

唯识三十颂
第十二讲
最尊贵的净莲上师讲解
讲于新加坡 Orchid Country Club
二〇一四年十一月十四日

好，喇嘛、各位居士大德，阿弥陀佛！

好，我们今晚继续介绍第十五颂，依止根本识。我们昨天讲过依止根本识的意思，就是说明前六识的生起，都必须依止根本识。就是以种子赖耶，作为生起六识的亲因缘；以现行赖耶，作为生起六识的增上缘。那这边的根本识指的是阿陀那识，因为它可以一直执持种子不会坏失，这个是我们昨天介绍过的。

那接下来，是「五识随缘现，或俱或不俱，如涛波依水。」前六识都是必须要依止根本识，所以接下来它先介绍前五识的情况，然后再介绍第六识的情况。就是虽然都是依止根本识，但是它分两种情况来说。为什么要分两种情况呢？就是因为五识是随缘现，那六识是常现起。第六意识是经常现起，但是前五识它是随缘来现起，它没有这么常，因为它需要的缘比较多。眼识需要九缘、耳识需要八缘，然后鼻舌身需要七缘，它需要的缘比较多。然后第六意识它只需要五缘，它所需要的缘比较少，所以它能够经常现，但是五识不能够经常现，所以它分两种情况来说明。

首先说明五识它是随缘现，这个缘大家都清楚了，就是亲因缘、所缘缘、增上缘、等无间缘，或者是讲九缘、八缘、七缘。它只要缘具足它就现，缘不具足就不现。那它的现起也有所谓的俱或不俱，俱就是俱起或者不俱起，「俱」就是同时。所以前五识同时生起，我们叫做「俱起」，五识不是同时俱起，也许是一识、也许是两个识，也许是三个识、也许是四个识，这个都叫做「不俱起」。所以俱起的意思就是五识同时生起，那只要一、二、或三、或四的话，就叫做不俱起。

那这种情况就好像什么？涛波依水，涛波就是波涛，那个波浪，那个波涛是怎么来的？一定是依水来的，离开了水也没有波涛，对不对？所以波涛一定是依止水来的。但是还要有一个因缘，那个水才会生起了波涛，那个因缘是什么？风，对不对？一定要风一吹，那个水就起了波涛，所以波涛一定

是依止水。但是还要有一个外缘，外境的风，那现在的水就比喻根本识，波涛比喻前五识，风比喻缘具不具，具缘就是有那个风的这个因缘，就是说缘都具足了，这个水就会生起波涛。那就是说前五识，必须要依止根本识才能生起，但是必须还要什么？风的因缘，也就是这个缘要具足，四缘要具足，或者所谓的九缘、八缘、七缘要具足，前五识才能够依根本识而生起它的作用。这就是一个比喻而已，这个是前五识的情况。

那第六识，就是接下来的第十六颂。第十六颂就是说明第六识，它生起、还有不生起的情况。首先说「意识常现起」，第六意识它就时常现起活动，为什么它能够时常现起活动呢？就是因为它所具的缘比较少，它只要五个因缘就可以了。哪五个因缘？就是所依根，第六识的所依根是什么？第七识；所缘境，五尘落谢的影子，法尘，是它的所缘境；还要一定要有作意；那一定要以第八识为根本依；还要有一个种子，能够生起现行的这个种子为亲因缘，这个是种子依；所以一共是五个因缘。

那我们看为什么第六识能够经常现起？你看它第一个因缘是所依根，第七识恒审思量，它一直都在，对不对？所以第六识很理所当然，就可以依止第七识生起它的活动，因为第七识它不是生灭的，它是恒审思量，它是恒常一直都在。所以第六识以第七识为所依根的话，就非常的方便，因为第七识没有休息的，它随时都在，所以第六识很容易现起。那还有呢，所缘境是法尘境界，五尘落谢的影子印在意地，然后第六识的见分把它变成相分，成为自己的所缘。

那我们之前也说过，第六识跟前五识一同生起的时候叫做五俱意识。前五识活动的时候，第六识一定有，一定有第六识，所以五识生起的时候，第六识活动；前五识没有生起，第六识还是活动，有没有？有四种情况，叫做独头意识，就是我们平常白天散散乱乱的、思前想后的胡思乱想，妄念纷飞的，那个就是第六识。如果前五识没有一起活动的话，第六识也没关系，它可以单独行动，单独活动，它也是散乱到不行。你看你那个念头，从来没有停过，我们修定为什么很难入定？就是那个妄念不断，你怎么切都切不断，为什么？「意识常现起」。

现在知道为什么第六识那个分别心，或者是那个妄念，为什么那么难断？因为这个五缘我们去分析它，太容易具足了。白天散乱的时候它也在，

晚上梦中意识，梦中独影、独头意识，有没有？白天散乱的时候，第六识可以单独生起作用。晚上睡着了呢，只要作梦，梦中也有独头意识，它也还是在活动。那你说入定呢，有定中的独头意识，定中所有的境界，都是第六意识的法尘境界。

所以不管是白天、还是晚上睡觉、还是你有入定、没入定，第六意识经常生起活动，就跟它所具的缘有关系。它内缘什么？第七识，外缘什么？五尘落谢的影子。那作意是一定有，只要心识活动一定有作意。然后根本依第八识，第八识也是恒常的，第八识也一直都在，所以没问题，它随时都能够配合第六识生起活动。第七识恒常、第八识恒常，然后种子依也一直都在，种子都含藏在第八识，一个都没少。你六识要生起活动的话，种子生起现行也是随时都没问题，是不是很容易啊？五缘具足就可以。

但是这五缘太容易了，它不但缘外境，又内缘第七识，所以它内外都缘。而且它缘的第七识，还有根本依第八识，都是恒常的。所以它为什么这么难，让它不现起很难的原因就在这里。而且它不但有了境的作用，还有思量的作用，这个是前五识没有的。前五识它的所依根不是第七识，所以前五识没有办法思量，但是第六识可以，这个我们昨天已经说明过了。

那前五识的生起它需要九缘、八缘或七缘，它所具的缘比较多。而且前五识是有间断的，它间断的时候多，就是因为它要具缘的机会不多，所以它间断的时间比较多，所以说它不是常现起。而且它只缘外境，它没有办法内缘第七识。而且它没有寻伺相应，所以它没有办法计度分别，或者是它没有办法有那个思虑的作用。

所以意识是经常现起的，除了五种情况之外，就是接下来讲的，「除生无想天，及无心二定，睡眠与闷绝。」除了这五种情况之外，意识是常现起的，经常现起。但是这五种情况我们也很少，有没有？你看如果没有晕倒，没有昏倒的话，就是没有闷绝。你如果没有生无想天，你也没有入无想定，你也没有入灭尽定。睡眠无梦的时候，我们大部分都有梦，所以虽然这五种情况，意识是不现起的，但是我们好像……都跟我们没关系。

那两种无心定就是无想定跟灭尽定，那我们没有入这两种定，然后也没有生无想天，然后睡觉如果没有作梦的话，也没有晕过去。那这五种也是……我们现起的机会也很少，所以意识经常现起的原因就在这里。除了这五种情

况之外，意识是经常现起的，但是这五种情况我们又很少，很少晕倒，对不对？

好，那我们接下来就介绍这五种情况，无心的状况，第六意识在这五种情况是不生起现行的。第一个是你生在无想天，那无想天在什么地方呢？没有在人间，对不对？无想天在哪里？谁知道？在色界的几禅？打 pass，四禅，色界的四禅广果天的旁边，有一个很像我们人间，什么水边林下的那个阿兰若处，在第四禅、四禅天。四禅天有九天，圣人居住的有五天，五不还天是圣者居住的，那剩下就有四天，其中有一个就是广果天，旁边有一个无想天，所以它在第四禅。

所以我们佛教徒都不屑说要死后生无想天，那我们其实也没有什么资格可以去，因为它要有四禅的定力，舍念清净才有资格。就是说这些外道修无想定，它是入第四禅，舍念清净之后，他说说想心所是生死轮回最主要的原因，我只要把想心所灭了，我就可以证涅槃。所以他们把无想天当作是真正的涅槃，把修无想定是真正的修道，真正的修道就是要修无想定，那死后就生无想天，是他们所谓的涅槃。

那什么是障碍这个涅槃的最主要的原因？就是因为有想心所，所以他们的见解、他们的邪见就是认为只要我把想心所灭，想心所就是现在讲的第六意识，我只要把第六意识的想心所灭了，我就可以证涅槃，不再来轮回。其实他死后是生在无想天当中，还在色界的第四禅的广果天的旁边，有一个无想天，并不是真正的出三界，并没有真正的出离三界，或者是真正的解脱，没有！所以那个邪知邪见也害人不浅，跑错了地方自己不知道。

所以现在讲说生在无想天，它在什么地方呢？就是在第四禅的广果天旁边，那为什么说它是好像阿兰若处呢？因为他连想心所都没有了，是不是最寂静的地方？连起心动念都没有了，那够寂静了吧！所以一定是阿兰若处，阿兰若处就是寂静处，只是它的寂静处是在第四禅天。所以我们就知道第一种情况生无想天，第六意识是不生起活动的，他只要把想心所灭了，就可以死后生在无想天当中。

那生在无想天的这些有情，他们的生命有多长？有五百大劫这么长，都是在定中，除了要生无想天动一个念，然后五百大劫时间到了，离开无想天的时候再动一个念，这两种情况有动念，其它都是无想，这么长的时间是无

想的一个状态。那你想说他在那边待了这么久，如果他五百大劫的时间到了，他会到哪里去？他又不是真正的证到涅槃，又不是真正的出离三界、六道轮回，他会到哪里去？

我们也很好奇，他离开无想天之后会到哪里去？一般就是又回到欲界来，那欲界有六道他到底到了哪一道呢？那要看，那要看他有没有毁谤，他为什么会生毁谤呢？说他一心一意的想要灭想心所，然后证涅槃。可是当他的时间到了，定力消失。时间到，他又要开始投生的时候，那个身相现前，他说：「欸！我不是证涅槃吗？为什么会有身相现前呢？一定是没有涅槃这件事情！」他就开始毁谤，若再一生瞋心的话，用瞋心来毁谤，他一定就是马上就堕恶趣。

无想天一离开直接就堕到恶道，或者是地狱道去了，想说一定是没有真的，因为他真正的修道就是要修无想定，那就说无想定一定不是真正的修行，不是真道，然后无想天不是真涅槃。于是毁谤说没有真道、没有涅槃，都是被骗的，所以他一离开无想天就会堕在恶趣当中。那如果是没有毁谤的话，他可能又生在人当中，可是一定是在欲界里面，但是不一定是在哪里，可是他一定是堕到欲界，他不可能再上升到色界或者无色界。

那你说他离开无想天，不可能再生在无想天吗？那我们要知道他为什么现在要离开无想天？因为他定力已经消失了，而且他在无想天的时候，因为无想，他也没有再继续修无想定，所以他也不可能再生回无想天里面去了，所以一定是生在欲界当中。那我们又有问题要问：他们生在无想天，没有想心所，然后入定这么长的时间，他们的姿势是一直站着呢？还是坐着呢？还是躺着呢？不一定是盘腿，跟他因中的修行有关系。

如果他在因地修行，修那个无想定的时候，他如果说曾经立下誓愿说：愿我生无想天是常立，他就会一直站着，五百大劫一直站着。他如果说曾经立下誓愿说：愿我生无想天是常坐，他就会一直是坐的姿势。常卧，好像比较舒服，卧个五百大劫。那有没有行？因为我们说四威仪，行住坐卧，住坐卧都有了，有没有行？你可不可能一面走、一面就入了无想定？可不可能？有没有可能？

我们经行都是左脚右脚、左脚右脚，有没有想心所？你可不可以灭了想心所，然后继续左脚右脚、左脚右脚？可不可以？好像有点困难，所以就是

在因地修行是从来没有发生过这种情况。就是说你可以一面行走、一面入无想定，还没有人做到。所以就除了这个行、这个威仪之外，其它三个威仪都有。就跟他因地修行，他曾经怎么样立下这个誓愿有关系。所以他不一定全部都是大家都盘腿在那边坐，不一定，也有一直站着，或者就一直躺着的都有，这是第二句。

那第三句就是「及无心二定」。「无心二定」指的就是无想定、还有灭尽定。那为什么这两个定叫做无心呢？就是没有第六识心识的活动，叫做无心。所以我们知道这边的无心，不是真的没有念头，只是没有想心所，第六意识暂时停止活动叫做无心。所以这个无心二定，指的就是无想定、还有灭尽定。那无想定我们刚才说了，就是说他在入四禅的时候，舍念清净，这个时候想说怎么样证到涅槃，他们所谓的涅槃，只要灭想心所就能够证到真正的涅槃。那修的就是真正的修道就是修什么？无想定。

所以他是在第四禅当中灭了想心所，就能够入这个无想定，这就是这边讲的无想定，就是在第四禅的时候，舍念清净的时候，把想心所灭了。然后一直到功夫纯熟，真正的入了这个无想定，第六意识活动暂时停止。那这个无想定它也会因为功夫的浅深，分成下品的修行、中品的修行、还有上品的修行。我们刚刚说五百大劫，那个是上品修行无想定的人，可以真正的中间没有夭折，可以满这个五百大劫。

可是如果是下品修行的话，因为他的禅定会退失，而且对那个我们要入禅定，要入、然后要住禅定、然后出定，所以对那个入住出，这个入住出，他也没有办法非常的自在。就是下品修这个无想定的这个行者，因为功夫的关系，他入住出没有办法非常的自在，而且很容易退失，一旦退失那个定力又很难再现前，定力又很难再现前。就算他死后可以生在无想天当中，但是他所得的这个果报身，没有办法非常的光明清净，形色也没有办法非常的广大。因为我们知道，色界就是他的这个色界的四大，跟我们欲界的四大是不一样的，它是非常微细的四大。

所以他们的果报身就是依那个清净的程度，还有光明的程度，所以色界天人都是放光的。那个定力越高的，那个光越强。现在讲的那个果报身，就是以清净光明来论，功夫越好的越光明，然后越清净，形色身相的这个形色越广大。所以现在下品的这个修行人，他就是这个果报身没有办法非常的光

明清淨，形色也没有办法很广大。而且一定会夭折，因为禅定力不够，所以他没有办法五百劫都在定中，在无想定当中没有办法维持这么久，因为他禅定力经常消失，所以消失的时候就是夭折，就是又投到欲界去了。我们刚刚说，离开无想天到哪里去？就一定到欲界，一定投生在欲界。

那中品修行的，就是他的禅定力不一定会退失，有时候会退失、有时候不会退失。就算会退失，但是他很快定力又能够现前。而且对刚才说那个入定、住定、还有出定，他比较能够自在，所以死后生在无想天当中，他所感得的这个果报身是比较光明清淨，形色也比较广大一点。但是不一定会夭折，不是一定会夭折，刚才下品修行是一定会夭折，但是中品修不一定会夭折。那上品修就是一定不会夭折，一定是满五百大劫，才会离开这个无想天。所以上品修行的，他的禅定力一定不会退失，死后生在无想天当中，他的果报身是最光明清淨的，而且身形是最广大的，而且一定不会夭折，那五百大劫之后还是回到欲界。

那我们一般修无想定是在哪里修呢？就是在人中修，是比较容易成就这个无想定的，为什么呢？因为在人中才有那个外道来宣扬说，你应该来求得真的涅槃，你应该要求真道，所以你应该要来修无想定，死后生在无想天，这个是真道是真涅槃，外道如是说。所以在人间才有这个外道来宣说这个法门，所以最初修行一定是在人中，或者是你成就无想定一定都是在人中。而且人道智慧比较明利，那个慧解比较猛利，所以他一旦听信这个邪知邪见，他是真的去修无想定的话，死后就能够生无想天。

所以一般来说，只有欲界的人中可以生起这个无想定，在其它的上界一方面没有外道来说法，宣扬这个法教，然后慧解又不够殊胜，没有人中这么猛利、这么明利，所以在上界，上界就是譬如说无色界天，他们能不能修无想定呢？无色界天是没有办法修无想定，因为无色界天有想，无色界天都是有想。空无边处他想的是什么？是空，一心缘空，所以成就空无边处。识无边处，他的想就是识，识无边，然后成就识无边处。然后再想一个无所有，就成就无所有处定。所以非想非非想，它的想已经很微弱、很微弱、很微弱，可是还有一点想，没有粗的想，但是还有很微弱的细想。所以无色界的四空天他都有想心所，所以他没有办法证到无想定。

无想定就是没有想心所了，可是无色界四空定都是有想来成就的，想心

所来成就的，所以他们是不可能成就无想定。只有一种情况，就是说他还是 在人间，已经修习过这个法门，可是他如果死后，生在第四禅的广果天、或 者福生天、或者无云天，我们刚才说第四禅有九天，五不还天就五个了，那 另外就是无想天、还有什么？广果天、福生天、无云天这个是凡夫或者是外 道会去的地方，那圣人的话都是在五不还天。

所以现在这个无想定，还有一种情况，就是说他在欲界先修习了这个无 想定，那他生命结束之后，他生到第四禅的广果天、福生天、无云天。由于 他在欲界这个宿世串习的这个定力的缘故，就是这个无想定，这个定力如果 还在的话，他也能够在现在讲的这个广果天、福生天、或者无云天，又能够 入这个无想定，就是也可能在第四禅天来入这个无想定。所以除了在人中入 无想定之外，还可以在色界的第四禅天的广果天、或者福生天、无云天，由 于宿世在欲界的这个宿习的定力，也能够引发无想定现前。

无心定的第二个就是灭尽定，灭尽定又叫做灭受想定。灭想心所之外， 还灭受心所，也就是说不但第六意识不生起活动，第七识也不生起活动，所 以灭尽定又叫做灭受想定，这是四果阿罗汉所入的定。那我们要问：修这个 灭受想定，为什么是灭受想，不是灭别的？因为受跟想障碍禅定的力量特别 强，所以你要入灭尽定的话，你一定要灭受、还有想，才能够入灭尽定，因 为这两个障碍我们禅定的力量最强。

像我们都是五受具足，苦乐忧喜舍在变化而已，可是都没有离开这个五 受，对不对？我们都有五受，一下忧愁、一下痛苦、一下欢喜、一下快乐， 没有特别快不快乐、忧不忧愁、痛不痛苦，就是舍受，对不对？每天就是每 一刹那都跟这五受的任何一个相应，没有离开过五个，对不对？所以我们修 定很困难，我们这个五受具足的话，就是要成就禅定很困难。因为不管任何 一受生起，就影响我们的禅定力。

所以我们的忧愁要到什么时候才能没有？入初禅，对不对？那我们的痛 苦什么时候没有？入二禅没有。我们的欢喜，我们一欢喜心就踊动了，什么 时候才没有？三禅才不会有这个喜受。那乐受呢？四禅才没有乐受，舍念清 净了。所以这个五受是不是障碍我们得定特别厉害、特别强？就是你只要有 这个五受的话，你就很难得定。那证到第四禅就是说苦乐忧喜，都已经不会 再让你动心了，所以它叫不动禅，舍念清净，但是它还有一个舍受，舍受比

较好一点，但是苦乐忧喜就是让我们的心跳动，很难入禅定。

所以你要入灭尽定这么高的定力的话，你一定要把你的受，所有苦乐忧喜舍全部都灭掉，你才可能，或者至少苦乐忧喜要灭掉，你才可能入定。所以我们就知道这个受心所，它确实能够成为定的障碍，只要有苦乐忧喜它的存在，我们定境就不现前，就很难现前。只要还有忧愁、痛苦、欢喜、快乐，这不是我们情绪吗？每天的情绪就没有离开这四个，对不对？所以它就会成为我们得定的障碍。

那我们刚才说过了，无色界还剩下什么？想心所，所以你只要想心所还在，你最高最高的定力就是无色界的四空定这样而已，还在三界当中，没有办法入灭尽定，没有办法证到四果阿罗汉。灭尽定我们刚才说，是四果阿罗汉所证的境界。所以除非你把苦乐忧喜这个受心所灭了，再把四空定的那个想心所灭了，你才可能出三界、解脱六道轮回。所以我们在修色界四禅的时候，就是证初禅、二禅、三禅、四禅，一个一个，从舍忧受、苦受、喜受、乐受，成就了四禅的功夫，然后入了四空定，然后再把四空定的每一个想，再把它灭了，你就可以入这个灭尽定，就是四禅八定全部成就了，就能够入这个灭尽定。

所以灭尽定是在什么地方入的呢？非想非非想处的地方入的，非想非非想我们刚才说，他的想心所已经非常非常微细了，所以这个时候才可以、才可能把……就是想心所跟受心所这个时候才能够全部的灭掉，尤其是想心所。因为受心所在证得四禅就处理得差不多，剩下想心所，剩下无色界的四空定，所以他在非想非非想处的时候，只剩下很微细的想心所，再把它灭了，就入灭尽定。所以要问说这个灭尽定是在什么地方修的？就是在无色界的非想非非想处的这个时候修的，在这一地修的。

那修习这个灭尽定，它也是有品别的不同，也是有下品修行、中品修行、上品修行。下品修习这个灭尽定，就是他的禅定很容易退失，一旦入这个灭尽定，但是他会退失，一旦退失之后，就不容易再得到，所以这个是下品修习。中品修习就是它不一定会退失这个禅定的力量，就算有退失，他很快就能够再得到这个禅定力。那上品修习的行者，就是任何情况之下都不会退失了，所以它还是有下品、中品、上品的差别。

那我们刚才说灭尽定，它最初修的时候是在非想非非想处，那其它的下

面的初禅、二禅、三禅、四禅，还有空无边处、识无边处、无所有处，它为什么没有办法成就灭尽定呢？就是因为……我们刚才其实也讲过了，因为在有想的这个状态之下，就是想心所活动还非常活跃的时候、还非常粗动的时候，它就是就很不容易去把它切断，要止息它很不容易。那非想非非想处因为它的想已经特别的微细了，所以这个时候要克制想心所，不让它生起活动，是比较容易的。所以在其它的初禅、二禅、三禅、四禅，或者空无边处、识无边处、无所有处定，是没有办法成就灭受想定，它的原因在这里。

那我们知道最初修是非想非非想处，是最容易成就灭尽定的，但是如果是修到已经功夫纯熟，就是我们刚才说，譬如说他是上品修的，他不会再退失了。这种情况之下的话，那他在其它的，譬如说初禅、二禅、三禅、四禅，或者空无边处、识无边处、无所有处的时候，他也可能可以入灭尽定。这个时候就不一定要在非想非非想处的时候，才能够入灭尽定，是因为他这个功夫已经非常纯熟了。所以他也可以在初禅的时候就入灭尽定，二禅的时候入灭尽定，三禅的时候也可以，四禅也可以。空无边处、识无边处、无所有处都可以入灭尽定，但是它的大前提，就是他功夫要必须非常的纯熟，不是很容易退失的这样的一个情况，才可能做的到。

那灭尽定它也是要在人中修，刚才是说它成就的是在……就是说它入定是在非想非非想处入的定，但是他学习、他一定要在人中才能够学习，因为其它的不管哪一天，有没有佛、还有佛弟子来宣说，怎么样来修灭尽定的这样的一个内容，这样的一个修法。是没有佛或者佛弟子来宣说这个法门，所以我们才说不要生在八无暇，天界也算是没有闲暇修行的。而且也是因为人的智慧特别的猛利，能够听闻，然后再依教奉行，就能够真正的证得四禅八定，到最后的入灭尽定，而成就四果阿罗汉的这样的一个果位。

所以他最初得灭尽定一定是在人中，是因为有佛出现，佛或者是佛弟子来宣说这个法教，要不然没有人知道怎么来修灭尽定。也是因为在人中的这个慧解猛利，所以最初得灭尽定一定是在人中。色界、无色界没有宣说这个法门的人，佛或者是佛的弟子，在色界、无色界都没有人宣说这个法教。所以不可能最初证灭尽定是在色界或者无色界，一定是在人中。那如果在人中已经成就灭尽定的话，之后生在色界或者无色界的话，他也能够入灭尽定，是因为他的功夫纯熟，不容易退失的缘故，这我们刚刚说过了。

那除了二乘人的这个四果阿罗汉，就是小乘的四果阿罗汉，能够入灭尽定，另外大乘菩萨来说，看你是钝根的、还是利根的。如果不是最利根的菩萨的话，他必须要证到八地，他才能够入灭尽定。可是如果是利根的菩萨，他可以从初发心，因为我们说初发心便成正觉，所以他从初地开始，他就能够入灭尽定，二地也可以。就是他初地就已经有这个能力来入这个灭尽定，这是以上根利智的菩萨来说，他不用证到八地才能够入灭尽定，他在初地就可以入灭尽定。而且每一地也都可以，他也可以在二地、三地、四地，都没有问题。

那我们看第四句颂，「睡眠与闷绝」。第六意识在睡眠无梦的时候，是没有活动的。有梦的话，就是第六意识梦中的独头意识，那是有梦的时候。可是没有梦的时候，就是现在讲的第六意识不生起活动。所以这边的睡眠是指没有作梦的时候，它是没有活动的，这个我们可以理解。那闷绝，闷绝就是窒闷而气绝，窒息了叫做窒闷而气绝，就是闷绝这个名词怎么来的，就是窒息了，没有空气窒息了，然后晕过去了，窒息而致，而导致气绝，所以叫做闷绝，它的名词是这样来的。

那我们一般就是说昏迷了、或者是晕倒了，或者是没有意识的状态。那造成闷绝的情况很多，譬如说风寒，就是说在下雪的地方，或者是暴风雪来的时候。那你在雪地里面行走，就越来越冷、越来越冷，渐渐失温，然后就晕过去了，就昏死过去了。就是有那个晕倒的、昏迷这样的状态，就是冷到昏过去了，所以也能够因为风寒的缘故。

那太热会不会？就热中暑，中暑或者是热昏迷，也可以导致这个闷绝。大失血，流血过多昏迷，也叫做闷绝。或者是生病，脑中风晕过去了，也叫做闷绝。或者是心肌梗塞，昏过去了，还有什么肝昏迷，这些都是因为生病，也可以导致这个闷绝。还有受重击，就一拳打过来，就晕倒在地上，就晕过去了，这个也是闷绝的情况，就是很多情况，都可以造成这个闷绝。

还有另外一个，他把生死，生的时候跟死的时候，也归在这个闷绝位里面。因为我们死的时候，不是有那个细分心、粗分心，就是他有一段时间是闷绝的状态，就是没有第六意识，没有意识活动这样的状态，然后等你醒过来，就是中阴身的开始了。所以死亡它也会有一段时间是闷绝的、昏迷的那个状态，醒过来的时候，就是中阴身的开始，所以它就说死的时候，也

是把它归在闷绝位。生的时候也是，我们有所谓的入胎迷、住胎迷、出胎迷，也是一种昏迷的状态。所以在佛法里面把生跟死，都把它归在这个闷绝位，这个是我们之前不知道的情况。

那我们现在来小小做一个结论，这五种无心位当中，凡夫外道有几个？凡夫跟外道除了灭尽定以外，灭尽定是初地菩萨，利根的初地菩萨、或者八地菩萨、还有阿罗汉才能够入灭尽定，所以凡夫外道没有分。除了这个以外，凡夫外道有可能生无想定、入无想定，那睡眠、闷绝一定有，所以是四个。那三乘的圣者，就是他如果入灭尽定的话，就有灭尽定、然后也有睡眠、也有闷绝，因为还有生死。

所以三乘的圣者，除了无想定没有、无想定没有以外，其它三个都有。因为三乘圣者他就是证到、已经入了灭尽定了，然后也有睡眠、无梦的状态，也有闷绝的状态，因为他还有生死，没有分段生死、也有变异生死，只要有生死，我们都把它归在闷绝类。那圣者是一定不会修无想定的，所以圣者不会入无想定，死后也不会生无想定，所以这两个是圣者没有的，三乘的圣人没有的。所以三乘圣人只有三个，灭尽定、睡眠、闷绝。

那佛呢，佛有几个？佛只有一个灭尽定，这五个无心位里面，最高的这个如来，或者是已经得到自在的八地以上的菩萨，在这五位当中，祂只有灭尽定。因为睡眠、闷绝都不是属于善法，所以佛跟菩萨都不会有的。假定有的话，那也是佛菩萨的示现，并不是真正的有睡眠跟闷绝，是为了方便教化众生，不得不示现跟众生一样有睡眠、有闷绝，但是其实是没的，是方便示现这样而已。

那以三界来说，睡眠是只有欲界才有睡眠，色界跟无色界的天人是不用睡眠的，所以睡眠这个大昏沈是我们欲界众生才有的。那灭尽定是……我们刚才说了，非想非非想处他所修的，所以它是在只有非想非非想处有。那无想定跟无想定，它是在色界的第四禅，所以它是属于色界。现在在讨论三界当中，这个五位，五个无心位在三界的什么地方。那闷绝的话是三界都有，因为三界就是有生死，所以闷绝是三界都有。

那以三性来说，善恶无记这三性来说，无想定跟灭尽定它是属于善性所摄，无想定跟灭尽定它是属于善。然后无想定、睡眠、闷绝，它是属于无记性所摄。这五种无心位，它是以三性来讲，是这样子来归类的。无想定、灭

尽定它是属于善的；无想天、睡眠、闷绝，它是属于无记性的，因为已经失去意识了，一定是无记性，这时候没有办法善、还是恶。睡眠没有作梦，没有作梦也没有办法是善、还是恶，那就是无记性。无想天连想心所都没有，没有什么善恶，所以都归在无记里面。

那我们这一次的课就到这里圆满，希望各位师兄把我们第一天晚上讲的重点，好好的思惟修习。思惟修习用自证分，不是用第六意识的比量来思惟修习，闻思修都是现量境。其实它也没有这么难，就是每个当下都是现成，有没有？每个当下、每个当下就是了，你再动念就不是了，对不对？因为一动念又落入二元对立，所以每个当下，还没有动念之前那个就是了，就是你的什么？真心本性。简不简单？好简单！对不对？所以安住在当下，重不重要？重要！安住在当下，就每个当下就是了，就是你的真心本性，对不对？就自证分没有落入见分、相分，是不是很简单？

这个法门好简单，安住在当下，每个当下就是现前，每个当下现成，每个当下自性现前，就这样子过生活。保任的功夫很重要，不然当下，马上又没有了，所以它没有办法安住。安住当下就是说，它时间要慢慢慢慢把它拉长，念念都安住在当下，每一个当下。因为没有过去、现在、未来，说当下又过去了，对不对？所以时间相不可得，当下只是说当下现成、当下现前，你的自性现前，也没有时间，时间也是第六意识的分别，所以只能方便说当下这样而已，可是马上又过去了。

所以你怎么安住在每一个当下，都不落入二元对立，保持觉知，保持觉知里面有什么？我们这三天讲的，保持觉知里面有什么？至少有了境、还有思量，对不对？是不是本自具足？本来就是，你都是很清楚的，到最后觉知就变成般若智慧了。所以般若智慧怎么来？就保持在当下就来了，因为它自证分就是你本来的本体，你的自性就是本来全部都在里面，本自具足，有没有？所以是不是当下现前？是不是当下现成？不用再去求、不用再去找，每个当下就是了。

好，希望大家快快成就。

愿以此功德，普及于一切，我等与众生，皆共成佛道。