，因為你不信，就不會精進地斷惡修善，然後依教奉行，所以就沒有「精進」這個善法了。沒有精進，就會懈怠、放逸，所以也沒有「不放逸」這個善法了。你不會精進在無貪、無瞋、無癡這三善根上面，當然也沒有「行捨」，這樣就四個沒有了。不信的話，就會繼續造惡，繼續造惡就沒有那個慚愧心，而是無慚、無愧，所以「慚」跟「愧」的善法也沒有了；你會繼續造惡，你當然就沒有那個「不害」，因為你會去造惡，就一定會傷害眾生，會去做損惱眾生的事，所以也一定沒有不害；當然也不可能有「輕安」。

所以我們說「不信」是非常嚴重的惡法，它會染污我們的心，使所有的善法都不能夠成就，只會增長一切

的惡行。

那怎麼辦呢？多修信心來對治不信。相信自性本來清淨，眾生本來具有佛性，既然本來具有佛性，當然就能夠成佛。只要恢復本來清淨的自性，佛性開顯，自然就能成佛，我們要有這樣的信心。既然一切眾生有佛性，就一定能夠成佛，只要依照佛所教導的法門來修，就一定可以達到最後成佛的目標，這是一點疑問都沒有的，就看你有沒有信心，有信心你才會精進。

二、懈怠

第二個大隨煩惱是「懈怠」。什麼是懈怠呢？就是鬆懈怠慢。就是身體懶懶的，做什麼都提不起精神來，所以精神上也是鬆鬆散散的，這就是一種懈怠的相貌。

懈怠也是天生每個人都有的，一般比較常用「懶惰」來形容，懶惰每個人都很會，對不對？這不用教的，天生就會，譬如小朋友，如果你沒有盯著他做功課，他就會偷懶，可能偷偷去打電玩。你看他整天都不沒出門，其實是在玩電腦，可是他卻跟他媽媽說：「我在做功課。」媽媽好高興的說：「好乖喔！今天整天都沒有出門哦！都在電腦前面用功啊！」也不知道他是在打電玩。所以天生每個人就很會偷懶，能偷懶就偷懶，能休息就一定不會用功，能躲過去就躲過去，馬馬虎虎、得過且過，不想承擔責任，這些都是懈怠的習氣，每個人都有，天生就有的。

這個懈怠、懶惰，為什麼是惡法呢？為什麼是煩惱呢？你說我只是懶散怠惰一點，我也沒有去做壞事啊，應該不會算太糟嘛，是不是？可是這種習氣會讓我們對不應該做的惡事，不會想要趕快去斷除，為什麼？因為懶得去斷，可以懶到這樣。明明知道那樣做是不應該的，可是就是因為懈怠，所以就提不起勁去趕快把它斷除，

因此我們那個壞習慣可以一輩子幾十年都不改，就是懶得去改嘛。有人唸一唸，那就給他唸囉，還是懶得改啊！所以對於那個不好的，他自己也知道不好，可是他就是不改，那就是懈怠，因為他懶得改。

我們知道應該要斷十惡業，他也沒有很精進去斷，應該行十善業，他也沒有很精進地去行十善業，所以對那些應該做的善事，他也不會想要積極地去做，因為也是懶懶的，提不起勁去做善事。人家說：「一起去聖地作供養吧！」他心想：「這麼遠喔？算了吧！」朋友說：「那我們去精進，打個佛七！」他回說：「那個好累人喔！」如果是有人去幫他做功德，那 O.K.！你去幫我做一下。如果是太辛苦、太累、太遠……，他就懶得去做，那個就是懈怠。只要沒有很精進地想去行善，或者那個心念提不起來，這就是懈怠。我們都知道要行善累積功德，可是為什麼那麼慢？就是因為懶得去做，這就是懈怠。

就是因為這樣，所以看起來好像沒有故意去造惡，但實際上卻是一種惡的行為，因為它不斷滋長我們三界的染污，讓這個懶惰、放逸的習氣不斷不斷地增強。它不會自己消失的，因為天生下來就有，你不斷不斷串習，就愈來愈懶、愈來愈懈怠，永遠不可能精進的。那這樣子可能成就嗎？不管你怎麼學、怎麼修，都不可能有什麼結果的，就是因為懈怠。

我們只要檢查檢查自己就知道有沒有懈怠，就是剛才講的那四個重點：

第一個，我一發現自己做錯，有沒有馬上改過？還是懶得改？就是我們剛才講的，知道自己錯了，懶得改，知道那個不好，也沒關係，得過且過，馬馬虎虎。

第二個，我有沒有隨時起防護的心，讓自己不要犯錯？如果懈怠的話，就不會起防護心，然後很小心謹慎

地不要犯身口意業，連再微小的戒也不要犯，就是不會起防護心來防止一切的惡事不讓它發生。

第三個，對應該修的善，譬如十善業，或者六度，布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧，我有沒有開始去修？有沒有積極去修？沒有的話，也是懈怠，因為懶得修嘛。

第四個，對那些已經修的善，我有沒有繼續努力地使它增長？不是偶爾做一下就好，要長時薰修。所以問問自己，有沒有每天都在增加那些善法、善根。

如果這四點沒有做到，就承認自己有懈怠。簡單地說，只要沒有勇猛積極地從事斷惡修善的事，就是懈怠。學佛修行就是要從斷惡修善開始，就是「諸惡莫作，眾善奉行」，然後「自淨其意，是諸佛教」。一切的佛法，所有的內容就是這些，從斷惡修善開始，然後再自淨其意，連善也不執著。

所以，只要沒有積極斷惡修善，就算是懈怠，不管你現在是不是已經有在修一些功課，也許有些人他每天固定在做早晚課，或者修個什麼法、還是持咒，或者是念佛，以為很精進，也常常跑道場，參加佛七、拜懺，參加法會、灌頂、聽經聞法……統統都來，可是重點就是剛才我們講的那四個，你有沒有做到？如果你沒有積極地斷惡修善，你看起來雖然有很多修行的事相，你是在事相上修，但是你的心沒有修，因為你的心沒有斷惡修善。看起來好像很忙碌的在從事一些修行的事情，但只要你惡沒有斷、善沒有修，一樣叫做懈怠。所以，什麼叫懈怠？重點就是要積極地斷惡修善。

因為不能斷惡修善的結果，就會使惡法繼續地增長，惡法增長的結果，就會使善法不斷不斷地退失，所以就一面建設，一面搞破壞，這就是我們為什麼累積功

德這麼慢的原因，其中一個很重要的原因，就是懈怠。雖然「火燒功德林」是很重要的原因，但懈怠也是。因為懈怠，所以才沒有對治瞋恚心，沒有發菩提心，所以才會火燒功德林，對不對？所以還是因為懈怠，它才是罪魁禍首，都是懈怠惹的禍，讓我沒辦法精進地發菩提心，所以瞋心才會那麼重，才會火燒功德林，才會很難積聚善業。

這樣我們就明白了，為什麼懈怠屬於惡法，而且是大隨煩惱，為什麼？它的原因就出在這裡。

那你說懈怠是跟哪一個根本煩惱相應呢？它是跟貪煩惱相應的。因為貪愛輕鬆的那種懈怠之後的感覺，會覺得好像心裡沒有負擔，那是跟貪相應的。懶惰、不勤快，那個就是貪。然後不明白它會讓我們惡法不斷地增長，善法不斷地退失，所以它也是愚癡，不明白懈怠的過患，它是障礙我們成就的一個很主要的原因，所以它也是屬於愚癡的一分。怎麼辦呢？那就是精進地斷一切惡、修一切善，這樣惡法就能夠斷除，善法就會增長。

所以我們從今天開始，第一個功課就是，做錯了事情要趕快懺悔，使惡業早日清淨，這樣我們業障才能夠淨除得比較快；第二個功課，就是起防護的心，不要造身、口、意業，因為有防護的心，你就可以減少很多犯錯的機會，因為你有小心謹慎、提高警覺；第三個功課，就是對於一切的善法，要勇猛地去修；第四個功課，就是不但要勇猛地去修，而且還要不斷不斷地使善法增長。如果能夠這樣做的話，相信很快就能夠斷除懈怠了。

三、放逸

第三個，放逸。什麼是放逸呢？就是放縱散逸。故意放縱自己，使心散逸開來，一點都不想約束自己，這種心態就叫做放逸。

一般有這種個性的人，就是屬於放逸的，聽好了！那種很隨性的，高興幹什麼就幹什麼的，他是標準的放逸型。平常就是放蕩不拘，從來都不約束自己的身心，從來就是放縱自己的欲望，想看什麼就看什麼、想聽什麼就聽什麼、想吃什麼就吃什麼、喜歡買什麼就買什麼，從來不約束自己的習氣，讓自己的習氣爆發，任由它發展，一點都不想約束自己。他不覺得這有什麼錯哦！他覺得這樣很自在、很悠哉、很灑脫、很有品味、很懂得過生活，因為他懂得享受嘛！那個叫做搞品味，過著很有品味的生活，很自在逍遙，為什麼？因為不約束自己，當然自在逍遙，可是，這就是放逸的現象。

等到他哪一天學佛修行，他就很慘了，懂嗎？因為他這樣散慣了，現在說好好地坐在那裡數息，完蛋了！修正修觀，他就開始肩膀也硬了、腰也痠了，呼吸也不順暢，緊張、壓力都來了。平常都沒有緊張、壓力的，從來沒有壓力的，因為高興幹什麼就幹什麼，現在不可以高興幹什麼就幹什麼，要乖乖坐在那裡，他就不行了。所以修正觀對他來說，是一件非常痛苦的事情。

這個都是因為他平常放逸慣了，所以現在突然要收攝自己的身心，就會變得身體僵硬、精神緊張，修一下就覺得好累喔，度日如年這樣子，才五分鐘，就覺得時間怎麼那麼長！他為什麼會覺得好累？就是因為他現在做的事情，正是違背他自己喜歡放逸的習氣，所以他做起來就不自在了。因為平常自在慣了，所以他才會覺得這麼辛苦。

其實放逸的心態每個人都有，因為它是天生的，而且誰都喜歡那種放逸的感覺，因為很輕鬆自在。這個時候身心是最舒服的，因為你不用收攝。修習止觀法門要收攝身心，所以馬上就心也緊起來了、身體也變硬了，

因為它就是違背我們原來喜歡放輕鬆，那個放逸的習氣，現在突然要收攝身心，就會覺得很辛苦。

可是這樣放逸，會有什麼好結果嗎？雖然看起來好像過得很自在逍遙，可是它會讓我們貪、瞋、癡煩惱不斷現前，因為你不收攝身心，就很容易因為放逸而造下身、口、意業。放逸就容易生煩惱，因為放逸本身就是貪嘛，對不對？所以它會讓我們貪、瞋、癡煩惱不斷地現前，不斷現前的結果，就會不斷增長我們的惡業，同時不斷減損我們的善業，所以它等於是一切惡事的所依，一切的惡事都是從放逸來的。

因為放逸，所以我們不會很樂於精進地修一切的善法。也因為放逸，使我們對一切的惡法沒有防護，所以放逸是一切不善法的根本。

我們剛才講懈怠，現在講放逸，好像有一點相似，對不對？可是它們是不一樣的，所以我們再進一步來說明，懈怠跟放逸的差別。

剛才講的懈怠，是對善法不努力精進，就是沒有努力地斷惡修善，尤其是善法，不會很努力地去精進。現在講的放逸，是對貪、瞋、癡煩惱習氣的放縱，所以是不一樣的。

沒有精進在無貪、無瞋、無癡三善根上面，這個叫做懈怠；六根忙著去追逐六塵境界，念念和貪、瞋、癡相應，這個叫放逸。

我們就得到一個結論，什麼叫放逸呢？就是懈怠、貪、瞋、癡，加起來這四個，叫做放逸。這樣子就弄清楚懈怠跟放逸的差別了。

所以放逸的結果，只會不斷增長惡業，不斷損壞無貪、無瞋、無癡三善根。善根被損壞的結果，就會讓我們想要捨、放下，但是做不到，譬如說你想布施，但是

做不到，為什麼？因為放逸使你貪，所以你就沒辦法成就布施了；想慈悲也做不到，因為一放逸，瞋心來了，也不約束自己的身心，瞋心來了就亂發脾氣，想慈悲也做不到；想開發智慧，當然也做不到，因為愚癡。貪、瞋、癡都有了，所以我們才會說放逸是一切不善法的根本。

如果我們想要讓自己的修行進步，就不能夠像以前一樣的繼續放逸自己的身心，那應該怎麼做呢？就是每天收攝自己的身心，就像《廣論》講的「密護根門」，審慎地、好好地防護你的六根門頭。六根門頭就是眼、耳、鼻、舌、身、意。我們每天六根在接觸色、聲、香、味、觸、法這六塵境界的時候，我們收攝自己的身心，保持現量無分別。看就是看、聽就是聽，不起分別執著，這樣就不會跟貪、瞋、癡相應。

只要你第六意識保持現量無分別，看就只是看，沒有喜不喜歡，沒有我在看；聽，聽就是聽，沒有喜不喜歡這個聲音，這個音樂好不好聽，這樣就不會有貪、瞋、癡。因為六根面對六塵境界，只要第六識一起分別，第七識執著一放進去，我在看這個花，我喜歡就生貪，我不喜歡這個 pattern（樣式）就是瞋，沒有特別喜不喜歡就癡。所以只要你第六意識一分別，貪、瞋、癡就起來了，這就是放逸的結果。

你不放逸，收攝你的身心，看就是看，聽就是聽，六根面對六塵，保持現量無分別，就不會生起貪、瞋、癡。這樣慢慢訓練就可以做到不放逸，就是密護根門，不取形相，不取隨好。

四、昏沉

第四個大隨煩惱，昏沉。什麼是昏沉呢？昏沉就是心陷入一種昏昧沉重的狀態。就是頭腦昏昏的，身體重

重的，就是一種昏沉的現象。

昏沉每個人都有，就是我們頭腦不清楚的時候，雖然白天不是在睡覺，但是頭昏昏的，頭腦不清楚，這個就是昏沉。這個時候你拿《百法》來看一下，第一頁還沒看完就睡著了，沒有辦法隨文入觀，昏沉讓我們書也看不進去，也沒有辦法進入那個經義裡面去。那書合起來，經本合起來，我就來打個坐、修個觀吧，觀不起來，對不起！那就數息好了，一、二、三，又不知道數到哪裡去了，數字不見了！不管你修什麼法門都一樣。念佛念一念，也是佛號不見了，那就是昏沉，障礙我們修行很嚴重的一個惡法。

所以想對治煩惱，沒辦法，因為它本身就是大隨煩惱，想斷惡沒辦法，想修善沒辦法，想精進沒辦法，想修什麼都沒有辦法，為什麼？因為整個心都陷在昏昧沉重的狀態，一點都沒辦法作主，是昏沉在作主，你的心沒有辦法作主。所以，昏沉它讓我們沒有辦法從事任何的修行，一點都使不上力。

腦子也變得愈來愈遲鈍，記憶力愈來愈差，當然你這樣子怎麼打坐，也不可能得到輕安，所以昏沉就會障礙我們的身沒有辦法輕安。因為昏沉本身就是一種粗重，使我們身心粗重，粗重就沒有辦法得輕安。

心呢？不能修觀，所以你想觀什麼都觀不起來，因為昏沉性太重了。心沒有辦法修觀，所以沒有辦法成就慧力。因此，昏沉是和根本煩惱「癡」相應的。

所以我們想要好好修行，就應該儘量讓我們的心隨時保持一種清明的狀態，就是你的第六意識都是一種清明的狀態。功夫好的話，他連睡著了，他的意識都還是清明的，所以他可以慢慢克服睡眠的原因就在這裡。

我們的心能夠保持在清明的狀態，就比較容易見

性，為什麼呢？因為我們的真心是靈明不昧的，所以當我們的心保持清明的時候，就比較容易跟我們的真心本性相應，所以比較容易開悟。但是它是要靠禪定的力量，修正修觀的力量。

所以，如果能夠保持頭腦清明的話，這時候拿佛經起來也統統看得懂，也很快能夠契入佛經裡面所說的境界；要修什麼法門也都能夠自在作主；想修定就能得定；想修觀也能夠修觀，想觀什麼都觀得起來；想念佛、想持咒，統統沒問題；也能夠得到身的輕安，心也能夠開發智慧。

以禪定功夫來說，要修到幾禪，才能夠克服這個昏沉的現象呢？初禪，初禪就好了，沒有很高。只要你有初禪的功夫，你就可以克服這個昏沉的現象。白天當然是頭腦很清楚，即使晚上睡眠，我們稱睡眠是大昏沉，對他來說沒有大昏沉這件事情。他即使是在睡眠的情況之下，他的頭腦也是一樣保持清明的狀態，所以這個時候就能夠斷取睡眠。

我們說證初禪就能夠斷男女、飲食、睡眠這些欲界的習氣的原因就在這裡。所以禪定功夫好的話，他自然對男女的欲望、飲食的欲望、還有睡眠的欲望，就能夠慢慢減輕，一直到完全的斷取男女、飲食、睡眠。

五、掉舉

第五個是「掉舉」。什麼是掉舉呢？就是心掉動輕舉，沒有辦法寂靜安住在所緣境上。像我們說打坐數息，數丟了；念佛號，一面念佛號，一面打妄想；或者是雖然坐在那裡，但是妄想紛飛，這些都是掉舉的現象，這也是為什麼不能得止的原因。

剛才昏沉是障礙我們沒辦法修觀，現在掉舉是障礙我們沒有辦法得止，為什麼？因為妄念紛飛，讓我們的

心沒有辦法寂靜安住，一直在掉動輕舉的狀態，就是我們所謂的打妄想，那個妄想不斷，那個就是掉舉。

坐在那邊都在想什麼？大部分在回憶過去，會不會回憶痛苦的事？當然不會，都是回憶快樂的事，對不對？尤其是令我們歡喜難忘的事。所以我們心裡總是在追憶懷念，然後沉醉在那些情境裡面，不斷不斷地去懷念、去回憶，所以掉舉是屬於貪的一分，它是跟貪根本煩惱相應的。

因為貪，所以不斷地回憶過去令我們開心歡樂的事情，貪著在那些境界上面，那些畫面不斷地湧現，平常也是不斷地在回憶。打坐的時候，它不斷不斷地冒出來，為什麼？因為它含藏在第八識的種子，寄放在那邊，所以你一打坐，它就冒出來了。

還有一種掉舉的情況，喜歡做功夫的人要特別注意，就是在修定的時候會有一些境界現前，譬如說他一下子看到山，重重無盡的山，汪洋無盡的大海，各式各樣的光，太陽光、星光、月光，不同顏色的明點，他以為發神通了，那我們都知道它跟變生兄弟很近，叫做神經，對不對？對於那個喜歡修禪定的，他以為他看到一些畫面，那就是得神通了。其實這種情況就是現在我們說的掉舉，懂嗎？它是屬於一種掉舉的現象，因為真正得定沒有畫面的，懂嗎？有畫面是因為他的心掉舉了。

那種種畫面從哪裡冒出來的？第八阿賴耶識的種子爆發了，懂嗎？因為你在打坐，坐到沒有妄念，但不是得定，那個叫做細昏沉，懂嗎？因為這時候你沒有什麼念頭了，所以第八阿賴耶識的種子，就在這個時候很容易爆發。你平常最常想的，你最好樂的神通境界，這個時候統統都現出來給你看。你以為你見佛了，看到蓮花了，西方淨土現前了，那是你平常憶佛、念佛，現在在

細昏沉的當下，掉舉就發生了，那個不是真的西方世界現前，懂嗎？因為阿賴耶識的種子爆發，爆發的那些種子，都是你平常自己薰進去的，你平常好樂什麼，希望看到什麼，全部薰進去，所以你現在在細昏沉的狀態之下，因為沒有妄念，它統統都冒出來，所以你會看到這個、看到那個，看到很多很多的境界現前。

所以要注意了，第一個，不要把細昏沉當作入定；第二個，不要以為自己發神通，要不然真的就變神經了。

這個要特別特別注意，因為很多喜歡修禪定的，都會落在這個境界上面，然後從此功夫不會再進步，也不會開發智慧，因為是細昏沉，懂嗎？我們剛才講昏沉是跟愚癡相應的，所以他怎麼坐，坐到驢年，沒有這一年嘛！他就是坐到驢年也不會開悟，也不能開發智慧，為什麼？因為他就貪著在這個境界上面，一打坐他就入細昏沉，然後這些境界就現前，他就樂此不疲。他不曉得自己的心在跟自己耍花樣，自己在玩弄他的心意識，他自己不知道。自己的八識變現的境界，然後自己著在上面。所以他不可能開發智慧，也不可能得真正的神通，因為他入的不是真正的初禪、二禪、三禪、四禪，而是昏沉定，所以很嚴重。

特別把它提出來說明，它是在掉舉的時候發生的。他看到的那些境界，也都是他貪著的境界，所以我們才說掉舉是跟貪相應的。

六、失正念

第六個大隨煩惱是「失正念」。失正念，就是失去正念。為什麼會失去正念呢？因為心散亂。心散亂就會失去正念，使我們的心不能夠安住在正念當中，不能安住在正念當中，煩惱馬上就生起來了。

所以我們為什麼煩惱會生起？因為你沒有住在正念

當中，你只要一失念，煩惱就有機會現行。所以你的心如果能夠安住，一直安住在正念當中，煩惱就沒有機會現行。所以既然失正念，煩惱馬上就生起，我們就很容易造下身、口、意種種的業。

什麼是正念呢？看你修什麼法門，那個法門就是正念。所以任何法門都是正念，都是你心的所緣境，你只要安住在那個所緣境當中，就是在正念當中，你一離開，就叫做忘失正念。

所以念佛的時候，佛號就是你的正念；數息的時候，那個數字就是你的正念。我們不是說聞思修佛法嗎？你平常思惟佛法的時候，佛法的內容就是正念。所以正念的內容很廣，你用法門的內容都是正念。只要你一忘失正念，煩惱就現起，然後就造業。

所以我們不管修什麼法門，其實都是在培養正念力，這個很重要。只要不斷不斷地訓練，我們的心就可以安住在法門上，訓練久的話，自然就有正念力。一開始會散亂、昏沉、掉舉，所以要馬上收攝身心，然後再安住在你所修的法門上，安住在正念當中。如果一下子就開始打妄想，就把它拉回來，等一下又昏沉，再把它拉回來，不斷不斷地訓練，你這個正念力就愈來愈強。正念力愈來愈強，就容易得定，得定就容易開發智慧，所以智慧是從正念力第一步開始來的。

如果你正念力不強，就是說你經常都是在失念的狀態，你可不可能成就定力？不可能啊，因為你不是散亂、昏沉、就是掉舉，沒有定力，就不能開發智慧。所以想要得定的大前提，就是正念力。那個念力要非常非常的強，正念力強了，很快就得定，真正得定，當然智慧就開顯了。所以不管你修什麼法門，其實都是在培養你的正念力。

正念力成就的人，他的心可以自在作主，就是那個大修行人，或者是我們講的佛菩薩，你看他坐在這裡，其實他都在用念力去利益眾生，但是我們不知道。我們也看到經典裡面說，弟子看到佛在打坐，其實佛已經用祂的念力去度眾生，去利益眾生了。所以正念力成就的人，他可以用神通力利益很多眾生，但是一般人不知道。

很多人問說：我每天練習發菩提心，發菩提心就是要自他交換，我把一切眾生的惡業吸到我身上，然後我一切的善業都給眾生。他就很擔心說：「我這樣子觀想，一切眾生的惡業化成黑氣進入到我心中，我會不會沒辦法負擔啊？」或者想說：「一切眾生的惡業多重啊！化成黑氣進入我的心中，我會不會全身變黑啊？」放心好了！為什麼？因為你的念力不夠強嘛，你這邊發一個念波，還沒有到門口就已經消失不見，所以你不用擔心說一切眾生的惡業到我身上成熟，它過不來的，因為你念力不強，懂嗎？所以安啦！

也有人問說：「那個超度到底有沒有效？」那也是靠念力啊，靠那個主法的法師他超度的能力，就是看他的念力強不強。他如果正念力強的話，那個超度的力量就強。真正正念成就的修行人，他不用按照那個儀軌，也不用按照那個法本修，他就靠他的念力就可以超度，懂嗎？所以佛菩薩去利益眾生，也全部都是靠念力，我們就都知道這個念力非常非常的重要。

像在密教，上師觀察弟子要幾年啊？十二年而已啦，沒有很長。上師要觀察弟子十二年，主要是觀察什麼？就觀察他的心啊，因為密教成就的根本是菩提心，你修任何的法門，如果沒有菩提心作為基礎的話，再怎麼殊勝的大什麼、大什麼都沒有用，大圓滿、大手印都不可能成就的。或者是任何的本尊法，如果你沒有菩提

心作為基礎，你修任何一個密法都不可能成就的。

如果你是一個瞋心很重的弟子，上師要不要傳法給你啊？會不會傳那個很 powerful 的忿怒金剛？因為那個咒語的摧破力量非常強，他如果瞋心很重，要不要傳給他？千萬不可以傳給他，為什麼？因為他念力如果很強的話就慘了。他得了那個很 powerful 的法，然後他念力很強，瞋心很重，那還得了！誰曾經得罪過他、傷害過他的，他那個瞋心一起來，靠著他強大的念力，那對方不是就死得很慘嗎？所以上師為什麼要觀察弟子十二年，看的是什麼？看的就是這個啊！他是不是具器的弟子，他是不是真正有菩提心，他只要還有我們昨天講的忿、恨、惱、嫉、害，就不可能傳給他，就怕他哪一天發脾氣就慘了。

這就說明念力真的可以做很多事。

念力就好像波，是一種念波，波動。念力強的人，這個波動可以通整個法界，所以佛菩薩的念力可以怎麼樣？我們說十法界是相通的，一念就可以到達整個十法界。我們前面也講過「五徧行」，說我們心識的力量可以遍一切處、遍一切時，對不對？可見我們心念的力量本來就是可以遍滿整個虛空法界，沒有一個地方不能到達。可是我們沒有成就正念力的人，念力的力量太微小了，所以沒有辦法遍滿整個法界。那佛菩薩可以，因為正念已經成就了。

所以我們現在不管修什麼法門，要訓練的就是這個正念力，只要你正念力能夠慢慢地成就，什麼得定、開發智慧都很快。還有一個重點，就是開發神通，這個也是很快速，它都是正念力的結果。

所以我們不管修什麼法門，都要好好地培養我們的正念力，這樣我們修一切的法才可能成就。

七、不正知

第七個大隨煩惱是「不正知」。不正知，就是不正確的認知。就是面對事情的時候，在認知上有了錯誤，也許是看法錯了，也許是想法錯了。總而言之，就是觀念、思想見解上有了錯誤，我們都叫做不正知。

為什麼認知上會有錯誤呢？就因為愚癡，所以不正知是跟癡相應的。它產生的都是邪知、邪見，所以它又跟邪慧相應。以佛法來講，是不明白中道實相，不明白諸法真實的面貌。諸法真實的面貌，我們講了很多次了，就是一切現象界是生滅、無常、無我的，我們沒有弄明白，就會以為有一個真實的我、真實的法，把它們當作是永恆存在的，這個就是錯誤的認知，才會產生我執跟法執。

有了錯誤的認知之後，就會生起各種的邪知，因為他的認知上有錯誤，所以他遇到事情，他就用他那個錯誤的邪知、邪分別（也稱為邪慧）。所以不正知會障礙正知的生起，讓我們沒有辦法做到正知。

我們要做到正知正見，可是不正知就會障礙我們沒有辦法得到正知，也會讓我們的身、口、意業有很多違犯的地方。因為錯誤的認知，當然就容易造下身、口、意業。所以遇到一切的境界，就不能夠做出正確的判斷，變成是非顛倒、善惡錯亂，這就是不正知的結果。

像我們剛剛講那個打坐，有的人會看到光什麼的，有的人是喜歡感應，現在氣走到哪裡了，我的氣機有沒有發動……，這些搞感應的，他自己以為他在修菩提道，因為我們說要修正修觀，要練習打坐。可是他一練習打坐，他就變成是在搞身體，可是他以為他在修菩提道。可是菩提道不在光上面、也不在氣上面，所以那個整天在搞感覺的，他是不可能會開悟的。

因為菩提道是覺悟之道，覺悟什麼呢？覺悟一切法無我，覺悟空性的道理。我們只是靠著這個七支坐法的打坐姿勢來訓練身體的安定性，因為我們身體坐定了，我們的心就容易專一，心專一就容易得止，得止就容易開發空性的智慧，這個才是打坐真正的目的。可是不正知的人，他打坐就會變成是在練氣、在看光，要不然就是在修腿、在搞感受，所以我們說他不正知，對打坐這件事情是不正知的。因此他這樣子來修練是不可能開悟、解脫，只是被色蘊、受蘊困住，不得解脫。所以我們要先聽經聞法，建立正知見之後，再來談修行，這樣才不會修錯，才不會走錯路。先要有正知見，才不會有不正知的現象產生。

那有了正知力，面對一切的境界才能夠起正觀察，當下知道該做、還是不該做，該說、不該說，每個念頭是對、還是不對，這個就是《廣論》裡面講的「正知而行」。這樣子身、口、意自然就清淨了，也能夠生起真正的智慧。

八、散亂

最後一個「散亂」。什麼是散亂呢？就是馳散動亂。因為心向外奔馳分散，所以變得躁動擾亂。散亂就是我們的心往外面散開，就好像我們到河邊，往水裡丟一個石頭，咚！那個水就會起一陣一陣的漣漪往外面擴散開來，就是用這個來比喻我們的心往外馳散，叫做散亂。

為什麼會散亂呢？因為我們的心向外境攀緣，所以心就馳散動亂，沒有辦法專注在所緣境上。沒有辦法專注在所緣境上，就沒有辦法得正定，沒有辦法得正定，就沒有辦法得到真正的智慧，所發的都是惡慧，或者是邪慧、邪分別。為什麼叫做「邪」呢？因為它不能夠讓我們開悟、解脫，所以就稱為是惡慧。真正的智慧才能

夠讓我們開悟、解脫，那就是空性的智慧。

一般散亂心比較重的人，他的性格是比較不穩定的，就是稍微遇到一點挫折，他就想要逃，怎麼逃呢？就是換環境，那個一直換工作的，就是標準散亂型。像有些人一個工作做不到三個禮拜，你問他為什麼要換工作？他就開始 **complain**，老闆不好啦、同事很難相處，要不然就是工作太苦、太累、時間太長，反正在他的眼裡就沒有一個工作可以做就對了，沒有一個工作合他的意。所以也不是老闆的問題、也不是同事的問題、也不是什麼工作時間的問題，都不是，其實是他自己的問題，因為他的心散亂，心散亂，他的心就不能夠集中。我們剛才說像那個漣漪一樣往外散開，他的心也是整個散開，他的心力不容易集中，因此意志力就容易分散，意志力分散，就容易受到外境的干擾。所以一點點外在境界很小的風吹草動，他就沒辦法了，對他來說，他就受到嚴重干擾。也是因為干擾，他就會對周遭的環境，不管是人、事、物都失去了耐心。所以散亂心重的人，他一定耐心很差，就是一點點挫折他就沒辦法忍耐，抗壓性很低。

還有，那個花樣愈多、思想愈多的人，散亂心也愈重。看起來他是一副聰明伶俐的樣子，因為他點子多、腦筋動得快。但也是同樣的情況，如果把他抓來這邊打坐，他也完蛋。要他修正修觀，這種散亂心重的個性，就會變成一個得定很大的障礙。他很難坐得住，心一直散亂，一直往外馳散，一直攀緣外境，有一點聲音他就不行了，什麼光線太亮也不行，太暗會睡著，也是很麻煩，所以他很容易受到環境的干擾，就是因為他散亂心很重。

他腦筋動得快，就說明他的內心是動盪不安的，所

以障礙得止。修觀呢？點子多，說明他的分別心很重，這個又障礙修觀。所以不管修止、修觀，都是很大的障礙。

如果再加上他好辯，主觀意識很強的話，就會變成惡慧，因為都不是正知正見。因為他沒有辦法得止，所以沒辦法成就定力；沒有辦法修觀，所以沒有辦法成就真正的慧力。主觀意識很強的意思是什麼？表示他分別、執著非常非常的重。所以他不但沒辦法成就止觀，而且還會變成惡慧、邪分別。

一般我們看世間人，那種第六意識很強的，他很會做學問、搞知識，可是他學問知識再高，他也沒有辦法開悟、解脫，為什麼？他是用他的意識心、第六意識去分別所做出來的學問跟知識，所以只能說他是世智辯聰，但並不是真正的智慧。佛法真正的智慧，是無我空性的智慧，因為在空性的智慧當中，是遠離一切的戲論分別。他用種種分別心寫出來的文章、或做出來的學問，那個是分別來的。在空性的智慧當中，是遠離一切的戲論分別，是沒有散逸、沒有動亂，就是我們說的「菩提自性，本自清淨，菩提自性，本不動搖」。因為他現在是散亂心、分別心所做出來的東西，所以就不是我們清淨自性裡面的東西，因為我們的菩提自性是清淨的，是本來不動搖的，可是他現在心很散動，所以就不是真正的智慧。

從清淨自性所起的作用，才是智慧的觀照，才善能明白一切法是因緣所生，是無自性空的，不會起任何的分別、執著。可是由散亂心所起的分別，它是由我執分別來的，所以我們才會說它是惡慧，而不是真正的智慧，差別在這裡。

以上八個大隨煩惱已經介紹完了。這八個大隨煩惱

是與生俱來的，所以它很難斷，要到什麼時候才能斷呢？見道的時候就能斷，就是當你體證到無我，見到空性的時候。

因為它是恆常與第七識的我見、我愛、我癡、我慢相應，所以只要不好的念頭一生起，惡心一生起，就一定有這八個煩惱在裡面，所以我們平常要多修對治。怎麼來修對治呢？我們要多修信心，來對治不信；修精進，來對治懈怠；修不放逸，來對治放逸；修觀，來對治昏沉；修止，來對治掉舉；多培養正念，來對治失正念；多培養正知，來對治不正知；多持戒、修定，來對治散亂。這樣才可能有一天見空性、開悟，然後悟後起修，才能夠到最後證得果位。

我們這次的課程，說了根本煩惱六個，小隨煩惱十個，中隨煩惱兩個，大隨煩惱八個。我們介紹這些內容最主要的目的，就是希望能夠明白煩惱的種類，譬如說，這些煩惱它是怎麼障礙我們成就的，它是怎麼障礙我們善根沒有辦法生起，或者它是怎麼讓我們的心被染污，或者說為什麼我們的身心會時常處在熱惱當中……等等，就是所有根本煩惱，還有隨煩惱的內容。如果我們能夠明白認識這些煩惱的話，才能夠正確地修行，知道自己還有哪些習氣沒有斷，應該從哪裡下手做功夫。因為我們每個都有講對治法，那你檢查發覺說我這個煩惱比較嚴重，就修它的對治法。這樣子來做功夫的話，很快就能夠成就善根，成就止觀，成就戒定慧，一直到成就最後的果位都沒有問題。所以先要認識煩惱的內容，然後去對治它。

我們這一次的課程，就到這裡結束。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第九講
不定
(悔、眠、尋、伺)

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們前面已經介紹了心法、心所有法。心所有法有五十種：五徧行、五別境、善十一、根本煩惱六、隨煩惱二十。最後四個，就是今天要介紹的「不定四」。

不定法有四個，哪四個呢？就是悔、眠、尋、伺。悔，就是後悔；眠，就是睡眠；尋，就是尋求；伺，是伺察。

為什麼這四個要叫做不定法呢？它有三個不定。

第一個不定，是善、惡、無記，三性不定。像前面的善法十一個，它是屬於善；煩惱，隨煩惱，它屬於惡；現在介紹的這四個法，有時候善、有時候惡、有時候無記，不一定，所以我們就稱為不定法。像做錯事後悔，然後懺悔，這個是好的，所以這個就屬於善；後悔沒有做壞事，這個是屬於惡；糊里糊塗的後悔，這個是屬於無記。所以以這個後悔來講，它有時候善、有時候惡、有時候無記。

第二個不定，它在八識當中是不一定的。八識：眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、這五識，第六意識、第七識、第八識。今天介紹這四個，在八識裡面是不一定，就是前五識不會後悔，前五識也沒有睡眠，所以前五識都沒有這四個，第七識也沒有這四個，第八識也沒有，只有第六識有。所以以八識來講，它不一定都有這四個，只有第六意識才有。

第三個不定，在三界當中，它也是不一定的。三界就是欲界、色界、無色界，在三界當中，它也不一定都

有。像我們打坐，修止修觀，如果你修止的功夫可以到初禪的話，我們都知道初禪已經沒有睡眠了，對不對？男女、飲食、睡眠，到初禪因為欲界身已經轉成色界身的關係，欲界的習氣都已經慢慢地愈來愈淡。所以我們一旦入了色界初禪之後，就沒有後悔這件事情，也沒有睡眠這件事情，但是還有尋、伺，初禪就是「有尋有伺三摩地」，它是還有尋、伺的作用。到了二禪以上，就沒有尋、伺了。欲界的眾生一直到色界初禪，還是有尋、伺的作用，二禪以上就沒有了，所以二禪稱為「無尋無伺三摩地」。所以，以三界來講，也不一定都有這四個。

我們作個結論：第一個，這四法在善、惡、無記三性當中，不一定屬於哪一性；第二個，它在八識當中，不一定都有，只有第六意識才有；第三個，在三界當中也不一定有，到了初禪就沒有悔、眠，從二禪開始就沒有尋、伺。所以我們就知道，它為什麼稱為不定法。

接下來，我們詳細地介紹這四個內容。

一、悔

第一個，什麼叫「悔」呢？悔，就是後悔，或者是說追悔。為什麼要後悔呢？那一定是做錯了事情才要後悔嘛。

第一種情況，是當我們造了業、破了戒、或者是犯了錯，因為我們有慚愧心，所以我們會後悔說：「為什麼我當初要這麼做？」事後才後悔，已經做了。怎麼辦呢？就懺悔，後悔之後趕快懺悔，懺悔之後，就不要再繼續追悔了。

還有一種情況，是沒有做壞事也後悔，後悔自己沒有做壞事。

譬如說你是個公司主管，有人送上一個大紅包到你家，想要試圖來賄賂你，結果你義正辭嚴地拒絕說：「這

個忙我是一定會幫的，但這個紅包我不可以拿。」可是，當他離開你家之後，你馬上就開始後悔了，「為什麼不收呢？我最近還滿缺錢的……」，就開始後悔了。想說收下來，反正也沒有人知道啊，他不可能說出去，那我不要說就沒有人知道，我為什麼不收呢？這個就是後悔沒有做壞事，這一類的事情也經常發生。

做生意的都知道，都會作假帳，對不對？你們是都不會了啦，就是一般做生意的，一定會作假帳，然後會逃漏稅。你如果沒有逃漏稅，你也常常後悔說：「我為什麼不跟他們一樣？那我一年可以省下很多錢，那個錢拿去布施也滿不錯的，還是拿來護持佛法。」有時候也會生起追悔的心。

像我們有一位師兄就很難得，可能你們有一些人認識，就是新加坡有一位師兄到泰國去做生意，他自己是老闆。他自從學佛了之後，就決定要老實的報帳，所以每年報稅的時候他都照實申報，他跟負責報稅的員工說：「你就老實報，應該報多少就報多少」，那個泰國員工就用懷疑的眼光看著他，然後百思不解，為什麼老闆這麼奇怪呢？是學佛學到頭殼壞了？還是怎麼樣？可是我們就很讚歎他。他寧願不要賺那個逃漏稅的錢，為什麼呢？因為他深信因果。你從這邊逃漏稅賺到的錢，一定會在別的地方漏掉。所以我們破財一定是有原因的，因為我們讓別人損失，果報就是自己會損失。雖然你這邊好像省起來了，可是你在另外一邊又漏掉了，因果絕對是不爽的。

所以我們沒有做壞事，也不要追悔。有些人敢為非作歹，不擇手段地想要拼命賺錢，那是因為他們沒有因果的觀念，或者根本不相信因果，所以才敢這樣做，對不對？可是我們學佛之後，深信因果的話，應該就不會

這樣了。一般人很勇猛的造惡業，他不怕墮惡趣，可是我們也不怕嗎？我們深信因果，也不想因為造惡業然後墮惡趣，所以我們從今以後也不再會去做那個不應該做的事情。這就是講到說不應該做的，絕對不要做，所以沒有什麼好追悔的。

所以，對於惡事有兩種情況：已經做的惡事，我們要後悔，事後趕快懺悔；對於自己沒有做的惡事，就不要後悔，而是要慶幸自己沒有做，這個才是正確的。

善的方面，也是有兩種情況。

第一種情況，就是造了善業之後，後悔自己為什麼要做。這個也是經常發生，像在道場當義工的也是常常會後悔，為什麼要當義工？當你被人家冤枉，或者被人家批評、毀謗，你又出錢、又出力的，卻沒有得到好的結果，所以可能偶爾也會生起後悔的心，想說：「早知道我就不要當義工了」。

或者是我們今天上街，看到有人在乞討，或者是看到有和尚在化緣，那你很高興的就布施了，或者是供養了那個和尚，結果回去跟人家說，人家就笑你說：「笨吶！那個是假和尚！那個是假乞丐！」那你一聽，心就涼掉了嘛，就開始後悔說：「哎呀！早知道就不要做了！」所以你今天做了善事之後，事後就追悔了，而且追悔之後還想說：「我會不會變成幫兇？」對不對？助紂為虐嘛，如果大家都不給錢，他就沒辦法詐騙了，所以後悔說我會不會變成幫兇？我有沒有那個共業啊？充滿了後悔的心。

所以我們想要布施、或者供養的話，一定要有般若波羅蜜，般若波羅蜜就是空性的智慧。一旦決心要布施、或者是供養，就沒有布施的我，也沒有我布施供養的對象，也沒有布施供養這件事，當下就把它空掉了。你想

做你就去做，做完就忘記，也不會執著，也不會為了功德才去做。要不然行善之後，如果後悔的話，不但沒有功德，反而會造下惡業，因為你生煩惱就造惡業，多划不來！所以要有空性的智慧，不管他是真的假的，我一旦決定布施供養，我就三輪體空，這樣就不會行善之後，然後後悔。

行善也有另外一種情況，就是後悔自己沒有造善業。譬如說：早上接到一個電話，別人麻煩你做一些事情。可是你想想，哎啊！好麻煩喔！因為怕麻煩，所以當場就拒絕了。可是那個電話一放下來，就開始後悔說：「其實我可以幫的，我只是怕麻煩。」心中就後悔為什麼沒有答應要幫他這個忙，這樣的機會也是很多。

我們每天其實有很多行善、或者利益眾生的機會，只是說你有沒有把握。像這種後悔沒有做善事的，這個就要後悔了，要好好地追悔。

所以，什麼樣的悔才是正確的呢？

不該後悔的事，就是沒有做的惡事，不應該後悔；已經做的善事，也不要後悔。這是不應該後悔的事，就不要生起後悔的心。

應該後悔的事，也有兩種情況，已經做的惡事，那就要後悔，然後懺悔；沒有做的善事，也要後悔，然後發願以後有機會一定要做，每天一定要把握行善的機會，為什麼呢？因為念死無常，什麼時候走不知道，要及時行善，一有機會行善就要把握。

所以應該後悔的事，我們懺悔就好了，懺悔之後就不要後悔，這是什麼意思呢？你覺得自己不對，你懺悔就好了，然後就把這件事情放下，因為你決定改過了嘛，以後要及時行善，那個惡事一定不要做，你懺悔完就發心改過。

為什麼不要再後悔呢？因為你每次想到這件事情就後悔一次，它會讓你的身心處在不安穩的狀況，身心不安穩的話，就很難得定，因為你一天到晚在後悔啊，做對事情也後悔、做錯事情也後悔，整天都在後悔。常常後悔就是打擊自己的信心，常常覺得很內疚，覺得這個不應該、那個不應該，弄得自己身心很不安穩，所以你修禪定的時候很難得定，因為追悔的心會讓你的心不安，因此很難得定，後悔就變成是障礙我們得定的一個很大的原因。所以我們才說，一旦懺悔就不要再後悔了，這個也是很重要。

因為沒有智慧判斷，才會不管是造善、造惡都在後悔，所以這個後悔是屬於貪、瞋、癡的哪一個啊？因為沒有智慧，對不對？才會造成做好事也在後悔、做壞事也在後悔，常常都在憂悔當中，這就是因為沒有智慧，所以它跟愚癡相應。所以不定法的第一個「悔」，它是跟癡相應的。

悔為什麼是不定法呢？

第一個理由，就是善、惡、無記三性不定。什麼樣的情況是善、惡、或者無記呢？譬如說：做錯事情後悔，這個是好的，所以這個時候是屬於善性。你後悔沒有做壞事，這個就屬於惡性的，或者做了善事之後後悔，這個也是屬於惡性的。後悔沒有做善事，這個就是善性的，所以發願要及時行善。弄不清楚狀況，該做、不該做，還是該後悔、不該後悔，弄不清楚狀況，這個就是無記性。所以它不一定跟善、惡、無記哪一個相應，所以稱為不定。

第二個理由，前五識不會後悔，第七識也不會後悔，第八識也不會後悔，只有第六識會後悔。所以在八識當中，它也是不一定都有悔的，只有第六意識才有。

第三個理由，我們剛才說，經常後悔會讓我們的身心處在不安穩的狀態，所以它會障礙我們得定。可是我們知道，一旦證入初禪，身心安穩了，還會不會後悔？就不會後悔了。所以欲界才有悔，一旦入色界初禪以後，就沒有悔這件事情了，為什麼？因為你的心得止了，就沒有悔這件事情，只有欲界眾生才有追悔這件事情。

以上就是「悔」。

二、眠

第二個不定法是「眠」。眠，就是睡眠。睡眠就是第六意識陷入一種昏昧的狀態，就是你的意識不清明，這樣昏昏昏，然後落入大昏沉，我們就稱為睡眠。

只要你的第六意識不清明，在一種昏昧的狀態，不是很明明歷歷，不是很清明，頭腦好像不是很清楚，那個就是一種昏沉，大昏沉就是睡眠。

睡眠是屬於第六意識才有的，第六意識不再保持清明的狀態，它落入一種昏昧的狀態，我們稱為睡眠。這個時候前五根也暫時不起作用，就是我們睡著了之後，眼、耳、鼻、舌、身這五根不會去攀緣色、聲、香、味、觸這五境，因為你睡著了，所以你眼根不會再去看，也沒有第六意識的幫忙生起眼識的作用，耳朵也不會再去攀緣聲塵，然後第六意識去分別說你聽到了什麼音聲，都沒有，對不對？所以，睡眠是前五根已經不會去攀緣外面的五塵境界，第六意識也陷入昏沉、熟睡的狀態。

所以睡著了之後就不會像醒的時候，第六意識能夠配合前五根去攀緣外境，然後生起五識的作用。第六意識本身也不再保持清明的那種狀態，而是處在一種昏昧不明的狀態。

第六意識陷入一種昏昧的狀態，這個時候可以修觀嗎？觀不起來，怎麼也觀不起來，為什麼？因為第六意

識已經處在昏昧的狀態，所以這種狀態是沒辦法修觀的。所以睡眠障礙修觀，沒有辦法修觀，就不能夠成就智慧，因為修觀是成就智慧，修正成是成就定力。一個成就定力，一個成就慧力，睡眠障礙我們修觀，讓我們的智慧很難生起，所以它是屬於貪、瞋、癡的哪一個啊？它是跟愚癡相應的。

所以，凡是那個貪睡的，他一定是放逸、懈怠、懶惰，不能夠好好修觀，坐在那邊也是在打瞌睡，所以這個睡眠就是不好的，它是跟惡法相應的。可是，睡眠重不重要呢？很重要，對不對？所以如果能夠好好地睡眠來長養我們的四大，有充足的精神來修行用功，這個睡眠就是好的，這時候就是跟善法相應。如果睡得糊裡糊塗的，這個就是跟無記法相應。

所以我們就知道它為什麼稱為不定，就是善、惡、無記不一定，就看你用在什麼時候，如果是偷懶、貪睡，這個就是不好的，讓我們沒有辦法精進用功；可是你好好地睡，養足了精神來精進，這個時候的睡眠就是好的；那個不能把它歸在善或者惡的那個，就是無記性。

而且睡眠的時候，前五識不起作用，只有第六意識單獨作用。我們剛才講了，你睡著之後，你眼睛不可能去看色塵，耳朵不可能去聽聲塵，五識都不起作用，只有第六意識單獨起作用。所謂的夢境，也是第六意識的獨影境，第六意識單獨作用，才有種種的夢境產生，所以第六意識也稱為獨頭意識，夢境也稱為獨頭意識的原因就在這裡。你在睡眠的時候，前五識已經不起作用，只有第六意識單獨作用，所以稱為獨頭意識，或者是獨影意識。所以，這個就說明在八識當中，前五識、第七識、第八識沒有睡眠，只有第六意識有睡眠。

三界中也不一定都有，我們剛才講了，到了色界初

禪就能夠斷取睡眠，因為在定中，第六意識是清清楚楚、歷歷分明的，所以這個時候就可以沒有睡眠了。三界當中，只有欲界眾生有睡眠，色界、無色界眾生都不需要睡眠。為什麼欲界眾生需要睡眠呢？白天太累了，身體東跑西跑的跑累了，心胡思亂想也很累了，身心都很累了，所以需要晚上睡眠，這個是一個主要的原因，就是身心疲勞，晚上需要睡眠，第二天才有力氣再把身心弄得很疲勞。

可是，還有一個很重要的原因，就是我們的腦部缺氧，所以需要睡眠，睡眠是在補充氧氣。像我們平常累了會打哈欠，嘴巴張很大，那是幹嘛？吸更多的氧氣進來，因為腦部缺氧了，所以就打一個大大的哈欠，吸了多多的氧進來，頭腦就好像比較清楚一點。我們晚上睡眠，除了消除身心的疲勞之外，還有一個很重要的功用就是補充氧氣，等睡到氧氣充足了，你就自然就會醒了，你醒過來就表示氧氣已經夠了。

這就說明為什麼入初禪以後不需要睡眠，為什麼？因為不需要氧氣了，為什麼入初禪以後不需要氧氣？因為他氣住脈住，懂嗎？所以不需要氧氣，因此他可以斷取睡眠，這是最主要的原因。說為了消除身心疲勞，那個還不是最主要的原因，是因為氧氣的關係，只要你氧氣足夠的話，你就不需要睡眠再來補充氧氣。入初禪之後，因為他呼吸已經非常的微弱了，所以等於是幾乎要到氣住，氣住就是呼吸快要停止了。你們數息數到呼吸好像快要停止了，很久才喘一下有沒有？那個就是快要進入狀況了，再繼續止下去就會氣住，就好像沒有呼吸的感覺，因為它轉成內部的呼吸，所以這個時候就不需要再呼吸來補充氧氣，那時候的脈也好像停止了，所以是氣住脈住，身上的那個脈。

如果你坐在那邊還在想說：我現在氣脈走到尾閭，喔！上來了，到夾脊關，有前三關、後三關，一關一關過，從尾閭關上來，通到背後是夾脊關，現在到後腦了，卡住了……。像這樣氣脈還在走的，或者是有氣脈的感覺，或者氣機發動，還是有什麼生理的反應，我們就知道他一定還沒有入初禪。因為入初禪就是很明顯的氣住脈住，所以你的氣脈沒有明顯的感覺說氣走到哪裡，是沒有這種感受的。

這個就是睡眠。

三、尋

第三個是「尋」。尋，就是尋求。像我們每天心不斷不斷地忙著向外尋求，尋求之後就生分別，這種對外境初步的分別，我們稱為尋。這個隨時都在發生的，你只要眼見色，你馬上就生分別，你看到了什麼，這就是尋。

你逛街，東看看、西看看，那個是尋。聽說紫水晶可以開發智慧，所以我決定今天去找一塊紫水晶放在我的床頭，白天隨身攜帶，或者買一個紫水晶的佛珠隨時來唸，這時候我就開始去找紫水晶。這個找的過程，眼睛不斷地看水晶，不斷地生分別，就叫做尋。所以，尋是攀緣外境，心忙著分別。

四、伺

我一旦看到了、找到了那個紫水晶，我好好地琢磨，把這一塊紫水晶拿起來看，或者這一串手珠拿起來看，看這個紫水晶的色澤、大小、形狀，是不是我要的那一個，這個時候就進入了下面一個，叫做「伺」。伺，是伺察。伺察是在你心向外尋求，做了粗淺的分別之後，你的心就會在這個境界上面做一番細細地審察，這個審細的分別，就叫做「伺」。

尋，是對外境不斷不斷地去尋求；伺，是尋到了目

標之後，停在這個目標上面，心再仔細地審察。所以一個是向外，一個是對內，這個是尋跟伺的差別。

它們都是屬於「思」跟「慧」的一部分。什麼叫思？五徧行：作意、觸、受、想、思。思是什麼意思？令心造作。所以，尋跟伺都有令心造做，一個是令心造作怎麼樣？不斷地去尋求你要找的目標，這也是令心造作，要去找一個紫水晶，令心造作。一旦找到了目標，就在上面好好地來觀察、審察，這個就是伺，這也是令心造作。它們都是屬於思的一分，令心造作，只是造作的目的不一樣，一個是令心造作去尋求目標；伺呢？是你尋找到目標之後，忙著在這個目標上面細細地分別、審察，都是令心造作。

它也屬於「慧」的一分。「慧」是什麼意思啊？五別境：欲、勝解、念、定、慧。什麼叫慧啊？於境揀擇，叫慧。於所緣境，揀擇為性，它的體性就是於境揀擇，對所緣境忙著不斷地選擇。揀擇，就是分別的意思。揀擇分別，這是屬於慧。

所以尋跟伺都有有思的一分，也有慧的一分。譬如剛才說你要找紫水晶，你確定這個目標，然後於境揀擇，對於這個目標去選擇，所以這個是尋；一旦找到了你覺得還不錯的，然後就在這上面再不斷地揀擇，忙著分別，細細地分別審察，這個也是於境揀擇。對於所緣境怎麼樣？做一番選擇，就是你的心不斷不斷地分別說這個是不是我要的？它的色澤、大小、形狀是不是我要的？然後這個水晶好不好啊？更重要的是價錢合不合理啊？

尋跟伺到底有什麼分別呢？剛才其實已經講過了，現在把它作一個結論。尋，是心不斷地去找尋對象，對這個對象又不斷地分別，這個時候的身心是不安穩的。你去逛街找水晶，這時候你的身心是不安穩的，因為你

一直在尋找這個目標，所以當下身心是不安穩的；伺，是在鎖定了目標之後，對這個目標進一步的分別審察，所以身心是安穩的。因為你已經找到了這個目標，只是你繼續在這上面去琢磨它，所以相對剛才尋求的過程，身心是比較安穩的，這個是第一個差別。尋，是身心不安穩的；伺，是身心比較安穩的狀態。

第二個差別，尋，是對境界只作一種粗分別；伺，是心對境界慢慢地作一種細分別。以粗細來講，尋是比較粗的分別，伺是比較細的分別，因為在尋求的過程當中，你的心是比較粗的，一旦目標鎖定之後，你就在上面細細地分別，所以這個時候的分別是比較細的，這是它們第二個不同的地方。

我們舉修行來作例子，大家會比較清楚尋、伺的作用。譬如說：我們在修不淨觀的時候，不是髮、毛、爪、齒、皮嗎？第一個是觀頭髮，我們要觀頭髮是不淨的，所以我們首先要尋求，對不對？尋求什麼樣的情況，那個頭髮最快引發我的厭惡，這個就是一種尋求的目標。你要去找，我要觀想什麼樣的頭髮，我一想，那個厭惡感馬上就生起來了，所以我找啊找啊，就找到一個人如果三個月不洗頭，頭髮全部都黏在一起，又油又臭，可能還長蟲子，這樣夠厭惡了吧，很快那個厭惡感就生起來了，這個就是尋求的過程。這是尋。

引發厭惡之後，我的心就安住在這個厭惡上面，這個時候就是伺。伺是伺察，伺就是停留的意思，停留在那個所緣境上面。

所以我們就知道，尋是不斷地尋找，伺是在找到了之後，停留在上面，細細地推求審察。停留在上面，就是伺；細細地推求審察，就是察，這就是伺察。

再舉一個例子，譬如說：我們修數息，天台止觀「六

妙門」，第一個數息，我們一開始練習，數一數就數丟了，對不對？趕快再把它抓回來，重新再數，數一數又在打妄想，數一數，數字又數丟了，趕快把它找回來，趕快找回來，那個找就是尋。等找回來之後，繼續安住在那個數字上，這個就是伺的作用。所以，尋是在我們數息的時候，心散亂了，數丟、或者數過頭了，這時候趕快把它找回來，這個叫尋；找回來之後，很小心地把我們的心保持不讓它再丟掉，那個叫做伺。這樣應該很清楚了。所以，一個是向外尋求，一個是向內伺察。一個是趕快把它找回來，一個是繼續安住在那個所緣境上。

心在尋伺之後，我們就能夠給它種種的名稱和言說。名稱和言說就是語言文字的意思。我們剛才知道尋是心粗的分別，伺是心細的分別，我們說分別心，其實就是在講第六意識的分別。你要怎麼樣保持第六意識的現量無分別，這樣保持現量無分別久了，你就能夠得止，這個就是沒有分別，現量。可是第六意識一旦分別之後，就落入比量，你的心就產生分別。

譬如說：你眼睛看了什麼東西之後，你馬上就分別，剛才說你要找那個紫水晶，你要找的那個過程，你的心要分別，那是粗的分別。如果你的心不分別，你不知道那個是水晶、還不是水晶，對不對？也不知道它是紫水晶、還是粉紅水晶、還是白水晶，所以你的心一定要分別，你才能夠去找，所以這個時候的找是粗的分別。可是找到了之後，你還要細細地分別，才知道它是不是你要的，它的品質好不好啊、等等，這個是心比較細的分別。尋伺其實都是我們的分別心，只是粗還是細的差別，所以才會有尋、伺這兩個名稱的差別，這樣我們就清楚了。

現在要進一步講，它其實就是我們語言文字的表

達，就是要靠分別心，懂嗎？像那個喜歡寫文章的人，文學家，他要寫詩作詞，每一字都要好好地去琢磨，每一字、每一句要去推敲，譬如說他要形容個什麼東西，他就有好幾個字可以用，要用這個字好呢？還是那個字好呢？一定要琢磨個半天，這個就是心不斷不斷地要去分別。

或者是我們想事情，或者考慮事情，一旦要做出決定，可是又很難做決定的時候，我們就說：「這個事情好傷腦筋呀！」那個傷腦筋就是第六意識的分別作用，叫做傷腦筋，它不是智慧的觀察。如果你是第六意識保持現量，然後是用智慧。智慧的意思就是說，你的第六意識已經轉成妙觀察智了，這個時候就是現量境，好像靈光一閃，那個字就出來了，那樣就不會傷腦筋，懂嗎？可是如果你用你的第六意識去分別，仔細推敲，那個就傷腦筋，因為那個是分別、比量來的。

所以我們如果用智慧，用現量境的智慧去過生活，我們會很輕鬆愉快，然後都不會生分別，對不對？因為第六意識都保持現量、無分別，然後也不會造業、也不會生煩惱。可是我們六根面對六塵的時候，就是忙著分別，一旦分別就有好不好、喜不喜歡，然後馬上貪瞋癡就起來了，這就是因為我們的第六意識已經有尋伺的作用，已經落入比量的分別，所以才會生煩惱、造業。

這個尋伺，就是心的分別，因為心的分別，所以你可以把它表達出來，可以藉由語言或者文字，把你心分別之後的東西給描述出來。譬如我們剛才說，頭髮要引發厭惡，所以我就想頭髮三個月不洗，又油、又臭、又長蟲子，這就是我描述那個三個月不洗頭髮的狀況，所以這個都是尋伺的作用，懂嗎？我們的心分別之後，我可以用語言文字把它表達出來、描述出來，所以尋伺又

有另外一個意思，就是語言文字的意思。語言文字怎麼來？心的粗細分別之後的產物，就是語言分別，因此你可以把它表達出來，這些都是可以描述的。所以尋伺的作用，另外一層意思，就是語言文字的表達。我們就知道，尋伺是在第六意識做了粗細的分別之後，給種種不同的境界，很多的名稱跟言說，這個就是尋伺的作用。

那這說明什麼呢？我們說了半天，就是要說這個尋伺只有第六意識才有，其他沒有。因為尋伺是第六意識在面對境界的時候，所做的分別作用。前五識是現量，它沒有分別，它沒有尋伺的作用；第七識恆審思量，執八識見分為我，它就是內在一直執著有一個我，所以它也沒有尋伺；第八識也沒有尋伺。只有第六意識才有尋伺的作用。

所以，我們修行就是靠尋伺，造業也是靠尋伺，懂嗎？凡夫眾生每一天面對種種不同的境界，因為起尋伺作用，生分別心，因此生煩惱、造業。可是修行人也是利用尋伺來修行，有沒有？我們剛才舉例，你修不淨觀也好、你念佛也一樣啊，念佛，佛號丟了，趕快把它找回了，然後安住在佛號上，那個就是尋伺的作用。所有的法門，尤其是止觀，都是利用尋伺的作用來起修的，修止、修觀都是用尋伺的作用。所以你善用尋伺的話，你可以成就止觀，就是成就你的定力跟慧力；可是你也可以利用它去生煩惱、造業，都是尋伺的作用，所以它是不定法，它可以跟善法相應、也可以跟惡法相應。

它可以是打妄想，第六意識分別打妄想；它也可以轉成觀照的智慧，尋伺起的作用，成就定慧力，它就變成很強的觀照力。這個也是尋伺轉了之後，就變成觀照，沒有轉之前，它就是打妄想，第六意識的分別。所以造業也靠尋伺，你要成就定慧力也是靠尋伺的作用，所以

它是不定。

尋、伺只有色界初禪才有，二禪以上就沒有了，初禪叫做「有尋有伺三摩地」，初禪到二禪還有一個中間禪，叫做未到地定，二禪到三禪中間也有一個中間禪，都叫做未到地定。初禪到二禪這個中間禪，我們稱為「無尋有伺三摩地」，它已經沒有尋，但是還有伺的作用。可是到了二禪就是「無尋無伺三摩地」，所以我們就知道，二禪以上沒有尋伺的作用了。

像初禪，我們知道有三天，色界初禪有三天，哪三天啊？大梵天，大梵天王就是色界的王；還有他的臣子，叫梵輔天，就是輔佐的大臣；還有人民、老百姓，叫做梵眾天，所以色界初禪有三天。它就等於是一個國王統領一個王國，國家裡面有國王、還有大臣、還有人民，所以初禪是有尋有伺三摩地，為什麼？國王要發號司令，或者是他們之間要溝通，要制定法律，這個都需要用到語言文字，所以初禪是有尋伺的作用。

可是到了二禪就沒有了，不用語言文字。那二禪以上的天人他們怎麼溝通啊？不講話了，看一看就懂了，就放光嘛！天人都有光，他們不靠語言文字來描述他們的心情，他們就放光，沒有聲音啦，就用不同的光階來表達，那個情感又更細膩了。我們語言文字所描述的境界，其實是非常粗淺的，我喜歡，我很喜歡，非常喜歡，喜歡到不行，再怎麼形容也只有四、五種嘛，再更細膩要怎麼形容？沒辦法形容了，非常、非常、非常喜歡。可是那個放光就不一樣喔，不是只有四、五種，表達說我很喜歡，它可以到三十種不同的光階，所以它是比較細膩的。用語言文字表達是比較粗糙的，天人用光波來互相傳遞訊息，那個是比較微細的。

他們最主要還是靠意念，因為二禪以上，眼、耳、

鼻、舌、身五識都不起作用了，只剩下意識，他們是用光來表達，再更上面就連光也沒有了。像無色界的話，他連色身都沒有了嘛，色界天還有色身，無色界天的天人連色身都沒有了，所以他也不用放光的，他就靠意識來溝通。所以二禪以上都只剩下意識，前五識都已經不起作用了，這個以後我們在講《八識規矩頌》的時候還會再詳細講。現在只是要說明這個尋伺的作用，到二禪以上就沒有了，為什麼沒有的原因，就是他們已經不靠這個來溝通，他們有另外溝通的方法，用光、或者是意識的溝通，用意識直接溝通，不用說出來，也不用寫出來。

我們上一次講到說無色界天，只剩下情的執著了，很多師兄來問我：「無色界已經沒有色身了，沒有這個身體存在，他怎麼還會有情呢？」所以他把情當作欲了。我們不是說情、愛、欲，欲界的眾生欲望最強，他要用這個欲界的色身來達到他的欲望，所以他比較著重在這個身體的執著。

色界的天人對這個色身沒有這麼執著，所以他已經遠離了男女、飲食、睡眠，但是他還有對愛的執著，這個愛是廣義的愛，而不是那個男女很自私的那種情愛。比較廣義的愛，就是像博愛，所以天主教跟基督教不是說要博愛嗎？神愛世人，那個神就很接近我們剛才講的大梵天王。所以他們說要愛你的父母、愛兄弟，就好像神愛他的子民一樣，他們是比較著重在那個愛，但是他是博愛。所以，色界天就是對愛的執著還沒有放下。

無色界天已經沒有這個色身了，但是他對那個情還有很微細的執著，就是說他已經剩下意識了，然後他又在無色定當中，可是他的意識對於情的執著也還沒有放下，三界六道就是因為執著才有的嘛，如果你對情、愛、

欲的執著放下，你就出三界了，你就跳出六道輪迴了，所以六道輪迴是怎麼形成的？就是執著才有六道輪迴，對什麼執著？情、愛、欲的執著，對三界不同的執著。所以這邊順便澄清一下，只是很微細意念的執著而已，因為他已經沒有色身的存在了。

所以我們就知道，尋伺到二禪以上就沒有了。因此以三界來講，它也是不定的，就是不一定都有。

在八個識當中，我們剛才講，只有第六意識才有。三界的話，就是二禪以上就沒有尋伺了。以善、惡、無記三性來講，這個尋伺也是不一定的，就是剛才講的，凡夫眾生六根面對六塵的時候，不斷不斷地分別，引發貪、瞋、癡，造作身、口、意種種的業，這個尋伺就是不好的，因為起惑造業，跟惡法相應，跟煩惱相應，這個時候的尋伺是不好的，是惡的。可是如果我們把它用在修行的法門上面，修正修觀，然後來成就我們的定慧力的話，這個時候尋伺就是好的，就是跟善性相應了。可是如果尋伺分別以後，和愚癡無明相應的，這個就是屬於無記性。所以我們說，尋伺在善、惡、無記三性當中，也是不一定的。

這就是為什麼尋伺也是屬於不定法的原因，就是以八識來說、或三界來說、或者是三性來說，它都是不一定的。

我們也可以用尋伺來觀察一個人的根性，這個師兄適合修什麼法門，然後他是屬於「尋」比較強烈的，還是「伺」比較強烈的習氣展現呢？

什麼叫做尋的習氣比較重？就是我們說比較感性的人，他的個性是比較衝動的那一種。他就是反應很快，眼睛看到什麼，馬上就可以鎖定目標，一聽到什麼，耳根也很利，馬上就可以下決定說他要不要、喜不喜歡，

那個就是屬於「尋」的習氣比較強的。所以他每天六根面對六塵境界的時候就很容易衝動，而引發貪瞋癡，很快造業，這個是身心比較躁動的。

所以他來修正觀的話，他就比較難得定，因為他很忙，懂嗎？他每天很忙，六根很忙，忙著什麼？忙著去尋求目標，眼睛忙著看、耳朵忙著聽、鼻子忙著聞、嘴巴忙著嚐好吃不好吃，對他來講是有很強烈的分別，所以他有很強的分別心，但是它是比較粗的分別。就是六根面對六境的當下，他可以馬上分別喜歡、不喜歡，所以他的好惡心非常的強，也是非常衝動的一種個性，這個是屬於尋求的習氣比較強的人。

伺察，我們說他的心是屬於比較細的分別，對不對？所以那個伺察習氣比較強的，他就會比較偏重理性的思考。所以你告訴他一個訊息，他不會馬上接受，他不像那個衝動的人，他馬上就喜歡、不喜歡，要、不要，他馬上就可以決定。可是那個伺察習氣重的，習慣理性思考的人，你告訴他哪一個健康食品很好，他不會馬上相信，他要蒐集資料，然後慢慢地研究，然後再考慮這個合不合適我的身心狀況，最後才作出決定。就是心思比較細膩，喜歡思考的這一類型的人，他是伺察的習氣比較重，他也比較偏重理性。

有的人很衝動嘛，對不對？他看到喜歡的就立刻買一打，不同顏色的都給我選一雙這樣子。那個理性思考的，他不會那麼衝動，他會慢慢地考慮，他可能還要貨比三家也說不定，他看完回去還要再考慮一下，那個是不是我真正需要的，所以他不會這麼衝動。所以他的心經常都在細細地審察，審慎地觀察，所以這種個性的人如果來參禪的話，說不定很快開悟，對不對？因為他喜歡思惟。

所謂的禪，什麼叫禪呢？禪就是思惟觀察，懂嗎？我們翻成禪那，它就是思惟的意思，思惟修。

我們剛才也講到尋跟伺的差別，一個是身心不安穩，一個是身心安穩，對不對？所以身心不安穩的，他要得定就很困難，那身心安穩的，他不但容易得定，而且還容易開發智慧，所以他來參禪、打坐，或者思惟佛法，他很快就能夠開發智慧。所以你善用這個尋伺的話，你就可以成就止觀、成就定慧力，這個就是好的。

以這個伺察這樣的一個個性，他來修行的話，他要得止、或者開發智慧會比較快，為什麼？因為他的身心是比較安穩的，平常就很穩定，他比較不衝動，所以他來修行的話，很快就能夠得定。我們能夠善用尋伺的話，就能夠成就止觀、定慧。

這四個不定法就介紹到這裡。我們明天介紹色法。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第十講
色法
(五根、六塵)

各位居士大德！阿彌陀佛！

今晚我們介紹色法。

百法的第一位是心法，第二位是心所有法，我們都介紹過了。百法的第三位是色法。

我們首先要問：為什麼色法要擺在第三位呢？因為色法是心法和心所有法所變現的，一定是先有能變，才有所變。心法、心所有法是能變，色法所變，是它們所變現的，所以為了要顯示色法是心識所現的影像，所以就擺在第三位來介紹。

那什麼是色法呢？我們給它一個定義，就是有質礙的顏色，叫做色法。

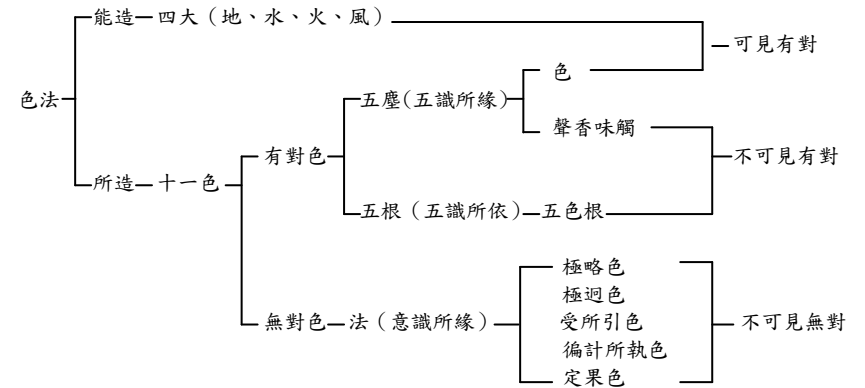
那什麼叫做「有質礙」呢？就是有物質的障礙。這個是相對前面的心法來說的，因為心法是沒有物質的障礙，色法是有物質的障礙，叫做有質礙的顏色。一切的物質都有它自己的形狀、體積，所以沒有辦法互相包容含攝。也就是說不同的物質，佔有不同的空間，不能夠同時並存，一個空間沒有辦法放兩個東西上去。

譬如說這個桌上的花，你就沒有辦法把它放到桌子裡面去，它一定要放在桌子上面。這就表示說桌子有桌子所佔有的空間，花有花所佔有的空間，這個是沒有辦法互相包容、互相含攝的，這就是所謂物質的障礙。物質跟物質當中沒有辦法佔有同一個空間，互相並存，這個就叫做有質礙的意思。

凡是有質礙的，我們都稱為它是色法，就是有質礙的顏色。

一切的色法有哪些內容呢？我們看表一，色法的內容。

色法（表一）



色法有能造色，有所造色。

什麼是「能造色」呢？就是地、水、火、風四大，是能造一切色法，所以它是能造色。一切色法都是由地、水、火、風四大所形成的。

那形成哪些色法的內容呢？就是五根和六塵，這十一個色法是由四大所造的，就稱為「所造色」。

所以我們首先明白，能造色就是四大，所造色就是五根、六塵，這就是色法的內容。

我們再看，以五根來說，五塵是它所相對的境界，所以五根和五塵稱為「有對色」，就是根塵相對。像眼根對色塵、耳根對聲塵，根塵相對，五根相對五塵，這個根塵相對，叫做「有對色」。

五根相對五塵，生起五識，所以五根是五識的所依，五塵是五識的所緣。

至於法塵，它是意識的所緣，因為法塵不像五根相對五塵而生起五識，所以它稱為「無對色」。法塵是意識

的所緣，它不像五根是相對五塵而生起五識，所以稱為無對色，就是不是根塵相對所生起的色法。法塵不是根塵相對，像五根相對五塵，不是相對的，所以就叫做無對色。

五塵當中的色法和四大一樣是可以被看見的，所以稱為「可見有對色」。凡是你眼根可以看得見的，這個都是可見有對色。「有對」，就是根塵相對。「可見」，你是可以看得見的，像五塵中的色法，色聲香味觸這個色法，你是可以看得見的，你知道它是什麼形狀、什麼顏色，像這種情況我們就叫做「可見有對色」。

四大也一樣，四大你是可以看得到的，看得到地大，看得到火大，看得到水，看得到風，地、水、火、風都是可以被看見的，所以這個就稱為可見有對色。

而五塵的聲、香、味、觸，這四法和五根一樣，是不可以被看見的，所以稱為「不可見有對色」。像音聲，你看不到聲音，聲音長什麼樣？沒辦法看見；你看得見味道嗎？你也沒有辦法看見味道；你也沒有辦法看見感覺長得什麼樣子的。同樣你也沒有辦法看到視覺神經、聽覺神經……，這個五根是指勝義根，我們等一下會解釋，它不是指感覺器官，而是視覺神經、聽覺神經……，不是浮塵根，而是指勝義根，這個是沒有辦法看見的。反正沒有辦法看見的，我們就稱為不可見有對色。

最後法塵，它分為極略色、極迴色、受所引色、徧計所執色、和定果色，這些都是不可以被看見的，所以稱為「不可見無對色」。

所以，現在我們知道色法有十一種，就是五根和六塵，這是色法的內容。

再詳細解釋，我們看表二。

表二

色 法 十 一	{	一、眼根——能照矚一切境之義。
		二、耳根——能聞之義。
		三、鼻根——能嗅之義。
		四、舌根——能嚐之義。
		五、身根——積聚、依止之義。
		六、色塵——可見義，為眼根所對之境。
		七、聲塵——可聞義，為耳根所對之境。
		八、香塵——可嗅義，為鼻根所對之境。
		九、味塵——可嚐義，為舌根所對之境。
		十、觸塵——可觸義，為身根所對之境。
		十一、法塵——意根所對之五塵落謝影子。

這色法的內容，一共有十一個。

眼根，就是能照矚一切境之義。什麼叫眼根呢？就是能夠照矚一切的境界。就是說眼根能夠照見一切的境界，這個我們稱為眼根。凡是能照見一切境界的，就稱為眼根。

耳根，是能聞之義。就是耳根能夠聽聞一切的音聲。

鼻根，是能嗅之義。就是說鼻根能夠嗅一切的香臭。

舌根，能嚐之義。就是舌根能夠嚐一切的滋味。

身根，是積聚、還有依止二義。就是它有這兩個意思在裡面：一個是積聚的意思，因為身根是積聚地、水、火、風四大所造成的，所以稱為積聚。就是我們常常說，色身是地、水、火、風四大的假合，就是這個意思，所以它是地、水、火、風四大的積聚，而有這個身根。所以它第一個意思，就是積聚的意思。第二個意思，是依止的意思。因為身根是眼、耳、鼻、舌等等，就是眼根、耳根、鼻根、舌根等等所依止的地方，因此又稱為依止。

那六塵呢？有色、聲、香、味、觸、法這六塵。

色塵，就是可以被看見的，可見義。它是眼根所對的境界。

聲塵，就是可以被聽見的，可聞義，它是耳根所對的境界。

香塵，是可嗅義，是鼻根所對的境界。

味塵，是可嚐義，是舌根所對的境界。

觸塵，是可觸義，為身根所對的境界。

法塵，是意根所對的五塵落謝的影子。

法塵，一般我們比較不知道它是什麼意思。它是五塵落謝的影子，是哪五塵？剛才講的色塵、聲塵、香塵、味塵、觸塵，這五塵落謝的影子。什麼叫落謝的影子？譬如說：你眼根看見色塵之後，那個影像落在你的心上，那個叫做落謝的影子。然後你的第六意識去攀緣它，這個時候就稱為法塵。

譬如說：今天我看見路邊有很多的富貴花，現在富貴花正開得很漂亮。我眼根看見富貴花，這個影像落在我的心上，成為我第六意識的所緣，這個就稱為法塵。所以我現在一講富貴花，雖然富貴花不在我的眼前，但是我的意識馬上可以現出富貴花的影像，那個就是五塵落謝的影子。它是一種影像，落在我們心上的一個影像，所以我一講富貴花，大家意識就可以把那個影像觀想出來。或者一提到你家的房子長得什麼樣子，你馬上就有你家那個房子的影像出來，這個都是屬於法塵，它是意識所緣的境界。

我們現在要講「浮塵根」和「勝義根」的差別。一般我們講的五根六塵，這個五根指的是勝義根，而不是浮塵根。不是我們看得見的眼睛、耳朵、鼻子、舌頭，不是指這個，而是指勝義根。我們現在可以看得見的這個眼睛、耳朵、鼻子、舌頭、身體，這個是屬於感覺器

官，這個是浮塵根。現在書上指的這個五根，它是指視覺神經、聽覺神經、嗅覺神經、味覺神經、還有觸覺神經，它是感覺神經，不是感覺器官。

勝義根又有另外一個名稱，叫做「淨色根」。因為這五根是清淨的四大所造成的，它形相非常的微細，一般的肉眼是看不見的，你即使把身體解剖開來，你也看不到視覺神經它長得什麼樣子，因為它不是我們眼根所看的，它是由非常微細、清淨的四大所構造成的。就是因為它的自體非常的清淨，它能夠映攝外境，成為五識的所依，所以就稱為淨色根。

它跟浮塵根有什麼差別呢？我們能夠看得見的這個眼睛、耳朵、鼻子、舌頭、身體，這個是由粗糙的四大所造的。一個是清淨的四大，一個是粗糙的四大所形成的。就是因為它粗糙混濁，再加上虛浮不實，所以我們就給它一個名稱，叫做「浮塵根」。虛浮不實的意思，就是說它是浮現在我們的五官上面，所以我們看得見眼睛、耳朵、鼻子、舌頭，這個身體也是可以看得見的，所以我們說它是虛浮不實的。

勝義根與浮塵根，它們之間的關係是非常的密切。你說沒有這個五官，這個感覺器官，你的勝義根要依附在哪裡，然後可以生起五識的作用？那沒有依止的地方了。勝義根要生起五識的作用，必須要依止浮塵根，所以也不能夠沒有浮塵根。它要透過這個眼睛，你才可以生起眼識的作用，所以浮塵根雖然是虛浮不實的，但是它還是有存在的必要。因此，浮塵根能夠扶持勝義根，也是勝義根的所依處。

勝義根又能夠生起五識的活動，是五識的所依，所以我們五識能夠生起活動，最主要還是靠勝義根，只是勝義根需要浮塵根的扶持這樣而已。這是它們兩者的關

係，是非常密切的配合。

接下來講「六塵」。

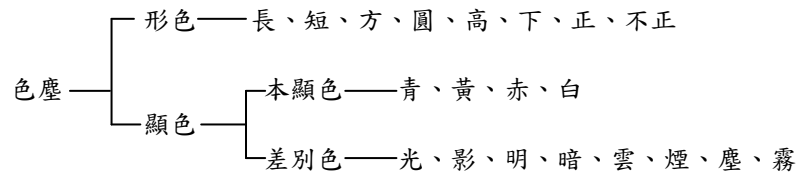
為什麼稱為「塵」呢？因為六根面對這六個境界的時候會引生煩惱，染污我們的心，就好像塵埃一樣，所以叫做塵。像我們眼根一看到色塵，馬上就生起喜歡、不喜歡，喜歡就生貪，不喜歡就生瞋，沒有喜不喜歡就跟愚癡相應，所以它能夠引發我們的煩惱，染污我們的心，所以叫做「塵」，就好像塵垢一樣會染污我們的心。

一、色塵

第一個是「色塵」，色塵是眼根所對的境界。

我們看表三。

表三



色塵，依物體的形態和所顯現的顏色，分為形色跟顯色。

形色有長、短、方、圓、高、下（就是低）、還有正、不正（就是斜），有這些形狀，所以稱為形色。

這些形色是由意識分別了知之後，所起的差別，所以它是屬於意識的所緣。我們說這個東西是長，有多長、有多短，它其實是第六意識分別之後所起的差別，那個長跟短，它是相對來說的。相對那個長，這個就顯得比較短，可是你拿一個更短的，這個又相對變成長的了，因為還有一個比它更短的。是什麼去把它分別說那個長、短，或者是方的、還是圓的，都是第六意識的分別了知之後，然後才去說出它的差別相，所以它是屬於意

識所緣的境界。跟下面講的那個顯色，它是屬於眼識所緣的境界，情況是不一樣的。所以形色是由意識所緣的境界，由第六意識去分別了知之後，才說出它形體的差別相，這個叫做形色。

為什麼叫顯色呢？顯色，就是顯彰之色。它是色法當中最明顯、最顯著的，我們眼根一看到，就馬上能夠分別它的顏色，所以它是眼識所緣的境界。

顯色又分為本顯色和差別色。為什麼叫做本顯色呢？因為一切顯色以此為根本，就是一切顯色的根本，所以稱為本顯色。譬如有青、黃、赤、白，這些是一切顯色的根本，為什麼呢？你要說出的顏色，都是從它配出來的顏色，譬如說：紅色加藍色，就等於紫色，對不對？紅色加白色，等於粉紅色，所以它變成說是基本色。所以本顯色的意思，就是說明一切的顯色，都是以這個為根本，所產生出來的種種差別色。

什麼叫差別色呢？就是依根本顯色而產生的差別色，譬如說有這邊講的光、影、明、暗、雲、煙、塵、霧等等，它是依根本顯色而產生的差別色，就表示差別物質的顏色，就稱為差別色。

這些都稱為色塵，就是眼根所對，眼識所取的境界。

二、聲塵

六塵的第二個是聲塵。什麼是「聲塵」呢？聲塵它是由地、水、火、風四大互相碰撞所造的聲音，是耳根所對的境界。

這個所造的聲音的種類，一般我們是把它分成四類：

第一類，是依所發出聲音的原因來分。這個聲音是怎麼發出來的？是有情發出來的？還是無情發出來的？還是有情跟無情兩個合起來，一起發出來的聲音？由有情所發的語言音聲，譬如：說話、唱歌。有由無情所發

出來的聲音，譬如：颶風的聲音、水聲、雷聲。那也有由有情和無情共同發出來的聲音，譬如：我彈奏樂器、或者是敲打鐘鼓所發出來的聲音，就是有情和無情共同發出來的。

第二類，是依聽了之後的反應來分音聲的種種差別，就是可意聲、不可意聲、或者兩個都不是。可意聲，就是喜歡聽的，你聽了之後的反應是會讓你生起歡喜的，譬如：有人讚歎你，讓你聽了心生歡喜，這個就稱為可意，就是非常讓你舒適愜意的音聲。不可意的音聲，就是聽起來不舒服的，或者聽起來很反感、很討厭聽的，譬如：有人毀罵你，那個是大家都不喜歡聽的。兩者都不是，就是沒有特別喜歡、不喜歡音聲，譬如：時鐘的滴答、滴答，那個沒有什麼特別喜不喜歡的，我們就說它兩者都不是。

第三類，是依說的差別，把它分成世俗語、聖賢語、還有外道語。

第四類，是再把說的內容分為正語、和非正語。

這些都是有關於聲塵的內容跟種類。

三、香塵

六塵的第三個是「香塵」。香塵是可以被鼻根所嗅出的種種香氣，可以分為六種：

第一個，好香。聞了之後使人感到舒服喜悅的。譬如說種種的精油，你喜歡什麼味道的精油，你聞了以後覺得很舒服，有的會生起喜悅的心，這個就稱為好香。

第二個，惡香。聞了之後，你會感到緊張的、或者是不安的。譬如說那個毒氣，聞了會不舒服的，或者是頭暈、噁心想吐，這個就稱為惡香，就是不好聞的香。

第三個，平等香。所謂的平等，就是它的氣味不會太濃或者是太淡，就是氣味平均，恰到好處，這個稱為

平等香。

第四個，俱生香。就是天然氣味的，沒有調製過、或者是加工過的，就是天然的純味，這個就稱為俱生香。

第五個，和合香。就是經過混合之後的氣味，叫做和合香。

第六個，變易香。就是經過變易之後的氣味，就是它的味道已經改變了，已經不是原來的味道，就稱為變易，就是改變以後的香氣。

四、味塵

六塵的第四個就是「味塵」。味塵是可以被舌根所嚐出的種種滋味。

我們每天都在吃種種不同的食物，它有種種不同的滋味，有鹹的、淡的、甜的、苦的、辣的、還有酸的。可意，就是我們認為它口味好的，就是很合我的意；不可意，就是口味不好的，不合我的心意的；非可意不可意，就是口味沒有什麼好不好的差別。

俱生，就是原味，原來的味道，天然的味道；和合，就是幾種味道把它放在一起，像我們做菜、配菜，那個就是和合；變易，就是變了味道之後的那個，我們稱為變易。

五、觸塵

六塵第五個是「觸塵」，就是身根所對的境界。

就是你身體每一分、每一秒隨時隨地都有不同的觸感，這個就是屬於觸塵的內容。

它有能造觸、還有所造觸。能造觸，就是地、水、火、風，就是所有的觸都是跟地、水、火、風有關係，是由它所造出來的種種不同的觸感。

有輕的，那個沒有份量，沒有辦法量出重量的，然後很容易被轉變，或者被移動的，這個我們就稱為輕。

像灰塵，你沒有辦法稱出它的重量，灰塵到底有多重？沒辦法稱出來，那我們就說它很輕。它也很容易到處飄動，所以它是很容易被移動的，這個我們就稱它是輕的觸感。重的話，就是有份量的，可以稱出它的重量的，不容易被轉變、或者是移動的，我們就稱為重。

還有粗糙的、強硬的，就稱為澀。柔和、輕軟的，就稱為滑。像一些絲織品，柔和輕軟，非常的滑，那個就稱為滑。

還有冷氣太強了，冬天太冷了，我們就會說：「好冷啊！」那個就是一種冷的觸感。或者是煖。或者是肚子餓了，也是身體的觸感，我現在覺得很餓了，晚上沒有吃飯，這個就是饑。還有口很渴，還有我吃飽了，那個飽的感覺，還有硬、軟、力、劣。劣，就是沒有力氣叫做劣，所以它是相對力來說的，有力、沒力。還有悶，也是一種觸感。還有癢、黏、老、病、死、瘦，這等等都是觸塵的內容。

六、法塵

六塵的第六個是「法塵」，法塵是意根所對的境界。我們剛才說什麼叫法塵呢？五塵落謝的影子，五根攀緣五塵之後，留在我們心中的影像，第六意識再去攀緣它，就成為法塵境界。所以法塵境界是意識所緣的境界，它的內容非常非常的多。

1. 極略色

第一個是「極略色」。就是我們把色法分析到最小，所呈現的極微，就稱為極略色。

這個用觀想或者是用假想，把色法一直分析、一直分析，分析到不能夠再分析之後，小到我們肉眼已經沒有辦法看到，只能用意識去想像它最小最小，小到不能再小，你只能用意識去想像，對不對？所以它是一種假

設、想出來的顏色。你用意識去想像，或者去觀想它最小最小，小到沒有辦法再小，這個我們就稱為極略色。

這個法塵是第六意識假想出來的境界，因為看不見，所以不是眼識所緣。看得見的話，是眼識所緣，因為它現在已經小到我們眼睛沒有辦法看得見，所以就變成是意識的所緣。凡是意識所緣，它都是屬於法塵境界。

2. 極迴色

第二類是「極迴色」。把色法推到最遠最遠，遠到不能看見，所呈現的極微，就稱為極迴色。

這個也是用我們第六意識去想像、去假想、或者去觀想，把色法慢慢推遠，愈推愈遠、愈推愈遠，一直遠到看不見了，這個時候只能夠用意識去想像它最遠最遠，這個時候的色法就稱為極迴色。

這兩個其實是用在修行的法門上，它是用在觀想，修空觀，或者是修本尊觀，或者是觀想一些種子字。你們有一些師兄可能就修過，要把本尊觀想起來，或者是把種子字觀想起來，最後它要化空，對不對？或者是那個種子字把它愈變愈小，小小小……小到最後看不見，所以這兩個其實它是屬於空觀之色，它是用來修觀想用的。我們一般不會去做這樣的想像，不會沒事就觀想說最小最小，不會這樣子嘛，所以它其實是用在觀想，修觀用的，尤其是修空觀就會用到。

3. 受所引色

第三種就是「受所引色」。受，是領受的意思；引，是引取。所以我們心在領受某種境界、或者是誓言之後，第六意識會去引取善惡的功能，這個時候所顯的色法，我們就稱為受所引色。

像我們在受戒之後，我們的第六意識就會開始發揮防非止惡的功能，還有行善、修善的功能。我們去受戒

之後，就會開始想要持戒清淨，說我一定不能夠犯，然後你會起那個防護心，這個時候你的第六意識已經開始發揮它的功能了，所以它是屬於法塵。

它為什麼屬於法塵？就是說你受戒跟第六意識有什麼關係呢？有很大的關係，它讓你一直保持不要破戒，一直想要清淨持戒，還有起那個高度防護、不要破戒的那個心，這些都是第六意識的功用。

所以你一旦受戒之後，你的第六意識就會開始發揮防非止惡的功用，就是說我不可以再去傷害眾生了，因為我是受戒的佛教徒，所以以後不可以再去傷害任何的眾生，然後我也不可以再有什麼非分之想，或者不應該拿的東西，我也不應該拿，我也不應該再講騙話，我也不應該再亂發脾氣……種種的，就是所有戒律應該要守的那些內容，你會提高警覺，有那個防護的心。這是從哪裡來的？就是第六意識的作用，它開始發揮它的作用了。所以你會很小心的來護戒，儘量不要犯，犯了之後要知道趕快懺悔，這個都是第六意識的功能。

然後也希望自己能夠愈來愈好，希望持戒清淨，這個就是一種行善、修善的功能，這個也是第六意識發揮它的功能。一個是止惡，一個是行善。這個是在受戒之後，它很自然的就有這樣的一個功能，這個就是所謂的受所引色。

這個色法是屬於戒體之色，就是你受戒之後，它很自然就會有這樣的功能，它是第六意識所發揮的功能，所以它是屬於法塵境界。

我們不要小看它的作用，受戒跟沒有受戒有很大的差別。因為沒有受戒的人，他就不會有這樣的一個功能，所以他沒有受所引色，也沒有這個戒體之色。一旦受戒之後，它是很自動的就發揮這樣的功能，即使你睡著了，

或者你已經忘記你受戒的這件事情，或者是你平常沒有很精進的修行，你是放逸、懈怠的，但是它還是很堅固的持守這個戒，一直到有一天你破戒，或者是你的心捨戒了，說：「太難守了，我不要再持這些戒律了」，你的心中有那個「我要捨戒了」的念頭，或者是你破戒了，就在這一剎那，第六意識就不再發揮這樣的功能，所以你所生起的那個戒體之色，在那一剎那就毀壞掉了。受戒之後它就有，但是你一旦捨戒或者破戒，它就當下就毀壞了，它是很自然的就有那個功能，是由第六意識所生出來的功能。

剛才說好的方面，不好的方面也是同樣的。譬如我們看武俠小說，有個仇家把小孩的家人全部殺光光，因為這個小孩躲在櫃子後面，所以幸運逃過一劫。可是他親眼目睹了這個慘案，仇家的長相也永遠印在他的腦海裡面。那個就是法塵境界，五塵落謝的影子，他親眼看到這個仇家，把他的父親殺掉，把他的母親殺掉，把他的哥哥、姊姊統統都殺掉，所以深深地烙印在他的心上，於是就種下將來一定要復仇的種子。因此從小就要拜門學藝，要練得一身的武功，來報這個血海深仇。

他一旦發了毒誓，下定決心要報仇的那一剎那，第六意識也發揮了同樣的功能，可是這個時候引的是惡色。它都是屬於色法，剛才那個戒體之色，是屬於善色，一旦發了毒誓說：「我一定要報仇」，還是「我一定要讓你死得很難看」，這個誓願一旦發出去之後，第六意識也開始發揮那個功能，這時候所引的是惡色。

那個復仇的火把被點燃之後，即使睡著了，夢中都還在上演復仇的計畫，心心念念都不會忘記，一心一意就是要復仇，不會放過任何的機會。除非有一天他原諒了仇家，譬如說他學佛了，發了菩提心，他那個惡誓所

生起來的惡色，也會在他原諒仇家的那一剎那毀壞。在他沒有原諒對方之前，他就會一直都守著那個誓言，所以第六意識也一直發揮那個功能，這就是現在講的「受所引色」。

那我們就要問，為什麼屬於色法呢？不管你是受了戒之後，引發那個善的功能，還是下了毒誓之後，所引發那個惡的功能，它為什麼是屬於色法呢？那就是因為第六意識能引取發善、或者發惡的功能，這個功能雖然我們眼睛看不見，也不能夠表示出來，但是它會在無形當中影響我們的身業、還有口業，所以它是屬於色法。因為身業跟語業在小乘戒裡面是屬於色法，就是因為你一旦受戒或者發了毒誓之後，它會引發善或者惡的功能，它會在無形當中影響我們的身業、還有語業，因此它稱為色法。

譬如說：你受了五戒之後，你的身就不會殺、盜、姪，你的口也不會妄語、離間、惡口、綺語，所以它是不是就影響你的身業跟語業？所以它為什麼稱為色法的原因在這裡，這是講受戒。那同樣的道理，你立下了任何的毒誓之後，它也會影響你的身業跟語業，所以它稱為色法的原因在這裡。

4. 徧計所執色

第四種「徧計所執色」。這是第六意識起徧計所執，所產生的種種色境，它有很多內容。

譬如說：回憶。你坐在那邊回想過去種種快樂的、悲傷的、憤怒的往事，你所回憶的那些情境不在你的眼前，而是由你的第六意識去回憶，對不對？所以它是第六意識所緣的境界，因為這個時候前五識並沒有引發五塵境界，只有第六意識單獨作用，就是你的第六意識去回想過去種種的情境，這種種的情境都是屬於法塵境界。

還有幻想，你坐在那邊做種種的幻想，這個幻想也沒有實際的五塵境界現前，只是你坐在那邊幻想那個不存在的東西，根本沒有的東西。有的東西，我們叫做想；根本不存在的東西，不切實際的想像，叫做幻想，這是由第六意識所緣的法塵境界。這個時候也是由第六意識單獨作用，然後編織各種不切實際的影像。

回憶跟幻想它是有差別的，以現量、比量、跟非量來說。三量——現量、比量、非量知道嗎？這是唯識的名相。

現量，就是當下你可以現見的，它實際上是什麼樣子，它就是那個樣子，你當下看得見它是什麼樣子的，那個我們叫做現量。

比量，就是比度來的，比較來的，它不一定是當下現見的東西。譬如說：你遠遠看到有煙，你就知道那邊可能是發生火災了，可能是有火在燒，所以才會有煙，這個是用比量來的。就是用你第六意識去做一些比度，你就能夠得出這樣的結論，不是當下現見的。

譬如說：你等一下出門，看到地上有水，你就會想說剛剛可能下了一場雨，這個叫做比量。因為你沒有當下看見那個雨落下來，你只是用你的第六意識去比度，推出這樣的一個結論說剛才可能下了一場雨，所以現在地是溼的，這個叫比量。

那個非量，就是根本不存在的東西。我們說龜毛兔角，根本沒有這樣的東西，兔子不會長角，烏龜不會長毛，這個是世界上沒有這樣的東西存在，就稱為非量。

回憶是屬於哪一量？回憶不是現量，你當下沒有看到那情景，只是回想而已，所以它是屬於比量，對不對？那幻想呢？幻想屬於非量，對不對？根本不存在，不切實際的一些想像，浮現在你的腦海裡面，所以它是屬於

非量。

第七識也是屬於非量的，第七識是非量的，懂嗎？這說明什麼呢？根本沒有「我」的存在，世界上沒有「我」這個東西存在，懂嗎？第七識恆審思量，執八識的見分為我，這個是非量的，這個很重要。當你起了顛倒見，以為有「我」存在的時候，你就趕快想：「這個是非量的」，根本沒有這個東西存在，懂嗎？找不到「我」的存在，它是非量的，根本沒有「我」這個東西，它只是因緣所生，是生滅無常的，所以第七識是屬於非量，根本不存在的東西。

還有夢境，也是屬於徧計所執色的。夢境也是第六意識單獨的作用，因為這個時候前五根睡著了，只有第六意識現起種種的法塵境界，那個我們稱為夢境。

那夢境屬於哪一量啊？現量、比量、非量。夢境不可能屬於現量？跟當下的情境有關，有沒有可能？冬天北方很冷，你晚上踢被子，你可能就會夢到下雪了，可不可能？夢見自己躺在冰窖裡面，這個時候屬於現量哦。如果你的夢境是比較像回憶一些場景，就是說你的夢境裡面是一般日常生活會發生的事情，那個就屬於比量，對不對？還有根本不是這個世界的東西，你夢到自己會飛啊，那個是非量，對不對？或者夢到踩在那個很柔軟、很柔軟的地上。

還有夢裡面的顏色，你們的夢是黑白的、還是彩色的？有的人的夢是黑白的，有的人是彩色的。可是有一種夢，它的色彩全部是倒過來的，本來樹是綠的、花是紅的，它現在倒過來了，變成樹是紅的、花是綠的，有這種夢，懂嗎？然後剛才講的，踩在那個很柔軟的地上，每一腳踏下去，踩下去，陷得好深喔！那個草很柔軟，每一步踩下去，比那個地毯還柔軟，我們世界上沒有這

樣的東西，所以它是屬於非量的。那是到了哪裡？那是到了天界，懂嗎？那個地是非常非常柔軟的，然後花園開的那個花，是這個世界上看不到的花，非常的美麗，那個都是屬於非量的，不是這個世界存在的東西。所以，我們就知道，夢境是通三量，現量、比量、非量都有。

這些都是由第六意識所現起的法塵境界，就是徧計所執。五塵落謝的影子叫做法塵，現在又講徧計所執，它包含了回憶、幻想、還有夢境，這些都是屬於徧計所執色。

為什麼叫「徧計所執色」呢？徧計，就是周徧計度的意思。周徧，就是隨時、非常普遍的，隨時都是起這樣的計度。計度，就是第六意識的分別，隨時都起這樣的分別。它是非常普遍的現象，隨時隨地都是這樣子來想的，所以叫做「周徧計度」。第六意識周徧計度，執一切因緣所生的色法是真實存在的，所以就叫做「徧計所執色」。本來色法是因緣所生，自性是空的，它是生滅無常的，可是我們把因緣所生、無自性空的這個色法，當作是真實存在的，這個就叫做周徧計度。一切色法是實有的，我們第六意識起這樣的執著，所以它是屬於徧計所執色。

本來一切因緣所生法是生滅無常，自性是空的，並不是真實存在的，但是我們第六意識卻把它執為實有。它的內容就包含了五塵落謝的影子，這個稱為法塵，還有現在由第六意識單獨作用的回憶、幻想、夢境，其實這些都是虛妄不真實的。但是我們的第六意識會把它周徧計度所妄執的色法是真實存在的，這個就稱為徧計所執色。

本來是虛妄不真實的，不管是回憶也好、幻想也好、夢境也好，它都是虛妄不真實的，它都是生滅無常的，

空無自性的，所以作好夢、壞夢有什麼差別呢？有很大的差別，對不對？夢到棺材，嚇死了，有人跟你說見棺發財，哇！又好高興，我們每天都在作夢，然後每天都在嚇自己，忘記夢境不是真實存在的，它是屬於我們現在講的什麼？徧計所執色，它不是真實存在的。種種的回憶已經過去了，也沒什麼好痛苦的、悲傷的，它也是假的，所以沒有什麼過不去的門檻、什麼心結啊，它也已經過去了。可是你每次想起來，你就要恨一次、要跺一次腳、要心痛一次，就是笨嘛！因為它是屬於徧計所執色，不是真實存在的，所以這個認知也是很重要。

徧計所執色是凡夫妄執之色，凡夫才有的。你開悟以後，就知道一切有為法如夢幻泡影。那是菩薩境界，見了空性以後才說得出來的，我們現在背得很熟，但是一面對境界，統統變成真實存在的，不再是夢幻泡影。所以徧計所執色是凡夫所執著的，它稱為妄執之色。妄，就是虛妄的。但是凡夫很執著它是真實的，所以叫做妄執之色，妄執的色法。

5. 定果色

第五個「定果色」。這個是修行人他在修定的時候，在定中所現起的種種境界。

定果色，又稱為「定所引色」，它是由定力所引生的色法，所以就稱為定所引色。

這個由定力所引的色法，凡夫跟菩薩、或者是佛，它們有很大的差別。像我們沒有開悟的凡夫眾生，我們修本尊觀，或者是觀想一個什麼，譬如說：我現在在定中觀想阿彌陀佛，用什麼東西觀想啊？用第六意識觀想，對不對？觀想一定是第六意識，前五識沒有辦法觀想。所以我的第六意識就現起了阿彌陀佛的影像，這是屬於法塵境界，對不對？因為我是在定中修觀，我觀阿

彌陀佛的樣子，所以我的第六意識就現起阿彌陀佛的影像，這個時候也可以稱為定所引色。因為是由定力所引生的色法，就叫做定所引色。

但是，你看我不是阿彌陀佛，我還是原來的我，這就是凡夫的觀想。他沒有辦法起實際的作用，他還是凡夫之身，即使他第六意識是觀想阿彌陀佛，可是別人看他，還是他原來那個凡夫的樣子。凡夫修這個觀想，沒有辦法把它變成真實的境界，所以它是屬於假色，假的顏色，假的色法。

但是八地以上的菩薩就不一樣了，八地菩薩入定之後，因為他已經觀想成就，所以他要觀想哪一個本尊，你看他就是那個本尊，懂嗎？那個就是真實的色法了，所以叫做實色。

所以凡夫跟菩薩雖然同樣的修定，同樣的修觀想，但是結果不一樣。一個是第六意識呈現那個境界，但是沒有辦法變成真實的色法。但是八地以上的菩薩可以，因為觀想成就的關係，所以他做任何的觀想，你可以實際看得到，他就是那一尊阿彌陀佛、或者是任何一尊本尊，這個都是屬於定所引色。

我們也常常看到什麼感應錄，說在鬧饑荒的時候，菩薩就可以變現很多食物讓那些饑民可以充饑，鬧旱災的時候，他就化成一口井水，讓大家解渴，那這些食物、或者是那一口井是菩薩神通變現出來，而且你是真的可以受用，真的可以吃下去就飽了，喝了那個水就可以解渴了。這個就是定所引色，是菩薩的境界，所以它又稱為「神通之色」。在定中所現的種種真實色法，是可以真正受用的，所以它又稱為「神通之色」。就是在定中顯現那個神通，他所變現的物質，這些色法都是真實的，你可以看得見、可以聽得見、可以觸摸，然後也可以受用

種種的境界。

到了成佛的時候，也能夠依佛的願力顯現出各式各樣的淨土。這個時候所構成的種種淨土世界，也是屬於現在講的定所引色。它依不同的願力，然後顯現不同的淨土世界，也是屬於現在講的定所引色。

以上我們所說的這五種，都是屬於法塵境界。前面兩種是在修空觀的時候會用到，屬於空觀之色；第三種屬於戒體之色；第四種屬於凡夫妄執之色；第五種是屬於菩薩的神通之色。

今天所介紹的色法，一共有五根六塵，總共是十一個。我們介紹色法最主要目的是什麼呢？除了你要知道五根六塵它是屬於色法之外，更重要的，就是要知道色法是從哪裡來的？我們一開始說色法是怎麼來的？是心法、心所有法所變現的嘛！心法有八識，所以它是八識所變現的相分。八識是真實存在的嗎？八識從哪裡來？一念妄動來，一念無明來，一念不覺生三細。真心本來無念，可是你一動念，就是心一動，就起了無明，就有了八識。所以八識從哪裡來？一念無明來的，懂嗎？如果你一直保持無念，一直在真心的狀態，是沒有八識的，懂嗎？你什麼時候一起妄動，什麼時候一起無明，八識就變現出來了，然後就有了八識的見分，這叫做「能見相」。有能見，就一定有所見，所以又變現出八識的相分，叫做「境界相」。

第一個是「業相」。一念不覺生三細，那個三細第一個就是業相（業，就是造作）。就是一念妄動，起了無明，就有八識，這是第一個業相；有了八識之後，就有「能見相」；有了能見，就要所見，就要有「境界相」。這就是「一念不覺生三細」，三細就是業相、能見相、跟境界相。

所以八識是不是真實存在的？不是啊！一念妄動才有的，從無明來的，有無明才有八識，然後八識再變現見分、相分，然後再「境界為緣長六粗」。八識不是真實存在的，那由八識所變現的色法是真實存在的嗎？不是嘛！對不對？所以不論是五根、還是六塵，都不是真實存在的，都是生滅無常，空無自性的，自性是空的，是無我的。這個是我們今天要了解色法最主要的，要明白它自性是空的，還是屬於生滅無常，不是真實存在的。

了解了這個，對你的修行就有很大的幫助，你很快就能夠跳脫五根的束縛，尤其是身根，懂嗎？我們說薩迦耶見最難破嘛，你薩迦耶見破了，其他的不正見就全部破了，破了就證初果了嘛，很快，所以證果很快。所以這個認知很重要，明白五根它是屬於色法，它不是實有的。眼、耳、鼻、舌、身五根，尤其這個身根，我們剛才講，其他的根都要依附在身根上面，這身根不是實有的，其他眼根、耳根、舌根也都不是實有的，對不對？身根不是實有的，何況是依附在身根上面的眼根、耳根、鼻根、舌根，當然不是真實存在的，那你的身見就破了，是不是很快？所以學習色法，就是很快地要把這個薩迦耶見破掉。

六塵境界也不是真實存在的，我們每天六根面對六塵境界，多麼地執著！多麼地真實！我眼睛看到喜歡就是喜歡，不喜歡就是不喜歡，怎麼會有這麼大的分別？喜歡就生貪，不喜歡就生瞋，所以念念都在造業，懂嗎？每一念，六根面對六塵，念念都生煩惱，念念生貪瞋癡，都在造業，可是我們不知道，喜歡、不喜歡，就已經生煩惱，喜歡、不喜歡就是貪、瞋，沒有喜不喜歡就是癡。所以眼睛看到的、耳朵聽到的，都是在生貪瞋癡，然後都一直回薰到第八識，成為貪瞋癡的種子。但是我們每

天都在過這樣的生活卻完全不知道。所以我們現在學習色法，就要知道六塵境界也不是真實存在的，它是八識所變現的相分，不是真實的。所以你眼見色的時候，會不會被它騙了？不會啊！看就是看，第六意識保持現量境，不會回薰到第八識。耳朵聽的也是，沒有說噪音聽起來很惱人，音聲也是無自性的嘛！所以人家罵你跟讚歎你有什麼差別？音聲自性是空的啊，沒有差別，所以你心就不會動了。

面對六塵境界心不動，如如不動，怎麼做到？知道六塵境界都是虛妄不真實的，就全部空掉了，當下就空掉了。所以你說學色法多重要！明白五根六塵都是虛妄不真實的，都是生滅無常、無我的，所以你就不會再被六塵境界所矇騙，不會在面對六塵境界的時候生煩惱、然後造業，當下就知道六塵境界自性是空的，當下就把它空掉了。

但是還要不要過生活？還是要啊！你吃東西，還要不要知道好吃？好吃、不好吃，自性都是空的，但還是要了了分明啊！不然人家問你說：「你今天中午吃的那碗麵好不好吃？」好不好吃，自性都是空的，什麼好不好吃，我沒感覺，錯！你比以前更敏銳，懂嗎？六根會變得更敏銳，可是你不會執著，如如不動，不動如泰山。因為你如實了知六塵境界不是真實存在的，但你還是可以受用，可是你受用之後，不會生煩惱、不會造業，多好！還是享受六塵境界，懂嗎？你不會生煩惱、不會造業，所以還是可以去吃好吃的、好看好的、聽好聽的，但是心不動，心不動才沒有生煩惱，才不會造業喔！

所以每天六根面對六塵，儘管去受用那個境界，但是心不分別執著，為什麼可以做到不分別執著？因為知道色塵的自性是空的，生滅無常、無我的，是虛妄不真

實的，當下就可以空掉它。空掉它不是沒有六塵境界，而是在受用的當下，不分別執著、不生煩惱、不造業。這就是我們今天學色法最主要的目的，就是要明白五根六塵是虛妄不真實的，不要再被它騙了。

我們今天到這裡。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第十一講
不相應行法

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們今天介紹百法的第四位，「不相應行法」。

為什麼「不相應行法」會放在第四位呢？因為它是心法、心所有法、和色法的分位假立，所以放在第四位。

百法的第一位是心法，第二位是心所有法，第三位是色法，它是有次序的，而且前後是有關聯的。

今天介紹的不相應行法，就是前面這三位的分位假立。分位的意思，就是可能是心法的一部分，或者心所有法的一部分，或者色法的一部分；假立，就說明它沒有它的自體，沒有自己的體性，必須要藉助這三法來假立種種的名稱，所以也同時說明它不是真實存在的，只是三位的分位假立。也許只有色法，也許只有心法，也許是心法、心所有法兩個，也許是三個都有，不一定，我們後面會介紹。所以，就一定要在介紹了心法、心所有法、和色法之後，我們才能夠進一步地來說明，由這三者所分位假立的不相應行法，這就是為什麼要把它放在第四位的理由。

為什麼稱為「不相應」呢？因為它不與心法、心所有法、色法、無為法相應，所以稱為「不相應」。

為什麼不與心法、心所有法相應呢？因為這二十四個不相應行法，對外境沒有緣慮的作用，所以它不與心法跟心所有法相應。心法和心所有法有能緣外境的作用，譬如：眼識能夠緣色境、耳識能夠緣聲境，我們眼見色、耳聞聲，我們眼識能夠緣色塵、耳識能夠緣聲塵，但是現在所介紹的這二十四個不相應行法，它只是說明

整個宇宙的現象，所以它沒有能緣外境，去認識外境這樣的作用。

譬如說：時間，時間它沒有辦法緣外境，也沒有辦法去認識外境，它只是說明一切有為法它是有、還是沒有一個過程現象而已。本來沒有的，現在有了，我們叫做「生」；有，還沒有消失，我們叫做「住」；有了，消失之後，叫做「滅」，所以我們就給它定為過去、現在、未來。這個時間是由第六意識去把它設定的，它說明一切有為法生、住、異、滅的過程，當下是有、還是沒有。有，然後消失，叫做過去；有，還沒有消失的，叫做現在；還沒有生起的，叫做未來，都是我們第六意識的分別去界定它的，過去、現在、未來。一天有二十四小時，也是我們現代人設定的，古時候印度是晝三時、夜三時，所以，其實是人去給它一個時間單位，一天二十四小時，一小時六十分鐘，這都是人去界定出來的。所以，它沒有能緣外境，去認識外境的作用，跟心法、心所有法是不一樣的，而且它也不跟心法、心所有法相應。

心法在緣外境之後，譬如你眼識緣外面的色塵，你你看到喜歡的就生貪，不喜歡的就生瞋，這就是煩惱心所。眼識是屬於心法，它能夠緣外境，然後生起種種的心所，所以心法跟心所有法它都有能緣的作用。可是我們現在講的不相應行法，它沒有能緣外境的作用，所以它是不和心法跟心所有法相應的。這是第一個，為什麼它不與心法、心所有法相應。

第二個，它為什麼不與色法相應呢？什麼叫色法？有質礙的叫色法。有質礙，就是說明它佔有一定的空間、有一定的體積，然後會互相對礙。但是不相應行法它不佔空間，也沒有體積，也不會互相對礙，不會互相妨礙，沒有物質的障礙，所以它也不和色法相應。色法是有質

礙的，現在這個是沒有質礙的。

它為什麼不與無為法相應呢？無為法是沒有生滅的，但是現在所謂的不相應行法，它是有生滅的，所以它一定是不與無為法相應。

這就說明為什麼稱為「不相應」，就是不與心法、心所有法、色法相應，也不與無為法相應。

雖然它不與心法、心所有法、色法相應，但是我們剛才說了，它是這三個的分位假立，所以離開了色法、心法、心所有法，也沒有所謂的二十四不相應行法，因為它是這三個的分位假立，它並沒有自己的自體，沒有自己的體性，它必須要藉助這三個——心法、心所有法、和色法，然後才能夠建立這二十四個不相應行法。

因為不相應行法是說明整個宇宙的現象，這些現象界的內容，我們應該要怎麼樣去界定它呢？好像方位，東、南、西、北，加上四維，還有上、下，一共有十方，這個也是我們去界定的。相對東方就是西方，相對南方就是北方，都是我們人去界定出來的方向，方位處所，也是第六意識的分別去把它界定出來的。所以為了要說明整個宇宙的現象有哪一些內容，我們就必須用第六意識的分別，去假借心法、心所有法、還有色法的一部分來建立這二十四不相應行法的名稱。所以，不相應行法的名稱是怎麼來的呢？就是假借心法、心所有法、色法的一部分而建立來的，所以它是這三者的分位假立，是這麼來的。

現在已經知道為什麼稱為「不相應」，接著要解釋什麼是「行法」？

什麼叫做「行法」呢？行法，就是「行蘊之法」的意思。行蘊，我們知道它是屬於五蘊——色、受、想、行、識，那個「行」，就是行蘊。我們是五蘊身心的假合，

現在所謂的「行法」，就是指行蘊，五蘊裡面的行蘊之法，叫做行法。

這個就是特別用來區別它不是屬於無為法，因為無為法是沒有生滅的。現在這個行蘊之法，它是有生滅的，它是生滅遷流的，所以就要用這個名稱，用行法表示它是生滅無常的，跟無為法不同。無為法是沒有生滅，但是我們現在介紹這二十四個不相應行法，這個行蘊之法，它是有生滅的，就是說明它和無為法是不同的。

我們看那個表，行蘊的內容，就是包含了相應和不相應的兩個部分。

行法（行蘊）：

- (1) 相應行法——除受、想心所，其餘的四十九個心所。
- (2) 不相應行法——二十四法。

相應行法，是除了受、想心所之外，其餘的四十九個心所。我們前面介紹過心所，心所有法，一共有五十一個，現在去掉了受、想，受心所跟想心所，為什麼要去掉這兩個呢？因為五蘊已經有受、想了，所以就要把這個受、想拿掉，因為它是在講色、受、想、行、識，行蘊之法，所以受、想要拿掉。相應行法的部分，就是說明這四十九個心所有法，它是和心法相應的，所以就是除了受、想之外，其餘的四十九個心所，就是現在所謂的「相應行法」。

另外，有一個「不相應行法」，就說明它不與心法相應，所以有另外一個名稱，叫做「心不相應行法」。我們剛才是說「不相應行法」，但是有一些經論是說「心不相應行法」，也對，就說明它不和心法相應，不像剛剛那四十九個心所，它是和心法是相應的。

所以，行蘊一共有兩個內容，一個是和心法相應的「相應行法」，另外一個是和心法不相應的「不相應行法」，就是我們今天要介紹的二十四個內容，它是屬於心

不相應行法。這樣就解釋什麼叫做「行法」。

現在知道了不相應行法的名稱來源，接下來就詳細說明它的內容。

一、得

第一個是「得」。什麼叫「得」呢？我們都是有所得，都希望努力有一些成果，然後有一些成就。小朋友讀書要讀得好，在課業上有成就；讀書畢業之後，踏入社會，就希望事業有成就；事業穩定了之後，就希望結婚，希望婚姻也能夠成就；結婚之後，就要生小孩，接下來就是子女也希望他們各各有成就，所以我們終其一生，都在追求成就。

這個成就是真實存在的嗎？現在就講到這個「得」，什麼叫做「得」？就是成就不壞失的意思。就是所謂「有所得」的心，以為有成就了之後，這個成就還沒有壞失之前，我們叫做「得」。

但是，「得」長得什麼樣子，誰也沒看見，因為它沒有形狀、也沒有顏色的，它只是第六意識的分別來的，我們感覺說我得到了，可是得到是真的得到嗎？很難說是不是真的得到。各方面有所成就，那個成就是真實的嗎？如果它不會壞失，就是真實的，不生不滅的，像無為法一樣，永恆存在的，我就相信它是真實存在，為什麼？因為它不會消失。可是我們所謂的成就感，成就的那些內容它會壞失嗎？會啊！因為它都是無常生滅的，一切會無常生滅的，都是無自性的，都是無我的，都不是實有的。

所以我們今天介紹的二十四不相應行法，全部都是第六意識分別來的，就是我們剛才介紹，為了要明白了解整個宇宙萬有現象，這個現象界有哪些內容，我們就要用第六意識的分別，去做種種的界定，給它種種的名

稱跟言說。

那你要怎麼來界定所謂的「得」呢？就是成就還沒有壞失之前，我們叫做「有所得」，可是它只是第六意識分別上的一種感覺說：「我有所得」，可是那個東西是抓不到，也看不見、摸不著的，是很虛妄的東西，它只是一種感受。另外一半對你說：「你是屬於我的」，真的嗎？他還是他，五蘊的假合，我也是五蘊的假合，可是我們的觀念就是我跟他結婚了，他是我的，所以哪一天他跑掉了，就受不了了，因為就是在你第六意識的分別，非常的執著抓住一個東西說：「他是我的！」我的家庭、我的事業、我的子女……統統是「我」的，所以在我們的觀念裡面，是有這個「得」的心。可是這個「得」，實際上它是不可得的，沒有一個真實存在的成就，所謂成就的東西。

我們凡夫一輩子追求的就是事業、家庭、子女，希望事業上有成就，家庭美滿、子女孝順，自己又能夠健康長壽，這一世我就沒有什麼遺憾了，這個是凡夫有所得的心。他希望他這一世在各方面都能夠高人一等，或者是勝過別人，就是都能夠有所成就，這是凡夫有所得的心。

一旦證果的聖人，他們是已經無所得了呢？初果聖人還有沒有有所求？二果、三果、四果有沒有？聲聞、緣覺、菩薩他們還求不求？還求啊！不然他幹嘛要證初果、二果、三果、四果？所以凡夫是有所得的心，但是已經超凡入聖的聖人，他也還是有所求，他還是有所得，只是他求取的是有所得的果。像聲聞，他要求取阿羅漢果，他修了半天，就是要證果，證四果阿羅漢，對不對？緣覺，他就要求取辟支佛果，他也想證果。菩薩呢？要成佛啊！所以他要求佛果。所以三乘的聖人，聲聞、緣

覺、菩薩，也還是希望有所成就，這是有所得的果。

所以從凡夫有所得的心，到三乘聖人有所得的果，都是有所得。

到什麼時候才無所得？心經上面說的「無智亦無得」，除非成佛嘛！才知道原來這個「得」是虛妄不真實的，根本沒有這個東西，懂嗎？第六意識分別來的，沒有這個東西。

所以我們就知道，「得」，其實它只是一個概念，第六意識的分別。它只是一個概念、一個觀念而已，這個觀念說明什麼呢？就是說明一切有為法它是成就、還是不成就，這樣的一個觀念而已。當因緣具足的時候，這個法就成就了，因緣不具足的時候，這個法就不成就。所以只要是一切有為法，它的成就、不成就，都是依賴它的因緣具足還是不具足，對不對？因此並沒有一個真實、實有的所謂的「得」，沒有這個東西的。它只是說明一切有為法它是成就、還是不成就，那成就、不成就，是看它因緣具足、不具足這樣而已，所以根本沒有所謂真實的「得」這個東西，沒有的，它只是一個「成就、不成就」的概念。

可是還沒有成道的凡夫，他就是很在意每件事情的得和失，像我們得失心很重嘛，不然怎麼會生煩惱？煩惱就是得失心來的嘛，因為你希望有所得，求不到的時候就求不得苦了。求不得的時候苦，那得到之後呢？怕它失去也很苦。每次在決定一件事情的時候，也是以得失心來衡量，我一定是以對我有利、讓我有所得的那個來做決定，一旦沒有辦法得到的話就很傷心難過。這就說明凡夫的得失心是非常重的，所以才會費盡心力、用盡心血，希望能夠出人頭地，或者是家庭、事業、子女各方面都能夠有所成就。

可是，它不能夠保證永遠都是美好的，家庭可能會破碎，事業可能會失敗，子女也是會分散，遲早每個人都要走的，也都會散的啊！所以就說明，所謂的成就它不是永恆存在的，因緣不具足，它就消失了，一切世間法都是無常的。所謂的「得」，也不是永恆不變、真實存在的。「得」如果是真實存在的話，它應該是永恆不變，不會失壞。可是只要是有為法，有為法就是因緣所生法，它一定生滅無常的，所以就說明沒有永恆存在的「得」，沒有這件事情。

我們在歷盡風霜，明白世事多變，嚐盡人間冷暖，看破紅塵的時候，我們就說：「啊！我來修道好了！」遁入空門，可是他在修道的時候，可能也犯了同樣的毛病。修道之前，他求的是世間的成就，修道之後，他求的是出世間的成就，同樣的都有得失心，所以也是犯了同樣的毛病，也是以有所得的心來求道，要不然為什麼我們要斷惡修善啊？我們都說要斷一切惡，行一切善，為什麼要斷惡修善？希望那個惡報不要在我身上成熟嘛！對不對？修善，希望一切的善果在我身上成熟嘛，就是有所得、有所求。希望得到好的果報，不希望惡果在我身上成熟，所以我才要斷一切惡因，修一切善因，這樣我要求什麼善果才都能夠得到。我們平常勸人家也是啊，你想要得什麼果，你就去種那個因，還是有所求嘛，對不對？我們平常告訴人家因果，也是看他要求什麼果，我們就告訴他要種什麼因，深信業果嘛，你造什麼業，然後才會有什麼果出來。

所以我們修行或者學佛之後，其實也都在求，也還是有所求。那你說要不要斷惡修善？我無所求，還要不要斷惡修善？還是要，以無所求的心來斷惡修善，了解善惡的自性都是空的，然後我勇猛努力，精進地斷惡修

善，但是無所求，是不是這樣子？

還有，我們為什麼要介紹種種的止觀法門，為什麼要修正觀？還不是希望得定，開發智慧，成就定慧力，我才要修正觀，有沒有所求？有啊！成就定慧力，所以還是有所求。我為什麼要聞、思、修？要先聽聞、然後思惟、修習，然後要戒、定、慧？持戒，然後才能得定，才能夠開發智慧。還是有所求，對不對？希望能夠證果啊！開悟啊！成佛啊！所以想一想，從我們初學佛到現在，好像也還是有這個有所得的心。

我們希望得到好的果報，或者得定、開發智慧，或者是希望能夠證果、開悟成佛，這些是不是都是真實存在的呢？不是嘛！因為業果自性是空的，業果也是生滅法，不管是善業、還是惡業，它的自性都是空的。如果業果的自性不是空的，你怎麼懺也懺不乾淨，對不對？因為它永恆存在嘛，你怎麼懺，它也不可能清淨啊。你為什麼能夠透過懺悔，然後就重報輕受、長報短受，甚至可以把你所有的業障都懺清淨呢？就是說明那個業的自性是空的，不是真實存在。業的顯現，就是我們剛才講的，因緣具足、不具足，有沒有現前，你過去造的那些善業、或者是惡業，那個果報有沒有成熟？是善業先成熟？還是惡業先成熟？就說明它因緣具足還是不具足，因此才有所謂的善還有惡這樣的差別。可是不管善或者是惡，它的自性都是空的，這個我們必需要明白。所以我們在斷惡修善的這個過程當中，我們要很清楚地知道它的自性是空的，只要是因緣所生法，它的自性都是空的。

所有的禪定、神通境界也是生滅法。有些師兄想打坐、想得定，希望能夠開發神通，或者他很耽著在他的種種禪定的境界當中，耽著在那個樂受也好，或者是他

可以看到什麼、或者是能夠未卜先知，不論什麼，也不管他是發神經還是發神通，他都是很執著就對了。很執著他那個種種不同的禪定境界，然後很耽著在那個喜樂的、輕安的覺受當中。

或者是他修禪定的目的就是要開發神通，在他的觀念裡面，他就認為禪定的種種境界是實有的，真實存在的，神通也是真實存在的，可是，是真的嗎？禪定的境界是生滅法，還是不生不滅的？禪定不管你什麼樣的境界，它也是生滅法，懂嗎？它也不是永恆存在的。永恆存在的話，你入那個禪定就永遠不會消失，也很麻煩，你回不來了。有所謂的入定、出定，就表示那個定不是實有的嘛，要不然他入定就沒辦法出了，因為那個定境是真實存在的，是永恆存在的，所以他進去就出不來了。菩薩能夠出入任何的三昧，自由自在地出入任何的三昧境界，就說明任何的三昧、或者禪定境界，它都不是真實存在的，所以耽著在上面就是錯誤的。

神通也是生滅法，不管你是他心通、還是天眼通、天耳通，也都是生滅法，所以我們希望能夠得定、或者是開發神通，這個有所求的心也是誤解了，以為它是真實存在的。

還有就是我們剛才講的，要證果、開悟、成佛，就是以為有道可修，有果可證，有佛可成，這些有所得的心都是生滅法，都是在打妄想。打妄想的意思就是說，你以有所得的心，想要求那個無所得的果，就好比是《楞嚴經》上面講的，想要煮沙成飯。你煮那個沙，煮一千年、一萬年，它還是沙，它沒有辦法變成飯，所以我們說它是打妄想。要不然就是求虛空中的花朵，能夠開花結果，這個也是打妄想，對不對？因為虛空中本來沒有花朵，你現在居然打妄想，希望虛空中的花朵可以開花

結果，或者是愈開愈多，這個就比喻我們以為有道可修、有果可證、有佛可成，這個是在打妄想。

可是我們不是說學佛就是要證果，我們不是修了半天，就是想開悟成佛，不是嗎？那為什麼現在又說錯了？錯在哪裡你們說！有所得的心，想要求無所得的果，所以說錯了，錯在哪裡？所謂的「得」是什麼？本來沒有，現在有，叫做得；有，然後沒有了，叫做失。可是我們的菩提自性本自具足，我們的佛性本自圓成，它不是修來的，也不是求來的，我們現在居然要以有所得的心，求無所得的果，所以我們說錯了。本來就有的，不是求來的，也不是修出來的，所以你以這個有所求的心就是錯了，因為它本來有。

所以我們現在講的這個「得」，它是虛妄不真實的，所以我們如果以這個有所得的心，去求無所得的果，永遠都不可能有結果，不管你是想證果、還是開悟成佛，都永遠不可能，就是我們把它弄錯了，把這個「得」當作是真實存在的，然後一心去求，到外面去求。

昨天還有一位師兄下了課，上來問問題，他說他最近都在找，我說你找什麼？他說我在定中試圖要看見，我說你想看見什麼？他想看見什麼你們知道嗎？想看見那個菩提自性長得什麼樣子，他說他一直在找，然後一直想要看。我說那個看不見、也找不到的，下面一句話沒有講，就是說那個菩提自性一直在你那邊，從來沒有消失過，所以其實你不用找。你往外面一直找、一直想要看見，明明就在你家，你在外面流浪、拼命找，永遠找不到，因為它本來就在你家，從來沒有丟掉過，懂嗎？所以我們才會說這個有所得的心是錯的。

所以我們在修行的過程當中，那個善法欲是可以，善法欲就是希望怎樣怎樣，那個叫做善法欲，跟世間的

五欲六塵追求的那個欲望是不一樣的，善法欲是好的。因為有善法欲，我們才會勇猛精進，但是我們要清楚明白那個不是求來的、也不是修出來的東西，這樣就好了。你知道它都是不可得的，它只是一個過程，但是最後的那個東西是你本來有的，只是它顯現了。本來是金礦，你把雜質去掉，就變成純金了。所以我們整個修行的過程只是在不斷不斷提煉，把它變成純金，那個金子就是比喻我們的自性是本自具足的，本來每個眾生都有佛性，所以一定都能夠成佛，只是觀念不要搞錯了。

明白這個「得」不是真實存在的，我們就比較可能看破、放下，對不對？一切世間法，不管事業、家庭、子女等等的，不管你求什麼，那個都是不可得的，虛空中的花朵。那個有所得的心追求世俗的種種圓滿，可是世間任何的所謂的圓滿都不是真實存在的，都是生滅無常的，只是因緣具足、不具足，具足就叫做成就，不具足就叫做不成就，所以就不用把那個成就、不成就看得這麼重要，你是不是就很容易看破紅塵？是真的看破紅塵，這樣看破、放下就比較容易。

再進一步，你在這個修行的過程當中，你也不會那麼執著了，你也是以無所得的心去從事一切的修行。其實你愈快看破、放下，你那個自性就愈容易現前。看不破、放不下，你那個菩提自性就沒有機會現前，為什麼？你把一切世間法、或者是出世間法，都當作是真實存在的，然後分別執著得不得了，抓得緊緊的，不願看破放下，所以你的自性不可能現前，雖然它一直都在你家，沒有消失過，可是它就是出不來，懂嗎？所以我們了解這個「得」的觀念之後，我們比較容易看破、放下，不論是世間法、還是出世間法。在你看破、放下的那個當下，自性自然就現前了，這樣開悟最快，但是不要求。

二、命根

我們看第二個「命根」。命根，就是壽命的意思。

這個壽命是怎麼來的呢？壽命是我們過去世業力的種子，變現出這一世的五蘊身心之後，我們第八阿賴耶識的功能執持一段時間不壞失，這個就叫做壽命。

這一世的壽命是怎麼來的？像那個排八字的，那八個字其實就是你過去世業力的顯現，你為什麼會在那個時辰出生，然後排出那八個字，年、月、日、時，天干地支，加起來一共八個字。那個就是你過去世業力的種子帶來的，所以你會在那個時辰出生，因此排出的那八個字就是你業力的顯現，那個算命的就可以算出你這一世大概可以活幾歲。

這就說明這個壽命是過去業力的種子來的，所以你這一世可以活多久，其實就是過去業力的顯現。但是會不會改變？會啊！修行人的命盤都不準了，修行人不用算命，因為全部都不準。應該發生的事情統統不發生了，因為它走到另外一個軌道去了。本來你的命是這個軌道，結果因為你修行，它走向另外一條路，所以都不準了，那壽命也是可以改變的。只是現在我們解釋這個壽命它是怎麼來的呢？它是過去業力的種子，變現出這一世的五蘊身心。

所以我們這一世為什麼是生在人道？為什麼是長成這個樣子？高矮、胖瘦，五官長得怎麼樣，就是所謂的基因，遺傳的基因一共有幾對啊，那個全部都是業力的顯現。所以我們這一世的五蘊身心，就是色法跟心法，就是色、受、想、行、識這五蘊，都是過去世業力的種子，變現出這一世的五蘊身心。每個人長得都不一樣，因為過去含藏在八識的那個業力的種子不一樣，所以業力的種子所變現出的五蘊身心就不一樣。

第八識還有一個功能，就是能夠執持這個五蘊身心不壞失。執持，就是讓它一直保持五蘊身心的活動，不讓它壞失，壞失就死掉了，懂嗎？所以它能夠執持多久，那就是所謂的壽命。所以它是過去業力種子變現出這一世的身心之後，看它能夠執持這個身心不壞多久的時間，這個就叫壽命。它能夠執持的時間愈長，壽命就愈長，執持的時間愈短，壽命就愈短。所以所謂的壽命，只是在說明我們這一世的五蘊身心能夠維持多久而定的名稱，壽命是這樣子來的。

我們很好奇是什麼力量，使我們這一世的五蘊身心不會壞失呢？我們知道這個色身是地、水、火、風四大的假合，既然是地、水、火、風的假合，它為什麼不會分散掉，有沒有想過這個問題？外面也有地、水、火、風，可是為什麼我們這個色身，地、水、火、風可以一直執持在這裡，然後不會分散掉？不會晚上我睡著了，然後我的四大就分散了，第二天這個人不見了，在人間蒸發掉了？奇怪，為什麼？

還有這個五蘊身心，色、受、想、行、識，色蘊是這個色身，受、想、行、識是屬於心法，我們心念的作用。這個心法也是剎那、剎那生滅，可是為什麼它可以一直相續不間斷？我種種的感受，一下苦、一下樂、一下憂愁、一下悲傷，從來沒有停過，也不會因為今天晚上睡著了之後，明天醒過來，從此以後沒有感受了，不會的，為什麼？為什麼感受可以一直相續不間斷？想蘊也是，為什麼我老是打妄想？我打坐，想要叫那個妄想不要來，它就是不聽話，它一直冒出來，它就是從來沒有間斷過，為什麼它不會間斷？為什麼我這一念想過去之後，不會就停住了，下一念不會再生起來，為什麼它會一直生起來？也是很奇怪，對不對？行蘊，我們也講

過，有什麼相應、不相應，它也是沒有間斷過。行蘊就是說明它一直生滅變化，從來沒有間斷過。

答案就是我們剛才講的，我們的八識有執持身心不壞的功能。就是第八識一直執持這個五蘊身心，在它有生之年不會壞失，四大不會分散。這個色身不會分散掉，然後受、想、行、識四蘊也不會停止它的作用，一直執持到它那個壽命到了，我們所謂的神識離開身體，然後進入中陰身。這個神識就是第八阿賴耶識，它一旦離開我們身體之後，這個色身就開始死亡了。死亡之後，我們四大才會分散，這個色身會腐爛掉，四大就回歸法界，回歸四大。

所以為什麼色、受、想、行、識不會壞失，就是因為第八阿賴耶識有執持色心不壞失的功能，這個功能一旦消失，五蘊也就中斷它的活動了，就是所謂的死亡。所以，所謂的命根，就是第八阿賴耶識的功能，只要這一口氣還在，這八識就能夠執持五蘊身心不壞，要一直到它離開身體之後，這個功能才會消失，命根才會結束，就是我們所謂的死亡。

所謂的命根，只是單獨由阿賴耶識這個心法，執持一段時期，色心的功能不斷，所假立的名稱。所以，所謂的命根是什麼意思？壽命是什麼？第八阿賴耶識這一個心法而已。心法有八個，只是第八識阿賴耶識執持一段時期，身心的功能不斷所假立的名稱。

我們剛才說二十四不相應行法是心法、心所有法、色法三位的假立，有沒有？現在壽命只有一法，就是第八阿賴耶識這個心法所假立的名稱。假立的名稱，就說明壽命不是真實存在的，對不對？只是第八阿賴耶識它的功能。第八阿賴耶識是不是真實存在的？我們昨天已經講過，第八阿賴耶識也不是真實存在，是一念無明才

有的，一念妄動而起無明，才有了第八識。然後八識再由它的自證分，就是它的自體，再變現出見分跟相分。所以這個八識，它是由一念妄動而起無明才有的，因此它也不是實有的。所以現在由第八阿賴耶識執持色心不斷的這個功能，它也不是真實存在的，就說明它只是阿賴耶識的功能而已。阿賴耶識既然不是實有的，當然它所執持這個色心不壞的功能也不是真實存在的，所以並沒有真實的命根存在，它只是第八識的功能。

這個功能能夠執持五蘊身心多久呢？完全就是由業力的種子來決定。業力的種子就是我們過去薰到第八識的，那這一世種子變現出這一世的身心還有外在的世界，就是正報、依報都是八識的變現，都是八識的相分來的。認識這個道理很重要，為什麼？因為我們都很怕死？對不對？我們現在知道壽命不是真實存在的，那會不會比較好一點？我們會不會比較不在意我能夠活多久？壽命的長短，好像也不是這麼重要，因為它不是實有的，它只是第八識的功能而已，並不是真實存在的。

所以有了這個概念之後，我對我這一世能夠活多久，長啊、還是短啊，可能也不會那麼在意。我就不用在花很多的精神，去買很多的健康食品來吃，試圖要健康長壽，或者是練很多的功法來養生。如果親人死亡，可能也不會那麼悲傷，還是要哭啦，不然人家會說你不孝順。但是學佛的人觀念裡面知道，所謂的壽命，只是第六意識去分別時間的長、短，然後是第八識功能的發揮，只是過去業力種子的顯現這樣而已，都不是真實有壽命可得，它只是心法的分位假立。所以這個概念很重要，這樣我們就可以看破對壽命的執著，能夠超越死亡，不再害怕死亡。

三、眾同分

第三個「眾同分」。眾同分，就是同類相似的意思。眾，是眾多有情；同分，是種類相似。所以眾同分，就是在眾多的有情當中，我們為了要區別彼此的不同，我們就把身心種類相似的歸在一起，叫做眾同分。

像我們人類的話，人類都是同樣的五蘊身心，都是相類似的身心，所以就叫做「人同分」；天人和天人也是有相似的身心，所以叫做「天同分」，這個是對有情眾生來說。對法的歸類，也是一樣可以來歸類，像心法、心所有法，我們把它歸在一類，叫做「心同分」；我們昨天講的色法，也可以把它歸在一類，叫做「色同分」。我們現在就明白，什麼叫做眾同分？就是同類相似的把它歸在一類，同類的，就叫做「眾同分」。

我們剛才說這二十四不相應行法，就要說明整個宇宙，它的現象界是怎麼樣來說明它，所以它要有種種的分類。同類的把它歸在一起，就叫做眾同分，因此我們就知道所謂的眾同分，是依心法、心所有法、還有色法所分位假立的名稱，並沒有真實的同類。同類只是一個概念，你跟他是一國的，所以你們是同類的，同類相聚，也是一種概念，它也不是實有的，它只是心法、心所有法、色法分位假立的名稱。

四、異生性

第四個「異生性」。簡單來說就是凡夫，沒有證得別教初地之前的，稱為異生性。

圓教的初住，別教的初地，因為破一品無明，證一分法身，那個叫做「同生性」，所以還沒破一品無明之前，全部叫做異生性。同生性，就是他已經跟佛相同了，因為他已經見性了，破一品無明，就能夠見到真心本性，所以他開始用真心在過生活。我們這個異生性——凡夫，就是用妄心在過生活，因為我們還沒有找到我們的

菩提自性，還沒有見到我們的真心，雖然它在，但是我們沒有見到，所以稱為異生性。同生性就是跟佛相同，都是用真心，念念歸入薩婆若海，只要破一品無明，都稱為同生性。

為什麼稱為「異生性」呢？因為每一個眾生他的煩惱障跟所知障是不同的，我們過去薰的煩惱障跟所知障的種子都含藏在第八識，所以每一位眾生，他的煩惱障跟所知障它的種子是不一樣的。種子不一樣，所以它生起現行的時候就會有不同的見解，引發不同的煩惱，因此造作不同的業，感受不同的果報，然後往不同的地方受生，所以稱為異生性。因此有六道眾生的差別，有卵、胎、濕、化四生的差別，這種種的差別是怎麼來的？就是因為種子不同，煩惱障跟所知障的種子不同，所以他所生起的見解就會不一樣，不同的見解就會生不同的煩惱，不同的煩惱就造不同的業，不同的業當然就有不同的果報，就到不同的地方去受生，所以稱為「異生性」，它的名稱是這麼來的。

所以這裡的「性」，指的是習性，不同的習性引發不同的煩惱，因此造下不同的業，往不同的地方受生。所以異生性是屬於心所有法的分位假立，生起不同的煩惱嘛。煩惱前面介紹過了，它是屬於心所有法，心所有法有根本煩惱六、隨煩惱二十。因此我們就知道所謂的異生性，它是從什麼的分位假立啊？心所有法的分位假立而有的名稱，所以它也不是真實存在的，它只是假立的名稱。

五、無想定

第五個「無想定」。什麼叫做「無想定」呢？就是滅想心所而得的禪定，叫做無想定，就是說已經沒有想心所了。

這個是外道修的無想定，外道他為什麼要修這個無想定呢？因為他發現他在修禪定的時候，一直讓他沒有辦法入定最主要的原因，就是因為還有念頭，念頭就是想心所，還有這個想心所。就像我們打坐的時候，那個妄念一直冒起來、一直冒起來，好討厭。他就一心一意要把那個想心所滅掉，他才覺得是得到真正的安穩，所以他有這樣的觀念之後，他一修禪定，他就一心一意要滅掉想心所，然後成功了之後，就是入這個無想定。所以無想的意思，就是已經沒有想心所了，想心所就是第六意識，我們稱為想心所的作用。

一旦功夫純熟，前六識的心法、還有心所有法就暫時不起作用，這個時候就稱為無想定。所以我們就知道，無想定它是什麼的分位假立呢？它是依什麼假立的？因為它滅的是第六意識的心法和心所有法，所以它是心法和心所有法上所假立的名稱，無想定是這麼來的，就是暫時伏住了想心所。

我們說滅了想心所，滅了第六意識，但不是真正的滅，真正的滅了，就跟石頭木頭沒有差別了，懂嗎？它只是暫時伏住，不能夠說它真正的滅，不是真的就沒有第六意識了，不是這個意思，我們要知道它只是用這個來形容。伏滅的意思，不是真的沒有，只是暫時把它伏住了想心所，不讓它生起活動這樣而已。因為我們說過，想心所是屬於五遍行——作意、觸、受、想、思，五遍行是遍一切識、遍一切地，所以不是真的滅了想心所，它只是用定力暫時伏住想心所而假立的名稱，叫做無想定。

既然是心法、心所有法所假立的名稱，那這個禪定境界是不是實有的啊？也不是真實存在的，就是我們剛才講的，一切的三昧、或者是禪定的境界也都是生滅法，

為什麼？因為他一離開無想定之後，想心所又開始活動了，可見它是生滅法，對不對？它只是暫時伏住想心所而已，之後還會再生起活動，所以它是屬於生滅法。因此我們知道，這個定境不是實有的，不是真實存在的，不是不生不滅的，是無常生滅的。

六、無想報

生前修無想定成就的，死後就會生在無想天，這個得生無想天的果報，稱為「無想報」。所以二十四不相應行法的第六個，就是「無想報」，就是修無想定的果報，叫做無想報。在欲界修習無想定，薰習成種，薰習成種的意思就是薰習成種子，那個種子生起現行了之後，在命終就能夠得無想天的果報。

這個無想天在那裡呢？它是在色界第四禪天當中，有一天叫做廣果天。第四禪天的第一重天叫做無雲天，沒有天上的那個雲，無雲天；第二重叫做福生天，因為福報而生天；第三天就稱為廣果天，這就是生無想天它的處所，就是在色界的第四禪天當中。所以死後生無想天，到底到哪裡去了？就是在色界四禪的廣果天。

一旦生無想天，他的壽量有五百劫這麼長，都在沒有想心所的狀態，所以這個絕對是我們不會想去的。沒有起心動念了，就一直在那個狀態五百劫這樣子，這麼長的時間。有在要生去的、還有離開的時候，那個半劫、半劫會有想，因為你要想才能夠去嘛，然後時間五百劫快要到的時候，他也還要再動一個念，他才能夠離開無想天，所以只有那個時候會有想心所，其他時間想心所都停止活動。這就是所謂的無想報，入無想定的果報。

七、滅盡定

第七個是「滅盡定」。滅盡了前六識的心、心所，還有第七識的染分心，就稱為「滅盡定」。這是聲聞、緣覺

二乘聖人所修的滅盡定，就是不但滅了剛才那個無想定的前六識的心、還有心所，都滅了之外，還可以繼續把第七識那個染分心，染分心是什麼？我們前面講過第七識染污意，那個染污就是恆常與四惑相應，懂嗎？還記得吧？我愛、我見、我癡、我慢，就是現在所謂的染分心，它可以把第七識的四惑暫時伏住，而入這個滅盡定。

我們就要問了：無想定和滅盡定都是滅了前六識的心和心所，這兩個有什麼差別呢？我們雖然知道滅盡定它是多了一個，滅了第七識的染分心，但是其他還有沒有什麼不同？還是有不同，所以我們現在介紹。它有三個差別：

第一個差別，他們修無想定跟滅盡定的動機還有目的是不同的。這個很重要，動機和目的是不同的。無想定是以出離為動機，以求得解脫為目的，但是重點，它並不能夠真正的出離三界。所以這就是我們前面講的五不正見，還記得嗎？有所謂的戒禁取見、還有見取見。現在講到這個外道，他為什麼會修無想定？原來他搞錯了，他是以求出離為動機，但是並沒有辦法真正的出離三界，他以為入這個無想定能夠真正的出離三界，但是並不能夠出離三界，因此它不是出離三界的因，所以叫做非因計因，非因計因就是**戒禁取見**。

這個外道誤認為無想定能夠真正的出離，結果並沒有辦法真正的出離。他是以求出離為動機，求得解脫為目的，他誤認為無想報是真正的解脫，結果死後生無想天，也沒有真正的出離三界，沒有真正的解脫三界，所以誤認無想報是真正的解脫，這個就是非果計果。沒有辦法解脫，沒有辦法證得這樣的果，他以為能夠證得，這個就是**見取見**，非果計果，所以都是屬於五不正見裡面的。

所以正知見很重要，因為知見弄錯了，你就會跑錯

地方，你生前一心一意修無想定，結果死後生無想天。他以為他解脫三界輪迴了，其實沒有，他到了第四禪天去了，廣果天去了。所以死後生無想天，就是我們剛才講的，受五百大劫的生死果報，除了出生無想天的半劫，還有離開無想天的半劫有心識的活動，有那個想心所的活動，其餘四百九十九劫都是無想的狀態，這是有關無想定。

那滅盡定的動機跟目的就不一樣了，滅盡定是以「止息想」為動機。止息想的意思，不是止息想心所，而是滅受想，因此滅盡定又有一個名稱叫做「滅受想定」。它不但把想心所滅了，還把受心所滅了。所以它的動機是什麼呢？就是要把受心所跟想心所都滅掉，這個是它的動機。以求得寂靜安住（寂靜安住就是涅槃）為目的，他是以求取涅槃為目的，就是解脫。這個是可以真正的出離三界，可以真正證得涅槃的，真正的解脫的，這是滅盡定。它的動機跟目的是跟無想定不一樣的，而且它是真正的能夠出離三界。

那我們要談到，為什麼這些二乘的聖人，他一心一意想要滅受想呢？為什麼他有這樣的動機跟目的，想要證得涅槃這樣的目的？就是因為這些修定的聖人，他知道想心所和受心所是我們凡夫心中動得最厲害的兩個心所。所有的心所裡面，就是這兩個最厲害，想心所跟受心所。我們的妄想還有顛倒見，就是來自於想心所。像我們凡夫眾生每天忙著打妄想，而且充滿了各式各樣的邪知邪見，這個邪知邪見就是分別來的，所以它是屬於想心所。

每天六根接觸六塵境界的時候，我們心中也不斷地追求種種的欲樂、還有貪愛，這些屬於受心所。受心所也很嚴重，因為它在我們六根面對六塵的時候，第六意

識不斷不斷地分別，然後喜歡什麼、不喜歡什麼，所以它就產生五欲之樂，耽著在色、聲、香、味、觸五塵境界當中，生起欲樂的心。那種欲樂、還有貪愛，就是屬於受心所。所以凡夫都喜歡享受，要看好看的、聽好聽的、吃好吃的、穿舒服的，就是都在講求五欲之樂，好享受，這個就是屬於受心所。

所以這兩個心所，是一切煩惱的根源，所以修定的聖者一定要把它們滅除，這是他的動機。他知道想心所跟受心所是一切煩惱的根源，一切煩惱都是從它來的，所以除非把它們暫時伏滅，才可能證果，才可能出離三界。於是他有這樣的動機之後，他就把第六意識安住在現量無分別當中。我們修定都是這樣開始的，第六意識不起分別，保持現量無分別。現量境，不是比量。現量，就是沒有分別，第六意識不起分別。就這樣一直一直練習，第六意識不起分別，安住在現量，久了之後，第七識也跟著不起作用了，對不對？第七識我們前面稍微有講過，可是要到《八識規矩頌》的時候，才會比較詳細介紹。

前面只講到第六識跟第七識它們的關係非常密切，因為第六意識一分別之後，第七識馬上就加進去，我在看、我喜不喜歡，就把第七識那個我，執我的那個跟著就放進去了，第六意識一分別之後，第七識立刻就加進去了。如果我現在保持第六意識現量不分別，那第七識有沒有機會去薰習那個「我」？沒有，對不對？因為第六意識不分別了，所以你七識就沒有機會把它放進去說「我」在看、「我」在聽，因為沒有分別，沒有喜歡、不喜歡，所以那個「我」也沒有辦法放進去說我喜歡、還是不喜歡，沒有給它串習的機會，所以第六意識能夠一直保持這個現量無分別。久了之後，第七識的染分心，

我們剛才講那個我愛、我見、我慢、我癡，它就能夠跟著不活動了。是因為第六意識能夠一直保持現量無分別的一個狀態，第七識的那個我愛、我見、我慢、我癡就沒有機會現行，因此它也能夠慢慢地伏滅掉了，它修行的過程是這樣子來的。先有這樣的動機，要一心一意地伏滅想心所跟受心所，然後加上功夫，功夫純熟之後，有一天終於可以做到滅受想，就證得現在講的這個滅盡定，滅受想定了。

這就是說到第一個，動機跟目的的不同。

第二個，是有漏、無漏的差別。我們剛才講，一個還在三界，他是到了第四禪的廣果天去了，還沒有出輪迴；可是證得滅受想定的，他可以暫時解脫輪迴，這是它們第二個差別，有漏跟無漏的差別。無想定是外道所修有漏的禪定，不能夠出三界，所以不但聖者不修，凡夫也不修，只有專門信無想天，以為是真正解脫的那個外道才會修無想定，我們不會修的；滅盡定是聲聞、緣覺二乘人所修的無漏定，它能夠證阿羅漢、辟支佛果，能夠真正的出離三界。

第三個差別，是滅心跟心所的不同。這個我們已經知道了，無想定它只是伏住前六識的心跟心所不起活動，滅盡定還可以進一步地使第七識的染分心也暫時不起活動，這是它們滅心、心所的不同。

這樣我們就知道，無想定、無想報、還有滅盡定都不是真實存在的，它只是依心法和心所有法分位差別所假立的名稱，這說明什麼呢？禪定不是真實存在的，它是生滅法，證果也不是實有的，懂嗎？滅盡定已經證果了，證阿羅漢果、辟支佛果，但是它也是什麼？依心法跟心所有法分位假立的名稱，不是真實存在的，這個觀念很重要。

接下來，如果依「言說」分位差別假立，就會有名身、句身、文身等等的名稱。這就是我們所謂的名稱跟言說，就是語言跟文字。所以要說明整個宇宙的現象，你必須要溝通，就需要有語言文字來互相溝通，或者是來說明描述一些什麼事情，就一定要有有名身、句身、跟文身。

名，就是名詞；句，是句子；文，是文字、或者是文章。身，是什麼意思呢？身就是聚集的意思。很多名詞聚集在一起，就稱為名身；句子聚集在一起，就叫做句身。

八、名身

只有單名，我們叫做名，名就是名詞。它是用在哪裡呢？它就用在解釋一切法的自性，所以我們給它種種的名詞，我們一聽到那個名詞，就知道是什麼東西了。所以那個名詞，就是說明那個法的自性。譬如我們說胡姬花，白色的胡姬花，我們馬上就知道你在講什麼，這個就是名詞。

只有單名的，我們稱為「名」，譬如：花、葉。如果是兩個名詞以上，就叫做名身，譬如：紅花、綠葉，兩個名詞。如果三個名詞以上，就叫做多名身，譬如說：香紅花、嫩綠葉，它就是在說明諸法的自性。

九、句身

句子是用來詮釋諸法的差別。我們要說明每一法跟每一法之間的差別，就必須要用到句子。

只有單句的，我們就叫做「句」，譬如說：清風、明月。兩個句子的，我們就叫做「句身」，譬如說：微微的清風、皎潔的明月。如果是三個句子以上，我們就叫做多句身，空中吹來微微的清風，天上掛著一輪皎潔的明月，就是做文章，就開始用很多的句子來做文章。

十、文身

「文身」，就是「文字、文章」的意思。由文字就可以構成前面所說的名詞跟句子，所以說「文字」是名詞和句子的所依。如果是名詞加上句子，就稱為「文章」。

如果是不帶任何意義的字，我們就稱它為「文字」，譬如說：字母或者是音韻之類的，因為它只有文字，但是不能夠詮釋任何的義理，譬如說：A、B、C、D，沒有辦法解釋它是什麼涵義，沒有任何的涵義在裡面，不帶任何意義的字，我們就稱為文字。

如果是由名詞所寫成的文字，我們就稱為文章，像四書、五經，所有的佛經，就是文章。這些是帶有名詞解釋的文章，它能夠包含所要詮釋的義理，這個時候才能夠叫文章。所以，能夠知道它要說明什麼樣的內容，包含哪一些涵義，都能夠解釋清楚的，這個就叫做文章。因此你看了一篇文章，你就知道它要說什麼、它要表達什麼，它是可以被描述出來的。

現在我們就知道，二十四不相應行法的第八個「名身」、第九個「句身」、第十個「文身」，它是由色法分位假立的名稱。

這三個都是由色法分位假立的名稱，這怎麼說呢？因為它是依色塵、聲塵、還有法塵分位假立的名稱。

如果是語言中所有的名、句、文，就是依聲塵所假立的名稱。我們昨天說色法——五根六塵，有沒有？六塵，色、聲、香、味、觸、法，現在有聲塵，因為我們現在說話不是要用很多的名詞跟句子，或者是文章嗎？這個時候，因為是用音聲，就屬於聲塵。聲塵又是屬於色法，所以在言語當中，所有的名、句、文，就是依聲塵所假立的名稱，所以它是依色法來的。

如果是把它寫下來，書籍當中所有的名、句、文，

就是依色塵。因為書籍把它寫出來，所以這所有的名、句、文，它是依色塵所假立的名稱，這個時候就是色塵。

如果是你心裡面想的，你心裡面在犯嘀咕，在胡思亂想，也都是可以把它用名、句、文把它描寫出來，或者是把它述說出來、表達出來的，所以你心裡面想的它是屬於什麼？法塵，對不對？我們昨天說法塵，你打的妄想就是屬於法塵境界，第六意識所緣的境界是法塵。所以，心想中所有的名、句、文，就是依法塵所假立的名稱。

不管是色塵、聲塵、還是法塵，它都屬於色法，所以我們就說這三個都是依色法分位假立的名稱。

一般我們對這個色塵起執著，我們就說他著名字相；如果說他對音聲，這個聲塵執著，我們就說他著了言語相；對這個法塵起了執著，我們就說他著心緣相。所以這個觀念很重要，修行人如果明白名、句、文都不可得的話，我們就能夠離名字相、離言語相、離心緣相，這個很重要。這三個離了之後，就什麼會現前？我們自性就會現前！我們現在就是都沒有離開這三相，所以自性沒有辦法現前。只要我們還會著在語言文字相上，哪個人講你怎樣，你馬上就會起瞋心，讚歎你，你就很歡喜，毀謗你，你就很生氣，所以就著這個言語相。學佛就是著在那個名相上，那個就是著名字相啊！然後著心緣相就更不用說了，我們念念都是非常的執著。所以，什麼時候能夠離名字相、言語相、心緣相，很快就能夠開悟了。

所以為什麼我們要學這個百法？因為我們了解了這二十四不相應行法的內容之後，我們就要一一把它破除，破除對它們的執著。現在我們明白它是不可得的，它是無自性的，它只是色法的假立，是生滅無常、無我

的，你自然就能夠遠離，不再執取這三種相。見性之後，不得了了！一切的文字都能夠轉成文字般若，所以開悟、明心見性的人，他以前不善說，現在都很善說，為什麼？他全部把文字轉成般若了。以前看不懂的，現在都看得懂了，不管哪一本經書拿起來，他都懂了。然後他也能講，以前不會講，現在都很會講，為什麼？因為所有的文字都轉成文字般若，他不但不會著在這個相上，而且還能夠很善巧的運用，所以我們對這樣的認知也是很重要的。

接下來，第十一是「生」，十二是「住」，十三是「老」，第十四是「無常」。這四個是依「相」的分位差別而所假立的名稱。這個相，就是有為法的四相，用這四相來說明有為法的生滅變化的現象。

一切有為法都是生、住、異、滅的，它都是生、老、病、死的，它都是成、住、壞、空的，只是它是用在不同的方面。用在身體方面的，我們就說生老病死；用在物質方面的描述，我們就說是成住壞空；用在我們的心念，我們就說生住異滅。我們說心念生滅、生滅，你每一個念頭生起來，就消失了。本來沒有心念的，現在有了，叫做生；還沒有消失之前，叫做住；這個住也不是沒有變化，還是繼續在變化，所以它是異（異就是變異的意思）；然後消失了，就叫做滅，所以生、住、異、滅，是形容我們的心念。

所以它也是假立的名稱，是依這個有為法的四相的分位差別，所假立的名稱，它也不是真實存在的。

十一、生

所謂的「生」是什麼呢？就是先無今有，本來沒有，現在有了，我們叫做生。第六意識的分別，去給它一個定義，所以它也不是實有的。

本來沒有的，現在有了，叫做生，所以它是依色法、還有心法，仗緣顯現所假立的名稱。仗著不同的因緣，因緣具足，它就有了，我們就叫做生，因緣不具足，就沒有。所以，所謂的生，也是無自性的。

十二、住

什麼叫做「住」呢？「有」位暫停。有了之後，暫時停住，生了之後，繼續相續停住，這個我們叫做住。就是有了之後，暫時停留的時間，我們叫住。也許是十年、二十年都不一定，就是住世的時間，就是它暫時停留的時間，叫做住。

它是依於色法和心法暫時看起來好像是在相續的那個，所假立的名稱。所以，所謂的住，只是依色法、心法暫時相似相續，所假立的名稱。看起來好像暫時相續的，這個我們叫做住。

十三、老

「老」呢？住別前後。就是說它在暫時停留的這段時間，它並不是沒有變化，它前後是有分別的，所以叫做「住別」。別，就是有分別。前後是有分別的，在住的這段期間，它是有變異的，它是有分別的，這個我們叫做「老」。就是在這段停留的時間之內，並不是沒有變化，而是前後不斷在衰變。所以，它是依色法和心法遷變不停、漸漸衰異，所假立的名稱。

十四、無常

「無常」，叫做「有已還無」。本來有的，現在沒有了，我們就叫無常，也稱為「滅」，或者是「死」，不同的名稱。我們剛才說，看你是用在身體、物質、還是心念，所以它有不同名稱。

為什麼要叫「無常」呢？因為它不像龜毛兔角是「常無」，龜毛兔角是根本沒有這個東西，所以它是「常無」，

取這個「無」。也不像無為法，是「常有」，無為法是沒有生滅的，所以是「常有」，取這個「常」。一個是「常無」，一個是「常有」，取一個「無」，取一個「常」，所以加起來叫「無常」，它的名稱是這樣子來的。

所以這個無常，它是依於色法還有心法，暫時有，還無，最後又沒有了，所假立的名稱。暫時有，後來又沒有了，這個叫無常，所以它也是假立的。

所以這個生、住、老、無常，就是在說明有為法的四相，表示一切有為法，第一個生，它是在說明一切有為法本來沒有，一切有為法本來空；住，是表示一切有為法暫時有作用；老，是表示一切有為法不是固定的，所以它一直在變異；無常，是表示一切有為法不是永恆存在的，所以這四個就是說明有為法的四相。

十五、流轉

第十五個「流轉」。流轉，是在因果相續不斷的作用上，所假立的名稱。

我們剛才說一切有為法生、住、異、滅，生、住、異、滅就是有為法的四相。在這個生、住、異、滅四相過程的作用當中，它不是有時候有，有時候沒有，而是相續不間斷的，這個我們就稱為「流轉」。說明有為法的成住壞空，或者生住異滅，它是相續不間斷的，它不會有時候有，有時候沒有，它的作用是相續不間斷的，這個我們就稱為流轉。它是在因果相續不斷的作用上，所假立的名稱。所以，流轉是依於色法和心法，它的因果前後相續上所假立的名稱。

這種情況就好像一顆種子，你種下去之後，它就會發芽，發芽呢，再長根，然後長出葉子，最後開花結果，結果之後，這個果再結出種子，對不對？種子又發芽，芽再生根，然後長出葉子，最後開花結果，這個就在說

明相續不間斷，就是現在所謂的流轉。所以，其實整個輪迴現象就是一個流轉的作用，因果相續不斷，流轉三界六道輪迴，所以它是在說明輪迴的現象，就是一種流轉的作用。

十六、定異

第十六個，定異。什麼叫「定異」呢？，因果各別，叫「定異」。就是說善惡因果的關係，一定是相異的。一定是不一樣，叫做相異，所以它是決定別異，是一定不相同的。

譬如說：精進，決定不會有害處；懈怠，決定不會有好處；種甜瓜，決定不會得苦果；種苦瓜，決定不會得甜果。這說明什麼呢？世間的善惡因果，必定是互相差別的，就是因為善惡之間的因果關係一定是互相差異的，所以叫做定異，這就是在講因果各別。

十七、相應

下面一個叫「相應」。相應，就是因果相稱的意思。就是說因緣果報一定是相應的。譬如：善因一定有善果，惡因一定是有惡果，因和果一定是相應的。種瓜一定得瓜，種豆一定得豆，因果一定是相應的，這個叫做相應的意思。所以「相應」是在世間因果報應，必定相應而起的作用上，所假立的名稱。

十八、勢速

第十八個「勢速」。勢速，就是勢力快速的意思。我們剛才說流轉，是說一切有為法在生、住、異、滅的作用上，是相續不間斷的。現在是說不但不間斷，而且它的速度非常的快，它的勢力非常的快速，所以叫做勢速。勢力非常的快速，就是說明有為法在因果相續，迅速流轉、剎那不停留的作用上，所假立的名稱。

譬如說：我們從生到死，這個生命的現象是非常快

速，而且沒有一剎那停留的，這個就叫做勢速。你想不老，沒辦法，而且老得很快，每分每秒都在老化，只是你沒有看得那麼仔細，要久久沒有見面，十年不見，啊！怎麼老這麼多！每天見面就不覺得他老得這麼快，其實他老得非常快，他沒有一剎那停留的。這個就是勢力非常快速，不但不停留，而且很快。這就說明我們生命的現象，就是一種勢速的作用，沒有一剎那停留的。我們的心念也是一樣啊，好像那個瀑布，唰、唰、唰……我們心念就像瀑布一樣，相續不間斷，從來沒有停止過，而且非常的快速。我們的念頭閃得多快啊，那個也是勢速的一種作用。所以，所謂的「勢速」，就是依色法還有心法遷流不暫停住，所假立的名稱。

十九、次第

十九個「次第」。次第，就是編列有序的意思。就是將一切有為法編列有序，才不會互相紊亂。我們一定要把它編成次第，才不會紊亂。有所謂的尊卑、上下、左右、前後，凡是有規矩可以依循的，都包含在次第這個範圍裡面。

像我們修行也是要講次第，宇宙萬有現象也都有它的次第，你不可能春天過了就冬天，就一定是春、夏、秋、冬，對不對？那就是自然的次第，自然現象、宇宙的次第。你每天做事情也是要講次第啊，你不可能先煮飯、再洗米，先炒完菜、再洗菜，不可能，所以每件事情都有它的次第。

二十、方

第二十個「方」，就是指方位、處所，就是我們所謂的空間。像東、南、西、北、四維、上下，就是所謂的方，方位。

方位是色法所劃分的界限，是一切有為法在因果相

續的處所上，所假立的名稱。一切有為法，它一定會佔有一個空間，所以在它相續所佔有的那個空間，我們假立一個名稱，就叫做「方」，就是方位。

所以空間也不是真實的，所以住哪裡都一樣，空間不是真實存在的，你朝哪一個方向打坐都一樣。有一些練功法的，他就是早上一定要朝著太陽，還是哪個方位；還有看風水的也是方位嘛，坐東朝西、坐北朝南。現在我們就知道方位也不是真實存在的，每一個方位都是吉方，好不好？因為十方都有佛，你說哪一個方位不好？你不能說，對不對？所以都是吉方囉！這個觀念也蠻重要的，可以幫助我們打破空間的觀念。

二十一、時間

第二十一個「時間」。時間，譬如說：過去、現在、未來、年、月、日、時、分、秒，這個都是我們第六意識去把它界定出來的，所以時間也是不可得的。

時間只是一切有為法在因果相續的過程上，所假立的名稱。這個意思並不是說一切有為法在時間中相續，不是喔，是在因果相續上假立時間，有過去、現在、未來的差別。就是我們在觀察因果相續的過程，它現在是有？還是沒有？那個生起已經滅去的，我們叫過去；生起，還沒有滅的，我們叫現在；還沒有生起的，叫未來。所以，你要觀察一切有為法它相續的過程，當下是有？還是沒有？用這樣子來把它規劃是過去、現在、還是未來。所以它也是假的，因此時間相也是不可得的，又可以幫助我們打破時間的觀念。

所以什麼時候打坐有沒有差別？一定要早上五點到七點，陽氣最充足，早上四點靈氣最旺，練那個靈氣的，一定要早上四點鐘，有的功法要看著太陽練，有的要傍晚看夕陽練，那個都是有時間的執著。我們現在知道，

時間相不可得，什麼時候練都一樣。

二十二、數字

「數字」。數，就是數目，或者數量。它是怎麼來的？就是我們度量有為法之後，在每一個差別上給它種種的名稱。我們要量那個有為法，在度量之後，它有種種的差別，譬如說量了之後它是一公升，一公升就是這樣的容量，或者十公尺，一百公尺，所以它就是在度量有為法每一個差別上，所假立的名稱。

所以它有種種的名稱，度量衡上面的升、斗、丈、尺，或者是一、十、百、千，乃至無量，還有阿僧祇，是無量的意思，這個都是屬於數目、或者是數量。

我們了解數量不可得也是蠻重要的，因為現在油價一直漲，就是薪水不漲，我對那個數量還滿計較的，一公升多少錢就是多少錢；薪水縮水，我也是滿在意的，少了一個零，還是多了幾個數字；物價一直漲，我也是滿計較的，那個都是困在數量上面，被它困住了。還有買馬票啊，那個也是數字，對不對？有中、沒有中，有很大的差別，誰說數量不可得？我中了就是真的中了。還有玩股票的，也是每天跟著它上下、上下這樣子，那個都是在玩數字遊戲。

二十三、和合性

第二十三個「和合性」，就是諸法不相違的意思。

二十四、不和合性

第二十四個「不和合性」，就是諸法相違的意思。

它是在一切有為法的因果相續當中，要說明它的緣是和合、還是不和合的現象。只是在說明有為法的相續這個當中，它的緣是和合的、還是不和合的，它的因緣相順的時候，我們就說它是和合的；因緣相違的時候，我們就說它是不和合的，所以它也是假立的名稱。

所以從剛才的第十五個「流轉」，到現在第二十四個「不和合性」，都是依因果分位差別所假立的名稱，都是在說明因果，一切有為法的因果的分位差別，所假立的名稱。

二十四個不相應行法已經介紹完了。我們就知道它是色法、心法、心所有法的分位假立。在唯識學上，就稱為「分位唯識」，因為它是分位假立的。另外又依分位的不同，來假立各自的名稱，因此又稱為「分位差別」，這些都是名相的介紹。最重要的是，我們要知道這二十四不相應行法都不是真實存在的。既然色法、心法、心所有法都不是真實存在的，所以由它分位假立的二十四不相應行法，當然也不是真實存在的。有了這個認知，非常的重要，它可以幫助我們看破、放下，我們的菩提自性就能夠早早現前，明白它只是說明宇宙萬有的現象，第六意識的分別而有的種種假名。但有假名，都無實義，自體都不可得。

我們今天講到這裡。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。

大乘百法明門論
第十二講
無為法、無我

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們今天介紹「無為法」。百法的第五位是「無為法」。

為什麼「無為法」會放在第五位呢？那是因為前面講完了第一位「心法」、第二位「心所有法」、第三位「色法」、第四位「心不相應行法」之後，發現了一個什麼現象呢？它們都是生、住、異、滅的，我們昨天說一切有為法有四相，就是生、住、異、滅，或者是生、老、病、死，成、住、壞、空，發覺一切有為法都是具有這四相。

前面這四位介紹之後，發覺它都是生滅無常的，都是屬於有所作為，什麼叫「有為」？就是有所作為，有所作為就是有所造作的意思。它造作的力量是什麼？是什麼力量，推動它不斷、不斷地生滅變化呢？不斷地有所造作呢？就是依因緣而有所造作。所以我們說一切有為法是因緣所生，是依不同的因緣，它就有不同的造作，於是就有生、住、異、滅這四相的展現。所以，什麼叫做有為法？有所造作。是什麼在有所造作？是依因緣而有所造作，這個就是有為法。

那我們發現，心法、心所有法、色法、不相應行法都是這樣的現象，雖然是生滅無常，隨因緣而有所作為，但是它的體性卻是空的，這是重點喔！只要是生滅無常，它的自性就是空的，對不對？只要是生滅無常的，它就沒有辦法永恆存在，因此可以證明它的自性是空的。這個空性就是一切有為法的真實之性，它就是無為法，懂嗎？所以無為法在哪裡見？一切有為法的四相上面見，我們只要觀察一切有為法它是生、住、異、滅的，

它不斷不斷地生滅、生滅，只要是生滅的，它就是無常的，它就不是永恆存在的，所以就可以證明一切有為法自性是空的。這個空性，就是一切有為法的真實之性。真實之性，就是實性，一切有為法的實性。

一切有為法的體性是什麼呢？體性就是無為。隨不同的因緣而有所造作，是有為法，這樣明白嗎？所以有為跟無為是一個？還是兩個啊？一個是說明它的體，一個是說明它的用，體不離用，用不離體。就好像水跟波一樣，水好比是無為法，波、水波好比是有為法，水不能夠離開波，對不對？波也不能夠離開水，離開水，也沒有波，這就是體用。體用不二，所以有為法跟無為法是不二，所以在哪裡見無為法呢？就在心法、心所有法、色法、不相應行法上見它的生滅四相，有為法的生、住、異、滅四相，你就能夠體悟到它的真實之性，就是無為法，它的自體是空的，這個就是它的體性。有為法的體性，自性是空的，這個就是無為。

所以為什麼「無為法」要放到最後呢？你說佛為了讓我們眾生證得佛果，證得無上菩提，所以就要明白「一切法無我」的道理，那直接講「無我」就好了，因為最後是要證到這個「無為」。那為什麼不一開始就講「無為」呢？我們現在明白為什麼了。因為「無為」是在有為法上，所以必須要先介紹九十四個有為法，然後才能夠在有為法的當下，見到它的生滅現象，然後去體悟到無為，這就是為什麼「無為法」會放在第五個原因。一定要介紹完有為法九十四個，才介紹最後的「無為」六個。

為什麼無為法又有六個呢？不是都是有為法真實的體性嗎？我們就要先知道什麼叫做「無為」，一切有為法的自性是空的，在這個空性當中是沒有生滅，沒有任何的造作，也就是不再依任何的因緣而有所作為，這個時

候稱無為法。就是只要當下它沒有生滅現象的這種情況，都可以稱為無為，不管它的時間長、還是短，只要它有一段時間是沒有生滅現象，是無所造作，這個時候它當下就是無為的一種展現。因為它有這種種不同的情況，它也許是暫時的，也可能是永遠的，所以我們就要依它這個中間的差別，分為六種無為。

我們現在就看這六種無為的內容：

一、虛空無為

第一個是「虛空無為」。什麼是「虛空無為」呢？虛空無為是大乘菩薩所證的一種無為境界。大乘菩薩他在修人空觀、或者是法空觀的時候，他會藉由這個法門慢慢觀，觀到最後，沒有身體的感覺，連念頭也沒有了，外在的世界也在當下消失了，身心世界在剎那之間好像被消融掉了。在這個空性當中，就是第六意識現起現量境，清淨的現量境現前，這種清淨的現量境，就好比無障礙的虛空一樣，所以它的名稱叫做「虛空無為」。

我們剛好介紹過色法，第六意識相對的是法塵，第六意識所緣的境界，就是法塵境界。現在這個虛空，就是第六意識的現量清淨面現前的時候，好像虛空沒有任何的障礙，這時候是沒有什麼障礙，因為身心世界在這剎那之間好像都消失了，所以身體在這種情況之下，好像沒有任何的障礙；心念呢？也沒有什麼起心動念了，好像心也沒有任何的障礙；外在的世界也消失不見了，也沒有任何的障礙。身心世界都好像虛空，沒有任何的障礙，所以稱為「虛空無為」，它的名稱是這樣子來的。

就是因為它暫時沒有生滅的現象，所以就能夠稱為無為，就是無所作為。在那個空的境界當中，就是第六意識的法塵境界，它是一種現量無分別的清淨的展現，那個當下是暫時沒有生滅現象，所以也可以稱為無為。

但是這個無為是不是真正的無為呢？不是。這個無為是在觀想的時候，由第六意識變現出來的境界，所以它並不是真正的無為，為什麼呢？你先修觀，修人空觀或法空觀，到達這樣的一個境界，但是等你出定，身心世界又回來了，統統有障礙，身體有障礙，心有障礙，外在的世界，六根面對六塵的時候也有障礙，所以我們就知道它是暫時呈現的一個無為狀態，而不是真正的無為，不是真正的證到不生不滅。

而且，他也沒有真正的證到無我，雖然是修人無我、法無我，就是這二空觀，但是並沒有真正證到無我。就是當下雖然他契入這個境界，身心世界好像都消失，好像沒有任何的障礙，但是他這個當下，「我」的念頭還在不在？還在，沒有消失，所以我們才說他沒有真正的證到無我，當下他的心念裡面是還有我的。因為他第七識沒有轉成平等性智，所以當下所現的第六意識那個清淨現量面，就變成他那個「我」的觀念裡面，我就是虛空，虛空就是我，所以那個「我」還在，只是暫時身心世界消失所呈現的那個，好像虛空的狀態，好像沒有障礙的狀態，那個「我」並沒有真正的斷除，所以並不是真正的證到無我。因為我執也沒有斷，對不對？所有的煩惱、習氣統統在，只是在那個境界當中沒有現前而已，你出定之後，可能全部又現前了，所以我們說他也并不是真正的證到無我。

所以我們打坐，坐到這個時候，不要以為自己證果了，坐到身心世界好像都消失了，就以為自己證果了，還沒有，也許你進入的就是現在講的虛空無為的境界，並沒有真正的證果。

要到什麼時候才是證果的那個描述呢？禪宗說「虛空粉碎，大地平沉」，有沒有？那個才是真正無我的境

界，真正見到無我，或者真正見性，連虛空都粉碎，現在還有一個虛空嘛，對不對？要到虛空粉碎，大地平沉，就是大地也沒有了，虛空也沒有，那個才是真正的見性。那也是在描述那個境界啦，等一下你抓住一個虛空粉碎，大地平沉，又完蛋了。只可意會，不能言傳，只有自己證到才知道什麼叫做虛空粉碎。這是第一個「虛空無為」。

二、擇滅無為

第二個「擇滅無為」，這個是小乘人所證的涅槃境界。小乘人就是二乘，聲聞或者是緣覺，他們在修四念處、或十二因緣觀等等這些小乘法門的時候，都是在觀察它是生滅無常、無我的，小乘人就是修這個。所以他在修四念住等等法門的時候，觀察身、受、心、法都是生滅無常的，因此可以證到一切有為法自性是空的。只要是生滅無常的，它自性就是空的，它就是無我的。在這個無自性空的當下，一切的生滅現象暫時不起，那個生滅就是我們剛才講的，無為在哪裡見？在有為的生滅無常當下去見。你只要看到它是生滅無常，就是無自性空，無自性空就是有為法的真實之性，你就可以體證到無為，暫時就能夠進入無為的狀態，就是暫時沒有生滅了。只要你進入那個空，一切生滅無常，自性是空的，你就安住在那個空的當下，懂嗎？它暫時就沒有生滅了，就進入那個無為的境界，所謂的無為境界。

所以先證到這個空，在這個空無自性的當下，一切生滅現象暫時不起，你明白這個空了之後，再用這個空性的智慧來斷除一切的煩惱，小乘斷的煩惱就是見思二惑。他見到空性之後，然後用這個空性的智慧來斷除見惑跟思惑，這時候所證的涅槃境界，就稱為「擇滅無為」。因為涅槃的境界是沒有生滅現象，所以能夠稱為無為，

暫時沒有造作，暫時沒有作為。

小乘只能夠證到人無我，不能夠證到法無我，所以這個是人空觀，他能夠證到人我是空的，然後就有這個空性的智慧。這個空性的智慧，就是明白一切有為法因緣所生，自性是空的，或者身、受、心、法是生滅無常，自性是空的。

為什麼又叫做擇滅呢？這個名稱是怎麼來的？擇，就是揀擇的意思；滅，就是斷滅的意思，用空性的智慧揀擇，來斷滅一切的煩惱，就是見思二惑，所達到的涅槃，就是現在講的無為，就稱為「擇滅無為」。

就是說這個無為境界是怎麼達到的呢？由擇滅來的。用空性的智慧揀擇斷滅一切的煩惱——見思二惑，所體現的無為境界，就稱為擇滅無為，因為這個無為是由擇滅所達到的。

所以修過四念處的，只要你能體悟到空性，你就能夠用空性的智慧來斷除所謂的見惑跟思惑，因為你已經明白人無我的道理了，已經證到人空，就用這個空性的道理來斷除一切的煩惱，就能夠證到擇滅無為。

三、非擇滅無為

第三個「非擇滅無為」。我們看到這個名稱就知道它不是由揀擇而達到的無為，所以叫做「非擇滅」。這個是修大乘見地的時候，所證的無為境界。

那它是怎麼樣達到這個無為的境界呢？有兩種情況都可以達到非擇滅無為。

第一種情況，我們不是說要聞思修嗎？那你就聽聞大乘的見地，譬如說：菩提自性，本自清淨，聽聞「菩提自性，本自清淨」，這個種子就種到第八阿賴耶識去了，等到你在修觀的時候，這個自然就會現前。你是先薰習到第八識成為種子，那在修大乘止觀的時候，它能

夠自然就現前。所以在我們聽聞「菩提自性，本自清淨」的時候，我們就能夠很清楚地明白，我們的菩提自性當中是本來沒有妄念，本來沒有煩惱，所以妄念煩惱本空，因為我們的自性是本來清淨的。本來清淨的，你要不要再擇滅的方法來斷煩惱？斷妄念？不用，因為它本來清淨啊，你就保持那個清淨念，就可以證到無為了。

聽起來好像它比較快喔！剛才那個小乘的四念住，還要在那邊用空性的智慧，然後揀擇，還要滅一切的煩惱，還要知道見惑有哪些，然後煩惱有根本煩惱、隨煩惱，好像滿麻煩的，所以擇滅無為是屬於漸修。

現在非擇滅無為是大乘菩薩修的，它是屬於頓悟的，只要你能夠悟得到，讓你本自清淨的那個自性現前，然後你安住在那個本來清淨的那個境界當中，就可以證到非擇滅無為，所以它會比較快，所以它是屬於頓悟的法門。只要你在聽聞的時候，真正明白它在講什麼，然後你再安住在這樣的境界就可以了。

前面功夫不純熟的時候，可能還要再打個坐，修個止觀，然後它才能夠現前。功夫如果純熟，其實在行、住、坐、臥它隨時都會現前，本來清淨的自性就現前。所以等到那個時候，你也不用說用什麼法門來對治煩惱、對治妄念，都不用，為什麼？清淨自性裡面本來就沒有這些東西啊！你只要讓它呈現就好啦，所以你不怕妄念，也不怕煩惱。所以不是有一句話說：「**不用息心除妄想，只緣無事可思量**」，有沒有聽過？。我們自性當中本來清淨，所以本來無事。萬法本閒，唯人自鬧。一切萬法本來就在空性當中，本來沒有生滅的，唯人自鬧，是你自己心在那邊打妄想。

還有一種方法也很快，你觀察那個念頭，已經過去的就已經過去了，對不對？未來的還沒有生起，對不對？

過去的已經過去了，未來的還沒有生起，所以過去、未來都沒有，因為一個已經過去，一個還沒有生起，對不對？那當下那一念本空，因為你看到當下那一念，它又過去了，所以過去不可得，現在不可得，未來不可得。過去的已經過去了，未來的還沒有來，當下那一念本空，當下那一念因為你抓不住，所以它又過去了，這就是三際托空的道理。

「三際」——過去、現在、未來；「托空」，在當下就把它空掉，這個也是一種非常快速的方法。只要你常常這樣練習，過去的已經過去了，未來的還沒有來，當下再把它空掉，你過去、現在、未來就空掉了，就能夠進入現在講的「非擇滅無為」。

聽聞大乘的頓悟法門，是比較快速可以證到非擇滅無為。所以說知見要正確，只要你知見正確，可以不用像小乘的法門，這樣一步一步的觀察清楚，然後一步一步的修證的功夫，不需要。因為非擇滅無為，沒有那個過程，沒有經過揀擇，然後要斷除煩惱的這個過程它沒有。本來就是，它就現前了，所以我們才會說它好像不用很費力，自然就空掉了，就能夠到達現在所謂的「非擇滅無為」。

這個是第一種情況，可以達到非擇滅無為，就是只要你聽聞一些大乘的見地，有關我們剛才講的那些內容，你很快就能夠證到這個無為的境界。

第二種情況，是我們剛才說有所造作，有所作為，是依因緣所生，就是說這一個法成就、不成就，就是看它因緣具足、不具足，因緣具足它就成就，不具足它就不成就。我們現在讓它因緣不具足，這個法就生不起來了，對不對？生不起來就沒有了，這個法就是斷掉它生起的因緣，不讓它有生起的那個因緣，那就空掉了。所

以這個也是第二種情況，就是由於緣缺的時候，所顯的無為境界，也是屬於非擇滅無為。

一切有為法是因緣所生，當因緣不具足的時候，它就不生。所以我們如果能夠做到讓它緣缺，生起的因緣缺，自然這個法就不能夠生起。就是沒有生起法的那個緣，讓它缺少。由於緣缺所顯的無為現象，我們就稱為非擇滅無為。因為是由於緣缺所現的，而不是由擇滅來的，所以就稱為非擇滅無為。

還有，譬如我們每天六根面對六塵境界的時候，我們常常說保持第六意識的現量無分別，也是緣缺嘛。你第六意識保持現量無分別，無分別它就不會生起煩惱，就不會造業，這也是一種緣缺。就是生起煩惱的那個緣缺少了，因為你的第六意識不分別。煩惱是由你第六意識分別，第七意識再加進來，就有我喜歡、不喜歡，然後就有貪、瞋、癡煩惱。所以你只要第六意識保持現量無分別，它就沒有生起煩惱的緣，緣就缺了，這也是一種緣缺的情況。我們每天經常會碰到這種緣缺的情況，就看你能不能把握，能夠把握的話，就可以證到非擇滅無為。

四、不動無為

第四種「不動無為」，這是四禪天人所修的捨念清淨定。因為修到四禪，不再被喜樂所動心，就稱為「不動」。只要你能夠證到四禪，四禪稱為捨念清淨，只要你能夠證到捨念清淨，當下就是「不動無為」的境界。

另外還有五不還天，我們說色界四禪天還有一個三果聖人去的，他還沒有證到阿羅漢之前，那個三果聖人到哪裡去了？就是到色界四禪的五不還天，所以色界四禪的五不還天的三果聖人，他證的境界也是現在所說的不動無為。因為他在色界的第四禪，第四禪就是捨念清

淨，只要是捨念清淨，就是不動無為。

我們想知道的是，為什麼到達色界第四禪就能夠喜樂不動心呢？我們如果還記得天台止觀，講初禪、二禪、三禪、四禪，就知道為什麼到第四禪可以捨念清淨，然後不為喜樂所動。因為到達初禪的時候，不再有憂苦了，所以我們如果禪定的功夫能夠到達色界初禪，從此以後沒有欲界的憂苦，憂愁、悲傷、痛苦，你都沒有那個情緒了，因為初禪只有喜樂、輕安，身心是一種輕安、喜樂的狀態，沒有憂愁、煩悶，所以你隨時看到他都是很開心的。這樣會不會透露什麼訊息？那個不開心的，都沒有證初禪，所以不管怎麼樣，在別人面前都要看起來很開心，表示你禪定功夫很高，至少初禪以上。

到達二禪的時候，就不再有尋、伺來動心。不定有四法，其中有兩個就是尋、伺。我們也講過尋、伺是初禪才有，所以初禪稱為「有尋有伺三摩地」，二禪就沒有了，二禪以上全部稱為「無尋無伺三摩地」。所以只要你能夠證到二禪，就不會再被尋、伺動心了。

到達三禪就不再有喜來動心。

四禪呢？不再有樂來動心。因為三禪是大樂，到達四禪，為什麼叫捨念清淨？就是他的心只跟捨受相應，沒有跟其他的，它只跟捨受相應。所以，我們知道到達四禪不再被樂所動心，而且口鼻呼吸已經斷了，所以沒有出入息了，它全部轉成內呼吸。所以到達四禪，就能夠離初禪所離的憂、苦，還有二禪所離的尋、伺，三禪所離的喜，以及離三禪生起的樂，還有出息、入息，這個加起來一共有八個。所以我們就知道，到達四禪不但能夠離開這八難，這個也稱為八難，而且同時還能夠遠離三災，三災就是火災、水災、風災。大火燒到哪裡？燒到初禪，水淹到二禪，風只能颳到三禪，四禪既沒有

火災、也沒水災、也沒有風災。所以我們現在知道，四禪能夠永離八難、三災，所以它稱為「不動無為」。

五、想受滅無為

第五個「想受滅無為」，這個是無色界四空天人所修的非想非非想處定。

我們之前也講過四空定，有空無邊處、識無邊處、無所有處，非想非非想處定。凡夫、或者外道在修無色界四空定的時候，這個時候他的想心所跟受心所暫時不起作用，這個時候就稱為「想受滅無為」。這時是正要超過四空天的最上面一層——非想非非想處定，還沒有出三界，出三界就是剛才講的，小乘所證的擇滅無為，那個是小乘證的涅槃境界。但是這個不是，這個是無色界四空天人所修的非想非非想處定，再下去呢，就出三界了。他還差一點點，所以他是凡夫、或者是外道所修的禪定，他可以到達這麼高的禪定的功夫，差一點點，因為他沒有到達九次第定。你要出三界，必須要超過四禪八定，要到達九次第定，就是小乘所證的涅槃境界，這個時候才能夠真正的出三界。所以他是還差一點點，只是暫時讓想心所跟受心所不起作用這樣而已，因為定力很高，非想非非想處的定力已經很高了，想、受暫時不起，所以也夠稱為無為境界。

外道會以為他已經證到涅槃，其實還差一點點，這一點點是差在什麼呢？就是因為他沒有無我空性的智慧，所以他沒有辦法出離三界，證到真正的涅槃，只是定力很高這樣而已，但是沒有辦法出三界。這是「想受滅無為」。

六、真如無為

第六個「真如無為」。這個是真正的大乘的無為境界，是大乘菩薩所證的境界。

這個無為境界，為什麼稱為「真如」呢？真，就說明它不是虛妄的，叫做真；如，就說明它不顛倒。那誰虛妄？誰又顛倒呢？小乘虛妄，外道顛倒。為了說明已經離開了小乘的虛妄、妄見，外道的顛倒見，所以給它一個名稱，叫做「真如」，它的名稱是這麼來的。

小乘的見，還屬於妄見，因為還沒有見到真心本性，還沒有破塵沙、無明，他只有破見思，所以他還沒有見性。因此我們說小乘即使證到涅槃，但是他還沒有明心見性，為什麼？他還沒有見到真心，還沒有見到菩提自性、真如，為什麼？因為他的塵沙惑也沒破，無明惑也沒破，所以他的見還是虛妄的。這是小乘的見，是妄見，是虛妄的見解，因為還沒有見真心，所以他還是用妄心。外道的見是顛倒見，我們講過五不正見就知道，外道有種種的顛倒見，根本就是錯誤的知見。現在為了說明它離開二乘的妄見，還有外道的倒見，所以就稱為真如。

雖然稱為「真如」，是不是真的有一個「真如」啊？有沒有？它只是說明這樣的狀況而已，不是小乘，也不是外道所證的境界，只是說明這樣的狀態。如果你以為有一個真正的真如，又錯了！又著在那個名相上。所謂的「真如」，它只是在遠離一切虛妄分別的時候，所顯的無為境界，並沒有一個真正叫真如的這個東西，它只是說明一個狀態，它的狀態是在遠離一切虛妄分別的時候，所顯現的無為境界。

什麼叫「虛妄分別」呢？就是我們說的依他起性，當下不起徧計所執，就能夠證到圓成實，有沒有？就是能夠遠離一切的虛妄分別，在一切因緣所生法的當下，不會起我執、法執，就能夠證到圓成實。本來圓滿成就的，那個叫「圓成實」。

所以這個「真如」在哪裡見呢？一切有為法的真實

之性在哪裡見呢？我們現在已經知道了，在一切有為法上見。只要在有為法的當下，明白它是生滅無常，是無我、無法，人無我、法無我，就能夠體證它的真如之體。

所以「真如」也是假名，不用去看、也不用去找，沒有這個東西的，它只是一個假名。我們現在聽到「真如無為」，「真如」這個是我們要去證的、要去修的，以為有一個真如可以去證的話，這又落在法執上面了。執有一個真如法可證，這個又是另外一種法執。

所以既然說「一切法無我」，當然就沒有一個法是真實存在的。不管是有為法、無為法，都是無我的，所以就沒有一法是真實存在的，不管你說的是涅槃法、真如法、還是無為法，都不是真實存在的。所以你要體證真如，體證哦，不是真的有一個真如可以證。你想要進入這個真如無為，就要離一切三種相，你只要能夠遠離一切的言語相、文字相、心緣相，這個時候所顯的那個不可思議的境界，就是現在講的真如境界。看你什麼時候離語言相、文字相、心緣相，你就可以證到真如境界。

為什麼說它不可思議呢？不可思議，就是「不可心思言議」的意思。只要你能夠說出來的，都不是所以要遠離什麼？語言相；只要能夠寫出來的，都不是，你的學識很厲害，可以著書立說，但是只要你能夠寫一本什麼叫「真如」的，就不是真正的真如；只要你的心能夠緣到的，它也不是真如，所以要離心緣相。只要你說得出來、寫得出來、心能夠緣得到的，它都不是真正的真如無為。它是遠離一切的言語、文字、心緣相才能夠到達的。

既然你的心沒辦法緣到，心能夠緣到的意思，就是說它有一個能緣的心，還有一個所緣的境。你有一個能緣的心，想要緣真如，那個真如是你所緣的，這樣子就

錯了。所以你要用你能緣的心，去找一個真如，它就不是真的真如，因為它還有能、所，能緣的心跟所緣的境。所以，真如一定是能所雙亡。那個能緣的心是見分，所緣的境是相分，你只要還有見分跟相分，落在兩邊，二元對立就不是。一定要回歸自證分，能所雙亡，那個境界就不能說，對不對？所以只能用證的。

只要你能夠遠離一切語言相、文字相、心緣相，那個不可思議的，不可心思言議的那個，就是了。

這六個「無為」都介紹完了。

前面所說的這五種無為，都是八識所變現的，像我們剛才講虛空無為，就是第六意識所現的那個清淨的現量，所以它是心識所變現的。前面講的五種無為，都是心識所變現的，或者是說都是八識所變現的，它的體都是真如，所以這五種無為，都是依這個真如的自體上所假立的名稱。這重點來囉！假立的名稱，所以二乘人所證到的擇滅無為的涅槃境界，是不是真實的？不是真實存在，假立的名稱！有一個涅槃可證，可是涅槃也不是真實存在的，小乘人就是錯在這裡。小乘人的法執，就是執有涅槃可證，所以他沒有辦法見到真心，就是因為他那個法執沒有辦法破除，他沒有辦法證到法空。他可以證到人無我，但是沒有辦法證到法無我，涅槃正是他要執著的那個法，所以他的法執還在。

現在我們明白，我們比小乘人還要高明，我們知道涅槃也不是真實存在的，它是依真如的自體上所假立的名稱這樣而已。

還有剛才講的不動無為——四禪，你證到四禪又怎麼樣？四禪也是依真如自體所假立的名稱，所以那個禪定的境界也是虛妄的呀！所以你禪定再高又怎麼樣？有神通又怎麼樣？都是生滅法，都是無常的，都沒見到真

心本性，都沒開悟，無明都在，可能見思惑都還沒破，至少小乘人見思惑已經破了。

所以我們明白無為法的內容很重要，然後又能夠進一步知道它也不是真實的，那我們禪定功夫再高也沒有什麼了不起，因為我執還在，證到涅槃，無我了，也沒有什麼了不起，都是虛妄不真實的。所以這五種無為，都是依真如的自體上所假立的名稱。

虛空無為是怎麼假立的呢？因為已經遠離一切身心的障礙，就好像無障礙的虛空一樣，這個時候我們給它一個假名，叫做「虛空無為」。

為什麼叫擇滅無為呢？就是如果我們能夠用這個抉擇的智慧，就是空性的智慧，來滅除一切的煩惱，所體證的真如，這個時候就給它一個假名，叫做「擇滅無為」。

如果不是藉由抉擇，而是悟到自性本來清淨等等的這些大乘的見地，或者是由緣缺，這個時候所顯的真如，我們就給它一個名稱，叫做「非擇滅無為」，所以它也是假名。

如果我們能夠修到色界四禪，已經能夠免除三災、八難了，不再有苦受、樂受來動搖我們的心了，這個時候所顯的真如，我們給它一個假名，叫做「不動無為」。

如果我們已經能夠遠離無色界的無所有處，正要超越非想非非想處定的時候，想心所、受心所暫時不現行，那由這個想心所跟受心所滅所顯的真如，我們給它一個假名，叫做「想受滅無為」。

由此可知，這五種無為都是依真如而假立的。真正的真如自體必須要證到無我，也就是人無我跟法無我，能夠證到這二空，人無我、法無我的時候，它才能夠顯現。所以它是什麼時候證的？至少要到別教的初地以上才能夠證到，因為他破一品無明，見一分法身，他已經

見到真心了，這個時候真正的真如境界才能夠現前。這個之前，都還沒有辦法，因為它還沒有證到人無我跟法無我，所以真如無為是屬於地上菩薩所證的境界。

這六種無為如果是在別教初地以前，因為修觀，它就呈現這些無為的時候，雖然它能夠暫時呈現這種種的無為境界，但是它是屬於有漏的，因為它還沒有破無明，一品都沒有破，所以他修的所有無為境界都是有漏的。如果是證到別教初地以上呢？這個時候是由後得智所變現的，就是屬於無漏的無為境界。所以是屬於有漏、還是無漏，就看你有沒有破一品無明，來作為衡量的標準。
無我

大乘百法明門論，主要就是要說明「一切法無我」的道理。前面已經介紹完什麼是一切法的內容，現在要進一步說明什麼是「無我」？整本大乘百法明門論，就是要說明「一切法無我」，一切法，有為法九十四，無為法六個，這是一切法，那為什麼一切法無我呢？所以接下來要講，為什麼一切法是無我的？

什麼是無我？無我，就是人無我、法無我。也就是說一切法，前面講一切法有心法、心所有法、色法、不相應行法、無為法，一共加起來一百個，所以叫百法，為什麼這百法不是我？我們要一個、一個來分析。

為什麼心法不是我？心法有幾個啊？眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識、第七末那識、第八阿賴耶識，加起來幾個？八個。心法有八個，如果心法是我的話，請問這八個，哪一個是我？眼識是我呢？耳識是我呢？還是鼻識是我呢？還是意識是我？每個都是生滅，八個識都是生滅的，八個識有八個，難道我有八個嗎？也不可以啊，我是獨一無二的，怎麼可能有八個呢？可是哪一個是我？你也不能說哪一個是我，說不出來，都不是

我，對不對？八個都不是我。

而且這八個識都是念念生滅的，念念生滅就是說它生起來就消失，生起來就消失，還沒有生起來的，我們叫未來；生起來，還沒消失，叫現在；已經消失的，叫過去。那過去的是我？現在的是我？還是未來的是我？也都不是啊！過去的已經過去，未來還沒有生起，當下又過去了，我在哪裡？找不到！這樣就可以證明心法不是我。

第二個，為什麼心所有法不是我？心所有法就更多了，五十一個，那我好忙喔！這五十一個，哪一個是我呢？五遍行是我？五別境、善十一、根本煩惱六、隨煩惱二十、不定四，哪一個是我？不能說哪一個是我。然後它也是生滅的啊，過去的是我？現在的是我？還是未來的是我？也都不是，這樣就可以證明心所有法不是我。

為什麼色法不是我？色法的內容有十一個，五根、六塵，如果五根是我的話，那我如果五根壞了，我也壞了，是嗎？如果我眼根壞了，那我是不是跟著眼根一起壞？不是嘛，所以眼根不是我。其他的耳根、鼻根、舌根、身根也都不是我。

那六塵是我嗎？色、聲、香、味、觸、法是我嗎？色、聲、香、味、觸、法如果是我的話，那我就變成外境了，對不對？那六塵也變成有見、聞、覺、知了，可是不可能嘛，因為事實的狀況不是這樣嘛。我不可能變成六塵外境，然後六塵外境也不可能有見、聞、覺、知的作用。可見色法不是我，不管是五根、還是六塵，都不能夠證明是我，所以色法不是我。

為什麼不相應行法不是我？不相應行法是由什麼的分位假立啊？它是心法、心所有法、色法的分位假立，前面已經證明心法不是我，心所有法不是我，色法不是

我，那現在由這三法的分位假立是不是我？當然不是嘛！因為它是由它分位假立來的，既然這三法都不是我，所以分位的假立也不可能是我，就可以證明不相應行法不是我。

無為法為什麼不是我？無為法是相對有為法來說的，前面已經證明有為法不是我了嘛，有為法就是心法、心所有法、色法、不相應行法，這些有為法前面已經證明它不是我，那無為法又怎麼可能是我呢？對不對？

好啦！所以這五位百法都不是我，這就是「人無我」；這五位百法也都不是真實存在的法，這就是「法無我」。很快就證到人無我、法無我，就這樣證到二無我。

其實它不難，就是在有為的當下去體悟。所以，所謂的無我，就是指人無我和法無我，只要通達了人無我、法無我，就能夠斷除煩惱障跟所知障，證得佛的果位，就是菩提果和涅槃果。

這個就是整個大乘百法明門論所有的內容，就是在講一切法無我。怎麼證？就是我們今天上課一開始的，為什麼要先介紹有為法？就是要在有為的當下去體證無為。所以我們現在就明白了，就是要先明白有為法的內容，然後在這個有為法的當下去體證無為，到最後連無為也不可證，就是我們剛才講，無為法也不是我，無為法也不可證，所以不要以為有一個真如可以證。如果你都證到了這些內容，你就能夠斷除煩惱障、所知障，然後證得菩提果跟涅槃果。

所有的百法內容到現在全部介紹完了，最後希望大家都能證得。願一切眾生都能夠藉由百法，通達一切法無我的道理，早日證得佛的果位。

迴向：願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。