

唯識廣行淺述
——安住當下的心



釋開藏 講述
釋道涵 校編



開藏老和尚以其畢生研究唯識學的心得，用最淺顯的生活語言及諸譬喻，為大眾開導一條明路，解決吾人在現實人生中，內心承受的種種壓力與困惑。但願閱讀本書的有緣人，能夠安住當下的心，進而出離生死，解脫煩惱。

開藏法師簡介

金剛法林住持
金剛法林印經會發起人
國立中興大學中國文學博士
圓光佛學院大學部華嚴經教師

釋道涵簡介

金剛法林印經會主編
南華大學哲學與生命教育碩士
國立中興大學中國文學系博士



釋開藏 講述
釋道酒 校編

唯識廣行淺述

——安住當下的心







目 錄

「佛陀解脫心法」系列課程緣起	(6)
序	(8)
第一講 前言	1
一、三時教	2
二、讚根、道、果	9
三、說皈依	14
四、三增上	18
第二講 學習唯識的重要性	26
一、心是苦、樂的專家	27
二、應如是降伏其心	40

心安當下的

第三講 唯識概要	49
一、唯識的定義	49
二、唯識的源流	56
三、唯識的內容	66
四、唯識中道義	73
第四講 《大乘百法明門論》	83
壹、論文	83
貳、綱要	86
一、有為法	88
二、無為法	92
參、釋論	93
一、釋題：大乘百法明門論	93
二、解釋論文	94



錄 目

第五講 心法——八識	107
一、前六識	110
二、第七識	113
三、第八阿賴耶識	116
四、探討第七識與第八識的關係	126
五、補充資料：生命世界的層次提升	129
第六講 心所法(一)	142
一、遍行心所法	143
二、別境心所法	149
三、善心所法	154
第七講 心所法(二)	165
四、根本煩惱	175
五、隨煩惱	182

心的下當住安

六、不定	189
第八講 色法、不相應行法、無為法、無我	193
一、色法	193
二、不相應行法	199
三、無為法	207
四、無我	211
第九講 四緣五果六因九緣	218
一、四緣	219
二、五果	222
三、六因	226
四、九緣	229
第十講 三自性與轉識成智	234
一、三自性	234



錄 目

編後語	304
四、輪迴緣起	298
三、二業二障二生死	295
二、二取習氣	283
一、諸業習氣	281
第十二講 業果輪迴(二)	279
(三) 阿賴耶識與靈魂神我的異同	269
(二) 末那識的建立	267
(一) 阿賴耶識的建立	263
二、造業感果的困難	257
一、輪迴主體的困難	257
第十一講 業果輪迴(一)	255
三、轉識成智	239
二、三無性	238

心安當下的

「佛陀解脫心法」系列課程緣起

釋迦牟尼佛二千五百年前在印度菩提樹下證悟後，說法四十餘年，指導弟子遠離妄想執著的解脫心法。經後人結集，留下博大精深的豐富經典。當佛法東傳進入中國之後，不斷有發心取經、翻譯者，乃至將全部佛陀教法的法義予以整理、歸納並依各人見解排序、判教。從天台智者大師、華嚴賢首國師乃至近代太虛大師、印順導師都有提出他們的真知灼見。

今開藏法師志在深入經藏，深經淺說。其為引導初學者對「佛陀解脫心法」有全面的認識，遂以原始佛法與印順導師所判定的大乘三系：「性空唯名論，虛妄唯識論，真常唯心論」，各選一部經或論典來演說，讓大理解佛陀的教法是一大圓滿，同契佛心，沒有大小乘之分。

因為原始佛法是所有宗派的修行基礎；龍樹菩薩依《般若經》造中



論，立「空宗」（性空唯名論）；而天親菩薩宗《瑜伽》造唯識，立「有宗」（虛妄唯識論）。此空、有二宗，有他們的發展脈絡，法義並無乖離。最後發展到圓滿的如來藏思想，是由馬鳴菩薩融合百部大乘經典所撰寫的《大乘起信論》，立「性宗」（真常唯心論）。

此四次第課程，已宣講至最後一階段，法音皆上傳網站，並將陸續出版，以嘉惠具緣佛子：

- 一、無我的正能量，照見五蘊皆空
- 二、安住當下的心，唯識廣行淺述
- 三、生命無限寬廣，金剛經如是說
- 四、如來藏明光心，大乘起信論釋

心的下當住安

序

「生命從來都不是一件簡單的事」，如同一座花園，擁有美麗的鮮花，甜美的果實，也有除不盡的雜草。

「生命」究竟是什麼？

我們目前所能理解的，都是藉由六根觸境得來的，在探索生命本質的過程裡，了解到人之所以困頓，是因為觸境產生分別心，熏習成業識的種子。「業」的種子，日積月累左右了我們的人格特質，如此所呈現出來的人生，就是業力人生。簡單來說，生命是業力的轉現，而「業」就是我們執取過去的經驗，形成人生的慣性，重複而沉淪，周而復始，永無休止。



序

那生命是可超脫的嗎？

既然「業」是過去的行為，那是否意味著我可以選擇儲存何種的「業種」？是否意味著，透過「業」可以改變命運，而不被它牽制；那差別在哪裡？有覺知或是無意識。

其實受苦的根源不是過去的行為，而是對「業果」的反應。生命的每一天，都像銀行的複利在進行著，除了過去的業力加上今生的造作，如此循環日復一日。所以如何透過「業」的經驗，重新編寫自己生命的方程式，就非常重要了。

我可以選擇怎樣的人生？

生命是一連串的「業習」產生的業果，我可以將習慣轉化為選擇嗎？將無意識轉化為有意識嗎？在覺知上要覺察到自己的起心動念外，在每一刻種下業的種子時，還要看到「業果」帶來的功課，以及我對它是如

心的下當住安

何反應的？人生是「業」，我們可以掌握自己多少的「業」，將取決於有多少程度保持有意識。

究竟而言，一切都是自己的選擇跟創造。

既然生命的「業」是來自於無明，那如何保有覺知以及如何對「業」反應，便是可以選擇的。

拜倫·凱蒂·曾經說過：「自由就是不相信你的想法！」而生命是由物質世界，想法，以及情緒等精神層面所組成的。透過對外在世界所產生的想法，而醞釀積累的感受和情緒，也透過分別二元而進入了記憶庫，再從記憶庫展演我們的人生！

如果我們能夠反向操作，單純的觀照自己的念頭和情緒。「別思考！看只是看，聽只是聽。」便可以拉出一點距離，讓生命去經歷業的展現！「捨識用根」看到什麼，聽到什麼，不要起心動念，而妄生分別；只要見聞而不動念，也許就是最大的接受跟臣服。臣服不是一件容易的事，



序

可是卻是對自己最大的祝福，也是對生命最大的放下。

就讓生命的能量經歷過，而我們就在其中體驗，然後放下。

如此安住自己的心，擁抱自己的生命！享受生命帶來的經驗，不苦也不樂的中道人生！

本書《安住當下的心——唯識廣行淺述》揭開生命的密碼，闡述眾生到底如何造業感果，促使個體生命輪迴相續或涅槃解脫。開藏老和尚以其畢生研究唯識學的心得，用最淺顯的生活語言及諸譬喻，為大眾開導一條明路，解決吾人在現實人生中，內心承受的種種壓力與困惑。但願閱讀本書的有緣人，能夠安住當下的心，進而出離生死，解脫煩惱。

受教學子

黃素蘭謹序於癸卯年觀世音菩薩聖誕

心的當住安





第一講 前言

今天的主題：「唯識廣行淺述」。「唯識」可說是世界上最深的學問，跟《易經》一樣艱深。清朝狀元夏同龢，他讀唯識看到吐血；不是真的吐血，這是形容他研究唯識時絞盡腦汁，還是看不懂。以他狀元的程度，文學造詣那麼好，還是看的很吃力。

事實上他講的並沒有誇張，我研究唯識將近三十年，到現在還是一知半解；你自己看懂，跟要講給別人聽懂，那又是另外一回事。尤其你要講給完全沒有佛法基礎的人聽，不能直接從經論上的文字去解釋，一定要把它生活化，用現代的語言把它解釋出來。

以下以「三時教」、「讚根、道、果」、「說皈依」、「三增上」四個單元，引導各位建立唯識的基本觀念。

心安當下的

一、三時教

指三個時期的說法。釋迦牟尼佛一生說法四十幾年，分為三個時期的判教方式。窺基大師根據《解深密經》確立「有、空、中」三時教。

窺基大師是法相唯識宗的創始人，他是唐玄奘的徒弟。根據傳說，窺基大師過去世也是一個高僧，當時唐三藏要去西方取經時，經過大雪山，看到一個僧人在山洞裏面打坐。他就把這僧人叫醒，醒了之後僧人問唐三藏說：你是哪裡人，要去哪裡，現在是什麼時候？唐三藏就說：我是唐朝的人。這位僧人根本聽不懂什麼叫唐朝。

唐三藏就問：大德，你是什麼時候在這裡修行？他說：我隨迦葉佛出家後，就在這裡修定，我要等釋迦牟尼佛出世。唐玄奘就告訴他，釋迦牟尼佛早在一千多年前就涅槃了。所以唐玄奘勸他不要再打坐了，趕快去皇宮投胎，等我取經回來，再來跟我出家，協助我弘法。

這僧人真的去投胎了，但不是投生到皇宮，是出生在唐朝開國功臣



尉遲恭的王府。因為他看王府很莊嚴，跟皇宮差不多一樣。

唯識學是從六部經、十一部論所集的，以經來講尤其是《解深密經》、《華嚴經》這兩部，也就是你如果要解開佛經裡面佛陀講什麼，要先解開這二部。你不懂唯識，所解出來的意思，一定跟佛陀講的不一樣。而窺基大師即是依據《解深密經》，把佛法分為「有教、空教、中道教」，三時教。

(一) **第一時是「有教」**：「有」，佛法裡面講的「有」叫存在，主要是《阿含經》裡面所說的，以一切存在都是因緣和合而成的，所以一切都是緣生法。他強調主觀的心與客觀的境，這個主觀的心叫做「能」，客觀的境叫做「所」，這是小乘的教法。

其實佛法不應該分大小乘，不過根據隋朝天台智者大師的判教，他判為「小乘」。但是小乘不是看輕《阿含經》；小乘的意思，從《阿含經》裡面，你會發現它每一經都很短，尤其是《雜阿含經》，也就是只要短少的幾句你就懂了。

心安當下的

那大乘經典就不一樣了，尤其是《華嚴經》有八十卷。為什麼會有那麼多呢，因為它講的方式就不能像《雜阿含經》那樣直接了當，那麼簡要，因為怕大家聽不懂，所以一定要舉很多例子或說譬喻。因此你會發現大乘經典都很大的原因是在這裡，它會大費周章，一而再、再而三的講，你看《華嚴經》的偈頌就很多，幾乎每一卷都有偈頌。

(二)第二時是「空教」：主要是《般若經》所說，以一切存在的本性是緣起性空，無有實在的自體。強調心、境俱空的究竟空理，這是指般若系、中觀的教法。

《般若經》有《大般若經》跟《小般若經》，還有《摩訶般若經》，一共有三部，但是這裡所講的《般若經》是指《大般若經》。如果根據歷史的考據，釋迦牟尼佛說法應該是講四十五年。

《大般若經》就講了二十二年，可見《大般若經》的重要。般若就是智慧，你要解除煩惱，要解脫生死苦海，沒有智慧是不行的，你再大的福報都沒有辦法解脫苦海。藏傳佛教很注重「三主要道」：第一個，



你要發出離心；所以第一時教《阿含》都是要你發出離心；你看《阿含經》，佛陀開頭就講「當觀色無常」，我們的五蘊都是無常的，色、受、想、行、識無常；眼、耳、鼻、舌、身、意，都是無常，十二處無常，十八界也是無常。

再來講「無我」，還有強調苦，為什麼要這樣強調？目的是要激發你的出離心，要矯正你的顛倒妄想。因為一般世間人，他都妄想這個世間有常，有永恆不變的可得，有樂可追求，所以釋迦牟尼佛開頭就講：無常、苦、空、無我。

所以小乘的教法，目的是要激發你的出離心，喚醒你走上修行的路，求智慧，才有辦法真正的脫離生死的輪迴。既然要激發你的出離心，當然一定要有次第，下一步就是鼓勵你修行。到底要怎麼修行？這個問題就來了，所以第二個時教，他就講「空教」。

「空教」就是空性見。八正道第一個叫正見，正見就是空性見，可知這個空性見是最重要的。因為你的觀念、見解不正確，一定會偏掉，

心的下當住安

你想要修行，修行的路叫道。所謂的道，一定有它的次第，譬如說要從高雄到台北，一定有它的路線，它一定會經過台南，經過嘉義，這就是次第。你對這個方向要清楚，才不會迷失，才不會走冤枉路。所以這個空性見是非常重要的。

為什麼是空？因為一切都是因緣所生法，也就是今天這個東西會存在，會出現，一定有它的原因，還有它的過程，還有它種種的條件湊合而成的；就好像一部汽車，一個簡單的熱水瓶都一樣，它一定要有很多的材料，很多條件、很多原因，才有辦法成就一個產品出來。

所謂的「緣」就是條件，佛法講因緣的「因」是內在的發心動機，「緣」是外在的條件。舉例來講，蘋果的因就是種子，蘋果的種子不是你去挑選日本最好吃的品種，就會種出來跟日本的蘋果一樣好吃，有可能嗎？不可能。因為種子歸種子，要到達它的結果，中間的過程跟條件，是有很多的，包括：土壤、氣候、水質、要怎樣去照顧、施肥、溫度、陽光，有沒有用心去照顧栽培，所以這外在的條件叫做緣。很多外緣和



合，才有辦法成就好的結果。

修行也是一樣，不是說今天我發心就有辦法成佛，不是這樣的；我發心修行就一定能夠成就嗎？這不一定，因為中間很複雜的；所以講空的原因就是這樣，沒有辦法透過計劃，沒有天生的如來。俗話講：種瓜得瓜種豆得豆，這是簡單的講法，種豆不一定得豆，因果本來就這樣。有人說：好心有好報！但事實上，好心不一定有好報。

社會上很多人有仇富的心態，但是人家今天會富有，當然有它的因緣，人家過去世不知道種植了多少福田，做多少功德才有今天，也就是天下沒有白吃的午餐就對了。所以這個「空教」，就像《中觀》說，一切存在的本性，它是緣起的，是空的，沒有天生的如來。你要看到這個過程都是人家經過很多努力的；而修行要成就，這個中間也是要有很多的條件。

所以空不是沒有，他是沒有一個實在的自體，這個實在的自體就是性，本性的性，他強調心境俱空的究竟真理，這是指般若系中觀的教法。

心安當下的

其實最難講的是《中觀》，最複雜的是《唯識》，為什麼？因為研究唯識會讓你搞的頭昏腦脹，因為它的名相太多了。

其實最難懂的是「中觀」，因為「中觀」都是講空，講到最後一切都是空，連這個空也要空，到最後抓不到頭緒。那我研究「無」要做什么，到最後什麼都空？因為他把空解釋成什麼都沒有，這個就偏掉了。龍樹菩薩講「中觀」，是要破斥有；因為一但講有，眾生就會執著在「有」，就會落入迷信。印度整個社會是很迷信的國家，佛陀時代印度有九十六種外道，可見他們的信仰很複雜。

龍樹菩薩講「中觀」的目的，就是為了破斥「有」，但是破斥過頭了，甚至有很多人誤解空就是沒有，把空跟沒有劃上等號。本來很迷信因果報應，到最後就變成什麼都不怕，變成好像都沒有因果了；就好像鐘擺效應，你看古代的鐘擺，一下子偏左，一下子偏右。近代的美國不是曾有嬉皮風潮，而清朝禪宗也有變成類似嬉皮這一種，叫狂禪；就是什麼都不執著，什麼都不怕。所以才會有第三時教的出現。



(三)第三時是「中道教」：中道教的教法主要是呈現在《華嚴經》、《解深密經》裡面所說的。什麼叫「中道」？就是非空非有，亦空亦有的中道境界，作為一切存在的最後歸宿。一切存在就是萬法的最後歸宿，這個是指法相唯識系瑜伽行的教法；換句話說，最究竟、最了義的是中道教。

所以我們要知道，佛陀所說的法，把它歸納起來分三個時期是有他的原因。不怕因果的人，他就講「有」，有因有果有報應；你太執著，執著到迷信，他就給你講空，講中觀。

二、讚根、道、果

修行上你「三時教」通通要懂，你不能把它切割，認為我只懂「有教」，或只懂「中觀」，或只懂「唯識」就好，這樣你會偏掉。

龍樹「中觀」說般若波羅蜜多體性，是故為「根」，或名為「基」；

心的下當住安

彌勒瑜伽行，即「法相唯識」說般若波羅蜜多修證，是故為「道」；文殊如來藏，或稱「佛性」，說般若波羅蜜多果，是故為「果」。根就是基礎、根基；有人講基道果。什麼是「根」？就是中觀，你一定要有中觀、空性見的基礎。換句話說，就是八正道講的，你要有正見。

「道」是講唯識，唯識是屬於道次第的道，你要踏上修行路，就是要根據唯識的道次第來走；唯識最後有講到「唯識位」，如果你有看過《唯識三十頌》就會知道。

《唯識三十頌》，就是只有三十個偈頌而已，它前面的二十四個偈頌通通是在解釋唯識的名相，所以它叫做「唯識相」，第二十五偈頌只有一個，在解釋「唯識性」，那唯識的本體是講什麼？他從第二十六偈頌到三十偈頌，一共有五個偈頌是講「唯識位」。「位」就是道次第，所以他把它分為五位，有：資糧位，加行位，通達位，修道位，究竟位，分成五位；這五位講得最詳細的是《華嚴經》。《華嚴經》就是講十信位，十住位，十迴向位，這三十個在唯識三十頌裡面稱「資糧位」。你



沒有到十地菩薩，你都還不是真正踏上修行路，你只是在準備功夫而已，要上路之前要準備資糧，就好像你要去旅遊一個月，你就要準備錢，準備這一個月你要用的東西，你都要安排，這些都是資糧，所以叫資糧位。

你真的要修行，就是要登十地位。十信位、十住位、十行位，包括十迴向位，都還算「資糧」而已，你要登初地菩薩，照《唯識三十頌》，中間還有一個叫「四加行」，這叫「加行位」。什麼叫加行呢？「加行」就是要你加緊用功，叫你加油，你才有辦法登地。登初地菩薩，地地增上到十地菩薩，你才有辦法成就，所以這個修道的路，次第是很漫長的。尤其你要修菩薩道，要三大阿僧祇劫，這是最保守的估計，也有可能是無量劫，沒有辦法算的，這個「道」是最複雜的。所以我剛才講唯識學複雜的原因是在這裡，因為他都在講這些修道的次第。

「果」，是講佛果、如來藏。佛性、真如、法性、法界，幾乎有十幾個名稱通通是講「如來藏」。

換句話說，根、道、果，是在講大乘三系，「根」是中觀，「道」

心安當下的

是唯識，「果」就是如來藏，這三個不相捨離，沒有辦法分割，你也不可分別各持宗見而彼此責難，互相攻擊，如果各持己見，等於你把釋迦牟尼佛的教法分裂為三。

若無中觀的空性見作為根，則般若波羅蜜多的道、果皆壞；若不善學法相唯識為道，為修行的路線次第，這樣你就壞了般若波羅蜜多的果，一定沒有辦法成果。

於今末法，壞道與果者，已成教法之潮流所趨，也就是說現在末法時期有一萬年，正法時期有一千年，像法時期有一千年。現在是末法時期剛剛開始，雖然是末法，還是偶而有人在講佛法，大概十個不到一個，可能一百個人只有一個人在講佛法而已，你還是有佛法可以聽。

到最後世間都沒有佛法，沒有經典，只剩下「阿彌陀佛」四個字，而且這四個字，傳說只有空中閃電會出現「阿彌陀佛」四個字。這比喻說，你連要看到阿彌陀佛這四個字，如果沒有好好把握機會，連這四個字都看不到。越趨末法，眾生的善根福德因緣越薄弱，所以佛陀為什



麼一直強調人身難得，佛法難聞，善知識難逢。

你看現在的宗教是不是這樣，「於今末法，壞道與果者，已成教法之潮流所趨。」為什麼？因為沒有人要講這些唯識、中觀、如來藏，沒有人要講，講這些太慢了，來辦法會比較快。很多法師他不是不會說法，但是為什麼很少人要講？因為要講，報名只有十幾個，一個大殿講堂可以容納三百個人，結果只有十幾個人報名，你說他講的下去嗎？但是辦法會就不一樣了，起碼一百個人以上來報名。所以就變成惡性循環，到最後講的也意興闌珊，聽的人也索然無味。

然而，正法則唯存一線，要講佛法的只有一線的機會，非末法人所重視。因為大家覺得佛法對他沒有用，此即為當前之機運；雖然只剩一線，我亦讚嘆禮敬。我也讚嘆禮敬你們諸位，雖然只有十幾個，但是在座很多人都是從我二〇一三年開始來高雄講法就在聽了，這個是不簡單，很不容易的。

心的下當住安

三、說皈依

皈依的意義是非常深奧的。錯誤的皈依方式，含有尋求庇護所的成份在內；這種外在儀式的皈依，類似小孩的反應，只會製造出更多的佛教「媽寶」。

到底什麼叫「三皈依」？因為這是最基本的觀念，正確了才有辦法學佛，三皈依的意義是非常深奧的，但是所謂非常深奧並不是很難懂，非常深奧的東西反而容易懂。〈開經偈〉云：「無上甚深微妙法」，什麼叫無上甚深微妙法？不是很難懂的，真正無上甚深微妙法，就是能夠落實在生活中的佛法，不能落實在生活中的佛法，那個不叫做無上甚深微妙法，那只是我們一般講的談玄說妙而已。真正的微妙法一定要透過生活，去體驗感受出來，那種感覺很微妙的。

錯誤的皈依方式，含有尋求庇護所的成份在內。一般信眾去哪個道



場，大家是不是都在尋求庇護？你看南投竹山的紫南宮，大家求發財去借發財金；大年初一開春就先到各大寺廟去拜拜，要求神明保護。所以我說佛教根本不是宗教，因為佛陀他不是要你們來求他保護，佛陀反而教導你：「自依止，莫他依止；自皈依，莫他皈依。」換句話說，就是叫你靠自己，靠自己的智慧，自求多福。佛陀到最後要涅槃時，他還交待阿難，你要「自洲自依」，你要自己找依靠，可以依靠就是「洲」，自己依靠自己不要想要靠我，這個才是大慈大悲。

我請問你們：有當過父母的心態，你希望兒女永遠都依靠你嗎？不可能的，你當然希望把他教導得能夠靠自己，甚至比你更厲害，這才是正確的教法。所以佛陀他看到我們也都是像他的子女一樣，希望教導每一個人靠自己。所以錯誤的皈依方式，只會製造出更多的媽寶。

(一)我皈依佛：即是皈依本覺。「佛」者覺也，你不要把佛看做一個神明，這個佛是覺，即是我皈依本覺；每一個人都有本覺，每一個人都有覺性，承認自己的習氣性格有其不善之處，願意坦誠面對我的本覺。

心安當下的

本覺如果以儒家來講叫做「良心」。

(二) **我皈依佛**：即是我皈依生命的法則，依照生命的法則如實的生活，我願意睜開眼睛，用正知見去看待人生的際遇，不以宗教神秘色彩的眼光視之。這個講的很清楚，所以我說佛教不是宗教，佛陀從頭到尾講經四十幾年，從來沒有叫你涉入宗教的迷信色彩。法者正也。剛才這個法，為什麼叫如實，如實就是腳踏實地，我腳踏實地具足正見的去生活。

(三) **我皈依僧**：即是皈依清淨的心。佛者覺也，法者正也，僧者淨也，所以我皈依僧就是皈依清淨的心，不以自己的主觀意識去看待人與人際的關係，更不以分別雜染的眼光去看待一切的人事物。這個意思就是叫你不要帶著有色的眼光看待一切的人事物，要用清淨心，你的眼光才有辦法清淨。

真正的皈依就是放下自己的卑微與愚蠢。現在的佛教界，不管是出家人，或是在家人學佛，你問他有沒有願力要今生成佛？他一定不敢講說有，他一定說我根基不好，我不是佛骨的，我沒有辦法，我還是好好



的念佛求生西方極樂世界就好。甚至他還很客氣的說我不求上品上生，我下品下生吊車尾就好，這叫做「卑慢」；把自己看得很愚蠢，我沒有辦法。其實佛陀不是教你這樣。

但是一講到修行，眾生都很卑微，其實是「我慢」的一種，我們什麼慢都不能有，就只能有一個「佛慢」：今生一定有辦法成佛，我一定有辦法解脫，釋迦牟尼佛有辦法，我一定有辦法，這是「佛慢」，這才是對自己有信心。真正的皈依是什麼？是要直接與我所皈依的對象溝通、連繫，知道自己在根本上的富足，知道自己堪受法教，堪享豐富的修學機會。

《華嚴經·如來出現品》記載佛陀在菩提樹下成佛的時候，第一次睜開眼睛看：奇哉怪哉，大地眾生皆有如來廣大智慧，云何愚癡迷惑，不知不見，什麼原因？原來是妄想、執著。

本來我們都有本覺、佛性，我們看到佛菩薩的莊嚴相，後面都有一個圓圈發光；但是為什麼我們沒有？因為我們的光被兩片烏雲遮住了，

心安當下的

一片叫妄想，一片是執著。佛陀那時候就發願；我要宣說正道去除眾生的妄想執著。讓我們恢復信心，知道自己在根本上的富足，相信我自己的跟釋迦牟尼佛一樣有廣大的智慧，這才是真正皈依的目的。而你們聽到的皈依都是：「皈依佛不墮地獄、皈依法不墮惡鬼、皈依僧不墮畜牲。」如此皈依三寶就會遠離三惡道？哪有那麼簡單。

為什麼一般都這樣講呢？這是一種安慰的心理，因為眾生都是在求安慰，讓你覺得有安全感。中部有一位大法師，他專修念佛，但教理也很通達；他說如果你一心專修念佛，但不研究教理，那這樣跟一般的宗教有什麼差別？電線桿上常看到貼著「信主得永生」。所以有信而沒有了解佛法，那你很容易落入迷信，很容易被人家誤導。

四、三增上

「三皈依」就是三種增上，可以提昇生命的正能量及修行的方向，



也就是以三寶來提醒自己，時時以佛為心，以法為意，以僧為識。用佛法、僧作為我的心、意、識。《法華經·普門品》曰：「真觀清淨觀，廣大智慧觀，悲觀及慈觀，常願常瞻仰。」我時常願以佛的慈悲心，法的廣大智慧、僧的清淨，來觀待人事物。

(一) 自增上：「我皈依佛，出三界，不取世間顛倒相，只為滅苦。」它真正的內容就是我皈依佛，不是依靠佛，是靠自己，所以叫做「自增上」。

所謂的「世間顛倒相」，就是以為世間有樂，有永恆，有我的自尊可追求；不曉得世間是苦，是無常的，是無我的。所謂無我，不是沒有這個我，這個我要當動詞來解釋，「主宰」的意思，我沒有辦法作主。你從出生到老，你都沒有辦法作主，生老病死沒有辦法自己做主。頭髮白了，你有辦法自己作主嗎？叫你的頭髮不要白嗎？沒有辦法。我也是一樣，牙齒快掉光了，也沒有辦法叫牙齒不要掉；從頭髮到你的腳趾，沒有一樣東西是你自己的，所以叫做「無我」。釋迦牟尼佛他就不取、

心的下當住安

不執著、不流連這個世間，他當王子生活可奢華，尤其是古代的封建制度，但是他出了四城門看到老病死及修行人，就知道這世間的苦。為什麼？因為有一天他也會老、會病、會死，所以最後他選擇修行的路。

他為了要跳出三界、證涅槃，止息苦。釋迦牟尼佛是我的榜樣，我今天皈依佛，就是要向他看齊，要學佛。以這樣的心來提昇自己的生命高度，這才叫做「自增上」，才是真正皈依佛的意義。

(二)法增上：「我皈依法，如法作意，如法精進，體驗當下離欲見法，能離熾然，因為法是甘露。」所謂作意就是注意。佛法是要讓你體驗、實踐的，你一定要照著法，如法作意，如法精進，才有辦法體驗，你要體驗當下離欲見法的感覺。什麼是離欲見法？欲就是我們的欲望，欲就好像火；有句話叫做欲火焚身，這欲像火，佛法就是甘露，它能夠離熾然。

「熾然」就是熊熊大火，叫我們不待時節，通達親近，緣自覺知通達；你要去想通，你要了解，要親近善知識，緣自覺知。為什麼要通達親近？這個緣是由於我自己的覺知，因為我皈依佛，就有自覺知。「不



待時節」，就是你不必等待什麼時候。

有人說，某某師父在講法，邀請你來聽，你說我沒空，我家裡有事情沒有處理不行，等我事情處理完，有空再來，都要等待就對了。但是生命是不能等待的，不是你有辦法作主的，你怎麼等待？你真正活在當下，不可能有任何的欲求；我們的欲望往後拉，就有過去心；我們的欲望往前推，就有未來心。所以欲望代表你不是活在過去，就是活在未來；你如果活在過去，這叫過去心；未來心就是你活在夢中。

真正的法是離欲的，你有欲望就見不到無欲的法。佛法是離欲的，世間心不死，出世間的心就沒有辦法生起來。「不待時節」，就是不要蹉跎等待，一定要到什麼因緣，我才有時間修行。大家誤會修行這兩個字，修行是在生活中落實，不是說要你放下一切的事情，去深山找一個山洞在那裏修一個法門，不是這樣。

《六祖壇經》云：「**佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，猶如求兔角。**」所以離開世間，沒有修行可言，這是我常常強調的。所謂的

心的下當住安

修行就是生活，你懂得怎麼如法如實的生活，就是在修行，不是拿一本經在那邊誦，拿著木魚敲敲打打叫做修行，不是這樣。只要你願意，你當下就可以，因為它不會浪費你的時間，沒有所謂的時間因緣成熟不成熟的問題。所以你要有如實的態度，這叫做「法增上」。

《普賢行願品》也有提到，每一個願都會講：「我以普賢行願力，深信信解，如對目前。」深信信解是自力「自增上」；普賢行願力就是「法增上」。

(三) **世間增上**：「我皈依僧，以慚愧心，四無量心立梵行，心淨則國土淨。」法次法向，又叫「三依一向」，就是：「依遠離」，遠離人我對待之我慢，「依離欲」，離欲染，對五蓋失去興趣，不再追逐；「依滅」，不斷地見「未生」，不斷地見「已滅」。「向於捨」，一切為涅槃寂靜。

第三個叫「世間增上」，世間增上就是說我皈依僧以慚愧心、四無量心立梵行；四無量就是慈悲喜捨，以慈悲喜捨當作我的清淨行。「梵」



就是清淨，就是身，口，意的行為清淨。因為你如果沒有以慈悲喜捨作標準，你的內心一定會生起貪瞋痴。

「法次法向」，又稱「三依一向」，其實法次法向也是在講佛法的次第，佛法的方向，簡單講就是依著「八正道」去走，遠離人我對待的我慢，依遠離，依離欲。

離欲就是對「五蓋」失去興趣，不再追求五蓋。五蓋在《無我的正能量》一書已經充份說明，在講四聖諦時也講過了，我的講義你們如果沒有丟掉的話，回去再找出來看，我希望你們不要丟掉，這個是我一個字一個字刻出來的。

「依滅」，就是不斷的看到未生，不斷的看到已滅，這個意思就是要叫你看到空、空性見的意思；因為「未生」的你看不到，「已滅」的你也看不到，你看到這個未生、已滅的話，當下就寂靜，你的心就會靜下來，就不會去抓取了。所謂的「捨」，就是剛才那個「三依」，依遠離、依離欲、依滅，這三個都要捨掉。因為有依就有苦，所以一定要捨

心的下當住安

此「苦之所依」，才能迴向解脫、涅槃寂靜。換句話說，你要累積福田，就要照著慈悲喜捨去做。

所謂僧就是聖賢僧，有修行的團體。每次看到他們就會生起慚愧心，捫心自問：「他能，我為什麼不能？」然後你才有精進的力道，勤修慈悲喜捨等世間福田，不會在我相、人相上起分別計較，你就知道自己的心清淨，境界就清淨，《維摩詰所說經》云：「心淨則國土淨。」這樣才叫做世間增上。

一般所謂的皈依師父，他只是幫你辦那個儀式的公證人、見證人，證明在皈依的儀式中，你有皈依佛法僧三寶。你是皈依自內心的三寶。如果要認真講起來，你的師父是誰？釋迦牟尼佛。

我們只有一個老師而已，千百年來所有佛教徒的師父都是釋迦牟尼佛。因為佛有四眾弟子，在家兩眾，出家兩眾，因為出家人是代表三寶，所以在家人尊重你的形象才叫你師父，其實真正的師父是釋迦牟尼佛。所以你如果不知道皈依的內義，那個幫你辦皈依的師父就會變成偽證人；



如果你不希望他變成偽證人，你就要好好的學佛。

「三皈依」就是「三種增上」，可以提昇生命的正能量及修行的方向。亦即以三寶來提醒自己，時時以佛為心，以法為意，以僧為識。換句話說，用佛法僧來做為我的心，意，識。

這邊引用《法華經·普門品》的一段偈頌：「真觀清淨觀，廣大智慧觀，悲觀及慈觀，常願常瞻仰」。「真觀清淨觀」是指皈依僧，僧代表清淨。「廣大智慧觀」，智慧是代表佛法，佛法有廣大的智慧，我皈依法。「悲觀及慈觀」，是指大慈大悲的佛。「常願常瞻仰」，即是我時常願意以佛的慈悲心，以法的廣大智慧，以僧的清淨來看待一切的事物，自洲自依。我要靠自己，我希望大家爭氣一點要靠自己，不要當佛教的媽寶。

心安當下的

第二講 學習唯識的重要性

我們第一階段講的是原始佛法，整理出版《照見五蘊皆空》無我的《正能量》一書；原始佛法是講五蘊、四聖諦、八正道、十二因緣有關的佛學名相，也就是在講我們的身心構造以及它的功用。

第一階段是要讓我們了解身心是由種種因緣和合而成，不管是我們的身體或者感受、想法、意志力都是無我、無常的；就是我們沒有辦法去主宰，它沒有永恆不變的，主要是要破除我們的「我執」。

再來我們要進一步學習唯識學，唯識除了破除我們個人的我執以外，更要破除「我所」，就是「我所有的」。我們會認為什麼東西是我的，「我所」就是「法執」。唯識的「識」就是在講我們的心。我們的心有好幾種講法，那就要看用在什麼地方；一般來講，心跟識是通用的。換句話說，講「識」他的範圍就會比較狹隘，講「心」的範圍就比較寬廣。



一、心是苦、樂的專家

(一)道是降伏自心的方法，也可以說是認識自心、降伏自心是為了解脫。道就是路，也就是一條道路或途徑。降伏自心當然要有途徑、方向你才有辦法降伏自心，首先就要認識我們的自心，就好像抓賊，你要知道哪一個人是賊？這裡的「心」是在講妄想執著的心，不是我們的真心；我們一般都會被妄想執著的心，把你搞得心神不寧。所以如果想要得到解脫，那就需要具備「離邊」的見解；這種見解不是一剎那間即可獲得，而是需要有道次第的學習。首先，學習小乘的有部、經部之後，依止唯識，接著即是中觀，然後超越這一切。

何謂「離邊」的見解？這「邊」就是偏見。像農業社會每一個家庭都有一個很大的時鐘，它是機械的，有一個鐘擺，它不是擺向左邊就是擺向右邊，等他停在中間時，就是不走了。

心的下當住安

這代表眾生的看法都是走兩邊的，不是偏向左就是偏向右；信仰宗教也是一樣，不是信到入迷，就是完全不信。所以我們要離開這個偏左偏右的見解，才會有客觀的看法。佛法所講的「中道」，若以白話說就是「客觀」；所謂客觀就是沒有加入你自己的主觀意識。為什麼夫妻、兄弟、姐妹甚至鄰居會吵架？因為每個人都堅持他的主觀見解，所以才會吵架；很少人有辦法站在客觀的立場去處理事情。

尤其人事最複雜，因為每個人都要堅持他的看法是對的，當然複雜。講是容易，做起來很困難。所以你要叫一個人凡事要客觀一點很難。客觀的見解、中道的見解不是一剎那間就可獲得的，沒有那麼容易，因為我們都很習慣用自己的想法去看待人事物，用你自己的想法、看法去看待人事物這個就叫做「主觀意識」。所以你想要客觀需要有次第的學習，這一定要有一條道路可以走，而且還是有次第的，就是一步一步來，不是一步可以登天的，這是不可能的。

首先，學習小乘的有部、經部，小乘的有部、經部，就是我們第一



階段上課的《照見五蘊皆空——無我的正能量》。再來就要依照唯識，如果沒有學唯識，你就不曉得怎麼修行。

修行的次第，包括你內心種種的情緒、好壞的想法通通在唯識裡面，它給你交代得很清楚，換句話說，唯識就是在教你怎麼認識你的自心，自己的心裡一定有好想法及不好的想法，在唯識裡面叫做「心所」。佛法會深，是因為古代的用詞我們很陌生，經過我把它講成白話你就會覺得很簡單。所謂「心所」就是心裡活動的狀態。我們的心有種種的活動狀態，什麼是動態的呢？因為你碰到境界、碰到人事物，你的心一定會起心動念，會興起你的看法、想法；因此你要降伏自心，首先要認識自心。

接著就是講「中觀」，中觀是要叫你站在客觀的立場。何謂「客觀」？就是凡事你要懂得「一切歸零」，回到原點；這樣你才不會偏左或偏右，然後超越這一切。超越你所學的這一切，包括原始佛法、唯識、中觀，這些你都要超越。

心的下當住安

為什麼要超越？你不超越就代表你還沉溺、執著在這個法，這個方法比較好，如果你還陶醉在這個方法比較好，這樣你很容易跟人家起對立、爭執。所以每一個宗教都有很多的派系，學唯識的人他覺得唯識最好，學中觀的人覺得中觀最究竟，再進一步學如來藏的他們就覺得中觀、唯識都不究竟，只有如來藏才是真正的佛法，所以這下子就有得吵了。

研究佛法的人也是一樣，千百年來就是在那邊爭執、吵來吵去，會各持己見的那個人就是沒有開悟。你看禪宗很多公案故事，那些開悟的禪師，你跟他講什麼他都說好、很好，他第一句話一定先跟你講這樣子，他不會說你講不對。但是我們一般人習慣，聽到跟你想法不一樣的馬上反應出來，就是給他K回去，甚至嗆聲；像現在很多Line、臉書酸民都是這樣子，我們最後還是要超越這一切。

這就是釋迦牟尼佛在《金剛經》裡面講的一段，要超越你所學的一切：「**知我說法，如筏喻者，法尚應捨，何況非法。**」我一生所講的法，就好像一條船、木筏，我為什麼要說法呢？因為要度眾生超越煩惱的河



流。佛陀把煩惱當做大河流，你要度過這一條河流，一定要有船，最基本的也要有木筏，最簡單的也要有一根大木頭。你可以抱著這個大木頭，等你過了河，船或木頭通通要留在岸邊丟掉，你不可能把它扛在肩膀上進入城市。

譬喻有五個人扛著一條船進入城市，人家看得很奇怪，就問他為什麼要扛船？他說這條船是我的救命恩人，如果沒有這條船我怎麼過河來到街上呢？所以我不能忘本，不能把它捨棄丟掉，所以要把它扛著走。這就在告訴我們學佛法不能執著，這也是執著的一種。學佛法學到最後要放下，天下沒有不可放下的事情，但是我們一般人都有一種主觀的想法「捨我其誰」，好像這間廟、道場沒有我不行，這個國家沒有我不行。哪裡沒有你不行？沒有你，太陽明天還是從東方出來。

(二) 在小乘的教法中，主要的是談「人無我」；在大乘不只是人無我，還提到「法無我」。說到法無我，主要的就是唯識，唯識強調心與境的關係最詳細。

心的下當住安

什麼叫做「境界」？境界就是萬事萬物，包括一切的人事物，你碰到某某人、碰到什麼事情，這都是境界；我們的心情很容易受到人、事、物的影響，所以會有苦跟樂。我們都以為，今天會這麼痛苦、快樂都是跟人事物有關係的。好像有一個人說，本來我早上起來心情好得很，因為昨天睡的很好，但是聽我老公講一句話，我的心情馬上變不好了。

所以唯識就是在探討這個，到底你心情不好、痛苦，是因為外在人、事、物所引起的呢？還是你自己打從心裡的問題？我們的苦跟樂和唯識有極大的關係，不論愉悅、憂鬱、苦悶都脫離不了「心」。

(三)但是苦、樂也不是百分之百都是心的問題。苦與樂的成因一般來說有三個：1、跟你的心情有關；2、生活條件，指你的生活環境，包括家人、經濟、親朋好友、鄰居；3、業（行為）：我們的行為有三種：有身體的行為、嘴巴講話的行為、還有你的意，你心的想法，有身、口、意三種行為。

以上三種因素，都會影響苦、樂。在這三個中哪一個才是苦樂的專



家呢？人們大都覺得如果生活條件好、環境好，就會快樂，尤其是財富、經濟能力；但是也有人因財富而痛苦，當你擁有一千萬時，想若有二十萬會更快樂，真正擁有二十萬時，可能會快樂幾天，但之後心情又恢復以前一樣，因為人的欲望是無窮的。

這裡有一個小故事：有一個員外很有錢，他的窗外就是郊外，一般別墅都比較偏僻的。有一個牧童每天牽著一條牛，然後就把牛綁在樹幹，就坐在石頭上面唱山歌很逍遙，好像每天都很快樂的樣子。

員外每天看到這一幕，覺得很奇怪，他應該不是有錢人，為什麼每天都這麼快樂呢？我是村莊最有錢的，為什麼我覺得還是不快樂？結果他老婆比較有智慧，他老婆說你要讓那個牧童跟你一樣太簡單了，等他回去以後，晚上你拿一袋銀兩放在大石頭上，明天他來就不會唱歌了。

員外依老婆的話照做，隔天牧童來了，看到那一包，打開看到九十兩，結果那一天他真的就不唱歌了。起先很高興，結果一算九十兩，他想如果能夠有一百兩那就更好。所以牧童自從得到九十兩後，天天就在

心的下當住安

想如何湊成一百兩？我牧牛一天只有一點小錢，一個月也只有幾兩錢而已，怎麼有辦法湊到一百兩？

他每天都在想這個問題，連續三天真的都不會唱歌了，員外的太太說你如果要讓他回復到以前很簡單，我們明天就去找他，跟他說：我們放在石頭上的九十兩忘記拿回來，是不是你拿的？那個是我的東西你要還我，否則我就要去報縣太爺。一般小老百姓很怕縣太爺的，所以他就把錢還給員外。隔天牧童真的又開始唱歌了。

所以擁有財富不一定快樂，很多明證，不管是歐美或者是台灣，有人很有錢、地位，到最後還是選擇自殺，可見財富不一定會帶給你快樂。生活條件的變好還是無法讓我們獲得真正的快樂。不論你多有錢，如果你的心不改變，依舊會覺得生活又回到原點。慢慢地，我們就會越來越清楚，快樂不單單是環境好、經濟好而已，還有我們的心；所以究竟上來講，主要是「心」在操弄我們的苦、樂。

(四) 如果不好好修心，外在的條件再好也沒有幫助，甚至有可能這些



外在的好條件，會是造惡業的幫兇。換句話說，你的經濟能力越好、地位越崇高，你要造惡業的機會、力量會越大，因為你的身分地位會影響更多的人，所以當政治人物、當官、當皇帝要做好事也是最簡單的；要做壞事也是最簡單的，力量都很大的。

要把心放在「善的正因」下，就要做到四點：

1、**親近善知識**：什麼叫做善知識？善知識就是《論語》孔子講的「益者三友」真正能幫助我、利益我的三種朋友，千萬不要去接近「損者三友」。善知識是佛教的用詞，其實善知識就是指好的朋友、善友，真正能幫助我們的好朋友。

2、**聽聞正法**：多聽正面的觀念、正面的想法。但是很奇怪，我們看到的新聞、電視、雜誌他們報導負面都比較多，很少報導正面的。

3、**如理思惟**：何謂如理思惟？當你去親近善友，去聽聞正法或去文化中心參觀、聽講座、演講或是你去查書，佛法的書也好，裡面講哪一句話你覺得很受用；碰到境界、碰到你生活中人事物的問題，你就把

心的下當住安

它拿起來用，問自己：《聖經》上怎麼說的？佛陀是怎麼教導？這叫「如理思惟」。

譬如說人家毀謗你，人家朝你的臉吐痰，你要反應的時候，就要想一想，今天如果我是耶穌、佛陀，我會怎麼去反應？這樣我們信仰宗教、學佛才有用，否則你學了一輩子，到最後還是用你的「奧步」，用你自己的習慣性情緒。

4、**禪修觀照自心**：何謂禪修？很多人看到禪修就誤解了，都被這個文字把你限制綁死了。何謂「禪」？禪者心也，很多人認為禪修就是要打坐，但是打坐跟禪修不一樣；打坐、四禪八定、靜坐，都是外道法，不過因為釋迦牟尼佛他很慈悲，他的肚量很大，二千五百年前這些都是婆羅門、外道的修法。釋迦牟尼佛當時出家跟外道師學四禪八定，佛陀並沒有排斥他，還是把它包容進來，認為是好的。

佛陀所講的禪修，與打坐是不一樣的；打坐一定要有特定的時間、空間，放下萬緣什麼事都不做。而佛陀為什麼不教這些呢？你看佛陀一



生的故事，包括佛經裡面很少講四禪八定，最明顯的就是《六祖壇經》，你有看到哪一段經文，六祖教導打坐嗎？

所以禪者心也，禪就是「示」、「單」，表示最簡單的，沒有那麼複雜；你的心要很單純的去修才叫做禪修。「修」是要修改、修正你的行為；在日常生活中去修改、修正你的行為。當你接觸到人、事、物時，你就觀察、觀照你自己，我面對這個人、這個事情、這個東西起了什麼心？起了什麼念頭？我現在興起的念頭、想法對不對？如果不如法的，如果不如佛陀、老子、孔子、耶穌講的，我們就要修改，這才叫做禪修。

在沒有人吵我的地方打坐，自我陶醉，那不是禪修，那是在練功夫；修行離開生活，就沒有修行可言。《六祖壇經》開頭就講：「佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兔角。」何謂世間？世間就是你的日常生活，你要去追求佛法就要在世間。佛者覺也，我們經常講三皈依：我皈依佛，是歸順你的本覺，你才有辦法承認你還有很多不完美的脾氣、個性需要修正。

心的下當住安

禪修要觀照自心，心不可得，哪裡有心？自心的「心」是在講你的心所，內心的情緒變化；你興起什麼念頭、想法、情緒？你要看得很清楚，這樣你才不會被你的情緒拖著走，否則你的人生就團團轉了。

現代人最害怕的是癌症、愛滋病，但這兩種病經過這幾十年來的醫學進步，以後就不能算是絕症了，現在還是重大疾病，但是以後可能就變成一般的病。未來人類最大的疾病，應該是有關壓力衍生的心理疾病，比如沮喪、憂鬱、焦慮；這樣的人會越來越多，尤其現代的人抗壓力很弱，連小學生都會想跳樓，真的不可思議。為什麼他會想跳樓？因為他有壓力，將來會愈來愈多人因沮喪、憂鬱而死亡或活不下去。而治療憂鬱最好的良藥，就是禪修。

因此佛陀所教授的唯識學，就是未來能夠幫助人類的一種良方。所以唯識又稱「一切唯心」瑜伽，「瑜伽」是印度文翻譯成中文，叫做「相應」，或稱為修持「顯空雙運」的瑜伽，可見學習唯識的重要性。

何謂「顯空雙運」？「顯」就是有，「空」就是空，就是「空、有



雙運」，「顯」就是慈悲、「空」是智慧，換句話說，這叫做「悲智雙運」。佛法難就難在這些名相，有時候意思一樣，但使用的文字不同，所以會讓你覺得怎麼又不一樣了呢？其實都是一樣的。你很慈悲人家可以感受得到，你很有智慧人家不一定感受得到，可能你有智慧但是人家看你是阿呆，如同老子講的「大智若愚」。

總之，我們不要把快樂的因，全部都投注在外在的生活條件上，應該「轉心向內」去尋求，才能找到光明的出路；如果你心外求法，你的心一天到晚往外攀緣，最後會沒路可走，死路一條，只有「轉心向內」才有出路。

《華嚴經·十行品第二十一》覺林菩薩偈曰：「心如工畫師，能畫諸世間；五蘊悉從生，無法而不造。……若人欲了知，三世一切佛；應觀法界性，一切唯心造。」這段話的意思就是我們世間所看到的，包括我們的身心，通通離不開「心」，跟我們的心有極大的關係。「心如工畫師，能畫諸世間；五蘊悉從生，無法而不造。」這在講我們的心好像

心的下當住安

一位畫師，他能夠畫出各種世間，換句話說你要過著什麼樣的生活，都是你的心在當畫師畫出那個藍圖，是你的心在做主，但是我們一般人都會怪外在的環境。

二、應如是降伏其心

從前有一位禪師的年輕弟子，一心虔誠想要修行，但到底要修持什麼法門，一直沒有勇氣問他的師父。所以他只好到處去看看什麼才是修持法門？有一天早晨，他發現很多人在附近的佛塔不斷地繞著，於是他每天早晨也跟著繞塔。禪師問他：「你最近那麼早起，都在作什麼？」弟子答說：「師父！我有好好地在繞塔修持喔！」禪師說：「很好，繞塔功德殊勝行，但是你如果能做更好的修持，豈不是更殊勝嗎？」弟子心想：「聽師父這麼說，那麼應該有比繞塔更好的修持才是。」於是，他就不再去繞塔，一心只想找到更好的修持法門。……



而後，他經歷了聞經、辯經的修持、在山洞禪修的修持，但每次禪師發現後，仍然是那句話：「很好，但你應該能作更清淨的修持法門才是。」這時候，他再也忍不住了，直接問禪師：「師父！到底什麼法門才是最清淨、最殊勝的修持呢？」禪師說：「就是要調伏我們的自心，這才是修持佛法的真正目的；無論是繞塔、聞法、辯經、禪修等，這一切無非是為了調伏自心而已；如果懂得調伏自心，既使不作那些修持功課，也是無妨。如果不能調伏自心，那些修持作再多也沒有用。」最後禪師強調說：「最重要、最殊勝、最清淨的修持是調伏自心，你必須認清繞塔等等修持，都只是調伏自心的方法而已。」

《金剛經》：須菩提白佛言：「善男子、善女人，應云何住？云何降伏其心？」須菩提是佛的十大弟子，解空第一。何謂解空第一？空性見。所謂空性見就是他看事情都很透徹、很清楚、很客觀，須菩提就代替很多來聽法的信眾問問題；不是他真的不懂，因為他有菩薩心代替眾生向佛陀請法、問法。

心的下當住安

佛告須菩提：「諸菩薩摩訶薩，應如是降伏其心，所有一切眾生之類，……我皆令入無餘涅槃而滅度之，如是滅度無量無數無邊眾生，實無眾生得滅度者。何以故，須菩提，若菩薩有我相、人相、眾生相、壽者相，即非菩薩。」復次，須菩提：「菩薩於法應無所住行於布施，所謂不住色布施……菩薩應如是布施，不住於相。何以故？若菩薩不住相布施，其福德不可思量。」

須菩提白佛言是講：「善男子、善女人」，但是佛陀答覆他的對象是「諸菩薩摩訶薩」，善男子、善女人和諸菩薩摩訶薩差很遠，「善男子、善女人」白話就是說有善心有信心的在家居士。「菩薩摩訶薩」就不一樣，「菩薩」是覺有情，「摩訶薩」就是大菩薩是大覺有情，意思是說這是大菩薩的功夫。

「應如是降伏其心」為什麼他能夠稱為諸菩薩摩訶薩？因為他就是應如是降伏其心。「應如是」就是「應該像這樣！」像怎麼樣呢？他後面就唸出來了：「所有一切眾生之類，若卵生、若胎生、若濕生、若化



生、若有色、若無色、若有想、若無想、若非有想非無想，我皆令入無餘涅槃，而滅度之。」何謂「無餘涅槃」？無餘涅槃是在講「心」，不是講身體；無餘涅槃就是在講心解脫，涅槃就是清淨解脫，我要讓所有眾生心解脫心清淨，代表不會起煩惱，心情不會隨境轉。

「如是滅度無量無數無邊眾生，實無眾生得滅度者。」他要度所有一切眾生數量很多，這算起來一定是無量無數無邊的眾生；但是我度了這麼多的眾生，但實際上沒有半個人是我度的。

他度那麼多人卻說沒有一個人是我度的，這樣才不會執著。我們通常幫一個人成功，都會希望他知恩圖報，萬一他恩將仇報，你就恨死他了。為什麼你會恨死他呢？因為你執著，你認為他今天的成功都是因為你的幫忙。但是學佛就要學佛陀講的，我幫助過很多人解除煩惱，但是實際上沒有半個人是我幫的。

「須菩提，若菩薩有我相、人相、眾生相、壽者相，即非菩薩。」所以要當一個菩薩就是要這樣，如果你還有我相，就會認為這些人都是

心的下當住安

我度的。我相、人相、眾生相、壽者相不是在講四種，是只有講一種而已，都是在講「我」。「我相」從個體的立場來講是我；「人相」，我們會這麼計較執著這個我，是因為你還活著，活著的時候你才有我，等到死了以後，人家就會說一個人死了，所以死了以後是一個人而已，沒有一個我。

「眾生相」是從空間的角度去看的，所謂「眾」就是很多人，所以如果你還執著他是由我接引入佛門的，某人是我叫他參加共修的，這就叫做執著。「壽者相」，是從時間來講的，所以這四個通通是「我」。換句話說，要當個菩薩一定要超越人我的對待，要超越時間、空間，因為我相、人相、眾生相、壽者相都會綁架你、束縛你。

但是佛陀怕大家聽不懂，所以他就說：「復次，須菩提：『菩薩於法，應無所住，行於布施。……何以故？若菩薩不住相布施，其福德不可思量。』」很多人喜歡出錢蓋廟但是他要留一個名字，神桌、龍柱就留某某弟子捐獻，這個叫做有所住布施。「無所住布施」就是不留名字，



你不住相布施，你的福德功德才會不可思量，你如果留下名字照樣有福報，但是你捐一百萬，你的福報就是一百萬。

所有的佛經通通都是在講心法，剛才《金剛經》所引用的「所有一切眾生之類」在《楞嚴經》也有講過。《楞嚴經》第四卷就是在講眾生世界生命的成因，所謂眾生就是胎生、卵生、濕生、化生，最重要的就是這四種，還有：有色、無色、有想、無想、非有想、非無想，這些我通通要度，哪有辦法？你光這個胎生就很多了，人類就是胎生，牛馬豬狗羊都是胎生。人都很難度了還要叫我度狗；還有卵生就是飛禽、鳥類；還有濕生微生物、魚類之類的；化生就是中陰身、鬼神、天人也要度，這怎麼有可能？有色，看得到的；無色看不到的、有想的、無想的。有想的都不知道了，何況是無想的？還有非有想、非無想，其實這都是在講「人的心」。

我舉個例子，「卵生」就是在講「想蘊」，人想蘊很豐富的。「胎生」就是很注重感情、感情成分最重的人。「濕生」就是講互相感覺的

心的下當住安

成分最多的，「化身」就是需要分離變化的作用。

你在讀佛經看佛法，要跳脫文字，所以禪宗「教外別傳，不立文字。」很多人都以為他們是排斥文字，事實上他是「不立文字」；所謂「不立文字」就是不死在文字上，「立」就是站著不動，「不立」就是不站在文字上講，不依文解釋，他一定要跳脫文字。你要看穿、看透這句話的背後在告訴我什麼？這才是「教外別傳」，教就是文字，離開這個文章文字以外他在透漏什麼訊息給我，「別」就是另外的；「傳」就是傳達什麼訊息給我。禪宗講的「教外別傳，不立文字。」不是叫你不要看經典、不要看書；禪宗的書是最多的，禪宗公案一大堆的。

唯識宗的見地就是要調伏我們的自心，佛陀一生說法四十九年，就是為了祛除眾生的妄想、執著。佛陀在菩提樹下開悟的時候，他第一句話講的就是：「我要宣說正道來去除眾生的妄想、執著。」為什麼他發這個大願？因為他看到眾生都跟他一樣有廣大的智慧，為什麼愚痴、迷惑、不知、不見呢？因為都被自己的妄想執著遮蓋了。



我們的智慧就好像太陽光，七八月的陽光再怎麼強，也經不起兩片的烏雲把它遮住，馬上就昏天暗地。這兩片烏雲是什麼？是我們的妄想執著，眾生的妄想執著太強了，所以佛陀他說只要把這兩片烏雲移開，就恢復放大光明。佛陀一生就是講經說法，他也沒有蓋廟；我是學佛的所以我到現在都沒有半間廟。其實，這是我在自我陶醉，事實上是福報不夠啦！我們必須聞、思、修三者同時行持，才能將法轉為道，這才是佛法真正的要義。

〈七佛通偈〉看起來很簡單但事實上很深；不懂唯識學，這四句話你解釋不出來：「**諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。**」佛教都是在勸人家行善；但沒有那麼簡單，若光是勸人為善，那就不必佛陀來世間了，他繼承王位，當個轉輪聖王就夠用了，轉輪聖王就是負責教導百姓去惡行善的。

佛陀是要教你開智慧的，所以在《法華經》的故事有講，我為什麼來世間？為了要「**開佛知見、示佛知見、悟佛知見、入佛知見。**」就是

心的下當住安

要開示佛法讓眾生悟入佛法，佛陀只負責「開、示」而已，後面的「悟、入」要靠你自己。我也是一樣，我只負責講給你們聽，但是你們要不要悟入，要靠你自己，我沒有辦法幫你灌頂加持就開智慧了，我沒有那種功力。

「自淨其意，是諸佛教」十方三世一切佛叫做「諸佛」，諸佛教導你的就是這三句話「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」從這句中得知，諸佛的教導就是要眾生「自淨其意」，最重要的就是這一點，才有辦法棄惡從善，清淨自心。所謂「意」就是染意第七末那識，它是麻煩製造者、煩惱識，因它有四大根本煩惱「我見、我慢、我愛、我癡」，使有情眾生日夜鎮昏迷。

其實修行就是要轉念轉心，轉六、七識。要從第七識下手轉，第七識轉了第六識才會清淨。修行所有的功夫、時間都是針對六、七識；五、八識你不必用力，只要你六、七識轉了，五、八識自然就清淨了。所以《六祖壇經》說：「六七因中轉，五八果上圓。」



第三講 唯識概要

一、唯識的定義

「除了心之外，不承認有其他事物。」

我們看到這句話就以為說沒有其他的事物，他是不承認有其他事物跟沒有其他事物是不一樣的，就像有你在但是我不承認你。這句話的意思並不是說沒有非心之法；而是說離心之外，沒有其他事物境界。這個沒有就是說離開心以外，既使我們看到了外面的事物也都沒有實際的意義和價值；換句話說，這個地球上如果沒有人類的話，那地球上的東西有沒有價值？完全一點價值都沒有，所以東西會有價值是透過我們的心識、看法、認識。

比如說鑽石為什麼會有價值？如果今天鑽石比石頭還多的話，大家

心的下當住安

都要去搶石頭不是要去搶鑽石，為什麼會石頭和鑽石差別這麼大？這都是透過我們的心識去認識分別出來的，我們看到的東西在唯識學來講叫做「顯相」，很明顯的呈現出來，這個顯相也不是永遠不變的，是有因有緣，才呈現出來，如果離開了因緣，他可能就會消失。所以我們所遍知的一切境相，都僅僅是心識所顯現出來的相而已。

換句話說，所有的「境界相」都是我們心識的投射，我們的心好像幻燈機可以投射很多的事物、很多的現象，如果沒有鏡頭，那就沒有辦法呈現那個相出來，所以才被稱為「唯識」或「唯心」。

如果能在心上確立萬法，便能瞭解佛法的特質在講什麼，一般佛法講輪迴、解脫是心；苦樂、善惡、親疏，這是屬於二分法的，也都離不開我們的心，都是我們自心的顯現。既然是自心所現，一個人能掌握自心的話，就能夠駕馭萬法，那就可以改變一切；反之如果認為苦與樂都是外在的因素，就不可能依靠修持消除我們的痛苦。

我們上一節有講到「心是苦樂的專家」，了知顯相唯心，即是摧毀



輪迴幻象的關鍵；輪迴一般的觀念都解釋說是死後投胎六道輪迴，其實我們每一天都在輪迴，輪迴就是繞圈子，輪就是圓圈，迴就是回轉，輪迴就是你永遠都在那邊繞圈子繞不出去。每天都重複煩惱那件事情，就是每天在輪迴；輪迴是一種幻相，有因有緣，種種的原因條件造成的，這通通叫做「幻相」。

何謂真相？「幻」的相反詞就是真，所謂真相就是不必依賴因緣，要依靠因緣才有辦法形成的通通是幻相。既然你要依賴因緣，這因緣一定不可能不變，所以這幻相就是一切的有為法，《金剛經》最後提到：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」所以這些東西都是無常變化的。

講到修行，即使不是佛教徒也會說：「修行是在修心而已。」大家都知道修行要能掌握你的自心；就好像屠夫，知道如何宰殺牲畜的致命要害。比如某人惹你生氣，但是你不知道所謂的敵人就是自心的話，無論你怎樣消除外在的敵人，將會發現敵人是永無止盡的。所以一個人心

心的下當住安

情不好、會生氣，我們都把它推給外在的人事物，其實你今天會生氣會起煩惱，最主要的就是你內心有煩惱的種子、有生氣的種子，外面的人所講的那句話，只是炮竹引線而已；我們要放鞭炮時會點燃引線，但炮竹的引線燒完後，裡面沒有火藥，還會爆嗎？不可能。

我們如果生氣、情緒不好，就把它歸在「是你講的那句話」，那就表示你沒有看到你的心，沒有辦法掌握自心，你都把所有的過錯推給別人，但是別人是無限的。第三人稱很多，如果你都推給別人，那你怎麼去消除他人，去改變他人？這是不可能的。尤其當人家講一句話，你就氣得要命，氣到吃不下、睡不著，這就符合德國哲學家康德說：「生氣是拿別人的錯誤來懲罰自己。」犯錯的是別人，痛苦的卻是我。

寂天菩薩是印度一位成就者，他寫一本《入菩薩行論》。這本書都是在講六度波羅蜜；裡面有一段話，大意是說：「大地遍滿了刺，要用牛皮全部鋪蓋是不可能的，不如好好穿一雙皮鞋，即可掌握一切外境，暢行無阻。」如果你能知道怨敵也是自心顯現的話，外在的怨敵就消除



了。反之，若把一切外境都當成怨敵，這就是輪迴啊！換句話說，每次生氣起煩惱都怪罪外面的人事，那你就有得輪迴了；你這一生就輪迴不完，不用等到下一世去投胎轉世。

修行如果把心擺一邊，然後在心外求法，只去做一些誦經、持咒、念佛、消災等功課；這些修持除了積聚福德之外，但是無法真正擊中要害的。換句話說，它沒有辦法幫你開智慧，所以「唯識」才要指引我們的心。如果因迷惑而輪迴，那因證悟即解脫；因此了知「萬法唯心」是很重要的。

唯識的「唯」，是為了否定外境，而不是真正有一個心。在《成唯識論》提到：如果你認為我們有一個心識的話，這樣你也是法執；因為你認為心識是真實的，這是一種法執，對法的執著。

《永嘉大師證道歌》云：「痕垢盡除光始現，心法雙忘性即真。」「痕」就是空隙，比如說牆壁、桌子，有裂開的縫隙，就很容易藏污納垢，你在擦桌子的時候就不容易擦乾淨。一定要痕垢通通盡了，你要把

心的下當住安

縫隙都補滿了，以後才不會藏污納垢，否則你單單擦表面的髒污，是沒有用的；而「光」就是恢復本來的光澤。

「心法雙忘性即真」，「心、法」兩個是對立的，一個「能」、一個「所」。境界是心的投射，心是對境界的解釋，法就是種種的境界，這裡講心法就是講心境；心、法兩個都雙忘了，我們的自性真心才會顯露出來。換句話說，心境沒有雙忘的話，你所顯露出來的還是你的識，還是你的意識、認識而已，不是你的真心。

「唯識」特別會用比喻來證明一切唯心，眾所皆知的比喻有三種：

(一) 夢境，佛法用夢境做解釋是最恰當，也是最多的。很多中國的古書都是用夢來做比喻。如黃梁一夢，黃梁還沒煮熟，一生的夢就完了。

(二) 修不淨觀的人看到的都是白骨。這個比喻在佛陀時代是出家人主要的修持法門。不淨觀修到最後看到人，通通都是白骨。

有位中醫師朋友，他修不淨觀，所以到現在都不敢結婚，因為他不敢交女孩子，再美的女孩子在他面前一看都是白骨。佛陀時代更嚴重，



很多阿羅漢修不淨觀成就以後，就覺得五蘊色身都沒有用，最後就自殺了。佛陀知道以後，就不教不淨觀了，改教數息觀、觀呼吸、四念處。

(三)六道眾生各自業力看到不同的「業相」，業相就是看到境界相。這比喻在《攝大乘論》中也有提到：以六道眾生在水邊，所看到的顯相皆不盡相同。人類看到的是可以喝的水；魚感受到的是它的住所；餓鬼看到的是污穢的膿血；地獄眾生見的是熱鐵漿；天人看到的是甘露。

透過以上比喻，確立「一切唯心」，業從心生。所以為什麼人類與餓鬼看到的不一樣？因為他們的心識不同，所以這個業是從心生。所以研究佛法會講到業、業障；業有身、口、意三種，其中最重要的是講「意業」。

「意業」就是心，因為我們的身、口都是受到意的指揮、控制，所以業也是從心生；既然業從心生，只要你的心得自在，業也會得自在。換句話說，如果你的心能夠轉依，業也就完全轉依；由此得知要消除業障最有效的方法，就是「轉心向道」。

心的下當住安

問：「心那麼重要，為什麼剛剛講『心法雙忘性即真』，心、法怎麼可以忘？我們不是就修心而已？」

答：「沒有錯啊！沒有辦法一次到位，所以為什麼人家說修行要三大阿僧祇劫、無量劫就是這樣。佛法很多你不能用文字直接解釋，修心不是修你的真心本心；你的真心本心佛性不必修，他本來就沒有染污，是很清淨光明的。我們平常講的修心，是講要修唯識學的心所，是修你的情緒、你的心情，所以我們會一步一步地講。」

二、唯識的源流

我們今天要學唯識當然要知道他的源流，為什麼會有這個「唯識」？唯識是屬於大乘佛法的三系之一，大乘佛法的產生是在佛陀滅度後四百年才出現的。第一位提倡大乘的學者是馬鳴菩薩，他在印度是很有名，舉國皆知的大詩人，也是一個文學家。



出生於公元一世紀末，著有《大乘起信論》，論中所講就是「如來藏」的標準本。論中有說唯識道理，但以「眾生心」攝一切法；攝就是包含一切法，他主要在說明如來藏緣起為主，突顯大乘不共之體。

所謂大乘不共之體就是說為什麼大乘法和小乘法不一樣？跟外道不一樣？所以這本書主要是說「一心開二門」，我們只有一心，而有真心如門、心生滅門。「心真如門」的心才是我們的真心本心，「心生滅門」這個心就是剛才有人問的：我們要如何修心？修心生滅門。

《大乘起信論》是性相兼融，空有俱顯的。所以他就是在講性相，這句話就是在講「體」跟「用」和「空」跟「有」。你現在聽這些名字都會很陌生，什麼叫「性」？什麼叫「相」？性就是體，體就是本體，本體就是他的特性、特質、特色，一旦落入相就可以看得到了，但是性是看不到的，他的特質是看不到，所以性、相就是空、有。性就是空，所以第一階段有講性空緣起、緣起性空。佛法其實不難，佛法難在名相，「有」就是相。

心的下當住安

第二位是龍樹菩薩，約生於公元一五〇年至二五〇年。傳說他曾經從龍宮取出《華嚴經》，從南天鐵塔（印度地名）取出《大日經》等。很多人看到龍宮還以為龍宮是海龍王的宮殿，其實龍宮還是在這世界上，我在《華嚴經導讀》裡面有提到龍宮在哪裡？其實龍宮是在講我們「自性海」的宮殿，大海就是在講我們的「自性」。而從南天鐵塔取出《大日經》，《大日經》是東密主要的經典，這本經在日本比較流行，因為日本是屬於東密。

龍樹菩薩提倡般若學，根據《大般若經》，專門弘揚佛陀的緣起性空義，是偏於法性空理之義。換句話說他是弘揚佛陀的緣起性空之義，以性空為中道了義之教。偏重於講「性空」這兩個字，因為「性空」是屬於空宗，「緣起」是屬於有宗。

他的著作很多，一生著作也有十幾部，以《中論》又稱《中觀》、《大智度論》盛行於世。法性空理之義的標準本是《中論》，《中論》是我們第三階段的課程。唯識學還好講，《中觀》就很難講出來，因為



他就是在講空，所以我們會講簡單一點的《金剛經》。

其實「唯識」和「中觀」兩個是兄弟之家，但是一般人不了解，以為兩個是不一樣，其實這兩個是一樣的；這兩個源頭都是根據佛陀講的《雜阿含經》、《大般若經》來的，可以說完全是屬於般若系統。唯識是屬於「般若廣行」，般若就是智慧；換句話說，你想得到解脫的智慧、超越生死的智慧，最少你要懂這兩個論：「唯識」和「中觀」。

為什麼「唯識」是「般若廣行」？因為是他講的範圍很廣，從世間的萬事萬物講到你怎麼修行，怎麼轉識成智？而「中觀」講的比較單純，但是很深，所以叫做「深見般若」，就是他的見解非常深奧，很難用一般的世間語言把它形容出來，所以你會發現「唯識」在國內外還有少許人在講，「中觀」幾乎沒有人在講。

第三位是無著、世親兩個兄弟，他們是同母異父。他們生於約公元三一〇年至四〇〇年間。我們從這個年代就可以知道他們的順序第一位是馬鳴，第二位是龍樹，第三位是無著、世親。無著、世親他們提倡法

心的下當住安

相唯識，唯識宗一定離不開法相，他一定要先講這些法相。

「法相」就是要討論萬法的真相；「萬法的真相」就是唯識，都是我們心識的顯現。所以法相宗和唯識宗都是一樣的，都是根據彌勒菩薩的瑜伽之學。彌勒菩薩有一部很有名的《瑜伽師地論》，他一共有百卷，這本書傳說是彌勒菩薩著作的，但實際上是無著菩薩寫的。

「瑜伽」就是在講唯識，因為瑜伽翻成中文的意思就是相應。何謂「相應」？心在相應，相應一定是在講心。什麼叫做「心心相應」？就是禪修，禪者心也，專門在禪修的。

「地論」的「地」，就是次第，他的次第就是根據《瑜伽師地論》來的，所以這本書很重要。但是因為太大本了，他把宇宙萬法融合成六六〇個法。無著和世親認為還是太多了，所以世親菩薩把它濃縮成百法。《瑜伽師地論》，歸類成「古唯識」；而研究唐玄奘去印度取經回來的《成唯識論》，歸類成「新唯識」。

他提倡說一切法皆有，有人把唯識當成「有宗」，因為他講一切法



皆有，但他這個「有」和我們講的有沒有的「有」是不一樣的。佛法上的「有」，是「十二因緣」裡面的「愛、取、有」，「有」叫做存在。「存在」的意思，唯識學講的有是屬於存在妙有，他承認妙有是存在的，一切的外境他不承認，他承認這個妙有，妙有是建立在出世間法也就是「勝義諦」。

「世俗諦」就是世間法，「勝義諦」就是出世間法；從勝義諦的立場來解讀，就是「妙有」。「勝義」就是空性，「妙有」的有建立在空性上，用空性做基礎。所以他和龍樹之學遙遙相對，中觀和唯識，一個強調空，一個強調有，是大乘佛法的兩大支柱。

為什麼會有唯識學出現？因為當時之人受龍樹之學影響，學空性又學不完整，偏向執著空了，甚至誤解空的意思，甚至連因果也空了。佛法是萬法皆空，但是因果不空，所以你執著空，連因果都空掉了，就成了「惡取空」的大邪見，這個非常可怕的。所以彌勒菩薩講過兩句話：「寧可執有如須彌，不取惡空如芥子。」意思就是說你如果執著有，即

心的下當住安

使像須彌山這麼高大，他說他寧願執取這個。

執著「有」，有什麼缺點？迷信。但是迷信的人他不敢做壞事，他會相信因果報應，會相信天堂地獄。但是如果他執取惡空的話，什麼都沒有，什麼都空，就變成只要我喜歡有什麼不可以，這樣的話就很危險。為什麼彌勒菩薩會講這樣，因為你迷信的話，他還可以救你，如果執取惡空大邪見，就無藥可救。

講中觀，怕你惡取空，要講到讓你了解，本來就很困難，萬一有一個地方沒講清楚，你執著空，等於害了你生生世世，所以講「中觀」，等於是在走鋼索，很危險的事情。無著、世親發現這個現象，他們要矯正這種邪見，就要先說「有」來對治「空」的偏見。因此給予無著、世親的唯識學有「應時而生」的直接因緣。

可見一經或論的產生都有它的因緣，既然隨著因緣而生，就代表他不是永遠不變的，既然不是永遠不變，你就不能執著。唯識學也是我們階段性的，但是到最後你還是要捨掉，所以這就是《金剛經》講的：「知



我說法，如筏喻者，法尚應捨，何況非法。」這句話是說，連真正的法你都要捨，何況非法。換句話說，你學一法就要捨一法，不能執著這個法；再好的法一旦你執著了就會變質。所以佛陀說法的重點就是要去除我們的妄想執著；好像你在吃東西，這個東西對你有幫助多健康多好，你天天都吃，吃過量就不好了，因為你執著了。

建立唯識學的組織系統是世親菩薩，真正的唯識學是由世親菩薩建立起來的。他們兄弟有一個故事：世親本來是學小乘的，他有寫千部的論，在小乘很有名的。因為他研究小乘就毀謗大乘，所以他的哥哥無著很擔心，叫世親回來探望他，然後當面講大乘佛法給他聽。世親菩薩聽了才知道大乘佛法原來這麼殊勝，並不是他想像的那麼差，所以他就要割掉自己的舌頭懺悔。他哥哥無著菩薩馬上阻止，要他改弘揚大乘佛法就好，於是世親改信大乘佛法，研究大乘法相唯識學，著作等身。其中一本《唯識二十論》批評外道和小乘的心外有境的說法。

而世親最後造《唯識三十頌》是唯識思想系統的真正完成，是以唯

心的下當住安

識的「相、性、位」，建立「境、行、果」的嚴密組織。何謂唯識的「相」？就是在講法相。講八識、心所法，就是在講我們的心理活動，我們各種心情是什麼。唯識的「性」，就是在講我們的真心本性；唯識的「位」是在講如何根據唯識學來修行的階位、次第。

世親菩薩要往生前才寫好《唯識三十頌》，也就是這短短的三十頌，一百二〇句都沒有解釋，就往生了。但是在他還沒往生之前，大家對唯識學感到非常深奧，所以他寫了一本《大乘百法明門論》，涉及唯識學的基本概念和初步思想，被公認為是唯識學的入門書。所以下一講次，要根據《大乘百法明門論》詳細解說。

唐玄奘大師受教於印度那爛陀大學的戒賢論師學法相唯識；他去印度17年，從唐太宗貞觀三年到貞觀十九年才回來。因為世親菩薩來不及解釋《唯識三十頌》，而十大論師每個人都解釋一本，所以有十本，玄奘大師通通帶回來。歸國後把印度十大論師所解釋的《唯識三十頌》釋本翻譯，糅合成一本《成唯識論》。這本是天書，人家說研究唯識研究



到吐血就是看這一本，但是如果你真的想要研究唯識的話，這一本倒是非研究不行，再苦再難懂你都要去看它。

玄奘弟子窺基大師，發現《成唯識論》十卷，裡面的文義非常廣泛，內意艱深，非初學之人所能了解，於是懇請玄奘大師將其重點用偈頌的方式集結成頌，以利益後來眾生。玄奘就將唯識學中的八識，分為四章，每章做頌十二句，就是四十八句：前五識、第六識、第七識、第八識，成為《八識規矩頌》。

其內容雖然只有四十八句，卻把唯識的要義精髓，統統包含無遺。這四十八句等於是要進入《大藏經》迷宮的開啟密碼。老衲為使現代學人更容易閱讀，將之演繹白話，用最淺顯的生活語言成書，定名為《大藏金鑰》八識暨百法講記》。

心的下當住安

三、唯識的內容

唯識到底在講什麼？它的主要內容可以概括成四方面：

(一) 萬法唯識

講八識如何變現世間一切現象。「變現」不是變魔術，「變」是轉變的意思，「現」是呈現、發現世間的一切現象，都是經過我們的八識變現出來的。

世親的《大乘百法明門論》說明萬法唯識的一個好例子；如《論》云：「佛言一切法無我，云何一切法？云何無我？」一切法就是萬法。無我就是我：人無我，法無我。

一切法略有五種：一者心法、二者心所法、三者色法、四者不相應行法、五者無為法，這就是五位百法。將在下一講次逐一說明。



「心法、心所法」是心理學所研究的一切心理現象，然而西洋的心理學只研究到第六識；但我們的心識有到第七識、第八識，歐美的心理學家就沒有辦法去探討到這個層次。

「色法、不相應行法」即是現代的數學、物理學等自然科學所研究的對象。最後，「無為法」的理性，是哲學家在追求的境界。總之，萬法的事相與理性，皆不離心識而有，故曰「唯識」。

(二) 轉識成智

「轉識成智」就是眾生的八識，向清淨四智的轉變。「虛妄」，代表他是無常的，不是永遠不變的；既然是無常的，一定也是生滅法。

要如何將「虛妄心識」轉變成清淨智慧？。於此，唯識學提出五個階段和四種智慧。其中「五個階段」是在講修行的階位、次第：

- 1、**資糧位**：是在確立我們的信心。
- 2、**加行位**：要你加緊用功，精進修行。

心的下當住安

3、**通達位**（又稱見道位）：代表我們已經發現真理，通達無礙，沒有阻礙了。

4、**修習位**（又稱修道位）：繼續增上修，修道位是講十地菩薩，從初地到十地，這個階段叫做修習位。

5、**究竟位**：就是究竟圓滿成就佛果、成就菩提。

「四種智慧」是破除虛妄心識而得，換句話說你要「轉識」才有辦法「成智」，所以一定要破除虛妄心識。其與八識的對應關係如下：前五識，轉為「成所作智」；第六識，轉為「妙觀察智」；第七識，轉為「平等性智」；第八識，轉為「大圓鏡智」，這些都是屬於佛學的名相。所謂「四智」，即是吾人圓滿精神的四種表現而已：

1、**成所作智**：就是行眾善。

2、**妙觀察智**：就是教你正知見。

3、**平等性智**：就是要顯慈悲，換句話說如果你的心沒有辦法平等心，你說對人慈悲那是假的。真正的慈悲一定是建立在平等心，我們一



般講的慈悲就是對你認識的人、親友慈悲，對陌生的人就保持距離。佛法講的慈悲、佛菩薩的慈悲是平等的。所謂平等就是不論親友、不論我認識不認識，一定平等相待。

4、**大圓鏡智**：就是證菩提（成佛）。所以轉識成智，就是成佛的境界。因為這四種智，是成佛圓滿的智慧，成佛的境界；不是得道昇天、羽化成仙，佛法無邊等等神話。

「轉識成智」是要去掉你的無明，成就明覺；覺就是佛，覺者佛也，所以第一個就是叫你要皈依佛，以佛為心。第二個去除偏見，成就正見，叫你皈依法，以法為意。第三個去除煩惱，成就清淨。僧者淨也，叫你皈依僧，要以僧為識。

吾人在這種追求精神提升的過程中，漸次展現生命的層次。佛法是要提高生命的層次，努力不懈地利益眾生和世間，這才是人生的真諦。佛法是很實用的，佛陀講的佛法完全是要你用在日常生活中，所以離開生活沒有修行可言。《金剛經》說：「**如是降伏其心**」，為什麼降伏其

心的下當住安

心，要度一切眾生？當你面對眾生的時候，你的「心所」才會跳出來，你的心情、情緒才會蹦出來，否則你如何去修心？因為你的心都看不到，怎麼修？

所謂修心不是在修八識心法，八識心法你看不到，但是你的情緒，現在你起什麼情緒，這個你應該可以清楚感覺出來，只要你冷靜的話，既使你當下很衝動、很魯莽對人嗆聲，可是回到家就會想到我剛才太過份。所以一定要在一切眾生中修行，你不能一天到晚選擇跟你要好的來吃飯、來聊天，這個你永遠沒有辦法降伏其心，只是在同溫層，互相取暖。

《華嚴經》中，文殊菩薩叫善財童子去五十三參，這個道理就是這樣；只有你去五十三參，才有辦法降伏習氣，降伏「不善心所」，不然的話，一般人都是自我感覺良好。所以佛法不是要讓你研究的，佛法是要讓你在生活中實踐出來的。什麼叫「證悟」？證就是要親身體悟你才有辦法去證明。



(三) 三自性、三無性

第三部分是要告訴你如何轉識成智？他的關鍵在哪裡？「三自性、三無性」此乃是理解「轉識成智」的關鍵。「三自性」它反映了眾生對事物認識的三個層次；「三無性」：相無性、生無性、勝義無性，是從否定性的角度，來揭示三個的認識層次。以下簡要說明三自性：

1、**遍計所執自性**：眾生凡夫對於一切外在的境界，人事物的看法。遍就是普遍的，普遍的一看到境界，就會算計，去度量，執著他所算計、度量的。譬如說看到一個人，他就會去衡量、算計：這個人到底做什麼的？幹什麼行業？好人、壞人？執著他所看到、所認識的。

2、**依他起自性**：「依」就是因，「他」就是緣；換句話說就是一切的事物統統都是依他起的，因緣所生法的。

3、**圓成實自性**：「圓」就是圓滿，圓滿成就真實，所以這是一個轉識成智的關鍵。

心的下當住安

這裡有一個故事，有一個人他在黑暗中踢到一條繩子，他以為踢到蛇，所以心生恐怖，然而這個恐怖的心就是你的妄想。我們為什麼會有妄想？因為你都落入「遍計所執」才會產生幻想，但是等你看清楚了才知道是一條繩子，根本沒有蛇；所以我們的妄念執著就以為真的是蛇，這個繩子就是「依他起」。

為什麼你會以為踢到蛇而感到害怕呢？因為這條繩子。你會心生恐懼害怕就是依著這條繩子，你把這條繩子當作蛇，所以你會心生恐怖，等到你看清楚了這是一條繩子，你發現了真相，那叫「圓成實」。

另外還有一個故事：漢朝有一個李廣大將軍，他有一次看到一隻老虎，急忙射箭；他射到了，結果一看是大石頭，因為石頭的顏色和老虎一樣。他第一次看到的老虎叫做「遍計所執」。他剛才為什麼害怕？就是「依他起」，誤以為這個石頭就是老虎，所以他事後看到事實真相，恐怖心就沒有了，這叫「圓成實」。



四、唯識中道義

唯識學派是講「有」，故稱「有宗」；中觀學派講「空」，故稱「空宗」。唯識學派和中觀學派都是根據佛講的《大般若經》衍生出來的，兩者是大乘佛法的兩個支柱的原因，就是唯識屬於「廣行的般若」，中觀是屬於「深見的般若」。

從原始佛法來看，依《雜阿含經》的角度來看唯識、中觀，唯識是專門探討「緣起」，中觀是專門講「性空」；「緣起」就是「有」，「性空」就是「空」，所以才把唯識稱為「有宗」，中觀稱為「空宗」。

不過唯識學上講的是偏向形而上學的「有」，不是我們一般講的有沒有的「有」，「有」就是探究宇宙萬有最高的原則。宇宙的奧祕是永遠沒有辦法解開的，明明有但是解不開，很難去解釋，很難去思議，很難透過語言文字陳述出來，這種有叫做「妙有」。

所以唯識學的阿賴耶識，是一切法的本體，有一個名稱叫做「根本

心的下當住安

識」。為什麼是一切法的根本識？這在〈第八頌〉講的很清楚，包括我們的身體種種，六根、器官，外界的山河大地，全部都是阿賴耶識變現出來的。

除了「我相」與「法相」是空，「依他起」與「圓成實」都是「有的」、「存在」的。（什麼叫做「依他起」？「依他」就是因緣，因緣起，有因有緣而生起的就叫「依他起」，「圓成實」也是有。）而這些法之所以「有」，是依止阿賴耶識而有，所以唯識學的「本體論」是「阿賴耶識」。

唯識學的「第七末那識」，是一切人我、是非、邪正的起源。沒有「末那識」就沒有我，一切世間也會平等、自由、自在。人生的倫理道德，就在此識上建立，所以唯識學的「人生論」是「末那識」。

換句話說，你要過怎樣的人生，決定在你的末那識；你要過得一生煩煩惱惱，痛苦的人生，就代表你的末那識非常堅固。如果你要你的人生活幸福美滿，就不要去招惹末那識，末那識又有一個名稱叫做煩惱識。



為什麼你會起煩惱？因為你對什麼事都很在意，別人批評一句話你很在意，就會起煩惱。所以末那識又叫做煩惱識，也可以稱為「麻煩的製造者」，專門給你製造麻煩的。末那識與阿賴耶識不一樣，因為阿賴耶識是好好先生，不管你講什麼它都說好，而末那識則是麻煩製造者。

唯識學的「前六識」，即是我們的五官：眼、耳、鼻、舌、身的感覺與意識知覺，前面的五識再加上意識；我們要讀書求學，甚至你要聽聞佛法，通通要靠前六識。前六識是一切知識的來源，又一切人類行為作善、作惡的活動，都建立在此識上。一切的心理作用、現象、性質等都屬於六識，是最廣泛的。所以唯識學的「知識論」是建在「前六識」上的，比如科學家的求知、哲學家的思索，都出不了意識的範圍。

前六識也是負責在造業的，不管是造善業或造惡業，為什麼前六識會造惡業呢？因為受第七末那識的染污影響很大，第七末那識是前六識背後的老闆，幕後的藏鏡人。為什麼我們聽到一句話、看到一個人，很容易生起負面的想法、思維，這些都是第七識的關係。

心的下當住安

很多道場會舉辦打佛七、打禪七的活動，佛七、禪七，打七打七，就是在打第七識，把第七識打死。包括《阿彌陀經》也是這樣講：「執持名號，若一日、若二日、若三日、若四日、若五日、若六日、若七日」，為什麼只講到若七日，不講若八日？你只要把第七意識打死，你就一心不亂了。我們會「心頭亂紛紛」、「心事重重」，都是因為這個第七識末那識。所以研究唯識你就不會迷信，如果沒有研究唯識而去空談，把第七識當作外緣，就會如外道所講：「我看你是卡到陰的。」這都是自找麻煩，自找死路，佛法沒有那麼麻煩的。

用「有」的見解去觀察佛法各宗派的普遍共同性，不外有兩種：

(一)「業有」、「果有」，即是「因果有」，是「如幻有」。

為什麼會有「因果有」，就是因為造業，造了業才會遭受果報，造了善業有好的果報，造了惡業就得到不好的果報。「因果有」也稱作「如幻有」，幻就是虛幻不真實的，為什麼呢？因為這還是屬於生滅法，你造的惡業，遭受到不好的果報，等到這些不好的果報造作完了，就滅了。



(二)「真如」、「涅槃」，等超越時間、空間的真理、妙法。

也是主張「有」的，而且「真實有」。此「真實有」和「假有」是不一樣的，「假有」是因緣生滅法，是「因果有」。這個「真實有」是超越時間、空間的。為什麼會有生滅，有生滅的原因就是受到時間、空間的束縛。

從上面的觀察，佛法講「空」跟「有」，各占一半。「有」，成為「妙有」的，是佛法至高無上，甚深不可思議的境界。所以唯識學的「妙有」當然不是通常所說的「有」。它是建立在「空慧」的基礎上，是由「空慧」顯現的如實如理的「有」，絕無絲毫的迷茫，因此才稱為「妙有」。

由此看來，唯識和中觀還是在講「空」，因為一定要建立在「空慧」的基礎上，才能產生「妙有」。至於為什麼叫做「妙」，我們一般都沒有辦法用講的或形容出來的稱做「妙」；如「妙不可言」，為什麼沒有辦法形容？那是因為「妙有」是從空慧建立起來的。

心的下當住安

由此，可知佛法說「空」，是為了成立「妙有」的，我們不能因為佛法說「空」，就甘願墮落去造惡，卻不見佛法中有無量功德勝義。這也是我規劃四階段佛法的目的：首先要講原始佛法，再來講唯識，再來講中觀，再來講如來藏的原由，這是有次第的。

你如果對一個不懂佛法的人一開始就講中觀給他聽，你是在害他，因為他很容易惡取空。在密宗有金剛十四墮的根本戒，一共有十四條，其中有一條就是對不適當根器的人宣說甚深佛法（空性見），致生邪見，你就犯了戒律，你要墮入金剛地獄，這規定很嚴格的。所以為什麼要先講《雜阿含經》，再講唯識，因為講了以後就有一個因果觀念，有了因果觀念就不會去造惡業。

在《大乘起信論》裡面講真如就是空性見，但是其中的有是妙有，有佛法中無量功德的勝義；如果沒有強調這個「有」，就很容易偏空，很容易走入邪見（惡取空）。尤其，不能因為佛法中說「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」，我們便把自己的人格、佛性完全否認存在。



這是無我相嗎？只看見自己而不顧慮別人，這就是無人相嗎？不能捨棄一切有情眾生而不救度，甚至去傷害，這就是無眾生相嗎？連我們的生命都不要，或輕視自己的生命，這是無壽者相嗎？這些完全都偏掉了！

《金剛經》講的這四個相是要我們去掉執著，不是講沒有我、沒有人、沒有眾生、沒有壽者；所以有些佛弟子不明自真正的「空」義，誤解經義，為信仰所驅使而毀傷自己的身體，而去做種種愚癡的行為。

譬如說在某某《感應錄》上寫燃指供佛，說某某高僧修行的時候就燃指供佛云云，如果你讀過達摩祖師的《無相論》就知道什麼叫做燃指供佛，所以我說「佛法無人說，雖慧不能了」，你如果依著文字去看，把手指頭都燒了，當作蠟燭來供佛是錯誤的。你要了解佛法何以要用這句話來比喻，裡面隱藏什麼真理，你要懂得他真正的意思。「指」是手指沒有錯，但是代表什麼？代表我們人身的「末端」就是手指和腳指。

這部分在《四書》裡的《孟子》也有講到：有一個人的無名指不能彎曲，他就到處去打聽有沒有人可以把他弄直，甚至他不遠千里跑到另

心的下當住安

一個國家去，就是要把手指頭弄直，但是他的良心歪曲他都不曉得要把他弄直，所以孟子說：「人有雞犬放，則知求之；有放心，而不知求。」雞、狗丟了要去找，良心丟了卻不知道要去找回來，這個就叫做「捨本逐末」。

「燃指供佛」這句話，剛好教你「捨末逐本」；換句話說，指頭是末端，你沒有指頭也不會影響你的生命，照樣可以活得很好。但是你沒有本覺、良心，還能算是一個人嗎？「焚頂」是比喻有一火輪在你頭上旋轉，你還能如如不動。結果卻變成拿香在頭頂燒灸，此舉既不符合科學，又危害健康，完全混淆佛法的原意。

還有「絕食」、「斷臂」，傳說達摩祖師傳給二祖慧可，二祖慧可是「斷臂求法」，但是你看他的畫像有斷臂嗎？沒有啊，畫像裡的兩支手臂完好的。如果要斷臂才能求法，那太殘忍了；要斷臂才教你，這就太離譜了，如果有這樣的師父你也不用去拜他為師了。所以要懂佛法，當你懂得佛法的道理之後，你就不會迷信。換句話說，會迷信的人一定



不懂佛法，因為佛法是「覺法」，是「教人覺醒」的。

為什麼說「斷臂求法」，因為我們造業都是手在造業的，就是叫你不要再造業了，要求法，「唯法可度應勤修」。我那本《修心七要新解》就有講到關於「業報因果」，四句偈最後一句云：「唯法可度應勤修。」用台語講就是：「你有法度」；有法才可度，沒法就無法度了，法是要度你的，叫你不要造業，所以要求法。為什麼有人會燃指供佛、焚頂、絕食、斷臂、投崖等，這是妄想以為做這些事才有功德。

我們應該知道，因為「空」故，更要愛惜身體；為什麼要愛惜，因為到最後都是空，所以更要珍惜「人身難得」來聞思修佛法。不能因為聽到佛法說「空」就無所事事，聽天由命，依賴佛菩薩。

現在的眾生覺得「修行的次第這麼多，太麻煩了，我念阿彌陀佛就好：」「一念乃至十念，臨命終時阿彌陀佛就來接我了！」告訴你，天下沒有白吃的午餐，《阿彌陀經》有講：「不可以少善根福德因緣，得生彼國。」但是我們都想要白吃的午餐；希望不用修行，就可以到清淨的

心安當的下的心

國土。

什麼是「三皈依」？皈依佛，佛菩薩就像父母，他希望你永遠依賴他嗎？釋迦牟尼佛說法就是希望每一個眾生將來都跟他一樣。更不能因為佛法說「四大皆空」就清閒自在，苟且偷安，坐享其成，而不去做利生的事業。

現在應該朝著「妙有」的大道上跑，因為「妙有」是中道，唯有「妙有」才是真空；我們要從「妙有」中得到「真空」，從「真空」中握住「妙有」，才能完成自己的佛果功德。

這是唯識的中道義，佛法不管是從《雜阿含經》，到大乘的唯識、中觀，甚至到如來藏所講的，通通離不開中道，絕對不會偏離中道。



第四講 《大乘百法明門論》

壹、論文

如世尊言：一切法無我。何等一切法？云何為無我？

一切法者，略有五種：一者心法、二者心所有法、三者色法、四者心不相應行法、五者無為法。

一切最勝故，與此相應故。二所現影故。三分位差別故。四所顯示故，如是次第。

第一心法，略有八種：一眼識、二耳識、三鼻識、四舌識、五身識、六意識、七末那識、八阿賴耶識。

第二心所有法，略有五十一種，分為六位：一遍行有五、二別境有五、三善有十一、四煩惱有六、五隨煩惱有二十、六不定有四。

心的下當住安

一遍行五者：一作意、二觸、三受、四想、五思。

二別境五者：一欲、二勝解、三念、四定、五慧。

三善十一者：一信、二精進、三慚、四愧、五無貪、六無嗔、七無癡、八輕安、九不放逸、十行捨、十一不害。

四煩惱六者：一貪、二嗔、三慢、四無明、五疑、六不正見。

五隨煩惱二十者：一念、二恨、三惱、四覆、五誑、六諂、七憍、八害、九嫉、十慳、十一無慚、十二無愧、十三不信、十四懈怠、十五放逸、十六惛沈、十七掉舉、十八失念、十九不正知、二十散亂。

六不定四者：一睡眠、二惡作、三尋、四伺。

第三色法，略有十一種：一眼、二耳、三鼻、四舌、五身、六色、七聲、八香、九味、十觸、十一法處所攝色。

第四心不相應行法，略有二十四種：一得、二命根、三眾同分、四異生性、五無想定、六滅盡定、七無想報、八名身、九匂身、十文



身、十一生、十二老、十三住、十四無常、十五流轉、十六定異、十七相應、十八勢速、十九次第、二十方、二十一時、二十二數、二十三和合性、二十四不和合性。

第五無為法者，略有六種：一虛空無為、二擇滅無為、三非擇滅無為、四不動滅無為、五想受滅無為、六真如無為。

言無我者——略有二種：一補特伽羅無我、二法無我。



心的下當住安

貳、綱要

第四講至第八講將詳細解說《大乘百法明門論》。這本書是天親菩薩作的，天親菩薩有一個名字叫做世親菩薩，但是為什麼又叫做天親菩薩呢？因為「天」又代表帝釋天，「親」就是親戚，天公的親戚；這在印度代表非常高貴的民族，所以在印度梵文本來應該是「天親」，但是後來有人翻成「世親」。

天親菩薩為什麼要著作《大乘百法明門論》呢？因為他知道唯識學太廣了，所以為了要讓初學者有一個基礎，就把唯識相關的法相詳細解說。而此論是由唐朝玄奘大師自印度帶回，並且翻譯。

以下先看這個綱要表解：「宇宙萬有」，分為「有為法」和「無為法」兩大類，其中「有為法」分四種：心法八個、心所法五十一個、色法十一個，不相應行法二十四個，加起來剛好九十四；再加上「無為法」六個，總共是一百，所以《百法明門論》的百法就出來了。



宇宙萬有



心的下當住安

一、有為法

(一)「心法」有八

在小乘佛法，原始佛法的經典一般都講六識：眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識，是在大乘唯識就討論到八識，多了「末那識」、「阿賴耶識」；其實不是有八種不同的東西，嚴格講就只有一個識而已。但這個識不是講有形有體的東西，而是講有一種識的功能作用。

大乘唯識學將這個功用細分為八種，甚至也有講到九種的；唯識有一個頌：「八個兄弟一個胎，一個伶俐一個呆，五個門前做買賣，一個家中把帳開。」這段話就是在講八識。「八個兄弟一個胎」，從這句話可以知道本質就是只有一個，但是有八個功能作用，至於有什麼作用，就是唯識學所要介紹的。介紹八識最詳細的就是《八識規矩頌》，這本書是玄奘大師專門解釋心法的八個識，如果要了解八識就要看我出版的



《大藏金鑰》八識暨百法講記》，讀這本書要從第十五頁〈緒論〉開始，如果從〈楔子〉開始可能看不下去，〈楔子〉比較深奧。

(二)「心所法」有五十一

「心所法」就是你的心理作用，心的活動狀態。心法講「識」有八種功能：眼睛是看的，耳朵是用來聽的，鼻子是聞氣味的，舌頭是拿來品嚐酸甜苦辣，身識就是觸覺，身體的觸覺是表現在皮膚，甚至內臟，譬如胃痛，因為有觸覺，所以會感覺胃不舒服，我們有意識就會有分別。

再來就是「末那識」，我們為什麼會執著，就是因為有末那識，一般的說法是「對於好壞都很在意」，你一旦在意、執著，聽到任何一句話你就開始分別，這句話是什麼意思？到底是讚美還是嘲諷？於是就開始起煩惱。

「第八阿賴耶識」就是前面講的「八個兄弟一個胎，一個伶俐一個呆」的那個「呆」；事實上不是真的呆，是我們一般講的太老實被看作

心的下當住安

憨笨，因為太過老實所以不會看到什麼、聽到什麼就分別好壞；「末那識」就是那一個「伶俐的」。「五個門前做買賣」就是眼、耳、鼻、舌、身，專門在外面搜集到的訊息通通交給家中的意識，意識將他分門別類，所以意識就是那個「一個家中把帳開」，像記帳一樣分門別類者。

「心所法」又分六類：

1、**遍行五心所**：「遍」就是普遍，就是普遍的心理行為：作意、觸、受、想、思。

2、**別境五心所**：就是個別的境界生起心理的活動：欲、勝解、念、定、慧。

3、**善心所十一**：信、精進、慚、愧、無貪、無瞋、無癡、輕安、不放逸、行捨、不害，這些叫作善心所。「心所法」有五十一個，只有這十一個是好的。前面「遍行」五種，「別境」五種，是中性的，可好也可壞，看你如何運用。

4、**根本煩惱有六**：貪、瞋、癡、慢、疑、惡見。



5、隨煩惱心所有二十：它是隨著根本煩惱而生起的，就是因為有根本煩惱才會衍生出以下的二十種隨煩惱，又可分為大、中、小。

(1) 小隨煩惱：忿、恨、惱、覆、誑、諂、憍、害、嫉、慳十種。

(2) 中隨煩惱：無慚、無愧二種。

(3) 大隨煩惱：不信、懈怠、放逸、昏沉、掉舉、失念、不正知、散亂八種。

6、不定心所有四：睡眠、惡作、尋、伺。所謂「不定」就是它不一定好或壞，例如睡眠是好是壞呢？睡眠可以補充體力，但是如果睡太多就是不好。「惡作」就是你會常常後悔，不管你做好事或做壞事都會後悔。「尋」跟「伺」，尋的心理作用比較粗，伺的心理作用比較細。

(三)「色法」有十一

眼、耳、鼻、舌、身、色、聲、香、味、觸，共十個，再加上法處所攝色就是十一個；法處所攝色就是六塵的法塵。

心的下當住安

可見我們心中煩惱還是佔多數，因為真正的善心所只有十一個，而煩惱有二十六個，難怪眾生煩惱比較多。

（四）「不相應行法」有二十四

什麼叫做不相應，就是跟心法沒有直接相應的，包括：得、命根、眾同分、異生性、無想定、滅盡定、無想報、名身、句身、文身、生、住、老、無常、流轉、定異、相應、勢速、次第、方、時、數、和合、不和合。

二、無為法

無為法有六種：包括虛空無為、擇滅無為、非擇滅無為、不動無為、想受滅無為、真如無為。「無為法」和「有為法」怎麼分別呢？「為」就是作用、造作，「有為」就是有造作的，無為就是無造作的，有造作就有生滅，無造作就無生滅。



參、釋論

一、釋題：大乘百法明門論

大乘：能詮之教。大是對小而言，乘是運載義。不管是小乘的原始佛法到大乘的佛法，都是在探討生死，都跟我們的生命有關係，所以佛法是生命的學問。尤其唯識跟我們的生命、生活、人生，關係更密切。

百：數目。此論指一百個法。

法：指世間、出世間之法。在佛典中的意思是事物或一切現象。

明門：明指無漏慧，門表暢通無滯，也就是說明進入大乘佛法的門徑。

論：能詮之教。此論把「一切法」概括成一百種精神現象或物質現象，所以稱「百法明門論」。

心的下當住安

二、解釋論文

論：如世尊言：一切法無我。何等一切法？云何為無我？

《大乘百法明門論》的內容應屬於宇宙萬法論或現象論。此論首先標出「一切法無我」的宗旨。

「一切法無我」中間有一個斷句，所謂「一切法」就是宇宙萬有，將之歸納為百法，一切法就是指世間宇宙的一切現象。「法」在佛教的經論中的意義就是事物或現象。

「無我」即是「空幻假有」。我們上一階段講到「照見五蘊皆空」，所有事物都是空幻假有的，一切皆是因緣和合，都是因緣所生，既是因緣所生當然也會因緣所滅，既有生滅就不是真實的有，它叫做「假有」，假有就是暫時的有，時間到了就沒有了；就像現在有生命是有，有一天生命走到盡頭就滅了。所以我們現在這個「有」通通是假有，這個「假



就是假藉，借給你用的而已。所以我們人生中的一切都是借你用的，沒有一樣是你的，每一樣都是無我。

因為無我，你有生命才有辦法使用，沒有生命時，有跟沒有都是一樣的。就好像不管你是不是大富豪，有一天你變成植物人，多少錢對你來講都沒有用。為什麼叫「唯識」？就是因為有識，有識才會有價值。因為有識所以我們才識貨，不是有句話說「識貨不識貨」嗎？你有識才能認知它的價值，才有價值存在。

這個「法」就是一切法，我們上一節講過在《瑜伽師地論》裡，無著菩薩將宇宙的萬法濃縮成六百六十種，但是他的弟弟世親菩薩認為這樣太多了，所以又濃縮成一百種，這就是「百法」，包括精神現象和物質現象。精神現象是看不到的，只可意會不可言傳，物質現象是有形有色的，容易看得到，此論把「一切法」概括成一百種精神現象或物質現象，所以稱「百法明門論」。

「明門」二字，「明」是在說明、在明示，「門」就是要進入的途

心的下當住安

徑、門徑；就是在說明你要進入大乘佛法的門徑。換句話說，你如果不懂唯識的話，佛經在講什麼你一定會誤解、看錯。

例如：《金剛經》中有很多反復類疊的句子，「是莊嚴，非莊嚴，是名莊嚴」，「是丈夫，非丈夫，是名丈夫」，這是什麼意思都看不懂，看懂了就代表你《中觀》都懂了，因為這是講《中觀》，不是三言兩語講得清楚的。又比如說，禪宗講的人生三重境界：「看山是山，看水是水；看山不是山，看水不是水；看山還是山，看水還是水。」

所以為什麼要先講唯識，因為講唯識還有一個「識」啊！講到《中觀》，什麼都沒有，因為《中觀》的最高境是「畢竟空」，什麼都沒有，沒有成佛、沒有涅槃、也沒有解脫，沒有天堂也沒有地獄，但是真的什麼都沒有嗎？還是有。

什麼是證空性，什麼是開悟者？開悟者就不會得癌症，就不會腦中風，就不會生病嗎？他照樣會病死，照樣會出車禍。但是開悟者遭遇這些境遇，他的內心是充滿感恩的，認為這是老天爺最好的安排；但是凡



夫遭遇這些時，就會開始怨天尤人，如果他只有在宗教界發心布施做好事，還可能會抱怨「佛祖無保庇，為什麼是我？」所以不是講「空」就什麼都沒有。一個開悟者，遭受這些逆境、這些痛苦，他都不執著，不但執著不在意，而且還會很高興，所以你說是不是有等於沒有？這才是真正的空，佛法最重要的就是「空性見」。

我們要發三種心：

(一) **發出離心**：第一階段要講「照見五蘊皆空」，為什麼要講這個，為什麼要講解脫？為什麼要講輪迴？就是要讓大家知道這個世間真的是苦，輪迴真的是苦，讓你生起想要追求解脫，激發「出離心」；才不會沉迷在名聞利養、勾心鬥角、爭名奪利的花花世界。

(二) **發菩提心**：第二階段是「發菩提心」，你自己有辦法自度，有辦法超越，不執著不起煩惱，但是你看很多不管認不認識的人，他們為了一句話、一點點小事起煩惱，自然會生起悲憫心：「這個人好可憐」，你會想辦法幫助他脫離苦痛，這就是菩提心。

心的下當住安

(三)空性見：第三個最重要的就是要有「空性見」，容易迷信是因為你沒有空性見。如果你沒有空性見，你發的菩提心想要幫助別人的慈悲心就很容易走樣，所以空性見是最重要。我們下一階段，就是要講「空性」的《中觀》。

《百法明門論》講「一切法無我」，「一切法」講完了，這個「無我」是最重要的，也是大乘佛法的核心思想。首先你要做到「無我」，才有辦法進入「空性見」的領域；人與人之間為什麼會爭吵，就是因為你在意這個「我」：「我受傷了」、「你都沒有尊重我的人格」；如果執著這個「我」，都沒有辦法捨，如何進入「空性見」？所以這個「我」有兩種：「人無我」與「法無我」。「人無我」，就是「自我」。「法無我」，就是我們的「身外之物」。

論：一切法者，略有五種：一者心法、二者心所有法、三者色法、四者心不相應行法、五者無為法。



本論標出「宇宙萬法」共分為五種。其實萬事萬物種種現象是無數無量；眾生的心理活動狀態，也是千奇百出，難以算計的，不是說「一樣米養百樣人」嗎？

《瑜伽師地論》中，為解釋此無邊無際的現象，共列出六百六十種事物諸現象的名稱；本論只取其中一百種法，可說是提綱契領，擇其要中之要。以下說明五種的大意。

(一) 心法：具有六方面的含義。

1、集起名「心」，在講第八阿賴耶識，阿賴耶識聚集含藏萬事萬物的種子，這裡說的種子不是蔬菜、水果的種子，只是比喻、借用，所謂種子就是具有「生發」的功能，可以導致萬事萬物的產生。

2、心含藏新熏的種子，也是在講第八阿賴耶識；或者心是指前七識，能熏染第八阿賴耶識，而形成新的種子；可見第八阿賴耶識好像一個倉庫，可以含藏萬事萬物的種子，但是這些種子也有包含原來有的種

心的下當住安

子，還有新的種子。所謂新的種子是前七識熏染第八阿賴耶識而形成的新種子，新的種子當然會在後世中顯現現行。

3、心指對某事物的思慮。心可以自身為思慮對象，為什麼心可以自身為思慮對象？我們不是在講「觀照自心」嗎？「觀照自心」到底是誰在觀照？還是心觀照心啊，所以心可以自身為思慮的對象，亦可以外面境界為對象。

4、或名為「識」，能了別對象。

5、或名為「意」，指連續、不間斷的意識活動。

6、或第八阿賴耶識專稱做「心」，第七末那識專稱做「意」，前六識專稱做「識」，其實三者都是心的不同表現而已；在佛法、經典裡面，這個心、意、識有時候是通用的，在什麼地方做什麼解釋，就要看整個段落才有辦法見分明。（第八識的另外名稱叫做「本識」、「根本識」。）



(二) 心所法：具有三方面的含義。

1、總是依心而起。為什麼叫做心所法，就是要依著心才能生起作用，沒有心就沒有心所法。

2、與心相應。如遍行心所法中「觸」、「作意」等均與心相應才得生起。所謂「與心相應」，是心所與心相應。若心所法根源於八識中何識，則屬於何識的心所法。

3、屬心法所有，為心法所繫，故名為心所法；所繫就是綁在一起，離不開心的意思。其要義是心所法一定要根源於心法才能產生。換句話說，如果沒有根本識阿賴耶識的話，其他的前七識，甚至由心法衍生出來的心理作用通通沒有了，所以沒有第八識根本識，這個人就往生了。

因為我們生命的存在一定要有壽、煖、識三個表現；其中的「識」就是第八識，「壽」就是壽命，「煖」就是溫度、體溫，人死了就沒有體溫了，我們平常都有36.5攝氏度的體溫。人要有壽命、體溫，還要有

心的下當住安

本識的存在。

(三) 色法：是八識的根據和條件。

為什麼說是八識的根據和條件呢？因為你的眼睛為什麼會看到東西？這是因為有眼識，但是這個眼識一定要有一個根據、條件才有辦法生起眼識，你的眼睛才有辦法去認識外面的東西，根據什麼？就是根據你的眼根，所謂眼根就是醫學上講的眼球的構造。眼球的構造要完整沒有毛病，當你接受到外面環境時才有辦法生起眼識，才有辦法去看到、認識這些東西。

所以這個眼球的構造，包括耳朵的構造，通通都是屬於色法，因為都是有形有色，屬於物質層面的。色法中有五根和五境；五根是指眼、耳、鼻、舌、身等五種感覺器官，五境是六塵的前五塵，是指五種感覺的外物對象，是與五根相對應，分別為：色、聲、香、味、觸。

五根、五境都是有生滅的物質，都是聽得到、看得到、感覺得到的；



又因它們彼此對應，故稱「有對色」，色就是物質，就是有對應的物質。另外還有一種「無對色」，「無對色」就是沒有辦法對應的，就是法塵，是第六意識的思考對象，稱「法處色」沒有相對應的色法。

(四) 不相應行法：與心法不相應，共二十四種。

是指與心法不相應的事物性質，包括從「得」至「不和合」的二十四種。比如說「得」，得是得到或是失去，這些跟心法是不相應的，但可以間接影響你的心情，《百法明門論》將之歸納為二十四種，這些不相應法並不是跟心法完全沒有關係，而是沒有「直接關係」。

(五) 無為法

所謂「無為」，是不生不滅、無來無去（沒有造作）、非彼非此（已離開二分法，沒有彼岸或是此岸）、絕得絕失（與得失絕緣，不受得失影響），與有為法相對，是沒有造作的虛妄作為，沒有生滅變化而永恆

心的下當住安

圓滿，即是「無為」。

在佛法上認為有造作就有生滅變化，就背離了清淨不動的覺性（佛性）。覺性、佛性是不動的，有一種佛叫做「不動明王」，因為「不動」才會明，明就是清楚、光明，「王」就是代表自在，所以「不動明王」就是講佛性、覺性，我們的本覺。以上就是《百法明門論》的簡單介紹。

論：一切最勝故，與此相應故。二所現影故。三分位差別故。四所顯示故，如是次第。

這「一切法」怎樣稱為唯識呢？這段論文是說明百法列五位的一「次序」；顯示離開「心」別無自性，所以一切法唯心，而無實我實法。

(一)一切最勝故：指心法。所有的法最殊勝、最珍貴的就是我們的心法，所謂心法就是講八識，是最殊勝，最有力量又有自在義。為什麼他最自在？因為他有一個名稱叫做「八識心王」，當王當然自在。八識心王，就是在講唯識的心法。



(二)與此相應故：指心所法。這個心所法，是從你的「心」衍生出來的；隨心法而生，因心法而起。因為有八識心王，所以才有五十一個「心所法」。這個「心所有法」就是你的心理活動、心理狀態，當你碰到境界時，所顯露出的心情；心情有好的、有壞的，他有五十一種，是屬於八識心王的心理作用，是心的「附屬」。

(三)二所現影故：指色法。何謂「二」？這「色法」是由「心王」與「心所法」所變現出來的；所以這「色法」是心王、心所法的「幻影」，是變化出的產物。色法本身不能由自身產生出來，色法共有十一種，主要講物質一切有形有色的物質，及外面的境界。

(四)三分位差別故：指不相應行法。「三」是指「心法」、「心所法」、「色法」這三種，三位彼此差別作用上所現起的。如時間、空間、數量、得失……等，一共有二十四種，後文會詳細解說。

(五)四所顯示故：指無為法。何謂「四」？是指前「心法」、「心所法」、「色法」、「不相應行法」，這四種通通叫做「有為法」。而「有

心的下當住安

為法」轉染成淨後，所自然「顯示」出來的真理，叫做「無為法」。修行是減法，你去除前四種妄想、執著，無為法「自然顯示」，不用向外去追求。

(六) **如是次第**：這是結語，說明五位的建立次第。這五位先淺後深，先有後無，所以才有以上「五位」的排序。





第五講 心法——八識

論：第一心法——略有八種：一眼識、二耳識、三鼻識、四舌識、五身識、六意識、七末那識、八阿賴耶識。

「心法」主要是講八識。其實依照《雜阿含經》講的五蘊，我們就只有一個識而已；依大乘佛法來論，把這個識的作用、功能再細分，就成八種。其實不是八種識，事實上只有一種，但是它有八種功能作用。

佛法始終是直接面對我們的內心世界，所以佛法對凡夫眾生的救度，不是施以衣食，而是啟悟眾生對自心的自覺。換句話說，佛陀不是要辦公益救濟事業，如果他要辦救濟事業的話，他就繼續當悉達多太子，然後繼承王位，立志當個好國王，讓國家裡的老百姓過著幸福快樂的日子，就可以達成了。

心安當下的

釋迦牟尼佛是看到全人類都墮入生死輪迴的苦，所以四聖諦裡講的苦集滅道的「苦」，是針對人類精神上的痛苦，不是物質層面的缺乏，或是身體的病痛。佛法最重要的是要讓你自覺，尤其《雜阿含經》裡面，每個阿羅漢都是自知、自覺、自證。沒有一個是佛陀幫他認證的；換句話說，你對佛法了解多少，或是你透過佛法修行的功夫好不好，只有你自己知道，不必別人給你認證。

佛法是在解剖分析人生的生命層面，以及開悟俗眾的理論系統；這個最完整詳細的系統就是唯識學，尤其眾生的愚痴無明要怎麼破。愚痴無明沒有破的話，那每天都在造業。根據「十二因緣」，第一個叫做「無明」，無明下來是「行」，行是什麼？行為，身口意的行為，一定是「無明行」。一旦你的行為都是無明時，那表示你每天都在造業，所以佛法最主要就是無明轉為明，這是最根本的辦法。

換句話說，就是從「心」下手，轉換你的心最快。「直心是道場」，直接從心下手最快的，不必走冤枉路。但是很多眾生沒有辦法面對自己，



所以佛陀才宣說很多經典，教導很多法門；但是不管什麼法門，任何經典，只要在文字、語言上表露出來，通通叫做方便法。所以很多經典都是在講方便法，這是不得已的，因為要符合眾生的根器，不得不這樣，但是我們要知道，這是不究竟的。

所以真的要轉無明為明，要讓我們的心能夠安住下來，這就要在唯識上好好下功夫，像《金剛經》須菩提問佛陀的第一句話：問我們的心要如何安住？要怎樣降伏其心？通通都是心的問題。要探討心的問題，那只有從唯識下手，因為唯識學給予我們完備，逐漸提昇生命層次的次第：精神的自知自覺（境）、提昇歷程（行）、究竟圓滿（果）。又「境」，你的心境；「行」，提升的過程，修行的行；「果」，透過修行你才有辦法達到圓滿的果，所以究竟圓滿就是果。

我們精神的自知自覺，是生命的根本，既是痛苦的來源，也是幸福的起點。因為精神上的痛苦，可以說勝過身體的病痛。你今生身體不好，並不會帶給你下一輩子也身體不好；但是你這輩子精神痛苦，就會帶給

心安當下的

你下輩子照樣走不出來。所以佛陀他捨棄當轉輪聖王，就是要去找出覺悟之路。因此你要幸福，必須從精神層面下手，如果你一直在追逐物質層面，還是沒有辦法達到真正的幸福。

所以眾生的精神世界，他是如何受到污染？內心又是如何被迷昧？若不了解，我們怎能去除染污，如何破除迷昧呢？以下就精神世界的八種功能，略析如下：

一、前六識

第一個認識精神結構的八種功能：眼識，耳識，鼻識，舌識，身識，這是前五識。前五識都有根據來源。眼識，耳識，鼻識，舌識，身識是根據感覺的器官；我們的眼睛、耳朵、鼻子、舌頭、身體，這五種感覺器官；因此前五識是依著感覺器官，眼耳鼻舌身來命名的。

第六是意識，它是根據「意」（末那識）為依據，所以名為意識；



但是這個意看不到，與眼耳鼻舌身不一樣。

以醫學上來講，眼識就是視覺的功能，我們眼睛看得到東西，是因為我們的視覺神經沒有故障。耳朵為聽得到聲音，是因為我們有聽覺系統。我們有鼻腔，才生起嗅覺。我們的舌頭佈滿很多味蕾，產生味覺。我們身體的皮膚表面有觸覺；不但皮膚表面有觸覺，包括我們身體裡面的五臟六腑器官，它也有觸覺。而「意識」是由「意根」生起識覺。雖然六識皆依「根」而得名，前五識與第六識得名的原因卻不一致；第六識只以「意」（末那識）為依據，故名為意識。

這個「意」是什麼東西？到目前為止還沒有有一個確定的答案出來，不過比較接近的，可能是我們的「大腦」。醫學上來講，人類最複雜的器官就是大腦；這個大腦裡面的系統真的很複雜，包括我們所有的眼耳鼻舌身通通都是大腦的中樞神經在控制的。所以有人傷到大腦的某個部分，眼睛就看不到。像中風的，他就傷到身體的某部分，常常就一手一脚不能動，為什麼？因為「意」是由意根生起識覺。

心安當下的

我們在學習東西時的認識、記憶、了解、分別，通通跟大腦有關係呀，所以這個意，在唯識學裡面，又把它稱為「末那識」。這個「末那識」就是唯識學第七識，也就是第七種功能。前面六種識雖然有自身活動功能，但是他隨第七末那識的意志而轉變。

我們的眼耳鼻舌身意都受到大腦影響；這第六識的特性，如果依照《八識規矩頌》來講，它裡面就講兩句重要：「**動身發語獨為最，引滿能招業力牽。**」「**動身發語**」就是我們的行動，身體種種的動作，「發語」就是你要怎麼去講話表達，通通都是第六意識，第六意識為主宰。換句話說，你只要採取一個行動，要講一句話，要寫一篇文章，透過你的意識。

「引」與「滿」是分開的；「引」就是引業，「滿」是滿業，「業」是業障。「引業」是總業，「滿業」是別業；總業就是大家都一樣，但是別業就依個人而有所不同。我舉一個例子：地震是一個總業，但也有人沒怎樣，那就是個別的業。像二鞠二一年四月台鐵的太魯閣號出軌事



故也是一樣，最嚴重的是第八車廂，但是第一銀行證券公司的董事長夫婦和他的一雙兒女，四人只有輕傷。所以「引、滿」是講業力的問題。我們造業要透過身口意，身口意跟我們第六意識的關係最大。

二、第七識

「末那識」是印度文，中文翻譯是「不間斷的思考」，即「意」。可見末那識它的特性就是思考，它很會思考；第六意識傳達消息給他，訊息經過第七識的思考，然後下判斷。第六意識只是分別，而前五識只負責去外面抓取境界，然後把抓取的境界傳給第六識去分別。

比如說眼識：看到那邊有一個人來了，但是他只看到那邊有一個人，到底是什麼人，這個就要第六意識去分別，去了解；然後第六意識再把它所分別的訊息傳給第七意識去思考，去下判斷。所以我剛才講第六意識都隨著「第七末那識」而轉變。

心的下當住安

其實「意」也是一種意識，但是為了不與第六識相混淆，所以第七識就只稱為一個字「意」而已；一方面可與第八識名「心」、前六識名「識」區別，另外也可顯示出第七識「意」，是第六意識的根據。這八識簡單講就是「心、意、識」，如果你聽到「心、意、識」這三個字，「心」代表第八識，「意」代表第七識，「識」代表前六識。

「末那識」也可以意譯成「污染識」，其特性有三點：

(一) 以第八阿賴耶識作為存在的根據；換句話說，前七識通通以第八阿賴耶識為存在的根據，第八阿賴耶識有另外一個名字，叫「根本依」。因為前面七個識都依據他。前七識都叫「轉識」，所以第七識的特點第一個是以第八阿賴耶識作為根據。

(二) 以阿賴耶識為「自我」，而執著不捨；換句話說，第七識它的特性是執著。「不捨」就是放不下，所以我們眾生為什麼很多事情放不下？因為很執著。這就代表你的第七識太強了，第七識功能作用太強，佔據你整個精神層面。



有的人很會打妄想，想太多，這個就是他第六意識太活躍了，所以心就靜不下來，就像《西遊記》裡的孫悟空。以前我的祖母，老是罵我們這些孫子像孫悟空猴子一樣碰碰跳跳的，沒有安靜下來的時候。

(三)是前六識染與淨的根源。前六識要染要淨，都受第七識的影響，因為它恆審思量，所以有另外一個名稱叫「思量識」。所以《八識規矩頌》說第七識：「恆審思量我相隨。」這是講第七識的特性，恆審思量不間斷，到最後下判斷。「有情曰夜鎮昏迷」，有情就是講我們眾生都被鎮壓陷入昏迷了。

「四惑八大相應起，六轉呼為染淨依。」四惑的惑就是煩惱，四大根本煩惱，我們六大根本煩惱，其中有四個根本煩惱，就是第七識的心所；第七識心理活動，裡面就有四個根本煩惱：我見、我愛、我慢、我癡。「八大」就是指八大隨煩惱，在後面「二十隨煩惱」中會一一解說。

它是根本煩惱，跟八大隨煩惱非常相應，相應的意思是日夜都黏在一起，所以「六轉呼為染淨依」，什麼叫做六轉，是前面的六識，到底

心的下當住安

是要成為污染的識，或者是清淨的識，就是完全受到第七識的影響和控制；所以有情眾生為什麼會恆處在生死輪迴之中呢？恆處就是永遠在那邊輪迴，一世、二世、甚至百千萬世都走不出輪迴。因為我們都被第七識日夜鎮壓陷入昏迷，很難得有智慧顯現。

第七識會把有情眾生搞得昏頭轉向的，尤其它很執著這個自我，碰到事情處處都會以自我為考量，他很少去考量到別人。所以第七識動輒負面思維，煩惱叢生，這個都是執著自我之害也。

三、第八阿賴耶識

阿賴耶識又稱藏識，因為它能含藏萬事萬物的「動因種子」，為什麼叫「動因種子」？代表這個種子是有活動力的，會變化的種子；植物的種子，水果的種子，是不是有動力會變化？種子會生芽，芽會發枝葉，到最後開花結果，所以是動因的。這個識它的功能特性有三種：能藏、



所藏、執藏。

(一) 能藏：能含藏一切的種子。

(二) 所藏：能接受前七識的熏染而形成新熏種子；換句話說，這個阿賴耶識好像倉庫的「功能」，能夠含藏很多種子，不管舊的種子，新的種子都會含藏。新的種子從哪裡來？從前七識熏染而來的。換句話說，從我們身口意的行為熏染而來，所以這個種子又有另一個名稱，叫「習氣」。你的習氣是怎麼來的？從你的行為。所以習氣也有人叫做「業習」。

(三) 執藏：被第七識執著為「自我」。「執」就是執著，阿賴耶識它被第七識執著為自我；自我就是一般講的靈魂，指我們身體裡面有一條靈魂在不斷地生死輪迴，投胎轉世。為什麼眾生會有這種認為？因為第七識，他很執著第八識。

由這三方面含藏的功能，所以阿賴耶識才叫做「藏識」。第八識的名稱最多，有：根本識，藏識，異熟識。為什麼叫「異熟識」？因為它

心安當下的

能引起現行果報，主宰果報的異熟功能。

我們經過身口意造業以後，有業習的種子，種子終有一天會結果，結果就是果報。種子現行就好像我們菜的種子種下去，先前就發芽，發芽就會生枝生葉，長大就會開花結果，所以他會引起現行的果報，主宰果報的異熟功能，叫做「異熟識」。它有三種異熟的功能：

(一) 變異而熟：指它會變異。當種子到開花結果當然不一樣，所以它會變異、變動不一樣的東西出來。這是變異而熟。

(二) 異時而熟：今生造業的業習種子，不一定下輩子成熟，有可能要經過五百年，也有可能經過一劫，也有可能經過八大劫。不像我們一般在講的，善有善報、惡有惡報、馬上看到；不可能馬上讓你看到現世報應的。所以，這也是很多人懷疑因果到底有無存在，因為他看不到報應；如果當生現世就報應，我看就不必有法律了。

佛陀在涅槃前，有一個一百二十歲的外道要趕快來皈依佛陀，不然來不及了。佛陀的弟子不讓他進來，但他就是一直吵著要見佛陀，越吵



越大聲，佛陀聽到了，就讓他進來。

事後，弟子們問佛陀說：我用天眼通觀察這個人一點善根都沒有。佛陀說：他在八萬大劫以前，曾經唸一句佛號。也就是他八萬大劫之前，上山砍柴時，突然猛虎跑出來，他嚇了一大跳爬到樹上，唸了一聲「南無佛」。就是因為他唸了這一句南無佛，經過八萬大劫，今天因緣成熟了。

《法華經·方便品》云：「若人散亂心，入於塔廟中，一稱南無佛，皆共成佛道。」真是因果不可思議。所以我們不能以狹隘的眼光去判斷事情，有時候會判斷錯誤。

(三) 異類而熟：「類」就是種類的類，他成熟的時候，會變異為不同的種類。例如：種胡瓜長菜瓜，不是說這樣的，唯識學不是講這種不同類；唯識學講的類是講三性，種子有三性：善種子、惡種子、無記種子；無記就是不善不惡，不是善，也不是惡，他是無記。換句話說，為什麼異類而熟呢？例如你今生做壞事情，造惡業的種子，你下輩子來投胎時，

心的下當住安

臉上又沒有給你貼上標記說你是惡人，壞人。不會的，天下的嬰兒剛出生的時候，每個人都是天真可愛的。

沒有天生的壞人，也沒有天生的好人，這叫做無記；也因為這樣，你才有機會修行。如果你上輩子造了惡業，然後你這輩子注定就是要當壞人，不管怎麼修行，你都是壞人，那你就永遠沒有辦法解脫，那這樣怎麼叫人家「放下屠刀立地成佛」？豈不是讓人家沒有希望，沒有想要上進的心。所以「異類而熟」的「類」，雖然是你的種子是惡習的種子，但是你的果報，還是一樣是一般普通凡夫，不會標記你是壞人，這樣才有教化的功能。

如果說你過去世種下惡業種子，但今生能夠去親近善知識，能夠聞思正法流，然後透過你的前七識，一直往第八識熏習這樣的話，你還是可以成為一個善良的人，甚至可以成就聖賢佛道，因此第八阿賴耶識因為有變異而熟，異時而熟，異類而熟的作用，所以又稱「異熟識」。

《八識規矩頌》曰：「受熏持種根身器，去後來先作主公。」就是



因為這句話，會讓人誤以為阿賴耶識是一條靈魂，死去的時候最後離開，要投胎時先來的。第八識，受到前七識習氣的熏染；好的習氣熏染，它就變成好的、善的種子；壞的習氣熏染，就成為惡種子。「根身器」的根身，是指我們的身體，「器」是指外面的器世間，山河大地。所以我們凡夫往來六道，死的時候他最後去，投胎時最先來，是眾生的命根，主宰眾生的生死輪迴。為什麼說死的時候最後去呢？這個醫學上也會證明。我們人剛死的時候，不是馬上就變成冰冷的，因為我們有體溫，還有溫度，然後隔幾個小時他就慢慢冰冷了。

在母親子宮裡面受孕，識沒有先來，胎兒怎麼活？一定要有一個識，一個功能，去照超音波，剛照的時候，沒有看到什麼，只有看到一個荷包蛋，好像水母一樣，但是會動，閃啊閃啊的，所以這個就是有識的功能。所以一定要先來，從醫學上來講，我們精子卵細胞結合，本來就有它的功能。

如果你對唯識學想要更深入地了解，光聽我講是不夠的，聽我講只

心的下當住安

是聞思修的「聞」而已，你一定要透過熏習進入「思」，才有辦法將這個法流入你的心。我有拆字給你們看過：「聞」只是用感覺器官「耳朵」聽而已，要進入「思」才會進入你的「心田」中，思就是一個田一個心。

「思」就是剛才講的第七識，思量的思，要不間斷的思考，在佛法裡叫熏習。舉一個例子：我們去醫院常常會聞到消毒水的味道，你知道為什麼嗎？因為醫院已經開業三十年了，你每天用消毒水擦拭，那味道就留著了。你去中藥店，一進去就聞到中藥味，藥櫥都還不用打開你就聞到；天天點香也是一樣，點到最後，你都沒有點香，人家進去你家客廳就聞到香的味道了，這就是熏習的力量，要熏習才有力量，光聽我講很快就忘記了。

要靠自己下功夫，師父講給你聽只是一個引線而已，你炮竹裡面沒有火藥，光這個引線燃燒完就完了，一點爆發力都沒有。你要有爆發力，就要讓法進入「思」的階段；聞思修，然後再將你聞思到的佛法，透過生活中的人事物種種境界，把它套上去用，用出來累積的經驗這個才叫



做智慧。

很多人每天看佛教電視台講經說法，但是境界來了，佛法都忘光用不上，那就是沒有「修」；佛法是要讓你修行，修正你的行為的，你的行為是展現在日常生活中，去待人處事；要活用佛法，才不會跟人家結惡緣。

唯識學不僅提到眾生有五種感覺識和第六思維意識，而且還有眾生不易自覺的第七末那識與第八阿賴耶識。第七識他非常的深細，而且永不間斷，它始終執著第八識為自我；為什麼我們凡事都會執著，因為第七識非常的強，你都用第七識在作主人翁。

第八識甚為潛藏，一般人不能自覺，而且它的功能作用最大，涵義最廣；因為它有「能藏、所藏、執藏」的功能，所以能維持眾生一期生命的相續，進而主宰眾生入六道生死流轉。

在西方，對人類精神層面的探討，始於十九世紀的奧地利心理學家弗洛伊德（1856-1939）。根據弗氏的深層心理學研究結果，他發現前六

心的下當住安

識，只不過是在講人類的表層意識，而且只佔人類精神的一小部分，這跟醫學研究非常吻合；醫學研究我們的大腦，發現人類開發大腦只是一小部分而已，大部分的還沒有用到，所以深處潛藏著相當大的一片無意識精神世界，這個西方心理學家，稱這個叫做「無意識」，無意識就是「潛意識」，因為看不到所以把他叫「無意識」。

唯有深入其中，才能辨明人類的精神乃至生命全貌。瑞士心理學家榮格（1875-1961）更進一步提出「集體無意識」，從心理學的角度，透露出廣大的阿賴耶識的領域。換句話說，榮格所提出集體無意識就類似探討阿賴耶識的領域。

我們都受到「集體無意識」的影響，什麼叫「集體無意識」？就是我們從小就聽人家講靈魂，有地獄，有閻羅王，有天公，大家都這麼講，每個人都這麼講，阿公、阿嬤、鄰居、舅婆、舅公都這麼講，就變成「集體無意識」。

十七世紀有個法國學哲學家笛卡爾（1596-1650）最有名的一句話：



「我思故我在」。這句話就有兩個我，可見他都執著我；這個思就是我們的第七識，如何思量，所以也可說是第七末那識的範圍。

一般而言，從外面看，人是時間、空間中的物質，深受時空變化流轉的束縛；然而，若你能轉心向內，省視自心，就會發現有一股精神之流，連續不斷的活動，它超越了時間空間，帶給我們生命無限的寬廣，是自由自在。

我們人類的活動都是精神的種種表現，比如我們去欣賞花，這也是我們的精神在看，花是眼中之花；表面上好像眼睛在看花，其實是你的精神在看，為什麼？因為沒有眼識的話，你怎麼知道那是一朵花，什麼花；你如果沒有第六意識，怎麼知道這朵花是玫瑰花，或是百合花呢？所以既然是你的識在看，離開了精神就沒有花，雖然花是眼中之花；實際上是精神告訴我們外物的存在，離開了視覺（眼識）就沒有花，外物的存在就沒有價值，沒有意義，所以叫做「萬法唯識」。

心的下當住安

四、探討第七識與第八識的關係

第七末那識（又稱「煩惱意」），人生會有諸多煩惱，都與此識有關，它最顯著特性就是「執著」，所以世間的語言有很多都在隱喻此識的特性。如：「過意不去」，就是卡在在意，沒辦法跨過去；「很在意」、「意難忘」，為什麼難忘？執著就難忘，而誰在「七上八下」呢？七就是第七識，八就是第八識，我們說：「要注意」、「要留意」、「滿意不滿意」、「你介意不介意」，台灣語「有尬意嘸」，這也是意。

第七識有兩個作用：一個向外、一個向內。向內他會抓取第八阿賴耶識，錯誤地以為阿賴耶識就是「我」；人生的種種煩惱就是從執著「我」開始。第七識煩惱意的執著，讓第八阿賴耶識變得很渺小，侷限到只剩下「我」。

由於第七識貪著第八識，之後就形成「心所」、無明等相繼出現。什麼心所？就是四個根本煩惱：我見、我愛、我慢、我癡，這四個就是



心所法，還有無明，就相繼出現。無明就是負面的思維、想法，每一件人事物都有正反兩面，看你怎麼去想，你如果常常興起負面想法，那就代表你第七識很強。第七識它還有一個向外的部分，就是「等無間意」，它能讓六根識生滅相續。

「第七識」就是「等無間意」，等於沒有間斷，不是真的沒有間斷，所以唯識學常舉一個例子：好像你手上拿一束火把畫圓圈。當你畫圓圈的速度越來越快時，是不是就變一個火圈，看起來好像沒有間斷，但事實上他是斷斷相續的。

其實，六識是「不會相續」的，都是剎那剎那生滅的。六識從阿賴耶識剎那出現，然後消失；但是我們會誤以為像一串念珠一樣。其實每一個剎那都是新的，直接從阿賴耶識現起，隨即又消融到阿賴耶識中。因為前六識的根源是從阿賴耶識現起的，從這個根本識現起；換句話說，如果你們沒有阿賴耶識，你全部的識就沒有功能了。

這些作用都是第七識在掌控的。六識的生起是無染的，但消融時卻

心的下當住安

沾滿了雜染，然後落入阿賴耶識中。如果你沾滿雜染回到阿賴耶識，於是讓阿賴耶識都收藏一些骯髒的種子，不好的種子。所以我們要非常小心，不要受到第七末那識的沾染。

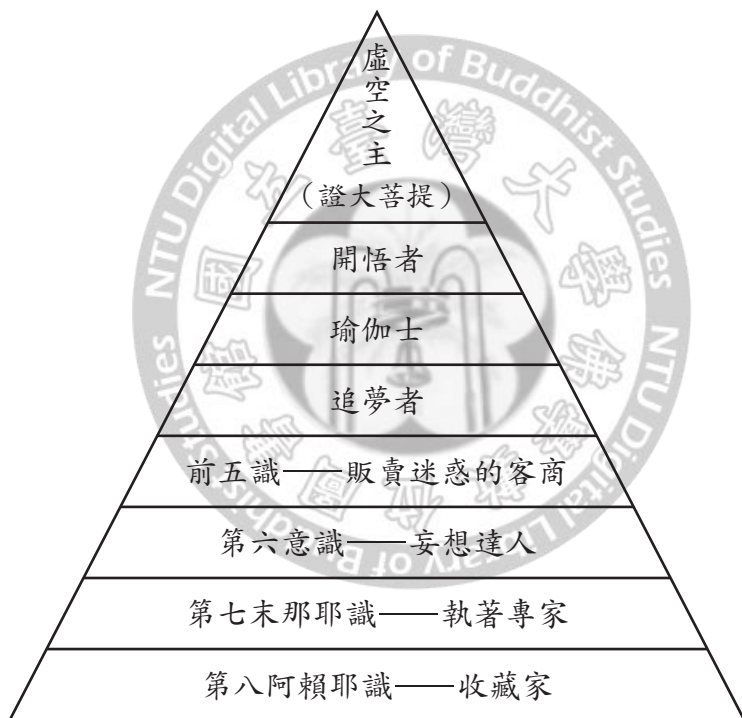
二〇一一年十一月有一則新聞報導：「加拿大科學家透過大腦掃描器『腦電波儀』，成功測得『過去認為『已陷入永久植物人狀態』的研究發現：植物人仍有意識，腦波能反應。」因為植物人雖然不起分別，但是他還有七、八識在。所以，他不可能沒有想蘊；他還是有分別的想蘊在。因為八識可以相應「想、思心所」，所以植物人偶而會有人奇蹟式的清醒！

但是，就是要有家人，在他的耳邊不斷的叫他，和他講話。這等於「唯識學」上講的，要靠熏習的力量，才會有所謂奇蹟式的甦醒！

但是，這個機率不是很高；因為這牽涉到很多的因緣條件，還有他本人的善根福德。



生命識界層次圖



五、補充資料：生命世界的層次提升

心的下當住安

這是「心法——八識」的補充資料，將八識心王套上現代的名詞語言來譬喻的。

○第八號人物叫「阿賴耶識」，他是無染、無分別的，類似天真無邪的小孩。其實他從古老的從前就存在的，我們上次有講，他常常無作用，他是能藏、執藏、所藏，就好像類似「收藏家」，不管好壞都收集起來。

○第七號人物叫「末那識」，他是「執著專家」，不管好壞他都執著。與第八號人物的清淨無染恰好相反，最喜歡到處攀緣；因為喜歡攀緣，所以會製造很多麻煩出來，到處染著，所到之處都會纏住你，只要有他出現的地方，都會被他感染；他也是煩惱製造者，深深影響第六號人物起煩惱。

○第六號人物叫「意識」，他是「妄想達人」，想像力非常豐富，擅長分別，愛打妄想；是生命力量的泉源。「業」即作用力，讓你的生活中充滿喜、怒、哀、樂，讓你產生欲望。



○第五號人物叫「前五識」，他是類似「販賣迷惑的客商」，好像中盤商一樣。為什麼說他是販賣迷惑呢？因為前五識很容易受到境界轉，很容易受到境界的迷惑。然後他把看到的聽到的迷惑傳達給第六識，所以他類似專門在「販賣迷惑的客商」。

他很容易迷上境界，是人類感官面對現象的種種經驗，眼睛看到色彩，耳朵聽到聲音，鼻子聞到香臭，舌頭嚐到滋味，身體觸到外界等，會產生經驗，通過種種經驗所感受到的，就會提供給第六號人物；因此，第六號人物的喜怒哀樂都是經由第五號人物所提供的訊息。因此我們的感官世界最容易受到現象界的迷惑。

前面附的「生命世界層次圖」金字塔，下面的就是眾生界，換句話說，每一個眾生都具備八識，若你要提高生命層次，你就要往上面提升，所以往上提升就是「追夢者」。

○第四號人物叫「追夢者」，他經常處於夢幻、虛無縹渺的境界，他是夢想家，他經常生活在美夢中，有夢最美，他是一個理想家，他是

心的下當住安

屬於精神層次的。有時夢到自己變成一隻蝴蝶到處飛翔，有時夢到自己是一條毛毛蟲，到處爬呀！爬呀！在尋覓食物，反正他不是生活在真實的現在。這就是所有人一天小時，或許作夢的時間遠遠超過真實存在的時間。

○第三號人物叫「瑜伽士」，生活在「不夢」的世界，從來不會攀緣流連外在的世界，他要隨時保持清醒，才不迷惑，不被境界轉，所以這號人物是很辛苦的。我們看到瑜伽士，大部分都是辛苦的；最有名的瑜伽士就密勒日巴。

○第二號人物叫「開悟者」，他持有打開網路世界的磁卡，使他在這虛擬的世界暢通無阻。他不但可以驅除駭客，還可以幫助很多玩家，不要掉進網路的陷阱。他是開悟者，不會被五花八門的世界迷惑，他擁有絕頂的智慧，知道網路世界一點也不真實，不管是快樂幸福，或痛苦悲傷都是假的，虛幻的。

「假」不是真假的假，所謂「假」是有因有緣所造成的，也不是誰



故意造成的，也不是哪一個人有辦法作主的，所以開悟者當然就不會受到現代的網路世界所迷惑。我們一般的凡夫眾生沒有到開悟的程度，一定是向外追逐流轉的。這個世界是一座充滿神秘誘惑的網路世界，當你還沒有悟道時，你的心一直都在向外追逐流轉，每天都這樣，那就代表每天都在「輪迴」。輪迴也不是下輩子的事情，你可能天天都在輪迴。

因為向外流轉，一定輪迴，只有「轉心向內」，才有出路，才會看到一條光明的道路。所以釋迦牟尼佛他在菩提樹下開悟時，看到天邊的流星，其實那些都是用語言文字來用比喻的，代表他內心看到的一點光明。

一般來講，轉心向外，你就是外道。佛教所講的外道，不是講異教徒，其實外道還是佛教徒，但是你的心都往外攀緣追逐。真正轉心向內，才是真的佛弟子。佛者覺也，才是真正覺者的弟子；換句話說，你才是真正的有接到佛陀的法。

所以我們一般講「傳承」，諸佛的傳承，歷代祖師的傳承，教你認

心的下當住安

識真假的修行人，真假法王，要看你什麼傳承？傳承不是看證書，真正的傳承是你有沒有傳承到佛的心法，你有沒有轉心向內，你懂得轉心向內，你才是真正有接到傳承，如果你的心都在外面，那代表你還沒有真正進入佛門，門都沒有踏進去，你都還在外面徘徊，還在觀望。

○第一號人物叫「虛空之主」，只有大覺者，就像釋迦牟尼佛一樣，那叫做「證道」。所以我們為什麼要學佛，就是要學佛陀真正當虛空之主，才有辦法擁有自在，無我的智慧，真正達到完滿覺悟的境界，完全具備佛陀的明光，這就是我們一生在追求過程的最後指標，我們稱之為「證大菩提」；也就是說，自從你有生命以來最終要回歸到這覺悟的境界。當你擁有自在，無我的智慧，你還會起煩惱嗎？當然不會起煩惱。

這樣看來，好像凡夫眾生界都是「第六識」妄想達人，跟「第七識」執著專家在造業，在起煩惱，在製造煩惱；那這樣的話，這兩個可不可以不要用他？不行！沒有六、七這兩個識不能學佛，沒有辦法聞思修，沒有辦法轉心向內。你要轉心向內，要修戒定慧，還是要靠第六識、第



七識的作用。你沒有第六識，怎麼去分別，怎麼去學習，怎麼去分辨正法、邪法，什麼是相似佛法？你沒有第七識，怎麼專注？因為第七識是「執著專家」，因為他很在意，所以在意就是代表他專注在某件事情，鑽不出來。所以你真正要得定，沒有第七識你沒有辦法。為什麼？我們接下來講「心所法」的「五遍行心所」的第一個作意，你就會知道。

因為「五遍行心所」的第一個是「作意」，這個「意」是什麼？是第七識。上一階段有講，你要親近善知識，聽聞正法，然後如理作意（根本作意），也就是教你如理思維，「意」跟「思」都是第七識；所以你如果轉心向法，如理作意才有辦法得到定，「定」其實印度文翻成三昧，什麼叫做三昧？其實我們中文裡，也有直接用三昧，沒有翻成定的；譬如說：你懂不懂得「個中三昧」；曉不曉得我今天講什麼啊？叫你體驗什麼啊！所以這種三昧、這種真正的禪定，跟打坐入定是不一樣。

打坐入定是四禪八定，四禪八定是離生喜樂定，那種輕安的定與喜樂，那是屬於內在身體的定，有一點是活在當下。《活在當下》的作者，

心的下當住安

他時常提醒我們向內觀照內在的身體。身體還有分內在及外在，外在的身體大家都懂，看得到；但是內在的身體，只有你自己知道。比如說你現在腰痠，只有你自己知道。所以內在的身體是物理層面再提升一層，是屬於生理層面。又比如說女眾有更年期，那什麼叫做更年期？只有你自己知道，只有你當事人自己知道，感覺得到，你才知道更年期的個中三昧是什麼，你才知道腰痠背痛個中三昧是什麼。

所以這個「定」代表你真正很清楚，不會模糊，不會搖擺不定，不會懷疑；我們懷疑的時候，才會搖擺不定。所以佛陀教我們真正的禪定之法，不是一般共外道講的四禪八定，不是在追逐那些神通感應的境界。如果要追逐那些境界，佛陀他不會捨掉；佛陀已經到九處地定，「非想非非想處定」，為什麼還要回來菩提樹下，思惟十二緣起？

很多人他都不曉得，佛陀他很慈悲，也很包容，他不會排斥婆羅門外道之類，他都包容；當然這也是一種方便法，因為有的人他沒有辦法直接進入心法，沒有辦法轉心向內，所以才會從外圍教你一些方便的法



門，讓你從外轉進內，但是很多人他就沉溺在外面。

一般的婆羅門都很喜歡打坐，因為他就是沉溺在外圍，甚至沉溺在他的生理作用，身體的輕安；他覺得一天沒有打坐好像怪怪的，好像沒做功課，所以這個補充資料，八識說起來真的比較不好懂，如果好懂，玄奘大師他不會專門為八識寫一本《八識規矩頌》，如果你想對八識進一步了解，回去要好好讀《八識規矩頌》或是我講述的《大藏金鑰》；頌文將八識從凡夫的境界一直講到你成佛的境界，都告訴你。

「八識」裡面其實最重要的是第六識跟第七識，因為你沒有第六識跟第七識，你根本沒辦法修行，你想解脫、想出離三界，根本沒有辦法，所以你一定要先轉識成智。

什麼叫做「識」？識就是我們一般的認識，都是常識，我們一般的認識、知識、常識，是不是從外面蒐集來的；如果你停留在外面，那你可能是一個知識專家，某一方面的常識、知識專家而已；你一定要轉心向內，你轉心向內才能如理作意，也就是說你才有辦法真正跟佛法相應。

心的下當住安

如果你沒有轉識成智，還是用你的六七識，這樣的話動不動就會落入非法。什麼叫做非法？什麼叫做如法？換句話說，「非法」就是你的妄想、執著，你的在意，你的過意不去，通通是負能量，負面思惟；「如法」就是正面思惟。

「皈依三寶」講：佛者覺也，法者正也，僧者淨也；所以你真的要修行，想要成佛，你首先一定要把第六識跟第七識先轉，六七因地轉，說穿了我們修行都在轉六七識而已。五八識你要不要轉？不必轉啊！它會自動轉的。只要你六七識轉了，就會連動帶動，到最後五八識自然就轉，所以五八識的轉不是透過你修行的；成佛是果，修行是因，你要證成佛的果，你就要先種下成果的因。

因果本來就是這樣，你種什麼因才會成什麼果；所以因地就是六七識，你六七識要轉。要怎麼轉？第一個要先轉第七識，第七識你要先轉成「平等性智」，換句話說，要用你的智慧，不要用你的知識、常識、認識。你可能會說：我又沒有智慧！你沒有智慧就學法啊，智慧都在佛



陀說的法裡面，所以就要聞思正法，你要時常接受佛法的薰習。佛法是清淨正法流，你接受佛法薰習，薰習久了，你才會有智慧顯現。

所以你要怎麼轉？就要「如理思惟」，當你碰到境界，聽到什麼，看到什麼，就要如理思惟，不要用你的主觀意識，不要用你的第六意識去分別，要看佛陀在經上告訴我什麼，唯識學告訴我什麼，法上告訴我什麼，你要常常這樣，用在生活上，落入你的生活，因為只有在生活才有境界，離開生活哪裡有境界？佛法是要你實踐的，不是讓你成為佛法博士或佛學專家。所以經過你親身體驗，落入你的日常生活親身體驗所得到的那種經驗，那才叫做智慧。不是說離開你的日常生活親身體驗，有另外一種東西叫做智慧，沒有啦！智慧也是從識轉過來的。

比如說你今天聽我講唯識，只要落入文字語言，我講出來都變成一種知識，佛學常識。你要把他變成智慧很簡單，碰到問題，碰到事情，境界來了，你就想唯識學告訴我什麼？佛陀在哪一部經告訴我什麼？你就馬上放下。這好像只要燈一打開，黑暗就不見了；法是明燈呢！很多

心的下當住安

人看了很多書，聽了很多佛法，但是他都不拿來用，所以在《楞嚴經》裡面，誰聽佛法聽最多的？阿難，但是被佛陀罵的最兇最厲害的就是阿難，你一輩子多聞，都在聽，但是你都沒有在修法，你多聞，都不修道，跟不聞一樣，有聽等於沒有聽。

你如果每個禮拜來上課，都聽師父在講很精彩，兩個小時而已，回去就把他放下，應該放下的，你都不放下，不應該放下的，你就嚇的放下，難怪你都沒有辦法轉識成智，難怪你都說佛法很深很難；佛法我看很簡單啊！遇到境界，你要生氣時，就想到《金剛經》云：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，這都是假的。他在罵我也是假的，他在稱讚我也是假的，如此你的心時時都很平靜，平常心就像大海一樣很平靜。

大海為什麼會有瘋狗浪，會捲死人，那就是風來啊！什麼叫做「風」？「境界」就是風，什麼叫做境界？別人嫌你一句、罵一句、唸一句、多唸兩句，你就受不了，那就是風啊！佛陀講苦集滅道的道路，



是很寬闊的，但是大家卻轉不過去，好像在開車，要轉個彎，卻轉不過去。

所以佛法你若是想轉識成智，一定要把佛法拿起來用，用久就是你的；你若不用，我跟你講很快就會忘記，到時候他不認識你，你也不認識他。你要薰習佛法，薰習到佛法都認識你，我也是這樣來的。佛法真的很簡單，二千五百年來都沒有變，世間學最複雜最困難，為什麼？因為世間的常識是日日新又日新。



心的下當住安

第六講 心所法(一)

論：第二心所有法——略有五十一種分為六位：一遍行有五、二別境有五、三善有十一、四煩惱有六、五隨煩惱有二十、六不定有四。

「心所法」比較簡單。為什麼比較簡單？因為他是名相的解釋，所以很簡單；但是簡單歸簡單，你還是要拿來日常用，因為佛法在世間，不離世間覺。你要成為一個覺者，一定要在世間，沒有在天上成的。如果在天上成的話，彌勒菩薩他就不必下來，他就直接在兜率天成佛就好，多舒服，但是諸佛一定要在人間成佛。

「心所法」，其實他全部名稱叫做「心所有法」，換句話說「心所法」是從哪裡來？都是從「心」，屬於八識心王所有的法，簡稱叫做「心所法」。



「心所法」，總共有五十一種，分為六位：一、「遍行心所法有五」；二、「別境心所法有五」；三、「善法有十一」；四、「煩惱法有六」，就是根本煩惱；五、「隨煩惱有二十」，就是隨著根本煩惱衍生出來的，所以才叫做「隨煩惱」，換句話說，沒有根本煩惱就沒有隨煩惱；六、「不定心所有四」，不定就是不一定，不一定好，不一定壞，他有四種。

一、遍行心所法

論：一遍行五者：一作意、二觸、三受、四想、五思。

遍行心所法，有五：(一)作意、(二)觸、(三)受、(四)想、(五)思。

「遍」是普遍的意思，是指普遍存在於諸識之中的心理活動。普遍存在的範圍非常廣泛，包括三界九地通通可以看到遍行心所法。所以「遍行」具「四一切」：

心的下當住安

1、遍一切心：是通心法八識。

2、遍一切地：是通三界九地。

3、遍一切性：是通善、惡、無記三性（無記就是不善不惡）。

4、遍一切時：是通現在、過去、未來。

何謂「三界九地」呢？指世間的九個生存層次或修行層次；「三界」就是：欲界一地，色界四地，無色界四地，所以叫做「三界九地」。

「欲界一地」，就是我們現在生活的世間，是「五趣雜居地」。什麼是「五趣雜居地」？就是天、人、阿修羅都有，其實阿修羅也算是天，所以應該是天、人、地獄道、餓鬼道、畜生道的眾生，通通居住在這個世間。

「色界四地」，就是四禪天，包括：初禪天「離生喜樂地」，二禪天「定生喜樂地」，三禪天「離喜妙樂地」，四禪天「捨念清淨地」，其實捨跟念之間應該有個逗號，「捨，念清淨地」。

「無色界四地」，就是四空天的境界，包括「空無邊處」、「識無



邊處」、「無所有處」、「非想非非想處」。佛陀他跟兩位婆羅門老師，專修四禪八定，修到「非想非非想處定」，這已經是一般禪定的最高境界，但還是沒辦法解脫，所以佛陀才會捨掉。為什麼沒辦法解脫？因為解脫不是飛天鑽地，不是像孫悟空筋斗雲翻個筋斗八千里，不是這個。

所謂「不能解脫」，就是碰到煩惱沒辦法解決，還是落在煩惱中。我們眾生為什麼沒辦法解脫？就是有煩惱，煩惱把你綁住。所以真正的解脫，是代表你沒有煩惱。

但是那個沒煩惱，又不像植物人那種沒煩惱；是你八識的作用都還很靈光很活耀，面對任何境界，都不起煩惱，這才是真正的解脫，不然你看世間有許多喜憨兒，他也都沒煩惱。很多人為什麼笑不出來，心事重重啊！世間人在煩惱什麼？都是在煩惱小事，真正的大事他不會煩惱。什麼叫大事？生死才是大事。所以你要真正出世間、出三界，不是「表解」上的文字，而是必須知道「三界」他代表「心」：

1、欲界：指我們的欲望無邊，很注重自己的欲望，如果你還有數

心的下當住安

不清的欲望，表示你還活在欲界。

2、色界：指你看到的物質層面，等於我們現代所講的科學物質文明。若你很執著物質享受，就是活在色界。

3、無色界：指精神層面，是生命高度的提昇，不斷追求心靈成長，很多的藝術家大都在這個層次。其實佛經都是講我們的生命，講我們的心，你心的高度到哪裡，「生命」的高度就到那裡，所以就用欲界天、色界天、無色界天來做譬喻和比較。而如果修持慈悲喜捨，就是指你可以達到色界、無色界，可以提高你的生命高度。

(一) **作意**：是指內心引起警覺，開始趨向他的認識對象。所謂作意，是一般我們講的你內心要打定主意。譬如早上我要去新光三越百貨公司，這個就是你的作意。

(二) **觸**：是指心、心所等各種活動接觸到各自的外境對象。它也是後三種心所「受」、「想」、「思」的活動基礎。所以有接觸到外境，才會產生後面的三個心所。你去到百貨公司，你想要買一個包包，打定主



意了「作意」；然後就真的起身去百貨公司，接「觸」很多東西，然後你看到以後，就會有感「受」。

(三) 受：也是「十二因緣」裡面的受，六根觸境後就感受到好壞，好的當然是樂，不好的你就苦；所以我們一般人都分為苦、樂兩種。若要詳細分應該有三種或五種。我們一般都是以苦、樂為主，還有一種非苦非樂，他另外一個名字就叫「捨」。

碰到好的順境，你認為好的，你喜歡的，合你意的，你愛的，你就樂了。遇到逆境，你就苦，逆境就是不順你的意了，你看不中意的；苦的當然會產生排斥、抗拒。我們一般對順境、逆境都會有這兩種反應；還有第三種非順非逆的境界，看起來也不怎麼好，但是也沒有很討厭或很喜歡，所以這第三種感受叫做「捨受」。

(四) 想：你有感受就會落入想心所，你就會去想、去分別，到底那一個比較好，所以你就會觀察事物的種種現象，然後進一步去看清楚，這個皮包，外面看一看，裡面翻起來看一看，觀察種種現象。我們一般都

心的下當住安

會是這樣，然後你選擇共同的性質、因緣，加以命名，設施概念、名相。這是一般的從接觸以後會產生的想心所。

(五)思：再來你想了以後，就會進入「思心所」，進一步的就叫做思、思考，也就是觀察、思考事物的種種現象，但能產生善惡、是非觀念，並能支配心、心所等各種識，作出善、惡等具體活動。

換句話說，到最後思，你要下判斷，才能具體行動，去決定到底好不好，你認為好的，很喜歡的，那你當然就要掏錢出來付錢；你認為不喜歡的就把它物歸原處，把它放下來。

所以一般我們都會透過「作意、觸、受、想、思」這五種心理作用，但這五種也不是好的也不是壞的，這好壞是看你怎麼去用它。



二、別境心所法

論：二別境五者：一欲、二勝解、三念、四定、五慧。

別境心所法有五：(一)欲、(二)勝解、(三)念、(四)定、(五)慧。所謂「別境」是它有特別的境界、有個別的境界，指有一定對象性的心理活動。不像前面那個普遍性的，別境心所有五種，但分成四類：

1、**所樂境**：心遇欲而產生快樂的「所樂境」；心碰到順境，那代表你喜歡的，所以叫做「所樂境」。

2、**決定境**：心對此境有所選擇的「決定境」；碰到這種境界，你就會去選擇，你就會去作決定；所以這一種屬於「決定境」。

3、**曾習境**：心已熟悉的「曾習境」；曾習就是曾經看過的，或是你曾經用過的，所以你看過的、你曾經用過的，你會熟悉，有印象。

4、**所觀境**：正在被觀察思考的「所觀境」。這別境心所法有五種，

心的下當住安

但是「境界類別」只有四種，那代表其中有兩個心所都是屬於同一個境界，到底是那一個我們等一下會講。所以各種識活動對應於不同的對象，所以稱「別境」，都有個別對象。

(一) 欲：是指對於可樂的外境生起希望之性，並辛勤追求。所以「欲」就是心理所想要的，比如說看到你喜歡的，不管是喜歡的人，喜歡的事物，這都是屬於外境的，那你喜歡，就生起希望之性，希望什麼？希望得到它啊，希望得到這個東西啊，你有想要得到的，當然會辛勤的追求。比如說你今天想去看一部電影，您也想要買一隻 iPhone 13 手機，最新型要五萬元。怎麼辦呢？努力去賺錢，去打工啊！想盡辦法。

(二) 勝解：「勝」的意思是殊勝，「解」是見解、了解，這個見解了解不是我們普通的瞭解，是殊勝的瞭解，勝也是超越一般的識，是超越我們一般的瞭解。勝解是指內心對外物現象有一定的見解。比如，正法或邪法的教理，都可以說是一種勝解。如果猶豫不定，對事物沒有一定的見解，就是「無勝解」。



(三) 念：是指對於曾經接觸過的境界明記不忘。內心每每念及過去的經歷，記憶便逐漸固定下來。所以你要背誦經文，像以前我們讀國文、文言文，老師都要求要背，考試要考默寫，那怎麼背？我都是多念幾遍，一直念，念到最後，就背起來了。

我背《金剛經》也是一樣，像以前我都把整部《金剛經》都背起來，甚至把《楞嚴經》全部背起來。所以背經一定要在年輕的時候，我鼓勵小孩子去參加讀經班，你背的是聖賢法、佛菩薩法，這是清淨正法流；以前在讀經就是這樣，意思不懂沒關係，先背起來；讀《易經》也是一樣，《易經》你要將八八六十四卦都背起來，背起來就好用。

所以我們古代的人，其實讀書沒有什麼捷徑，古代讀書第一個就是靠死背，意思不懂沒關係，死背，背起來確實很有用。所以為什麼聽很多善知識講佛法，但是境界來了，你都用不上？因為你沒有背起來；你要背得很熟，念念不忘，這個才是念心所，就是念念不忘。

(四) 定：是指專注於某個對象，絲毫不分散注意力。這個定其實在《百

心的下當住安

《法明門論》裡面，他不是寫「定」，他是寫「三昧」，三昧剛才講過了；為什麼他要保持梵文「三昧」，而沒有翻譯成「定」呢？因為他怕大家誤解，誤解說這個定，類似修禪定，打坐的禪定。

這個「三昧」的意思比較廣，「定」的意思比較狹義。所以真正的三昧是指「個中三昧」，什麼叫做「個中三昧」？那是講不出來，沒有辦法落入語言文字啦！只有你用心自己去體會。就好像《六祖壇經》講的：「如人飲水，冷暖自知。」

如果能夠一直堅持這樣的清淨安定，就會產生面對外境而不生苦、樂情感的清淨智慧。我們為什麼沒辦法清淨智慧？都是被這些複雜的情感衍生情緒化出來。所以你有三昧，內心就不會隨著時間的先後，境界的不同而分散注意力。

(五) 慧：是指對外界事物的思考、分別。「慧」的功用是消除懷疑和偏見。內心種種善惡、是非觀念，皆由「慧」來選擇決定。在佛法中，能隨時使心專注、安寧、清淨，不僅是一種作用力，而且也是一種智慧。



這個「慧」跟「般若」智慧是不一樣；這個「慧」是屬於「別境心所法」的一種，不是「般若」智慧的慧。要如何才會變成「般若」智慧的慧？要看你怎麼去用他。所以我剛才講的「遍行心所」跟「別境心所」他是中性的，你如果用到善法上，他就能如理衍生「般若」智慧；你如果用到惡法，他就變成「點慧」。點慧就是我們講的世智辯聰，小聰明，所以這個點慧跟智慧是不一樣的。很多轟動社會的刑事案件，都沒辦法破案，為什麼呢？因為做案的人腦筋太好了，但是他用到壞的地方，所以就變成點慧。

「別境心所法」講完了。剛才說這五種別境心所被分到四類去，到底哪一個屬於哪一類？你們應該知道吧！

1、「定」、「慧」是屬於「所觀境」。你看這個「定」，是指專注於某個對象，「慧」是對外界事物的思考、分別。所以這個「定」跟「慧」是屬於正在被觀察思考的「所觀境」。

2、「念」是「曾習境」。就是要念念不忘，你念久了，就會很熟

心的下當住安

悉，所以這是屬於心理熟悉的「曾習境」。

3、「勝解」是「決定境」。你要做決定之前要殊勝的瞭解，所以這是心對所選擇的別境有個「決定境」。

4、「欲心所」是「所樂境」。欲屬於所要產生快樂的「所樂境」。

三、善心所法

論：三善十一者：一信、二精進、三慚、四愧、五無貪、六無瞋、七無癡、八輕安、九不放逸、十行捨、十一不害。

善心所法有十一：信、精進、慚、愧、無貪、無瞋、無癡、輕安、不放逸、行捨、不害。善心所法是講十一種善性心理狀態。

佛法講的善是指不管在此世、他世都懂得隨順佛法的利益；換句話說，他碰到任何境界，都有辦法把佛法拿出來用，這樣才有辦法利於解脫，遠離種種過患。所以要被人家稱做善男子、善女人，也不是那麼簡



單的，不是像一般廟寺所謂的善男信女。

每一個人都有善心所，只是你沒有好好的用心去觀照，所以才看不到。為什麼你沒有辦法看到？因為境界來了，你的情緒就高張，情緒一起來就好像烏雲密布；凡夫眾生很容易情緒化，情就是情感，緒就是線頭；線頭很複雜的打好幾個結。講不清，打不開，所以你才會被情緒拉著轉。很多眾生沒辦法解脫煩惱，就是因為都很情緒化，很容易落入情緒的漩渦中。

所以學唯識，就是要讓你每天去用的，境界來了，你聽到一句不喜歡的，馬上觀照自心，聽人家在罵我，碎碎唸，起什麼心來對應？我到底起了善心所，或是煩惱心所；如果起了善心所，那就恭喜你，有利於解脫，代表你真的把佛法拿出來用。

(一) 信：此信心所，依三種境，產生三種作用。

1、**信有實**——謂於諸法的真實事理，深信其為有，因而隨信認可印持。也就是說：你對於佛法這種真實的事理，深信其為有；而且隨著你

心安當下的

的深信心認可，「認可」是認同，「印持」是指你認可以後，印象就深刻，印象深刻以後就不忘了。所以這個「持」就是你印象深刻，就有辦法把持住，不會忘失。

2、**信有德**——謂於三寶真實淨德，深信其為有，因而生起歡喜、好樂的心。「三寶真實淨德」，是講內心的三寶，不是外面的佛法僧三寶；我們內心的三寶是：覺、正、淨。是真正的真實淨德；深信其為有，因而生起歡喜、好樂的心。

3、**信有能**——謂於一切世間及出世間善法，深信自己及他人皆有力量能得、能成，因而產生希求冀望。比如說你聞思佛法，你相信佛法，不管在一切世間及出世間，你都相信自己依照佛法去修行，一定可以成就，不但我可以成就，每個人也可以成就，所以這個信心一定要深信，才會產生希求冀望。

如是信心所，使心清淨以對治「不信」及產生愛樂證修世間、出世間善法等間接作用以為業用。所以此三種信：信有實、信有德、信有能，



(一) 法所心 講六第

這三種能使心靈純淨安定，就像牟尼寶珠，能使混濁之水變純清淨。

混濁的水是比喻我們的染心，我們的心中有物，心中有煩惱等於混濁的水。這個能清水的寶珠，就是信心所。所以這個信很重要，不管你信哪一宗，哪一個法門，都很強調這個信；因為沒有信，你就沒有願力，那就沒辦法修行。

所以信、願、行這三個，不管修什麼法門都需要必備的，你沒有信心怎麼能發菩提心，你的菩提心一定發不出來。

(二) 精進：是指毫不畏怯、猶疑，不斷地修善止惡。此法可對治懈怠、自滿。因為懈怠的人，沒辦法精進，自滿驕傲者也沒辦法精進，因為他得少為足，覺得自己已經很厲害了。

所以在精進過程中，善品會漸漸地修，惡品就會漸漸地斷，直至去除一切污染，使內心純淨。達到了無貪、無瞋、無痴三大善根的境界，才算是圓滿善德。

然而，日中一食、夜不倒單，做得到並不表示你精進。真正的精進

心的下當住安

是不斷地觀照自己的念頭、想法：「未生善令生起，已生善令增長；未生惡令不生，已生惡令斷滅。」所謂精進，不是在外相上修苦行，而是以心觀心，所以是最省力的。

在《成唯識論》中，「精進」是排在三大善根的後面，換句話說，他會在先講無貪、無瞋、無痴之後，再講精進；但是本論根據《百法明門論》，「精進」挪到「信」之後，名列第二。為什麼呢？因為是根據因果順序而立：有「信心」，才有希望，才會生出欲求的心，想要的心；你既然想要，就會勤奮修行以實現此希望，所以勤奮修行就是精進。

因此三大善根是「精進」的方向，所以先說三大善根，然後說「精進」；相當於先說理論，後說行為。「精進」以後的「輕安」、「不放逸」、「行捨」三法，皆是以前面四法為基礎而產生的。

(三) 慚：是指由「自法力」而崇賢行善，其功用是對治惡念、惡行，心生羞慚，逐漸做到止息。

慚愧心的慚，一般的名詞我們都講慚愧，其實慚跟愧是不一樣的，



你要分清楚；什麼叫慚？「慚」是指「自法力」，包括兩種：一種是自力，一種是法力。有看過我講的《普賢行願品直解》，你就知道〈普賢行願品〉的十大願，每一願都提到「自力」跟「法力」，經文云：「我以普賢行願力，深心信解，如在目前。」我以「普賢行願力」，這個是法力，不依行願，不能遍故。「深心信解」，就是我們剛才講的「別境心所」的「勝解」，勝解什麼？勝解佛法啊！

你相信佛法，勝解佛法，這樣才會產生自力。故《大般若經》云：「一切法無生，一切法無滅；若能如是解，諸佛常現前。」宗密大師曰：「以深信解之智，決定印可，攝持如上佛境令現在前，名為自力。」

所以「慚」等於用佛法的力量讓你生起慚的心，才會崇賢行善，崇敬聖賢，崇拜真正有修有證的人。止息不是光止息惡行，連惡念都不會生起；換句話說，惡念、惡行都止息，就等於代表你的身口意都是善的。

(四)愧：是指由「世間力」而遠離惡念，拒絕惡行。其功用是對惡念、惡行心生羞恥，而漸止息罪過。

心安當下的

這個「世間力」就是「皈依僧」，僧就是一個修行的團體，世間力就是一個團體的力量。我們這個世間有很多事情，認真講起來不犯法，但是社會觀感不好。新聞常看到公眾人物講話或行為，雖然法律上沒辦法定你犯一條罪，但是這樣做就是不良示範，社會觀感不好。因此他會考慮到社會觀感不好，就不敢做。

(五)無貪：是指對「有有具」沒有貪欲需求。其功用是對治貪欲，多行善事，造福他人。你無貪，才能多行善事造福他人；你有貪就會自私，就只考慮自己，然後去作那些利己害人的事。

所謂「有有具」，前一個「有」是指「三有」，即是「三界」（欲界、色界、無色界）；「有具」是指「三有」，即欲有、色有、無色有的虛幻世界的根源。凡夫以此虛幻世界為真實，而對種種世間假象有所欲求貪執，此貪執就是種種過患的來源。所以我們有一句話叫做「萬惡淫為首」，這個「淫」在講貪，淫就是過度，過頭了，你貪心過頭，叫做淫。所以淫，有氾濫的意思。



(六) **無瞋**：是指對「苦苦具」不生瞋怨、憤恨之心。其功用是對治怨憤，多行善事。所謂「苦苦具」，前一個「苦」是指「三苦」，就是人生的痛苦，大略來講痛苦分為三種：

1、**苦苦**：你碰到痛苦的事情，或是碰到身體病痛，這都是苦事，由苦事而生的。

2、**壞苦**：由樂事而生的是壞苦，本來是很快樂的，但是無常來了，就變成不快樂。

3、**行苦**：由事物變易而引起的苦，這種行苦比較不容易感覺。什麼叫做「變易」而來？一轉眼間經過幾十年，感覺昨天才小學一年級，今天怎麼變老人了；人家說人生如夢，很快啊！所以這種叫做行苦。行苦就是遷流的苦，剎那剎那變遷的苦；這種表面上看起來不是苦，也不是樂，就好像我們一個人，由年輕、壯年，然後慢慢的中年、老年，這不是一下子子的，所以叫做「行苦」。

「苦具」是指「三苦」的根源，為什麼會造成三苦的原因。

心的下當住安

(七) 無癡：是指明白事理，了解佛法。其功用是對治愚昧，多作善事。你無癡，明白事理就會有智慧，就知道佛法的功用是什麼？諸佛的教導是：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」你就有辦法，戒惡行善，多作善事。

(八) 輕安：是指身心輕快調順，遠離粗重。由此「輕安」，即能堪任各種艱巨的修行。其功用是對治昏昧沈重，通達清淨智慧，令所依身心由粗重轉向輕安。

你的心很粗重，當然會造成種種不安，所以要輕安。身心輕安調順，才有辦法勤任各種艱鉅的修行。因為修行的路是很漫長的，修行的路不是一步到位的，或一步可登天的；我們人生真正的浩大工程就是修行。要輕安最簡單的就是「少欲知足」；會造成苦，就是多欲多貪，為什麼會多貪？因為你永遠不滿足，好像永遠缺欠很多。

(九) 不放逸：是指防修惡法，增修善法，逐步達到無貪、無嗔、無癡三大善根的境界，由此「不放逸」法其功用是對治懶散放縱，以完成圓



(一) 法所心 講六第

滿善德。此「不放逸」法，依「精進」和三大善根而建立，側重於防修功德，因而沒有獨立的實體。

不放逸這是「逐步達到」，要達到無貪、無嗔、無癡沒有那麼簡單，這要一步一步來；所以你真正的達到無貪、無嗔、無癡，這等於是維摩詰居士講的「自淨其意」，他的前行就要「諸惡莫作，眾善奉行。」你要常常這樣，才能有辦法一步一步的達到無貪、無嗔、無癡。

(十) 行捨：是指內心平等正直，不計較功用得失。用於對治浮躁不安，通達平靜專注。此「行捨」法，也是根源於「精進」和三大善根而建立。要注意的是，「行捨」是「行蘊」中的「捨」，而不是「受蘊」中的「捨」；受蘊也有捨，苦受、樂受、捨受，然而他這裡是「行蘊」中的「捨」，他這裡要叫你捨掉行蘊的「捨」。

「行蘊」代表什麼？代表心行衝動，很容易計較，很容易在意。所以你的心要保持平等正直，不計較功用得失。內心要脫離昏擾浮躁的三個層次：第一先平靜、穩定；次正直無邪；後不計較功用得失。

心的下當住安

「精進」和三大善根四法之外再立「行捨」，是為了強調心情平靜、穩定的無上妙用。如果你的行蘊不要捨掉，你的心情要平靜、穩定、不衝動很困難，因為「行」在十二緣起裡面，是代表身、口、意的衝動。

(土) **不害**：是指不損害有情眾生，也不怨惱他人。其功用是對治損害別人的惡念，強調同情、愛護的善意。

「不害」是「無嗔」心所法的衍生，依「無嗔」而建立，所以也是沒有獨立自體的假名。內心有此心所生起，不但不害於人，同時還有悲天憫人的心。「無嗔」能與人快樂，即是大慈；「不害」能拔人痛苦，即是大悲。

如是「信」等十一種善心所，三種（不放逸、行捨、不害）是無自體的分位假立，其餘八種是有自體的；又此十一種善心所，唯於「一切地」（三界九地）相應。「三界九地」代表什麼呢？代表世間，你不要以為說色界、無色界都是出世間，還沒有。我們所講的「世間」包括欲界、色界、無色界，真正的出世間，是出三界。



第七講 心所法(二)

一共有五十一個心所法，分成六類，後面三類（根本煩惱、隨煩惱、不定）都屬於不善的比較多。

眾生的痛苦，源於受到煩惱的束縛；遇到問題時不知如何處理，就起煩惱，一旦起煩惱，你的內心就沒有辦法安寧。而佛法是專門在對治煩惱的，因為煩惱是屬於心理的問題，心病還是要心藥醫，最好的藥就是佛法，所以佛法好像甘露，可以清洗煩惱的染污，獲得自心清淨自在。

(一) 煩惱的發生歷程

一旦升起煩惱，你的想法、思維、思考可能都會朝向負面的，這些負面的在唯識學來講，叫做染污，正向就是清淨的。用佛法來對治，才有辦法使你的內心恢復清淨、自在。因此對於煩惱的觀察，更是唯識學

心的下當住安

重要的一環。所以我們學唯識學，學這麼多名相的目的，不是為了要增長知識或佛學常識，佛法是要用出來的，尤其對於煩惱你一定要看清楚。

煩惱心所的困擾，起源於第七末那識對於第八阿賴耶識的貪愛我執；第七末那識執著第八阿賴耶識的見分為自我。所謂「自我」，依照一般世間的講法，這個我就像身體裡面有一條靈魂；所以第七識的特性就是執著，第七識是執著的專家。

第七識還會影響到第六意識的分別，所謂「分別」就是二分法，好、壞、善、惡這種對立的立場很分明。如果受到第七識的影響，那第六識接收到眼、耳、鼻、舌、身，這前五識傳達過來的訊息時，他就很容易分別為負面的、不好的。因而產生了六種根本煩惱心所，然後再衍生出來二十種隨煩惱心所，在五十一種心所法中，佔有一半以上，可見他在佛法中的地位非常重要。如果你這些煩惱沒有解決、沒有處理好，是會落陷生死輪迴苦海之中。

失眠、睡不著，長久這樣的話就會產生壓力、焦慮，醫學上來講叫



做憂鬱症；其實從唯識學的角度來看根本沒有憂鬱症這個東西，從佛法的角度來看，沒有辦法把煩惱清除，是你沒有佛法、沒有智慧，不是說真的有一個病叫做憂鬱症。

換句話說，就是因為你的觀念、想法轉不過來而已，叫你「轉心向法」不要，你都要轉心向非法；「佛者覺也，法者正也」，轉心向法，等於轉向正向思維，清淨的。你轉向非法那就是雜染，是負面的想法；你才會覺得人生真苦，因為你被煩惱綁架，當然苦。

(二) 調伏煩惱的方法

煩惱在找對象是不分富貴貧賤的，不是你今天富貴了就沒有煩惱，貧賤人家就每個人都煩惱，不一定，這就要看每個人的「轉念」功夫。像《四書》裡面，孔子最稱讚顏回，是孔子弟子裡面最窮的，而他居住的環境也是最簡陋的，所以就有講顏回「居陋巷」，住在很雜亂的巷子

心安當下的

裡面，吃像稀飯之類的，哪裡有美食可以吃。「一簞食、一瓢飲」，喝的是山泉水、白開水，哪裡有飲料、咖啡、茶葉可以喝。但是顏回覺得我苦嗎？沒有，他每天活得很快樂，所以「回也不改其樂」。

而且顏回還「不遷怒、不二過」，我們一般凡夫做得到嗎？沒有辦法。為什麼顏回他有辦法做到，是因為顏回的心中有法，他親近善知識，在孔子身邊學習。親近善知識就是「聞」，後來你就要把親近善知識所聞到的法，再次「思維」，就好像牛在吃草一樣，反芻，聞思修的思就等於反芻的作用，這叫做「如理思維」。

如理思維就是如法思維，這樣你的心中才會有法；你心中有法，當你前面的五識碰到境界：色塵、聲塵、香塵、味塵、觸塵時，你才有辦法將佛法拿出來用。用在你的認識上，用在你的眼識、耳識、鼻識、舌識、身識；如果以醫學角度來講，就是用在你的視覺、聽覺、味覺、嗅覺、觸覺。

生活中都會用到我們的眼、耳、鼻、舌、身、意，用的如法不如法，



(二) 法所心 講七第

用得好或不好，這個關鍵是在「思」。很多人聽法聽得法喜充滿，可是他回去沒有「思」；到時候落入生活，真刀實槍來時，還是用不出來。他還是用自己第七識的非量非法比較習慣。

轉心向法的關鍵就是要從「第七識」開始下手，所以叫做「六七因地轉」。你因地好，因地正，果一定正；如果你的因地不正，那果一定不正。所以《楞嚴經》裡面說：「因地不真，果招迂曲」，迂曲就是很容易歪斜；歪斜的相反就是正直，你就沒有辦法正直，沒辦法像《維摩詰經》講的「直心即道場」。

很多事情為什麼我們會碰到負面的境界？以唯識學來講，這都跟你過去的認識有關係，因為你過去觸境時，所認識的念頭就變成一個種子，會收藏在你的第八阿賴耶識中，再輪迴下一世或是好幾世後，有外緣接觸，這叫做「因緣和合」，現象就出來了，現象就是果報，這是在《大藏經鑰》中常常提到的「種子現行」。

我們講到第七識好像是不好的，你會起煩惱是因為它，會執著也是

心的下當住安

它，但是你要修行、解脫也要靠它，為什麼？因為你聽善知識講法以後你要根本作意、如理思惟，這個都離不開「意」。

為什麼用「意」而不用「識」？因為前五識和第六識、第七識、第八識，這在《八識規矩頌》中，分成四種：一個前五識、一個第六識、一個第七識、一個第八識。第八識的特性「恆審不思量」，它不管事的，不管好、壞，他都說好。《西遊記》中的唐三藏就是代表第八識，孫悟空講什麼他都好，沙悟淨講什麼也很好。而第七識是「恆審又思量」，這是第七識的特性，它的功能。第七識很細心，它是不間斷的。

為什麼要經過如理作意、根本做意？如理思惟，你就要用第七識的「恆審思量」特性，所以你一定要先把它「轉心向法」，所以頌文曰：「六七因地轉」。你下手的第一功夫就是要把第七識轉成「平等性智」，第六識的特性也是很會思量，但是他有間斷，沒有辦法恆審。前五識既「不恆審又不思量」，前五識只負責看只是看、聽只是聽、聞只是聞，好壞他不管，他不會去想這個味道從哪裡來的？他不會這樣去思量。



(二) 法所心 講七第

修行一定要靠第七識，首先一定要「六、七因地轉」，你一定要把它轉成平等性智，因為第七識在命令、做決斷給第六識去執行。我們身、口、意在造業，都是第六識在執行的，所以你第七識的末那識，轉成平等性智的話，第六意識才會變成「妙觀察智」。

唯識學是要讓我們用的，如果你沒有辦法好好用唯識學，那你研究唯識學太浪費時間、太辛苦了，因為唯識學有很多名相很難搞懂，你用了才會覺得他很簡單很容易；如果停留在知識、佛學常識，你當然會覺得很複雜、很麻煩。你經過第六意識的妙觀察，就看清楚了，你才有辦法修行。如此，修行才有一個正確的方向。

親近善知識、根本作意、如理思惟，再來就是「法次法向」，你才有辦法堅持，這是聞思修的三部曲；親近善知識是「聞」，根本作意、如理思惟這是「思」，法次法向就是「修」，你這修行的次第要懂，如此方向才不會混亂，也才不會走冤枉路。

為什麼第一階段要講《雜阿含》原始佛法，這些原始佛法都在講什

心的下當住安

麼叫做「法次法向」？「法次法向」就是講「三依一向」。所以你第一階段《照見五蘊皆空——無我的正能量》如果沒有好好聞思，你聽第二階段就會霧煞煞，等聽到第三階段《中觀》時，那你就更聽不懂了，因為你基礎沒有打好。就好像你要去少林寺學十八羅漢拳，師父不會馬上教你十八羅漢拳的招式，首先前三年教你蹲馬步，每天都蹲馬步而已，這就是基礎，基礎不穩固叫你出拳你就跌倒了。

(三) 解脫不是死後的事

佛法很好用，如果佛法用得出來，不管你富貴、貧賤，你每天都一定非常快樂，你每天一定都很感恩；懂得感恩的人才會快樂，不懂感恩總是抱怨，這種人怎麼有辦法快樂起來呢？不可能的。我前階段講過「慈、悲、喜、捨」，為什麼第一個要講慈悲喜捨？唯有喜心作意，你每天才有辦法活得很歡喜，活得很快樂。



好像佛陀的大弟子迦葉，他吃酸臭的粥，也是很歡喜。他向乞丐婆乞食，乞丐婆說你找錯人了，我住的是破草屋，空蕩蕩的沒有東西，我也是去向人家乞食；我早上乞到一碗粥，現在只剩下粥湯而已，可能已經酸掉了，你要吃嗎？大迦葉說只要你歡喜心給我，我就接受，他當場喝了下去。

有些人很有權勢、地位，他還是起煩惱不快樂；所以「喜心作意」的特徵就是懂得欣賞，他不會到處嫌棄。懂得欣賞別人的人，一定會讚嘆；懂得感恩的人一定快樂。所以喜心作意的步驟就是要懂得欣賞、感恩，讚嘆，要懂得學習，你才不會產生傲慢心，你會升起慚愧心，十一個善心所裡面第一個是「信」，再來就是「慚」、「愧」；慚愧心是修行的原動力，沒有慚愧心的人你跟他講修行，他聽不下去。

修行很簡單，就是修改你身口意的行為；如果你懂得原始佛法，就有辦法在生死苦海中解脫，絕對沒有問題。但為什麼我還要繼續講唯識、中觀、如來藏呢？因為這屬於大乘，這是為了要利益眾生。今天我們不

心的下當住安

是只求自己沒有煩惱，也希望眾生可以跟我一樣每天都很快樂，所以釋迦牟尼佛就是這樣出家的，他是為了要拯救全人類。因為眾生，想不開、看不透，一天到晚妄想、執著、起煩惱，所以釋迦牟尼佛說那麼多佛法，只有一個目的：就是要幫助眾生去除妄想、執著。妄想就是第六意識，執著是第七識末那識，所以修行為什麼要六七因地轉？你這兩個轉過來，前五識、第八識根本不必修了，因為五識和第八識本來就沒有意見，所以五、八果上圓。

每個人都有經歷過煩惱的過程，你可以個人去檢討、反觀、思維起煩惱的滋味好不好受？日子好不好過？如果你覺得不好就要趕快跳脫，解脫不是死後的世界，輪迴也不是死後的世界，解脫就是要解開你的煩惱脫離輪迴，這叫「解脫」，因為我們都被煩惱束縛、被煩惱綁架，手腳都被銬著了，所以你要把它解開。

我那一本《修心七要新解——當孫悟空遇到唐三藏》中，轉心四思惟章節中，就有講到「情器世界悉無常，生命短暫如泡沫，何日死至難預



測，惟法可度應勤修。」只有法可以度而已；我們平常會說：「你有法度嗎？」（台語）「國語是「你有沒有辦法？」台語比較符合佛法。你念〈大悲咒〉……，種種佛咒，用台語去念跟梵音相差很少，用國語念的話會差很多。佛經大部分是唐朝翻譯的，而唐朝官方語言就是台語。

四、根本煩惱

論：四煩惱六者：一貪、二嗔、三慢、四無明、五疑、六不正見。

根本煩惱六者：貪、瞋、無明、慢、疑、不正見；不正見也是惡見，這是根據《百法明門論》的次序寫的。

(一) 貪：是指執著虛幻的世間，由於貪著而內心染污，痛苦恆生；因貪就會有愛、取（欲求），則蘊育了痛苦的根源。

貪會造成我們的痛苦，因為你貪不到會起煩惱，你貪得到的話，就

心的下當住安

會順著十二因緣流轉。你貪愛就會「取」，「有」、就會「生」、「老死」，所以貪蘊育了痛苦的根源。有一句話「萬惡淫為首」，「淫」是氾濫的意思，泛濫就是太過分了。

(二) 瞋：是指對於所貪愛欲求的對象，無法獲得滿足，心生憤怒，惡念惡行就會隨之產生，內心無法安寧，亦是種種過患的根源。

(三) 慢：在《百法明門論》裡面為什麼要把次序這樣放呢？貪、瞋接下來是慢呢？慢是從憤怒以及無法滿足貪慾的狀態中，出現一種想要維持自我的方式，是指內心驕傲、自視甚高，總是恃己慢他；「恃」就是依靠，依靠自己的勢力、條件、權勢，怠慢別人、瞧不起別人。如此，就不可能虛心修養，認真守持，也就無法避免生老病死等憂悲苦惱，所以這還是會落入生死流轉十二因緣的「流轉門」。

(四) 無明：是指不明事理、不知生命真諦，此心所是一切偏見、煩惱之根源。其實，它並不是一種基本上的迷惑，而只是對於情境抵制的方式，想要無視於某些事物，或拒絕以理智來看待事物。因為「貪」衍生



「瞋」，「瞋」導致「慢」，慢引起一種類似愚蠢的冷漠，這即是前四個根本煩惱。

為什麼這裡稱「無明」，而不是愚癡的「癡」？因為癡好像是笨笨呆呆的不聰明，其實容易無明的人不是笨笨呆呆的，他反而很聰明，但他就是聰明過頭了，才會不明事理、不知生命真諦。所以這個無明心所，是一切偏見、煩惱的根源。

無明的「明」是代表智慧，無明就是沒有智慧，沒有智慧跟我們一般世間講的頭腦不好、不夠聰明是兩回事，它並不是一種基本上的迷惑，而只是對於情境抵制的方式，他是故意的，想要無視於某些事物，或拒絕以理智來看待事物。他不是真的頭腦不好，他是故意不和你講道理的。

(五) 疑：是指對人生真諦、解脫理想、猶豫不決，對佛法、善知識的教法都產生疑慮，也不想接受任何建議，甚至質疑佛法而不想走出情境。這是由於福德資糧的缺乏，以致陷入昏暗的黑牢之中而不自知。

疑也是五蓋之一，疑蓋就好像在昏天暗地的沙漠中迷路，不知道方

心的下當住安

向，他缺乏福德資糧，也就是沒有福報。所以諸位能夠聽佛法對佛法產生信心，這是非常大的福報。

(六)不正見：又稱「惡見」，分為五種：

1、身見：執自體為有。是我的，我的身體。其實你把它詳細地數落一下，從頭髮到腳哪一樣是你的？沒有一樣是你的。只借你用的，借你用幾十年而已，他不會聽你的話；像我的牙齒快掉光了，如果聽我的話，我叫他不要掉他就不會掉，可是他就是要作怪，我也沒有辦法。頭髮也一樣，你沒有辦法叫他太白，時間到了他就白了，有人說因為煩惱才白，但是有的人沒有煩惱他還是滿頭白髮。

「身見」最嚴重：我執，不但執著有一條靈魂，還執著這個身體是我的，這個五蘊就是我；色、受、想、行、識都是我的，所以這是最大的病。我們眾生凡夫最大的病不是癌症，最大的病是身見；所以小乘證初果一定要斷三結：「斷身見、斷戒禁取見、斷疑。」才能成就初果位，叫做須陀洹。



2、邊見：不是偏左就是偏右，不是迷信就是乾脆不信，不是執著在有就是執著在無，這就是兩邊，兩極端。

3、邪見：顛倒是非。把黑的說成白的，白的說成黑的。

4、見取：執著以上三種錯誤。見取就是你對於你的見解、看法很執著，對於前面那三種身見、邊見、邪見很執著你的想法、看法都是對的。

5、戒禁取見：執行錯誤的戒律和儀規。錯誤的戒律就是指很多不符合邏輯沒道理的戒律規定。

以上五種見是屬於錯誤的認識見解，是迷理性的，名「五利使」，又名「理惑」、「見惑」，又名「理障」，是知識見解上的病態心理。

貪、瞋、慢、無明、疑、不正見，六種根本煩惱，由「不正見」又開出五種，即成十種根本煩惱。所以前五種：「貪、瞋、慢、無明、疑」，是迷惑在事實上的，名「五鈍使」，又名「思惑」，亦名「修惑」，又稱「事障」，即是吾人在實際生活經驗上的病態心理。

心的下當住安

哪一種最容易解決呢？後五種的「見惑」。見惑是你知識見解上的病態而已，所以只要親近善知識，接受善知識的教導，覺悟真理就能斷除，不必等到下一輩子。你今生今世，馬上就能轉念，從非法轉成正法。

但是貪、瞋、慢、無明、疑的「思惑」，就沒有那麼簡單，思惑是長期累積而來的，可能是你過去三、五世，過去千百世累積來的，在日常生活中，六根觸境上，慢慢地累積來的。所以你要去除此種所謂的「事障」、「思惑」，還是要從日常生活中慢慢去解套，不是我今天聽到某一位法師講經，馬上就有辦法去除。

所謂「思惑」「事障」，在唯識學裡面叫做習氣的問題，習氣就是習慣性累積來的。這個要去除就很麻煩了，一定要落在你的日常生活六根觸境上，慢慢修習磨練，才有辦法一步一步斷除，因此這五種是很深重的心病。

依大乘佛法來講，證入初地菩薩就可以斷「見惑」，所以初地菩薩稱「見道位」；你見道了，就不會迷惑了，所以《六祖壇經》云：「悟



(二) 法所心 講七第

後起修。」

從初地菩薩「見道位」，之後的十位叫「修道位」。經過修道位、十地菩薩到金剛道；所謂金剛道就是十地菩薩以後，類似我們講的等覺，這都是屬於修道位所包含的，可知修道位是很漫長的。

各位要知道修行的路是很漫長的，真正的修行是從「見道位」證初地菩薩以後才叫做修道位。換句話說，你沒有見道證入初地，還不夠資格說你在修行。因為見道位後，才能漸次斷此修惑，所以唯識學上有一個名詞叫做「數數斷」；「數數斷」就是一次一次的分分期付款，不過分期付款要分多久就要看你了，有人一輩子也分不完還要下輩子再來。

以上十種煩惱在第八識全無。第七識有貪、癡（無明）、慢、惡見，因此第七識有四種根本煩惱：我貪、我癡、我慢、我見，所以眾生都被這四個控制，綁死死的。第六識全有，全部都包括，因為第六識是五十心所俱全的。前五識只有貪、瞋、癡（無明）三種。

五、隨煩惱

論：五隨煩惱二十者：一忿、二恨、三惱、四覆、五誑、六諂、七
憍、八害、九嫉、十慳、十一無慚、十二無愧、十三不信、十四
懈怠、十五放逸、十六憒沈、十七掉舉、十八失念、十九不正
知、二十散亂。

隨煩惱有二十種：從根本煩惱隨之而升起，有二十種煩惱，叫做「隨煩惱」。類別有三：小隨煩惱、中隨煩惱、大隨煩惱。

(一)小隨煩惱者：謂忿等十種，從忿到憍共十種。何謂小隨煩惱？因為它是個別升起的緣故，既然它是個別升起，所以他的遍位就有所局限；他沒有辦法很普遍升起。

1、忿：是指對逆境的不滿和怨憤。此「忿」是不怒、清淨心的障礙。我們碰到逆境不滿意，有一句話叫做「忿忿不平」。有時候他不知道在忿忿不平，是隱藏在心裡，忿忿不平的人，他的心都悶悶的，悶葫



蘆，一早起來心情就不好，不曉得為什麼不好？它是從根本煩惱「瞋」心所衍生出來的。

2、恨：這個就比較嚴重了，是指先有忿，長期心情惡劣而蘊結成「恨」。此是不恨、清淨心的障礙。所謂蘊結成恨，是不能包容、忍耐逆境的挫折，長期怨忿的結果。人事物你都會很「恨」，我們用一般的話來講就是討厭，討厭這個人、討厭這個事、討厭這個東西。

3、惱：是指先有「忿」、「恨」，心情逐漸變得更加粗暴、惡劣。此是不惱、清淨心的障礙；具體表現為以粗暴的心情傷害別人，去惱害別人，所以他會製造煩惱給別人。「惱」心所也是從「瞋」心所衍生出來的。

4、覆：覆蓋、覆藏。就好像有一個蓋子給你蓋著，讓你看不到、不知道。為什麼要覆藏？因為唯恐丟掉名利榮譽而隱蓋自己的罪過，事後常心生懊悔。所以「覆」心所常表現為懊悔、惱恨。如果是因畏懼逆境而隱藏罪過，則是「癡」心所的衍生；如果是唯恐丟失名利榮譽而隱

心的下當住安

藏罪過，就是「貪」心所的衍生。

你會發現新聞最喜歡挖演藝人員、政治人物的緋聞。這些名人要做這些事情都要躲躲藏藏，他可能不敢開他平常的車子，否則他就會被抓包，本來他是走這個路線的，他就會迂迴、亂繞。為什麼他要這樣做？因為他恐怕丟掉名利、榮譽，所以他就要想盡辦法掩蓋自己社會沒有辦法容許的行為，雖然他在法律上也不是犯什麼罪，可能法院沒有辦法判他的罪，但是會落入社會觀感不好。

5、**誑**：是指貪圖私利，偽裝善良有德，欺騙他人，心懷詭計，毫無誠實，而且大言不慚，多說邪命，此是「貪」、「癡」二法的衍生。

很多做非法的就會去申請慈善、公益團體名稱，以合法掩護非法，甚至有些人會申請空殼公司的名字，但實際上是在做非法，欺騙他人。

6、**諂**：諂媚、拍馬屁，是指阿諛奉承、隱瞞事實、欺騙他人；他講話總是會見風轉舵，歪曲事實，偽裝自身以取悅他人，俗稱「小人之心」。此也是「貪」、「癡」二法的衍生。



7、**憍**：是指仗恃自己的才華，傲慢凌人，心生貪著、自負，就會污染心靈，從而造作一切不善的行為，此是由「貪」法衍生出來。

8、**害**：是指對有情眾生，毫無同情之心，而且常傷害他人，與悲心相違，也稱為「逼惱」，此是從「瞋」法中衍生出來。「害」只是損害他人而已，「瞋」卻能斷送自己的慧命，遠離解脫的可能。

所以一般而言貪、瞋、癡最嚴重。為什麼有三惡道？就是因為我們眾生凡夫有貪、瞋、癡。貪心重的人就會入餓鬼道；瞋心重的人就會入地獄道；癡心重的人就會入畜生道。

9、**嫉**：是指只醉心於自己的名利，不能忍受他人的成功和榮耀，見到別人好，總是憂心不安。看到對手受災殃、出意外就幸災樂禍，所以這就是嫉妒的心，此是從「瞋」心所中衍生出來。

10、**慳**：是指迷戀財物，不願有絲毫施捨。或心中有法，若有求者前來，不能施與、分享，即俗云「守財奴」的心理，此是從「貪」心所中衍生出來。法不能跟人家分享為什麼也叫做「守財奴」呢？因為你是

心安當下的

守法財，財有兩種：一種是錢財、一種是法財。

這十個叫做小隨煩惱為什麼要學這個？就是要讓你觸境的時候，看清楚自己。比如說當你面對你的家人、你的鄰居或者是你的同事或是陌生人，他講出你不喜歡聽的，或者毀謗你，誣賴你的時候，你要看清楚自己起什麼念頭、心所？這個比較重要，比他罵你什麼還重要。

《百法》他寫得很詳細就是要讓你觀照自心，因為你的自心沒看清楚的話，你根本沒有辦法知道要怎麼去修行，修行是在修心而已；但是心很複雜，我們講的心就衍生這一大堆煩惱，隨煩惱出來了。

(二) **中隨煩惱者**：謂無慚、無愧兩種，唯與不善心相應，作用較狹故。比小隨煩惱還大一點。

1、**無慚**：是指不遵法教，輕視賢德，拒絕善行；對自己的過錯不覺羞慚。由此「無慚」，所以惡習逐漸增長而無可收斂。

2、**無愧**：是指對於社會世間的批評、指責不感到羞恥；人家批評、指責，你照樣給他噓回去，甚至用粗暴來對人。何謂粗惡？罵回去、動



手打人，甚至拔槍動刀，這會滋長出各種惡念惡行。

(三) **大隨煩惱者**：有掉舉等八種。何謂大隨煩惱？因為他遍一切的染心相應（不善、有覆），作用廣大。何謂「有覆」？在此是指有染污，能覆障聖道。

1、**不信**：是指不相信有人能解脫眾生苦難的法教和智慧，此是墮落心的根源。因為對自己沒有信心，很容易產生自暴自棄，很容易墮落；由於不信佛法的殊勝，就不會修善斷惡，內心的污穢和罪惡，也會漸漸增長。

2、**懈怠**：與「精進」善法對立。因懈怠而放逸修行，心中雜染容易滋生。

3、**放逸**：是謂放蕩縱逸，一天到晚都不知道要做什麼，毫無規律的心理行為；惡念惡行就不能有效制止。

4、**昏沉**：謂容易昏迷沉醉，令心迷暗不明，提不起精神，形成頹廢萎靡的狀態，好像快要睡著了，都沒有精神，這對於修觀禪是一種障

安住當下的心

礙。「掉舉」是障礙禪定修持；「昏沉」是障礙修觀，一旦昏沉你當然會看不清楚。

5、**掉舉**：俗稱「打妄想」，令心妄動不寂靜，容易輕浮、煩躁，對於修習禪定有障礙。又障「行捨」善法，令心不能平等、正直而達無功用住的境界。

掉舉的人都很容易攀緣，好像過動兒，所謂過動兒不是手腳沒有辦法停下來，是「心」沒有辦法停下來。掉舉是在講心，你的心沒有辦法停下來，一天到晚想東想西。

6、**失念**：是指對過去見聞沒有記憶，心思容易陷於混亂、浮躁。記憶力退失，能障礙正念。

7、**不正知**：就是邪慧，對事理沒有正確的認知，能導致惡劣言行，破壞佛法。

8、**散亂**：面對六根觸境，心中流蕩，混亂不安；此是惡慧、邪見
的根源。



以上八種就是大隨煩惱。這八個在我們第七末那識全部都有：「四惑八大相應起，有情日夜鎮昏迷。」為什麼我們會被第七末那識控制得死死的？就是被這四惑八大，四個根本煩惱、八個大隨煩惱日夜纏繞著，以致陷入昏迷。

六、不定

論：六不定四者：一睡眠、二惡作、三尋、四伺。

不定有四：五十一心所的第六位就是不定心所，有四種：睡眠、惡作、尋、伺。何謂不定？不一定是好的，也不一定是壞的。為什麼會這樣呢？那就要看你的發心動機，看你是怎麼去看待，去用它。

(一) **睡眠**：你說睡眠好不好？好啊！因為疲勞，睡眠可以恢復精神，也可以養你的體力，但是如果睡得太超過，「貪睡」就不好了。醫學專

心安當下的

家也有說，你睡過頭了反而精神會不好，會整天昏沉，睡眠不足也會昏沉，所以過與不及都不好。因貪著睡眠，就懶惰無為，一天到晚看到床就會想睡覺，看到沙發也想躺，所以過多睡眠是不善的，若能適可而止，有益身心，當然就是善的。

(二) 惡作：就是後悔，故又名「悔」心所。厭惡已作的事，心生惱悔。如做惡事後悔則是「善」；若對於所做善事後悔，則為「惡」，因此稱「不定」。

對於已經做過的事情，越想越不對、越想越後悔；做好事也後悔，做壞事也後悔。看人家可憐捐一百萬，捐完就後悔，打妄想：「不知道是真可憐還是假可憐？」做壞事也是後悔，做壞事後悔是好的，代表你反省，知道這是不好的。

(三) 尋：就是尋求，指「粗略」地觀察事物，可善可惡。

如果你是要救人的這是好的，比如說五月初去板橋龍山寺文化中心演講佛法，有一位居士就先去觀察看看要怎麼坐車，如何走路，這是好



的，如果你是小偷做壞事情，也先來觀察這個家庭的生活起居，幾點出門？哪天不在？他都先去觀察，那這是不好的。

(四) 伺：就是伺察，對於所觀境有很「細心」的推度，此亦可善可惡。伺比尋還細，它不是粗略地觀察走一走看一看而已。

此「尋」「伺」二法皆不能獨立；二法並用，如能使心情安寧，則是「思」心所的延伸。二法並用；如不能使內心安寧，則是「慧」心所的延伸。「思」心所是在遍行五心所中，「慧」心所是在別境五心所之一。

「思」心所的作用細緻而徐緩。所以為什麼修行要轉念，也是要靠第七識，因為第七識是恆審思量，他顯示出來是細緻又徐緩。「慧」心所的作用是粗造而急迫。能使心情安定的思考是有「思」而無「慧」；不能使心情安定的思考是有「慧」無「思」。

以上五十一心所法的分類，是依「倫理學」的觀點分析的，所以大概分為三大類：善、不善、不定等三類。這種分類法比現代心理學上的

心安當下的心

情感與情緒中的分析來的精密。所以能使學者究竟了知心、心所的起落生滅，易於調治，進而解脫生死煩惱。

如果你對善心所、不善心所、煩惱心所，真的看清楚，才有辦法去調整、去對治。如果沒有看清楚，你一定會隨著心所轉。所謂跟著心所轉，就是我們一般講的隨著情緒高張、造業；一旦落入境界，你就會情緒化。

所以你要看辦法看清楚，才有辦法調適，才有辦法談到我要怎麼去修行、修改、修正，如何去轉念，你才有辦法進而解脫生死煩惱。





第八講 色法、不相應行法、無為法、無我

法相一定要聽清楚，否則唯識就有問題，有關心所法五十一個都介紹完了，現在剩下的就是「色法、不相應行法、無為法、無我。」

論：第三色法——略有十一種：一眼、二耳、三鼻、四舌、五色、七聲、八香、九味、十觸、十一法處所攝色。

一、色法

「色法」略有十一種，包括五根的眼、耳、鼻、舌、身，即五種感覺器官；還有五種所對應的境界，叫六塵，六塵就是六種境界。

「色法」就是前面講的八識心法和心所法的幻影。所謂這個「色」就是代表看得到的，一般都是講有形有相的一切物質現象。以下我們先

心的下當住安

從五種感覺器官說明：

(一)眼：眼根的意思，是能夠看清楚、能夠注視的意思。梵文讀作「斫𦵏」，這代表眼根。眼睛的功用，就是觀察一切事物。

(二)耳：耳根就是耳朵。梵文讀作「莎嚕多羅戍縷多」，就是能夠聽到各種聲音。

(三)鼻：鼻根梵文讀作「伽羅尼羯羅拏」，意即能嗅到香、臭等氣味。

(四)舌：舌根梵文讀作「舐若時吃縛」，意即品嚐味道。《瑜伽師地論》說：舌不僅可以幫我們解除饑渴，也可表達義理。

換句話說，我們要吃飯飲水，通通會經過舌頭，所以也是由舌頭來分辨我們吃進去的東西是什麼味道。他也可表達義理，講話也一定要有舌根，光有嘴巴是沒辦法的；所以舌根如果有問題，你講話就會結結巴巴，人家稱「大舌（台語）」。

(五)身：身根身體，有組合和基礎的含義。我們身體比較複雜，不像眼耳鼻舌比較單純；身體不但外面有皮膚肌肉骨骼，裏面還有很多器官，



所以身體是屬於組合性的。同時，人的身體又是各種器官得以生長的基地，梵語讀作「迦邪」，意即「積聚」。所以就有人說我們的人身是一個小宇宙。

佛經上有很多表面上都是在講外面，其實只要反觀自身，你的身心通通都具足了。所謂「眾生」就是有很多的生命、細胞，醫學上也證明，我們人有很多的細菌，不管是好的壞的通通都有，這是眾多生命的聚集，大家有緣可以共聚一堂，所以我們的身體就是一個道場，很多眾生依附在這個道場要來修行。

以上五種色法稱為「五根」。所謂「根」，有生長之意，所以在醫學上來講，就是五種感覺器官。我們有視覺神經、聽覺神經、嗅覺神經、味覺神經、觸覺神經等系統。

(六)色：這個色就是眼根的對境，色塵，或是視覺的對象。一般看到色都會聯想到顏色，其實這個色廣義來講是一切物質現象的總稱。但是這裡的「色」不是一切物質現象的總稱，它只是色法十一種之一而已，

心的下當住安

所以它放在這裡的意思是「眼識的對象」。

(七) 聲：聲塵是我們耳根聽覺的對象。

(八) 香：這是氣味，指我們鼻識可以嗅出的氣味。所以是嗅覺的對象。

(九) 味：是指舌根品嚐的滋味。比如酸、甜、苦、辣、鹹。

(十) 觸：觸塵，是指身體觸覺的對象。因為我們有觸覺，才知道輕、

重、滑、澀、冷、暖、軟、硬。

(十一) 法處所攝色：又稱「法塵」。是指過去思維中的物質影像。這種

思維一旦失去，此種物質影像亦即隨之消失，所以「法處所攝色」比較

複雜。此類共有五種，如下說明：

1、極迴色：是指經過分析，得到構成物質的最小單位，在唯識學

把它稱為「極微」，這個物質難以看見，故稱「極迴色」。所謂「極微」

就是幾乎眼睛沒有辦法看見的，好像我們看灰塵一樣。其實如果依照文

字來解釋，這個「迴」是指很遠，「極迴」就是極遠的意思；另一種說

法是指遙遠而不易見的虛空、明暗等無一定形狀的物質現象。



2、**極略色**：這個「略」本身就有的意思，是指極其微小不可再分的意思。亦即通過對物體的長短、形狀、粗細的分析，一直把它分析到最後最小的單位，叫做「極微」。

3、**定果色**：又稱定生色。是指在禪定的過程中，思維中能出現在想像中的物質現象，或佛菩薩莊嚴形象，或稱「自在所生色」。

很多人喜歡打坐，打坐就會看到佛菩薩或是看到什麼東西，甚至會感覺到身體的氣脈在循環走動；其實只要把心靜下來，你就會感覺到平常感覺不到的東西。比如說我們的手指頭有很多的微血管，平常你沒有感覺；但是當你的心靜下來，你就會發現微血管的血液有在流動的感覺。但打坐看到佛菩薩來不做勝解，才不會執著。

4、**受所引色**：這是在講領受戒法精進力修行而產生的物質現象。只要把你的生活步調放慢，心保持平靜，就會發現你平常聽不到、看不到的。那時候你才會發現日常生活中，心晃動的很厲害。

5、**遍計所執色**：是指虛妄意識所引起的幻覺。幻覺不一定是指精

心的下當住安

神有問題的人才會，正常的人也會有；這裡講的虛妄意識就是第六意識想蘊所幻想出來的。《金剛經》也有講一切法都是虛妄，為什麼是虛妄的？因為是我們的心識所投射出來的。

以上五種「法處所攝色」，除了「受所引色」以外的四種，稱為「色」，還略有道理。但「受所引色」為什麼也稱為「色」呢？論主（世親菩薩）認為，這是因為「受所引色」是按戒法修行，自然能克制導致善、惡的「色法」，所以得名為「色」。其餘四種「法處所攝色」，各自獨立的整體。

以上是十一種「色法」，其實色法十個半而已，為什麼？因為第十一個是法塵，我們現在所講的「法處所攝色」是法塵的一半而已。法塵的另一半是「心法」，不在色法世界，所以嚴格講起來是十個半，但是我們一般都稱為十一種。



二、不相應行法

論：第四心不相應行法——略有二十四種：一得、二命根、三眾同分、四異生性、五無想定、六滅盡定、七無想報、八名身、九匂身、十文身、十一生、十二老、十三住、十四無常、十五流轉、十六定異、十七相應、十八勢速、十九次第、二十方、二十一時、二十二數、二十三和合性、二十四不和合性。

「不相應行法」，略有二十四種。不相應行法與心法、心所法、色法皆不單獨相應，而是前三法之間相互關係的產物；換言之，此法雖非色、非心、非心所，卻與色、心、心所皆有關聯。

「不相應」就是跟心、心所不相應，但是他會影響心、心所。在什麼情況下會影響？只要你執著，你在意，他就會影響你的心情；所以不相應行法一共有二十四種。世親菩薩把我們生活中用得到，接觸得到的，指出二十四種出來。

心安當下的

「不相應行法」和心法、心所法、色法皆不單獨相應，而是前三法之間相互關係的產物；換句話說，他是間接影響，不是直接的，不像心法和心所法這樣。

(一)得：得失的得，是指生起有所得之心，因其成就尚未壞滅，故稱不失。一般人很在意得失：得就是成功；失就是失敗。執著「得」的人就會驕傲，執著「失」的人有可能就會去自殺。得和失是相對的，有得必有失，但是一般人如果心中沒有「法」，就會對得失心都很計較。

(二)命根：是指第八阿賴耶識要維持我們的「色、心、心所」三法的功能，使色、心相續不斷，眾生的性命才得以不滅。

所以「命根」如果要詳細講，就要根據《成唯識論》的內容來講比較詳細。這本是唯識學最淺、最基礎的，如果你們聽得有興趣，想要進一步研究，再去研究《成唯識論》。

《成唯識論》講「命根」比較細：命根有三個作用：壽、煖（暖）、識。「壽」就是一期的生命，比如說某人活到九十歲才往生，那就是他



一期的生命。「煖」，指我們的肉體三十六度半，就是暖、溫度；所以當我們死亡時，沒多久全身就冷冰冰的沒有溫度，因為第八阿賴耶識已經跑掉了，「識」指第八阿賴耶識。我們的器官、五根能夠運作，就是擁有阿賴耶識，就像我們電腦的CPU，中央控制系統。

(三)眾同分：「眾」就是大家，「同」是相同的，大家都是相同的部分。眾同分是指諸事物之間的相同或類似。有「人同分」（指眾生之間共同點）和「法同分」（指事物之間共同點。）實際上，眾生之間有「三乘五性」的根器差別（三乘是聲聞、緣覺、菩薩；五性是菩薩、獨覺、聲聞、不定、無種性）。

「眾同分」也會影響到我們的心情，全世界都有這個問題。像美國雖然是經濟文明很發達又強調民主、自由、人權，但是他「眾同分」的問題還是很嚴重，黑人、白人、亞裔的問題。像台灣也有分客家人、本省人、外省人，這都是屬於「眾同分」的「人同分」；換句話說，就是有分別心，這都會影響到我們的心、心所。

心的下當住安

(四) 異生性：眾生由於煩惱障和所知障，始終處於五種不同的投生趣向（天、人、畜生、地獄、餓鬼）輪迴之中，不得解脫。

「異」就是不同，「生」就是你要去投生哪一道？「異生性」就是在講眾生去投胎轉世五道，這叫做五趣。

(五) 無想定：指思慮不生、心情安寧的禪定境界，此是凡夫所求美妙的境界。

(六) 滅盡定：獨覺、緣覺、阿羅漢，他們所修的叫做「滅盡定」，指前六識及第七末那識的自我意識均停止活動；你想要解脫，就要先將六、七識止息。

(七) 無想報：是指凡夫眾生修習「無想定」所得的果報，是到無想天去；無想天能達到無思慮的境界，無思慮就是不會想太多，我們會起煩惱就是因為想太多。

(八) 名身：指能解釋事物屬性的文字。一個字的是「名」；兩個字的是「名身」。不管人事物，我們都給他貼上標籤，叫做名稱、名號，這



個名號很重要，很多人在爭名奪利，為什麼很多東西都要成名？因為成為名牌，一個LV包可以賣多萬，Nike球鞋賣三、四千，「名身」你在意的話，他就會影響你。

(九)句身：一句話稱「句」，二句稱「句身」。所以很多人很在意你講這句話是什麼意思，會爭吵也是跟「句身」有關係。

(十)文身：「文」即是「字」，幾個字湊成一個句子，然後很多句子可以湊成一篇文章。文章就是「文身」，它可以表達我們完整的思想。

一篇好的文章可以感動人，可以幫助人；一篇有害的文章也會害人，所以這個也會影響到我們的心情。例如有些人看到感動的文章會流淚，讀到諸葛亮的〈出師表〉會痛哭流涕一樣。

(土)生：生老病死的「生」，是指現世的生命。

(土)老：是指諸事物接近斷滅期的衰變。

(土)住：是指諸事物穩定成長的階段。

(土)無常：指從有到無的生滅變化，稱為「無常」，即死亡的別名。

心的下當住安

「無常」為什麼是死亡的別名？因為古代的人很忌諱講死，包括現在的老人也一樣。

(五) 流轉：是指因果前後相續不斷。

(六) 定異：指不同的事物，有不同的善惡因果。一定不一樣的，善惡因果不同，你種善因當然得善果，種惡因得惡果，善惡是兩條平行線。

(七) 相應：是指諸事物之間的因果關聯。即心、心所、色法三者相互關係。身和心是會互相影響的，身體不好是生理的問題，但是會影響你的心理；你的心理不好也會影響你的生理，你起煩惱想太多，晚上就睡不着，這就影響到你的身體。所以身心是互相影響的，這叫做「相應」。

(八) 勢速：是指世間事物的快速運行和變化。第一個字：「勢」代表力量。從文字象形來看，「勢」下面就是一個力；而世間最大的力量是什麼？無常！第二個字：「速」，代表速度，表示無常很快就來了。

勢速，這是指世間的人事物，生老病死這種變化，進行非常的快。西方三聖其中一尊就是「大勢至菩薩」，大勢至菩薩代表死，觀世音菩



薩代表生。你要當觀世音菩薩就要很忙，因為你看菩薩都是站著的，他沒有時間可以坐，要聞聲救苦；菩薩即使坐著也不能盤腿坐，菩薩坐就是隨時都可以跑的，隨時準備聞聲救苦。

為什麼大勢至菩薩跟死有關係？因為「大勢已去」，所以是死。如果你不相信，你可以好好去觀察大勢至菩薩的像，他的頭上頂戴的是一個寶瓶，這裡面是他父母的骨灰。為什麼大家都注重觀世音菩薩？因為都避死。大勢至菩薩很少人知道，但是觀世音菩薩連非佛教徒也都知道的。

(戊)次第：指有順序的排列，防止紊亂。這也會影響心情，你看到有人插隊，心情就不好，所以次第也會引起紛爭。

(辛)方：指諸事物所處的地域、空間。表現為上下、左右、前後等方向。方向是風水的問題，它會影響到我們的身心；我們居住房子是什麼方向，朝向哪一方，其實是很科學的。譬如朝南，那就曬得到太陽；朝北者，室內就會陰暗。

心安當下的

(二)時：指過去、現在、未來；春、夏、秋、冬；年、月、日等時間的表現。很多人很注重時間，像我以前就是，和人家約三點，我一定提早十分鐘到。時間本來與我們的心不相應，沒有關係的；但是你一旦對時間「執著、在意」，他就跟你有關係了。

(三)數：指諸事物的數量關係。如個、十、百、千、萬，乃至不可數。數量也會影響到我們的心情。

(四)和合性：指諸事物相互配合，不相背離。為什麼現在很少三代同堂？因為婆媳問題很難和合。

(五)不和合性：指諸事物之間相互違背，沒有辦法和合，所以要和合很困難，尤其在現在的社會更困難。一個團體、政黨，小至家庭大到公司，你們一定可以感受到「和合」和「不和合」的重要，都影響到我們的心和心所。



三、無為法

論：第五無為法者——略有六種：一虛空無為、二擇滅無為、三非擇滅無為、四不動滅無為、五想受滅無為、六真如無為。

「無為法」略有六種：虛空無為、擇滅無為、非擇滅無為、不動滅無為、想受滅無為、真如無為。

真的有一「無為法」這個東西嗎？沒有啦！一切法都是「有為法」，但是唯識學為什麼會列出「無為法」呢？此法是前四種法（心法、心所法、色法、不相應行法）的本質，也是精神意識的本性，這個本性就是本來的特質。

因為六位「心所法」（遍行、別境、善、煩惱、隨煩惱、不定）是隨「心法」而起，與心識相應；十一種「色法」是心識的對象；「不相應行法」又是心識的延伸，所以前四種「有為法」皆以「心識」為體。

心的下當住安

「無為法」既是「有為法」的本質，亦即是「心識」的真實本性。

在《百法明門論》中，「無為法」共有六種，「無為」就是沒有造作的意思。前九十四種法「有為法」，就是有造作、有生滅；你沒有造作當然就沒有生滅，「無為法」自然顯現。而此六種「無為法」則是寂寞沖虛，湛然常住，毫無造作的。

所以學唯識你一定要知道，「遍行」有幾個心所？「別境」有幾個心所？「善」有幾個心所？「煩惱」有幾個心所？「隨煩惱」有幾個心所？「不定」有幾個心所？這樣你才有學到唯識的基礎，否則你連基礎都沒有。

「心所法」就是隨著心法而升起的，所以他與心識相應；十一種「色法」是心識的對象；「不相應行法」又是心識的延伸。剛才有講為什麼不相應？因為他不是直接跟心識相應，他是間接的，你在意他就會影響你，如果你不在意，他就不會影響你。

(一) 虛空無為：指離開一切污染和煩惱的清淨境界。「虛空」比喻為



清淨境界的順暢無礙。

(二) **擇滅無為**：擇是選擇，滅就是去除；指依靠智慧的抉擇分別而祛除煩惱。為什麼選擇？當然要用你的智慧去選擇，七菩提分（七覺支）裡面有一個「擇法菩提」；菩提就是覺，就是智慧。

(三) **非擇滅無為**：指心性本來清淨，不需智慧的分別，即可獲得清淨無為。而生活中也有一種「非擇滅無為」，就是眼不見為淨的逃避現象，這古代比較多。

比如婆媳不合，婆婆就去山上寺廟做志工；去寺廟掃地感覺很清靜，但這也是逃避的現象，因為等到回到家中，還是又起爭執。而現代是心情不好就出國玩，去歐洲、日本……，出去時心情好的很，但是回來又面對相同境界時，心情又亂糟糟了，像這種叫做「非擇滅無為」。因为你根本不是用智慧解決問題，你只是改變環境來逃避而已。

(四) **不動滅無為**：指沒有苦樂、悲喜的感受來動搖身心。換句話說，「不動滅無為」代表不管逆境、順境、成功、失敗，你的心不會痛苦，

心的下當住安

都不會起煩惱，就是「不動」。

像一般人只要牙齒痛就愁眉苦臉，而有的人得了絕症快死了，他還是笑得出來；所以要做到「不動無為」真的不簡單，這也就是要「八風吹不動」（八風：稱、譏、毀、譽、利、衰、苦、樂）。

(五) **想受滅無為**：指一切思慮活動都已停止的境界。相當於無色界的第三天「無所有處」。在此境界中不僅物質和虛空不存在，連意識及其對象也不存在。思想和感受已經止息。而這想蘊、受蘊都是屬於五遍行心所法。進入禪定，你的想蘊、受蘊通通被止息了；「滅」不是滅亡，而是指你到了「止息」的境界。

(六) **真如無為**：指獲得不虛妄、不顛倒的真實、永恆的真理。六種無為法中，真如無為是本，其餘五種都是它的不同表現。

「真如無為」，指有一個「真如」嗎？沒有。所以「真如」翻譯得真好，「真如」如果用台灣話來講，就是「好像是真的」，「如」就是好像，好像真的而已。



四、無我

論：言無我者——略有二種：一補特伽羅無我、二法無我。

最後兩種「無我」：(一)補特伽羅無我；(二)法無我。

(一)補特伽羅無我：「補特伽羅」是梵文音譯，意譯是「眾生」或「數取趣」。「補特伽羅」是指眾生屢屢起惑造業，在五趣輪迴不得解脫，自己不能做主，故稱「眾生無我」或「人無我」，亦即「我空」的意思。

「我」，如果依照印度傳統的宗教信仰，是講靈魂。因為「我」有主宰的意思，一般人都認為有靈魂在做主，所以才會去投胎轉世。但是佛法是否認靈魂的，我們到最後二講，會專門來探討「因果輪迴」。

佛教是「無神論」，所謂無神論是他不主張有神我、靈魂，佛教沒有這個東西。但是這個爭議就很大了，全世界的宗教信仰包括台灣大廟小廟傾向都有靈魂。所以唯識學要講這樣，就要有一套理論來說明，人

心安當下的

家才有辦法信服。所以唯識學的偉大，是因為它解決了千百年來的疑惑。

佛陀當時有許多人都提出了十四個問題要問佛陀，佛陀都不說，包括當時他自己的弟子來問他：「有靈魂嗎？」佛陀他不講有也不講無，他就是不說、不回應，這叫做「十四無記」。

阿難就請求佛陀：「你說嘛！有你就說有，沒有你就說沒有。」佛陀說：「我說有，會有問題；我說沒有，也會有問題。如果我講有，我就是『常見』；我講沒有，就是『斷見』，這個也是偏見啊，所以我乾脆不講。因為他提出一個問題，我給他答覆，他會再來問十個問題，如此一來，沒完沒了的。」所以佛陀認為這個是戲論，不值得回答，因為這些問題跟生死沒有關係。

但是佛陀在時可以不回答，因為他有德行可以攝眾，但是佛陀一入涅槃，這個就會有紛爭，爭議就會越鬧越大。到了龍樹菩薩他也沒有解決這個問題，直到無著、世親菩薩，才解決這千古的懸案；有一套邏輯理論出來，讓大家信服真的是沒有靈魂說。唯識的「唯」就是唯有識。



只有「識」沒有靈魂，會生死輪迴、投胎轉世，會受因果報應，通通指這個識，這個「業識」；業識就是在講阿賴耶識。因為我們做好事壞事都是在造業，你造業就有業的種子，這個種子將來因緣成熟了就會受到果報。因緣沒有成熟時是在哪裡？當然是在阿賴耶識中。

阿賴耶識就像一個倉庫在收藏，所以第八阿賴耶識又叫做「藏識」（能藏、所藏、執藏）。所以這個唯識學很有趣，希望你們可以發心研究；如果你真的要解除自己的煩惱和幫忙別人去除煩惱，一定要學唯識。

「補特伽羅無我」，指眾生都是會起煩惱無明而造業，五趣輪迴不得解脫，自己不能作主，故稱「眾生無我」或「人無我」，亦即「我空」。所以無我的「我」除了講靈魂以外，如果純粹以這個字的意義解釋，「我」就是做主，我沒有辦法作主、沒辦法主宰。

(二)法無我：是指萬物皆是因緣和合而生，沒有真實、恒常的自性，故稱為「法無我」，亦即「法空」。《阿毘曇經》說：「我執」（執著眾生自我為實）比較狹隘；「法執」（執著世間萬物為實）比較廣泛。

心的下當住安

因為迷執於「眾生自我」必會迷執於世間萬物；而迷執於世間萬物，卻未必迷執於「眾生自我」。此中「我、法」猶如鏡中花、水中月，皆是沒有「自體」的幻覺。

總之，眾生自我與世間萬物皆是虛幻。二乘（聲聞、緣覺）「我執」已斷，「法執」猶存。故《金剛經》云：「如來常說汝等比丘，知我說法如筏喻者，法尚應捨，何況非法。」又云：「若取法相，即著我、人、眾生、壽者；若取非法相，即著我、人、眾生、壽者。」

萬事萬物都是因緣和合而生，沒有真實、恆常的自性。什麼叫做「自性」？「自」就是單一的意思。沒有真實、恆常、單一的特性，所以才稱為「法無我」。人事物都是很多因緣條件和合而成的，所以法無我亦即「法空」。

你會執著就是沒有看到因緣，所以看一切的人事物一定要從因緣的眼光去看，你才不會看錯，才不會誤解。一個人今天他罵你一句話很難聽的話，你不要光針對他罵你的那句話；如果你光針對那句話就是「單



一的因緣」。今天他若不是因為身體的病痛，就是心情不好；而他心情不好一定有很多的原因，是你不知道而已，其實他也是不能作主的。所以他才會造口業；他造口業，是因為他心的衝動透過身口來造業，這在十二因緣，叫做「行」，就是衝動，修行就是在修衝動而已。所以老子為什麼要講慢活，因為眾生都太衝動了。

行就是業行、行為，你的心很衝動，透過身體肢體的行為；透過嘴巴的行為；透過心意的行為，所以我們看表面都看不準的。有學佛你看那個人就不會覺得很可惡，你只會覺得他很可憐；因為他也是業的奴隸，他今天也是沒有辦法作主的，這樣你不但不會生氣，還會悲心流露。如果他罵你，你又罵回去，叫以牙還牙；你這樣也是眾生凡夫的行為不是學佛人的行為。

今天你既然要學佛、要探討佛法，就要好好的聞、思、修，事情碰到了就要去「思」，好好的思惟；釋迦牟尼佛沒有教你要罵回去的法門。佛陀他被吐口水，佛陀還笑著問：你有什麼問題？你今天不只這個問題，

心的下當住安

你還有很多問題，你儘管講沒關係；以後如果你想要吐口水，儘管來找我沒關係，佛陀真的這樣。

迷執於「眾生自我」必會迷執於世間萬物，所以有我執一定會衍生法執，「法」就是我所，我所就是我所有的，就是我的，你執著「我」，一定會執著「我的」。

此中「我、法」猶如鏡中花、水中月皆是沒有「自體」的幻覺。怎麼講眾生凡夫都是迷惑的？因為你都執著在那個幻覺。鏡中花看起來不是跟真的一樣？很像！但它不是真的，它只是一種反射，水中月也是一樣。總之，眾生自我與世間萬物都是虛幻的。

我們人生最困難的就是看開、放下；「放下」兩個字，十一劃而已，為什麼你放不下？因為你心中無法，你無法度。所以為什麼要學佛法？為什麼要親近善知識？因為要常常薰習正法流。

二乘（聲聞、緣覺）「我執」已斷，「法執」猶存。所以《金剛經》云：「如來常說汝等比丘，知我說法如筏喻者，法尚應捨，何況非法。」



我無、法為無、法行應相不、法色 講八第



這句話的意思是針對「法執」，不但非法的要捨，連法你都要捨。你去看病，醫生開藥給你，這藥真的有效，但等你病好了，這些藥還是要捨。不能說這個藥治我的病，所以我每天都要繼續吃，這是不行的。

第九講 四緣五果六因九緣

有為法的生起，必依因緣的和合，一定要有因又有緣。一般「因」比較單純，複雜的是「緣」，所以有因有緣必然會生果，「因果」就是在講「因緣果報」。因此，唯識學立有「四緣、五果、六因」之說。其實，因即是眾緣之一，緣也是生果之因，不過在生起萬法的關係條件中，因是較為重要的一個條件而已。

「因」，若以醫學來講，就是遺傳的因子；一個孩子長大，接觸外面種種的人事物，這是外緣，這個緣會影響他的結果。好比父母都是科學家，但小孩不一定會一樣的成功，這還要看他所交的朋友、求學過程、所處的環境，還有他的工作，這種種的條件是很複雜的。所以「六因」的說法，只是四緣的另一種分類方式。

先介紹「四緣」，因為唯識學上比較重要的，還是這四緣。《成唯



識論》講四緣即是：因緣、等無間緣、所緣緣、增上緣。

一、四緣

(一) 因緣

是萬法生起的眾多條件中，具有生果能力的條件，稱為因緣。類似蔬菜、水果的種子來做比喻有「生發」的能力。在唯識學上的因緣，就是第八阿賴耶識中含藏的種子，這種子有善的種子，也有惡的種子，還有無記，也就是不善不惡的種子。

以種子生起現行的後果，才有萬法，即是世間萬事萬物的現象。「法不孤起，仗緣方生」只有種子，他不可能自己生出果來，他一定要有外緣配合才會生。因此，還須要有以下「等無間緣、所緣緣、增上緣」，三個緣的配合。

心的下當住安

(二) 等無間緣

舊譯稱「次第緣」，唐玄奘大師取經回來，所譯的名稱，稱新譯，是「等無間」。這「等無間」是指密密遷移，沒有間隙。這是指我們的心識，念念生滅，剎那不停；前念為後念之緣，後念亦為前念之緣，次第生起，所以又稱為「次第緣」。我們的念頭是剎那生滅，生生滅滅，斷斷續續的，很快，快到你看不到他的間隙；好像手中拿著一支火把，然後繞圈子，當你轉很快，你就只看到一個火圈，沒有看到火把。

(三) 所緣緣

舊譯「緣緣」，這是指心識對所攀緣的境界而生起，就是以境為其所緣。

「所緣緣」前一個「緣」是認識，後一個「緣」是講條件。「所緣」是被認識的對象。所緣緣，就是指被認識的對象這種條件。



(四) 增上緣

除了前三緣之外的其他因素，都稱作「增上緣」，這個增上緣是最複雜最廣的，好像一顆種子，要有等無間緣——生機；要有所緣緣，指他依附的地方，要種在土壤裡，如果種在石頭堆也不行；但牛蒡就要種在河邊，土比較鬆軟，所以全台灣各地方分別生產不同的蔬菜水果，就是「所緣緣」不同。除了種子、土壤之外，統統都是增上緣，例如陽光、水份、溫度、肥料、氣候。

我們都認為「順增上緣」比較好，「逆增上緣」不好，其實不管是人生或植物，你沒有逆增上緣，想要出人頭地比較難，所以黃檗禪師有句名言：「不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香。」孟子也有講：「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨。餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，增益其所不能。」這都是「逆增上緣」。但是一般都討厭逆增上緣，其實逆境讓你成長更快。《金剛經》也這樣

心的下當住安

講，如果你持誦《金剛經》還被惡罵誹謗，這表示你原本要墮落三惡道的業障，全部都消滅了，這比你拿錢去消災、除障還快。

唯識學是以「萬法唯識」來立論，以一切法（色法及心法）的生起，都是種子起現行的果，因此種子是一切法的因緣。唯識學的「心法」是八識心王，所以他一定要四緣具足。「色法」的生起只須「因緣」與「增上緣」兩種。

二、五果

世間萬法，因緣具足，必定生果。所生的果，又可以分為五類，也就是四緣可以生五果出來。這「五果」是：異熟果、等流果、士用果、增上果、離繫果。分別述敘如下：

（一）異熟果

這是有情生命流轉的果，有情以其所造的善惡行為業因，導致輪迴



受生三界六道的苦、樂之果。如果你到色界、無色界，那就是樂，天人的逍遙境界；若是三惡道，那就苦了。三惡道不是在地底下，都在人間，我們人間就具足三界六道，你每天都看得到。

「無色界」就是在追求精神領域，「色界」追求物質文明，「欲界」是想要的太多了，貪欲無限。眾生每天煩惱，有時候煩惱到求生不能，求死不得，真的很苦，好像在地獄。餓鬼道也在世間，永遠不滿足。畜生道，表示所做的，都不是人幹的，甚至連畜生都不如，表面還是人，但人面獸心。

其實，「異熟果」就是眾生的第八阿賴耶識流轉的果體，第八識又名異熟識，它舊的翻譯為果報識。根據窺基大師《成唯識論述記》所解釋，「異熟」有三義：

1、**異時而熟**：從因到果，時間不同；譬如果樹，由開花、結果，到果成熟，必須經過一段時間。有情造業感果，也要經歷相當時間，故稱「異時而熟」。

心安當下的

2、變異而熟：從因到果，其中必有質量的變異，譬如造酒，由水、果等和合到釀成酒，必有變異。有情造業，到後世成果，也必有變異，故曰「變異而熟」。

3、異類而熟：由因到果，類別有異，譬如百川各異，流入大海就混同一味。有情造善惡業感苦樂果；業有善、惡性，苦樂之果則是無記，故曰「異類而熟」。

(二) 等流果

這個「等」是同等，相同。「等流果」是講如果種善因，就得到善果；種惡因就得到惡果。好像殺生，在《因果經》裡面，得短命的果報；布施就得到天人的果報。

(三) 士用果

「士」是指士夫，人的異名稱；「用」是作用，此即人力的作用，



好像農夫耕種而有米、麥的收成果；陶匠製作而成陶瓷器物，依作用所獲的果，稱做「士用果」。

(四) 增上果

眼根對外面的色塵生起眼識，所以這個眼識對眼根來說，是屬於增上果。眼根是眼識的增上緣，不是眼識的因緣，他只是讓眼識生起的條件之一。

(五) 離繫果

這個果是道果，離是離開，繫是束縛了，是指離開束縛了。離開束縛當然是解脫，這是道果。修唯識行，斷我執、法執，證入我空、法空。我們會起煩惱，都是太執著這個我；煩惱障是因我而起，所知障是因法而生。我們解脫不了，就是被這二條很粗大的麻繩綁住了。如果你想要證離繫果，一定要斷掉煩惱障、所知障。

心的下當住安

三、六因

《俱舍論》有講：「因有六種，一能作因，二俱有因，三同類因，四相應因，五遍行因，六異熟因。」其實這六因，也是四緣的另種說明，所以我們不要把六因想得太複雜。就是把四緣中的等無間緣、所緣緣、增上緣，這三種合併做為一個「能作因」；換句話說，能作因就是包括等無間緣、所緣緣、增上緣；而直接有生果功能的叫做「親因緣」。

把「因緣」開展成「俱有因、相應因、同類因、遍行因、異熟因」等五個因，所以可以知道「六因」也離不開四緣。以下說明：

(一) 能作因

具有「因能生果」的功能。能作因的作用有積極與消極兩方面。在積極面，他對生果雖非直接之因，但能給予間接的資助，此稱「與力能作因」；在消極面來講，他對生果的功能，雖沒有資助，但是他也不會



妨礙，所以這又稱為「不障能作因」。

(二) 俱有因

是指同時俱有的兩法，互為因而生果。譬如說地、水、火、風這四大種，必須互依而生成。若一大為因，則其他三大為果；若其他的三大為因，而另一大為果。所以他是互相為因，也必互相為果。所得的果稱為「士用果」。

譬如以前的打鐵店，就需要火爐，古代練寶劍，通通都要將鐵塊經過火爐，然後又浸水，所以他一定要水跟火互相為因。又像陶瓷，用泥土加水，才能捏陶，這需要地、水；而做好的陶器，不能直接曬太陽，你要先陰乾，而陰乾要靠風，要燒 需要火，所以做陶器，要具備泥土、水、風、火多種因緣，互為因互為果，他所得果為「士用果」。為何叫士用果？這都是人的力用所成就出來的。

心的下當住安

(三) 相應因

心王與心所彼此相應，心王就是八識。心所有五十一個，他是因心王而起；也以心所為因，而起心王。心王、心所，互為資助，互為因果。

(四) 同類因

又名「同性因」，這個因與果是同性質的，通色法、心法。譬如前一粒麥種，生出後一株麥苗；前一善念，引生後一善念。他所得的果為「等流果」。「同類」就是等流。

(五) 遍行因

也是同類因的一種，但是他不像剛才同類因只限於同類諸法，所以他的範圍比較廣。因為從這個遍行就知道，遍是比較普遍，它遍及煩惱心所，不但是同類法相續生起之因，也是其他一切法的生起之因。



(六) 異熟因

這是六因中最重要的一種。以有情眾生的生死流轉，都是由此因所生的異熟果，即現在的生命體。為什麼我們會有生命體，出生為人呢？為什麼出生在台灣呢？包括出生的家庭，這都是有原因的。過去你造善業，就得到善果，你種惡業，那就得到惡果。所以「異熟」二個字，舊譯為「果報」，就是依之過去善惡業，而感得的果報總名。

以上六因，能為一切色、心法之因者，為「能作因、俱有因、同類因、異熟因」四種。「相應因、遍行因」，只適用於心法與心所法之間。其次，「同類因、遍行因、異熟因」三因是「因果異時」；「俱有因、相應因」兩因是因果同時；「能作因」則「二者兼通」。

四、九緣

依照唯識學的理论，心法生起要具足四種緣，色法生起只需具二種

心的下當住安

緣，但又說「九緣生識」？眼識要生起，要具足九種緣；眼根對眼識要生起，這只是增上緣而已。我們的眼識要生起，要具足九緣：「空緣、明緣、根緣、境緣、作意緣、種子緣、分別依緣、染淨依緣、根本依緣。」只要有要任何一個條件缺了，他的眼識就沒有辦法生起。

(一) 空緣：即空閒。眼識要取境，一定要有適當的距離，否則不能取境。

(二) 明緣：即光明。眼識要取境，必須要有光明，才能看得清楚。

(三) 根緣：眼識要依於眼根，才能生起。如果你有近視或遠視，可能就看不清楚了，還好現代科學發達，都可以矯正缺陷。

(四) 境緣：眼根接觸色塵，生起眼識，所以這個對境就是眼識的所緣緣。

(五) 作意緣：就是要注意。你如果不注意，就會視而不見。

(六) 種子緣：阿賴耶識含藏的眼識種子，為生起眼識的親因緣。

(七) 分別依緣：分別指第六識。眼識生起，依第六識分別外境。第六



識又稱為五俱意識。

(八) **染淨依緣**：第七識。這識就是染淨依，換句話說，你要染就是惡的，淨是善的，所以決定好壞、善惡，是第七識。第七識就是末那識，也有另一個名稱，叫「意根」，是第六意識的根，它亦影響前五識。

(九) **根本依緣**：根本指第八識。所以他有一個名稱是「本識」，因為第八識是諸識之本。其他的前七識叫「轉識」，所謂轉識都是以第八識為根本。「轉」，就是動，但我們的第八識是如如不動。

以上九緣，是為生起眼識必須具足的條件。其中種子緣就是四緣中的親因緣（因緣）；境緣就是所緣緣，而其他的七種緣，全是增上緣。其實，還少了一個「等無間緣」，但「等無間緣」是在心識連續生起的時候才有的，此九緣生識，是在生識的橫切面（不包括時間因素）來看，不把「等無間緣」列入。其實當然要有「等無間緣」，沒有「等無間緣」，等於把你的心識斷了，像沒有電力一般，所以一定要有心識連續生起。因此若再加上「等無間緣」，就成十緣生眼識。

心的下當住安

其他七種識的生起，所需的條件不同，茲列表如下，以資分別。

(一) 眼識：九緣具足。

(二) 耳識：耳識生起，須具八種緣，也就是在九緣中，減去「明緣」。

(三) 鼻識：鼻識緣香臭境，是「合中取境」，不需要光明和距離，所

以在九緣中就減去「空緣、明緣」，只須要七緣。

(四) 舌識：舌識緣味境，也是「合中取境」，不需要光明和距離，所

以在九緣中減去「空緣、明緣」，只須要七緣。

(五) 身識：身識緣觸境，必須接觸才有感覺，所以也是「合中取境」，

不需要明、空二緣，只須要七緣。

(六) 意識：意識取境，要具五緣。即根緣、境緣、作意緣、種子緣、

根本依緣。等於是九緣中減去空、明、分別依、染淨四緣。

(七) 末那識：末那識取境只須三緣，即作意緣、種子緣、根本依緣。

(八) 阿賴耶識：阿賴耶識取境要四緣，即根緣、境緣、作意緣、種子

緣。



緣九因六果五緣四 講九第

阿賴耶識	末那識	意識	身識	舌識	鼻識	耳識	眼識	八識	
						○	○	空緣	緣
							○	明緣	
○		○	○	○	○	○	○	根緣	
○		○	○	○	○	○	○	境緣	
○	○	○	○	○	○	○	○	作意緣	
○	○	○	○	○	○	○	○	種子緣	
			○	○	○	○	○	分別依緣 (第六識)	
			○	○	○	○	○	染淨依緣 (第七識)	
	○	○	○	○	○	○	○	根本依緣 (第八識)	
4	3	5	7	7	7	8	9	統計	

第十講 三自性與轉識成智

「唯識中道」，所謂「中道」是不偏有也不偏空，它是建立在「三自性」和「三無性」的理論基礎上。其實講起來只有三自性，而三無性也是由三自性衍生出來的。如果你了解三自性，那三無性自然就知道了。

三自性、三無性的學說是理解「轉識成智」的關鍵；它反映了眾生對萬法認識的三個層次，說明眾生的本心如何從普通「識」，轉變成圓滿「智」慧。以下略述「三自性」：

一、三自性

(一) 遍計所執自性：「遍」是指普遍，大家都這樣想，這樣認為的；「計」是計量、計度，指腦海裡不斷地算計。是指眾生透過五根所接觸



到的，意識固執地認為一切事物都是實有，並且具備特定的單一的性質。這是處於「我」、「法」貪執中的人們對事物的妄知，是眾生煩惱生起的根源。為什麼會有我執？就是你認為色蘊、受蘊、想蘊、行蘊、識蘊很真實，具有永恆不變、單一、獨立的特性。

為什麼到老病死時，無法接受？因為你覺得以前不會這樣，以前健步如飛是日常，但現在卻寸步難行。很多人執著在過去，所以他沒辦法放下。很多人執著這個我，就是執著「五蘊」。另外也執著「法」，一切的現象，萬事萬物都是法。所以為什麼會起煩惱，就是人我、法我。

佛涅槃前交待阿難四件事，其中一件就是教導如何透視「我」、「法」的方法，就是「四念處」。四念處是專門在破五蘊的，四念處與四禪八定不同，四念處才是真正的禪修。聞思修，最後的「修」，修行就是要你修四念處。因為你還執著有一個色身，執著你的感受，執著你的想法，執著你的造作判斷，我們都會執著這四種。

「識」代表知覺，識住於色，所以你的器官可以運作，識住於受，

心的下當住安

你接觸到外境才会有感受，識住於想，你才有想法、分別；識住於行，行就是造作，產生你的行為出來，這行為就是業，造業一定有因，這因一定會有一個果，這是「四識住」。

我們會執著五蘊，是因為執著四識住。要「無住」就是叫你不要執著。要如何破四識住？一定要修四念處。四念處就是身念處、受念處、心念處、法念處，這都是修行的「行門」。而「解門」是要豎立正知見，建立空性見，所以解門比行門重要。因為你的知見錯了，就全盤皆錯。而「行門」重在「觀」，觀身不淨，觀受是苦、觀心無常、觀法無我，要修四念處，才能破「四識住」。換句話說，為什麼我們無法轉識成智？就是卡在三自性的「遍計所執自性」。

(二) **依他起自性**：是指眾生認識到的一切萬法現象、人事物，統統是因緣所生，一切都是因緣的聚合，不是真實的，都是依賴外在的條件和合而生起、變化。從而認識到世間萬法都是依他起性，是不獨立、不真實的虛幻假有，如《金剛經》所言：「一切有為法，如夢幻泡影，如露



亦如電，應作如是觀。」

這空不是沒有，是指沒有永恆不變的東西，沒有你自己有辦法主宰的。沒有永恆不變的、沒有單一的性質，所以稱「性空」。如果你能認識到這裡，就是真正有智慧。你沒有辦法認識依他起性，就會以假為真，會執著一切虛幻假有的東西是真實有而且不變的，這樣就是遍計所執，代表你的執著很深。你一向都將虛幻執為實有，一但無常，你就受不了，無法接受。如果你都看透了，就是「圓成實性」。

(三) **圓成實自性**：是指眾生認識到圓滿成就的真理實性，你真的懂這真理。圓即圓滿，成是成就、究竟，指圓滿究竟的真理實性。這真理實性不是事相，而是「理性」，即超越相對的絕待真理，也就是二空（我空、法空）之後，所體證的「真如」。

我們把這個已經體證到、看清楚了的「我空」、「法空」以後的這種認識、體悟，把他貼上一個標籤，叫做真如。這是從虛妄到圓滿智慧的轉變過程。

心安當下的

二、三無性

「三無性」是從「否定」的角度，來揭示三個認識層次：

(一) **相無性**：認識到「遍計所執自性」不過是意識的妄想，是「相無性」。

(二) **生無性**：我們知道所有萬事萬物都是「依他起」，是因緣所生法，並不是實有的，所以是「生無性」；他的生起，並沒有「單一、永恆」的特性存在。

(三) **勝義無性**：最後在「圓成實」中，沒有遍計所執，也超越了「依他起」，所以叫做「勝義無性」，這「勝」是超越的意思。

所以「三自性」和「三無性」的學說，充分體現了唯識學實際的「中道精神」。



三、轉識成智

接著略述「四智」的內涵，以六祖惠能大師的二首偈頌來解釋。

大圓鏡智性清淨，平等性智心無病；
妙觀察智見非功，成所作智同圓鏡。
五八六七果因轉，但用名言無實性；
若於轉處不留情，繁興永處那伽定。

(一) 大圓鏡智性清淨——這由轉「有漏第八識及其相應心所聚」所得；第八識相應五個遍行心所，即：作意、觸、受、想、思。

「大圓鏡智」攝持一切最上殊勝「無漏種子」離諸分別、性相清淨，能現佛果的正報（自受用身，即佛的三十二相，八十種好。）及依報（一切所受用的諸法，譬如皇帝就是受用皇宮。）餘三智功德，乃至一切餘

心安當下的

種種物質影像等，離識雜染，純淨圓明，無間無斷，窮未來際，如大圓鏡，能顯現眾色像。「餘三智功德」是講他的智慧資糧。以上是講一個成就佛果的人，他的正報、依報，也就是他的福德。所以六祖惠能說：「識本是智，更不須轉，只是悟得八識自性清淨，當體是大圓鏡智矣。」

什麼是「八識的自性清淨」？因為「八識」的本質就是空性，「識」的本質也是空性。什麼是「空性」？就是自性清淨，空無染污。所以這裡講的空性是沒有染污的，當體是大圓鏡智；我們一般都沒有辦法認識到八識的本質是自性清淨的。為什麼會沒辦法認識呢？因為千百年來，我們的祖先不斷灌輸我們是凡夫，如廁所裡的蛆蟲，我們不是佛骨；但都不曉得我們跟佛是一樣的，有佛性，有真如；以致於講到修行，都沒有信心。你沒有信心，遇到逆境就會退轉，但是人生哪裡天天風平浪靜，這世間是無常的。

「狂心」聽起來好像不好，但是狂心本來的體性也是菩提，狂心也是真心。舉個例子，平靜的大海水與洶湧波濤的海浪有沒有一樣？表面



上看起來不一樣，但是他的本質完全一樣，就連海嘯也是海水，但我們的分別意識就認為他不一樣。其實哪裡不一樣？顯現不一樣而已。但是我們都被那個顯現迷住了，都沒有辦法看到顯現的背後是完全一樣的。

《楞嚴經》說：「狂心頓歇，歇即菩提。」狂心與菩提差在哪裡？差在一個懂得歇，一個沒辦法歇，沒辦法止息，沒辦法停下來，心都動盪不安，衝動的。你的心動盪不安，就像水面搖搖晃晃，是沒辦法看清楚楚的，唯有平靜的水面，才會像一面鏡子。所以為什麼要修止觀？無論南傳、北傳、藏傳，乃至佛陀涅槃前都還是交待阿難要修「四念處」。

「大圓鏡智」每個人都有，為何我們會感覺不到呢？大圓鏡智就是佛性，只是文字標籤不一樣而已。其實，你每天都有感覺到，但是你觀照到的都是煩惱，看到鏡子裡面都是烏漆麻黑的。你為什麼可以觀照到煩惱？那表示你有大圓鏡智，清淨的佛性並沒有失去。

有一位得道的禪師，生病時哀哀叫得很大聲。他的徒弟低聲勸他小聲一點，否則被信徒聽到不好意思。徒弟說：「你講經都說一切皆空，

心的下當住安

不要執著；但是現在病苦一來，卻叫得比誰都大聲。」禪師笑說：「因為我有一個不會痛的，才知道現在很痛。」這就是他的大圓鏡智觀照出來的。

要去體會大圓鏡智，一定要在煩惱中去體會，在很舒適、快樂的時候，是體會不出來的，這也就是人道最好修行的原因。因為我們世間有苦有樂。而天道的人，只有樂沒有苦，但是等到他的福報盡了，五衰相現時，他才有苦，但那時候已經太慢了。

(二) **平等性智心無病**——此由轉「有漏第七識及其相應心所聚」所得。第七識有十八個心所：遍行心所五個（觸、作意、受、想、思），四大根本煩惱（我見、我愛、我慢、我癡），別境五心所的有「慧心所」，以及八大隨煩惱（掉舉、昏沉、不信、懈怠、放逸、失念、散亂、不正知）。

我們的心會生起種種的雜染，都是因為第七識，因為第七識很執著分別；第六識是分別，然後他將這個訊息送給第七識，第七識他就執著



了，很難改變。因此常常聽到罵人腦袋裝水泥漿，就是指很固執。我們一定要先轉第七識為平等性智，這平等就是沒有分別。所以一定要先捨棄有我執的「染污第七識」，然後將這有漏的第七識，變成「無漏智」，這能觀一切諸法及一切有情，於自他悉皆平等。會起煩惱，就是你轉不過來，是有「漏」，這「漏」是指煩惱，而結使、隨眠也都是煩惱的名稱。

你有了平等心，才有辦法產生慈悲心，所以由大慈大悲等善心恒共相應，能隨著有情所樂，示現種種「他受用身」、「他受用土」的影像，是「妙觀察智」的不共所依，「妙觀察智」是第六識所轉。

如果你第七識沒有轉成「平等性智」，「妙觀察智」就沒有辦法出現，因為「妙觀察智」一定要依「平等性智」才有辦法生起。「無住處涅槃」亦依此而得建立，一味相續，窮未來際，由此智成就一切平等；所謂無住處涅槃，就是沒有地方給煩惱住。

佛說：「無我、無常」，但眾生偏偏就執「我」與「常」。因有了

心的下當住安

主觀的「我」，無明煩惱，人我是非，都由之而生，進而自私自利、貪愛、我見等迷惑日夜環繞，也就是「有情日夜鎮昏迷」，以致生死輪迴不休，都是執「我」之故，若不把第七識的「我執」斷捨離，永遠也不會了脫生死苦海。但是你也不能說第七識這麼差，那我不要第七識；其實你要解脫，也一定要靠第七識轉成「平等性智」，一旦離開了識，就沒有智。

(三) 妙觀察智見非功——此由轉「有漏第六意識及其相應心所聚」所得，能善於觀照諸法的「自相」、「共相」，總持諸法及「三摩地門」，能妙觀一切法，現種種無邊神通作用，皆得自在轉大法輪，斷一切疑，窮未來際，令諸有情皆獲利樂。佛法如甘露，本來是很清涼的，但是有時候也是毒藥，是誰把它變成的。就是眾生的雜染分別意識把它加工的，什麼叫做「見非功」？這句話在啟示吾人在日常生活中，不要加上自私自心與好惡心，使事情變得不理性。

「妙觀察智」是由第六意識轉過來的，唯識學講「轉識成智」；因



為你沒有把識轉成智，要斷煩惱是不可能的。所以釋尊當初跟外道學四禪八定，到最後還是要捨棄四禪八定，而觀十二因緣而成佛。為什麼要捨棄四禪八定呢？因為四禪八定還是離不開識，而只要離不開識，一定會牽扯到情的問題；這情是由識產生的，所以凡夫眾生會有情緒，難免起煩惱，如此想要解脫是不可能的。因為要證阿羅漢，至少要六通俱足，前五通，外道也可以。而第六漏盡通，證阿羅漢才有，所以真正解脫，是具足漏盡通才可以。這個「漏」是指煩惱。

所謂解脫不解脫的界定在哪裡？活在這個世間，誰敢說都沒有煩惱？沒有煩惱是一時的，你要每天都沒有煩惱；你可能今天沒有煩惱，但明天又起煩惱了。真正證阿羅漢以上的果位，是真的沒有煩惱。其實我們凡夫也有證阿羅漢的，你家如果有讀幼稚園的小朋友，他可能會有「漏盡通」，不信你可以問他：「你有煩惱嗎？」他一定不知道你在講什麼，因為在他們的意識中，沒有煩惱兩個字，只有我們大人才有。

「轉識成智」的「識」是虛妄的，不實在的，識本身沒有一個體性；

心的下當住安

換句話說，這個識好像是寄生物一樣。即使討論第八阿賴耶識，他也沒有自體，他是以真心本性為本體。所以「妙觀察智」是由第六識，而第六識分別意識特別強，你就會根據第六識分別，起種種的妄想。你會煩惱，是因為執著你的妄想，抓住妄想不放，這樣煩惱就生起了。所以釋尊講經四十九年的目的，不是要廣收信徒，他只是讓眾生去除妄想執著而已，他希望大家都沒有煩惱，都成佛。

其實成佛很簡單，每個人都曾經成佛過；因為佛者覺也，佛代表覺醒，你一生幾十年，難道沒有一天有覺醒嗎？一定有的！只是沒有常常保持而已；有時候會迷失，有時候也會清醒。

妙觀察智為什麼講「見非功」？因為你轉識成智後，就沒有分別心，沒有分別意識進去，「非功」指沒有用力，不必用力。我們為什麼會很累？因為分別意識很用力，所以就覺得活得很累，心很累。

如果能轉識成智，你自然就沒有用力了，沒有把他加工下去。所以日常生活中，你分別心太強烈，有時會把事情搞砸。因為第六識與第七



識是分不開的；第六意識要產生分別的作用，一定要有一個根，叫做「意根」，這意根就是唯識學探討的第七識。你分別意識用得越用力，越強烈，你的意根越是執著。

（四）成所作智同圓鏡——此由轉「有漏前五識及其相應心所聚」所得。為欲利樂一切眾生，遍於一切世界，示現種種「變化身」、「變化土」及變化身、語、意三業，窮未來際，成就本願所應作的一切佛行事業。

前五識即眼識、耳識、鼻識、舌識、身識轉過來的，叫做「成所作智」。「成所作智同圓鏡」是說成所作智與大圓鏡智是相同的時間轉過來。為什麼？因為第八識是阿賴耶識，阿賴耶識相分生起五根；所以第八識與前五識這二個也是離不開的，因此說「成所作智同圓鏡」只要真正悟到人人本具的大圓鏡智，你的五根門頭，自然就會放光動地。

我們一般講佛光普照、放光動地，都會覺得很玄。其實每個人每天都在「佛光普照」，不是只有阿彌陀佛、觀世音菩薩才會有。這個佛不是講一個人，這個佛是講你的「覺」，覺性、本覺；佛者覺也。「光」

心的下當住安

代表很清楚呈現，如果你每天都過得很清醒，這叫做「佛光」；能落實在你的生活中、工作上，乃至行住坐臥，這就叫做「普照」，普遍照耀。

「放光動地」也是一樣，我們每天都在放光動地，你沒有放光動地，如何做人做事？「光」就是「明」，而「光」是指你的心光，心中很清楚。「動地」的「地」是指「心地」。你的五根門頭有沒有每天都放光動地呢？有呀！不但放光動地，而且還佛光普照。如果你哪一天不放光動地，那麻煩可大囉！

(五) **五八六七果因轉**——這句是說明八識轉成四智的先後次第。這五八是在果上轉，六七是因地轉。在「因地」就要轉了。因地就是修道位，你在修行的路就要轉了，踏出第一步修行就要開始轉了。「果」是佛果，你開悟成道那一天就是果。換句話說，你只要從六七識下功夫，不必從五八下功夫；修行就是在修六七識，轉識成智也是在轉這二個。因為六七都轉了，五八一定轉。

前五識轉為「成所作智」、第八識轉為「大圓鏡智」，這二者是在



果位上轉的。第六識轉成「妙觀察智」、第七識轉成「平等性智」，是在因地（菩薩地）就要轉了，可見「轉識成智」的先後，是先轉第六識及第七識。

尤其，一定要先轉第七識，因為第七識是第六識的「染淨依」；若第七識沒有「轉染成淨」的話，第六識是沒有清淨心修行的，沒有見道，怎麼修道？因為第六識分別，就會產生二元對立，一旦對立，你就沒有辦法以平等的心去看待人事物，所以要第七識先轉染成淨，如此第六識的分別意識就不見了。

（六）**但用名言無實性**——其實，轉無所轉，但轉其名言，不轉其體性；因為阿賴耶識沒有自體。阿賴耶識的性就是真心本性，它沒有另外一個自體性，如果阿賴耶識有自體性的話，那豈不是「常」了嗎？若是「常」則不變，那豈不是就轉不了嗎？那這樣再怎麼修，凡夫永遠是凡夫。

前七識是由第八阿賴耶識轉出來的，所以前七識又稱「七轉識」，阿賴耶識又叫做「本識」。但是本識跟本體是不一樣，阿賴耶識沒有本

心的下當住安

體。在唯識上來講，第八識叫做本識、根本識，前七叫七轉識。所以佛教寺院常常舉辦佛七、禪七就是從第七識下手，轉第七識，如果第七識轉為平等性智，那天下就太平了。

《心經》第一段就講：「觀自在菩薩，行深般若波羅密多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。」五蘊都是空的，空就是指沒有一個實體，沒有一個本體；空不是沒有，是指這五蘊也是因緣和合，各種條件因緣聚合而成。比如說我們這個身體，也是由我們的皮肉骨頭，毛髮指甲、各種神經、分泌系統……一切所聚合。

《雜阿含·第一經》告訴你：「當觀色無常，受想行識，亦復如是。」受也無常、想也無常，行也無常，識也無常。既然「識」無常，當然包括八識。如果八識是常，那就糟了，眾生永遠是眾生，都不用想要成佛了。

(七)若於轉處不留情——這裡的「轉」是講前七識要轉的最重要關鍵是第七識，因為第七識沒有轉為「平等性智」，你一定會留情。《三字經》



有講：「七情六欲」。七情是指喜、怒、憂、思、悲、恐、驚，這七種都是情緒。「情」是世間才有的，故世間稱做「情器世間」；「留情」就是你還在執著世間的人事物，對人事物還在起情緒化。所以虛雲老和尚開示錄：「情不重不生娑婆，愛不深不墮輪迴。」若你想要解脫，想要求生西方就不能留情啊！若能斷捨離，就轉過來了。凡夫無法「轉識成智」就是因為情難斷，愛難捨。

佛法不是不講人情，他是要你把愛跟情，昇華為慈悲喜捨，就不會參雜情緒化，不會染污了。

(八) 繁興永處那伽定——「那伽定」即真心本定。《大乘起信論》云：「覺者不動，動者不覺。」我們的「本覺」，本來就處於「定」的狀態，故又稱「真心本定」，不需花費功夫造作，它本然如是。如果你聽過密宗無上瑜珈：大手印、大圓滿，他只強調一句話：不要落入概念、造作。你有辦法每天不要落入概念、造作，就是每天在修大手印。

概念就是第六識，造作是第七識；第七識的主要功能是造作，色受

心的下當住安

想行識五蘊中的「行」就是造作。我們為什麼很忙？因為我們的心每天都在概念造作。《地藏經》、《華嚴經》、《法華經》都有講：諸佛菩薩度眾生，都要進入定，如《楞嚴經》的楞嚴大定。但是不要誤以為你就要去學四禪八定，一般的「四禪八定」那是靠禪定生起的，是有功用的，既然是「定相」，一定會生滅，會退轉，這也就是釋迦牟尼佛當初修到「四禪八定」的最高境界，「非想非非想天」時，他還是捨棄的原因。因為只要你還留「情」，就很難不被境轉。若是真不留情的真心本定，即使處在最繁榮興旺的市集，亦能不動如山。

禪宗《十牛圖》第十圖就是牧童拿著一個酒瓶，騎著牛邁向菜市場，他不是向山裡去。我們常講「小隱隱於野，中隱隱於市，大隱隱於朝」；這個朝是朝廷，當官，而不是躲去喜馬拉雅山。你要在像菜市場那麼熱鬧的地方，你都保持不動如山。所以《六祖壇經》講：「即使輪刀上陣，亦得見之。」好像在你的脖子上架著刀，你還是能見到你的真心本性。

《夢遊集》記載憨山大師在一次夢境中，進入雄偉壯觀的樓閣，聆



聽彌勒菩薩說法開示：「分別是識，無分別是智；依識（分別識）染，依智（根本智）淨；染有生死，淨無諸佛。」大師聞後，身心忽然頓空。當你真正的「轉識成智」時，連佛也沒有了，哪有佛可成？

《三昧水懺》的作者悟達國師，他是十世的高僧，但為何會有三昧水懺的故事呢？因為唐朝僖宗皇帝，賜一個希有的沉香寶座給他，國師心中不自覺升起了驕慢心。因為這一念，使悟達國師的左膝蓋長出一個人面瘡，這個瘡讓他苦痛不堪，四處遍尋名醫都沒辦法治癒，最後是迦諾迦尊者，賜他三昧水好的。

他去到叢林找尊者時，看到一座壯觀的樓閣寶殿，但是當他洗好三昧水時，寶殿不見了，連尊者也沒有了。這個故事也可佐證：「染有生死，淨無諸佛。」連佛都沒有了，哪裡來的寶殿。悟達國師的悟道，就是在這裡；他已經轉染成淨，轉識成智了，這是最大的關鍵，所以他是高僧沒有錯。

為什麼會有諸佛菩薩、羅漢、眾生？你講這個，不是又落入分別嗎？

心的下當住安

但是你這麼講，眾生聽不懂。像我們在學東西，也是要透過分別，才有辦法去學習。所以不是分別不好，你太執著你的分別，太在意你的分別，那就不好。所以當你轉識成智時，連佛也沒有了，哪有佛可成？因為「佛」也是一個抽象名詞，是針對「眾生」而假名施設的。有眾生才有佛；若沒有眾生，又何來有佛？所以《唯識三十頌》曰：「由假說我、法，有種種相轉。」凡夫就是被這種種的假名施設，搞得暈頭轉向。

有很多人妄想要成佛，其實哪裡有佛可成？或者有人說我要去修行，然後到深山去躲起來；其實真正的修行，是《金剛經》第一品所講的才叫做修行？吃喝拉屎、行住坐臥，那才是修行。從日常生活中去修正、修改你自己的身行、口行、意行，那才是修行。要不然你會讓自己起煩惱，也會讓別人起煩惱的。

最後引《六祖壇經》與諸上善人共勉：「世人生死事大，汝等終日只求福田，不求出離生死苦海，自性若迷，福何可救？」



第十一講 業果輪迴(一)

原始佛教雖然繼承了印度傳統中，有關「生死輪迴」以及「涅槃解脫」的思想，不過佛教則完全不接受有靈魂「自我」的存在。所以三世輪迴的事情，跟涅槃解脫是在婆羅門教，也就是印度的傳統中就有的，這不是釋迦牟尼佛發明的名詞。但是釋迦牟尼佛他承認印度的傳統，有關這種輪迴的思想跟涅槃。

輪迴、涅槃，不是說有一條靈魂，有一個自我在輪迴，或是透過修行，涅槃解脫了。釋迦牟尼佛完全不接受這種理論，因為《阿含經》對生命個體的深切反省，根本找不到「自我」靈魂的勳影。所以嚴格講起來，佛法講的是「無神論」。

為什麼說是「無神」？神就是有一個主宰，所有的宗教都有一個至高無上的神、造物主在主宰，只有釋迦牟尼佛不講這個。釋迦牟尼佛講

心安當下的

的是「緣起法」，他認為宇宙萬有、天地，山川、人事物，種種的萬法，無非是因緣所生，都是很多的因緣條件產生的。

這從科學可以證明，科學在研究宇宙怎麼生成？為什麼會有太陽、月亮、行星？一直研究到幾百億年前，宇宙的大爆炸說，這是隨著時間、空間轉變而來，也不是宇宙大爆炸就有人類出現；而是經過幾百億年，才真正有人類。而人類也不是像現在這樣，這從達爾文的進化論也可以證明。所謂的「進化」，也是隨著時間、空間的演變，慢慢進化而來的。

所以佛教認為「輪迴」與「解脫」都沒有有一個永恆、獨一、主宰性的靈魂自我在其中運作，這是佛教自己的特色，同時也引起教界內不少的爭論，而外面的宗教，更不承認佛教講的理論。所以在當時印度思想界、原始佛教的「業感緣起」理論確實是一項難得的創舉，包括十二因緣都是業感緣起的理論。

不過由於「破我」的緣故，仍然留下某些尚待克服的問題。舉其大者，可有兩方面：一、輪迴主體的困難。二、造業感果的困難。



一、輪迴主體的困難

既然「無我」，到底是哪個主體在依業感招果報而輪迴？

二、造業感果的困難

到底是誰在造業，誰在感果？

你既然說有因果，那到底是誰在輪迴？你說沒有靈魂，那到底是誰在感果？一切現象生滅無常，如是則造善惡業後，唯識家主張無實外緣，一切輪迴流轉，不必倚仗心識以外的任何外緣作用。那照唯識講法，那造業以後，他要如何感得這個果報，使個體的生命可以生死相續？

為了解決以上這二個大問題，爾後佛教的各派系，雖然各有提出解決的方法，但都沒有辦法把這些困難作出徹底的解決，因為這其中很複雜。佛教歷經二千多年來，這其中有各宗各派的說法，都是為了應付外

心的下當住安

道，或社會人的疑問，但是不管哪個派別提出解答，都很難提出徹底的解決。

換句話說，你解決一個問題，他可能衍生十個問題出來，所以這二個問題，其實在佛陀時代，佛陀是不答覆的，稱「十四無記」。所謂「十四無記」，就是指十四種問題，例如：虛空有邊沒有邊？死了以後去哪裡？類似這種問題。佛陀認為這些問題，跟你的生活沒有關係。佛陀覺得跟你生死、跟你煩惱有關的都沒問，只是問這些是無意義的；這些十四無記相關問題，佛陀只要回答一個，就會再衍生出一大堆問題，永遠應付不完。

在佛陀還沒出世時，印度整個都是崇拜婆羅門。佛陀出現後，就有大部份的印度人覺醒，跟隨佛陀，聽聞佛陀的法，供養佛陀的僧團，就冷落了印度教，所以這些婆羅門就不甘心，他們想要去破壞佛法，就選一個頭腦最好的青年，潛入佛陀的僧團。《雜阿含經》中就有「須深盜法」的故事：須深假裝跟佛出家，然後一天到晚問佛陀問題，這叫做「問



(一) 迴輪果業 講一十第

難」。阿難在旁產生疑惑，為何佛陀不回答？佛陀告訴阿難，我講「常」也不行，講「無常」也不行，因為回答一個問題，明天又有十個問題要提出，所以這些都不回答。

須深受不了了，他告訴佛陀：如果你不會我就要離開，我不想學了。釋迦牟尼佛為了要度他，就告訴他：我要答覆你之前，先說一個故事給你聽：佛陀說有一個人進入深山打獵，突然他被一支毒箭射中，同伴要救他，爭相要把毒箭拔掉。但是這個人說不行，我要先研究這支箭是什麼做的，還有這個箭從什麼方向射來的，我一定要先把這個人找出來，我才甘心。佛陀就告訴須深，等他研究好這些問題，他早就中毒死了。所以他問須深：是生命比較重要，還是這些無關生命的問題比較重要？因為你問的都跟解脫生死沒有關係。所以佛教與西洋，都強調「活在當下」，不是要追求未來。釋迦牟尼佛講的法，都是要讓你落實在生活中去用。如果離開你的生活而用不出來，則這個法再好，再玄妙都沒有用；因為都無法解決你的問題與煩惱，與你的生死都沒有關係。

心的下當住安

所以要解決以上二個問題，最後只好落在無著、世親的瑜伽行派的肩膀上。唯識學在印度稱「瑜伽行」，有關唯識學，早期無著寫《瑜伽師地論》；而討論業果輪迴的，世親有寫一本《大乘成業論》，李潤生將他白話解讀，出版一本：《佛教的輪迴理論》。（李潤生是香港專門研究佛學者，近代香港研究唯識、中觀很盛行。）

瑜伽行派要徹底解決這方面的困難，則必須建立一個理想的輪迴主體，這樣才有辦法滿足世人的迷惑與外道的質問。而且這個主體，必須是緣生無自性的，以符合佛教「緣起論」的條件，這是第一個。

這個主體必須是一個不可分割的獨立永恆個體；這個主體雖然具有意志作用，但必須要能接受眾緣的影響，以符合「無我論」的精神，這是第二個。合乎上述兩個條件，則佛教的「輪迴主體」就可以有別於印度傳統所執的「一、常、主宰的自我（靈魂）」了。

此外，這個主體必須要能統攝有情「個體生命」中的一切「色、心」活動，使其能夠發動業行，這是第三個條件。我們「色、心」的活動就



(一) 迴輪果業 講一十第

是五蘊：色、受、想、行、識。為什麼會有色、受、想、行？因為有「四識住」。

這個「四識住」是很重要的佛學名詞。「四」指色、受、想、行。我們色身的呼吸系統、循環系統，新陳代謝、內分泌，都是因為有「識住」在我們的色身；如果沒有識，我們就完蛋了。所以我說打麻醉，就是要你全身的觸覺暫時沒有辦法顯現，如此才有辦法動手術。我們的感「受」也是這樣，沒有「識蘊」住在「受」，你就沒有感受。識住於「想蘊」也相同，識住於「行蘊」，則是意志力、造作。因為「四識住」我們才會分別、起煩惱、妄想執著。

第四個條件：這個主體亦必須能夠攝持發業所得的餘勢力，使之不致散失，而可以感招當來的「業果」。

最後，第五個條件：發業主體、攝持功能主體、以至於感果的主體，彼此必須相因相待，彼此相續轉化，非常非斷地統攝在這個「輪迴主體」之中，這是第五個。何謂彼此相續轉化，非常非斷？有什麼東西非常非

心的下當住安

斷？因為「常」、「斷」兩者是相反的，你講「非常非斷」，也就是講常也不對，講斷也不對。佛經記載：我們的「識」，第八阿賴耶識，就是非常非斷。在《解深密經》中陀佛說他為什麼不講第八阿賴耶識？是怕凡夫眾生誤解，將它執著為靈魂，為我。所以《解深密經》曰：「阿陀那識甚深細，一切種子如瀑流；我於凡愚不開演，恐彼分別執為我。」

世親菩薩為了要建立這五個條件，所以他寫了《大乘成業論》。如足具上述五大條件，則這個「輪迴主體」所造的「業行」與所感得的「業果」就可以達到「自作自受」的理想和基本要求。佛教的因果是講「自作自受」。所以無著、世親等唯識論師，朝著這個方向以建立其「輪迴主體」的理論，以解決原始佛教「業感緣起」所遺留下來的「輪迴困難」。

佛教的輪迴主體，是靠業識在輪迴；講到業識，那是生滅法，是無常的。為什麼是無常的？根據《雜阿含·第一經》就講：「諸比丘，當觀色無常，當觀受無常，當觀想無常，當觀行無常，當觀識無常。」既



然無常，那就無我。

(一) 阿賴耶識的建立

到了公元四、五世紀，大乘唯識思想的經論，如《楞伽經》、《解深密經》、《瑜伽師地論》、《辨中邊論》、《攝大乘論》逐漸流行。依上述經論，瑜伽行派的唯識論師於原始佛教的「六識」之外，建立了「阿賴耶識」作為各別有情的「輪迴主體」。因為只有「六識」說，無法應付外道的質疑，到底誰在輪迴？沒有辦法滿足眾人的疑問，所以世親建立大乘的八識說。

第八識在《大乘成業論》名之為「集起心」，以別於前七轉識等「種種心」。唯識學講心是「集起」，有攝受作用，意是「思量」，識是「分別」。若依《成唯識論》，每一有情各別所具有阿賴耶識（集起心），可分三相：

1、**自相**：阿賴耶識以「攝持因果」為自相，「阿賴耶」有「藏」

心的下當住安

義，所以譯名「藏識」。

(1)能藏：此指阿賴耶識能攝持前六識，乃至第七末那識的雜染有漏法的種子功能，故一切雜染法賴之而能生起。眾生為什麼會起煩惱？因為阿賴耶識中有煩惱的種子。如果阿賴耶識中沒有煩惱的種子，你聽到任何譏嫌、毀謗都不會起煩惱。但是我們都把起煩惱的原因歸罪於別人：「你這樣講我，我才起煩惱，如果你不說這句話，我就不會起煩惱。」其實是你的心中原本就有煩惱的種子，這種子叫「因」，外面的那句話只是「外緣」。

只要是外緣，那一定是生滅法，是無常的；既然是無常，就不要理他。你不用去對付他，他自然就會消失。好像你生起一個妄想，如果要對治這個妄想，豈不是又多一個妄想出來，所以你不理他，妄想他怎麼來，就會怎麼去。

(2)所藏：即前七識諸雜染法現行時，能熏習種子於阿賴耶識中，甚至將來成佛的無漏種子（已現行、未現行），亦寄存於阿賴耶識中。所



謂無漏種子就是智慧，阿賴耶識若貯存煩惱的種子，那你一定苦海無邊。所以倉庫要存智慧的種子，少存煩惱的種子。

(3) **執藏**：此指第七末那識，執持阿賴耶識以為是自我的靈魂，而起「俱生我執」，成為一切自私自利性格的根源。這「俱生我執」是出生就有的，不是聽到別人怎麼講你才知道的；經過別人的教導才知道，那是分別。

以上是阿賴耶識的三種功能：能藏、所藏、執藏，所以阿賴耶識也稱「藏識」。眾生為什麼會執著，就是第七識很執著第八識，將第八識當作自我、靈魂。

2、**果相**：有情眾生於前生造業，熏習業種於阿賴耶識中，而得以攝藏起來。到了一期生命終結時，所藏的「業種」能起酬果的作用，於是變現後世的生命形態，以及所依的世界，以為「異熟果報」

3、**因相**：阿賴耶識能攝持生命個體中一切有漏色、心法種子功能，同時也寄存將來成佛的一切無漏善種。因此就「因相」而得名為「一切

心的下當住安

種子識」。一切種子識有煩惱的種子，也有智慧的種子。

(1) 如是瑜伽行派所建立的「阿賴耶識」與前七識互為變化，故知不是恒常不變的獨立體性，於是符合「緣起論」，作為「輪迴主體」的第一條件。

(2) 阿賴耶識是由無量種子功能所組合而成，隨緣變化；所以並非「不可分割」的獨立體性，亦無永恒、主宰的作用；等你轉識成智以後，阿賴耶識的名不見了，他回歸到大圓鏡智。所以符合「無我論」，作為「輪迴主體」的第二條件。

(3) 阿賴耶識統攝有情個體生命中的一切色、心活動的功能，所以能夠發動業行，符合「輪迴主體」的第三條件。

(4) 阿賴耶識能夠攝持發業所得的餘勢力，以「業種子」的形式，經熏習而得以剎那生滅、相續不斷地保存下來，才可以感召業果，所以符合「輪迴主體」的第四條件。

阿賴耶識於一期生命終結時，所藏的「業種」得以感招來生的「根



身」及「器世界」作為「業力果報」。器世界就是你的依報，如歐洲、美國或台灣，這就是你的器世界，做為業力的果報。

每一有情生命的「發業主體」、「攝持功能主體」、「感果主體」全部由各自具足的阿賴耶識統攝起來，所以能「相因相待」，相續轉化，因此符合「輪迴主體」的第五條件。

(二) 末那識的建立

凡心識的生起，必有所依的「根」，如依眼根（視覺神經），對所緣的「色塵」，有「眼識」生起；「耳識」一定要有「耳根」作為他的所依；如是乃至以意根對「法塵」有「意識」生起；而作為「輪迴主體」的阿賴耶識，以何為根？以何為所緣境，而得以生起？「阿賴耶識」也是要有根，他是以「意根」為所依，也就是以末那識第七識為根。

瑜伽行派建立阿賴耶識的所緣境共有三類：「根身、器世界、一切種子」。至於所依的「根」必須是恒轉相續的存在。遍察前七識，只有

心的下當住安

「末那識」恒時計執阿賴耶識為「自內我」，相續現行，堪作為「染污的一貫人格主體」，於是便建立了恒審思量的「末那識」，作為阿賴耶識生起的「根」。

由於「末那識」執我的活動不會中止，於是阿賴耶識可以依它為根；又因為根身、器世界，及種子為所緣境（於欲界、色界中，三類所緣境俱全；無色界中，雖無根身，但仍有種子存在。）是故阿賴耶識的根、境恒常具足，所以亦能恒常相續現行，作為每一有情的「生命主體」及「輪迴主體」。

由此可知，只有第七識可以做為第八識的根，前六識不行；因為前六識都是生生滅滅，而第七識是恆審思量。所謂恆審思量就是相續不斷，而剛好阿賴耶識性質也是一樣。你要性質相同才能相應，所以一定要建立一個末那識第七識出來，作為阿賴耶識的根——所依根。

因為第七識末那識很在意、很執著第八識阿賴耶識，他把阿賴耶識的見分認為就是我。所以我們看業果輪迴，首先要建立這個輪迴的主體；



已經建立完成，加上最後這個第七末那識為阿賴耶識的根，這樣的話阿賴耶識才有辦法生起它的功能。

(三) 阿賴耶識與靈魂神的異同

佛教不承認有靈魂，佛教是徹底的無神論。所謂無神論，不是不承認天地間有鬼神存在，他是不承認類似基督教有個造物者上帝在創造天地、宇宙、太陽、月亮、山川、大海、人類，什麼都是一個造物主所創造出來的。

佛教的無神論意思就是說，他不是有一個超越能力的神來創造一切宇宙，包括萬物；佛教主張一切的宇宙、萬物萬法，都是因緣所生法，一切都是緣起的，這個因緣包括時間空間。換句話說那個時間點交集成熟了，這個東西就會出現。譬如問你有看過恐龍嗎？沒有！但是地球上的生物科學家，已經證明真的有恐龍存在過。但是他什麼時候生產的，什麼時候又消失的？就是我們佛法所講的緣生緣滅的問題。

心的下當住安

包括我們人類也是一樣，尤其大家對前世今生、三世因果特別感興趣，才有很多算命館，乃至宮廟讓你問事。尤其很多人都要去問我父母往生後去哪裡了？他們就去觀落陰。像這種做法，就是有神論者，等於承認有一條靈魂在輪迴，但是佛法不承認有靈魂的。

佛法中沒有一個「誰」？都是「業識」——是我們的「業識」在輪迴。唯識家建立阿賴耶識作為輪迴主體，不少人都產生一種誤解，以為阿賴耶識便是印度傳統所執的靈魂。於此，實有澄清的必要，今以表解顯示其中的異同。

從左表分析得知，可見「靈魂神我」與「阿賴耶識」有一點共通點，就是彼此都可作為「生命主體」。但「生命主體」的內容涵義，卻有六個地方有所差異，因此不應該把「阿賴耶識」當作「靈魂神我」看待。

一般世間，包括外面宗教所講的，都是有一條靈魂在那邊投胎轉世；然而佛法是說輪迴的主體是阿賴耶識，他不是一條靈魂。到底阿賴耶識跟外面在講的一條靈魂的神我，有什麼差別？以下分七點說明之。



(一) 迴輪果業 講一十第

7	6	5	4	3	2	1	
能直接感受苦、樂。	能直接造作善、不善業行	是輪迴者的不變存在實體，從一個世界，轉到另一個世界去。	是生命的主宰	永恆不變的存在實體	不可分割的獨立整體	生命主體	靈魂神我
本身不能感受苦、樂（只有捨受），但可提供種子功能，由前六識現行而感受苦、樂。	本身不能造業，但其所持的「思種子」當眾緣具足時，才能造業。	方便假說為「輪迴主體」而已，它不是實體，亦不會從一個世界轉到另一個世界去。只是在「業種」的影響之下，當前五蘊及器世界沈沒時，變現起另一個新的五蘊身心及其器世界，而一切變化都由「阿賴耶識」提供功能種子，然後實現。	不是生命的主宰，因為其組成部分，一切都要待緣才能起用。	剎那生滅，其組成部分的種子功能，亦要待眾緣具備，然後得以起用，修行者到第八地，阿賴耶識不再為末那識所執著，故喪失「阿賴耶」名稱。到了第十地「金剛喻定」，阿賴耶識名稱遭銷毀，其圓滿清淨善種變現而成「大圓鏡智」。	由現行的「阿賴耶識」見分能持力，以及所持的「根身」、「器世界」及「一切種子功能」所組合而成，故不是獨立的整體。	生命主體。	阿賴耶識

心的下當住安

1、**共同生命的主題**。由表格就可以看清楚，靈魂和阿賴耶識只有一個共同點——「共同生命的主题」，但由第二到第七點就完全不一樣，就有差別性。

2、**不可分割的獨立整體**。講靈魂時，他是一條靈魂，不可分割的獨立整體；但阿賴耶識是不可分割的。阿賴耶識有見分、相分，所以有現行的阿賴耶識見分能持力，以及所持的根身、器世界，及一切種子功能所組合而成的。

根身就是我們的色身，我們的身體；還有外面的山河器世界，還有阿賴耶識持藏的一切種子。所以你看這些東西組合而成，跟靈魂是不一樣的。

3、**永恆不變的存在體**。「靈魂說」是認為有一個永恆不變的存在體，他是永遠不會變的。但是阿賴耶識是剎那生滅，不過他因為剎那、剎那生滅（剎那就是時間極短的單位），所以他的生滅很快，快到讓我們誤以為是相續不斷的。科學家證明出來，我們看到的光線，太陽光照



(一) 迴輪果業 講一十第

射到地球，從太陽到地球要八分鐘；但是光線不是一直線，他是微粒子，他的間隙是我們肉眼所看不到的，看不清楚的。

這個阿賴耶識，為什麼佛陀在《解深密經》才講，他在《雜阿含經》就不講這個？因為他講了，怕大家誤會，將阿賴耶識當作一條靈魂看待。結果佛陀他料想的沒有錯，現在很多人把阿賴耶識當作靈魂。

前面講過瀑布的水從山上流下來，像一條白布，其實他是斷斷續續的，但因為速度很快，所以肉眼一看，好像白布從山上洩下來。所以你可以去找一個瀑布下躺下來，眼睛瞪著不要動，就可以看出那個水是剎那相續的。所以阿賴耶識是剎那生滅的，它的功能也是一樣等待眾緣。緣是什麼？緣是條件，要種種的條件具足，才能升起它的功用；如果我們透過修行到第八地菩薩，這個阿賴耶識不再為末那識執著，他就喪失阿賴耶識名稱。

阿賴耶識就是「藏」，具有三藏：能藏、所藏、執藏。其中「執藏」是什麼呢？他就是被第七識執著為我，所以你到第八地時，這個執藏的

心的下當住安

名稱就喪失；到了第十地「金剛喻定」，阿賴耶識名稱銷毀，其圓滿清淨善種變現而成「大圓鏡智」。好像一個壞人他洗心革面，變成一個大善人，但還是同一個人，並不是這個壞人消失不見。

4、**是生命的主宰**。阿賴耶識到圓滿清淨時，稱「大圓鏡智」，也就是第八阿賴耶識，轉識成智為大圓鏡智。如果我們的心能夠轉為大圓鏡，這個世間就不會有恩怨情仇，不會有分別對立，不會有執著。什麼叫「鏡」？鏡子。莊子有講，如果我們的心像鏡子的話，不管什麼人來他都顯現，不管好人，壞人，一隻鴿子，一條狗，他只是如此顯現而已；他不會說，你好人就給你照；你壞人，不要來。他沒有分別心，只是如實的顯現而已。

我們世間為什麼種種煩惱，種種對立？就是因為分別意識很強。而且每個人都很執著我的分別才是對的，看到喜歡的就貪愛，看到不喜歡的就討厭排斥，所以第四點，一條靈魂說是生命的主宰；但阿賴耶識他不是生命的主宰，他是生命的主體，「主體」和「主宰」是不一樣的，



一字之差。為什麼他不是生命的主宰？因為他組成的部分都要待緣而成熟，要條件具足，他才能生起作用、功能出來。

5、是輪迴者的不變存在實體，從一個世界轉到另一個世界去。它可以從人道、畜生道、阿修羅道，通通就這一條靈魂轉來轉去。就好像一個人今天穿皇上的衣服，就是皇上；明天穿了老百姓的衣服，就是一個老百姓。所以一條靈魂，是指那個人永遠都是那個人，只是衣服換來換去而已，好像在演戲。但阿賴耶識不是講這樣的，「阿賴耶識」只是方便說「一個輪迴的主體，叫『阿賴耶識』」。

一般在表達總是要推出一個主體出來，所以勉強用「阿賴耶識」為主體，他並不是真的有一個東西叫「阿賴耶識」，在我們的身體裡面。就好像我們講的佛性、明心見性，哪裡有心？你要去哪裡見佛心？所謂的「心」，只是我們的佛性的一種表達生命高度的境界狀態而已，不是真的有一個東西叫做佛性。所以有很多人打坐，一天到晚要明心見性；我告訴你，你永遠都見不到的。

心安當下的

什麼叫「見到佛性」？佛者覺也，如果你每天小時，分分秒秒都活得很清醒，保持覺知，你保持這種特質，就是明心見性。我們人會犯錯都是一秒鐘而已；開車在高速公路，要發生車禍也是一樣，可能不用一秒，差個十分之一秒閃失，就發生了。

所以阿賴耶識不是實體，也不是從一個世界轉到另一個世界去。人包括兩大部分：一部分物質的色身、一部分精神；精神就是我們的感受想法，意志力，這個是屬於精神的部分，如此才組成一個所謂的人，眾生。你這一世的五蘊跟下一世的五蘊就不一樣了，為什麼五蘊不一樣呢？因為你的業種不一樣，你造的業不一樣。業就是因，在業種影響之下，當你前五蘊及器世界消失時，現起一個新的五蘊及器世界，而一切變化都由阿賴耶識提供功能種子，然後實現。

6、**能直接造作善、不善業行**。若是一條靈魂，他都直接的造善業惡業。而阿賴耶識它本身會造業嗎？不會。但他所執持的「思種子」，眾緣具足時，他才能造業。



什麼叫做「思種子」，「思」就是十二因緣的「行」。「思種子」就是業種子，你要有業種子才能造業；好像你要種菜瓜就要有菜瓜子，種苦瓜就要苦瓜子，那個種子代表因，瓜就是結果，你種什麼因就結什麼果，你不可能種胡瓜變絲瓜。種瓜得瓜，種豆得豆，這是很科學的。

7、**能直接感受苦、樂**。差別在於一條靈魂能直接感受苦樂，阿賴耶識不行。所以民間有一種牽亡魂，牽魂出來一直哭，我在地獄多苦，很冷沒衣服穿，沒東西吃快餓死，討衣服燒給他，沒錢就燒金紙，辦喪事要燒庫錢，去地獄沒錢當窮鬼，要逛夜市沒錢買東西，地獄也有夜市，所以這民間的傳說，為什麼？因為過去沒有佛法的概念，才會人云亦云，以訛傳訛。

「阿賴耶識」是不能感受苦樂的，他可提供種子功能，由前六識現行而感受苦樂。換句話說，我們今天有苦受、樂受，是由前五識、六識，分別意識的功能所造成的。我們起煩惱，就是有第七識很在意、很執著你所感受的苦跟樂。感受到「苦受」，你就會產生嗔恨、排斥、不喜歡

心的下當住安

的心；如果你感到「樂受」，就會想要繼續下去；所以為什麼很多人喜歡去按摩、SPA，感受很好啊，觸覺太好了。





第十二講 業果輪迴(二)

唯識家建立阿賴耶識作為輪迴主體。如是阿賴耶識可說是有情生命的「小宇宙」，一切輪迴流轉成涅槃解脫，完全在此之內進行，不必倚仗心識之外的任何外緣作用。

其中，到底如何造業感果，使個體生命得以生死相續？世親在《唯識三十頌》中有解答，其中云：「由諸業習氣，二取習氣俱；前異熟既盡，復生餘異熟。」

這一頌說明「生死輪迴」的道理，也就是依照唯識學來講建立業果（因果），這是三乘佛法的通義，不管大乘、中乘、小乘通通都是這樣講的。無業果就沒有佛法可言，因此太虛大師曾說：「業果是佛教最重要的一法。」在佛法中修學的人，就是為了了脫生死的痛苦；因為生死太苦了，想要解脫業果輪迴，必須明白其中的道理。

心安當下的

頌中前兩句是說明業的：「由諸業習氣，二取習氣俱。」也就是說因果的因怎麼來的；後面二句是說「輪迴」，也就是說「果」。業是因，輪迴是果；因果相續有時間性，也有空間性，故曰「輪迴」。今就頌中的術語先說明之。

「前異熟既盡，復生餘異熟。」這二句是講輪迴：「餘異熟」是講以後的，也是說「果」。業是「因」，輪迴是「果」，所以你造業，就一定會輪迴，但是這個輪迴不是由十殿閻羅王的第十殿平等王判罪，然後要你去哪一道投胎轉世；不是這樣的！這是我們自己選擇的，我們自作自受的因果相續，有時間性也有空間性，叫作輪迴。

唯識學最麻煩就是這些名相，學唯識第一關，就是要先搞懂這些名相講什麼。



一、諸業習氣

「諸業習氣」就是「業種子」。由身、語、意所造的有漏善業、不善業、不動業（指修禪定中的善業，能生色界或無色界。）也就是你一生中的行為造成你自己的行為；我們人有三大業：身體的行為，嘴巴講話的行為，內心的行為。

有的人他雖然沒有透過手腳動作，沒有透過嘴巴說出來，但是他悶在心裏，懷恨在心；懷恨在心就造一個意業，造一個嗔恨的種子。所以業種子是由身、語、意三種行為所造。

修行是在修什麼？很多人不曉得修行是要修什麼，所以抓住一個法門每天猛修，這樣表示我在修行，錯啦！修行只是在修改你的身行、口行、意行而已；我們的身、口、意會造三種業，他會做善業、不善業，還有一種不動業。「不動業」即是指喜歡追求四禪八定的人，他這種也算善業；就是投生色界天、無色界天的種子。

心的下當住安

由此等善、不善「思心所」所發動的諸業，熏成種子氣分，名為「諸業習氣」。換言之，就是我們的行為動作，養成習慣性所留下來的一種潛能，這種氣分就是「餘勢力」，到後來遇緣，仍會發生作用。這個善業、不善業，不動業都是「因」，因為一定要遇到緣，因緣才和合，才會產生果。

《華嚴經》云：「假使百千劫，所造業不亡；因緣會遇時，果報還自受。」這些業種子在第八阿賴耶識中，條件若具足了，即會感受果報的。這種業所感的果是異熟果。

關於果報的問題，我在《慈悲三昧水懺》網路班講的最清楚，你們回去可以看書，書中講的業報因果，很多都是今生造惡今生報，甚至今生造惡下生報。也有可能今生造惡，五百年後報，乃至一萬年以後才報的，原因就是這麼複雜又撲朔迷離，才會讓很多人不相信有因緣果報。

譬如隔壁一家都壞心腸，但是什麼好康的他們都擁有，事業大又賺錢，天天開名車穿名牌。如果沒有去了解因果法則：「善有善報，惡有



惡報，不是不報，時機未到。」那你會問為什麼因緣沒有成熟，報應還沒到呢？這在《慈悲三昧水懺直解》裡都有，這些業種子都收藏在第八阿賴耶識中，因緣條件若具足了，就會感受果報的。

二、二取習氣

「二取習氣」，什麼叫「二取」？由前七識所起「見分」及「相分」，此二分所熏習而成的種子，名為「二取習氣」。其中「見分」為能取，「相分」為所取，故曰「二取」。

換句話說，「見分」就是能見的心，「相分」就所見的境界；這「二取」本身是很難捉摸的，它是內心思的執著，是很堅固的。一般我們會執著，是因為第七識它會執著第八識的「見分」為「實我」，這個就是我；執著「相分」為實在的法，相分變現我們的根身、器世界、種子，所以執著這個是法、萬法。如此取著，在人們的心念中，久而久之形成

心的下當住安

了習氣，所以為什麼釋迦牟尼佛在《華嚴經·如來出現品》講：他從菩提樹下開悟時，睜開眼睛一看眾生都跟我一樣有廣大的智慧德相，為什麼會愚癡迷惑，不知不見，不知道自己的身中有寶？原來就是妄想、執著遮蓋，讓眾生沒有發現。

所以《法華經》中就給你挖寶，挖那個被妄想執著壓住的寶，你的佛性真如。《法華經》有一個譬喻：有位長者子小時候不見了，結果是去當乞丐；他不知道自己富爸爸的後代，本身家財萬貫。《法華經》很多品都在譬喻我們的佛性。《心經》講的不增不減也是這樣，「佛性」在釋迦牟尼佛他不增，在我們眾生凡夫不減，一樣平等的。如果要秤斤秤兩，釋迦牟尼佛的佛性和我們的都一樣，不是佛陀的佛性很偉大就很重，而我們凡夫就很輕，沒有這一回事。

差別差在哪裡？一個迷、一個悟；一個有發現，一個沒發現自己迷失了。佛陀為什麼要說法，因為他有悟到看到，透過說法告訴我們：你心中有一個寶，叫作「如來藏」，你心中藏一個如來在你的心中。



我們第四階段課程就是要講《大乘起信論》的「如來藏」。聽完這四個階段課程，你對佛法才會有全面觀，基礎打得穩，在未來學法修行，才不會被各種偏執的法門吸引走偏了，乃至迷信，誤入邪教。要知道自己的起心動念造業從何而來，這在第四階段《大乘起信論》講得更清楚；他講三細六粗，分的很清楚，一步一步聽，你就會懂。

有時間可以自己先看書，佛法的東西，你光聽我講，還是一知半解，有一部份要靠你自己去深入。你聽我講只是聞而已，你要深入，就要進入到「思」；連儒家都這樣講：「博學之，審問之，慎思之，明辨之，篤行之。」「慎思之，明辨之」就是思，「思」比較深入；最後「修」就是修行（篤行之），要腳踏實地，老老實實的去，不要光聽不練，這是沒有用的。

聞思修，你「聞」只是成就「聞慧」而已，「思」成就「思慧」，「修」才會成就「修慧」。《心經》講「照見五蘊皆空」，要怎樣照見？一定要「思慧」。光聽光看，沒有辦法照見五蘊皆空，你要有思慧才

心的下當住安

有觀照的力量；照見五蘊皆空，你就解脫「度一切苦厄」。度一切苦厄就沒苦厄嗎？照樣有，一樣會遇到，一樣會生病得癌症，也會車禍，但是你遇到不會起煩惱，你還笑的出來，被倒債五十萬還笑的出來。別人可能會詛咒別人，但你不會，這是生命的高度，智慧的問題。

這個「二取」停留在哪？就在十二因緣的「取」。你執著「能取」就是執著「我」，你執著「所取」就是執著「法」；這個我執和法執又可以分：分別我執、分別法執；俱生我執，俱生法執。

你看這個唯識學這麼複雜，不要怕，只要照次第來抽絲剝繭，一步一步來很明朗的，你就不會頭暈腦脹，不會被名相嚇到了，不但不會被嚇到，越看越法喜，越有味。到那個程度，你的心中會有法，不管什麼境界你的「法」就跳出來了，如果你心中沒有法，一碰到境界來，這個「我」就跑出來了；「我」跑出來，煩惱就又來了。

誰在煩惱，當然是我在煩惱，我們都執著我，執著我就會對號入座，那是一定的；如果不執著我，就不會。例如：你對我講一句很難聽的話，



我不會對號入座，我知道你不是針對我，我知道這是你的習氣，你的口語、口氣，你的習慣性；不管你碰到任何人，只要你不高興就會講出這種話。是不是這樣？我們都會把它感覺是針對我，煩惱就跟著來了。為什麼佛陀那麼辛苦講經說法四十九年，佛陀講法要轉變你的觀念都很難轉，因為眾生執著太深了。

我們第三階段講《金剛經》，就是要講這個。《金剛經》是講智慧，但是我告訴你，比智慧更厲害的是煩惱，我們的煩惱是「無敵鐵金剛」。我們一般知道《金剛經》是《金剛般若波羅蜜經》，其實《金剛經》全名翻譯出來不是這樣，應該是玄奘大師翻譯《能斷金剛般若波羅蜜經》才正確。「能斷金剛」，能夠把類似金剛牢不可破的煩惱執著破除掉，這沒有很大的智慧是沒有辦法的。

人與人相處，夫妻兄弟同事鄰居都好，一定要去瞭解對方的習氣，才有辦法和他住在一起生活，你沒有瞭解的話，每天都會起煩惱；對方隨便丟一句話過來，你就睡不著了。我們人的習氣很難改，不是你今生

心的下當住安

修行學佛就有辦法改，告訴你：即使已經證阿羅漢了，習氣還是在。我這本《慈悲三昧水懺直解》裡面就有寫，既使證了阿羅漢果，他還是有身口的習氣，但他沒有惡意的習氣。換句話說：習氣不會引響你的解脫，是煩惱影響你解脫；習氣是間接影響而已，不會直接影響。但是你的習氣可能會造成別人的煩惱出來。

所以為什麼十地菩薩要每一地都要斷習氣，如果你真的要度眾生的話，就要斷習氣；不然你講得再好聽，多令人感動，有一天眾生發現到你的習氣就嚇跑了。

「習氣」的種類有三種：(一)名言習氣；(二)我執習氣；(三)有支習氣。

(一)名言習氣

「名言習氣」就是名稱文字。一切的語言名稱，世代相傳，就成了自然的習慣了。好像這個東西原本叫「口罩」，如果當時給他取名「手帕」，這個就變成「手帕」。因為大家代代傳承，所以說這個是牛，這個是老虎，就把他們取了名稱，貼上標籤，而大多數的人也為了名言習



氣在那邊爭執。

名言習氣分二種：、了義名言；、顯境名言。

1、了義名言：就是能詮義理的文字、符號等，能得知事物的本體概念，所以說「了義名言」就是可以顯示義理之意。

「了義」就是透過文字，說明它裡面的道理；能夠用一個符號，就可以知道事物的本體概念。所以還沒上學的小孩，不會寫字，但他會畫畫，他會畫很多符號，畫太陽、畫房子、畫爸爸、畫媽媽，用來表達他心中想的東西。又好像現在的手機，Line 裡面很多貼圖，在上面按個娃娃，就傳出去心中的想法了。

2、顯境名言：顯境指心識。心是能了別境界，一切的言說名稱都是心上的影子，都是隨心假立的。

什麼是「顯境」？就是能讓那個境界凸顯出來，當然是我們的心識，我們的心能了別境界。一切的言說、名稱都是心上的影子，都是隨心假立出來的；也就是方便設立一個名稱，所以這個是「顯境名言」。

心安當下的

這二種名言，都可以熏成種子，成為一種習慣性的潛能，可以作為生起諸法的親因緣。所謂的種子它潛藏「生發」的功能，可以作為生起諸法的親因緣。我們造的因緣就是從這二種名言來的。

此二名言，所生的果是「等流果」；「等」就是相等，就好像你造善業得善果，殺生就得到短命報，或者殺生就得多病報，這叫做「等流果」。

(二) 我執習氣

「我執習氣」就是執取真實的「我」的習氣，這是吾人的虛妄分別心，也叫「徧計所執法」。我執有二種：一種「俱生我執」，一種「分別我執」。

什麼叫作「俱生我執」？就是與生俱來的，你還沒出生，在媽媽肚子裏就有的，不必經過別人教導。而「分別我執」就不一樣了，是你生下來以後，從小聽父母親這樣講的，然後去上學老師講的，出社會被教導的，這就造成你的分別我執出來。所以「分別我執」就是透過別人教導



你、告訴你的。「俱生我執」很難破掉，「分別我執」比較簡單；這兩種我執，是指第六識和第七識。這個第六識它沒有辦法單獨，它要依第七識意根，所以這兩個是連體嬰，連在一起的，沒有辦法分割的，不過一切我執以第七識為根本。

為什麼我們的第六識它有分別意識呢？因為「第七識」做它的根本。本來「識」也是清淨的，但是會變成染污的原因，是因為第七識是前六識染污的根本。換句話說，前六識看上去是清淨，或是染污的，這個幕後的藏鏡人是第七識。

為什麼第七識會這樣呢？因為第七識它有四個我執：我見、我愛、我慢、我癡。「有情日夜鎮昏迷」，表示眾生就是被這四個挾持、綁架了，你要丟掉這四個很困難，這才是生死的主因。

(三) 有支習氣

「有支習氣」就是十二因緣，就是人類生命的全部歷程；也就是前面說的業習氣，或異熟習氣，能招感三界異熟果的業種子。

心的下當住安

佛陀宣說四聖諦，講完之後講「十二因緣」。他在菩提樹下，所領悟的是十二因緣；眾生為什麼有「老死」的煩惱？因為有「生」，為什麼會有生呢？因為有「有」。為什麼會有有？因為有「取」。為什麼會有取呢？因為「愛」。這是講生命的流轉，換句話說，我們會不斷輪迴，在這十二因緣繞圈子，繞了千百萬世繞不出去。

「支」就是十二支：從無明、行、識、名色、六入、觸、受、愛、取、有、生、老死。這都要背起來，順序不能顛倒；有支習氣，能招感三界異熟果的業種子，此業種有二種：

1、**引業**（召感總報的業因，又稱總報業）。什麼叫引業，就是你接引到哪一道去，接引你去人道投胎，你就是人類；或是接引你去瑞士，你就是瑞士人；接引你來台灣，你就變台灣人。

2、**滿業**（引生差別果報的業因，又稱別報業）。什麼叫作「滿業」？就是別業。同樣都是台灣出生的，有美醜分別，也有貧賤富貴、聰明愚笨的分別，這種各別的業，叫作滿業。



很多人都會奇怪，為什麼是這個「滿」？滿的意思就是說你今日的福報到這裡為止就滿了。「滿業」又稱「別報業」，各又有二類：

- (1) 是「善業」感可愛樂的異熟果。
- (2) 是「不善業」感不可愛樂的異熟果。

這些不管是善或不善的，通通都是「有漏業」，即是人類的生滅因果律。如是「二取習氣」對於我們生命果法作親因緣，感「等流果」（與原因同種類的結果，例如殺生得短命果。）造什麼因就感什麼果，就是等流果。

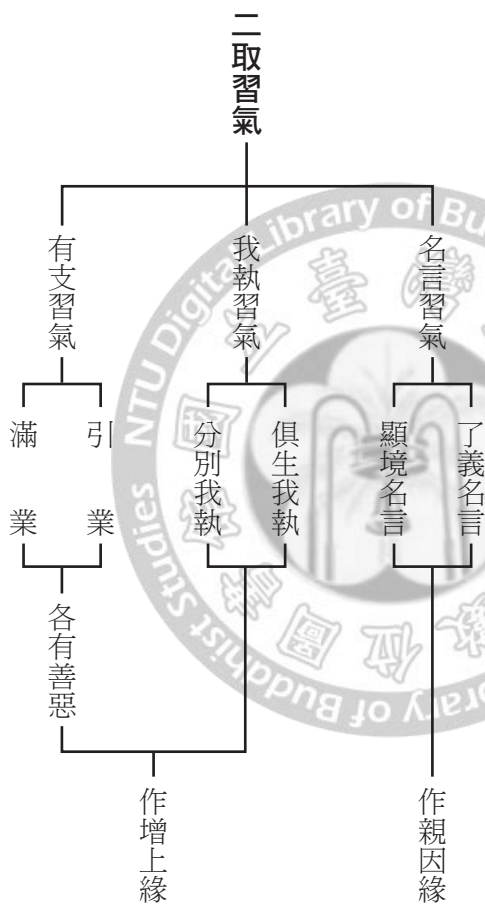
「我執習氣」及「有支習氣」，對於吾人的生命果法作增上緣，感「異熟果」，由善或惡因，其成熟招得的果是無記的，故稱「異熟」，這在前面都講過了。

為什麼第八阿賴耶識它是屬於「無記」？如果是「有記」那就慘了，透過修行都沒有辦法，你造惡業永遠都是壞人，生生世世都是壞人，都沒有辦法變成好人。而修行的力量就是要翻轉這個業的力量，不然的話，

心安當下的

菩薩永遠菩薩，眾生永遠眾生；就是因為阿賴耶識是無記的，所以我們才有辦法翻轉，才有辦法轉識成智。

什麼是「無記」，說白話一點，你出生時，你的臉上沒有寫你是壞人，沒有做記號。以下將「二取習氣」整理以上所講，列一表格如下：





三、二業二障二生死

(一) 二業：即是前所說的「引業」和「滿業」，或「有漏業」和「無漏業」。什麼叫有漏業？你有所求作的善，一定會起煩惱；無所求作的善，才不會起煩惱，這叫作「無漏業」。

(二) 二障：即煩惱障和所知障。吾人之生死相續，皆由此二業和二障為因緣，若無此二業與二障，則無二種生死。

《成唯識論》云：「生死相續，由內因緣，不待外緣，故唯有識。因謂有漏、無漏二業，正感生死，故說為因，緣謂煩惱、所知二障，助感生死，故說為緣。」生死相續是各人自己內心創造的因緣，不是外來的，故俗語說：「各人生死各人了。」因果是自作自受的。

唯識學為什麼講「唯識」，就是在講這裡，在解釋眾生會生死相續輪迴，是由內因轉換，它是不帶外緣的；也就是不依賴外緣，所以叫作「唯有識」。

心的下當住安

(三) 二生死：就是生死有二種：、分段生死；、變易生死。

1、分段生死：《論》云：「諸有善不善事，由煩惱障緣助勢力，所感三界異熟果。身命長短，隨因緣力，定有期限，故曰分段。」這是說明生死果，是由業感的果報，是有期限的。

凡夫的生死，不管做好事做壞事，都由煩惱障助緣，所感三界異熟果，因為你沒解脫以前一定是在三界輪迴。三界就是：欲界、色界、無色界；我講的欲界，色界，無色界不是往天上講的，所有的境界都在人間，這是在講生命的高度不一樣。

什麼叫「分段」？我們人的壽命就是百歲，這是固定的，所以百歲就是你的一段。你下一世來又另外一段，這叫作「分段生死」。

證初果須陀洹的人，名為「與苦作邊際的人」，就是他不再造新殃，而只了舊業。就像欠銀行錢，沒有要繼續借新債，你現在還舊債，還完你就輕鬆了，所以這叫「與苦作邊際的人」。

到了四果阿羅漢宿債完了，這個就是證無生，阿羅漢也叫無生，它



是一種超越生死的境界。

2、變易生死：它的全名是「不思議變易生死」，為什麼不思議呢？就是不可思議。因為這不是業力趨使他來輪迴生死，這是他的願力；是講菩薩他發願行菩薩道，要度眾生廣度有情。所以《論》云：「由悲願力致轉生命，無定期限，故曰變易；無漏定力所資，妙用難測，故曰不思議。」

就好像他發願要度海邊的人，他就海邊蚶仔寮出生；他想度山上的人，就去阿里山上出生。民間故事有「魚籃觀音」，她就出生在海邊小村莊的一位女孩，去度討海的人，所以這叫做「變易生死」。這說明聖者受生死是自在的，隨願力，不是隨業力飄流的。譬如菩薩來人世間受生，皆由悲願力而來，在菩薩的受生上，隨著他的願力變的，這個難思難測，不是我們有辦法揣測的。他有無漏定力資助，所作度生事業，時常顯示不可思議的妙用。

證聖果的人，他對於生死輪迴跟涅槃解脫，都是一樣沒有分別；所

心的下當住安

以有一句話：「生死即涅槃。」所以菩薩不畏生死，但是他也不住涅槃，這個才是真正的不執著。

四、輪迴緣起

這個緣起是在講十二因緣，十二因緣謂：無明緣行，行緣識，識緣名色，名色緣六處，六處緣觸，觸緣受，受緣愛，愛緣取，取緣有，有緣生，生緣老死憂悲苦惱等，生死輪迴由此建立。以下略明十二緣起的自體相，我們等於是再複習一遍。

(一)無明：行蘊所攝，即貪瞋癡的「癡」，為根本煩惱之一。所以無明就是癡煩惱。

(二)行：指身行、口行、意行，身語意三種行為。行體是思，行蘊中攝。所以這個「行」有時候也會講成「思」，這在十二因緣叫作「行」。這在「五遍行心所」（作意、觸、受、想、思），是講「思」。這要背，



你不背的話，我在講什麼，你會聽不懂，會以為我在講新的內容，其實這些已經說過很多次了。

(三) 識：謂阿賴耶識。入母胎時，此識攬父精母血以成肉體，名羯羅藍（這是印度文）；這時羯羅藍好像一個荷包蛋而已，都還沒有四肢五官。事實上，他剛懷胎一個禮拜左右。為什麼懷胎會長大呢？因為他有識，識注於色（羯羅藍），所以他有辦法漸漸成長。

(四) 名色：屬有漏五蘊。在母胎中，六根未分明前，「色」是肉身，「名」指心識。這「名色」的「名」代表精神，「色」代表物質。精神是在講心，色是講色身，在這個階段六根還沒分明的。

(五) 六處：六根已經完備，會讓你看得很清楚，此後即可出生人世。

(六) 觸：是第八識相應的觸心所，及六處六境之相接觸。因為有觸才有刺激，你看為什麼很多人喜歡找吃喝玩樂，刺激的？因為大多數人喜歡重口味，想要刺激的，這都是十二因緣的「觸」。

小孩從「觸」就開始接觸世間，所以為什麼小孩子剛出生都會哭，

心的下當住安

沒有一個會笑呢？因為他在母胎裡好溫暖，出來第一次接觸世間他會害怕，感受很不好，所以他只能哭。原本在母胎中，根本不會呼吸，因為在母胎中都靠母親而已；所以一出生他就哭，哇！肺活量就出來，呼吸開始要靠自己了。這在第三階段講中觀空性的《金剛經》時，會講得很清楚。「觸」是第八識相應的觸心所。

(七) 受：是知苦、樂的感受，所謂感情作用，是受蘊攝。

(八) 愛：你樂受沒消化，就會變成貪愛。其實這個貪愛在嬰兒的時候就有了，這叫作俱生的貪愛。嬰兒一出生就哭，因為他有俱生的貪愛，原本他在母親的子宮裡好溫暖，出來就苦受了；他不要苦受，所以他就放聲大哭。

(九) 取：有愛以後你就想要佔有、想要抓取不放。因為有愛有取，所以我們才會有患得患失的心理產生。你抓取就是一種執取，你就到處奔馳，執取追求的意思；追求生活一切，所以煩惱都由「取」而來。

(十) 有：有「取」就有「有」，這個有是從哪裡來的呢？識、名色、



六處、觸、受和合而變成的行動，就是「有」。這個「有」也叫「業有」，又名「報有」。

此「異熟果報」與「取」和合，而有身體的行動及煩惱心理之活動出來。所以「有」是有什麼呢？有煩惱，有煩惱就會造成新的因。

(±) **生**：生就是講未來，未來的異熟果，然後你再去出生。

(±) **老死**：只要你有生就會老、會死，這老死中間省略一個「病」，為什麼它沒有寫「病」呢？因為並不是每個人都有病，也不是每個人都生病死的，所以他才沒有寫病。幾乎百分之九十以上都是「生、老、病、死」。

從以上十二有支來看，他有三種關係而已：惑、業、苦。這是三角關係，這是一個等邊三角形的三個點：惑、業、苦。「惑」就是無明、愛、取；因為你迷惑，就會造業。「業」就是行、有。「苦」就是識、名色、六處、觸、受、生、老死。苦果有七支，業有兩支，惑有三支，總共十二支；此十二支中，又包括「諸業習氣」及「二取習氣」。

心的下當住安

前十支中的「行、有」是諸業習氣；「無明、識、名色、六處、觸、受、愛、取」是二取習氣，由此諸業習氣及二取習氣，所以有輪迴的因果律。

所以依十二因緣去推論，「向上無始」。什麼叫「向上」？向上一直追溯到無明。我們有一句話：無始無明；無明怎麼來的？沒有開始，沒有人知道，不知道什麼時候開始，就好像什麼時候有天地，有虛空，這沒人知道。太空科學家，對於宇宙這麼大，他也只是推論而已。

「向下未得解脫」，你還沒有解脫以前，都是生死無邊，無始無終，有情生命，不必憑藉外緣，亦可生死流轉，生死相續不斷，故一切唯識。他憑什麼來生死相續，一世更一世呢？就是執著。只要執著，你就跑不了，你就沒辦法解脫；看你臨終一念，百歲年後最後一口氣，看你是執著什麼，罣礙什麼，放不下什麼，下一世你就會再繼續。

這裡有一個故事，講往生西方感應錄：有一位婆婆念佛很虔誠，念的很勤，念到念珠，本來是白的，念到變黑的，念到吐一句阿彌陀佛，



(二) 迴輪果業 講二十第

就令念珠浮出阿彌陀佛四的字。等到百歲年後，阿彌陀佛要來接引她時，她很開心要跟阿彌陀佛去。臨走前她跟阿彌陀佛說：等一下，我來看一下我孫子有蓋被子嗎？結果回頭一看，阿彌陀佛走了。因為他還差孫子，所以他就去投胎隔壁村莊的一位女孩，嫁給他孫子，照顧他孫子一輩子，所以這個都是我們自己找的。

（全文完）



心安當下的

編後語

玄奘大師二十七歲時為解開佛教各派理論見地不一的疑惑，於是立志前往印度求法。其無畏西路艱險、鬼魅熱風、沙河阻遠，三年後終於抵達天竺國親近戒賢論師學習，前後十七年。西元六四五年，他帶著大批經卷返抵長安，並在朝廷支持下設立譯經院，馬上著手翻譯經論的大工程。大師一生所翻譯的經論有七十四部，共一千三百三十八卷；尤其唯識有宗的論典齊全完整，譯後經其徒窺基註釋百部，並創立「慈恩宗」，大弘唯識學，影響各宗派甚深。

唯識學有佛教心理學的說法，其詳列吾人起心動念，然因名相太多，常令學子卻步。開藏法師於十年前已出版《大藏金鑰》八識暨百法講記》，以深入淺出說明「八識心王的作用」；今再以淺顯方式解說唯識學的重要觀念，並詳述《百法明門論》，令學子知道自己情緒的森羅萬



象，皆離不開心識。若能將二書融通，你會喜歡上唯識的心法，並且知道修行的次第與入手處。倘若要再深入鑽研《成唯識論》、《瑜伽師地論》，將備感親切，不再被名相卡關。

本書集眾人之力，共同圓滿，感謝：碧紅、佳芳、姿惠、水木、小吳、道涵的謄稿，以及宇文為「佛陀解脫心法系列」所繪的Q版佛陀。又海軍官校前校長王長銳將軍，為本書封面揮毫；而封面的背景照片，乃是邱順來居士蹲點守候的精彩瞬間。最後蒙素蘭居士寫序，導引讀者站在唯識學的思考起點，向前邁進，揭開生命的密碼。


今書付梓，開卷有益，祈願讀者，諸障消除，智慧增長，法喜充滿。

助印芳名錄

助印功德殊勝行 無邊勝福皆回向
普願罪障悉消除 世世常行菩薩道

宜蘭妙覺寺、釋如加、釋如深、釋如瑩、釋岑融、釋德融、釋慧靈、丁莉蕙、王素敏、王瑞萍、王翠屏、吳秀螢、吳明珀、吳姿惠、吳碧燕、李育慈、李勇吉、李崑山、李斯政、李佳紘、李佳銘、呂麗琴、卓陳淑蘭、卓勝雄、卓玉玲、卓凡茜、張桐村、周玉敏、林秀金、林建邦、林虔因、林榮章、邱順來、洪崇順、范德鑫、孫莉華、許靖雅、陳右勳、陳足清、陳室融、陳美富、陳啟原、李佳芳、彭明星、華文玉、黃文玉、黃芳嬌、黃素蘭、黃美雯、黃靖貽、黃錦玫、黃大益、黃千慈、黃韻家、黃玟馨、鍾易臻、黃羅美惠、楊之明、廖俊傑、蔡專津、蔡麗香、鄭水木、鄭春美、賴文德、鄭琇芳、簡東源、簡采薇、簡群倫、簡秀芽、簡俊薰、簡朝陽、簡妃良、簡辰光、簡妃秀、李享貢、簡妃君、李冠融、魏端翔、傅金花、黃昱穎、張淳翔、劉錦賢、杜慧芬、康玉慧、郭崑樟、吳志明

李秋鋒闔家、黃乙文闔家、謙益豐蔬食、第一彩券行

 往生菩薩：簡福相、何水生、高貞子、呂鳳珠、卓慶良 蓮品上升、花開見佛

【二〇二二年八月一日～二〇二三年三月二十日】

金剛法林印經會緣起

開藏老和尚，一生默默修行，不求聞達四方，罔顧名利，精通三藏。早年得自其師密傳心法，故演說佛法，滔滔不絕，妙語如珠，悲天憫人，啟迪後進，不遺餘力。

其可敬者，若有人真心求法，即使寥剩一人，亦升座講課，從不中斷。本會為使老和尚的心法，能常久駐世，故將其平日開示精華，謄為文字，編印成書以接引有緣。不啻末法時期，為有心修行求解脫者留置一座明燈。

更希望您能發心共襄盛舉，讓正法得以源遠流通於世。如蒙相應，歡迎善款助印，無限感恩！

郵政劃撥帳號：三一六二二四九〇（戶名：卓玉芳）

※新書出版訊息—金剛法林網站 <https://www.wiseman.tw>

※法語線上分享—痞客邦，法遍書齋 <https://wiseman87.pixnet.net>



照見五蘊皆空

↳無我的正能量

佛陀成道後，首先在鹿野苑為五比丘轉法輪，所講的就是四聖諦。其中是在告訴我們苦的存在、苦的原因、苦的消除、滅苦的方法，也就是苦、集、滅、道。佛陀當時跟比丘開示：諸位比丘，其實我們修習佛法的目的，是要解除苦惱，學佛修行是為了要超脫世間的苦海。

開藏法師出家受戒後四處參學，遊心法海數十年，猶不得其門而入；直到一九九六年在台北巧遇旅美善知識歸國弘法，宣講「慈悲喜捨」，當頭棒喝，始降伏修行的大障礙。我慢心，遂立願未來要與大家分享根本佛法的精髓。是故法師於本書中一一把「名相」，闡述成生活化的「動詞」，以助吾人將佛法任運於生活之中。

◎本書的電子書，請至「臺大佛學數位圖書館」下載。網址：<https://buddhism.lib.ntu.edu.tw>



唯識廣行淺述

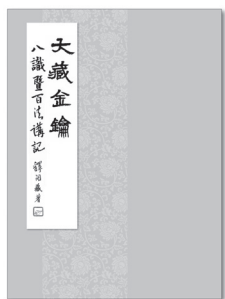
↳ 安住當下的心

唯識學有佛教心理學的說法，其詳列吾人起心動念，然因名相太多，常令學子卻步。

今開藏法師以其畢生研究唯識學的心得，用最淺顯的生活語言及諸譬喻，為大眾開導一條明路，解決吾人在現實人生中，內心承受的種種壓力與困惑。其於十年前已出版《大藏金鑰↳八識暨百法講記》，以深入淺出說明「八識心王的作⌈用」；今此書再解說唯識學的重要觀念，並詳述《百法明門論》，令學子知道自己情緒的森羅萬象，皆離不開心識。

若能將二書融通，你會喜歡上唯識的心法，並且知道修行的次第與入手處，使之能夠安住當下的心，進而出離生死，解脫煩惱。

《大藏金鑰——八識暨百法講記》



《八識規矩頌》乃窺基法師糅《成唯識論》竟，因見本論十卷，文廣義幽，遂請其上人玄奘大師集此要義，惠施眾生；將八箇識分為四章，每章作頌十二句。

然論雖十卷，其義盡在此四十八句，一覽無遺，可謂最為簡要，實為一大藏教之金鑰。不唯教下宗下，即禪淨之士，若不明此，難通教綱；亦不知自心起滅頭數。本書乃唯識之大綱，真所謂佛法之精髓也。

老衲為使學者究心了知起滅下落，易於調治，特以日常見聞覺知、六根觸境中，一一配合本頌，用生活語言開講，將深義淺說，使人人能夠直達本心，了知萬法唯識、一切唯心，進而出離生死，解脫煩惱。

種類	書名	結緣價	備註
經典系列	當孫悟空遇到唐三藏～修心七要新解	100	
	家家有本難唸的經～心經的生活智慧	200	
	大藏金鑰～八識暨百法講記	200	
	生命的覺醒～六祖壇經說什麼！	200	
	處處無心處處心～楞嚴經通說（一）	200	
	智慧超越智慧～老子心法尋味（一）	200	售完不再印
	慈悲三昧水懺直解		
佛陀解脫 心法系列	照見五蘊皆空～無我的正能量	免費結緣	請 e-mail 或 至官網留言
	唯識廣行淺述～安住當下的心		
	金剛經如是說～生命無限寬廣		
智慧小品	開啟無盡藏（一）	已無庫存	佛法落實生活中的隨機開示 ～全版彩色～
	開啟無盡藏（二）	200	
華嚴系列	華嚴經導讀	已無庫存	
	圓滿佛富貴～普賢行願品直解		
論文系列	莊子的人生哲學～以生死智慧為中心	250	碩士論文
	李通玄華嚴思想研究	500	博士論文

道涵法師著作

論文系列	莊子內七篇真人觀之研究	250	碩士論文
	《大方廣佛華嚴經·入法界品》之修道觀研究	500	博士論文

非凡人系列

五術系列	達摩神算～一掌金大解密	200	
------	-------------	-----	--

◎新書訊息請上「金剛法林」網站查詢：<https://www.wiseman.tw>

◎購書，請利用郵政劃撥帳號：31622490（戶名：卓玉芳）。

◎以上購書，一本或多本，請另加郵資 100 元。



【佛陀解脫心法】02

唯識廣行淺述——安住當下的心

講 述：釋開藏

校 編：釋道涵

出 版：金剛法林印經會

網 址：<https://www.wiseman.tw>

電子信箱：wisobook101@gmail.com

劃撥帳號：三一六二二四九〇（戶名：卓玉芳）

★免費結緣

西元二〇二三年五月出版

聞法功德殊勝行
無邊勝福皆迴向
普願沈溺諸有情
速往無量光佛剎

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

唯識廣行淺述：安住當下的心/釋開藏講述；
釋道涵校編.-- 高雄市：金剛法林印經會，
2023.05

面；公分.--（佛陀解脫心法；2）
ISBN 978-986-98754-6-2（平裝）

1.CST:唯識 2.CST:佛教說法

220.123

112004610



金剛法林印經會

— 開藏法師著作系列 —



當孫悟空遇到唐三藏
— 修心七要新解



家家有本難唸的經
— 心經的生活智慧



大藏金鑰
— 八識暨百法講記



開啓無盡藏之二



生命的覺醒
— 六祖壇經說什麼！



處處無心處處心
— 楞嚴經通說之一



華嚴經導讀



普賢行願品直解



慈悲三昧水懺直解



照見五蘊皆空
— 無我的正能量

敬邀十方大德善信發心助印
劃撥帳號：31622490 (戶名：卓玉芳)

ISBN 978-986-98754-6-2



9 789869 875462

