

圆觉经
第五讲
普眼章
最尊贵的净莲上师讲解
讲于新加坡大悲佛教中心

经文

于是普眼菩萨，在大众中，即从座起，顶礼佛足，右绕三匝，长跪叉手而白佛言：「大悲世尊！愿为此会诸菩萨众，及为末世一切众生，演说菩萨修行渐次；云何思惟？云何住持？众生未悟，作何方便，普令开悟？世尊！若彼众生无正方便及正思惟，闻佛如来说此三昧，心生迷闷，即于圆觉，不能悟入。愿佛慈悲，为我等辈及末世众生，假说方便！」

作是语已，五体投地；如是三请，终而复始。

尔时，世尊告普眼菩萨：「善哉！善哉！善男子！汝等乃能为诸菩萨及末世众生，问于如来，修行渐次、思惟、住持，乃至假说种种方便。汝今谛听，当为汝说！」

时，普眼菩萨，奉教欢喜，及诸大众，默然而听。

「善男子！彼新学菩萨及末世众生，欲求如来净圆觉心，应当正念，远离诸幻。先依如来奢摩他行，坚持禁戒，安处徒众，宴坐静室。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。」

各位居士大德！阿弥陀佛！

我们今天进行的是第三章「普眼章」。

我们看经文：

于是普眼菩萨，在大众中，即从座起，顶礼佛足，右绕三匝，长跪叉手而白佛言：

这个是请法的威仪。普眼菩萨在大众中，从本座而起，先顶礼佛的双足，再右绕佛三匝，接着跪下来，双手合掌，而启白佛说：

大悲世尊！愿为此会诸菩萨众，及为末世一切众生，演说菩萨修行渐次；

普眼菩萨启白佛说：「大悲的世尊！愿您能为此会的诸菩萨众，以及末世求大乘的一切众生，演说菩萨修行的渐次。」

渐次，就是渐修的次第，叫做渐次，修行的次第。为什么这边要请佛开示修行的渐次呢？听过前面两章的师兄就能够了解，为什么这边请佛开示修行的渐次，因为前面两章是没有渐次的，还记得吗？第一章是「文殊章」，佛开示「知是空花，即无轮转」，知是空花，即无轮转，你只要了悟一切都是虚空中的花朵，本来没有，当下，当下就可以免于生死轮转，当下六道生死就切断了，只要你能了悟契入那个境界，了悟什么呢？一切都

是虚空中的花朵，虚空中的花朵，虚空中本来没有花朵，是因为无明才以为虚空中有花朵，那你能了悟六道轮回自性本来是虚妄的，本来没有六道轮回，是无明妄见才见有六道轮回，你能够了悟、契入这个境界，你当下就能够断生死了，所以它是属于顿悟顿修的法门。第二章也是，第二章「普贤章」，佛又开示「知幻即离，不作方便；离幻即觉，亦无渐次」，就是说你知道一切是幻，当下就已经离幻，知道的当下就已经远离诸幻了，所以不需要任何的方法，说你第一步怎么样、第二步怎么样……，一步一步的来远离诸幻，不用，你只要能够了悟，当下就已经离幻，因为知道它是假的嘛，假的就远离了，所以需不需要什么方法？远离的方法？不用。离一切幻的当下，圆觉自性就现前，所以也不需要渐修的次第，看你什么时候能够远离一切的幻化，远离的那个当下，我们的自性就能够现前，所以也不需要修行的渐次。

所以前面两章，文殊章跟普贤章，都是属于顿悟顿修的法门，当下就能够了悟，能够顿断生死，能够开显我们的圆觉自性。但是，问题来了，如果你不是上上根的，前面听了佛的开示，没有办法当下顿悟顿证的话，怎么办呢？如果不是这样的根性的话，怎么办呢？所以才有这一章——第三章，普眼菩萨帮我们前面没有办法悟的众生，帮我们请佛开示渐修的次第，既然不能够顿悟，那就应该还有渐修的法门，所以这个就是为什么普眼菩萨首先请佛开示修行的渐次。

接下来：

云何思惟？

先问修行的次第，渐修的次第，怎么样来一步一步来修，接下来问的是应该如何来思惟呢？因为思惟是修行下手的第一步功夫，听闻之后，就是思惟。所以，接下来请问佛的，就是应该如何来思惟？听闻之后，如何来思惟。

听闻之后，如果没有思惟的话，所有都停留在理论的阶段，是没有办法实现的，就没有办法实证佛所说的任何的境界，你只是听完，但是你没有接下来思惟，或者是修的话，是不可能契入佛所说的境界，所以听闻之后，一定就是思惟，非常非常的重要。像我们知道，但是都做不到，那就是因为思惟的功夫不够，很多理论我们都听了，可是为什么都做不到呢？就是因为没有正思惟，没有下这个功夫。

一直思惟到境界现前，境界现前之后，我们就要安住保持在这个境界当中，不要让它丢掉了。所以，接下来就请问：

云何住持？

应该如何安住保持，也就是功夫上路之后，我们如何安住保持在我们所契入的那个境界当中，不会失坏？那个境界不会失坏，也不会丢了，所以这个保任的功夫也非常的重要。所以，思惟接下来就请问，你思惟到一个境界之后，契入那个法门的境界之后，你怎么样安住保持在这个境界当

中。

能够安住保持在这个境界当中，就能够最后圆满开悟成佛，所以：
众生未悟，作何方便，普令开悟？

对那些还没有悟到圆觉的众生，要用什么方法，才能够使他们全部开悟呢？

世尊！若彼众生无正方便及正思惟，闻佛如来说此三昧，心生迷闷，即于圆觉，不能悟入。

普眼菩萨说：世尊！若是众生没有正方便和正思惟的话，前面听到佛如来说了顿修顿悟的法门，不用渐修，不用修就能够当下悟到的这个如幻三昧法门—「知是空花，即无轮转」、「知幻即离，离幻即觉」这个法门，反而心生迷闷，因为不是那个根性，不能够当下就契入那个境界，所以听佛前面的开示，反而心生迷闷。

「迷闷」是什么意思呢？迷，就是迷惑，不能够了悟，叫做迷；闷，就是闷住了，闷住了就是不通，没有办法契入佛所说的那个境界，所以就是听了一头雾水，不能够明白什么是如幻三昧，也不知道怎么契入圆觉的境界。

愿佛慈悲，为我等辈及末世众生，假说方便！」

所以，愿佛大发慈悲，为我等辈，为我等辈，就是现在在此会的这些菩萨众，以及末世的众生，假说修行的方便。

说修行的方便就好了，为什么要来个「假说」呢？因为前面那个顿悟的法门，是不用修行的方便，本来是没有方便，现在硬要说出一个方便，所以叫做「假说」，既然不能够顿悟，那只有渐修，所以就要在没有方便，本来没有方便当中，要强说一个方便，所以叫做假说。

作是语已，五体投地；如是三请，终而复始。

普眼菩萨说完了前面这一段话之后，就向佛五体投地，表示虔诚，这样请法，重复了三次。

尔时，世尊告普眼菩萨：「善哉！善哉！善男子！汝等乃能为诸菩萨及末世众生，问于如来，修行渐次、思惟、住持，乃至假说种种方便。」

这个时候，世尊先赞叹普眼菩萨：「善哉！善哉！善男子！你能够为在场的菩萨众以及末世的众生，请问如来因地修行的渐次，应该如何思惟、如何住持、还有假说种种修行的方便。」

汝今谛听，当为汝说！」

你们现在就仔细地听，我就要为你们说了！」所以在赞叹完了之后，佛就答应说法，但是佛告诫大家要仔细地听。谛听，就是仔细地听。

时，普眼菩萨奉教欢喜，及诸大众，默然而听。

这个时候，普眼菩萨看到佛答应说法了，所以非常的欢喜，于是就遵奉佛的告诫，和大家一起安静下来，仔细地听。

「善男子！彼新学菩萨及末世众生，欲求如来净圆觉心，应当正念，

远离诸幻。

佛说：「善男子！不论是初发心的菩萨（新学，就是初发心的，初发心的菩萨），还是末世的众生，凡是想要求如来清净圆觉妙心的，都应该心住正念，就能够做到远离诸幻。

这边佛祂先说了个总原则，就是说你只要能够心住正念，就能够做到远离诸幻，这是一个总原则。

那至于怎么做到呢？就是下面所谓的渐修的次第。

先依如来奢摩他行，

先要依止如来的奢摩他来修行。什么是如来的奢摩他呢？「奢摩他」我们都知道，就是止，修止叫做奢摩他，就是修定。

奢摩他就奢摩他，为什么前面要加个「如来」的奢摩他呢？那就说明这个奢摩他跟一般的不一样，一般如果是外道或者是小乘，他们所修的止，是比较粗浅的止，是比较粗浅的定，不是如来所修的定，所以现在为了区别它不是外道、小乘所修的定，所以就加个如来，因为外道或者是小乘他们的定，只有止，没有观，所以只能得定，不能够开发智慧。现在所谓的如来奢摩他，如来所修的定，它是同时包含止观在内，修止又修观，所以既能够得定，又能够开发智慧，所以就是止观双修，定慧双得，所以跟外道、小乘的定是不一样的，所以加个如来，如来奢摩他，这个就是说修行的第一步，就是要修定，这个是渐修的第一步，就是要修止。

但是，我们想要得定，必须要持戒来配合，所以佛接下来讲：

坚持禁戒，

还要坚固持守一切的禁戒，绝对不犯，这样才能够真正的得定。

可是我们一般都是先说先持戒，先持戒，然后再修定，为什么现在反过来？先依如来奢摩他行，然后才坚持禁戒，它为什么这里要先说修定，而不是先持戒呢？那就是因为如果是散乱心来持戒的话，不但不能够清净戒律，也不能够得定，所以这里才说要先修定。其实持戒和修定它是互相摄持的，就是有定的持戒，这个戒行容易清净，所以你持戒如果没有定力的摄持，你也是很容易破戒，烦恼一生起来，就不行了，就破戒了，所以想要持戒清净，还需要定力来配合。同样的，你修定也是要有持戒的功夫，你才能够真正的得定，所以有戒的修定，才容易得定。这就说明，其实它是互相摄持的，持戒跟修定同样重要。

另外，修行的时候，还需要善知识，还有善友，善友就是同行善知识、同参道友，需要善知识的教导，还有同参道友的互相切磋鼓励，所以佛接下来讲：

安处徒众，

就是徒众们要安心共处在一室，大家安心共处在一室，就是大家聚在一起，安心最重要。大家聚在一起，然后很多是非，大家都不能够安心好好来修止观，所以这个安心很重要。

大家共同聚在一起，做什么呢？就是先要依止善知识，听闻正法，所以先要依止善知识来听闻正法，接下来听闻之后，大家就要在一起共修。共修要安心地共处在一室，这样互相切磋勉励，修行才容易成就，那问题是怎么样做到安心？那就是要有共同的见解，大家一起共修，一定是有共同的见解，聚在一起才不会互相起法诤，法诤就是说：我说我的法最殊胜，你说你的最殊胜；有的持中观见，有的持唯识见，有的是内观禅的，有的是天台宗的，大家聚在一起，因为见解不同，就要互相的分别比较，所以就没有办法真正的做到安心，所以大家安心共处在一室，第一个条件就是大家有共同的见解，大家在一起之后，是不是也要修同样的法门？不会说今天来共修，你修你的，我修我的，不可能，所以还要共修同一个法门，有共同的见解，修的是共同的法门，这样才能够大家安心地聚在一起用功，听闻正法之后，然后就互相讨论，这样子才确定自己有没有修错，知见有没有错误。

除了共修以外，自己单独用功也很重要，所以下面说：

宴坐静室。

这个「宴」，就是安的意思，宴坐就是安坐，安坐在静室当中。除了共修之外，自己安坐在静室当中用功，也是非常重要的。

也许有人要问说：我每次参加共修就好了，为什么还要自己单独用功呢？那就要看你的功夫怎么样，如果你功夫很高的话，当然就O.K.啰，如果不是的话，如果心还是很散乱，平常身心都在动乱之中的话，那可能也还是需要找一个安静的地方，自己单独来用功。

这个宴坐，就是安坐，就是说你好好地坐下来，这样才能够摄身，不然身也是在动乱之中，就是你坐不住，没有办法得止，也没有办法修止观，所以安坐是为了摄身。那个静室，是为了摄心，这样我们收摄身心，才能够一心来修止观，所以安坐就是好好地坐在一个地方，那个地方是非常安静的地方，所以这边的静室，就表示说它不是很喧闹、很吵杂的地方，而是非常安静的地方，这样子才容易摄心。

前面说要共修，现在又说要单独修，到底哪一个比较重要呢？是共修重要？还是单独修比较重要？那就要看看我们自己是哪一种根性？比较适合共修？还是自己躲起来修？如果说自己是昏沉性比较重的话，那就比较适合大家一起来共修，因为反正一个人也不可能用功，就是说他整天昏昏沉沉、懒懒散散的，反正也不可能好好用功，这个时候还不如参加大家的共修，借着大众的力量，然后来策发自己的精进，所以这种情况，就适合参加共修，你看大家修，自己不修，不好意思，所以就跟着大家修，也因此进步得很快。

如果是容易散乱、掉举的这种根性的话，就适合单独来修，因为心已经很散乱了，身口意也都在掉举当中，如果再参加共修，因为他心很散乱，你猜他共修会好好地修吗？也不会啊，一个礼拜好不容易碰面一次，开始

话家常，所以碰在一起都是在聊天，聊得不过瘾，共修之后再找一个咖啡厅，好好地喝咖啡，继续聊，反而增加他的散乱，因为他心容易攀缘，很容易攀缘外境，很容易受到外境的影响，所以常常聚在一起反而心更乱，反而更容易打妄想，所以这样的根性的，那他就要先躲起来自己好好地修，增加自己的定慧力之后，然后再参加共修。

所以要看什么样的情况，其实这个是比较偏重的这一边来说，其实这两样都非常的重要，因为我们不能够不听闻正法，也不能够没有同参道友，当然自己用功也非常的重要，所以这两个其实都是非常的重要，只是看你现在的情况，目前的状况，你是比较适合参加哪一个，你就先从它下手，其实两个都很重要。

前面说到，如果众生没有正方便、正思惟的话，即使听到佛所说的三昧怎么样？心生迷闷，反而心生迷闷，没有办法契入圆觉的境界，所以佛现在就开示什么是正方便，从刚刚开始：「先依如来奢摩他行，坚持禁戒，安处徒众，宴坐静室」，到这边为止是正方便。

什么是正思惟呢？接下来：**恒作是念**，就是正思惟。

所以，佛其实祂已经开始告诉我们怎么样下手来修了，先修如来奢摩他行，这个是止观双运，不要偏在哪边，不要修止不修观，修观不修止，止观要同时下手，这个才是如来的奢摩他行。另外，要坚持禁戒，你想要定慧双修，止观双运的话，就必须持戒清净才能够做到这个如来奢摩他行，如来奢摩他的修行，一定要坚持禁戒，戒律一定要非常的清净，然后你才能够成就止观，成就定慧力，所以佛告诉我们渐修的次第，第一个就是要修定，然后持戒，然后安处徒众，平常要多依止善知识，听闻正法，同时也要和有相同见解，同修一个法门的同行善知识，就是善友，要互相地来讨论，大家聚在一起不是闲话家常，是共同来讨论修这个法、或听闻这个法的内容，大家来讨论，看你平常思惟的有没有错误，才不会差之毫厘、失之千里，所以先把正知见好好地正确地建立了之后，这样子用功才不会走错了路，所以同行的善知识也是非常的重要，这个就是「安处徒众」。然后在听闻正法，还有跟善友共同讨论佛法之外，还必须自己来静坐思惟，这个就是「宴坐静室」，这个就是下手的正方便，修行第一步怎么修？就是从这样子下手来修。

正式修了，就是下面讲的内容，就是第三章普眼章，普眼菩萨章这一章要告诉我们的修行的法门，怎么样达到最后的开悟成佛的一个法门，现在要开始介绍了。

恒作是念：

这个「恒作」，就说明它不是偶尔这样做，是恒常这样做，所以在平常，不论行、住、坐、卧，任何威仪当中，都是这样做，一天二十四小时当中，也从来没有离开过这样的正念，这个叫做「恒作」，这个是重点。

所以我们就知道为什么我们功夫不上路，就是偶尔修一下，然后就沒

有了嘛，上座有，下座就没有了，那个就是因为没有做到恒常的来这样做，偶尔修一下不够，所以你想要一个功夫非常扎实，然后快速的进步，很快的达到那个目标成就的话，就是要恒常的这样子来修，这个非常的重要，你心心念念都在法上用功，当然很容易就成就了，所以这个「恒作」是重点。

那念什么呢？恒作是念，这个「念」，念什么呢？「我今此身四大和合」。这个「念」，是正念思惟的意思。就说明它不是第六意识的分别心，它是智慧的观照，所以我们看到这个念，就知道它不是第六意识的分别，第六意识的分别是想，所以你修什么法门是思惟，是正念，正念思惟，不是第六意识想一下，所以我们也知道为什么我们知道做不到，然后经常这样子用功，但是达不到那个效果，就是因为我们都是用第六意识想一下，不是正念思惟，不是用智慧去观察、去分析观照，不是，而是用第六意识想，想没有用，第六意识想才有，没有想就没有，所以它不能够转动我们八识田那个种子，没有那个力量，只有智慧的观照才能够慢慢熏、熏、熏到我们第八识，然后转变我们第八识那个种子，可是第六意识的想心所是没有办法转变我们第八识的种子，没有办法转变，所以它的效果很差，所以一定是正念思惟，恒作是念，就是恒常的这样子来做。

正念思惟什么呢？

我今此身四大和合，

恒常做这样的正念思惟，我现在的这个色身，只是四大的和合。恒常，行、住、坐、卧当中，都没有离开这样的正念，「我这个色身，只是四大的和合」，任何时候都没有忘记这个念头，那个叫做心住正念，你一忘记，就是失念了，一失念怎么样？又回到原来的，这个身体是「我」，马上又回来了，这个色身是我的，它不是四大的和合。所以之前大家都听闻说：我们这个色身是假的啊！是四大和合！可是为什么我们每一个观念里面，念念都把它执为是真实存在的，就是因为没有「恒作是念」，没有下这样的功夫，我们常常都忘失了，偶尔想起来，这个四大的假合，可是第六意识想一下，这样而已，所以它没有办法发挥很有效的作用，一直要熏习到你念念都不忘失说这个色身是四大的和合，这个就是功夫了，心住正念的功夫。

光是说这个色身是四大的和合，我们马上就破除这个身见了吗？好像也没有那么容易，因为我们众生对色身的执着非常的坚固，不是现在说它是四大的和合，然后我们就能够破除这个身见，没有办法，因为熏习太久了，坚固不忘这个色身是我的、我的，真实存在的，所以它才要进一步地观察，说为什么是四大的和合呢？我再进一步用智慧来分析、来观察，所谓的四大和合，到底是哪些内容呢？

所以，接下来佛就开示说：

所谓：发、毛、爪、齿，皮、肉、筋、骨，髓、脑、垢色，皆属于地；
我们所谓的头发、汗毛、指甲、牙齿、皮肤、肌肉、筋、骨骼、骨髓、

脑浆、还有垢腻的颜色……等等，这些都是归属于地大。

这个「地」，是什么意思呢？凡是有质碍的，我们就称为「地」。就是有物质的障碍，你从这一头，没有办法穿过到那一头，中间有物质的阻碍，这个就是「地」的特性，凡是没有办法穿过去的，这个都是属于「地」。

那为什么称为「大」呢？就是到处都有，叫做「大」。无处不存在，这个穿越不过去的这个物质，这个就称为「大」。到处都有，从我们内在的色身，到外在的山河大地，这个物质世界，到处都有这个「地大」。房间，我们现在的讲堂，这个桌子、椅子，全部都是没有办法穿过去的，我们看得到的，你只要是没办法穿透、看到后面的，这个全部都是属于地大，所以它是无处不有，到处都是存在，所以叫做「大」，只要是没办法穿越的、有物质阻碍的，这个都称为「地大」。

我们分析这个色身，头发、指甲、牙齿，这些都是属于地大，它只是属于地大，那你说头发是不是我？头发是我的头发吗？头发是我吗？那我剃完了，「我」就剃掉了；我常常剪指甲，手指甲、脚指甲，你说指甲是我，那我喀嚓一刀，就把「我」给剪掉了，所以也不能说指甲是我，我们常常在剪指甲，那个「我」都剪剪剪……，所以你也不能说指甲是「我」，对不对？牙齿是我吗？蛀牙的时候，那颗拔掉，「我」拔掉了吗？所以你也不能说牙齿是我。所以我们分析它现在讲的地大，你每一个去分析，它都不是我，那地大是不是我？不是我啊！所以我们分析这个色身，属于地大的，凡是有物质障碍的，这个都不是我，它只是属于地大而已，我们内在的色身有地大，外在也是有地大，内外都有地大的存在，但是都不是我，不能够证明它是我，因为它也是生灭法。

哪些属于水大呢？

唾、涕、脓、血，津、液、涎、沫，痰、泪、精、气，大、小便利，皆归于水；

这些都是属于水大的。什么是唾呢？就是嘴巴流出来的，叫做唾；鼻子留出来的，叫做涕，我们说鼻涕；伤口溃烂所化的，叫做脓；身上流的，是血；血的精华，在我们体内会集的，叫做津；向外排泄出来的，叫做液；像丝一样垂下来的，叫做涎；浮聚在嘴角的，叫做沫（我们说口沫横飞，嘴角有白白的小泡泡，那个叫做沫）；咳嗽从喉咙出来的，叫做痰；悲伤哭泣，从眼睛流出来的，叫做泪；我们肾脏所藏的，叫做精；精所化的，叫做气；还有排出来的大便、小便，这些都是归属于水大。

什么是水的特性呢？就是有润湿性的，就是水的特性。所以刚才讲的这些唾、涕、脓、血……，都是有润湿性的。它也是到处都有，所以它也是称为大，有润湿性的，到处都存在，所以叫做水大。

哪些属于火大呢？

暖气归火；

我们全身的暖气，这个暖气就包含体温、热量，这个都是归属于火大。

什么是火大的特性？就是有暖热之相的，属于暖热的、有温度的，这个我们都称为火大，它就是火的特性，火的特性就是暖热。

动转归风；

我们全身的动作运转，这个都归属于风大。所以风的特性，就是有动转之相的，我们称为风。像身体的活动，就是属于风大；呼吸，属于风大；生命的那股能量，属于风大。我们说我生病，没有力气，那个力气，就是属于风大，它是属于一股生命的动能，这个都是属于风大。

所以，我们就四大一个一个去分析，地大一分析，我们身体这些属于地大，但是我们不能说它是我的；我们流出来的这些有湿润性的，也不是我的，流的泪，那个眼泪是我的，流出来，就我的流掉了，那我流口水，「我」也流掉了，所以也不能说这些是我的。

四大各离；

当我这样正念观察的时候，发觉这四大各自分离，各有各的归属，我把头发、指甲……发、毛、爪、齿、皮这些，我把它归在地大，所以它归属于地大；流出来的这些液体，它是属于水大；我的体温，属于火大；我的呼吸，属于风大，还有身体的动作，是属于风大，各有各的归属，而且四大是各自分离，各有各的归属，分离到哪里去？它归属的那个地、水、火、风四大去了。

那要问了：「我」在哪里？四大各离，四大各自分离，各自有各自的归属，那「我」在哪里呢？

所以它说：

今者妄身，当在何处！

那么我现在所执着的这个虚妄的身体，它应当在何处呢？四大各离，各有各的归属，我这个虚妄的身体，它应当在哪儿呢？它是属于这四大？还是其中的一大？还是都不是？好好地分析观察，用我们的智慧去分析。

如果说这个妄身属于四大，地、水、火、风都是我的身体的话，「我」就有四个，对不对？我有四个，因为有四大，所以我这个虚妄的身体就有四个，有四个我的身体，不可能！不可能！我们觉得「我」只有一个身体，所以如果说这个妄身属于四大，就应该有四个「我」，这个是不能够成立的；那说其中的一个是我，另外的三个不是我，那也不能这样说，所以如果说这个妄身只属于其中的一大，其它的三大就和我没有关系了，可是我们刚才思惟观察，正念思惟观察，我们这个虚妄的身体，它是地、水、火、风的和合，所以你不能说「我」只有其中的一个地大，然后其它三个跟我没关系，你也不能够这样讲，因为它是四个的和合，所以你说四个都是「我」，不对！其中的一个是「我」，其它三个没关系，也不对！那你说四个都跟我没关系，也不对！

所以，你不管怎么样去分析，得到一个结论就是：

即知此身，毕竟无体，和合为相，实同幻化。

所以，这个观察的过程非常重要，你只要在定中好好地这样来正念观察的话，很快就破除这个身见，因为你分析到最后发觉「我」不可得，它只是四大的和合，这样而已。

所以它说：这样正念思惟的结果，我马上（即，就是马上、立即），立即就能够了知，了知什么呢？这个色身毕竟没有它真实的自体，它只是四大的和合之后才有的假相，实际上是如同幻化的，幻化就是不是实有的，不是真实存在的，才叫做幻化，它只是四大和合之后的一个虚假的形相，并不是真实有这个色身，不是真实有，它只是四大和合了之后的一个假相，实际上它是如同幻化的，这样就可以证明这个色身不是我，这个就是「观身无我」的修法。

前面那个「念」，正念观察的那个念，是智慧的观察；现在这个「知」，是智能的了悟，藉由前面智能的观察，然后才有现在所谓的了悟。这个了悟，是你真正的契入那个境界了，刚才说嘛，如来奢摩他行，就是止观都包含在里面，所以这个是定中来正念思惟，所以定中有观，观当中也有定力的摄持，才会达到破除身见这样的效果。

所以，我们平常怎么用功呢？就是这样子来用功，正念思惟观察这个色身，它只是四大的和合，哪一些属于地大？哪一些属于水大？哪一些属于火大？哪一些属于风大？四大各离，各有它的归属，那我这个虚妄的身体应该在哪里呢？不能说它四个都是我；也不能说它是其中只有一个，其它三个跟我没关系；也不能说除了这四个之外，另外有一个我的存在，也不可以这样说。所以分析的结果，就可以得到一个结论：就是这个虚妄的身体，只是四大和合所有的假相，毕竟没有它真实的体性，如同幻化一般的不真实，就可以破除身见，破除身见，就证至少初果，小乘初果，至少啦，如果大乘有发菩提心，就不只是初果而已。

好，这个就是今天，我们就讲到这里好吗？刚好一个段落。

你们有问题可以问，没有准备？

[问] 师父您好!! 有一个疑问，就是地、水、火、风，是否可以选一个部分，还是要全部观察，看到清清楚楚的？

[答] 可以一个一个观察，先一个一个观察，你可以一个一个来，头发，你就观察：头发是我吗？不是我！头发可以剪掉，所以头发不是我。

[问] 全部要一直在想，还是可以选一部分观察？

[答] 看你执着的程度，我们刚才说了，为什么要进一步，其实佛前面讲第一句，你是根性比较利的，就可以了，有没有？第一步正念思惟什么？这个色身只是四大的和合，其实到这边就结束了，如果你这个时候就可以破除身见，后面就不用再进一步的分析了，就是因为众生对这个色身非常的执着，那个执着非常的坚固，所以不是说是四大的和合，然后他就可以马上就破掉了，所以没有办法，佛才要进一步开示说，为什么是四大和合，然后哪四大？就是地、水、火、风四大，然后我们去分析，我们这

个色身，哪一个部分是属于地大、那一个部分是属于水大，一个一个分析，分析到最后，我们是真的找不到「我」了，他才心甘情愿把这个「我」放掉，才可以承认说这个色身不是「我」，是这样子。

所以你说到底要微细到什么样的程度，就看你对这个色身坚固的执着到什么程度，你越坚固执着，你那个身见越难破，你可能就要观察得越仔细，就是仔细到自己，好，这样子可以，我可以承认这个，因为分析到最后，「我」不见了，对不对？地水火风都不是我，那我在那里？你就会起了这样的一个疑情，这个时候，你这个身见就破了，这个就是「观身无我」，观察这个色身不是我的一个修法，这样明白吗？详细的程度，跟自己执着的程度成正比。

[问] 晚上好！师父！师父想请问您：第一章跟第二章，「知是空花，即无轮转」，「知幻即离，离幻即觉」，在每一次当你知幻过后，你即离，这样你就……

[答] 那个「知」是重点，那个「知」不是知道，知道是第六意识的想心所，那个没有办法知幻即离的，没有办法当下就离，那个「知」，第一个文殊章跟第二个普贤章，它的修行的重点是那个「知」字，那个「知」不是知道，不是第六意识知道，而是了悟，了悟就是说你契入那个境界，佛一说「知是空花」，知道这一切的十法界的身心世界，就好比虚空中的花朵，当佛这样开示的时候，你就契入那个境界，当下就是虚空中的花朵了，懂吗？当下契入那个境界，那个是「知」的意思，所以你当下就可以离了，因为你已经现见，现前观见整个十法界的身心世界，就好像虚空中的花朵一样，你已经看见它就是虚空中的花朵，懂吗？契入这个境界了，知道它是虚空中的花朵，虚空中本来没有花朵，你当下现见，无明就破了，才能够「知是空花，即无轮转」，当下生死就切断了，当下喔，所以你一定是契入那个境界，所以那个「知」，一定不是第六意识——我知道，我们都知道啊！可是六道还是继续轮转。

[问] 师父所谓的「知」，就是见道吗？就是本来面目吗？就是自性吗？您说的那一个「知」，就是自性的境界吗？就是本来面目吗？就是道吗？

[答] 对啊！就是明心见性，就是圆觉自性现前了，我们前面讲两章的时候有讲，圆觉自性现前了。

[问] 所以如果要做这样，是不是一直保持正念？

[答] 对！所以我们前面两章，就是说你没有办法当下契入那个境界的话，你也可以把它当作咒语来念，「知是空花，即无轮转」，烦恼现前的时候，知是空花，即无轮转，慢慢熏熏熏，熏到第八识，有一天，一个不小心，可能踢到石头，古人是踢到石头啦，我们就不知道是撞到墙、还是怎样，因为思惟得太专心，可能撞到墙就开悟了，就真的是当下契入那个境界，所以可以这样不断不断地练习。

[问] 师父请问，这样一直不断练习，会不会进入一种无念的状态？

[答] 无妄想，念真如，它只是说你能够……它比较偏重在定这边，无念，就是说它也是算一个境界，我们常常说真心无念，真心离念，就是说你的真心其实是没有任何的妄念的，你可以一直保持没有妄念那个状态，其实它就是真心的状态，可是我们也说你不可能保持很久，为什么？因为马上又动念了，一动念怎么样？动念即乖嘛，那一念无明就生起了，无明生起，就有八识，八识又变现十法界、身心世界，就统统都来了，一念无明生三细，境界为缘长六粗，就统统都来了，所以如果你可以一直保持在真心无念那个状态的话，不起一个妄念，不起无明的话，那个就是佛的境界了，那个就是真心，现在就是功夫的问题，你可不可以一直保持，我们刚才讲那个安住保持，住持嘛，住持就是安住保持，你可不可以安住保持在无念的状态，不起一个妄念喔，一直保持那个无念，但是那个无念，常常又会被人家误会说比较偏在定，就是第六意识不起分别的那个现量境，对不对？当下好像也是无念，可是它差很多，对不对？一个是讲真心，一个是讲定的当下是没有分别的那个状态。

[问] 师父，再请问一个问题。譬如说：瞋心起，如果当你知道这个瞋心起，你就观察它、消融它，我想知道这个消融的目的是什么？

[答] 消融的意思，就是当下你知道它是因缘所生，无自性，当下就消融了。

[问] 这样的一个练习，是不是说我能够慢慢把我的瞋心减低？

[答] 瞋心不怕，因为它也是生灭法，瞋心起来，当下知道瞋心不可得，就消融了，因为瞋它是生灭法，生灭法的意思，就是说它不可能永恒存在，它也是因缘所生，为什么会起瞋心呢？就是内在的种子生现行了，有一个外缘牵动我内在瞋恚的种子，让它生现行，我就起了瞋恚心，可是这个是生灭法，因缘所生，因为有一个外境，然后牵动我内在瞋恚的种子，让它生起现行，所以它是因缘所生，只要是因缘所生，都是无自性的，都是无常生灭的，它不可能永远气到一辈子，到死为止，所以它是生灭无常的，生灭无常的都不可怕，对不对？因为说明它是无自性的，是空的，自性是空的，所以瞋心不可怕，自性是空的，你当下就把瞋心消融了，这样不断不断地练习，当你契入那个空性的境界了之后，它就可以把我们瞋恚的种子怎么样？慢慢地清净，你慢慢地清净你那个烦恼，贪瞋痴慢，种种烦恼的种子，慢慢地就能够清净，就是用空性的、般若的智慧，空性的智慧，然后把我们的内在那些烦恼业力的种子，可以慢慢地清净，就是靠它。

（谢谢师父！没有问题了）

[问] 师父，请问您说小乘见有止，没有观，可是小乘也有 Vipassana (insight meditation 内观)。

[答] 对啊！没错！小乘就是说奢摩他跟毗婆舍那，奢摩他的时候，就是讲止；毗婆舍那，讲观，分开的，懂吗？它讲奢摩他，讲止的时候，没有观在里面；另外讲观的，叫毗婆舍那，明白吗？我没有说小乘没有慧，

没有观，不是，而是说他在修奢摩他，在修止的时候，就是修止，所以他只得定，没有讲到那个观，因为慧是靠修观，开发智慧的，所以他修定就是修定，修止就是修止，修观就是修观，修止成就定力，修观成就慧力，分开修的，可是如来奢摩他行，是止观双运，定中有慧，慧中有定，两个同时都成就，懂吗？这是它的差别，不是说小乘没有观，我没有这样说喔。

[问] 法师，平日如何训练自己，不用第六意识去看问题、去判断？

[答] 这个就是保持第六意识现量境，就看只是看，听只是听，不去做分别，保持第六意识的无分别，这样去练习，当你成就定力的时候，你就会看得很清楚，但是你的心没有分别，所以不可能生烦恼，就这样子练习，保持第六意识无分别，六尘境界现前的时候，你就只是用你的眼、耳、鼻、舌、身，去看、去听，不做分别，知道，但是没有分别，好吃就是好吃，没有生贪；不好吃就是不好吃，不喜欢就是不喜欢，不会生瞋，这要靠训练，不然它很快，因为习气跑在先，所以你一定要不断不断地练习，把你的定力训练好了之后，你用定力来看的时候，你的心就不动了，但是看得很清楚，所以你是如实了知，但是心没有动，那个就是有定力，然后再加上你有慧观的话，知道它都是生灭无常的、无我的，那个很快就开悟了。

[问] 普贤章说：以幻修幻，现在又说要离诸幻，为什么？

[答] 可见你没有很明白前面的，前面也是要远离诸幻，只是说它可以当下就远离了，不用渐次来修行，不用渐修的法门，当下就可以远离，不是知幻即离吗？你知道一切是幻，当下就远离诸幻了，所以它也是要远离诸幻，不是没有远离诸幻。

我们今天到这里。

愿以此功德，普及于一切，我等与众生，皆共成佛道。