

「釋禪波羅蜜法門」禪修

不淨觀^⑭

識處定

最尊貴的淨蓮上師講解

講於臺北新店

二〇一一年二月二十四日

我們還是繼續不淨觀的部分。

跟上次一樣，把八色光觀出來之後，就安住在八色光裡面。然後經過二禪、三禪、四禪，爲了要超越色界，所以必須把八色光滅除，所以我們就觀想八色光除去，這樣就可以很安全的進入無色界的空處定，上次是練習到空處定。

在空處定定久了之後，我們會發覺這個定也是不安穩的，爲什麼呢？因爲心緣虛空，虛空無邊，緣多則散，會破壞定；而且虛空是外在之法，心緣外在之法而入定，這個定一定不安穩，所以我們應該緣內在的心識，這樣才是安穩的。

而且我們在定中觀察，空處定它是由受想行識四陰和合而有，所以它就像如病、如癰、如瘡、如刺，是可厭惡的；而且是因緣和合而有，是虛妄不真實的，所以，以理觀來說的話，它是無常、苦、空、無我。

這樣觀察了之後，我們就捨棄空處定，一心緣識。這個「識」，就是現在的當下的心識，雖然它念念不住，但是你還是可以安住在上面，安住在當下的心識。

我這一次到中正紀念堂去賞櫻花，一面賞櫻花，一面經行，試試看我在行走的時候，看櫻花的當下，我可不可以還是可以心緣當下的心識？結果證明是可以的。我可以一面行走，一面看櫻花，然後安住在當下的心識，你會發覺，剎那之間是所有都沒有了，所以可以證明緣現在當下的心識是可以入定的。就是你提高警覺，看著你當下的心識，你會發覺它根本是起不來了。我們沒有攝心的時候，念念生滅生滅，也沒有觀察到，因爲它太快了，速度太快，都是事後才警覺到，我剛才怎麼想了一堆？我不應該想這個，我不應該想那個，然後才在後悔、懊惱。可是如果你提高警覺，觀你當下的心識，你會發覺你那個念頭根本起不來，爲什麼？因爲被定定住了，被定伏住了，那個念頭根本起不來。所以只要你把你的心安住在當下的心識，你看著它，

它反而沒有，你沒看著它的時候，它就很忙，生滅、生滅、生滅，很忙，你提高警覺的時候，看著它，它反而沒有念頭了，然後你就安住、安住，這樣就可以入識處定。

所以有人問說，這個心識不是剎那剎那生滅，我怎麼可能安住在這個上面呢？可以呀！因為我們是有憶持心識的能力，像我們說你昨天哪一件事情，你馬上就回憶起來，可是那個念頭不是已經過去了嗎？那是昨天發生的，為什麼你現在一想，它就回來了？表示我們心念有那個憶持的功能。那你也可以坐在這邊想明天我要幹什麼，所以它是可以穿越過去跟未來的。

所以我們說當下的心識，它是念念不住，它不會停留，它生起就消失，生起就消失。生起還沒有消失之前，叫做現在；消失以後，叫做過去的心識；那還沒有生起，叫做未來的心識，可是它一生起就變成現在的心識，消失就變成過去的心識，所以過去、現在、未來，是不是…它是相通的？對不對？講現在已經過去了，未來的馬上又生起了，所以我們雖然說是安住在當下的心識，可是這個心識因為它能夠生起，也能夠消失，所以它是穿越過去跟未來的。

我們現在就試試看，可不可以把心安住在當下。那也是八色光滅了之後，就心緣虛空，然後再把虛空定再把它空掉，然後緣當下的心識。

好，我們現在練習。

（師父開示）

當空處定滅，識處定還沒有生起之前，也有一個中間禪，這個時候不要心生憂悔，繼續用功，心就能漸漸地安住在識緣當中。當心能夠任運安住在識緣當中，就是未到地定。

之後，心豁然與識相應，當下只有心識，其他什麼都沒有。過去、現在、未來的心識無量無邊，感覺清淨安穩，心識明利，這個時候就證得識處定。

有人問，前面我們要超越四禪的時候，用的是「苦粗障、勝妙出」六行觀，現在修習四空定，為什麼用的是八聖種觀？難道不能用六行觀嗎？因為四空定比較微細，不容易觀察它的過失，我們才要用八聖種觀。如果善修六行觀也可以，但是不像修八聖種觀來得快速。因為我們知道，外道他也修四禪八定，但是外道沒有所謂的八聖種觀，這是佛弟子修的，可是他們也照樣可以證得四禪八定，可見都可以到達，差別在哪裡呢？就是我們剛才說的，

有了八聖種觀，你要超越四空定是比較快速的，比外道所修的四禪八定要來得快速證得。

而且我們也知道，八聖種觀裡面有所謂的事觀跟理觀，如病、如癱、如瘡、如刺，這個是事觀；苦、空、無常、無我，這個是理觀，這個部分外道是沒有的。所以理觀如果能夠深入的話，能夠當下證得無漏，所以前面的四禪也好，後面的四空定也好，只要能夠契入理觀的部分，通常也都是可以證果的，小乘是阿羅漢果，大乘能夠登初地，就是達到聖者的初地、二地、或八地等等的，就看你當下的見地還有功夫到哪裡。所以我們知道，佛弟子跟外道同樣修四禪八定，但是結果是不同的，一個可以達到解脫證果，一個不可以，這就是和外道四禪八定的差別。

而且小乘發心跟大乘發心也有很大的差別，大乘菩薩都已經不是爲了自己來修了，他自己必須要有修有證，才能夠利益其他對四禪八定好樂修學的這樣一個根性的眾生，才能夠利益他們，不但能夠幫助他們證得四禪八定，而且還可以在這個中間幫助他們得到解脫，或者證果，或者開悟，所以動機發心不同，它的果報也有很大的差別。

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。