

圆觉经
第十七讲
最尊贵的净莲上师讲解

经文

恒作是念：我今此身四大和合。所谓：发、毛、爪、齿，皮、肉、筋、骨，髓、脑、垢色，皆归于地；唾、涕、浓、血，津、液、涎、沫，痰、泪、精气，大、小便利，皆归于水；暖气归火；动转归风。四大各离，今者妄身，当在何处？即知此身，毕竟无体，和合为相，实同幻化。

前面普眼菩萨请佛开示修行的渐次，也就是渐修的次第。既然不能顿悟，就用渐修的方法，一样可以悟到圆觉。

渐修的第一步，是持戒修定；接下来就是观慧。所以，修行的渐次，第二个是「观慧」，就是以前面的「戒定」方便，来助成后面的「观慧」，这样三学相由，就回答了「修行渐次」的问难。

观慧，又分为两个部分：第一个部分是「二空观」；第二个部分是「法界观」。

首先介绍「二空观」。

为什么要修二空观呢？因为众生无量劫以来，一直在三界六道中轮回，一直在轮回当中，不是堕在凡夫外道、就是堕在小乘当中，没有出离三界之前，不是凡夫、就是修外道，所以他没有办法解脱，就算是解脱，如果又堕在小乘当中，也一样不能够成就佛的智慧。为什么不能够成就佛的智慧？就是因为有两种障碍：就是烦恼障跟所知障。我们追究这两种障碍的原因是什么呢？这两种障碍的原因，就是我执跟法执。凡夫跟外道是有我执跟法执；小乘是已经没有我执，但是有法执，就是这两种执着，才有两种障碍，才不能悟到圆觉，不能够成就佛的智慧，就是从这边来的，最主要的罪魁祸首就是两种执着——我执跟法执。

那要怎么去除这两种执着呢？就是要修二空观。既然有我执、法执，我们就修我空观、法空观来对治这两种执着，当「二空观智」现前的时候，就是这两种空性的智慧现前，自然我执跟法执就能够消除。我执跟法执消除，两种障碍也就去除了，这个时候才能够悟到圆觉，成就佛的智慧。所以就必须要修二空观的理由在这里，目的是要去除两种执着、两种障碍，我们圆满的菩提自性就能够现前，所谓的圆觉真心自然就能够现前，只要这两种障碍去除。

什么是二空观呢？就是「我空观」跟「法空观」。修这二空观之前，我们要先知道什么是「我」？什么是「法」？才能够进一步想办法把它空掉。

所以，我们先解释，什么叫做「我」呢？

「我」，就是主宰的意思。这个「主」，就好像国王，他能够自在作主，他高兴干嘛就干嘛，要谁的命就要谁的命，这个能够自在作主的，就是「主」的意思。这个「宰」，就很像宰相，宰相他能够决断事情，什么事情都由宰

相来决定；我们也是，我们每天要作很多的决定，要作很多的选择，这个就好比宰相他在决断事情。这个就是「我」的定义，主、宰。好比国王能够自在作主，好比宰相能够决断事情。所以，我们观念里面，就有一个「我」的真实存在，这个「我」，高兴干嘛就干嘛，可以自在作主，我每天要作很多的决定、很多的选择，这个就是「我」的定义。那个自在作主，它是「我」的本体，它是属于俱生我执；这个「宰」，就是由我所起的作用，我能干嘛干嘛、我要作什么选择、我要怎么抉择，这个是由「我」而生起的作用，所以它是属于分别我执。所以这个「主」，是「我」的本体，属于俱生我执；这个「宰」，是「我」所起的作用，属于分别我执。我们也知道，分别我执比较容易断，俱生我执比较难断。只要证到初地，分别我执就摆平了；这个俱生的问题，要八地以上才能够解决。这是「我」的定义。

什么是「我执」呢？凡是依五蕴计我的，都称为「我执」。

像一切凡夫都是把五蕴当作是我，这个我们称为「即蕴我」，就是「五蕴就是我」，这是凡夫的观念。色、受、想、行、识就是我，我的身、我的感受、我的想法……，这个就是「即蕴我」，把五蕴当作是我。即蕴，这个「即」，「就是」的意思，五蕴就是我，这是凡夫的想法。凡夫的我执，就是属于即蕴我。

一些印度外道，他们的我执是什么想法呢？一般的印度外道，认为离开五蕴有「我」的真实存在，离开五蕴有「我」真实的存在，所以就称为「离蕴我」。离开五蕴，有一个「我」真实存在，所以叫做「离蕴我」。离开五蕴，另外有一个「我」的真实存在。这个「我」，就必须要有必要条件，所以这个「我体」，它必须要恒常的。恒常的意思，就是永远存在，我什么时候要投胎就可以投胎；我体如果不是永恒存在的，不是恒久的，我想投胎的时候，那个我体刚好灭了，怎么办？所以他们必要条件，最主要的就是我体是恒常的。可是「量」呢？量就有不同的说法。有的说量要周徧，周徧的意思就是说我想到三界六道那里投胎，我的量必须有周徧到那个地方，我才可以在那个地方投胎。我如果想到中国投胎，可是我体的量如果没有办法到达中国，我就没办法在中国投胎，所以它的量要周徧法界的意思，就是说我高兴到什么地方，我就可以到那边，因为我的量有周徧整个法界，这是第一种说法。第二种说法，是说那个量是不一定的，像有的我体，就是说你出生之后，你那个我量是比较大的，像大象比较大，蚂蚁比较小，所以我体是恒常的，但是那个量是不定的，就看你投生是什么样子的，它的量有大小，这是第二种说法。第三种说法，是说那个量是极微，非常非常小，小到我们肉眼看不到，是它来作主，我们应该长得什么样子，是大、是小，还是应该生在什么地方，那个就是由那个极微的量来决定。所以，一共有三种说法，体都是恒常的，但是量有周徧、不定、还有极微这样的差别。这是属于印度外道的「离蕴我」的观念，这也是一种我执。

小乘呢？小乘像犍子部等等，他们的说法就是凡夫是执五蕴为我，他说不对，五蕴不是我，所以小乘有修我空观，就知道五蕴不是我；外道认为离开五蕴有真实的我存在，小乘认为这个也是错误的，离开了五蕴，怎么可能另外有一个我的真实存在呢？也不对。两个都不对的结果，就是非即蕴我、非离蕴我，这两个都不对，就称为「俱非即离」，就是非即蕴我、非离蕴我，这个是小乘犍子部他们的我执。

所以，不论是凡夫、外道、还是小乘，他都是依五蕴计我，所以称为「我执」，这就是我执的来源。就是在五蕴上面做文章，一个认为五蕴就是我；一个认为离开五蕴，有另外的我；一个认为这两个都不对。这个是「我执」是这么来的，都跟五蕴有关。

什么是「法」呢？法，是轨持的意思。轨，是轨则；持，是保持。

什么是轨则呢？就是我们要认识一个法，只要按照它的轨则，就能够生起对它的认知，这个是「轨」的意思，轨则。譬如桌子，我们一想到桌子，就知道桌子就是长得那个样子，那个就是桌子的轨则；我们说椅子，我们的脑袋里面就会浮现椅子的形象，那个就是椅子的轨则；我们说山河大地，山就是山、水就是水，所以我们一想到山，就是一定是这样凸起来，水就是一定要这样子，要画的话，就是弯弯的就叫做流水，那个就是一切法的轨则。你只要按照这个轨则，你就知道它是属于那一法，它是山、是水、是桌子、椅子、是地、还是天花板，马上就有它的轨则出现，所以那个「法」，就是按照它的轨则，你就能够生起对它的认知，这个就是「轨」的意思。

持，就是保持。这个轨则，它在任何时候都能够保持它的自性不坏失，桌子它就是那个样子，它不会一下变成椅子的形象，所以它能够永远保持它的自性不坏失；山就是山的轨则，它不会一下变成水的样子；水也不会变成树，它永远保持它的自性不坏失的意思，这个就是「持」，就是保持的意思。所以杯子不会变盘子，盘子也不会变成筷子，就是它一直保持它的自性不坏失，它就是那个样子，筷子就是筷子的样子，所以我们一看就知道它是筷子。

这就是「法」的定义，轨持的意思。

一切的凡夫、外道、还有小乘，他们都执着离开心意识，另外有真实的法存在，这就是法执的来源。什么叫「法执」？就是执着我们离开心意识之外，有法的真实存在。不论凡夫、小乘、还是外道，他们都有这样的执着，这个就是法执的来源。

我们解释了什么是「我」、什么是「法」。

为什么说我们要修我空观、法空观，这个二空观？明明有我、有法，为什么说我、法皆空呢？为什么说我不是真实存在的？法也不是真实存在的？我们要知道这两个都不是真实存在的之前，要知道我跟法它是怎么生起的？它究竟怎么来的？你才可以推论它的结论是说我、法皆空，这两个

都不是真实存在的。

这个我跟法，它到底是怎么生起的？刚才是它的定义，但是它到底是怎么变现出来的？我们就知道都是第八识的变现。一念无明，就有了第八识，从第八识的自体，就是自证分，又生起了能见和所见的功能，我们就把这个能见的功能，称为「见分」；所见的功能，称为「相分」。我们就知道，其实见分跟相分，就是自证分所生起的，一个是能见，一个是所见的功能，就是我们八识它的自体有这样的功能，所以由它的自体，自证分就能够生起见分跟相分的差别，这两种不同的作用，所以我们知道见分跟相分它都是从自证分来的，这是它真实的面貌是这样子。可是，因为无明的关系，我们不明白，所以我们就把见分当作是我，把相分当作是法。所以我们为什么要修定？为什么要修止观？就是当你在定中的时候，你的相分跟见分，就是能所，有二元的对待，有能见的功能、有所见的功能，你在定境当中没有能所，所以我们常常说能所双亡，能跟所这两个都没有了，就回归到那里？就回归到自证分。所以你在定境当中，就是见分跟相分，实际上都回归到自证分，所以那个时候很容易开悟的意思，就是那个时候没有能所对立的差别。我们现在知道，能所都是从自证分来的，只要能所回归到自证分，见分跟相分有没有所依？没有所依了，对不对？因为它都回归到我们八识的本体，这个自证分里面。我们知道这个见分跟相分它实际上不是真实存在的，它是八识的本体所现起来的功能，就是能见跟所见的功能，这个能所。我们一般凡夫就会把能见的功能，这个见分，把它当作是我，有一个我在看、我在听、我在想；把相分，相分就是所看到的一切法，刚才讲的一切法，把它当作是真实存在的，可是它就是八识的变现这样子而已。所以，我们那个我执跟法执，它是怎么生起的呢？就是八识的变现，所以我们才会说我、法皆空。为什么说我跟法都不是真实存在的？因为它是八识的自证分所现起的功能，就是能见的功能跟所见的功能，就是见分跟相分，可是我们不明白这个道理，你没有修止观，没有悟到这个实相的话，你就会把见分当作是我，把相分当作是法，而起了执着，这就是我执跟法执的来源。我们明白这个道理，就知道我跟法它并不是真实有的，它只是八识的变现而已，所以我们说「我、法皆空」，就是这么来的。

虽然我法皆空，但是凡夫不知道，还是执着有我、有法，怎么办呢？所以要修二空观，不明白这个道理，所以要修二空观。我们现在明白这个道理，可是还是有我执跟法执，所以还是要修二空观，用渐修的方法来修二空观。怎么来修二空观呢？就先修「我空观」，再修「法空观」。一步一步来修，既然是渐次（渐修的次第），那就一步一步，非常清楚，第一步修什么？第二步修什么？先修「我空观」，再修「法空观」。

什么是「我空观」呢？我们刚才已经说过了，那个「我」是怎么来的？就是执五蕴为我，因为凡夫都妄计五蕴身心是我，所以我们现在就先修「观身无我」，再修「观心无我」。五蕴就是身心，我们观身不是我，然后再受、

想、行、识，这个心不是我，合起来，身心不是我，就是五蕴不是我，就能够证到「我空」，这就是我空观的修法。先「观身无我」，再「观心无我」，了知身心不是我（身心就是五蕴，色蕴是身，受想行识是心法，所以五蕴就是身心），我们把身心分开来观，先修观身无我，然后再修观心无我，结论就是没有我的真实存在。

我们看经文：

恒作是念：我今此身四大和合。所谓发、毛、爪、齿，皮、肉、筋、骨，髓、脑、垢色，皆归于地；唾、涕、浓、血，津、液、涎、沫，痰、泪、精气，大、小便利，皆归于水；暖气归火；动转归风。四大各离，今者妄身，当在何处？

这段就是「观身无我」。

「恒作是念」，这个「恒作」的意思，不是偶尔想一想，是行、住、坐、卧，一切时中，恒常作这样的观察。所以为什么我们前面听了很多理论，但是都做不到？就是因为我们没有恒作是念，我们熏习的时间太短，所以还是业力、烦恼、习气的力量比较强，我们偶尔修一下没有办法，因为没有恒作是念，所以这个「恒作」非常重要，就是说你随时随地都是作这样的观察，观慧的力量才能够出来，才能够转你原来烦恼、习气、业力的那个力量、种子才能够慢慢地去调伏它，所以这个是功夫，用得上、用不上？就是看你有没有常常这样的熏习，有的话，你那个功夫止观的力量才能够出得来，所以这个「恒作是念」非常的重要。

这个「念」，就是正思惟的意思。正思惟，就不是第六意识的分别，而是智慧的观察，所以不是用你第六意识这样偶尔想一想，这样没有用，是正思惟，恒作是念那个「念」是正思惟，不是用第六意识来分别，而是用智慧来观察。

「我今此身四大和合」，恒作是念，这个正思惟，是思惟什么呢？就是用智慧来观察我现在的身体，就是由地、水、火、风这四大的和合所成的，给它一个假名，叫做「我」这样子而已，实际上并没有「我」可得。所以，我们恒作是念，就是念这个，这个是总观。下面是别观。别观，就是四大各别观察，就是地、水、火、风要各别观察。为什么不说：「这四大都不是我，四大各有它的法的轨则，四大各有它的自体，保持不坏失，所以地水火风分别，什么是属于地、什么是属于火，属于四大，我们的身体就是属于四大」，然后这样就结束了？可是，为什么它要分别来观察？就是我们众生的执着非常坚固，你说我们的色身是四大的假合，然后就完了，我们都知道，可是为什么我们还把这四大假合的身体当作是「我」的身体呢？可见执着非常的坚固，不分别来观察，它就没有办法摧破我执习气的力量，所以它要各别来观察，总观还不够，还要别观。

那就分别来观察我们身体，那些部分是属于地、水、火、风四大呢？

「所谓发毛、爪齿、皮肉、筋骨、髓脑、垢色，皆归于地」，这些都是

属于地大。我们的头发、汗毛、指甲、牙齿、皮肤、肌肉、筋、还有骨骼、髓（就是我们骨头里面的脂肪，我们叫做髓，就是骨髓）、垢色（就是垢腻的颜色），这些它都是属于地大。什么是地的特质呢？就是有质碍，有物质的障碍。你从这一头，就是没有办法贯穿、看到那一头，像我们这边隔了一个墙，就看不到隔壁，这就是有质碍，有物质的障碍，这个我们就称为「地」。有物质障碍，就是被物质所阻碍了，这就是地的特质。为什么称为「大」呢？我们说四大，地、水、火、风四大，为什么要称为「大」呢？就是因为它无处不有，所以称为「大」。无处不有，就是到处都有四大的存在。我们说这个色身是四大假合；外在呢？山河大地，外在也是四大，也是地水火风，我们内身是四大的假合，外在也是四大的假合，到处都是充满了四大，无处不有。所以，我们就称为「大」。这是「地大」。

「唾涕、浓血、津液、涎沫、痰泪、精气、大小便利，皆归于水」，以上是属水大。什么是唾涕呢？从嘴巴流出来的是唾；从鼻子流出来的叫做涕。津液，血的精华在体内会集的是津；向外泄出的叫做液，所以它是有差别的。涎沫，垂丝下堕的叫做涎，就是像丝一样垂下来的，我们称为涎；浮聚在嘴角的是沫，我们说口沫横飞，所以它是在我们的嘴角，浮聚在我们嘴角的，我们称为沫。痰泪，咳嗽从喉咙出来的，我们叫做痰；你悲伤哭泣，从眼睛流出来的，叫做泪。精气，肾之所藏，我们称为精；精之所化，称为气。还有大便、小便，这些都是属于水大。什么是水的特性呢？就是有润湿的作用，凡是有润湿之相的，我们都称为水，它都是属于水。所以水的特性，就是润湿之相。

「暖气归火」，我们周身的暖气是属于火大。就是我们全身的体温，它是属于火大。我们都有温度，全身的体温就是属于火大。什么是火的特性呢？就是有暖热的作用，所以凡是有暖热之相的，都属于火。

「动转归风」，全身的动作运转属于风大。所以什么是风的特性？就是有动转的功能。所以凡是有动作运转，都是属于风。

这是四大的内容，各别、各别来观察。

「四大各离」，我们在正念观察的时候，会发现这四大各自有各自的归属。归属，就是地、水、火、风，它各有归属。所以我们观察地、水、火、风的内容，发觉它各自有各自的归属。

「今者妄身，当在何处」，四大各有归属，那么我们这个妄身，它应该属于那一大呢？你再思惟、思惟，四大各有归属，我们现在所谓的「我」，这个妄身，它应该属于那一大呢？如果这个妄身属于四大，那有四个「我」，对不对？地大是我、水大是我、风大、火大都是我，我有四个，这样好像不太对，对不对？所以，我们再观察，如果这个妄身只属于地、水、火、风其中的一大，其它三大就不是我，其它三大就跟我没关系，所以我们就不能说我这个身体是四大的假合，这句话就不能够存在，所以我们说我这个妄身属于任何一大，好像也不能够成立。如果说这个四大都不属于我，

四大都不属于我？那就应该离开这个四大，另外还有一个我的身体才对，可是离开四大，我也找不到我的身体到底在那里。所以，这四（三）个假设都不能够成立。所以「今者妄身，当在何处」，我这个虚妄的身体，它应该在那里呢？找不到，对不对？找不到就是没有嘛！所以这个妄身它不是真实存在的。

所以接下来它说：

即知此身毕竟无体，和合为相，实同幻化。

结论就出来了！你四大先分别观察，然后给它一个结论，就是刚才那三个假设，你再继续去推推推，发觉找不到妄身的所依，它到底在那里呢？就是没有，所以我空，观身无我就能成立了。所以，这样正念思惟的结果，就能够了悟这个妄身毕竟没有它真实的自体，只是四大和合之后，才有它的相貌，其实如同幻化。

这个「知」，和上面的「念」是相照应的。「念」，是慧观，我们刚才说要正念思惟，它是属于智慧的观察，它是属于慧观。你经过智慧的观察，就会有一个结论，这个就是「知」。所以，先正念观察，正念思惟，然后就能够了知，能够悟知，这个是慧悟。所以，念，是慧观；知，是慧悟，你经过慧观，你就能够有这个慧悟，智慧的了悟。了悟了什么？这个妄身不是我，就是有这样的了悟，这个了悟从哪里来？就是从正念思惟，这个慧观来的，因为前面的慧观，所以就悟知这四大不是我，它只是在和合之后，给它一个假名，叫做「身」，其实并没有它真实的自体，就是说并没有真实的身存在，就能够推出这样的结论，这就是智慧的了悟。

所以，以上所说的，就是「观身无我」的修法，就是这样子修的。所以我们两腿一盘，就这样子来正念思惟，从地、水、火、风四大分别来观察，然后再问问我的身体，它到底属于那一大呢？不能说它属于四个大，有四个我；也不能说它是其中一个，其它三个就跟我没关系；也不能说它都不是，离开这四大，也没有我身的存在，不管怎么找都找不到，所以就能够慧悟，能够悟知这个色身不是我。

是不是到这里就好了？回去好好修。下面是「观心无我」，也要讲很久。一个一个来好好地修，这样效果比较好。

愿以此功德，普及于一切，我等与众生，皆共成佛道。