

十六特勝與四禪八定的比較

第十八講

四禪的支林、禪定的重要性

最尊貴的淨蓮上師講解

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們今天介紹四禪的支林。四禪有四支：

第一個是「不苦不樂支」。爲什麼叫不苦不樂支呢？是因爲四禪剛生起的時候，是和捨支相應的，跟捨念相應，那捨就是不苦不樂，所以它就叫做不苦不樂支，這是第一個。

第二個「捨支」，是捨什麼呢？捨三禪的樂定。

第三是「念清淨支」。就是心念清淨，爲什麼四禪的心念是最清淨的？有三個原因：第一個原因，就是入四禪的時候，口鼻呼吸斷，因爲呼吸已經停止了，我們昨天也介紹，呼吸停止了，妄念也跟著斷絕，所以這個時候心是最清淨的。第二個原因，是已經斷苦、樂、憂、喜，所以心念是清淨的，因爲只要還有苦樂來干擾我們的心，我們的心不是真正的寂靜安穩，只有進入捨的時候，我們的心才是真正的寂靜安穩，那四禪已經離了苦、樂、憂、喜了。我們也知道，初禪是覺觀來動搖我們的心，所以心念不清淨；二禪是喜來擾動我們的心，所以心念也不清淨；三禪是樂來擾動我們的心，所以我們也不能說這個時候心念是清淨的；只有四禪，苦、樂、憂、喜都斷了，才是真正的心念清淨。第三個理由，我們昨天說，像明鏡、像止水，清淨無波的水，所以它是定心安穩，但同時又有智慧明照，所以只有第四禪是定慧相當，一心不動，所以我們說它心念清淨。四禪之前是慧多定少，四禪之後的無色界定，是定多慧少，只有第四禪是定慧等持，所以我們說它這時候心念是清淨的。

第四支是「一心支」。因爲四禪稱爲不動定，所以他面對一切外在的境界，都已經可以不動心了，他妄念都已經完全斷絕，當然能夠對境心不起，所以就達到一心支。

四禪稱爲「根本定」，所謂根本定的意思，就是一切禪定的根本，因爲到現在還有很多人懷疑說，一定要修禪定嗎？我學佛修行，一定修禪定嗎？禪定真的這麼重要嗎？一定要這麼辛苦這樣一路從數息、隨息，然後要怎麼經過這樣一層一層的四禪八定，這是一定要走的路嗎？有沒有那個 shortcut？有沒有捷徑？那我們就要了解四禪的境界當中，它會發生哪些事情，我們才知道說也許有必要要修吧。

既然稱爲根本定，就說明它是一切禪定的根本，就是說你要轉修任何的法門，都要依四禪這個基礎，所以它是一切定的根本，那你要轉修其他的法門非常快速的成就，不管是四無量心、還是什麼無量的禪定跟三昧，什麼念佛三昧、海印三昧、首楞嚴三昧……，能夠說出來的所有的三昧、

還有禪定，都是依四禪發的。因為它定慧等持的關係，定慧相等，因此在這樣的一個狀態當中是最容易，我們剛才講心念清淨，這個是重點，因為心念清淨，所以這個時候，你動任何一個念頭，都能夠隨意成就，因為心念清淨的關係，因為定慧等持的關係。

所以，在四禪當中，是不見一切的色法，可是可以成就一切的色法，不見一切的色相，但是可以成就一切的色相。我們看很多經論上面談到佛菩薩的境界，譬如說：救苦救難的觀世音，祂可以在大家鬧飢荒的時候，祂變一口井，然後讓我們有水喝，那個井是祂變的；大家都快餓死了，祂可以變出麵包，可以變出各種的食物，因為祂隨意自在，這是憑什麼可以？憑觀想，而且是實質的東西出來，不是說只有一個影像，很模糊的影像而已，不是喔，是實質的東西可以變現出來，讓我們眾生受用，這個憑什麼可以做到？就是四禪的定力的功夫，所以一切佛菩薩的神通境界，無量的變化的能力，從哪裡來？從四禪來。

所以，我們常常說神通由定發，那這個定是幾禪？四禪。所以你沒有證到四禪，你的心念不夠清淨，因為前面還有我們剛才講的，有覺觀動心，有喜樂動心，你的心不能完全清淨，心念不能夠完全的止息，就是妄念不能夠完全的止息的話，你想要觀想出什麼的話，是有困難的，為什麼？因為你的心本身不是那麼樣的寧靜，因為還有干擾，還有喜樂的干擾、覺觀的干擾。心念不是完全的清淨的話，你就是沒有辦法這麼樣的實在的變現出一切的境界出來。

所以，四禪叫做捨念清淨，就說明要捨念清淨，你才能夠成就一切法。所以這時候要轉修一切的世間法、出世間法，都非常快速的就能夠成就了。

所以，開悟是什麼時候悟的？什麼時候明心見性？四禪。因為四禪心念真正的清淨，所以它是完全的無分別，所以般若無分別智才有機會現前。所謂的開悟，就是見到自性，那個自性就是般若無分別智，所以我們的心一定要在無分別的當下，你那個無分別的智慧才有可能現前。所以，開悟的當下是幾禪？四禪啊！所以如果你想明心見性、想開悟，你想有無礙的神通變化，你想要有辯才無礙的說法，你想要隨意成就一切的法門，都要依四禪才會有可能，懂嗎？

這也說明為什麼我們現在學佛修行的人多，成就的人少，因為他們不喜歡修禪定，或者是他們即使修禪定，但是還沒有到達四禪的境界，沒有這樣的功夫，因此他沒有辦法產生這麼多的變化。所以到四禪，你才可以隨意成就，這個隨意成就非常非常重要，就是說你的心念可以自在作主了，你要它幹什麼就幹什麼，像我們常常說：我觀想什麼，觀想不起來；你叫他觀想阿彌陀佛，模模糊糊觀想不起來；你叫他觀想本尊，觀想不起來，為什麼？因為沒有定力，當然觀想不起來，所以你想要起觀的話，修觀想也是要有禪定的基礎，你的心可以隨意自在，要觀什麼，就觀什麼，要成就什麼，就成就什麼。

所以，如果我們沒有禪定功夫的話，煩惱一起來就完了嘛，都是煩惱在做主，業力現前也完了嘛，也是業力在做主，我們一點都沒有辦法做主，一點小小的事情就完蛋了，這說明什麼？就是我們沒有禪定的功夫，所以境界一來，兵敗如山倒，死得很慘。

所以，這樣分析來看的話，要不要修禪定？如果你想在修行上面有一些成績的話，或者成就的話，恐怕這還是一條必須要走的路，你如果想在這一世有所成就的話，不管你想成就哪個法門，都需要禪定的功夫，都是止觀的成就，一個人的修行止觀圓滿了，就成就了。

所以，一切的法門廣義的來講，也都是修止觀，念佛三昧修止觀；你說密宗生起次第、圓滿次第也是修止觀；四加行也是修止觀，對不對？都是啊，戒、定、慧嘛，戒定慧，定就是止，慧就是觀，對不對？所以有禪定的功夫的話，你才可能持戒清淨，容易破戒，就是因為有煩惱，煩惱熾盛容易破戒，我們有定力來伏煩惱的話，我們就容易持戒清淨，所以持戒要想圓滿，也要有基本的禪定功夫。那智慧更不要說了，我們剛才說智慧是由定發的，神通也是由定發的。所以你沒有禪定的功夫，智慧也沒有辦法圓滿。那一個人的成就，就是看他戒定慧三學圓不圓滿嘛，就是沒有離開止觀的功夫，對不對？這樣的範圍，定慧的範圍。

我們為什麼要說這一段？就是鼓勵各位同修，好好地要對禪定學有信心，然後有毅力、有長遠心堅持下去。因為很多師兄跟我講說，已經講到四禪，可是我不曉得才修到第幾禪，好像還有點趕不上我們的進度，也沒有關係，因為它是時間的累積，那我們也都有錄下來，有 VCD，我們先把地圖看清楚，先把這個理論弄清楚，以後我們比較多時間來修的話，或者是這樣一步一步修上來的話，我們也會很清楚明白，因為課已經上過的話，我們至少理論方面已經能夠明白，那加上我們自己功夫的努力的話，在這一世成就是應該沒有問題的，最主要就是看各位對這個法門有沒有信心，有沒有發願要在這一世成就。

我們再練習看看。