

十六特勝與四禪八定的比較

第廿九講

非想非非想定

最尊貴的淨蓮上師講解

各位居士大德！阿彌陀佛！

我們今天介紹無色界四空定的最後一個——非想非非想定。

首先解釋名詞，爲什麼稱爲「非想非非想定」呢？它有三種解釋，都可以講得通。

第一個解釋，非想，這個「想」，是指粗想；非非想，第二個「想」，是指細想。所以，非想非非想的意思，就是已經沒有粗想，但是還有細想，並非沒有細想，就是還有細想的意思。因爲在這個定中，它的心識活動已經非常非常的微弱了，這個定依然是受、想、行、識四陰的和合而有的，所以這個定也不是實有的，它依然是和合而有的，因緣而有，所以它不是真實的。但是因爲它的心識活動已經非常非常的微細了，微細到凡夫沒有辦法察覺，所以才給它一個名稱，叫做無想，但是它並不是沒有想，它還有細想，已經沒有粗想，但是還有細想，這是第一個解釋。

第二個解釋，非想非非想，第一個「想」，是指有想，識處定的有想，所以，非想，就是並不是識處定的有想；非非想，這個非非想的「非想」，指的是無所有處定的無想，非無所有定的無想。第一個非想，它不是識處定的有想，也不是無所有處的無想，所以叫做非想非非想，這是第二個解釋這個名稱。

第三個解釋，就是指這個心識，它並不是真實有的，非想，就是並非有想。爲什麼說它並非有想呢？因爲我們在這個定中不見一切的相貌，我們在定中的時候，什麼相都沒有，像一般我們如果心識有活動的話，有想的時候，我們會有想的那個相貌，譬如大家都來過大悲中心，我們一想大悲中心，這個念頭一起來，馬上就有大悲中心的相貌出來，所以只要我們有想的話，就會有那個相貌。可是現在在這個定中，沒有一切的相貌，所以我們才會說它什麼？非想，並非有想，有想有相貌，因爲不見一切相貌，所以就叫做非想。可是這個非想，不見一切相貌，不是完全沒有心識活動，我們剛才講了，它還有很微細的受、想、行、識的活動，只是它很微細，沒有辦法被我們凡夫所察覺，因爲我們的定慧力都不夠，止觀的功夫不夠，所以沒有辦法察覺這麼微細的心識活動，所以我們才給它一個名稱，叫做無想。但是這個無想，不是完全沒有心識活動，如果沒有心識活動的話，就跟死人、跟木頭、跟石頭是沒有差別的，可是現在不是，還有很微細的心識活動，很微弱，只是我們不容易觀察到，所以我們才稱爲無想。所以，第三個非想非非想的解釋，就是並非有想，也並非無想。

就這三個解釋，我們大概就對這個定的狀況，大概有一個基本上的認

識，爲什麼叫做非想非非想定，它名稱的由來，是這麼來的。

那怎麼來修這個定呢？就是有兩種方法，一個是跟前面一樣，呵責、讚歎，另外一個就是用觀照分析的方法，這兩個方法都可以來修這個定。

呵責、讚歎，那無非就是呵責前面那個無所有處定的過失，然後讚歎這個非想非非想定的殊勝。

無所有處定，它有什麼過失呢？我們前面練習過就知道，我們一心緣無所有而入定，一心緣在無所有，所以你當下是沒有辦法起智慧的觀照，你的心當下什麼事都不能做，因爲你一心緣無所有，所以就變成說你沒有辦法有分析、或者觀照、或者是觀察、或者是思惟的活動，當下都是完全停止的，就是說你暫時心念沒有辦法轉動了，因爲你一心緣在無所有處定而入定，一心緣在無所有而入定，所以當下在那個定中是沒有辦法思惟觀察的。那種狀況，就是一種無明愚癡的狀況，因爲沒有智慧的覺照，那個定的功夫非常非常的強，幾乎心念都要停止了，所以當下是沒有辦法起慧觀的，所以我們的心念當下是被無明、愚癡所蒙蔽，所以在這個定中是沒有辦法開發智慧的，也沒有辦法開悟。

我們前面講過，開悟最佳時機是什麼？四禪的時候，所以你進入了無色界的四空定，都是很難開悟的，爲什麼？因爲定力太強，你沒有辦法起慧觀，沒有辦法思惟觀察，沒有辦法修觀，因爲定力太強的緣故。現在無所有處定的過失也是同樣的情況，它就跟我們喝醉了、睡著了沒有什麼差別，因爲我們喝醉了，意識被那個酒精麻痺了，意識也是暫時沒有辦法活動的，我們睡著了是陷入大昏沉，心識也是暫時沒有辦法思惟觀察，沒有辦法起智慧的觀照，跟這個睡著了、醉酒了情況是差不多，是一種無明、愚癡的狀況，所以我們就知道這個定是不究竟的，所以我們要呵責它，然後進入現在講的非想非非想定。

我們要讚歎這個非想非非想定，它到底是怎麼樣的殊勝呢？那就是前面的識處定，它就很像膿瘡一樣的；無所有處定，又好像愚癡一樣的，所以這兩種定都是心識之病，並不是真正的寂靜處，只有我們現在講的非想非非想定，它才是真正的安穩，沒有前面講的那些過失，所以我們應該就是捨棄無所有定，而希望能夠入非想非非想定。

這是第一個呵責、讚歎的修法。

觀照、分析的方法，跟我們前面那個一樣，就是思惟無所有處定，在我們無所有處定當中，我們專心地觀照受、想、行、識，如病、如癱、如瘡、如刺，是無常、苦、空、無我的，這個八聖種觀我們上一堂已經詳細解釋過了，上面兩堂都是用這種方法，然後來捨棄前面那個定，而進入下面這個定。

現在也是同樣的方法，思惟前面那個定，無所有處定，它是如病、如癱、如瘡、如刺，是無常、苦、空、無我，這一共八個，所以叫做八聖種觀。它是因緣和合而有，是虛假不真實的，我們這樣子觀照了之後，我們

就能夠捨離這個無所有處定，而一心緣中。

這個「中」，就是非有、非無，你已經捨棄前面那個無所有處定，那你的心識現在要緣什麼呢？就是緣中，這個「中」就是非有、非無，不是有、也不是無，所以叫做中。所以，我們這個時候一心緣中。

非有、非無，我們剛才已經分析過了，我們不能說當下心識它是實有的，所以是非有。非有，就是心識並不是實有的，所以非有，指的是心識不是真實存在的，為什麼？因為我們觀察我們的心念，心識的流動，就是每一個、每一個心念，還沒有生起叫做未來；生起的，還沒有消失，叫做現在；消失了，我們叫做過去，所以一念生起，從未來到現在，然後到過去，每一個心念都是未來、現在，然後就消失，就過去了，你有沒有辦法讓任何一個念頭停留呢？沒有辦法，因為它生起就消失、生起就消失，從無到有、到無，從未來、現在、到過去，每個心念都是這樣子流動，不斷不斷相續地流動，所以沒有一個心念能夠留住，所以我們才會說過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得，就是從這樣的思惟所推出的一個結論，過去、現在、未來，心都不可得，三心不可得。而且我們觀察心識，它也沒有形體、沒有相貌、也沒有處所，我們沒有辦法描繪說我們心識它是長得什麼樣子，它是什麼顏色，或者是它在我們什麼地方，在身內、還是身外，還是在虛空，我們都沒有辦法找到，所以結論就是心識不是真實存在的，這個就是「非有」。

非無，我們說心識不是實有的，那是不是就等於心識根本不存在呢？也不是，如果我們心識根本不存在，那個不能夠叫心，心就是它有作用，它有覺知，它能夠攀緣，就是說我們心識可以攀緣外境，這個都是心識的活動，你如果沒有心識的活動，你六根面對六塵，你不知道你看到什麼，也不知道聽到什麼，也不知道你每天吃了什麼東西，這個覺知就是心的作用。所以心雖然不是真實存在，但是你不能說它沒有，就是畢竟無、畢竟空，不能說它是畢竟空、畢竟無，就是根本沒有這個東西，不可以，也不可以這樣說，因為心識還有它的活動，還有它的作用，所以你不能說它完全沒有，根本就沒有心的存在，不可以這樣說，這個就是「非無」，並非畢竟無。

非有、非無。非有，就是並不是真實有，但也並不是畢竟無，一心緣中，就可以入這個非想非非想處定。

我們念念不捨，住在這個非有非無當中，前面那個我們本來心是緣無所有，我們現在把我們的心緣在非有非無這個狀態當中，前面那個無所有處定自然就消失了，因為我們不再緣它了，我們現在心識是緣非有非無。

這個就是怎麼樣入非想非非想定的一個方法，用觀照分析的方法，你就可以入這個定，就是一心緣中，這個中，就是非有非無。

好，我們現在來練習。