

十六特胜与四禅八定的比较

第廿六讲

修八圣种观入无所有处定

最尊贵的净莲上师讲解

各位大德！阿弥陀佛！

我们今天介绍「无所有处定」。

什么叫做「无所有处定」呢？就是舍弃内、外境界，把我们的心念安住在「无所有」这个境界当中，就叫做无所有处定。我们的心跟「无所有」相应，无所有，就是什么都没有，没有内在的境界，也没有外在的境界，舍弃一切内外的境界，心安住在无所有当中，所入的定境，我们就叫做「无所有处定」。

前面一个是识处定，识处定是我们的心安住在当下的心念。所谓的心识，有过去、现在、未来三世，现在当下的心念马上就过去，就成为过去的心念；还没有生起的心念，我们叫做未来的心念；未来生起了，叫做现在；现在消失了，叫过去，所以过去、现在、未来，都是心念的生灭现象，这样而已。

所谓的前面一个识处定，是我们的心安住在心识上面，可是心识它的活动，就是从未来到现在，然后到过去，生灭、生灭，未来到现在、到过去，不断不断地生灭，所以你的心安住在这样的一个心识的状态，能够真正的安稳吗？不可以，为什么？因为心念念念在迁流、在变化、在生灭，所以你的心不可能安住得很好，因为心念一直在生灭、生灭、生灭，所以你的心安住在这样一个过去、现在、未来三世的心识当中而入定，那个定心不安稳，所以我们要舍弃这个识处定，而进入今天讲的无所有处定。

第一个「空处定」，它是缘外在的虚空而入定；第二个「识处定」，是缘内在的心识而入定。一个是缘外在的虚空，一个是缘内在的心识，所以不管是缘外在的虚空，还是内在的心识，你的心都不能够真正的安稳，所以我们才要从第一个空处定，进入识处定，可是识处定又不是真正的安稳，所以我们要再舍弃。

所以，无所有处定，就变成是你舍弃了第一个空处定，缘外在的虚空而入定，外在的境界我们也舍弃；第二个识处定，缘内在的心识而入定，我们也一样的舍弃。这样舍弃外在、内在的境界，那怎么办呢？心总要缘在一个什么地方，那就是内外皆舍的那个无所有，所以我们的的心念就安住在无所有的这样一个境界当中。这时候的心没有依在过去、现在、未来的心识上面，没有了，就是没有心识的地方，心没有任何的缘外在或者内在，心没有任何的依倚，这个才是真正的安稳，这个就是赞叹。

我们首先呵责，呵责什么？呵责识处定的过失，然后赞叹，赞叹什么？赞叹无所有处定的殊胜，这就是第一个，我们先呵责识处定的过失，然后

接下来赞叹无所有处定的殊胜，怎么样殊胜？只有没有心识的地方，你的心没有任何的依倚，就是没有任何的依靠，这时候你才能够真正的安稳。

所以这个时候，我们就要修观照法，这个观照法就是我们上一堂已经介绍过的所谓八圣种观，八圣种观，就是如病、如痛、如疮、如刺，是无常、苦、空、无我的。所以，我们现在也是要呵责这个识处定，识处定它的定是怎么形成的？虽然已经没有色法了，可是还有受、想、行、识，没有色蕴，因为进入四空定就已经没有色法了，已经舍弃色阴，可是还有受、想、行、识，所以四种空定，无色界的四空定，是已经没有色法，但是都没有离开受、想、行、识这四阴的和合，所以这四种空定都是受、想、行、识和合而有的定，所以它都不是真实存在的定境，是虚妄的，是不真实的，是因缘和合而形成的定境，是无常生灭的，所以它都不究竟，所以我们要一个一个的弃舍。

八圣种观，就是帮助我们思惟前面这个识处定，它是可厌患的，因为我们大家都不喜欢生病嘛，也不喜欢长脓疮，也不喜欢被刺扎到，很痛嘛，一个小小的刺扎到就很痛，这个都是我们不喜欢、非常厌恶的，所以我们就是要把它弃舍，像我们生病，就是希望要赶快把这个病丢掉，我们也是同样的心情，要把前面所证得的那个识处定，赶快把它弃舍，因为它不是真正的安稳，所以我们就需要做这样的一个思惟，思惟受、想、行、识，因缘和合而有的识处定，它不是真实的，是虚妄、无常、生灭的，是虚假的。

我们这个图片上有谈到说分别的对治，我们上一堂没有讲，是因为它比较微细，如果说你要真正的一个一个来起观的话，它是比较微细，我们这一堂因为有打上字幕，所以我们就可以稍微解释一下。

我们是有所谓的总观、跟别观。

总观，就是我们刚才讲的，你所证的那个空处定、或者识处定，它都是由受、想、行、识四阴和合而有的定，所以它不是实有的，因此是可厌患的，不实在的，这个是总观。

别观，就是分别、分别来观，有事相上的，有理体上的。所谓事相上的意思，就是我们的现象界，有理法界跟事法界，理体本身来讲，就是讲我们的本体，讲它的自性，讲它的本体；事相来讲，就是讲整个现象界。所以我们就是别观，就是这四种、四种，一共是八种，叫做八圣种观。就是以事相上来观察，然后以理体上来观察。

以事相上来观察，不管是前面讲的空处定，它是可厌患的，或者是第二个识处定，它都是可厌患的。

以事相上来观照，我们就是用「疾病」来对治受阴，那我们就会不会耽着在种种的感受当中，因为每一种空处定的境界都有不同的受阴的境界，我们不管你是怎么样受阴的境界，都要把它弃舍。像很多师兄，他如果喜欢玩感受的，他就很难进步，他的禅定很难进步，为什么？因为他一上座就要感受他身体的感受，或者是心的感受，那就是被那个受阴所束缚，不

得解脱。所谓的解脱，就是从五阴当中解脱，可是他如果喜欢玩感受，不管他进入什么样的境界当中，身心有什么感受，他如果着在上面，他就很难突破，很难从受阴这个感受当中解脱，所以千万不要玩感受，玩感受的很容易就停留在欲界定，都很难突破到未到地定，甚至入初禅，他会有障碍，因为他一直停留在身体的感受，或者是气走到哪里啊、气脉有哪些变化，都停留在这个色身上的种种感受当中，他的定境是很难突破的。

那也很难开发智慧，为什么？因为修定的目的，是要开发智慧。修定就是把整个身心都宁静下来，非常非常的安稳、宁静之后，我们本来的那个智慧才有透脱出来的那个可能性，可是你现在把你的心念全部都放在感受上面，你就变成说你的身心没有办法真正安稳、宁静下来，我们虽然是本自具足的智慧，但是它没有机会显露，因为你都在玩感受，所以我们希望都是从受阴当中解脱。那这个受阴对我们来讲，就好像我们生很重很重的病，要赶快痊愈，希望赶快把这个病丢掉，这样的一个月，来舍弃空处定，或者识处定，或者一切禅定的受阴的那种感受，要赶快把它舍弃，所以我们用疾病来对治，就好像我们生很严重、很严重的病，就快要死掉了，所以我们千万不能耽着这种种的感受境界当中，所以我们就用这个疾病来对治受阴，我们就不会被任何的感受所困住，可以一一的超越，我们的定境就飞速的进步，一个一个很快的就可以突破，这就是受阴来讲。

我们用「痈疽」来对治想阴。痈疽，我们上一堂也介绍过了，痈、疽、跟疮，这三个是不一样的，下面是脓疮，痈疽跟脓疮，它的差别在哪里？因为痈疽也是一种毒疮，我们说长疮了，可是长疮它有过程，对不对？它可能先红肿，然后再化脓，然后再溃烂，对不对？它的过程，所以如果我们的疮口是很浅，还没有很深的时候，很浅，然后有一些红肿，这个时候我们叫做痈；我们的疮口如果说已经很深了，可是没有很红肿的现象，我们叫做疽，痈疽，痈跟疽的差别就在这里。一个是有红肿，一个是没有红肿；一个是疮口比较浅，一个是疮口比较深，这样的差别。如果已经化脓的话，就进入脓疮的阶段，已经化脓才叫做脓疮，已经化脓的疮口，叫做脓疮，甚至溃烂这样子，它就是脓疮，就是它从开始长毒疮，一直到化脓溃烂这样的一个过程，我们给它不同的名称，这样子而已。目的都是什么？要厌恶，因为不喜欢长脓疮，因为脓疮特别痛，有时候还会发炎，还会感染，大家都不喜欢，因为那个感觉是非常、非常疼痛的。

所以，我们就用这个来比喻，我们要舍弃空处定、或者识处定，就好像我们已经长了一个毒疮，非常非常严重的毒疮，那我们也希望赶快把它丢掉，赶快痊愈，这样的一个月，来对治想阴跟行阴。用痈疽来对治想阴，用脓疮来对治行阴，就是不要执着种种的想，也不要执着行阴。

行阴的意思，就是流转的意思，像我们推动这个轮回的力量，就是行阴的力量，你没有办法把它切断，没有办法停止说明天太阳不要出来，没办法，我不要老，没办法，为什么？因为行阴一直在流转，它一直往前推，

时间一直往前推，你是没有办法切断的。说明天不要来，没办法；我永远二十岁，依然美丽漂亮，没办法，因为行阴一直在流转变化的，我们整个轮回、或者十法界，它就是行阴的流转变化的，就是一切的现象界，从三界六道轮回，一直到整个十法界，都是行阴的流转变化的现象。

我们虽然在定中，譬如说这个人已经入定了，已经没有呼吸，看起来好像没有生命现象，像我们现在讲的无所有处定，你真正入无所有处定的话，没有呼吸了，外行人会以为他是不是已经坐化了？是不是已经走了？可是没有，他入的是无所有处定。所以，这个时候要非常非常的注意，不要以为他没有呼吸，可是他生命现象还在持续，那个就是行阴的力量，只是那个变化变得非常的微细了，我们从外在不太容易观察，可是他的生命还在走，他的身心也还在变化，也还在新陈代谢，只是速度变慢了，外在的口鼻呼吸转成内在的呼吸，所以他内在的细胞跟细胞之间还是有作用，只是非常非常的微细了，然后变得非常非常缓慢，所以他的老化现象，常常入定的人，他老得比较慢，为什么？因为他的新陈代谢比较慢，他的呼吸变慢，所有的活动都变慢，身心的活动都变慢，所以就会变成说他这个老化的过程会比较慢。

这就是讲到什么是行阴，一般我们比较难体会，就是那个抓都抓不回来的青春，就是行阴的流转变化的。

我们用这个「棘刺」来对治识阴。心识，就是过去、现在、未来，那个不断不断地生灭的那个，就是我们心识的变化，所以它也是无常的，也不是真实存在的，所以我们就用这个，好像我们被荆棘，我们说满地的荆棘，就是布满了那个刺，所以被刺到也是非常疼痛，我们也是希望赶快把它丢弃，是这样的心情，然后来修这个事相上的观照、舍弃，由受、想、行、识和合而有的识处定，我们用这个非常厌恶的这四种圣观，把它舍弃掉。

接下来，我们就是理体上的观察，就是我们的本体，我们的菩提自性，实际上是本来没有生灭的，自性是空的，本来没有生灭的，所以一切现象界，受、想、行、识，它的自性都是空的，都不是实有的，都是无我的。

所以，我们用「无常观」来对治识阴。识阴我们知道是念念变化，过去、现在、未来三世的心识，念念生灭，是无常的。这样子就可以对治识阴，我们会执识阴为实有、真实的，这样的一个错误的颠倒，就可以对治。因为我们的菩提自性没有生灭的，没有生灭，它就不是无常，它是常的。只要有生灭，我们都称为无常；没有生灭的，称为永恒、恒常。

用「苦观」来对治受阴。不管你是苦受、乐受、还是舍受，苦、乐、忧、喜、舍，五受，我们讲这五种感受，其实它也是因缘而有的。

我们所谓的快乐，它的根本还是苦的，因为世界上、或者是三界当中，只要你还在轮回，没有真正的快乐，我们所谓的快乐，是苦的减少，你的苦的减少，你的错觉，是快乐。像现在非常非常的热，天气非常非常的热，

你一进入冷气房，你会觉得很乐嘛！很舒服，好凉快喔！可是你一直吹、一直吹，从二十八度一直降，二十四、十八……零下下面就很冷了嘛，就很不舒服了，所以，冷，它不是快乐的，对不对？只是因为你很热，然后你突然觉得很凉快，那是一种乐受的生起，可是你一直冷下去，它也不乐，那就说明什么？那个冷，不是真正实有的快乐，要不然那个乐不会消失，因为一直吹、一直吹，愈吹愈乐才对，因为如果那个冷是快乐的，它应该冷气愈吹愈快乐，可是不是啊，我就开始苦啦。如果零下的话，我就又要开什么？又要开暖气了，对不对？所以那个暖气也不是真正的快乐，只是你原来的那个苦受减轻了，你会觉得好像是快乐，可是它不是真正的快乐。所以那种欢喜、或者是那种乐受，喜受或者乐受，它也不是真正的快乐，它的本质都是苦的。

所以，一切轮回的现象，它的本质都是苦的，没有所谓的快乐，我们的快乐是虚妄的，我们的一种感觉而已，没有真正的这个东西存在。轮回的本质是苦的，所以我们就用这个苦观来对治受阴。我们知道你一切的感受，本质都是苦的，那你就不会着在那个乐受当中，或者是任何的感受当中，就不会耽着在里面所，所以我们就用苦观来对治受阴，明白一切受的本质都是苦的。

用「空观」来对治想阴。我们都会说：我想什么、你想什么，我的想法、你的想法，然后都着在上面，然后都会执着说我的想法才是对的，你的想法是错的。可是，那个想心所，不是一生起来，它就消失了吗？想心所的本身，它的自性是空的，那我们为什么会那么执着呢？就是因为我们以为那个想是真实的，我的想法是真实的，然后坚固，不容易被你随便打败的，所以我会坚持我的想法是对的，你的想法是错的，那我们都落在把「想」当作是实有的这样一个错误颠倒里面。想也是生灭的，想了就没有了，这一个念头起来，就消失了，所以你任何的想法，其实它也是生灭法，只是我们没有用空观来观照它，所以我们才会执着种种的想法是实有的，然后坚持得不得了，所以我们就要用空观来对治想阴，知道一切想的自性是空的。

用「无我观」来对治行阴。就是整个行阴的流转，是无我的。我们刚才已经解释过什么叫行阴，我们也说过整个轮回的现象，都不是真实存在的，只是行阴的生灭、生灭的相续这样而已，我们会以为有真实的三界六道在轮回。那有没有一个「我」在轮回？没有！没有一个「我」在轮回！我也不可得，轮回的现象也不可得，所以没有一个我在轮回三恶道、三善道，不断不断地轮转，有没有？没有一个真实的「我」在轮回。

我们都错了，我们都以为有一个真实的我，然后真实的六道轮回在轮回，这个一切都是实有的，这是我们的无明，以为有我的存在，以为一切的现象界是真实的。轮回就是现象界，反正是生灭的、无常的，都不是真实存在的，都是虚妄的，自性是空的，都是不可得的，所以整个轮回现象

也不是真实存在的，可是它有没有？有啊！现象界是有的，自性是空的。有没有我的身心？我某某某，有没有？你不能说没有啊，不然怎么那么多人坐在这里，怎么有一个肉团坐在这里？你不能说它没有，现象界是有的，但是我分析我的身心，都是生灭无常的，所以没有一个我的存在，没有一个我的身体、我的感受、我的想法，统统都不是真实存在的，所以没有一个「我」在轮回。

所以，我们就用无我观来对治行阴的流转，整个流转的现象是无我的。人无我、法无我，所以一切法无我。无我、无人、无众生，那整个轮转的现象，包含十法界，是不是真实的？没有，它就是整个轮转的现象，行阴的变化这样而已，它也不是真实存在，也是无我的。所以，一切法是无我的，人无我、法无我，这两个无明都去除了，就可以真正的开悟成佛，真正圆满地开悟成佛。

我们不能成佛的理由，虽然每个众生都有佛性，但是不能够成佛的理由，就是因为我们有我执跟法执，佛性没有办法开显。佛性真正开显的时候，也是一个名称，成佛只是一个名称，我们很向往的名称。可是你真正成佛的时候，才觉得无佛可成，一切修道的过程，无法可修，到时候是这样，因为法也不可得。我不可得，法不可得，所以没有一个我怎么样？在成佛，也没有一切的法可修，无法可修，无法可证，也没有一个我在成佛，最后的境界就是这样子，就是完全无明去除了之后，剩下的那个，就是不可说、不可说的那个。所以真正成佛的话，就没有什么好说的，一切的说法，都是为了颠倒无明的众生，以为有我、有法，真实存在的这样的众生而说的，那大家都已经破除这样的执着，就没有什么法好说了，因为一切的法只是要破除这两种执着而已。

我们现在讲的这个八圣种观，就已经介绍完了。我们就是用这个来舍弃识处定，它是虚妄、不真实的，是因缘和合，无自性空的。我们这样子观了之后，自然你的心就不会再缘那个三世的心识了，不会再缘心识，而能够舍弃，这样子你的心就缘在一个无所有的这样一个状态当中。不缘外在的虚空，不缘内在的心识，全部舍弃了之后，你的心就安住在那个无所有。

当你的心念安住在无所有之后，前面那个识处定就会消失。在无所有处定还没有生起之前，也有一个所谓的中间禅，我们也是跟前面一样，不生忧悔，就能够很安全的进入了无所有处定。

无所有处定的境界是什么样子？我们明天就再来介绍。

我们现在练习用这个八圣种观来呵责、赞叹，然后观照分析这个八圣种观，来做一个练习，我们现在开始。