

大乘百法明門論
第八講
最尊貴的淨蓮上師講解

（第九十頁）好，九十頁開始。什麼是「觸」？根境識三緣和合而生「觸」。如果當下我們已經觸境了，已經取境了，我們昨天講嘛，只要你一取境的話就進入「受」，除非我們可以保持現量境，可是第六識一起分別心的話，我們就由分別進入變異，由現量進入比量，馬上感受就生起。那我們看，什麼叫「受」呢？

（第九十一頁）九十一頁，五遍行的第三個是「受」。「受」，就是在領納外境時，所產生的種種情緒作用。所以我們要先記起來，什麼叫做「受」？什麼叫做「受」？情緒作用。什麼叫做「觸」？「觸」是什麼作用？趕快翻答案，昨天才講的，又忘了。「觸」是什麼作用？「觸」是什麼作用？什麼作用？那麼多眼睛都沒有找到答案，我幫你們找答案，看在第幾頁，八十四頁第五行，「觸」是什麼作用？看到了沒有？感覺作用。「受」是什麼作用？搞清楚囉，這個很重要喲，這就說明我們這一念生起，就包含了感覺作用、情緒作用在裡面。我們一個念頭裡面就有感覺作用、有情緒作用。懂嗎？所以它多麼重要！然後再加上後面，我們要講的認識作用，還有意志作用，我們就知道我們這一念的心，這個念頭生起來，有包含這麼多的作用在裡頭。那就是為什麼造業的力量那麼強，因為有感覺、又有情緒、又有認識作用，然後又有意志作用，就是決定要善……生起善念、還是惡念，這一念完成就是你已經有決定，決定就是意志，你的決定、意志的作用。

好。「受」，就是在領納外境時，所產生種種的情緒作用。所以我們知道「受」，我們平常講的感受，就是一種情緒作用。領納哪些外境呢？又產生哪些感受呢？就是有……我們一般把我們接納的那個外境，分成三種外境：一個是順境、一個是逆境，還有不順不逆的中庸境，就是不屬於順境、也不是屬於逆境，我們叫做不順不逆的，所以一共有三種外境。當我們領納順境時，就會生起樂受。那就是看到雞翅膀的時候，哇！好好吃哦！當下是樂受。你最討厭吃什麼？那個當下，看到你最討厭的那個，最難吃的那個，就是逆境。怎麼樣？領納逆境時就會生起苦受，拒絕吃，這樣子。遇到不順不逆境的時候，就會生起捨受，捨受就是沒有喜歡、不喜歡，沒有特別的苦受，也沒有特別的樂受，這個我們稱為捨受。就是你碰到那個你沒有特別喜歡，或者特別討厭的這樣的一個對象的時候，我們是跟捨受相應的。所以一般我們面對這個六塵境界，就沒有離開這三種，三種會引發我們樂受、或者是苦受、或者是沒有特別的苦樂受的捨受，就是這三種感受而已，沒有離開，沒有第四個。這就是我們的心面對境界會產生的感受。

所以，「受」就是以領納這三種外境為它的體性。所以「受」呢，它的體性就是領納外境，就是說你接受了，前面剛剛到「觸」的時候就是說，你 touch 到這個外境，然後你一取著的話你就會產生「受」。一取著的意思，就是說你接受了這個境界了。「作意」是引我們的心趣向外境，碰到那個外境的時候，是進入「觸」了。然後你碰到以後，沒有保持無分別的現量，進入比量了，因此就取境，取境就感受生起，這個情緒作用就生起來了，是這樣的一個過程。因為你取境之後，等於你領納了這個境界，所以你的苦受、樂受、捨受就生起了，是因為你已經取著這個境界了，所以感受生起。那它產生的作用呢，就是會引發「愛」。但是這邊的愛，不是我們平常的貪愛，這麼小、狹隘的，不是那麼狹義的貪愛，而是指對剛才講的，這三境所生起的三種欲求，我們都稱為「愛」。

那下面有解釋，在順境的樂受的當中呢，我們會有「合」的欲求，這稱為「不離愛」，就是貪戀不捨。我們碰到我們喜歡境界的時候，那個貪就起來了，所以順境很容易讓我們生起貪愛，然後捨不得分開，貪著難捨。就是希望這個時間永遠不要過去，或者是我貪著的這個，最好是不要消失，這樣的一個欲求、希望，就是所謂的「不離愛」。那另外一種，我們不喜歡遇到的，我們稱為怨憎會。譬如說我們不喜歡的事情、不喜歡的人、事，我們偏偏碰到，那個當下，我們一取境了之後，我們就會生起苦受。看到那個最討厭看到的人，碰到最討厭、不喜歡碰到的事情，偏偏就被我碰到，「我最不喜歡做那個，可是他就偏偏叫我做」，「討厭死的那個」，那個就是苦受生起。這時候也想要趕快逃，用逃避的方式，「我希望最好是不要碰到這個人」，「最好是不要被我碰到這個不順心的事情」，「我最好是不要接受這個、我很難接受的事實。」讓我們也會生出一種希望的心，希望什麼？希望趕快跑，趕快遠離這個苦受，因為大家都不喜歡受苦，所以苦受生起的時候，我們希望它趕快消失。這個叫做什麼「愛」呢？叫做「乖離愛」。就是碰到逆境，苦受生起的時候，我們希望趕快逃離現場的那種心，越快越好的那種心，叫做「乖離愛」，就是瞋恚、遠離。那捨受呢，反正沒有特別喜不喜歡的，也沒有特別的苦樂受生起，這個當下呢，我們就引發「不合不離」的欲求，我們稱為「平等愛」。

所以這邊的「愛」，就是面對三種境界所產生的三種希望，看你是希望耽著難捨，還是希望趕快遠離，還是沒有特別的希望、貪愛，沒有特別的感受，就是這三個結果而已。可是這個平等愛，因為你沒有特別的、強烈的苦樂受，因此它是處在愚痴無明的狀態。為什麼是愚痴無明？因為當下你沒有那個智慧的觀照，不知道這個捨受也是因緣所生，是無自性的，它也是無常的，沒有這樣智慧觀照，因此當下是跟愚痴無明相應的。雖然我們沒有特別的感受，沒有特別的苦樂受，這個就是在我們平常沒有特別的情緒的時候，其實也是一種無明的狀態，並沒有智慧的觀照。由此可知呢，引發這三種欲求的愛，就是「受」的作用。

（第九十二頁）好。「受」的體性是什麼？什麼是「受」的體性？我們剛才念的那一段，領納爲性。「領納」，就是你接受了這個境界，你已經接受這個境界，「領納」是「受」的體性。什麼是「受」的作用？情緒作用。它會引發什麼？引發「愛」，這是它的作用，那當然也是情緒作用，因爲三種愛就是情緒作用的結果嘛。好，「受」，就是「領納」的意思。那什麼叫「領納」呢？「領」，是接受；「納」，是容納。所以我們的心只要面對這個外境，我們去接受、去容納的時候，這三種愛就產生了、這三種情緒：苦受、樂受、不苦不樂受，引發這三種愛：乖離愛、不離愛、平等愛，就生起了，這個情緒又產生了。這就是「受」的作用。那如果領納的是會引起苦受的逆境，我們就會生起希望趕快離開的欲求；那如果引發的是會引起我們樂受的順境，我們就會貪著難捨的欲求；那如果領納的不是順境也不是逆境的時候，我們就會生起與愚痴相應的捨受，那這個時候是既沒有貪著難捨，也沒有想要遠離的。因此，「受」的體性就是能夠領納這三種境相，所以我們說領納爲性。所以如果問：「受」的體性是什麼？就是「領納」這三種境界。

（第九十三頁）那領納以後它就會引發三種欲求，就是我們剛才講的三種「愛」。由於它能夠進而引發三種欲求，因而也是一切欲求的所依，這就是「受」的作用。所以，在「受」生起的當下，要如何修行呢？我們就是不讓心進入「愛」，也就是我們昨天講的「不取隨好」的修法。這個「好」就是「愛」的意思。當「受」生起的時候，不要把我加進去，就不會起我執，沒有一個「我」在領受，就不會引發貪、瞋、痴。如果加上一個「我」進去的話呢，就有一個「我」在感受苦、「我」在感受樂、「我」在感受捨，那這樣就一定會跟貪、瞋、痴相應，而引發各式各樣的煩惱來了。這個就是平常要怎麼練習？平常要怎麼練習？我們前面講了，那個最高的定力的就是……怎麼樣？最高定力的是可以一直保持現量，不進入「觸」、「受」。可是一旦已經「觸」、「受」產生了怎麼辦？現在就是要告訴我們，怎麼樣不進入「愛」，不跟貪瞋痴相應。怎麼辦？我已經喜歡了，怎麼辦？我已經喜歡，引發樂受了，這時候怎麼辦？對，不要把「我」放進去，說我喜歡，那當下因爲我們有這樣的如理作意，所以它就不會跟貪相應。那看到最討厭的人的時候，我們應該怎麼想？我就偏偏要看到他，怎麼辦？沒有一個「我」好苦哦，「我」好討厭他哦，沒有把「我」放進去。

那怎麼樣就把這個苦受當下就把它消失掉呢？有什麼辦法？對，不但不要把「我」放進去，因爲我們把「我」放進去，它那個苦就會變得很強烈，有一個「我」在受苦，它那個苦就好像永遠過不去。所以這個時候我們還要再觀，苦是怎麼生起的？前面講「觸」是怎麼來的？根境識三緣和合嘛，因緣所生嘛，所以苦受其實是沒有一個「我」在受苦，它只是因緣和合之後，「觸」、「受」以後，因此才有這個苦，苦受的產生。那苦受它不會永遠苦，爲什麼？因爲它是因緣生滅法，因緣和合了，它才有苦受生起，

它就是前面講的「觸」、「受」來的，因為前面講的根境識三緣和合，才會生「觸」嘛。六根、六境我們不要去管它，我們昨天講，我們在第六意識，讓它保持現量不生分別。可是因為現在已經生分別了，所以苦受已經生起了。那我們還是來得及修，對，就是沒有一個「我」在覺得苦，對，沒有一個「我」在痛苦，然後苦受它的本身是因緣所生，它不會一直苦下去的，我們這樣一想通了，那個苦受就消失了，這個就是智慧的觀照。就是明白它是因緣所生，既然它是因緣的，它是無常，它就是生滅法，你應該是留不住的。是因為你的執著，你會一直想說我很苦、很苦，因此那個苦就沒有辦法消失了，明白嗎？

（學生發問）是什麼？忍？忍耐的忍？忍耐？這時候跟忍耐有什麼關係？不要忍哪！忍會內傷耶。為什麼要忍呢？你就是不要把「我」放進去就好，把「我」抽離出來嘛。你就不會覺得那麼苦了，本來一百分（十分）的苦，你把那個「我」抽起來，沒有「我」在受苦，那就已經好了五、六分了。再想，苦受它是因緣所生，它是無常、它是因緣所生，它留不住的。怎麼樣？就剩下幾分了？剩下一、兩分了。對呀，明白它是因緣所生，這就是智慧的觀照啊，所以它苦受就不會一直停留在那邊，好像過不去，你會覺得那個苦。如果你有一個「我」在那邊受苦，越想越苦，那個苦就好像沒完沒了。是因為我們把「我」放進去，又當下沒有智慧的觀照，去觀它是生滅的，我們把它當作是真實存在的，它又好像是永恆存在的，那就世界末日了。對呀，可是我們其實很快就可以把它消滅掉的，就是沒有一個「我」在受苦，然後苦受它是因緣所生，因為它是前面「觸」、「受」來的嘛，那因為我們第六意識生分別了，因此，苦受就產生了。可是也沒有關係，我們可以在第二念就把它擺平。對，苦受可以比較……因為它比較強烈。

可是樂受就比較難，因為樂受……唉唷！太舒服了！要放嗎？是不是有點可惜？好不容易才覺得這麼舒服，身心舒暢，好不容易有這種覺受，一般是貪比較難。比較難觀照，因為我們就是前面講的嘛，很耽著、貪著難捨這樣一個樂受，因為大家都喜歡樂受，所以樂受生起來的時候，我們要有什麼智慧的觀照，觀照它是無常生滅的，那不是馬上就消失？是不是太快了？對呀，所以一般樂受一生起的第一剎那生起了，我們要在第一剎那就發現：哦，我又貪了，我那個樂受又生起來了。我們在第二剎那，就要觀它是生滅法，沒有一個「我」在感覺樂，樂受也是因緣所生，生滅法，無常的，我們就不會跟貪相應，苦受是跟瞋相應，樂受是跟貪相應，都跟煩惱相應，都不對。

那個沒有特別感覺的就更難觀察了。對不對？捨受。因為它不強烈，比貪還沒有感覺嘛，那個沒有特別喜不喜歡的，都是跟捨受，無明愚痴相應啊。這個時候要特別起智慧觀照，一般來講比較困難。除非他都是在正念當中，那就要靠平常的修習了，你是不是平常都有如理作意？觀察一切

法因緣所生無自性，它是無常、生滅的。是不是平常都有在這個正念當中？如果平常有的話，即使捨受我們都可以有這樣的智慧觀照，明白它是因緣所生法。那我們這樣子的話，就不會跟貪瞋痴相應，我們就不會造業了。所以，即使這個感受生起，也還來得及，有情緒也還來得及，就是這樣子來修，面對這三種境界，這樣子來修，就不會跟貪瞋痴相應，就不會造業了。

好，所以佛說法四十九年，總括來說，就只有說「苦，和苦的息滅」而已，苦的止息。就是在講這個，三界輪迴只有苦，沒有快樂，可是因為我們無明、愚痴、顛倒，所以我們每天在追尋快樂。可是輪迴裡面哪裡有快樂呢？根本就沒有快樂！所以佛說法四十九年，主要說的是什麼？就是告訴我們：輪迴沒有快樂。怎麼樣達到苦的息滅？三界輪迴只有苦、沒有快樂，那怎麼樣止息苦呢？怎麼樣達到涅槃呢？就是要修行。修習八正道，所以我們修觀就是指四念處裡面有「觀受是苦」嘛，它怎麼修法？就是我們剛才講的：在三受生起的當下，不要把「我」放進去，知道它是因緣所生，當下就可以把三受捨棄了，不跟貪瞋痴相應，這就是「觀受是苦」它的修法。也就是觀察苦受是因緣所生，並沒有一個「我」在受苦，只要不加上「我」呢，苦受當下就能止息，這就是佛說涅槃的意義。你什麼時候苦可以止息，你什麼時候就可以得證涅槃寂靜。

（第九十四頁）那十二緣起來說的話，也是。十二緣起就是無明緣行、行緣識、名色、六入、觸、受、愛、有、取、生、老死。所以這個「愛」呢，也是「觸」、「受」之後才有，所以跟我們現在講的這個五遍行的內容是一樣的。那就是「觸」、「受」以後才會引發「愛」。如果在這個時候產生了執著，把「我」放進去的話，就會「取」嘛，取境之後就會有了「有」，就是進入了下一期生命的輪迴。所以我們中陰身也是，也是這個「愛」，才會去取後有，下一期的生命。中陰身的時候我們曾經介紹過，他就是那時候貪愛，比我們平常強上好幾千萬倍，這個欲念特別、特別地強。也是那一股強烈的貪欲，讓我們再次進入下一世的輪迴，就是這邊講的，「愛」、「取」、「有」。所以要切斷輪迴呢，就要從這邊開始切。不讓「受」進入「愛」，當下切斷，這個就是切斷輪迴的重點。從哪邊？十二緣起從哪邊切呢？從「愛」、「取」這邊切，你只要切斷，就不會有後有了。

在三受當中，捨受呢是比較難觀察的，因為它沒有強烈的苦樂受，只是一種跟無明愚痴相應的狀態，所以我們常常會誤將捨受呢，當作是涅槃，或者是當下沒有特別的感覺，我們會以為是我們已經修到清淨心了啊，已經如如不動了啊，還是已經證到涅槃了啊。因為沒有特別的感受，哪裡知道當下還是捨受，並沒有離開受蘊的束縛，五蘊嘛，色受想行識，還沒有解脫受蘊，可是因為它沒有什麼感……，特別的、強烈的苦樂受，所以我們會以為說，我是不是已經止息我的煩惱？我是不是已經證到涅槃？所以這個是比較難觀察的，捨受。還有得定的時候，譬如說，他證的是無想定，

就是他把第六意識的想心所暫時伏住了；或證得四禪，四禪就是色界四禪定，初禪、二禪、三禪、四禪；或者四空定，無色界四空定的人，這些呢，他都是跟捨受相應。所以也都還沒有解脫，即使你的定力這麼高，你也還沒有解脫。可是當下呢，有一些……這個教理不明白的，他會以為他已經證到涅槃了，其實是沒有。

也都還在受蘊當中不得解脫，捨受因為是和第七、第八識相應的，所以八個識來講，第七識是跟捨受相應，第八識跟捨受相應，所以比較深細、比較難以觀察，因為第八識跟第七識它是內執的作用嘛，所以它比較深細，一般除非定力很高，要不然看不到七、八識它的作用，因為它比較深細。由第七識執八識的見分爲我，是一種內執的力量，即使當下沒有身心強烈的感受，就是我們身心沒有強烈的苦受，憂、或者是樂受、或者是喜受，但是「我」的念頭呢，其實並沒有忘記，只是當下沒有這些感受而已。所以這種內執的力量與外境沒有關係，因此也很不容易斷除，因為它是一種內執的作用。所以除非已經證到阿羅漢，他入的是滅受想定，那就是想心所跟受心所他都滅了，他才可以暫時從這個受蘊當中解脫。那如果是一開始就證到四禪，或四空定或者是無想定的話，他的受蘊並沒有解脫。所以這個是一般來講，很難判定說他有沒有證涅槃的一個關鍵。所以這個沒有弄清楚，他會以為他在證四禪、或者四空定的時候，他就以為他入涅槃了，其實沒有，他是捨受相應而已。

（第九十五頁）除非你真正的證到這個滅受想定，才是真正的入涅槃，阿羅漢證的涅槃境界。那受心所跟想心所都不生起了，這就是阿羅漢他們證的涅槃，叫做滅受想定，或者是滅盡定。阿羅漢他如果現證，就是說他沒有證涅槃之前，還沒有往生之前，他就現證阿羅漢，請問他所過的日子，跟我們現在過的日子有什麼差別呢？下面這一段就是講阿羅漢他活著的時候，已經證到阿羅漢，他是怎麼活的，他的觀念裡面跟我們的觀念有什麼差別。它是說，由於阿羅漢沒有我執，所以他不會執這個五蘊的身心是我，他不會執這個肉體是我，那個感受是我，我在感受、或者是有一個我在思想，我的觀念、我的看法、我的想法，沒有這樣的觀念，他都知道它是什麼？因緣所生無自性，這樣子而已，所以五蘊：色受想行識，他都不會把它當作是我，他不會把色蘊當作是我，不會把這個肉體當作是我的身體、我的頭髮、我的臉、我的手、我的腳……，沒有這個觀念。通通是什麼？五蘊假合之身而已。這阿羅漢的念頭裡面沒有我了，因為他我執已經斷了，所以他不會把它當作有一個我在感受，沒有。那他身體會不會不舒服啊？他生病的時候會不會叫說：痛啊！唉唷！唉唷！會不會叫？他可以叫啊，可是他叫的當下，他會不會說我的胃很痛，會不會講出這樣的話來？那他是怎麼說的？人家問說：你為什麼叫？他說……（學生答話）無常？「胃痛」？不是「我的胃痛」，誰的胃？就是胃，因緣假合的胃在痛，是不是這樣子？他會怎麼說？那他跟人家溝通的時候、講話的時候，他會不會講說：

我的看法是這樣。我的想法、我的觀念跟你不一樣，然後我認為、我覺得、我感受怎麼樣？會不會有這一類的話？那他怎麼跟人家溝通，他都不這樣說話，他怎麼說話？他如果有強烈的苦受生起的時候他怎麼說？苦受、強烈的苦受生起的時候，（學生答話）無常生起的苦？無常在苦？還是怎麼樣？趕快證個果來看看就知道了嘛！這樣子猜怎麼會猜得中呢。證果比較快。

所以它這邊就講到說，他不會執五蘊的身心爲我，所以身心的感受呢都不會把「我」加進去。因爲他已經沒有我的觀念，他已經轉成無我了。全部都是什麼？因緣假合而已。所以他看到呢，只是一連串身心相續生滅的過程。所以他看到他的念頭，就像我們這幾天練習的一樣，他看到他的念頭，不會說我在想，不會。他就念頭生滅、生滅，所以他只看到有一個一連串生滅的念頭，生滅、生滅、生滅這樣子而已。他只看到無常相，他沒有看到有一個我，在想一堆事情，沒有，所以他觀察他的五蘊身心的活動，只是一連串生滅的過程而已。如此了知它是因緣所生無自性，絕對不會把「我」的觀念放進去，因爲已經沒有「我」了。所以他看到只是一連串身心相續生滅的過程。他念念當下，每一念都知道什麼？是無常的、是無我的，一切本來就是因緣所生，都是空無自性的，他的觀念裡面，念念都是跟這個相應的，所以他沒有我執，因此能夠從受蘊當中解脫。不會因爲我執而起後面的愛取，因此他可以暫時入涅槃，不要來輪迴的原因，就是因爲這樣子。

那證阿羅漢他如果有宿業未消的話怎麼辦？他還要不要受報？那天麥可（人名）在問的，證果還要不要受報？如果他以前還有善惡業還沒有受完，可是他怎麼樣？定慧力很高，他證到滅受想定，他就證到涅槃了。暫時不來輪迴，請問他以前的善惡業還沒有報的那個，以後還要不要受報？什麼時候受？等到他涅槃出來，看哪個業先成熟。就是嘛！還有什麼證到阿羅漢果不用受報的，那個就是道理沒有搞清楚。他從涅槃出來之後，他過去沒有報完的善惡業還要繼續，再繼續的報。不在輪迴裡面他善惡業怎麼報？他只是暫時不用輪迴。對，可能八萬四千劫，冤親債主就找上門了。是嗎，所以不要想，證果還是一樣躲不掉。不要心存僥倖，怎麼樣？空了？對呀，他就是涅槃的那段時間是空了沒錯啊，我們現在是說，涅槃八萬四千劫，也有結束的一天嘛！他從涅槃、涅槃時間已經到了，出定了，不是在涅槃境界，涅槃境界就是說他暫時不用來六道輪迴，躲過一時，躲不過永遠，八萬四千劫，相當長，對我們現在時間的觀點來講……。

（學生提問）怎麼樣？不是、不是，我們現在講四果阿羅漢，初果、二果有涅槃嗎？初果、二果可以入涅槃嗎？對呀，涅槃的時候沒有輪迴呀，暫時沒有輪迴呀，四果阿羅漢，三果到哪裡去？剛才寶益（人名）講的。證初果可以怎麼樣？不墮三惡道，還要什麼？七返人間嘛，對不對？二果呢？二果怎麼樣？一次。三果呢？三果還要不要再來欲界受生？他到哪裡

去了？三果叫不還嘛，不還什麼？不還欲界。他到哪裡去了？五不還天去了，色界有一個五不還天，那個是三果聖人死後會去的地方，可是他不會再來欲界受生了，懂嗎？所以他叫不還果嘛，不是不來輪迴，是不來欲界受生，不還欲界，這個我們廣論都講過了。有。（學生提問）就是看他過去的善惡業，還有哪個沒有報，然後哪個先成熟，對呀，如果他有善業、也有惡業，那看哪個先成熟，對，就先報那個。像我們也是啊，我們八識種子還是有善惡業啊，有善、有惡啊。對，我們臨終的時候就是一個關鍵啊，看是善業先成熟，還是惡業先成熟，善業先成熟我們就還有人天果報，惡業先成熟就三惡道，（學生提問）他會知道嗎？你是說他在輪迴的時候？對，看他是證得是哪一種阿羅漢，阿羅漢還有會退、還有不退的，還是有功力的高下。對，所以還是有差別，他們證的那個智慧有差別，智慧的差別的緣故，對。我們現在知道怎麼用功了哦，不能夠保持現量的話，生起感受也沒有關係，還來得及，趕快煞車。不要把「我」放進去，怎麼樣？趕快觀它是因緣所生無自性。當下就把它空，就空掉了。

（第九十六頁）那我們看下面一個「想」。這是九十六頁，五遍行第四個是「想」。「想」，是認識作用。背起來。「受」是什麼作用啊？領納是它的體性，我沒有問說：「受」的體性是什麼？我問：「受」的作用是什麼？「觸」是什麼作用？一定要強迫你們背起來。「想」是什麼作用？每天問一遍，你就背起來了。明天考「遍行」，下次來第一堂考試，看你經過三個月有沒有忘記。「想」是認識作用。就是我們心……，你怎麼知道你看到了什麼？聽到了什麼？吃到了什麼呢？你怎麼知道？那就是因為有「想」心所的作用，所以它會幫助我們的心去什麼？認識外境，是「想」心所。當六根面對六塵的時候，我們怎麼知道看到了什麼？聽到了什麼？這個就是對外境產生「觸」、「受」。之後呢，因為前面講到，我們已經取了這個境界，已經領納為性了嘛，已經完全接受、容納了。之後呢，我們就會給它種種的名稱跟言說，以方便我們去認識它，這就是「想」心所的作用。所以「想」心所，就是我們認識外境。你怎麼認識外境？不能夠說我今天看到了「那個」，我吃到了「這個」，不知道你在說什麼，所以我們就會給它很多名稱，你是吃到了……，還是看到了……，就是要有一些名稱，方便溝通的一個工具，所以我們會給每一個物品，它的固定的名稱，這樣就非常方便溝通，所以我在講什麼，你就知道我在說什麼，這個都是「想」心所的作用。

好。因此「想」的體性就是取六塵的境相；「想」的作用，就是給這些境相種種的名稱跟言說。名稱就是它的名稱，言說就是言語跟文字，我們要可以把它寫出來，也可以說出來，這裡的境相包含了現象跟義象。所謂的現象，就是可以具體描述的狀態，譬如說：顏色啦、長短、音聲、形狀，這個我們可以說出，你看到茉莉花什麼顏色呢，哦，它是白色，是什麼？小小朵的、還是大大朵的呢，小小朵的，我們都可以來描述。白蘭花，是長長的、白色、米黃色，長長的，茉莉花是短短的、圓圓的、有好幾片的，

就是可以試圖來描繪，這個是屬於現象。那我也可以描繪說我聽的音聲，是什麼樣的音聲，是古箏彈出來的音聲呢，還是喇叭吹出來的音聲，還是大卡車的音聲呢，還是摩托車的音聲，都可以描繪的。那義象的話，它就沒有具體的形象，它只是感受，譬如說他可以告訴你說：「我今天好辛苦哦！」這就是一種意象的描繪，樂受、怨憎，「好討厭哦，我今天又好討厭碰到一些事情啊！」或者是：「我今天又碰到讓我很開心的事情」，那就是跟貪相應的囉。這個都是好像抽象名詞，只是一種情緒感受的描述，這個屬於義象。當我們取相之後，所以我們取的相可能是很具體的，那也很可能是抽象的一種描繪而已。

（第九十七頁）那我們只要是取了這些境界的相之後，我們就把客觀的境相現為心相，這個就是法塵境界，在意識中呢，留下了種種的影像，那這些影像經過分析、整理之後，就會形成種種的概念。那為了分別、還有形容這些概念，我們的心就會安立種種的名稱跟言說。以上所說的，就是「想」的體性和作用。就是說我們怎麼樣去安立這些，或是說我們怎麼樣給它命名，說它叫做什麼花，或者它叫做什麼名稱，我們是怎麼樣去給它命名的呢？就是我們先要接受這個物象到我們的什麼？第六意識，第六意識相對的那個叫法塵境界，那這個影像是我們看到了之後，留在我們心裡面的。那我們再透過意識呢，去分析、整理，所以「想」心所是第六意識的作用，分別以後的作用。因為我們一定要分別，所以我們透過分析、整理、歸納，種種的這個概念整理之後，我們就決定叫它錶、它叫做蠟燭、它叫做行動電話，它叫做水瓶、茶壺，就是這樣子。所以它這個名稱怎麼來的？就是我們接受了這個形象之後，反映到我們心裡面，留下這個影像，它叫做法塵境界。我們再透過意識的分析、歸納、整理，之後，給它種種的名稱，這個就是「想」心所的體性跟作用。

這個「取境相為心相」的過程，就是因為我們第八識中，已經先種下了這些色法的種子，所以在執取境相之後，就會在我們心中現出種種的境相。它這邊舉例子我們就懂，就是說我們怎麼知道這些名稱呢？我們從小學，這邊的課本知道的，不曉得，可能跟台灣的不一樣，台灣小學一年級，「小狗叫、小貓跳」，還是「小狗跳、小貓叫」，就是這樣子，「桃花紅、李花白」，我們就記進去了嘛，好，所以我們都是透過學習，才知道這個叫桌子，這個叫地板、這個叫房子……。所以它這邊就在講這個，我們為什麼看到這個東西，馬上就可以叫出它的名字？因為這個名字的種子，已經含藏在第八識，這個叫做名言的種子。好，那它這邊舉了一個例子說，譬如說我們說到母親，馬上就可以，母親的樣子馬上就可以顯現在我們的腦海裡面了，它怎麼會有這個影像出來呢，它這個影像就是從八識種的這個種子怎麼樣？生起現行。一說紅色玫瑰花，雖然這邊沒有，可是大家都看過紅色玫瑰花。可是馬上紅色玫瑰花，那個影像馬上就出來了，它這個影像是怎麼冒出來的呢？就是過去紅色玫瑰花的種子，認識這個形狀的這個名

詞的種子，種到第八識。所以我現在一講紅色玫瑰花，那個種子就生現行，紅色玫瑰花的樣子，就浮現在我們的腦海裡，是這樣子的情況。好，那這兩個例子呢都是說「取境相為心相」的例子。那還有「安立境、分、齊、相」的意思呢，就是我們在取相之後，對於各種法、各種境界，我們要給它很明確的定義，才不會互相混淆，所以我們才會給它很明確的名稱跟言說。

（第九十八頁）所以最後它就講：「想」，就是認識作用。在經過六識的風飄搖鼓動之後，我們的心就會對這些取境，對這些境界取相，再構成種種的概念，施設種種的名稱和言說。因此，「於境取相」是「想」的體性；「施設種種的名稱和言說」，是「想」的作用。那「安立」，就是取像的意思。「想」能執取一切境界的現象和義象。這就是我們前面剛才講的，什麼叫現象呢？就是它是具體的物體、物體的型態，譬如說可以說它是青色、黃色、長的、短的、種種的色相，或者可以形容出它是琴的聲音、還是瑟的聲音，是哪一種樂器彈出來的聲音。這兩個是我們前五根外界的刺激而來的，眼根、耳根，你眼根所看到的刺激，那你就可以說出來：你看到了什麼，耳朵聽到什麼音聲，你就可以把它描繪出來，所以它是眼耳鼻舌身這個五根的刺激來的。那義象就是第六意識的法塵境界，就不是前五根了，它是第六意識，沒有物體的型態的呢，因為它不是看到以後，你才說出來的，而是你自己心裡面的感受。所以它沒有物體的型態，譬如說苦、樂、冤、親等相，它是第六意識內部的鼓動而來的。所以現象跟義象它的來由不一樣，一個是前五根的刺激來的；那另外的，義象呢，是第六意識內部的鼓動來的。鼓動八識而種子生起現行，在認識六種境界後，便取境相現為心相，經過想像、分析、綜合整理之後，我們就構成了種種的概念，就給它種種的名稱跟言說。然後我們就可以形容，說它是青色、它是紅色、還是黃色、白色，就可以說了，或者它是什麼音聲，也可以描述。

所以「想」心所就是說，我們說，常常說：你在想什麼事情啊？那個「想」就是你的心裡面有很多的什麼？那個義象出來。那你可以說我剛剛想了什麼，可是那個東西都什麼？不是現在眼前的嘛，我可以告訴你說我下午做了什麼什麼事情，然後我現在在想什麼、想什麼、想什麼，可是那些事情呢，都不是現在可以看得見的，或是聽得到的，只是我還是可以來描述，所以這個「想」心所就是這樣的一個作用，一個認識外境的作用。可能透過前五根，也可能是第六意識分別來的。

（第一〇〇頁）那「思」，「思」很重要了，因為它是決定我們的心要造善、還是造惡的這個意志作用，一種決斷力。所以五種遍行的最後一個就是「思」，「思」就是意志作用。「想」心所什麼作用？還要想那麼久啊？「受」心所什麼作用？意志作用，這就是這一念，我們這個起心動念，就是這麼一念哦，我們這個念頭一起來，就是這個五個心所在裡面：「作意」、「觸」、「受」、「想」、「思」，這一念才完成。所以它經過前面的「作意」，「作

意」是什麼呢？讓我們的心從本位、種子位怎麼樣？趣向外境。一碰到外境就是「觸」，根境識三緣和合生觸。那你只要是取境了之後呢，領納，領納就是進入「受」了，領納為性，就進入「受」。那你接受了這些內容呢，你的心可以去認識它，然後你可以叫出它的名稱，這個是「想」心所作用。

好。那你認識之後，你就要決定囉。譬如說我起一個念頭，我等一下要怎麼回去嘛，要搭人家的便車、還是要搭巴士、還是什麼的，這一念起來的，就是我等一下要怎麼回去的。舉例子啦，我明天早餐要吃什麼，要喝牛奶還是怎樣，每個念頭它都有一個決定，那就是什麼？「思」心所，前面的「作意」、「觸」、「受」、「想」，到現在的「思」呢，就完成了這一個念頭了，也同時完成了意業。所以我們說身口意，那個意業怎麼完成呢，就是這樣子，就是這樣子完成的。所以我們知道我們每一個念頭，它實際上就完成了意業的造作，所以你這一念善（或惡），跟貪瞋痴哪個相應的？你這一念善，你就造下善的意業；你這一念是壞的，是惡心所，跟這個惡心所相應呢，你這一念就是壞念頭，你就造下了不好的意業了。所以我們這一念是善、是惡呢，就在這個時候完成決定。所以我們一個念頭起來的時候，造善、造惡就決定了，你的意業是造善、還是造惡。所以非常的什麼？非常可怕的，因為我們每天要動多少念頭？我們根本來不及去檢查它這一念是好、還是不好，一直起心動念嘛，一念接著一念，沒完沒了的，沒有停止的時候。

那我們一天造下多少意業？有時候是好念頭，等一下又說不可以，要懺悔一下，對呀，我們每天都忙著造意業，如果還沒有說出來、作出來之前，就是先完成意業的活動。每一念都在造業，就看你這一念有沒有如理作意，如理作意，或者是我們剛才講的，你平常有在、心有住在正念當中，你可以保持現量境。或者怎麼樣？「觸」、「受」不進入「愛」，你就可以不用，沒有造意業，可是一到「思」的階段，你這個意業就完成了，除非你前面可以怎麼樣？「作意」、「觸」，對，煞車，O.K.，「受」，不進入「愛」，煞車，這樣，你就沒有造意業，可是它進入「想」到「思」的時候，你就造意業了。就看你來得及、來不及，我們每天動多少念頭，你是不是都可以來得及煞車。所以除非我們的定力，已經到達什麼樣的程度了，六根面對六塵境界，怎麼樣？保持現量境，看就是看，聽就是聽，都沒有分別執著。我雖然每天作很多事情，可是我並沒有造業，是不是這樣子？除非我們的心可以一直安住在這樣子的平等、無分別的清淨的心，來面對六塵境界，這樣就可以不造業。否則的話、不然的話，就會念念都在造意業，只是有善、有惡這樣子，就看你動的什麼念頭，善的念頭多，還是惡的念頭多。

有些修行人，他就兩個口袋，一邊放白豆子、一邊放黑豆子。對呀，一個惡念就拿一個黑豆子出來放，善念就拿出來一個白的，晚上數一數，白的多還黑的多，然後今天有沒有比昨天的白豆子多，黑豆子少，這就知

道我今天的修行比昨天清淨了，我今天善念比昨天多。明天再來檢查，一個月下來，是不是都剩下白豆子、沒有黑豆子了，那就表示說我們念念都怎麼？跟善法相應，沒有一念的惡心了，對呀，這也是修行的一個辦法。或者是打圈圈、打勾勾都可以，一個壞念頭來，打一個圈，好念頭打一個圈，讚歎一下、鼓勵一下，就是要小心謹慎、就是要常常提醒自己，要不然我們每天糊里糊塗，不曉得造了意業都不知道。因為沒有去檢查，也沒有去留意，也來不及檢查，因為它太快了。對不對？（學生答話）還有上衣的口袋，還有外套的口袋，通通裝滿的豆子，這樣來不及，太多了是嗎？你可以重複使用啊，對呀，這二十個黑豆你都數完了之後，可以再放進去重新數啊，這樣不會不夠用。

所以「思」的體性就是令心造作。我們就要……，這就要背起來了，「思」的體性是什麼啊？令心造作。它就讓我們的心造作一些，看是造善、還是造惡，所以這個造作的力量，把（心）識造出來的這個力量就是「思」心所，它可以說是支配各種心裡活動，以及行爲的原動力。因為它能夠使我們的心念，執取正確或者是錯誤的因相，而驅使我們的心去造善、還是造惡。那這股驅使我們的心去造善、造惡的這個力量，我們就稱爲「思」的作用。所以它是令心造作，它的體性是令心造作。

（第一〇一頁）「思」，它能使我們的心念，執取正的、或邪的。那什麼是正的呢？只要是跟善法的種子相應的，我們就稱爲它是正因，正確的因，它就有正確的果，所以我們生起的這一念就是善法。那邪因就是惡法的種子，這惡法的種子一生起現行呢，他就造惡業了嘛，他就是惡法相應的，然後我們去籌度、思量它可行、不可行；應該做、還是不應該做；可以做、還是不可以做；應該做、還是不應該做，它有一個「審慮思」的作用，檢查的作用，就是「思」心所。它先檢查，然後才決定，那這種令心造作的力量，就是「思」的體性。一旦決定應該做、還是不應該做，因爲一旦決定之後，我們就去做了嘛，所以這一念惡、還是善就決定了，那這個使我們的心成聖、成邪的動力，就是「思」的作用。

（第一〇二頁）那這邊問：這個「思」跟前面講的那個「作意」，有什麼差別嗎？有差別的，因爲「作意」它不能決定，它只是讓我們的心趣向外境，它沒有決定的作用；但是「思」有嘛，因爲它要考慮可以不可以做、應不應該做，所以這是它們兩個的差別。所以它這邊回答說：「作意」，好比是馬在行走；「思」呢，是騎馬的人。它可以牽住牠的韁繩怎麼樣，讓牠要往右轉、還是往左走，這就是兩者最大的不同。「作意」就是馬只是隨意而行，不知道要避開險坑，走在平坦的路上；但是騎馬的人他可以怎麼樣？駕馭那個韁繩，可以引馬避開危險的坑洞。所以「思」，它可以決定造善、還是造惡，可是「作意」本身沒有辦法決定。「思」的道理也是一樣，它使「作意」（就是我們的起心動念）不能慢無目標的遊蕩，而是經過審慎的考慮之後，才決定該做、不應該做，因此才能夠引導心、還有正念。所以說：

想要知道一個人的心意，我們就看他如何運用思想，不是看他……，如果不看他如何運用思想，你就沒有辦法知道他的心意。因為他的心好不好，就看他的思想是怎麼想的，是往邪的想、還是往正的想，我們就知道他的心是怎麼樣的心了。古人也告訴我們：一個人的修養功夫，要就是做到心中不起一念的邪思，這個就是我們平常自己修養的功夫，平常就要做到。

（第一〇三頁）譬如說在從事任何行動之前，一定要三思而後行，以上這些為人處事的道理都是有關於「思」的作用，三思而後行就是說我們要好好考慮之後才做，才說、才做、才不會有錯誤。〔補義〕當中說，從「作意」、「觸」、「受」、「想」到現在的「思」呢，這一念是善、還是惡就已經完成，無法再改變了。接下來介紹的「五種別境」，就是一定要完成的心意。由此可知呢，「思」是善惡的分歧處，也是身、口、意三業的原動力。為什麼這麼說呢？因為「思」的內容，包含了「審慮思」、「決斷思」跟「發動思」。「審慮思」就是說你先考慮剛才講的應做、不應做、可不可以做，你先考慮好，這是審慮，它也是「思」的作用，審慮之後你就決定嘛，你要不要做，這就是「決斷思」；那一旦決定之後你就會發動，發動就是發動身、口，「發動思」就是發動身、口，身業去造作什麼、口業去造作什麼。

所以我們的身、口業之前的那個意業就是「思」心所，決定你要造善、還要造惡，然後它就付諸身、口了，你就去說出來、做出來，所以它「思」的階段就經過這三個：「審慮思」、「決斷思」跟「發動思」。其中在內心審查、考慮該做、不該做的，我們叫做「審慮思」；那審慮、考慮之後呢，我們就決定要造善、還是造惡的，就已經決定了叫做「決斷思」，它就是意業，意業完成了。因為你已經決定是要造善、還是造惡，那心一決定之後，我們就馬上發動我們的身業，去造作種種的善、惡業；就發動我們的語業，去造作種種善、惡的口業，這個叫做「發動思」，是屬於身業跟口業的部分。好，所以我們就知道意業是哪些呢？「審慮思」跟「決定思」，身、口業是什麼呢？是「發動思」。所以我們才說「思」是身、口、意三業的什麼？原動力。是它在決定我們的身口意造作善、還是不善，是這個心，「思」心所在決定，因為它的體性是「令心造作」。

我們今天講到這裡。