

般若波羅蜜多心經  
第九講  
最尊貴的淨蓮上師講解  
講於新加坡 Orchid Country Club  
二〇一七年十一月十日

好，我們講到五蘊的第三個——想蘊。什麼是想呢？想就是認識作用，想心所它的作用就是認識。所以在認識了外境之後，我們就一定會取相，認識外境我們就取相。譬如說：看到這個面前這麼多美麗的花朵，然後就取這個種種花的相，取相，認識外境之後我就取相，給它種種的名稱跟言說，這個叫香水百合、這叫康乃馨、這個叫桔梗……等等。所以我們就知道想心所它的功能是什麼？就是我們現在講這個想蘊，它的功能是什麼呢？就是認識外境，認識外境之後就給它種種的名稱跟言說，這個就是想蘊的作用。所以我們每個念頭都可以用語言、文字去把它描述出來，對不對？我們現在回想，我現在動一個念，是不是可以把它說出來？我剛剛動了什麼念，是可以語言或文字把它描述出來的，這就是想蘊。

所以我們修行、打坐最怕什麼？妄想，對不對？好討厭！怎麼趕都趕不走。所以妄想來的時候你們怎麼處理呢？妄想來的時候，它一直打妄想，妄念紛飛，不打坐都沒事，一打坐妄念就一直來、一直來，我怎麼趕都趕不走。用力念「阿彌陀佛」有沒有效？妄念等一下又來了。「唵嘛呢叭咪吽」怎麼樣？有沒有有力一點？還是一二三四數息、一二三四天台止觀、還是隨息？心念跟著呼吸走，知道它息長、息短，還是什麼？

我們一般都是用盡了辦法，想要把妄念空掉。我們會以為只要把妄念空掉，我就得止了，是這樣子嗎？一定妄念要空掉你才能得止嗎？請問，得定的人、得定的師兄講一下，你們得定的時候有沒有妄念？還是一定要妄念空掉我才可能入定？這是個大問題！好好想一想怎麼回答？要空掉、還是不要空掉？妄念一定要空掉才能得定嗎？你們得定的師兄講一下，這麼客氣啊！平常怎麼講那麼多，現在問的時候都沒有答案了。那就看你的功夫到什麼程度，對不對？

像我們修定的話，粗顯來說有三個階段：第一個階段就是強力止，我一定要有一個所緣境，強迫我的心安住在那個所緣境上，很用力的安住在

所緣境上。所以第一個階段是強力止，不管你用什麼法門，都是要很盡心盡力，然後非常地專注在那個你所緣的，所緣境就是你修的那個法門上，專注不散亂，希望能夠得定。所以這個時候的階段，就是妄想來就完了，對不對？

像數息，妄想一來我數到第幾了？一、二、還是三？從頭再來，等一下又不知道數到第幾？妄念又來，又數丟了。要不然就數到十幾、二十幾還在打妄想，還在想昨天的事情怎麼樣，結果三十幾、四十幾還繼續在數。不是從一數到十，再回來從一到十，不是數過頭就是數丟，還沒有到十，就不知道想到哪裡去，然後再想：我剛才是數到第幾？沒關係，從頭再來數。

所以第一個階段妄念會比較多一點，然後我們要很努力地把我們的心安住在所緣境上，這個時候妄念對你的干擾來說，它的力量是非常非常強的。也是因為妄念太多，你不管怎麼專注，因為這時候還沒有定的功夫，還沒有止的功夫，所以不管你怎麼樣地用力，它還是一樣妄念很多。所以這個時候就恨、恨妄念，對不對？它為什麼都趕不走，好討厭！

然後慢慢、慢慢地你的呼吸越來越微弱、緩慢、再緩慢、再更緩慢，欸！你的呼吸好像快要停止了。我們說天台止觀一數、二隨、三止，到你的心念跟呼吸慢慢地靠近，叫做「心息相依」；靠近以後分不開了，叫「心息合一」，這個時候就得止。這個時候即使有妄念，你會不像之前馬上就被它拉走了，會好一點，這是因為你已經有得止的功夫，初步得止的功夫。這個時候我們就心不要在那個所緣境上了，像你原來數息數到覺得數字很多餘，或者隨息覺得那個呼吸很多餘，這個時候我們的心就放棄你原來的那個所緣境，而能很自然地安止。這個是第二個階段，我們叫做自然止。

從強力止到自然止這個階段，每個人的時間不太一樣，可以從第一個階段到第二個階段，到底要多久、多長？是幾個月、還是幾年、還是怎麼樣？因人而異，不一定。因為他可能過去定力就很高，所以他一二三搞不好就強力止，馬上就入定，然後進入到自然止。自然止的意思，就是說你自然就能夠安止在定境當中，你不用再很強力地把你的心要放在哪裡，沒有。因為你心息相依、合一了之後，你就很自然的就好像止在一個地方，這個階段就是自然止。

那我們修定的目的是什麼呢？我們為什麼要修定？開悟，說得好！憑什麼會開悟呢？你是坐到什麼時候開悟來找你呢？它會自然來找你嗎？外道修四禪八定，他修到有神通，開悟也沒有來找他。所以重點又來了，不是這樣憨憨坐（台語），有一天，唉呀！奇怪我怎麼就開悟了！那大部分都耽誤比較多，不是真的開悟了。

所以開悟也是有條件的，修定之前你要熏習很多那個空性，像般若空性的智慧，無我的這樣的一個正知正見，然後長時熏修，種到你的八識田，有無我空性智慧的這個種子到你的八識田，平常就熏、熏，熏無我、空，這樣熏了很多。所以在你得止的時候，這個智慧會自然現前，般若智慧會自然現前，可是最重要、最重要的重點是什麼呢？你自然止的狀態是什麼？你有沒有覺知在裡面？你有沒有覺知在你止的定境當中，你有沒有保持覺知？這個是重點。

外道為什麼沒辦法開悟？就是因為他沒有覺知，他只有定力很高，可以高到那個想心所都不現前了，有沒有？無想定，無想定就是現在講的想心所，我可以把它滅掉，我的定力可以高到我的想心所都不現起，到哪裡去了？到無想定去了，死後生無想定，活著的時候就是入的是無想定，可是他到驢年也不會開悟，對不對？沒有驢年，表示他不可能開悟的意思，就是因為他的定裡面是沒有覺知的。

所以我們之前為什麼那個覺知的訓練，要訓練很長、很長、很長的時間？就是一直希望能夠達到安住在當下、保持覺知，不落入二元對立，重點是不落入二元對立，安住在當下、保持覺知。所以除非你得止，要不然你就是二元對立，對不對？再請問得定的師兄們：你在定的當下有二元對立嗎？有嗎？沒有！對不對？你現在得止了，在那個定境當中有二元對立嗎？沒有！那個我們叫做現量，沒有比量。你沒有得止之前就不斷、不斷地分別、執著，不斷、不斷分別，那個是比量，大部份的時間都是在比量當中，我是說凡夫，各位不是。

凡夫大部份他都是用比量在過生活，因為他都要不斷、不斷分別，這樣對、還是錯？好、還是壞？得失心非常的重，就是因為二元對立的那個好壞的結果，對他來講是有很大的差別。所以他每一念都要確定這樣子是對的、這樣子是好的，他才能夠安心，可是他就永遠活在二元對立當中。

所以除非得止，在止的當下是現量境，現量無分別就是沒有二元對立了。所以我們就知道安住在當下，那個當下指的是什麼呢？定境，然後定境裡面有覺知，保持覺知，然後就一定不會落在二元對立當中。所以這個功夫是你要得了自然止之後，要一直安住在沒有二元的覺性當中，那個覺知慢慢就是等於覺性不斷、不斷地開顯，開顯你那個菩提自性。不管用什麼名稱，你用「覺性」也好，覺性是怎麼來的？就是你那個覺知，慢慢、慢慢增長。

我們之前覺知的訓練也講過，覺知其實到最後是般若智慧，所以其實就是我們本自具足的那個覺性。我們本來就有的那個覺性它是沒有二元對立的，因為你一落入二元對立，那個覺性就不在了，一般來說是這樣子。可是什麼時候你還是起個妄念，可是你那個覺性還在？一般我們說，你一打妄念那個覺知就不見了，覺性就沒有了，然後就落入二元對立了，對不對？前面的階段是我的心一散亂，我就沒有定了，然後我的覺知不見了，我的覺性也找不回來了，雖然它一直都在。可是因為你一散亂、妄念一起來，覺性不見了、覺知不見了，所以就變成妄想、妄念讓你沒有辦法保持覺知、安住在當下、不落入二元對立最大的兇手，還是那個妄念，所以心一散亂、妄念一起來，覺性就不見了。

可是你過了這個自然止，你自然止這個定力一直增長、一直增長、一直增長，增長到你大部份的時間，都能夠安住在當下、保持覺性，就是說你白天大部份的時間，都是在沒有二元對立的覺性當中，包括你晚上在睡覺，你沒有二元對立的覺性還是能夠依然保持，這個時候就不怕妄念了，所以我們剛剛的問題是：你的定境當中有沒有妄念？

第三個階段，即使有妄念生起，它很快就自動消融在覺性當中，你的心不動，這個我們叫做究竟止。這就是我們修定最終的目標，就是能夠白天醒著的時候，安住在無二的覺性當中，即使晚上作夢也是能夠安住在無二的覺性當中。這樣子來說，你臨終要往生哪裡就沒問題，因為你白天、晚上都可以安住在你的覺性當中，這時候作的夢叫做明光夢。夢我們也是分三種：第一種輪迴夢、第二種明性夢、第三種明光夢。

那明光夢出現在什麼時候？也是第三個你得究竟止之後，你即使有夢境，大部份沒有夢境的這個時候，因為夢境我們知道它是無明、還有那個

妄念的顯現。就算是有夢，也沒有作夢的我，然後沒有作夢夢境的那個人事物。就是它只是這樣如幻地顯現，但是這個夢中沒有「我」的觀念，也沒有那個夢境是什麼人，然後我跟他在那邊牽扯，牽扯那種煩惱或者是憂慮，或者是情緒，完全都沒有了。它只是如幻地顯現，然後你看著它，也沒有那個我的觀念，明光夢是這樣子。

那一般我們會好像預見未來，還沒有發生的事情我們會好像先夢到，這就是第二個階段，你那個自然止的階段。你那個時候產生的夢境，我們稱為明性夢，光明的性質，已經有明光顯現了，但是還是屬於二元對立。輪迴夢更不要講了，輪迴夢就是我們白天這樣胡思亂想，然後晚上也亂作夢，很片段、很片段、很片段，然後又很執著那種種的夢境。怎麼樣執著？就我如果作一個吉祥夢，我就高興了三天三夜。我又夢到上師、又夢到佛菩薩，然後又夢到去參加法會，好殊勝、好殊勝！這是什麼夢？輪迴夢！沒有什麼好高興的，就是你那個惡夢跟吉祥的夢二元對立，這時候你作的是吉祥的夢，可是還是二元對立的輪迴夢。所以沒有什麼好覺得自己很殊勝的地方，沒有什麼殊勝的地方，因為你還在輪迴當中。

白天也是二元對立很嚴重，晚上的夢境也是二元對立很嚴重，要不然吉祥的夢你為什麼歡喜到這樣？對不對？表示你的二元對立很強烈。那個好跟壞對你來講是有很大的差別，然後做惡夢好緊張、好緊張，好擔憂是不是那個事情會發生，對不對？那你就強烈的二元對立。因為惡夢對你來講，你知道它是不好的，吉祥夢是好的，好壞就二元對立。所以不管你作多麼吉祥的夢，你還是輪迴夢，白天、晚上都一樣，所以臨終繼續輪迴，絕對沒有辦法自在往生的。

所以我們訓練覺知，就是要訓練到你不但是活著的時候，你可以安住，白天、晚上都安住在無二的覺性當中，那臨終當然就沒有問題，看你要到哪裡都沒有問題，在定中也是沒有問題，對不對？因為你出定了還是可以安住在沒有二元對立當中，那你在定中當然沒問題，都是保持現量無分別，安住在當下、保持覺知。所以我們剛才要講了半天的重點是什麼呢？就是覺知，你在你的止的裡面一定要有覺知，我們自性的光明才能夠顯現。

要不然就是坐到定力很高，然後一個念頭都不動，就是無想定。我都

可以坐到幾個小時、幾天幾夜，也沒有什麼了不起。因為當下你的那個意識是不清明的，是沒有覺知力的，你只是把你的所有的想心所都關掉了這樣而已，這樣是不會開發智慧的。所以外道修的都是這個定，定力很高，高到可以發神通，但是他沒辦法開智慧，永遠沒辦法明白那個無二的覺性是什麼，那自己的菩提自性也沒有辦法被開顯出來。所以我們現在講想心所跟我們止的關係，那我們修定也要知道，我們現在自己是什麼樣的階段。

那也有人問說：那個岩藏，有沒有？岩藏、伏藏，看你是山洞裡面挖出來、還是石頭、岩石裡面挖出來的那個寶藏，或者是虛空裡面的心意伏藏，就把過去的那些無上甚深微妙法的那個秘藏，存在虛空當中。那你在定中，或者是你在無二的覺性當中，你可以收到那個訊息，然後你就得到那個教法，我們叫做「心意伏藏」。它是當初那個大成就者把他的心意，把他那個法的精華就散在虛空當中，所以虛空當中其實有很多的訊息，就是看你能不能捕捉到。那你那個頻率對了就捕捉到了，捕捉到那個心意的寶藏。

那你們猜這個是要哪個階段？強力止、自然止、究竟止？哪一個階段能夠收到訊息？這樣就完成傳法了。那有一些古代大德，我們知道他是在夢中就傳法，然後出定之後就可以開始說法了，《瑜伽師地論》就是這樣出來的，對不對？那我們的定力要到什麼階段呢？就可以有上師來傳法？還是不要說好了？要說一下，其實沒有很高的定力，就是第二個階段自然止就可以。只要你能夠很自然地安住在那個定當中，然後那個當下你是有覺知的，然後沒有二元對立的那個當下。雖然你還沒有到究竟止，沒有辦法一直保持那個無二的覺性，但是你至少在那個定的當下，你可以超越你自己的習氣。大部份的習氣你可以超越了，這個當下有可能跟你有緣的上師，你就可以得到他的心意伏藏。

所以我們講第一個階段，那個強力止的階段，那個輪迴夢的階段，那個所有的夢都是習氣的顯現。所以要到第二個自然止的時候，你的習氣慢慢被調伏、慢慢被調伏、慢慢被調伏，習氣越來越……你自己能夠超越你的習氣，不管貪、瞋、癡、什麼任何的習氣，習氣太多了，連那個喜歡好的那個善的習氣，它還是習氣。所以我們知道那個得自然止，心已經很清

淨了，但是它還是二元對立，我們只能說他那個習氣是善的習氣比較多，因為他已經沒有那個惡的習氣，已經在這個修定的過程當中慢慢淨化、淨化、淨化，然後慢慢可以超越自己的習氣。所以當你可以超越大部份的習氣的時候，你其實就可以，你的心就可以得到一些虛空當中的那個訊息。

我們是舉例子，要不然我們不知道怎麼來檢驗，我們到底是哪一個階段的夢，或者是哪個階段的止。反正第一個強力止，還有自然止，都還是習氣的展現，所以它的夢，不管是輪迴夢、還是明性夢，還是二元對立、相對的狀態當中，只是自然止它慢慢地可以超越大部份自己的習氣。那到第三個究竟止，它就是安住在無二的、沒有二元對立的覺性當中，當然他的習氣已經大部份都被清淨了，所以我們自性的那個光明、明光就完全能夠顯現，所以他作的是明光夢。

所以我們剛才的問題就得到解答，你在定中有沒有妄想？妄想會不會影響你的定？那現在有答案了，對不對？除非你是在究竟止的階段，你平常會生起念頭，只有這個時候你的念頭不會回熏到你的第八識，成為未來的種子。像我們之前都說，你怎麼樣反應就又熏回去了，你生一個煩惱然後又熏回去，你講一句什麼話又熏回去了。那個所有的習氣一般現行之後，種子生現行，現行又熏回去成為未來的種子。在前面兩個有二元對立的這樣的一個狀態之下，即使你自然止定力已經很高了，但是你還是一樣會回熏到你的第八識，成為未來的種子。

只有到究竟止，這個時候妄念生起，沒有我執習氣的那個反應，這個時候的身口意不會熏回去成為未來的種子。晚上作的夢，明光夢當中，就算有夢境，也是會消融在無二的覺性當中，這就是我們的目標。所以那個覺知要經常、經常地訓練，即使你在修定也要增強你的覺知力，保持覺知然後一直增強，增強覺知力。當你的覺知力強到比妄念強的時候，這時候妄念起來沒關係，因為覺知力在，它就會消融在覺性當中、覺知力當中。

如果沒有到這個階段，就常常同學會講，我們講覺知的訓練的時候，都說你不怕你的情緒生起，情緒生起就讓它消融在覺性當中、覺知當中。你發脾氣，那個瞋心就讓它消融在覺知當中。但是能夠消融嗎？我們現在知道了，沒辦法自己消融，為什麼？因為你那個習氣、業力習氣的力量比你的覺知力大，沒辦法消融的。除非你的覺知力越來越強、越來越強，定

力越來越高，然後可以慢慢調伏你的習氣、煩惱，這個時候它才可以慢慢地消融在覺性當中、覺知當中。要不然很難消融，雖然是這樣子熏、這樣子練習，但是我們知道它效果並不好，是因為我們的定力不夠，定力至少要自然止的階段。

好，那我們現在再講回來想蘊。所以我們現在念《心經》就知道怎麼辦了，想蘊生起來的時候怎麼辦？不用去消滅它，對不對？就趕快念《心經》，《心經》怎麼念的？想不異空，空不異想，想即是空，空即是想，就沒事了！就解決掉了，對不對？就一心三觀，我們前面兩個晚上都在講一心三觀，想蘊也是同樣的，它的修法都是一樣。

那首先修空觀就是要知道想蘊不是真實有的，自性是空的。那我們就觀察我們的念頭，它一下東、一下西，對不對？天馬行空、妄念紛飛，不管怎麼樣它是生起就消失、生起就消失了，你哪一個念頭、哪一個妄念生起來一直都在那裡不會消失的？沒有啊！生起來就消失了，然後一下東、一下西的，表示什麼？它不是真實有，如果想蘊是真實有，它應該你現在動一個念頭就一直在虛空裡面 stop，都不准動了，它不會消失，那才叫做真實有。

可是我們任何一個念頭、任何一個想法，生起馬上消失，生起的當下就消失了，所以你根本不用去處理它，對不對？妄念本來空，你不用特別再用什麼法門去空它，它本來就空，它本來就留不住。所以你想怎麼去對付你任何妄念、妄想的那個，全部都是打妄想，又想了一大堆妄想，說我怎麼來對付我的妄想，那全部都是妄想。因為它已經不曉得到哪裡去了，剛才那一念已經不知道到哪裡去，然後你又想一堆要怎麼樣對付你的妄念，所以不用，對不對？所以可見想蘊的自性是空的，因為任何一個念頭生起來它就消失了。

那想蘊它是怎麼生起的呢？如果要用那個因緣所生法的話，因緣法來觀的話，想蘊怎麼生起的？我這個念頭怎麼來的？我的念頭不斷，我的念頭到底從哪裡來的？有想過嗎？念頭從哪裡來？種子生現行。哪邊的種子？第八識含藏的種子。那為什麼那個種子會生現行？剛才講了，認識外境，你取相了之後，你取什麼相，什麼相的那個種子就現前，然後你就可以開始形容這是什麼、這是什麼，你看到什麼、你聽到什麼、你吃到什



麼、你聞到什麼、你身體什麼感覺，你都可以形容出來。那個是你認識外境，然後取了外境的相之後，你給它種種的名稱跟言說。但是這所有的名稱跟言說從哪裡來？就是名言習氣的種子來。那名言習氣的種子在哪裡？名言習氣的種子在哪裡？第八阿賴耶識，含藏在第八阿賴耶識。

我們第八阿賴耶識含藏了無量的名言習氣的種子，所以我們才可以那麼快速，看到什麼可以馬上講出來，馬上去形容它，讓別人聽明白。那個全部都是種子生現行，名言習氣的種子生起現行，當然又熏回去了，所以下次你看到它，你還知道它同樣的名稱，不會忘記。就是只要它種子還在，它就永遠能夠生起現行，這就是想蘊它是怎麼生起的，就是種子生現行。接觸了外境之後，你認識外境，然後給它種種的名稱跟言說，這所有名言習氣的種子都含藏在第八識，種子生現行，再熏回去成為未來的種子，我們就知道想蘊是怎麼形成的。

所以是不是因緣所生？因緣所生。你六根面對六塵境界，去認識六塵境界，然後取六塵境界的相，然後名言習氣的種子生起現行，然後去形容它，給它種種名稱跟言說。這個是不是因緣所生？這個因緣要全部都聚合了，你才可以說得出來、表達得出來，所以它也是因緣所生法。只要是因緣所生都是生滅，因緣生、因緣滅。因緣具足的時候，我們就給它一個名稱，叫做因緣生；那因緣離散的時候，就叫因緣滅。因緣生、因緣滅，只要是生滅的都是無常的，無常都是無我，自性都是空的。所以結論是想蘊的自性是空的，這就是空觀。就是什麼呢？想不異空，想蘊跟空是沒有差別的，是不相離的。所以不是要滅了妄想，才能夠達到空的境界，而是想蘊的本身自性就是空的，所以我們說想不異空，這是修空觀。

想的自性雖然是空的，但是因緣聚合的情況之下，它還是會從空性當中生起種種的妄想，所以現在只要知道這些妄想是如幻假有的，這個就是假觀。雖然想蘊的自性是空的，這是空觀，但是因緣聚合的時候，你還會繼續打妄想，繼續那個念想，種種的想法還是會出來。所以我們不要害怕妄念或者妄想的生起，它生起的當下明白它自性是空的，而且它是如幻假有的，任何的妄念都是如幻的、都是假有的，並不是真實有這個妄想或者妄念，這個叫做假觀。所以這樣你就不會那麼害怕妄念的生起，你害怕妄念生起，是因為你以為妄念是真的、真實的，然後它會干擾你的心情，或

者是妨礙你的定境，所以你才會這麼怕妄念。

可是我們現在用觀察的方法，發覺一切的思想都自性是空的，雖然自性是空的，但是它不會說我空了，然後念頭都沒有了，不會，它種子還是會生起現行。所以它即使又生起妄想、妄念，我們當下知道它是如幻假有的，這樣你就沒有那麼害怕妄念、妄想了，對不對？所以這個就是假觀。修空觀、修假觀。所以我們就知道，空和想蘊不是兩個不同的東西，它們是沒有差異的。那離開了空，想蘊也沒辦法生起，離開了想蘊也見不到空，因為要在想蘊的當下，見到它的自性是空的。所以你現在沒有想蘊，你到哪邊去觀空？也沒有辦法，所以它是不相離的，空和想蘊是不相離的，這個就是空不異想。

所以想蘊的體性當下就是空的體性，這個我們前兩個晚上一直在講一切法無生，如果還記得的話。因為我們今天可能沒辦法再詳細講了，前兩個晚上沒有來的，麻煩你上我們的網站去聽，我們會放上去。因為「一切法無生」非常、非常的重要，因為我們都以為一切法是真實地生起，然後又真實地消失，其實不是。是因緣的聚合、離散的差別，並沒有任何一法是真實地生起、真實地消失，它只是因緣生、因緣滅而已，並沒有一個真實的想蘊。

現在講想蘊，並沒有真實的想蘊生起，然後等一下又消失了，所以任何的念頭或者是想法，都不是真實有的，它的體性都是無生性。所以想蘊的體性是無生性，空的體性也是無生性，所以想蘊跟空的體性是相同的，所以說想即是空，想就是空。為什麼就是空呢？想就是空呢？因為它們體性都是一樣，什麼一樣？無生性，都是無生性，所以是一樣的，所以我們才能夠說想即是空。

那反過來也是一樣，空的體性當下也是想的體性，都是無生性，這個就是空即是想。所以我們就知道在這個空的體性當中，想蘊跟空是平等的，這個就是中觀。所以我們知道想不礙空、空不礙想，想空不二、想空平等、想空相融，這個就是中觀。所以一定不是要把妄想滅掉，然後我才能夠得那個空的境界，不是，它當下就是！想的當下就是空，空的當下就是想，想空不二、想空平等，這個是中觀。這樣子就不會怕妄念生起了，妄念生起怎麼辦？即空、即假、即中，一心三觀，天台的一心三觀馬上就

出來了。

想蘊，你這個念頭不管是多麼讓你煩憂的念頭，就明白它自性是空的，自性是空，你就別想空掉你的念頭！因為這個念頭的因緣具足的時候，它還是會生起。所以你想空掉念頭，不是念頭永遠就不來了，不是！所以也不妨它的如幻地生起，你就沒有那麼害怕妄念了，它是如幻假有的。那我知道它自性是空的，已經差不多把它空掉了，但是它等一下又起來，我也不怕，因為我知道它是如幻假有的，然後空有雙融，想蘊跟空不二、平等，這就是中觀。空觀、假觀、中觀就是這樣修，是很快，對不對？

好像雨滴落在水面上，大家都看過下雨，這兩天下午一直下雨，它落在水面之後是什麼結果呢？咚！然後一個雨滴落在水面上，咚！然後散、散、散、散，然後呢？沒有了，對不對？它就生起了漣漪，雨滴落在水面上，漣漪形成了，漣漪慢慢擴大、慢慢顯現，先生起漣漪，慢慢顯現，然後自己解脫了，就是自己自動消失了。要不要去處理它？它就消失了，你不可能再把它聚回來，再回來那個漣漪，然後再形成小水滴，不可能！

所以我們就說想蘊像什麼？或者妄念像什麼？就像雨滴落在水面，自生、自顯、自解脫，你就讓它自己解脫，妄念生起來，就讓它自己解脫，你不用再去處理它。因為你處理它的所有內容全部都是妄念，只是打更多的妄想這樣而已，這樣是不是很輕鬆愉快？對不對？就看它自生自滅，就這樣子，自己起來，然後自己又滅掉了，自己生起，自己顯現，然後自己消失掉，就自己解脫。所以任何一個妄念當下就可以解脫，就是這樣解脫了，然後當下即空、即假、即中，一心三觀都在裡面。

好，第五個是識蘊。行蘊還沒講，行蘊在哪裡？行蘊在這裡，行蘊找不到，因為它念念遷流，遷流不停所以找不到，它已經不知道流到哪裡去了。好，第四個是行蘊。每個起心動念，也都是念念生滅、遷流不停，這個就是行蘊，所以我們不管是心相應行、還是不相應行，它全部都是念念生滅、遷流不停。所以我們怎麼觀生、住、異、滅，成、住、壞、空，生、老、病、死，行蘊念念遷流？就觀行蘊的當下自性是空的，這就是空觀，就是行不異空。雖然行蘊的當下是空，行蘊我們昨天又複習過，之前講了很多，《百法》的時候講了很多行蘊。

行蘊另外一個意思就是造作，無明緣行、行緣識，那個行是造作的意思，那造作，什麼造作？思心所的造作，有沒有？還記得嗎？思心所講什麼？令心造作叫做思心所，所以行蘊比較偏在思心所的造作。可是不管是怎麼樣造作，因為你每個念頭都有決定要造作善、還是造作惡，有沒有？我們之前大標題就是一念當中具足五蘊，每一念一定有色、受、想，現在講行，所以這個行蘊就是包含了令心造作的思心所在裡面。

所以我們動任何一個念，這中間已經決定它是善念、還是惡念、還是無記念，已經決定了，憑什麼決定？就是行蘊，念念遷流。雖然是念念遷流，但是因為它有思心所的造作，所以每一念我們都可以分析說，這一念是善的、還是惡的、還是不善不惡的——無記的，我們都可以把它分析出來。

你念頭的內容我們可以分析，分析得出來，藉由名稱跟言說分析得出來。所以我們知道每個念頭當中一定有行蘊在裡面，然後每個念都是遷流、遷流不停，所以我們在行蘊的當下觀空，這個就是行不異空。雖然是空的，但是又不礙行蘊的生起，這個是假觀。如幻假有的行蘊生起，只要因緣和合它就能生起行蘊的作用，這個是假觀，就是空不異行。行蘊和空平等，這個就是中觀，行即是空，空即是行。

第五個識蘊，識就是了別，我們念過唯識都知道，太熟了，什麼是識？就是了別叫識，了了分別一切法就是識蘊。那這邊的識蘊就包含了我們八個識，前五識、第六識、第七識、第八識。前五識，眼識九緣生，眼識了別色塵，耳識了別聲塵……以此類推。眼、耳、鼻、舌、身，就色、聲、香、味、觸，法——第六意識了別法塵。眼、耳、鼻、舌、身、意，色、聲、香、味、觸、法，相對，就是了別，你怎麼能夠了了分別這個種種的法呢？你怎麼知道你看到什麼、你聽到什麼呢？這個了別的作用就是現在講的識蘊的作用，眼見色、耳聞聲你都了了分別，這個就是識蘊。

所以我們也能夠觀識蘊的當下是空，這個就是空觀，就是識不異空；可是又不礙識蘊的生起，這個是假觀，空不異識；識蘊和空平等，就是識空不二、識空平等、識空相融，這個就是中觀，識即是空，空即是識。所以我們每一念都包含了五蘊在裡面，五蘊合起來只有一念，分開來說有五種功用的差別。可是它只是一念，我們每一個當下這一念裡面，就包含了

五蘊，所以合起來是一念而已，但是我們可以把它這一念的不同的功用，區分為五種的差別，就是五蘊。

那第一個念念頓現根身器界，這個就是色蘊，我們第一堂課講的。那念念領納外境，這個就是受蘊，受蘊就是領納外境。六根面對六塵，然後領納外境之後，領納到你的心中，產生了種種順心、不順心，歡喜、還是憂慮牽掛，還是沒有特別什麼強烈的感受的，這就是苦、樂、憂、喜、捨。只是每一個當下你都可以分析出來，你這一念的當下你是屬於哪一受，可以分析得出來，分析得出來就是想蘊。念念認識外境，然後給它種種的名稱跟言說，所以每一念都是可以形容出來的，用名稱跟言說，語言、文字去形容出來，所以我們每一念的當下都有想蘊。然後每一念都是遷流的，不停遷流，念念遷流不停，這個就是行蘊的作用。所以我們每一念也是有行蘊在裡面。然後念念了別，八個識都能夠分別、了別各種的境界，這個叫識蘊。

既然五蘊在我們當下的這一念，就很好修了，我們把當下這一念管好，五蘊就解決了，就照見五蘊皆空，度一切苦厄了。這個法門是不是很简单呢？所以明白了這個道理，我們就可以在每一念的當下，照見五蘊皆空，那我們現在介紹的法門，就是修一心三觀。

五蘊的自性是空的，這個是空觀，就是般若。它是把它分成說我們要「離四句、絕百非」。這就是第一句「非有相」，因為空，自性是空，空就是非有相，叫做空。五蘊的自性是空的，卻不礙五蘊的生起，這個是假觀，如幻地生起五蘊，知道五蘊是假有的，這個是假觀。所以雖然五蘊的自性是空的，但是五蘊不是就沒有了，自性是空的，五蘊就空掉了？沒有！它還是如幻地在現前，然後如幻地起種種五種用途的差別，這是假觀，那在般若裡面就是「非無相」。五蘊和空平等，這個就是中觀，在般若裡面就是另外兩句，「非亦有亦無相」還有「非非有非無相」。

這個就是我們用一心三觀觀五蘊的當下，即空、即假、即中，我們也是同時證得了那個般若裡面講的離四句、絕百非，這個就是甚深的般若法門，就是這樣子修的。所以所謂甚深的般若法門，一定是離四句、絕百非，這個法才能夠叫做甚深的般若法，重點是在講這個。所以如果我們每個當下都這麼觀，每個當下就是每一念，每一念都具足五蘊，五蘊即空、

即假、即中，每一個當下都離四句、絕百非，這就是我們現在講《心經》的甚深般若法門，照見五蘊皆空，就能夠頓斷一切苦，就是度一切苦厄的意思。

般若波羅蜜多就到達彼岸，菩提涅槃的彼岸，這個就是甚深的般若法門，它只是在當下這一念觀心的成就而已，觀心觀什麼？就是一心三觀，即空、即假、即中。所以這個甚深的般若法門怎麼成就的呢？當下這一念就能夠成就，這一念是什麼？就是觀心，你怎麼樣來觀你這一念當下的這個心念具足五蘊，然後五蘊即空、即假、即中，然後離四句、絕百非。所以它只是觀心法門，就是一心三觀，這個是最殊勝的般若法門，最殊勝的觀心的成就。

所以如果能夠觀色不異空，我們就能夠不貪戀五欲六塵，因為色蘊的當下是空的，當下不異空，就是色蘊跟空其實是沒有差別的，是不相離的。所以我們在色蘊的當下，就能夠知道它自性是空的，這樣你才不會貪戀這種種的色塵。所謂的五欲六塵，就是講色蘊的內容，所有的內容你都不會再貪戀了，這個時候就能夠頓度凡夫的苦。凡夫就是把五蘊當作真實的有，五蘊的假合把它當作是我，五蘊本身把它當作是真實的法，所以才會有種種的苦厄。凡夫的苦厄，就是把五蘊當作我，就是我執，五蘊真實的法，就是法執，因此起惑造業，然後依照業力來輪迴，這就是凡夫的苦。所以凡夫只要能夠觀色不異空，他就可以度脫他凡夫的苦，不再眷戀五欲六塵境界了。

那如果能夠了知空不異色，這個我們在第一堂課講過，因為有師兄說這個講得好，我們就再講一遍，那時候沒有寫出來，所以現在特別寫出來讓大家看。就是講二乘的執著，外道、二乘著空的執著，所以二乘人他就入涅槃，他什麼都不管，也不起度眾生的心，所以他以為要跳出了三界之外、跳出了這個色蘊之外，他才能夠入涅槃空。所以色跟空對他來講是不一樣的，而且一定要把色滅了以後才能夠見空，我一定要滅了三界六道，我才能夠見到涅槃的空。所以要告訴他空不異色，你的涅槃空其實跟色蘊是沒有差別，是不相離的，你依然可以在你的滅盡定當中現起種種的威儀，這個就是能夠「不起滅定而現諸威儀」。

然後「不動本際而做度生的事業」，你不用動心，不是入紅塵之後，

然後你就開始離開你的真心本性，然後起心動念，然後又開始生煩惱雜染，絕對不會的。因為你已經證到那個滅盡定了，滅盡定就是滅受想定，受跟想都滅了，這是很高很高的定力。因為我們凡夫為什麼會生煩惱、什麼等等的、起妄念，都是因為有受蘊跟想蘊，他現在滅受想，達到的那個定，就是想心所也不生起了、受心所也不生起了，那很厲害了，對不對？所以他以為在這個定力當中，什麼事都不能做，不對！你可以現諸種種的威儀，來利益眾生。因為利益眾生需要種種的威儀，因為眾生很著相，就是這樣，所以你要現種種的威儀，來做度眾生的事情。

然後你也可以「不動本際」，就是說沒有離開你那個滅盡定，沒有離開你的那個定力當中，你也可以做種種度生的事業，它是不相妨礙的。為什麼呢？因為空不離開色，空跟色沒有差別，這就是空不異色的意思。所以你可以「居空而萬行沸騰」，你在這個空性當中，依然可以行六度萬行，然後來利益眾生。「沸騰」就是非常熾熱，很熾熱的那個心、菩薩心腸來利益眾生。非常熾熱的心，我們用「沸騰」，好像水燒開了，哇！那個真的是熱情地不得了。

然後「涉有而一道清淨」，你雖然涉眾生，紅塵裡面的俗事好像很多，很多事情讓你忙，但是你的心還是安住在本來清淨的那個狀態當中來度眾生。所以你度眾生也可以心還是保持你的清淨心，本來清淨的那個自性心來利益眾生，它也是沒有妨礙的，這就是空有不二、空有雙融，有沒有？慢慢地進入這樣的一個空不異色的境界，還沒有到雙融，雙融是後面中觀才有，我們只是說已經沒有差別了，已經不相離了，但是還是兩個，色跟空還是兩個，要到後面的中觀才能夠相融、不二、平等，空有不二、空有平等，色空不二、色空平等。

色空雙融要等到接下來如果能夠了達色即是空，就能夠成就「大智而不住生死」，明白色蘊的當下當體即空。就是說你有跳出輪迴、三界輪迴的那個大智慧了，你雖然居住在生死當中，但是你不會迷惑顛倒，所以只有成就這個空性的大智慧，你才能夠做到不住生死。你沒有空性的智慧，你會以為生死輪迴是真實有的，然後要像小乘一樣趕快跳離開、趕快解脫，那是因為沒有空性的大智慧。有空性的大智慧，他其實在這個生死當中，他也不會迷惑顛倒，這個就是成就「大智而不住生死」。

如果能照見空即是色，就能夠成就「大悲而不住涅槃」。不住生死、不住涅槃，就是「無住涅槃」。這樣色空不二才能夠做到悲智雙運的無住涅槃，這樣就可以超越菩薩的苦厄，頓登佛地的彼岸。所以菩薩就是修空觀、修假觀，然後成就中觀，這樣才能夠做到現在講的照見五蘊皆空，度一切苦厄，空、假、中，一心三觀同時成就，這個能夠真正地照見五蘊皆空，度一切苦厄。

好，我們剛好時間到了，今天就講到這裡。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。