

八識規矩頌
第二講
最尊貴的淨蓮上師講解
講於新加坡 Orchid Country Club
二〇一二年三月八日

喇嘛！法師！各位師兄！晚上好！

我們今天介紹第一首偈頌的後面兩句，就是：

徧行別境善十一，中二大八貪瞋癡。

那這兩句就是說明前五識它所相應的心所。前五識和哪一些心所相應呢？在五十一個心所裡面，前五識相應的有三十四個。

第一個相應的是「五徧行」。五徧行就是作意、觸、受、想、思。

所謂的作意，就是「注意」。我們眼睛隨時在看，耳朵隨時在聽，鼻子隨時在聞，舌頭隨時嚐味，身體有種種的感觸，可是你注意到的那個，你才會看到、聽到，要不然境界很多，可是為什麼你會鎖定一個目標去看到它呢？那個就是作意的功用，就是你注意到它了。

譬如說：你去逛街，走走走，聽到一首音樂，你的心就趣向那個外境，就是那個聲塵，耳根趣向那個聲塵，你聽到那個音樂，你的心注意，這個就叫「作意」。那你耳根去跟那個聲塵接觸的那個當下，叫作「觸」，聽到的那個當下叫「觸」。那你就把這個聲音聽進來，這個叫作「受」，所以「受」是領納外境，就是你的心去把它接受，那個境界到你的心裡面來，有進來到你的心裡，那個叫「受」。然後你就去認識，認識是「想」，想就是認識的作用，你就知道你聽到的是西洋樂，還是國樂，還是交響樂，還是……就是音樂，你知道它是音樂，還是噪音呢？好聽不好聽呢？所以認識外境這個作用，我們稱為「想」。這個音樂還不錯，我決定去買一張 CD 回去聽，這就是「思」的作用，所以思就是令心造作，我們的心考慮了之後，決定要怎麼做，那個就是思的作用。

所以只要我們心識一活動，就有五徧行。我們每天五根面對五塵境界，一定要有五徧行，所以它是我們心識的活動，一切活動都是有五徧行，就是八個識，前五識、第六、第七、第八都有五徧行，所以它遍一切識。所以我們現在講這個前五識，它相應的心所就一定有五徧行。那也是我們每天五根

面對五塵境界，起心動念的開始，就是有作意、觸、受、想、思這五個。

第二個相應的是「五別境」。五別境就是欲、勝解、念、定、慧。

想一想，我們每天忙什麼？要享受嘛，對不對？忙著享受，就是眼睛要看好看的，耳朵要聽好的，鼻子要聞好聞的，嘴巴舌頭當然要嚐好吃的，那身體的感受更重要，太冷（熱）了 air-con 嘛，還是……我們挑衣服也是要那個最好是吸汗的、很柔軟的、觸感好的，就是身觸，這是五塵境界，色聲香味觸，這些都是屬於「欲」。所以我們給「欲」一個定義，就是對於我們自己喜歡的境界，一味的追求，這個就叫「欲」。所以我們每天就是追求五欲之樂，要享受，滿足我們的五欲之樂，這個就稱為「欲」。

那我們昨天講到前五識它是性境、現量，對不對？所以你看，當下看到什麼就是什麼，你不會看錯，你當下聽到什麼就是聽到什麼，也不會聽錯，這個就叫做「勝解」。所以對於外境有殊勝決定性的理解，不會看錯、聽錯、理解錯誤，這個我們就叫「勝解」。

然後我們對於曾經看過的、聽過的、聞過的味道，或者嚐過的食物、嚐過的東西，身體接觸過的東西，你都會有一種記憶的作用，這個就叫做「念」。不然你怎麼會記得哪一部電影好看，對不對？哪一個音樂好聽，哪一個香味好聞，哪個東西好吃，就是你受用的當下回薰到第八識，成為這個種子。所以這種對於曾經串習過的境界，能夠明記不忘，就是這種記憶作用，我們就稱為「念」。

那有時候我們看東西，看得很入神，看得很專注，好像定住了，定在那裡，這個就稱為「定」。所以所謂的「定」，就是對於所觀察的境界非常的專注、不散亂，這個我們就稱為「定」。

同時我們在看的當下，或者是聽的當下，能夠去分辨它好不好看、好不好聽，聞的當下，知道它好不好聞，吃的當下，知道它好不好吃，身體感覺好不好，這個就是「慧」的作用。所以「慧」就是對於所觀察的境界，有分別揀擇的能力，這個叫做「慧」。

這就是所謂的五別境。我們前五識，眼耳鼻舌身這前五識，也是隨時都有欲、勝解、念、定、慧這樣的作用，所以前五識就一定跟這個五別境相應。也就是說，對於希望境我們會起欲，就是希望嘛，希望享受，那個希望，對那個希望的境界，產生欲；對於那個決定的境界，產生勝解；對於曾經串習

過的境界，產生念；對於所觀察的境界，我們有定，還有辨別——那個慧的能力，非常專注叫做定，能夠辨別叫做慧，所以對於觀察的境界，我們都有定跟慧的作用，這個就是所謂的五別境，就知道前五識一定有這五個。

前五識也跟十一個善法相應，這十一種善就是信、慚、愧、無貪、無瞋、無癡、精進、輕安、行捨、不放逸、不害，這十一個。

這十一個為什麼稱為善？它的原因就是這十一種法它的自性是善的，就是說它的自體，它的本身就是屬於善性。那怎麼知道它是善性呢？因為這十一個法，它遠離一切的過失，而且能夠聚集一切的功德，那這些功德包括了世間、還有出世間的一切善法在裡面。如果我們真的能夠做到這十一種善法的話，我們就能夠自利利他，還能夠在這一世、還有將來世都能夠得到利益，所以我們就稱為「善」。為什麼稱為善的原因在這裡，就是它一切不論是世間法，還是出世間法，它都是能夠得到利益的。

第一個善法就是「信」。信，就是我們的內心絕對的純淨，沒有絲毫的主觀和自己的見解。所以它的重點是，你的心非常的純淨，清淨到了極點，就是淨化，不斷地純淨、pure，一直清淨、清淨、清淨，清淨到了極點，會發生什麼事呢？就跟我們的自性很接近了，對不對？因為我們的自性本來清淨，那你現在因為信心，讓我們的心越來越清淨、越來越清淨，是不是就跟你自性本來清淨那個相合了？所以我們一切的修行，其實就是在修一個信心而已，你的信心圓滿，你就成佛了，為什麼？因為信心清淨則生實相，就是你能夠見到那個諸法的實相，也就是說你能夠明心見性，你可以見到自己的菩提自性，因為你清淨的那個自性心現前了，你就能夠開悟，你能夠證果。

所以這個信非常非常的重要，不管你是對世間的善法相信，還是佛所說的一切法相信，還是對三寶的功德相信，世間聖賢的道德相信，或者是你相信業力它所展現的那個能力。業力它是一股很強的力量，你造善造惡一定會有那個果報出來，這是一種業的力量，你相信那個業力的存在。

因為相信，你才會精進，你對那個不信的，你當然就不會很勇猛精進去把它完成，或者去把它做到，就是一定是相信，你才會做，所以它是精進的一股動力，就是靠信心來的。不信的話一定懈怠，我們相信有好處，我們才會去做嘛，所以信心它是精進的推動力，它也是我們成就的最重要的根本，就是信心。所以我們一面修，就一面讓自己的心清淨、清淨、清淨，淨到了

極處，自性自然就現前。

我們有這個體悟，常常一懷疑，心就被染污了，對不對？就開始不信這個、不信那個，懷疑東、懷疑西，那個就是開始你的心被染污了，所有的煩惱就生起了。所以不信、懷疑會讓我們心受到染污，然後一切的染法，一切的煩惱就這樣生起了。除非你有信心，你的心才能夠保持那個清淨心，所以它很重要。

第二善法就是「慚」。慚，簡單說就是反省自己的一種自覺的能力。譬如說我們做了壞事，我們內心會感到羞恥，老是耿耿於懷，或者覺得對不起自己的良心的那種感覺，那個就叫做慚。

那個「愧」，愧是尊重世間公共的那個輿論，叫做愧。譬如說我們做了壞事，我們很害怕輿論的批評，害怕別人的指責，覺得沒有臉見人，這個就是一種愧的心理。所以慚跟愧是有一點差別，慚比較偏重在你覺得自形羞慚，愧就是恐怕愧對他人，怕一些批評，或者是責備。所以一個是對自己負責，一個是對他人負責的一種情懷，這個是慚、還有愧。

第四個是「無貪」。無貪，就是不染著。對於已經得到的，我們不會耽著在裡面，對沒有得到的，你也不會拼命去追求，你就是很安於現狀，這個就是無貪的特性。

我們修行人就是不但不要貪，還要對它們產生深深地厭惡，因為我們要知道貪是輪迴的根本，為什麼會來輪迴？就是一念的貪來的，所以阿羅漢證到無貪、無瞋、無癡，他就不會再來了嘛，不會來六道了。所以我們對貪要生起非常強烈的厭惡，一種出離心。

那你說我為了證明無貪，所以我每天也就不要去特別講究說，什麼眼睛要看好的，還是耳朵要聽好的，我就隨便吃，還是隨便糟蹋自己的身體，這樣也不對。所謂「無貪」的意思，不是說我就把這五塵境界就把它丟掉了，然後我也不睬它，然後我逃避它，為了怕引發我的貪，所以我就很害怕它，然後遠遠地避開它，不是這樣子。你可以很自在地受用五塵境界，但是你的心不染著。受用，就是你還是要看，還是要聽，但是你的心沒有怎麼樣？沒有受到它的誘惑，還是安住得很好，可是你可以很自在地受用五塵境界，但是心不染著，那個叫無貪。不是說我就都不要受用了，不要受用你沒辦法活呀，不吃飯就餓死了。所以不是說你不要受用，而是你可以很自在地受用，

但是你一定要很小心地觀察自己的起心動念，有沒有跟貪相應，這個就是功夫嘛。有修正觀都 O.K. 啦，沒問題啦。面對五塵境界心不動，就是止；清清楚楚、明明白白，知道它是生滅無常、無我的，就是觀，然後受用，你可以吃多多都 O.K.，所以它是功夫的問題。

所以我們修行人不但對世間的名聞、利養，或者是……就是我們說名聞、利關、恭敬關，關關要過關，對不對？就是不但不貪著世間的這些名聞、利養等等的。那對出世間的涅槃、菩提也不貪求喔！不要說我世間的這些我都可以放下了，可是我一心一意就是要追求菩提跟涅槃果，這個有沒有貪？我們叫做善法欲，可是這個還是跟貪相應，為什麼？因為你是為了自己的成就而追求的菩提涅槃果，這個就有貪，因為還有「我」，懂嗎？重點是沒有「我」就對了！我今天想要開悟、想明心見性、想要證果，不是為了我自己，我是希望趕快有能力去利益眾生，這個就對了。

所以我不但對世間的名聞利養，我不會去貪求，我做一切的善法功德，我也不會為了貪求世間的善業果報，有的人是為了功德才去做的嘛，為了善報，為了福報，然後才去修善法還有功德的，這個還是貪啊！你在修貪啊！因為你希望獲得一些好的果報，這是世間的貪。可是一旦學佛修行，又會貪，要趕快開悟、趕快證果、趕快解脫，這也是貪，然後修禪定，就耽著在禪悅當中，舒服得都不想下座，什麼事都不管了，什麼責任也不想扛，就想躲起來，那個也是貪啊！所以也不要貪著那個禪定之樂，更不要貪求想要證果。所以，學佛修行都是為了利益眾生，不是為了自己解脫證果，這樣就是做到無貪。

「無瞋」，就是不恚怒，充滿了慈愍心。像我們為什麼功德不能夠累積呢？為什麼功德不能累積？就是我們好不容易累積了一點功德，可是火燒功德林，一念瞋心起，百萬障門開，全部燒光光了。好不容易銀行存一點錢，一次就領空了，這個就是瞋恚。因為我們還有瞋恚，所以只要瞋恚心一起來，我們所有的功德全部燒光光，所以說火燒功德林。

那為什麼我們的慈心生不起來呢？我們那個同情心、那個慈愍心生不起來呢？也是因為瞋恚，還有瞋恚，所以瞋恚它會障礙我們慈心的生起。因為你一發脾氣怎麼樣？自己都不快樂，你怎麼可能給眾生快樂？對不對？慈心就是要給眾生快樂，可是你發脾氣的時候你不快樂，所以不可能給眾生快

樂，所以當我們還有瞋恚心的時候，我們是不可能有慈心的。這也是我們為什麼那個慈愍心生不起來的原因，就是還有瞋心。

所以如果我們想說快速地累積功德，就是發菩提心，我們前面一直強調的。然後想要有慈心，也是要先做到無瞋，所以這個無瞋也是很重要的。

那什麼是「無癡」呢？就是對一切事理明白了解，叫做無癡。所以它等於是正知正見，也等於是清淨的智慧，是同樣的意思。你只要能夠明白一切的事理，你就自然沒有愚癡，境界來的時候不會迷惑顛倒，然後也能夠有智慧來抉擇什麼是正行，什麼不是正行，這樣子你才可能很正確地來修習一切的善法。

所以我們常常說行善也要有智慧，這個智慧就是從無癡來的，你不但具有正知正見，而且對一切的事理明白，就是說一切的現象界是「事」，一切的現象界你都知道它是生滅無常的，所以你不著任何的境界上面，所以你不著任何境界現前你都不會迷惑顛倒，因為你對「事」已經做到無癡了。那對於一切理，這個「理」，就是指空性的智慧。剛才是講事相上的差別，事相上有千差萬別，但是你不著任何境界，當下可以觀空，這個空性的智慧就是屬於理體的部分，就從現象界可以直接就回歸到那個本體界。所以，你是在事相的當下去明白那個空性的道理，而入那個理的法界。所以有事法界，有理法界。事，是指現象界；理法界，是指透過現象界，你去明白它空性的道理，那個就是進入了理法界，能夠做到，就是現在所謂的無癡了。

這個無貪、無瞋、無癡，在小乘來說，它稱為「三善根」。所謂的善根，就是一切善法的根本，因為它能夠生起一切的善法，所以叫做善根。所以證到小乘的阿羅漢或辟支佛，他一定有無貪、無瞋、無癡這三個善根，因此他也能夠圓滿一切的功德。就是從這個無貪、無瞋、無癡的三善根來的，善法的根本，所以一切善都是從這個根本生出來的。所以只要有無貪、無瞋、無癡，你去圓滿一切的功德就很容易了，因為它是一切善法的根本。所以這三個善根它是趨向解脫，阿羅漢就是解脫，小乘就是講自己的解脫，所以它是可以趨向解脫的，所以它稱為三善根。

那以大乘來說，做到無貪，就可以成就布施、持戒的功德；你做到無瞋，就能夠成就忍辱的功德；你如果做到無癡，就能夠成就般若智慧的功德。所以不論小乘還是大乘，這無貪、無瞋、無癡都非常非常的重要，因為它是一

切善法的根本，依於這種根本，你才可以圓滿一切的功德善法。

善法的第七個是「精進」。精進，就是努力向上的一種進取心，叫做精進。在佛法它本來的意思，就是專門對那個止惡行善來說的，所以我們常常說四正勤，三十七菩提道品有所謂的四正勤，就是講精進。就是對還沒有生起的惡法，我們不要讓它生起；已經生起的惡法，要趕快讓它斷除；還沒有生起的善，我們要趕快生起；已經生起的善，要讓它增長廣大。這個就是止惡行善來說的四正勤，就是精進的範圍，這個比較偏在自己的、自我利益的上面，自己修行的內容。不管小乘、大乘都有三十七菩提道品，所以這個四正勤都是小乘、大乘必須要修的，你自我完成修行的內容，就是四正勤非常的重要，這樣你才可以斷惡修善，很快速地達到這樣的一個效果。所以有了精進，才能夠對所修的一切善法不減不退。

所以，什麼叫做「精」？就是說這中間沒有惡法的雜染了，叫做精。就是很精純，沒有惡法夾雜在裡面，才叫做精進的「精」。所以你今天還會行惡，雖然你今天做了很多的善，可是你中間有夾雜惡在裡面，你今天不能夠說精進的那個「精」沒有，因為不純嘛，你有夾雜惡在裡面。那「進」的話，就是說惡法會讓我們的善法退失，就沒有辦法進。所以我們就是要很精勤地做到剛才講的那個四正勤，努力精進地成就一切的善，但是這中間沒有絲毫的惡夾雜在裡面，這個才叫做精進，這是你自己的修行來講。

可是大乘的菩薩來講，這樣還是不夠的，因為大乘有發菩提心，他不但自利，剛才是自我修行，是自利方面，他還要再利他。所以他在行善的……他在廣修一切功德善事的時候，他不會為了自己，就是說他沒有一念的貪心夾雜在裡面，貪心也是雜染，也算是惡法，算是煩惱。而且，他在利益眾生這個過程，所有在行菩薩道的這個過程，他不會有那個疲厭的心，不耐煩，哎呀！眾生好難度，算了吧！我還是自了比較快！不會生起那個疲累的心，永遠在弘揚如來的正法，利益無量的眾生，不達目的，絕不終止，就是這樣的一個勇猛精進的心。所以能夠做到這樣自利利他，才叫做真精進，真正的精進，這是菩薩的精進。

所以菩薩有所謂的披甲精進，披著鎧甲就不怕，好像那個戰士上戰場，就往前衝呀衝呀，他為什麼不害怕？因為他披甲，披著戰甲、盔甲，所以他可以衝衝衝衝衝，殺什麼？殺煩惱賊，這是第一個披甲精進。第二個精進，

叫做攝善精進，就是我們剛才講的，廣修一切的功德善事，但是沒有為自己一念的貪心夾雜在裡面，這個是叫做攝善，收攝的攝，攝善的精進。第三個，就是利樂精進。就是利益眾生，宣揚如來的正法，不達目的，絕對不停止，這個叫做利樂精進，這個是大乘的真精進。

第八個「輕安」。輕安，就是指我們身心非常的調和安適、輕鬆暢快的那個感覺，叫做輕安。

那你說平常有沒有輕安？沒有！輕安是你修定才會有的輕安。所以世間的那種身心剎那的暢快，那個不叫輕安，差太多了。這個輕安是指修定來的輕安，你有修禪定才會生起這個輕安的感覺。有了這個輕安，你才可以遠離身心的粗重，遠離身心的粗重之後，你才不會有昏沉的現象。不然現在我們一般白天是什麼？是小昏沉，晚上睡著是大昏沉，都在昏沉當中，就是因為沒有輕安。身體也非常的粗重，老是四大不調，五臟六腑生病，就身不調嘛，就是身粗重；心也很粗重，一下生煩惱，一下又鬧情緒，然後又什麼感受，心也不輕安。

所以除非你得定，身心才能夠在這種調和安適、輕鬆暢快這樣的一個狀態當中，你才可以永遠遠離昏沉。我們也說，你可以到達色界初禪就沒有睡眠了，晚上你就是躺在那裡，你的意識也是非常非常的清明，就是睡著了，你也知道你每一個……，你翻身，你也知道你翻身，你踢被子，你也知道你踢被子，都很清楚，所以它是修定來的。

第九個，「不放逸」。就是說我們時時刻刻都防護我們自己的這一念心，不讓它放逸、懶惰地向不正當的方面去發展，這個就是不放逸；也就是很勤勉地在修一切的善法。所以很精進地在無貪、無瞋、無癡這三善根上面，很精進地在這個三善根上面，心不私毫地放逸，這個我們叫做不放逸。所以佛果它其實就是不放逸來的，所以佛隨時都在定中，祂心不會放逸的，永遠在這個三善根裡面，永遠是沒有貪瞋癡。

第十個，「行捨」。行捨也是精進三善根來的，精進無貪、無瞋、無癡，久了呢，我們的心自然就能夠非常寂靜地安住在什麼狀態呢？平等、正直的這個境界當中，平等、正直是重點。

像我們一般心都不平等嘛，我們的心有高下，所以不平等。為什麼不平等？親人就產生貪愛，怨敵就產生瞋恚，所以心不平等，所以，除非我們已

經做到了行捨。這個行捨是定力的成就，就是說你已經心能夠安住在這個定當中了，那在這個定當中，當然就不會有怨親、中庸的差別，所以你的心才能夠安住在平等上面。

那所謂的正直，就是不邪曲，叫做正直。也不會散亂，也不會昏沉，然後也不會有一些那種惡的尋思，我們所謂的惡覺，就是不好的念頭，不會有。這個我們叫做正直，就是沒有邪曲的意思。

所以它也是定力來的，就是說你的心在定當中，所以它可以一直安住在這樣的一個狀態，平等正直這樣的一個狀態，我們就稱為行捨。所以它可以對治掉舉，你定修得好，就不會有那個粗的散亂，也不會有細的掉舉。

善法最後一個，「不害」。就是不損惱、不傷害眾生，就是說我們隨時隨地都不會讓眾生感到痛苦，所以它是一種悲心，悲心就是拔苦，讓眾生去除痛苦，拔除眾生的苦，這個是不害來的。你要有這個不害的心，隨時不想傷害眾生，不想讓眾生痛苦，還希望幫他除苦，這個就是不害。任何情況之下都不可能生起傷害眾生的念頭，更何況是語言暴力、行為暴力，都不可能，所以它是一種悲心的展現。

我們昨天介紹前五識，它是性境、現量，所以它一定就是跟這個純善、至善的十一種善法相應，是理所當然的。我們比較不能理解的是說，它為什麼還會跟後面等一下要講到的那個煩惱相應呢？就是第六意識是罪魁禍首嘛，我們昨天講過，只要第二念第六意識加進來，第六意識生煩惱，跟煩惱心所相應，前五識也跟著跟煩惱心所相應。可是前五識它本身是性境現量的，所以它是無分別的，無分別跟這個善法相應就比較能夠理解。

那我們再來分析一下，這十一個善行對我們修行的重要性。因為我們修行無非就是要從斷惡修善開始下手，然後再修習止觀，成就戒定慧三學，最後發菩提心、行菩薩道。那你想要完成這個自利利他的這樣的一個修行，你就一定要有十一個善行，所以什麼時候圓滿這個自利利他的修行，就是什麼時候做到了這十一種善法，你就圓滿了。就是這麼重要，這十一種善法非常非常的重要，所以我們還要特別來把它歸納整理一下。

信	—————	樂善	} 修善
無貪、無瞋、無癡	—————	作善	
精進、不放逸	—————	滿善	

慚——止息惡行 } 止息
愧——止息惡行 }

第一個信心，我們剛才講了，信心非常非常重要，所以它是一個根本，一切成就的根本就是信心。有了信，你才會好樂行善，所以信心的作用就是好樂行善，就是那個「樂善」，就是好樂行善。

無貪、無瞋、無癡，我們剛才講了，它是三善根，一切善法的根本，它能夠生起一切的善法，所以它叫做「作善」。你要行一切的善，就是以無貪、無瞋、無癡為根本。

精進，是菩薩唯一的善根；不放逸，就是時時刻刻防護我們自己的這一念心。有了精進跟不放逸，我們一切的善法功德，自然就能夠圓滿成就，所以叫做「滿善」，就是圓滿成就一切的善，從哪裡來的？從精進跟不放逸來的。什麼是不放逸？剛才講過，就是精進在無貪、無瞋、無癡三善根上面，叫做不放逸。

這個是你要修一切的善必須具備：信、無貪、無瞋、無癡、精進、不放逸這些善根，你才能夠修習一切的善法，圓滿成就一切的善法，基本條件。

那你想要止息一切的惡，就要靠慚跟愧心，所以慚愧它的功能就是止息一切惡，這就做到了我們修行第一步什麼？斷惡修善。

{ 輕安——對治昏沉 (障觀)
{ 行捨——對治掉舉 (障止)

然後就要修習止觀了，對不對？修習止觀才能夠得輕安，我們剛才說輕安是由定來的，初禪開始就有輕安了。初禪以前的欲界定、未到地定都沒有輕安，初禪開始有輕安，所以標準沒有很高嘛。那輕安它主要是能夠對治昏沉，昏沉一旦對治了，我們就能夠很快的生起慧觀而成就慧力，所以得輕安能夠成就慧力。那行捨，它可以對治掉舉，掉舉對治了之後，我們就能夠很快的成就定力。

所以輕安跟行捨，就是不管各宗各派，你修習止觀，就是想要成就定慧的話，它的下手功夫從哪裡下手？就是修正觀，然後成就輕安跟行捨，從這邊下手。

{ 不害——拔苦——悲
無瞋——與樂——慈

那不害呢，就是你自己成就之後就要行菩薩道，那你那個慈心的來源從哪裡來？就從不害來，我們剛才說了。所以不害是修戒定慧，還有行菩薩道的根本。

四無量的體性	{ <ul style="list-style-type: none"> 慈——以無瞋善根為體 悲——以不害善根為體 喜——以不嫉善根為體 捨——以無貪、無瞋善根為體 }	} 皆是憐憫眾生
--------	---	----------

那我們看那個四無量心，就是說我們能夠悲愍眾生、憐愍眾生，然後希望去利益他們，就是因為我們有慈悲喜捨這四無量心，可是它們的特性有一些不一樣，就是說它的體性是不同的。

那慈心比較偏在給眾生快樂，這個要做到無瞋才能夠給眾生快樂，就是我們剛才講的，你自己都不快樂，不可能讓眾生快樂嘛，所以你自己要先去消除這個瞋恚心，你的那個慈心才可能生起。那個悲心，就是希望為一切眾生除苦，所以它是不害這個善根為它的體性。

慈心是以無瞋善根為體性；悲是以不害善根為體性；喜是以不嫉妒這個善根為體性，不嫉妒才會隨喜嘛，所以這個喜，也是希望讓一切眾生感到歡喜，所以你不但不會嫉妒他，而且還能夠隨喜，隨喜他一切的功德等等；那個捨，就是以無貪、無瞋善根為體性，這個就是我們剛才講的行捨那個「捨」，心平等正直。我們對親人會貪愛，對怨敵會瞋恨，就是有貪、有瞋，所以我們的心不平等、不正直。所以這個捨無量心，就是心能夠做到平等正直，自然它就是以無貪、無瞋善根為它的體性。那這四個都是很重要，我們想利益眾生，想行菩薩道，就是要有具備這樣悲愍眾生的心，就是慈悲喜捨這四無量心，是非常重要的行菩薩道的基本功夫，基本條件。

前五識不但跟十一個善法相應，就是前面的五徧行、五別境、善十一都相應，它也跟煩惱心所相應，是因為第六識加進來的關係，所以它也和兩個中隨煩惱，八個大隨煩惱，還有三個根本煩惱相應，所以就是下面一句——中二大八貪瞋癡。

「中二」，就是無慚、無愧。現在講的都是跟我們剛才講的相反的，所以我們很快把它帶過就好了。無慚、無愧就是剛才講的慚愧的反面，剛才是說要有慚愧心，我們才可能止息一切的惡行，那你無慚、無愧的話，當然就是沒有辦法，你就是會生長一切的惡，都是從無慚、無愧來的。所以，無慚就是做了壞事，自己不覺得羞恥，就是沒有慚心；沒有愧心，就是做了壞事也不怕別人的批評，簡單說就是這樣子。

八個大隨煩惱，就是指不信、懈怠、放逸、昏沉、掉舉、失念、散亂、不正知。

「不信」，就是相對剛才那個信來說的。所以你不信的話，就會懈怠，因為你不相信行善會有好報，你就不會去行善，不相信世間的善法，你就不會行世間的善，不相信出世間的善法，你就不會行出世間的善。那他為什麼會不信呢？它的根本是愚癡來的。現在所謂的隨煩惱，就是隨根本煩惱來的，我們稱為隨煩惱，所以它一定是從根本煩惱那邊來的。所以現在講的不信，它是從根本煩惱那個貪瞋癡的癡來的，因為愚癡，愚癡才會不明白事理，所以你才會不相信嘛，因為它就是宇宙的真理，可是你居然不相信，就是愚癡嘛，所以它是愚癡來的。

第二個大隨煩惱就是「懈怠」。懈怠就是懶惰、不精進，不努力的斷惡，然後不精進的為善，所以它很難圓滿一切的善法的原因在這裡，就是它會懈怠、會懶惰。它也是愚癡來的，因為不信就會懈怠，所以不信是愚癡，懈怠也是愚癡相應的，所以它屬於癡的一分。

「放逸」，就是我們的心每天任意放縱在五欲的享受上面，不知道有所節制，我們就叫放逸。一放逸，我們的心就忘失正念，一忘失正念就會造做一切的罪惡的行為。所以應該要斷的惡，你不會很有效地去預防，應該要修的善，你也不會很精勤地去修。所以所謂的放逸，就是懈怠，還有貪瞋癡，所以放逸跟貪瞋癡相應，還有懈怠的一分。

「昏沉」，就是昏昧沉重，就是屬於癡，它是愚癡相應的。昏沉是修觀最大的障礙，所以我們為什麼常常修觀的時候，我們對所觀的境界總是觀不起來，觀不清楚，然後不能夠保持，就是因為昏沉，所以它是障礙我們修觀最主要的原因，就是因為我們還會昏沉。所以想要修一切的觀行都不能夠成就，就是整天身體重重的，頭腦昏昏的，心也是闇昧不明，昏昧的狀態，這

個我們就稱為昏沉。

那什麼是「掉舉」呢？掉舉就是我們的心在一種輕浮躁動的狀態，我們叫做掉舉。像有些人總是喜歡閒逛，到處逛，東逛逛、西逛逛，到處遊蕩，這個叫做身的掉舉；講話喜歡東拉西扯，談笑風生，這個是口的掉舉；每天放縱自己的心怎麼樣？任意的遨遊奔馳，天馬行空，不斷地攀緣外境，就是在打坐修定的時候也是胡思亂想，妄念紛飛，或者是見到種種的惡境界，這個都是意的掉舉。所以，掉舉能夠障礙我們得定，所以它是修定最大的障礙。那為什麼會掉舉呢？它是跟貪相應的，因為貪欲，所以不斷不斷地妄念紛飛，都是從貪欲來的。

下面一個「失念」。失念，就是忘失正念，不能夠憶念保持正念，不能夠憶念保持正念，就會讓我們的邪念增長，心就散亂。所以一失念，心就散亂。

那什麼是「散亂」呢？散，是分散；亂，是擾亂。就是讓我們的身心馳散流蕩，不能夠收攝，不能夠專注在一個境界上面，因此不能夠得定的原因，就是因為散亂。不能夠得正定，發的都是惡慧。所以心一散亂，就一切的煩惱都來了，所以它是貪瞋癡的一分，貪瞋癡它都有，所以散亂的原因是貪瞋癡都有。

那最後一個，「不正知」。就是指沒有正知見，有的都是邪知邪見。這個「知」，就是指知見，知見只要不正的話，那個邪見就會增長，所以它是屬於邪慧，還有愚癡的一分，這個是不正知。

前五識就是跟這個兩個中隨煩惱、八個大隨煩惱相應之外，還跟三個根本煩惱相應，就是貪、瞋、癡。貪、瞋、癡，我們剛才講無貪、無瞋、無癡，反過來就是貪、瞋、癡。

所以貪，就是貪欲。不管你是貪財、貪色、貪名、貪利，貪種種的欲樂，心中永遠不會感到滿足，這個就是貪愛的一種心理狀態。

瞋呢，瞋就是心懷恚怒，瞋恚那個恚怒，這個我們叫做瞋。我們一般都說瞋恚，就是心懷恚怒，叫做瞋，沒有慈愍心，所以說瞋心障慈，害障悲。

癡呢，癡就是愚癡無明，對事理不明白叫做癡。所以因為無明愚癡，才會不信。我們剛才說不信是什麼？愚癡的一分，所以愚癡就無明，不明白事理，然後就開始不信，然後就邪見，然後懈怠、放逸、昏沉、散亂都跟癡有

關。所以愚癡一上來，就統統都有了，這些煩惱都有了，所以在一切的煩惱當中，愚癡是最嚴重的一種煩惱。

我們講它相應的一些心所，一共有五十一個心所，貪瞋癡有了嘛，根本煩惱有六個，貪瞋癡有了，為什麼沒有慢、疑、惡見？惡見就是五不正見，為什麼沒有這三個根本煩惱？是因為我們要生起慢、疑，還有五不正見，必須要有我執跟法執，可是前五識沒有我執、也沒有法執，因此沒有這三個根本煩惱。

第二個，它為什麼沒有小隨煩惱？十個小隨煩惱，為什麼不相應？就是因為小隨煩惱是隨著我們第六意識分別個別現行的，前五識它是現量任運分別，所以它沒有小隨煩惱。

最後一個，它為什麼沒有四不定？因為這四個不定法都是跟第六意識相應的，所以它沒有這個四不定。尋、伺是第六意識的粗細分別，叫尋伺；那個悔，前五識不會後悔，因為它現量、性境，不會後悔；那睡眠，前五識也不會睡著，所以睡眠是第六意識的昏昧狀態，我們叫睡眠，所以前五識是沒有睡眠，因此說它沒有四不定。

我們今天就介紹前五識它所相應的心所的內容，一共三十四個心所相應，其他十七個不相應。

我們就介紹到這裡。

迴向：願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。