

大乘百法明門論
第九講
最尊貴的淨蓮上師講解

（第一〇五頁）今天講五別境，一百零五頁開始。「心所法」的第二類是五「別境」：「欲」、「勝解」、「念」、「定」、「慧」。那爲什麼稱爲「別境」呢？它跟前面我們講的「遍行」，有什麼差別？「遍行」它是一念的完成，就要具足這五「遍行」，所以它緣的是同一個境界。但是現在，「別境」，就是個別、個別緣不同的境，緣「所樂境」啊、「決定境」啊、「曾所習境」或者是「所觀境」。因爲所緣的境不同，個別、個別我們的心念，緣的境不同而生起的心所，我們稱爲「別境」。好，這邊也有答案，爲什麼稱爲「別境」呢？因爲這五種心所，所緣的境各自不同，不像前面所說的五種「遍行」，所緣的是同一個境，所以稱爲「別境」。

「別」，就是個別緣不同的境而生起的心所。我們稱爲「別境」心所，那它各別所緣的境有四種的差別，那就是依這四種的差別，來稱呼「別境」的名稱。第一個爲什麼稱爲「欲」呢？因爲它所依的是「所樂境」。「欲」，就是我們平常說的貪欲、欲求，你那個希望達到怎麼樣的、你最喜歡做的、你最希望達到的那個目標，那個希望的這個念頭，這個心所我們就稱爲「欲」。所以它攀緣的是「所樂境」，你最貪著的那個對象，人事物都包含在裡面。那最喜歡蒐集寶貝的，他的所樂境是什麼啊？就是寶貝嘛，那寶貝是見分還相分啊？（學生答：也是相分）對嘛，那執著什麼呢？這就是爲什麼你們現在找不到答案的原因。因爲你們還在相分上轉，懂嗎？希求境界，希求神通境界，它的所樂境是什麼？神通境界嘛，那神通境界是什麼分啊？（學生答話：也是相分）對嘛，那求什麼呢，所以我們已經太習慣隨著這個相分境界轉，六塵境界，所以沒有辦法明心見性。就是還隨著相分轉，我們還活在相分的六塵境界的什麼？裡面，每天生活沒有離開六塵境界、沒有離開相分的攀緣，因此沒有辦法悟道。

那悟道的人的生活，他應該是怎麼過的？如果今天開悟的話，他應該是怎麼過生活的？像平常一樣？那跟凡夫有什麼差別？它們的差別在哪裡？對呀，心有什麼差別？心什麼樣的差別？哦，它就不會隨著相分轉，哦，佛來佛斬，魔來魔斬！對一切相分不執著，對寶貝不執著、對神通不執著、對六塵境界不執著。他爲什麼可以做到不執著？是因爲他明白什麼道理？因爲他明白，見分跟相分都是哪邊變現出來的啊？我們自性變現出來的，我們自證分變現出來的，我們自性變現出來的你執著什麼？自己變現出相分，然後又執著那個相分，不是很顛倒嗎？是不是這樣子？神通境界每一個眾生本自具足的啊，有什麼好希求的。所以這邊講的希求我們就知道了，什麼叫做「欲」？就是你希求的心嘛，希求什麼的那些相分境的那股力量，那個心所就叫「欲」心所。所以它是所依的是「所樂境」。

那什麼叫「勝解」呢？就是「決定境」，若依的是「所決定境」，什麼叫做「決定境」呢？就是你有一個已經堅固牢不可拔的見解、你的看法，任何情況之下，人家怎麼跟你說你都不會動搖了，那叫做，我們叫做有信心嘛。如果說你對佛法的信心，或者是你對上師的信心，對三寶的信心，若你有「勝解」，已經產生「勝解」的話，人家怎麼講你都不會動一下心的，這個叫做有「勝解」，這個叫做「決定境」。就是說我已經決定，我的看法就是這樣，我確定他的正確。可是你說那些邪知邪見，他有沒有「勝解」？對啊，他也是「決定性」啊！你說阿盧（人名）還是阿什麼？怎樣？他的徒弟也是有堅固的「勝解」產生啊，他也是你怎麼說他都不動搖的，對，反正是對一些看法，對一些人事物的看法，已經到達怎麼樣都不可能有一絲毫動搖的，我們就說他已經有「勝解」產生。好，這樣我們對「勝解」這個名詞就明白了，就是一種決定，你已經在你的心裡面這個看法、這個見解已經牢不可破了，是不能夠輕易動搖的。對，根深蒂固的一種見解、看法。

（第一〇六頁）好，翻過來，一百零六頁。什麼叫「念」呢？好，這個「念」就很重要了，因為我們能不能成就定慧，就看你的念力能不能成就，我們先成就正念力，然後才能夠成就定慧力，有念力、才能夠有定力、有定力才能夠有慧力，所以念力等於是我們成就止觀的一個關鍵。那什麼叫「念」呢？「曾所習境」。所依的是「曾所習境」，你曾經熏習、串習過的，你牢牢的記在心裡面，明記不忘，時常的去憶持它，然後放在心念裡面，沒有剎那的忘失。所以我們就知道念佛怎麼念，什麼叫做「念佛」？用嘴巴唸是還要加一個口，不是這個「唸」，還有一個口旁，那個是嘴巴唸，這個念是你心心念念，佛號沒有剎那離開過，那個叫「念佛」，不是你嘴巴有唸才有，沒有唸它就沒有，那個不是這邊所謂的「念」。「念」就是「曾所習境」，不管你過去串習的是什麼法門，或者是你修學的是什麼法門，那你心心念念都在這個法門上，沒有剎那的忘失，經常憶念、保持在你的心裡面，這就是「念」成就了。

所以我們所謂的念力成就，就是……像修密教的就是你那個本尊觀，一定是一剎那就可以現起，為什麼他可以這麼快？就是你的心裡面，時常都心心念念，念著你的本尊，沒有剎那的忘失過，所以他可以這麼快，剎那就可以、彈指間就可以現前，所以它是「曾所習境」。就看你串習的是什麼樣的內容，如果串習的是每個禮拜六馬票開，你們是禮拜六開嗎？心心念念一個禮拜也沒有剎那忘失過，（學生：作夢都夢到）對！那就是因為那個念，白天那個念，心心念念都在馬票那個數字上，所以晚上他就夢到？數字了。對，這個也是「曾所習境」嘛，「曾所習境」在什麼上面？馬票的數字上。對，沒有剎那忘失，吃飯的時候它也在，睡覺的時候它也在，沒有剎那忘失。我們對佛法如果是馬票的精神，憶念馬票的精神，我們成就的很快的，因為你心心念念都在那上面，你沒有想它，它也在你的心裡面，

不是想的時候才有。我們對佛法，是你想的時候，它才……好吧，就想一下。「想」跟「念」不同嘛，「想」，我們講過它是五遍行，「作意」、「觸」、「受」、「想」、「思」，那個「想」我們昨天講它是什麼作用？認識作用嘛。對，它是認識外境，所以你想才有，你沒有想你的心裡沒有那些東西的，那這個「念」不一樣哦，你沒有想它，它一直在你的心裡面，沒有丟掉過，就好像我們憶念馬票的那個一樣的，那叫做「念」。

所以我們說：我想念一個人。我想一個人跟我思念一個人，哪一個比較深刻啊？對呀，思念比較深刻，「思」是令心造作嘛，我們昨天才講的，「思」心所，令心造作。所以那個說我常常想你，那就知道有想才有，沒有想沒有，我經常憶念你、我經常思念你，哇！那就茶裡也是他、飯裡也是他囉，夢裡也是他囉，沒有剎那忘失。對，這就是「念」，你沒有想它，可是它一直在你的心裡面，好像就是一直放在那裡，你沒有特別去想它。可是它不會丟掉的。對，我們對佛法的憶念、保持，就要這樣子，沒有剎那忘失佛法，念念都跟佛法相應，這樣子就離成就不遠了。可是我們念的都是寶貝啦、股票啦、馬票啦，所以嘛，所以沒辦法成就，念的內容不一樣，念世間的圓滿啦。

好，「定」呢，「所觀境」，所依的是「所觀境」，就是對我們所觀的那個對象，我們的心專注不散，這個就是「定」，所以它依的是「所觀境」。那「慧」呢，它就是一種分別的智慧，我們常常說你有沒有那個智慧來分辨啊，這個就是講這個「慧」。它就是對前面的，前面講的「欲」、「勝解」、「念」、「定」這個「所觀境」，它有分別、選擇的能力，這個就是「慧」的體性。所以「慧」，我們平常就是說，你有沒有那個分別的智慧，就是一種分辨力。由此可知五種「別境」和五種「遍行」不一樣，因為它個別、個別緣的境是不同的。〔補義〕中說：這五種心所是心已經決定要有所行動了。這是我們昨天講到的，五「遍行」完成，這一念心就已經決定要造善、還是造惡，已經完成了，所以你就會付諸身口，有所行動。所以，它可以造善，也可以造惡。至於在修行方面的情況也是如此。如果行的是十善業，就有人、天果報；那四聖諦的話，就可以證聲聞果位等等；所以十二因緣，就可以證辟支佛；發菩提心、行六度，就可以成就佛菩薩。

（第一〇七頁）好，它再詳細的說明，五種別境的第一個就是「欲」，「欲」，就是對於「所樂境」產生一種希望的心，這種希望的心，是「欲」的體性。那我們會爲了要達到這個希望的目標，我們就怎麼樣？很精勤的，必須精勤地努力奮鬥，這股精進的力量，就是「欲」的作用。所以它是一股推動我們達到目標的那股力量，精進的力量。那凡夫的欲求不同嘛，所以他就財色名食睡五欲，是他每天都在努力不懈的目標，他一生的目標就是要擁有這些：名啊、利啊……等等的。他也是很精進，可是他是精進在世間法上面，那這個結果呢，就是形成一股推動輪迴的力量。那二乘人就不一樣，聲聞、緣覺他們因爲希求解脫，一心一意想要怎麼樣？證涅槃，

所以他們就要勤修四諦、十二因緣，形成一股解脫的力量。所以欲求不同呢，結果就不一樣，那如果說我們可以平常諸惡莫作，眾善奉行，行十善業、斷十惡業的話，我們就有人、天果報，我們心心念念都在斷惡修善上面，我們就可以生善趣。如果我們精進的是四弘誓願，每天都發誓：「眾生無邊誓願度、煩惱無盡誓願斷、法門無量誓願學、佛道無上誓願成！」將欲求化爲慈悲的願力，這個「欲」就變成我們的願力了！一定要成佛、開悟成佛的這股願力。所以原來的欲求、希望就會化成一股願力，那就一定可以成佛。

所以我們就知道我們每一念希望的那個欲求的，那個內容有多麼的重要，因爲你每天想、想要做什麼，它就是一股力量，幫助你達到那個目標，所以不同的希求呢，就是不同的目標、不同的結果，有很大的差別。因此對「所樂境」希取欲望，就是「欲」的體性；從此精進不懈，就是「欲」的作用。

（第一〇九頁）對於自己所貪愛的境，希望能夠得到，得到了以後，又希望不要失去；對於自己所厭惡的境，希望不要碰到，萬一碰到，就希望趕快遠離。這就是說明，那個欲求的那個心的狀態。正所謂：「愛之欲其生，惡之欲其死。」愛的時候，恨不得兩個人穿一條褲子，那恨起來呢，最好是從此不要再跟我……對，從此在我的眼前消失，絕對不要被我看到、不要被我碰到。就是這樣，「惡之欲其死」。

可見這個「欲」呢，包含了欣跟厭，喜歡碰到，還是不喜歡碰到，這兩方面來說的。那對於我們喜歡的、可親近，我們會希望能夠得到；那對於討厭的、可厭棄的，我們又希望趕快遠離，這都是欲求，這兩種希望的心都稱爲「欲」。所以，不論是世間法、還是出世間法呢，沒有不是因爲好樂之心所成就的。世間法是同樣的，欲求而達到這樣的目標；那出世間法，學佛修行希望解脫成佛，也是同樣的需要這個欲求的推動。所以如果我們好樂的是世間法，我們成就的就是世間的果報——也就是繼續輪迴。因爲每天忙著造業嘛，貪、瞋、痴不斷，所以繼續輪迴；如果我們希求的是出世間法的話，成就的就是聲聞、緣覺、菩薩，乃至於佛等出世間的果位。既然不同的欲求，會有不同的結果，那我們對於好樂的對象，也就不能不善加選擇了，最好是在正法的「善法欲」當中才行。

（第一一〇頁）所以，「欲」我們來講，用在佛法上面，推動我們精進的這股力量，我們就美其名，比較好聽叫做「善法欲」。雖然它也是欲求，可是在你沒有達到成就之前，這個欲求是好的欲，因爲它是推動我們精進的這股力量嘛，所以我們就稱爲「善法欲」，這個欲是可以接受的。其它的欲，好樂世間，會造業的這個欲，我們就希望能夠趕快的遠離才好。

古代的修行人閉關、專修呢，希望能夠剋期取證無上菩提，就是這一股「善法欲」推動的力量。〔補義〕中說：佛說眾生有種種不同的欲求，包含了善欲、還有惡欲，所以這裡的「欲」呢，不僅是指對菩提求證的欲求，

而且呢，也包含了世間，所以我們就知道它通善、惡、無記三性。下面四個別境也一樣，所以我們就知道五別境它是通善、惡、無記三性的。就看你用在什麼方面，所緣境是什麼樣的內容來決定它是善的、還是惡的、還是無記的。

（第一一二頁）好，那我們看一百一十二頁這個。第二個，是「勝解」。什麼叫做「勝解」呢？就是一種牢固不拔的殊勝理解。就是說你已經非常堅固在你的思想、見解上面，已經建立了這股力量，由於這股殊勝的見解，因此對於「決定境」，我們就能「認定和持守」。「認定」就是說，你決定是這個樣子，而且你可以一直堅固保持，不會被人家動搖或者影響，這就是「勝解」的體性。一旦於境印可了之後，就是說你是決定這樣子了以後呢，就不會輕易的被影響或轉變，這就是「勝解」它所產生的作用，就是不會改變了。那同樣的，「勝解」也通於善、惡、無記三性。所以不論是對邪教，邪教也有邪分別，所以他們也有邪的「勝解」；那正教，也是有它的教理啊、修證啊，所以一產生認可，不會因為任何原因轉變，這個我們都稱為「勝解」，所以它的善、惡，都有它的「勝解」產生。

（第一一三頁）另外，「勝解」並不通於一切時，因為在猶豫不決的時候，沒有「勝解」。我們說「勝解」，它就是已經決定了嘛，所以當我們還模稜兩可，還沒有非常的確定之前，這個時候我們就說他沒有「勝解」。所以我們就知道，「勝解」它不是遍一切時的。當我們猶豫不決的時候，是沒有「勝解」；沒有信心的時候，也沒有「勝解」，所以它不通一切的時間；在沒有審慎決定，或者抱有疑惑之心的時候，也沒有「勝解」。所以佛法說斷疑才能生信，這個信心呢就是從「勝解」而來的，這一段很重要哦。為什麼我們對佛法的信心，有時候還會人家講一下，什麼一個、兩個的，就開始動搖了嘛。這就是為什麼我們現在對佛法、對三寶、對上師，對任何的三寶的這樣的對象，為什麼我們有時候還會產生懷疑？為什麼還沒有到達堅固不疑，這個「勝解」的地步？原因出在哪裡？下面就告訴我們原因了。

哦，原來我們「聞、思、修」佛法的功夫不夠，所以才會信心很容易就被人家動搖了。所以它說「勝解」是從「聞、思、修」來的，「聞、思、修」就是透過「教、理、行、證」，也有叫做「教、理、行、果」。「教」就是你先聽聞佛法的內容，然後去思惟它的道「理」，然後去「行」，就是去修，然後你已經如實的「證」得了，因為你證到了，人家怎麼講就不可能懷疑，因為你已經如實的證得了。那我們就是因為沒有經過這樣聞思修的熏習、熏修，也沒有教理行果，這樣子很完整的這個四個步驟去進行，因此我們的信心很容易受到動搖。所以只有從「勝解」呢，才能產生正信，有了正信才能推動「善法欲」，有了「善法欲」，我們才會精進。所以我們又找到我們為什麼不能精進的原因了，就在這裡。「善法欲」為什麼沒辦法推動？一般人覺得精進很難，就是因為對佛法的「勝解」不夠的緣故。那

我們應該怎麼補救呢？你們說？我們怎麼補救？聞、思、修嘛，聽聞完不是下課，書本一闔，然後跟我都沒關係，再打開就是三個月以後，這樣（有）沒有聞、思、修？一定沒有的嘛。

由此可知，「勝解」不同於「五遍行」能遍於一切時。所謂「勝解」，就是已經確定能做了以後，就不會輕易地轉變。

（第一一四頁）所謂「決定印持不可引轉」的意思就是說，這個都是重複了，就是說對於邪教或者是正教所說的邪理或者是正理，因為有堅定的信心和了解，所以對於所取的境界，可以馬上詳加審察，而做出明快的決定。這個就是說我們對佛法的信心，這個「勝解」怎麼產生？我們平常已經怎麼？聽聞、而且修習，思惟過，而且平常也有在修習，你思惟以後覺得很好，完全就轉化成你的身心，所以你的身心就會跟佛法相應，這個時候「勝解」就能產生。因為你經過審慎的思慮以後，就是思惟的過程，所以你可以很明快的就……碰到那個境界，這個事情可不可以做、有沒有破戒，很快就能夠怎麼樣？分辨了。那個還搞不清楚，這樣對不對？這樣不知道有沒有破戒？那就是說你對所有的戒律的內容，可能聽聞的就不夠，聽聞完就又忘失了，沒有心心念念，沒有念，沒有明記不忘，所以碰到的時候，你就不是很確定，這時候是沒有「勝解」的。所以我們能夠詳加審察，做出明快的決定，就是你有經過思惟的階段，還有平常也有在熏修，才可能做得到這麼快，明快的決定。由於已經做了確定的判斷，因此在任何情況之下呢，都能堅固持守這個見解，而不會因為其它的因緣引誘，隨便引誘一下、隨便講兩句就完了，心意就轉變了，這種牢不可拔的特殊見解，我們就稱為「勝解」。

（第一一五頁）那對於佛法上我們常常看到，它說「五蘊皆空」，那我們怎麼去體會「五蘊皆空」，然後可以產生「勝解」呢？就是我們要先聽聞經中所說的「五蘊」的內容，譬如說：經中常常說，色如聚沫，就告訴我們這個色蘊，這個身體根本不是我，因為它是暫時聚合的水沫，隨時可以破滅的。就是說它隨時可以死亡，無常一來就沒了，可見它不是真實存在的。那我們的感受，它也不是真實存在的啊！就好像水泡一樣，受蘊像隨時會破滅的水泡，所以受蘊，苦受、樂受、捨受，它也是無自性、因緣所生。想如陽燄，想蘊，就是我們的想心所，念念這個剎那，這個念頭不斷就是想心所，它像夏日的陽燄般的不實（陽燄就是水蒸氣一蒸發，我們遠遠看好像有水，其實沒有水，所以它是一種幻境而已）。那行如芭蕉，行蘊呢，像芭蕉樹，芭蕉樹我們一片一片把它剝下來，中間是空的，就是用這個來比喻，實際上它也不是真實存在的。那我們的識呢，八識呢，也是幻的，如幻的，所以識蘊如虛幻、不實的境界。那我們一看到經中所說的這個「五蘊皆空」，如果我們平常有聽聞、也有思惟、也有去修的話，像修四念住啊……等等的，那我們就可以深信不疑，為什麼？因為我們已經有一

些實際修行的體會了，不再認為它們是真實存在，而再度生起種種的妄執。我們還會執著五蘊是我，那就是沒有真正的證到。

俗話說：三軍在作戰的時候，可以輕易奪取他的將帥，卻無法輕易奪取一介匹夫的志氣。這種堅固不移的志氣，就是此處所說的「勝解」。所以一個有志氣的，即使是凡夫，他那個志氣也不是隨便就可以被動搖的，像文天祥的他那個正氣，對，浩然正氣，那個也是一種「勝解」才能夠執持的。那像中國人，「士可殺，不可辱」，這也是一種「勝解」，他寧願斷頭也不能侮辱他。所以六波羅蜜那個「忍辱」，為什麼翻成華文要翻成「忍辱」呢？它本來沒有那個「辱」的意思，就是說明我們中國文化，因為他翻譯的人知道，我們中國文化的那個士大夫的觀念，尤其是讀書人，你寧願殺頭，可是你絕對不能侮辱他，他把這個「辱」呢，看得比他的生命還重要，所以翻成「忍辱」。你可以「忍」這個「辱」了，就沒有什麼不能忍的，因為他可以連生命都不要了，可是就不能受到污辱，所以他這個「辱」可以忍耐的話，是不是世界上沒有什麼不能忍的？所以他翻成「忍辱」，他有他的含意在裡面。

古代的大德也說：任憑你說凡夫的心並非佛心，可是我堅固不移，眾生的心就是佛心，這也是一種「勝解」。眾生皆有佛性，因此都能成佛，凡夫的自性也和佛性沒有任何的差別。若是能夠這樣深信不疑，不論別人如何蠱惑都不為所動，這就是已經有「勝解」產生了。

（第一一六頁）那如果是半信半疑，好像有又好像沒有，好像是又好像不是，經常搖擺不定，這個我們就稱為猶豫境，這時候是絕對沒有「勝解」的。如果說雖經過認定，但是卻沒有一刀兩斷的決斷心，這個時候也沒有「勝解」。就是那個信心還不夠，或者還不夠確定，這時候都沒有「勝解」。由此可見，人在猶豫、疑惑的時候，它沒有「勝解」，所以我們對三寶，或者是對學佛修行，如果還有一點疑惑、猶豫的時候，這個也是沒有「勝解」。所以不能把這個「別境」，也納入五「遍行」當中，因為它不遍一切時，所以它不符合這個「遍行」的條件。

另外，「欲」和「勝解」，都是通善、惡、無記三性，有關這點，後面「懈怠」的時候，它會再詳細說明。

（第一一八頁）好，那我們看第三個是「念」。這個很重要，於「曾習境」。「念」，就是一種記憶作用，你曾經串習的，你記憶在你的心裡面，明記不忘，沒有刹那的忘失。所以它的體性，就是對於曾經串習過的境界，心中明白記憶，不會忘失。所以對佛法，明白記憶不會忘失，那我們就心心念念，都在佛法的正念當中，這樣就可以成就佛法的念力。這樣不斷的在心中憶念、保持，久了以後呢，就能產生「定」。所以定是由正念來的，你正念、念力成就你就有定力。這是「念」的作用，所以定力能不能夠成就，我們就完全看我們的念力有沒有成就。如果說我們就是記性不好啊，像有些人記憶力不好，一回頭就忘記要做什麼事情，那他要成就正念力很

難，然後他當然要修定就很困難。就是因為有些人他意志比較薄弱的，記憶力不好的，這都跟念力有關。所以定力能不能成就，完全看我們念力有沒有成就。那就告訴我們，為什麼不能得定？很多人修定啊，為什麼不能得定呢？就是因為沒有正念力，是在那邊打妄想，打妄想就失念，就沒有在正念中。看你修什麼法門，你如果數息的話，你那個數字數過頭、數丟，就是沒有在正念當中，就是打妄想，這個是失念；那念佛，如果佛號已經念丟的話，也是一樣的，就是散亂、或者是昏沈，無法任運保持在所修法門的正念當中。

例如念佛的人想要念到一心不亂，這也是靠「念」的功夫嘛。那念到「事一心不亂」的話：念佛的正念，就可以伏煩惱；如果念到「理一心不亂」：念而無念，無念而念，這個就是正念成就。這時候佛號並沒有忘失，但也不必特別提起，既不散亂、也不昏沈，這樣自然憶念、保持，就可以成就「念佛三昧」，所以念佛三昧是這樣成就的，念力的成就。它心心念念都在那上面，那念到念而無念，無念而念的意思，就是說你已經沒有去念「阿彌陀佛」那四個字了，可是它有沒有丟掉？沒有丟掉，你隨時一憶念，那個阿彌陀佛又起來了，它沒有丟掉，這就是「念」。念佛是要這樣子念，不是煩惱起來了，才來叫「阿彌陀佛啊，救命啊！」平常心裡面沒有阿彌陀佛，碰到事情才有阿彌陀佛，那就沒有「念」嘛，那是「想」，有想才有，沒有想沒有啊。

（第一一九頁）所以「念」呢，就是對於曾經串習過的事情，心中明白記憶，不會忘失。明白記憶，不會忘失，就是說他沒有剎那忘掉過，雖然你沒有特別去想它，可是它就是沒有丟掉，就是一一直在你的心裡面，這個才叫做「念」。「曾習」，就是曾經串習過的事情，我們就把它牢牢的記在心裡面，沒有剎那忘失的，所以我們叫「明記不忘」。「明記不忘」就是很明白的憶念、保持，那不會忘失，「定依為業」的意思，就是它是我們定力的所依。只要我們心中能夠惺惺不昧，歷歷分明，念茲在茲這些曾經串習過的事，譬如說你修一個法門，你就心心念念都在那個上面，沒有剎那忘失。這樣用功下去，妄念自然就能夠停息而得定，這個「念」呢，我們就叫做「正念」。所以古人說：「一念萬年，萬年一念。」這「一念」，正是說明「正念」的道理。這「一念」，我們現在明白五「遍行」就知道它可以穿越時空，所以「一念萬年」，就是這「一念」可以穿越時間，過去、現在、未來，就在當下這一念，十世古今不離當下這一念，所以它「一念萬年」就是已經可以打破時間的限制了。

（第一二〇頁）好，第四個是「定」。「定」，就是專注在你的「所緣境」上面，不散亂、不昏沈。這個就叫做「定」。這是它的體性。如果熏習久了，就能生出分辨的智慧，這是它的作用。所以我們就知道，智慧怎麼來？從「定」來。你沒有得真正的正定，或者是根本定的話，你要開發見空性、無我的智慧，就是不可能的，因為開發智慧，是以「定」為做基礎。那這

個「定」，開發見空性的智慧的「定」，那應該是達到……一般來說是幾禪的功夫啊？四禪的功夫——捨念清淨。爲什麼？爲什麼初禪、二禪、三禪比較沒有機會去見性、見到空性，爲什麼？因爲初禪還有什麼？初禪是跟五支相應，哪五支？尋、伺、喜、樂、一心，它有喜、樂動盪我們的心，還有尋、伺的作用。尋、伺是什麼？四不定，後面會講。

那二禪呢？初禪是離生喜樂；二禪是定生喜樂，它還有喜、樂動盪心，二禪已經沒有尋、伺了，沒有尋、伺的作用，它跟三支相應：就是喜、樂，跟一心。一心，就是現在講的專注一境。可是它有喜、樂會動盪我們的心，所以二禪也……，因爲它還有波動，心念還有波動，還有喜、樂的波動，所以見空性也比較沒有機會，因爲我們的心，還是一種動盪的狀態。

那三禪呢，離生喜樂、定生喜樂、離喜妙樂。離喜妙樂，它只剩下二支了，喜支沒有了，還有樂，這時候是大樂。所以禪定的樂，幾禪最樂？就是三禪。三禪定的時候呢，全身發樂，每個細胞都在微笑。「舉身微笑」，就是在形容三禪樂受的境界，所以三禪就是「樂」受跟「一心」。就是很專注，但是還有「樂」動盪我們的心，所以也沒有辦法見空性。比較難啦，因爲它還有那個很強烈的「樂」受。

那四禪，捨念清淨。沒有「喜」、「樂」了，它只剩下「一心專注」，所以它是捨受相應。我們昨天講到捨受嘛，還記得，昨天有提到捨受，它不止是四禪、還有四空定都是跟捨受相應，所以四禪以上就都沒有喜、樂受了，只剩下捨受。第四禪，色界第四禪，還有無色界的四空定，都是跟捨受相應。我們昨天才講到。這些呢並沒有真正的證到涅槃，只是跟捨受相應，我們對這個捨受，因爲它沒有特別強烈的像苦、樂這麼強烈，可是它是一種捨受的狀態。所以很多弄不清楚的，他會以爲他已經證到涅槃，因爲沒有什麼特別的喜樂的感受了。可是我們知道沒有，受蘊還沒有解脫，是因爲它是跟捨受相應。所以我們昨天才提的嘛，這就是爲什麼我們的要見空性、或者是開悟，他依的那個定，是四禪定。開悟的那一剎那，是捨受相應的機會比較大。所以我們的定力如果沒有證到色界四禪的話，那就是，要明心見性要靠機緣啦。可能踢到石頭啦，或者是聽到瓦片被打碎……，會不會？那一剎那會不會悟？會不會？「原來尼姑是女人做的！」、「原來我一直都是佛，我怎麼以前那麼笨，以爲自己是凡夫。」突然就清醒過來。

所以我們只要對我們所修的那個法門，就是「所觀境」，就是你不管修什麼法門，都是可以開智慧的。那就是要不斷、不斷的熏習，久了之後，就能夠生出這個分別的智慧，這是「定」的作用。你對你的「所觀境」，就是你修的法門，怎麼樣？非常專注的一直修、修、修到四禪，就能夠開發見空性的智慧、無我的智慧，不論是觀察有所得、或者是有所失、或者既非得也非失的。那就是有三種情況嘛：有所得、有所失、還有不是得也不是失，這三種境界的時候呢，我們的心就是面對。因爲一切的境界，就是

沒有離開這三種境界，得、失、或者是沒有得失，這三種。可是我們的心如果都不動的話，那就說明我們有定力了；可是如果我們一碰到這三種境界，如果心隨著它攀緣，那就是沒有定力，因為你動心了。所以，人在得意的時候，一般我們會心生喜悅嘛，輕飄飄的嘛；那失意的時候呢，又很難過；平常沒有特別得意、失意的時候，也都是散亂的。所以我們就很難得定。若是面對境界的時候，能夠令心專注不散，依此定力就一定能生出抉擇的智慧。所以智慧一定是依定力而來的。

（第一二二頁）那什麼叫「專注」的意思呢？就是我們的心只要安住，它就能安住，不論是任何的「所緣境」都一樣。所以一個有定力基礎的人，你叫他修什麼法門，他馬上就可以相應的。所以，跟法門沒有關係，是我們有沒有那個定力的功夫。有的話，你今天不管去學什麼禪定的法門，你很快就入定了，那就是因為我們的心，已經可以專注不散。所以現在就是「所緣境」的差別嘛！你數息，就在呼吸上；你念佛，就在佛號上，沒有什麼差別啊，「所緣境」你都可以專注不散。所以你今天到哪個道場，修習什麼法門，你應該都可以馬上得定，它是一種專注的訓練。所以我們現在看石頭也好，還是怎麼樣也好，就是訓練心的專注而已嘛。所以重點不在那個石頭上，也不在那個「所緣境」上，而是我們藉助那個所緣呢，來訓練我們的心，怎麼樣？得定。

什麼樣叫得「定」？就是它不再散亂了，不再昏沈、散亂了。那這邊舉一個例子，就是說它的「所緣境」可以很多種不同的，像修觀身不淨的話，不淨觀這個法門，就是三十二個內容，我們一個、一個從髮、毛、爪、指、皮、頭髮開始嘛，一個、一個去觀它的不淨，那純熟了之後，你可以在一座之中，怎麼樣？三十二個全部這樣子想一遍，「所緣境」它一個、一個都換呀，可是你的心還是沒有散亂，這就是說明已經有定力的產生了。所以在一座當中，可以同時觀修這些對象，心不散亂，這就是「專注」，所謂的「專注」。「定」，就是讓我們的心安住在「所緣境」上，專注而不分散，我們就稱為「定」。

（第一二三頁）所以這個「所觀境」，它並不是只有一個，它可以一直換沒有關係，你的心還是不會散亂。可以是五蘊，也可以是無常、苦、空等等內容，只要是對這個「所觀境」，令心專注、不散亂，這就是修定。所以「禪定」也稱為「禪那」，我們翻成「思惟修」。如果以為修定就是盤個腿，那個是修腿。我們就買一個火腿架起來就好了嘛，它都不會動啊，那定力很高囉，所以不是修腿嘛。所以是心不散亂，那個叫做「定」，不是腿，是不是已經功夫很好了。如果希望坐到一念不生，那個叫做枯木禪，可能就生無想天去了，他以為修定是要坐到沒有妄念，這個想法是錯的，就會到達枯木禪。那最高的成就是無想定，因為他把他的「想」心所滅了，這個是沒有辦法開發智慧的。所以外道也是修四禪八定，它跟佛法修的四禪八定有什麼不同呢？外道修定是發神通而已，最高的成就，就是開發神通；

佛法的修定，它是開發智慧。這就是跟外道修定，同樣修定的內容，可是結果不一樣：一個是開發神通，一個是開發解脫的智慧，它的判別在這邊。

因此，「定」的作用就是開發智慧。只要在日常生活當中，數數思惟、觀察這些「所緣境」，我們可以思惟：五蘊不是我啊！那我們一個、一個去思惟、觀察：什麼是色蘊？什麼是受蘊？舉例來說，如果我們心中有任何的感受生起的時候，由於已經數數思惟、觀察它是因緣所生無自性，所以我們就不會因為苦受、樂受、捨受的產生而跟貪、瞋、痴煩惱相應，這個就表示說我們平常對受蘊的內容，已經有堅固的「勝解」，才能夠由正念而生起這個正定。這我們昨天才講的，怎麼面對苦、樂、捨受，不跟煩惱相應，我們昨天才說得很詳細了。像這樣專注不散、一心不亂，久了自然就會有個入處，體會到原來五蘊本來是空的，所以只因為眾生妄執，才會執五蘊為我。那就是要不斷的思惟、觀察，成就正念，然後正定，然後就開發這樣的一個「五蘊皆空」的智慧來了，見空性的智慧就產生了。

（第一二四頁）這時，本心自然現前，就是一般所謂的開悟，「無我」空性的智慧就油然而生。所以我們知道，慧是由定來，定從念來的，所以我們要先成就念力，你有念力就有定，有定就有慧。所以，所謂「心專注」的意思呢，就是指不但心能夠專注在「所緣境」上，而且還可以自在作主。這個很重要，你要入什麼定就什麼定，你要出定，出入自在。不會說我入個定，然後我出不來怎麼辦，沒有這種事。你自己入的定，會自己出不來？你自己觀想一個什麼境界，然後你被那個境界這樣轉，哦，那怎麼辦呢？我萬一回不來怎麼辦？萬一這中間走火入魔怎麼辦？你就忘記你所觀的，你所觀想的那個相分，是你自己自心的變現，你自己觀出來的，你怎麼會對那個所觀境，就不能自在作主呢？那就是不明白這個道理。它這邊就講到說，有些人修觀呢，他在「所觀境」上心不但不能作主，反而還會隨著它自己觀出來的那個境界轉，這就是錯誤的修觀，這個非常的危險。因為心無法作主的定是邪定，由邪定而生的慧就是邪慧，它就走到岔路上面去了。要知道「所觀境」既然是我們自己觀想出來的，我們自心觀想出來的，我們自己的心就應該可以作主。由於自心可以自在作主，所以對於任何「所觀境」呢我們都能夠安住不馳散，這就是「專注」，而不是單指一個觀境而已。

（第一二五頁）〔補義〕以上的解說呢，都是針對佛法中的禪定來說，並沒有提到世間法。那世間法，你做什麼事情，你練毛筆字，你要畫一個符，畫符中間不能斷的，你畫符的時候中間不能斷，那就是要非常的專注，那個也是定，只是它用在世間法。所以它這邊說你捏陶的時候、灌瓦器、或者捉蟬等，也都是要很高的專注力。所以其實它就是在說明那個「定」，什麼叫「定」？就是非常的專注，那個專注力就是「定」，不管你用在世間法還是出世間法都一樣。

(第一二六頁)好，最後一個「慧」。「慧」，就是辨別作用，一種「分辨的智慧」。好，一百二十六頁。它的體性，就是對於「所觀境」知道如何分辨、選擇；它的作用呢，就是能夠斷除疑惑。所以我們疑惑是靠什麼斷？就是這個智慧來斷。這點非常重要，我們是否能夠破疑開悟、斷疑生信呢？那就要看我們這個分別、簡擇的智慧是不是已經生起了。有這個智慧我們才能夠破迷開悟，才能夠斷疑生信。這裡所說的智慧，包含了佛法中的「聞所成慧」、「思所成慧」跟「修所成慧」三慧，同時也包含了世間的智慧，以及外道的邪慧，所以，這個五別境都是通三性的：善、惡、無記性，有好的、也有不好的。那這邊講的「聞所成慧」，就是你聽聞來，你聽了以後，你就明白一些佛法的道理，這個時候所成就的智慧我們叫做「聞所成慧」，因為它是由聽聞來成就的智慧。那「思所成慧」就是你聽了之後，你不斷、不斷的思惟觀察，所產生的智慧，叫「思所成慧」。那再接下來你去如實的證得，這個修行所產生的智慧，就稱為「修所成慧」。所以實際上就是聞、思、修所產生的智慧，這三慧是我們智慧的來源，是這樣子成就的。

(第一二七頁)如果有了分辨的智慧，我們面對得、失，或者是不是得也不是失，這樣子的三種境界當中，我們就能夠清楚地抉擇，而斷然做出決定。所謂的「慧」，就是對於「所觀境」，能夠明白抉擇，不生絲毫的疑惑。為什麼能夠做到明白的抉擇，又沒有絲毫的疑惑呢？那就是因為我們對於一切的法，不管它是正法、邪法，是得的、是失的種種境界，是清淨的、還是染污的，是善、還是惡，這些我們已經經過智慧的觀察、去推求、去簡擇、去分辨，經過這樣的一個什麼？過程之後，我們才做出的決定，所以我們心中就不會有絲毫的疑惑。這整個過程就是智慧的抉擇，你有沒有分辨的智慧，就是這樣子產生的。

(第一二八頁)好，這個「慧」呢，是從「定」發的，所謂由定而生慧就是這個道理，但是，這裡的「慧」是通於善、惡二性的。由聞、思、修佛法，所產生的三慧呢，就是正見、正慧；由邪知、邪見所產生的慧呢，是惡見、是惡慧。這其中的差別，就在正慧才能夠斷煩惱，惡慧它只會增長煩惱。所以我們成就的是不是真正的智慧，就是看它是不是能夠真正的斷煩惱，是的話才是真的智慧；如果越修越煩惱，那個就不是真的智慧。佛法中常說「止觀雙運」、「定慧等持」，就是在強調「定」跟「慧」的重要。它兩個同時重要，同等的重要。就好像一個車子，一定要有兩個輪，少一個輪它就沒有辦法開；那鳥也是，要有兩個翅膀，少了一個翅膀牠也沒辦法飛。這就是說明，由「定」才能夠開發智慧，這是決定不疑的道理。有「定」沒有「慧」，或有「慧」沒有「定」，我們都沒有辦法成就的。

(第一二九頁)所以，只有真正達到「一心不動」，才是真的「禪定」；而這時候的定呢，並不是渾然不知、無明闇昧，而是神志清明、專精注照，因此便能夠認清諸法的實相，悟出萬法本來沒有生滅的道理來。好，這就是說，常常有人問說：入定的時候，是不是什麼都不知道？不是。你說你

入定的時候，什麼都不知道，那是昏沈定，那是大昏沈，不是真正的入定。入定一定是清清明明的，因為它這中間有……止中有觀，所以這中間有覺照的智慧，是跟這個定、禪定呢，是同時。就是他禪定當中有什麼？照見的功夫。那意識是非常清明的，這個才是真正的，也是因為他有照見的功夫，因此他的定才能夠生出空性的智慧來。他這樣渾渾噩噩、昏沈、搞不清楚，他怎麼可能由定而生出智慧呢？就是因為他完全身心都寧靜下來，就看得清楚宇宙萬法的實相。就是他這麼清明的狀態之下，才可能去體悟這個實相的道理出來。所以它絕對不是一個昏昧的狀態，昏沈狀態不可能開發智慧的。

所以它這邊說：它的無常生滅現象，只有因緣聚散的變化而已，若是它的本體來說呢，它是本來沒有動過。那就是我們現在要找的那個真心，是常住不滅的，沒有生滅的，不會隨著妄念的生滅，然後有生滅的那個，是我們的本體。那個就是我們的常住真心，我們的菩提自性，它是從來沒有動過。動的是什麼呢？現象界，有生滅的、無常的那個是有生滅。可是另外還有一個沒有生滅的。若是悟到了「境本無生」的道理，這時候的「慧」呢，就轉成「般若」了。什麼叫「般若」？就是認清了諸法實相的智慧，我們稱為「實相般若」。那世間的聰明、辯才呢，就不是般若智慧，而是我們稱為點慧，或者是惡慧。因為它會增長煩惱。世間的智慧是第六意識的比量來的，不是現證的現量。我們實證般若、實相般若的當下是現量境，八識都是現量的。所以跟世間的智慧不一樣。世間的智慧是分別，第六意識分別的比量來的，這是它們最大的差別。

好，我們今天講到這裡。