

大乘百法明门论
第十七讲
最尊贵的净莲上师讲解

现在我们讲的是善心所的部分，善心所一共有十一个，我们介绍到第七「无痴」。这个善心所的部分，是说明我们每个众生本来具有的这个性德，自性本具的叫性德。我们的佛性里面本来就具足这十一种善法，可是为什么我们现在这十一种善法没有办法显现呢？那就是因为有障碍，所谓的烦恼障、所知障，障碍住了。虽然我们本自具足这个如来智慧的德相，那当然包含了这十一种善法在内，无量的功德、无量的智慧、无量的慈悲、无量的德能，可是没有办法显发，就是因为障碍的缘故。那我们修行其实就是修显，修行去显发，显发叫做修显。显发什么？我们本来具足的这些智慧德能，这些善法，我们去修显它。那我们借着修行这所有累积的功德也好、开发的智慧也好、长养的慈悲也好，我们都称为修德。本来具足的那个叫性德，自性的功德宝藏。这个如来藏，是我们本自具足的，一切众生本来有的，那我们现在借着修行去显发它。好，所以我们现在修的这个部分呢，这个功德呢，我们就称为修德。虽然自性本具，但是需要加功用，加功用去把我们本来具足的佛性去开显它，所以实际上我们是不用担心的。

那我们修行呢，拼命往外找、往外去求，往外去搜集法门、搜集宝贝。实际上我们是颠倒了，因为我们所有的佛性都不在外面，所以我们往外面找其实是找错了方向。既然是自性本具，这个性德是本来有的，我们应该往内观，看怎么样去把它修显，去把它显发，而不是往外找。所以一切的法门其实就只有这个目的，就是开显我们的如来藏，这个本自具足的这个佛性而已。所以一切修行的努力其实就在做这些事情。可是我们往外找，又找错了方向，而且我们用分别执着，或者是妄想去找，也找错了方向。因为它在什么时候可以显发这个性德呢？是在我们离分别、离执着、离妄想的时候它才可能显发。所以我们带着这样的一个分别、执着、妄想呢，那反而是增长我们的无明，现在讲到愚痴，增长这个愚痴。

所谓的愚痴就是对事实的真相不明白，那什么是事实的真相呢？就是一切法因缘所生，自性了不可得，虽然自性了不可得呢，可是它又能生出无量的法，所以我们首先要体会的就是：一切因缘所生法、一切有为法，它是无自性的，自性是空的。首先我们要有这样的体悟。有了这样的体悟以后，我们面对一切的，我们每天六根面对六尘，你所看的、耳朵所听的，色声香味触这个六尘境界其实它都是生灭法，我们就不会再对它生起任何的分别、执着、妄想。这样我们就能够体悟空性而开显这个智慧，般若的智慧，这是修行的第一步，我们必须要有这样的体会。所以我们在平常日常生活，面对六尘境界的时候，我们是不是有做这样子的一个自我提醒的这样一个功用？这个就是修行啊！不是那个咋啊、咋啊、还是什么观想

才是修行，还是持咒、还是念佛。那个也是修行，可是最重要的，我们一切修行的法门，无非就是要让我们明白第一个：无自性的道理、性空的道理。

那我们明白的话，我们的如来藏，「空如来藏」，对空性的智慧的如来藏就能够开显，这个很重要。所以我们平常是每一念的当下，是不是都是这样的自我提醒：「一切法因缘所生」，「一切有为法，如梦幻泡影」嘛，既然如梦幻泡影，为什么那么认真？为什么会为它生烦恼、为它造业、然后轮回、为它受苦？其实是我们自作自受。那为什么还会这样的迷惑、颠倒，就是当下没有起这样的观照，就是没有做到现在讲的「无痴」。「无痴」就是你明白了是因缘所生，所以你就不会执着，不会执着就不会生烦恼，不会生烦恼就不会造业，不会造业就不会受苦。

那有了对空性的体悟之后呢，并不是就这么、就结束了我们的修行，它才是修行的开始而已。所以如果说我们对这个空性的智慧还不了解的话，在因缘所生法现前的时候，我们还是一样地迷惑、颠倒的话，那就是我们实际上连修行的第一步……，就是等于是还没有入道、也还没有开始。那什么时候开始？就是我们对空性有一些体悟的时候，才是我们入道的开始。因为没有见空性之前都是盲修瞎练，因为你是带着你的分别、执着、妄想来修行的，那都是心外求法。你老是往外去找，那没有往里面去体悟，这个空性的道理。那当我们见性之后，所谓的明心见性，明心见性是禅宗的用语叫做明心见性，念佛的就叫做一心不乱，那教下的话就叫做大开圆解，其实指的都是同一件事情，就是你对你的自性有一些体悟，有这个初步的体悟，就是了解空性的道理。

那为什么我们说这个才是修行的开始呢？因为要站在这样的基础之上，对一切法、无自性，这个空的基础之上，我们才能够勇猛精进、不懈怠的，不会退心的行菩萨道，发菩提心、行菩萨道，是站在这个空性的基础之上来的。所以为什么我们现在也会发心，可是会退心嘛。会退失菩提心的原因，就是因为我们没有见空性，我们依然带着很强烈的执着、很强烈的分别跟妄想，试图想要发菩提心、行菩萨道，可是障碍重重，就是因为我们没有见空性。所以真正的菩萨道就是在你见空性之后，它能够开始行的。因为你已经见空性了，所以你发的菩提心是如幻的，对，你行的布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧也是如幻的，你面对众生也知道他是如幻的。所以你就不会这么认真了，他听不听，你也不会很计较，他有因缘就听嘛，没有因缘、因缘还没有成熟也没有关系。就不会在这个你想要利益他，可是他不接受或者是给你种种的挫折，或者是你不希望看到的这种种反应而有一些情绪产生。会有情绪感受产生，那表示说我们对这个事情还很执着，想要发心的事情、想要行菩萨道的事情还很执着。为什么执着？就是因为没有见空性，所以我们才会说见空性是我们修行的开始。阿罗汉也是见空性他才能够证涅槃嘛，所以不管小乘、大乘都是建立在这

个空性的基础之上来行的。

那小乘人，声闻、缘觉悟到这个性空的道理，他能够证得他的阿罗汉还有辟支佛的果位。所以他只开显了我们如来藏这个「空如来藏」这个部分，可是「不空如来藏」的部分，他就没有继续地加强，所以他就是沈空滞寂。我们就说他会停留在这，反正都是什么？「反正都是假的，一切都是如幻的，自性是空的，所以我为什么要这么样地精进去度众生呢？众生也是如幻的呀，所以我为什么要那么精进去度？都是假的，我为什么要这么努力去完成它呢？」那就是说他堕在这个空边，而没有办法从空再生起无量的妙用。

那菩萨道是从见空性之后开始发菩提心，这时候是胜义菩提心，跟空性智慧相应的菩提心，没有任何分别、执着、妄想的菩提心。所以他这时候所行的布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧，甚至十波罗密都是三轮体空。他不会觉得说有一个我在发心，也没有一个我发心的对象，他说法也没有一切法的那个执着，就是因为他见空性了。所以他都是在这个情况之下去圆满他的十波罗密、圆满他的菩提心。所以他不会生烦恼的，度众生度到生烦恼，那个是自己的过错，因为自己的我执没有破的关系，法执也没有破。所以能够站在这个空性的智慧之上，所完成的所有的菩萨道，我们就是说它属于「不空如来藏」的部分，就是所谓的假观的部分。刚才空观，现在是假观，是「不空如来藏」。

所以菩萨在度众生的时候，他虽然知道一切法自性是空的、是如幻假有的，可是他依然能够勇猛精进地行菩萨道。所以他知道自性是空的，可是他能够在空性中现起无穷的妙用来。所以他不会着在空那边，虽然生起无量的妙用，可是同时当下又知道它自性是空的，这样就没有着在空、有两边，没有着在空、假两边。这就是中道实相，这就是「空、不空如来藏」，同时完成，当下同时完成，这个是属于中观的部分。这才是真正的行菩萨道，是这样的情况下行的，虽然知道自性是空，可是他又能够勇猛精进地完成、圆满一切的菩萨行，虽然圆满一切的菩萨行，可是又知道它自性是空的，是同时完成、同时圆满，所以我们称为「空、不空如来藏」的圆满。那这个过程当中，就能够去除我们刚才讲的两种障碍：烦恼障跟所知障，那无明就能够破，从破见思、到破尘沙、到破四十一品的无明，全部破尽，究竟圆满成佛，这个才是现在讲的「无痴」。这个是以大乘的标准来说，这个才是完全的「无痴」。可是小乘的「无痴」呢，就是已经可以破见思惑，这是小乘的标准。可是以究竟圆满成佛来讲，「无痴」呢是已经破三惑了，就是见思惑、尘沙惑跟烦恼惑，都已经完全除尽，最后一品的生相无明也完全除尽之后，是圆满了现在所谓的「无痴」。

（第一七三页）那我们看书上它是怎么样来解释这个「无痴」呢，一百七十三页开始。什么是「无痴」？就是完全去除了「无明」。那什么又是「无明」呢？就是对一切的事、理不明白，我们就叫做「无明」。一切的事、一

切的理，那「事」是指什么呢？下面有解释，指一切的现象界。它本来是因缘所生，它本来是无自性的，但是我们却不能够在这个现象界上面呢，看到它的无常、无我，不明白它是无常、无我，所以才会在这个生灭现象当中，产生了分别、执着、妄想。这就是我们每天过的生活，是妄心的作用。我们的妄心是有生灭的，我们的真心是不生不灭的。那什么时候才有真心呢？就是你入一真法界之后，那才是开始过的是真心的生活，而不是妄心的生活。那什么时候入一真法界呢？就是你已经破除了见思惑、破除了尘沙惑，就是已经圆满了，我们刚才讲的，空观你已经成就、假观你已经成就，再继续破一品的无明开始，你就已经了解中道实相了。不会堕在空、假两边而中道实相开始，破一品无明开始就入一真法界，这个时候过的是真心的生活，你的心不会退了。因为真心是没有生灭的，不生不灭的，才叫做真心。

我们现在念念生灭这个妄心，因为它会退，所以千万不要太相信自己，为什么？因为你变来变去嘛，你今天想这样，明天又想那样，你会变心的，为什么？因为你用的是妄心，妄心是生灭的，生灭法是无常的，所以它会改变。所以你甚至不能相信自己，那别人的话，你是不是就不要太认真？所以你在受骗的时候，你就一笑置之也就罢了。为什么可以做到？因为你知道他也是用妄心在讲话，你自己也是用妄心在听，就在那边生烦恼，那就是自欺欺人、被人欺。这就是我们人生的境界，就是这三件事情，不是自欺、就是欺人、不然就是被人欺。那为什么会有这样的现象？就是我们用的是妄心，而不是真心。可是菩萨他为什么发菩提心不会退？因为他是不生不灭的真心，他不会退、退失菩提心。所以除非我们已经证入了一真法界，我们每天用的就是真心在过生活。除非我们到了这样的程度，我们才不会退心菩提心，在这个之前都是进进退退，看自己的身心的状况来决定。今天心情好一点，「好，我要度尽一切众生，众生无边誓愿度！」明天心情不好，生个病啊，还是怎么样啊，一个小小的挫折，好，就退到完。这就说明为什么会这样？一点都不奇怪，因为我们用的是生灭无常的妄心，虚妄不实的。

现在就讲到说我们就是对这一切的现象界，现在解释什么叫做「事」，一切现象界就是「事」的范围，一切因缘所生法都是属于「事」的范围，它是生灭无常的，所以它自性是空的，所以它是无我的。我们因为不了解它是无我、它是无常、自性是空的，因此我们才会产生分别、执着、妄想，这样子来过生活，这个就是所谓的「无明」，迷于「事」的部分。所以反过来说，如果我们真的能够从这个生灭的现象界上，去体悟它的本体实际上是不生不灭、如如不动、法尔自然的，我们明白了这个道理。这个「理」就是指我们的本体，我们的佛性的本体，我们如来藏的本体，我们的真如自性的本体，它是没有生灭的。所以我们一定要见性，见什么性？就是这个菩提自性。我们明心见性，你见了什么性？明了什么心？见了什么性？

就是悟到这样的道理。什么叫开悟？一点都不奇怪，形容得……哇！什么虚空粉碎，大地平沈，经论上都形容了一堆，修行人也都形容了一堆，害我们越看越迷糊。其实一点都不奇怪，一点也不稀奇。那个试图描绘的开悟的境界，描述到最后，让我们扑朔迷离、一头雾水，不是「悟」的，是一头雾水的「雾」，越听越迷糊，其实就是悟到了这个道理而已。我们的本体自性它是没有生灭，就是悟到了这个。

你真正见到了这个菩提自性了，真正悟到了，真正的见到这个本体，你的本性了，你才回头看，「啊！原来过去都在用妄心过日子。」因为过去没有见到这个真心，没有见到这个不生不灭的本体，所以你都是用生灭心在过生活。这个时候所谓悟到了，就是你见到你的本心，它原来没有生灭，原来本来是这样子，原来本来是无常、本来是无我的，那我过去怎么那么无知？为什么那么愚痴、迷惑、颠倒？就是这样的，当下的这一念的体悟，我们叫做明心见性，叫做开悟。就悟到了这个原来本来没有我的嘛。那我过去我执居然这么强的，众生本来成佛的嘛，一切法本来无我的嘛，本来没有生灭，生灭只是说明因缘的那个现象而已，那个事相的因缘生、因缘灭，无常的展现这样而已。所以你从此以后就不会被现象界所迷惑，不会再被它骗了。

所以你看生生灭灭的，欸，就好像看戏一样，好像作梦一样，你一点都不会去执着，你就很清楚看到它的生灭是这样子的。那就在告诉你无常、无我，你不再会起心动念，你不再会迷惑、颠倒了，这就是一个开悟的人。他不再会被现象界所迷惑，因为他很清楚知道现象界就是因缘生灭的道理，它既然是无我的，那我为什么还会起一个「我」去执着它呢？所以你会看事情看得更清楚、更明白，而不会再被它影响了，这时候你会做到什么无心啊、无念啊，无妄想，念真如嘛，你的心才如如不动，对境心不起，你不再会起心动念了。你怎么能够成就这么高的定力，就是因为你知道了它是生灭无常的，现象的展现而已。好，这就是讲到了，明白了这个「理」，就是本体界的内容，也就是我们的菩提自性，这是属于本体界，这是属于理体。所以现在事相、理体，我们要先把这个名词搞清楚。所谓讲到「理」的部分，都是讲到我们的本性，自性本心；讲到「事」呢，就是现象界，生灭的，所以本体是没有生灭，可是现象界是有生灭。所以我们要悟到这个不生不灭的本体在哪边去悟呢？就是在这个生灭的现象界，当下就看到它不生不灭的体性，是这样子悟的。

所以离开生灭的现象界，也没有不生不灭的理体，这样明白吗？所以想要开悟、想要躲起来，想要排除一切外缘，想要开悟，是不可能的。因为我们悟到这个不生不灭的本体，就是在生灭无常的现象界，我们的红尘滚滚里面去什么？当下去悟，因为事相没有离开本体，因为它的生灭，它是凭什么来生灭？它不会虚空中莫名其妙就有生灭的现象嘛，所以请问这个生灭现象的背后，它是起于什么东西？什么？它是从那边来？生灭现象是

从那边来？它不会莫名其妙就生灭了嘛，那后面有一个东西，那是什么？有一个它的起处啊、它的灭处啊，请问它生灭的起处、灭处在哪里？是什么？就是本体嘛。对不对？所以用不离体啊？它的作用没有离开本体，所以离开了大海水也没有水波，所以波不离水。波，有动荡的嘛，我们用水波，有生灭的、有动荡的，这个来比喻现象界；大海，平静无波的大海水，它没有动荡，比喻我们的菩提自性，我们的本体界，这个理体，是不生不灭的，它没有动荡的现象。可是大海水面，水面上的那个波浪，它是有生灭、动荡的，后浪推前浪，这样子相续为我们说明了无常的现象界而已，它是生灭的相续这样而已。可是波不离水啊，所以一切的生灭现象并没有离开我们自性的作用，不然是谁在吃饭、谁在讲话、谁在听经呢？对不对？讲话是生灭法，耳朵听闻音声是生灭法，可是那个能听、能看的，那是什么？就是你的自性啊，你的佛性在作用。因为你有佛性，所以你能够坐在这边听生灭的音声，而有一些体悟。音声无常，是生灭法。可是你那个能听的那个主人翁，就是你的真如自性，就是你的佛性的作用。佛性是不生不灭，它的作用，见闻觉知是生灭，它没有离开我们自性的作用。所以离开了大海水也没有水波，所以我们想要明心见性，想要离开红尘去明心见性，就好像什么？就好像什么？离开了大海水想要找平静水波一样，是不可能的。

我们还可以做一个比喻，就好像那个金子，一团的金子比喻我们的本体，可是这个金子可以打各种的佛像啊，你可以做你最心爱的本尊，看你喜欢的阿弥陀佛、还是药师佛、还是莲花生大士。金子可以做各种的器皿，那各种的器皿表示「作用」嘛。那它有各种的现象，与我们现在讲的「事」，这个现象界，它有千差万别的现象的展现，都是生灭法。就好像我们可以拿黄金来做各种的器皿一样，打造不同的器物，可是器物跟黄金，是不是都是金？器器皆金嘛，你可以以金来做器，可是器器皆金。那表示说你一切的作用并没有离开你的本体，一切的现象界并没有离开你的本体，佛性的作用，就好像你用黄金来打造各种不同的形状的东西，可是都没有离开黄金的本质。这样子我们就很清楚了，每一个你所打造的金器呢，就跟黄金是无二无别的。所以是体用不二、性相不二，「性」是表示我们现在讲的「理」，「相」呢就是讲我们的现象界。所以我们看佛经上看它讲说性相不二，其实就在说明这个道理。如果是黄金，它的本质是没有改变的，可是它可以生起无量的妙用，就好像你可以打造各种你想要打造的东西。

那我们每天都用我们的心在打造各种的身、口、意，也是用我们的心在打造，所以我们的心作用，每天都在作用，生起了无量的差别，造作了很多的身口意业，那就是我们在用我们的心。可是这所有的妄心呢，也没有离开真心的作用，虽然妄心是生灭的，可是它不可能无根，它不可能你的妄心没有起处，还是起于我们的真心。所以我们明白了这个道理，我们就不会很害怕妄念，我们也不害怕妄心，因为你丢掉了妄心，怎么样？也

找不到真心，对不对？所以你真心在哪边找？在你生起妄心的当下，你知道它是虚妄的，马上就返妄归真。这时候你才知道全妄即真，你的妄心就是你的真心，当下你有这样的体悟，无痴的话，当下你明白，有这样智慧的观照，你知道妄心的当下就是真心的作用，所以你就不会试图想要丢掉妄心，然后另外去找一个真心。离妄也没有真，因为真不离妄，妄心是真心的作用，就好像金子所打造的器皿，并没有离开金子、黄金，是同样的道理。

那我们梦境也是一样，所有全部的梦境都是你心的作用，那我们知道梦是虚妄的，它是妄心的作用，心意识的显现，可是所有的梦境哪里来，也没有离开我们真心的作用啊，是我们的真心怎么样？生起了分别、执着、妄想，迷惑、颠倒、愚痴、无明，它就有十法界的梦境展现了。所以十法界怎么形成的？也没有离开我们真心的作用啊，我们真心怎么样？分别、执着、妄想就现出了十法界。有了见思惑、有了尘沙惑、有了无明惑，这个三惑就现起了十法界。就好像梦境是我们真心的作用所显现的，它是虚妄的。所以同理可证，十法界是虚妄的，轮回是虚妄的，可是它没有离开我们的真心，如来自性，真心本性的作用。所以轮回怎么断？十法界怎么灭？很简单，就是这样灭，离开分别、执着、妄想，十法界就没有了，你就入一真法界，你开始就是用不生不灭的真心在作用，每天都是用真心。这样我们就可以做到现在讲的「无痴」了，这一段话主要就是在讲这样的内容。

（第一七四页）所以这个时候我们才会发现，原来宇宙万法这个现象界呢，从来没有离开过我们自性的作用，我们的自性就是本体界。所以离开了自性呢，也没有宇宙万法的存在，因为所有宇宙万法、十法界怎么变现出来的？就是我们真心的作用啊，所以离开了真心也没有什么？这个虚妄的现象界，这时无明的遮障就能去除，每天虽然还是做凡夫一样的事情。所以悟后，开悟之后做什么事？还是一样吃饭、睡觉、拉屎、做工，跟一般人没有改变、没有差别的。可是差别在哪里？你从外面看不出来，因为他过的还是凡夫的生活，差别在他用的是什麼？不生不灭的真心。凡夫用的是妄心，变来变去的，虚妄、迷惑、颠倒，每天生不完的烦恼，造不完的业，差别在这里。所以悟了之后，每天还是依旧吃饭、穿衣，可是他过的是什麼？他从梦境中醒过来了，所以他过的是清醒的日子，每天用真心而不是妄心，这就是「无痴」的境界。就是我们对一切的事、理都能够「明白了解」，这就是「无痴」的体性。我们就明白什么叫「无痴」，它到底在说什么？也只有「无痴」才能够对治迷于一切事、理的愚痴，也是因为破除了一切闇昧、无明，才知道如何正确地行一切善，所以这个时候你用真心，那做的就全部都什麼？就全部对了嘛。

那之前用的妄心，那真的盲修瞎练，不知道自己在忙什麼。还自以为很发心，都是自以为，因为有「我」嘛，自以为我怎样、怎样、怎样……

其实他在增长无明，他不明白，他每天做的，他以为的发心的菩萨道，其实他在增长我执，他不明白。所以除非你用的是真心，你才能够正确的行一切善，这个很重要。你用妄心所行的一切善，你觉得怎么样？牢不牢靠啊？对啊，不牢靠嘛。所以什么时候才能够真正的行一切善，行得非常正确？就是说除非你是真正的发心，你用的是真心，不会退转的，那个才是真正的成就一切的善法。那在这个之前，你所行的善，有没有它的果报？还是有啊，是有漏善，人天果报而已，不能够开悟成佛的，差别就在这里。那你用真心的善呢，是无漏善，是能够究竟圆满成佛的资粮，差别在这里。一个是有漏的，一个是无漏的。那不明白这个，每天就是持咒多少遍啊、念佛多少遍啊，然后又是宝瓶气啊、又是什么啦，都是什么？妄功用行。虚妄功用，因为你用分别、执着的心在修嘛，虚妄、分别、颠倒，还自以为很精进：「我一天念十万声佛耶，很精进吧」、「我大礼拜一千拜，够精进吧」，妄功用行。所以其实都是用的愚痴、妄心在行善。所以「无痴」的功用呢，它能够「对治愚痴」，还有「行一切善」，这就是「无痴」它所发挥的功能。就是不再有愚痴、无明、颠倒这些事情了，那成就的善才是真正的无漏善。

（第一七五页）所谓「痴」呢，就是「无明」，对于一切事、理都不明白了解，不明白了解就是「无明」。如果能够破除「无明」，对一切事【现象界】、理【本体界】我们都能够彻底明白了解，这就是「无痴」了。所以「明白了解」【一切事、理的内容】，我们就说是「无痴」的体性。这是重复的。那对于佛法它的「一切事、理」，它有它的范围嘛，从声闻乘的这四谛来说，苦、集、灭、道这个四圣谛，还有缘觉他们所修的十二因缘，这是所谓佛法的事、理的内容。如果我们对这些内容都能够透过种种的加行，去思惟、修习的话，我们就能够体证这些义理，得到「无我」的智慧，而彻底明白了解一切事、理的内容。这段话就是怎么样证到空观，怎么样证到阿罗汉果、辟支佛果，他们所明白一切的事、理的内容。就是透过对苦、集、灭、道的思惟修习，你了解了这个道理之后，苦、集，苦是轮回的果，集是烦恼，是轮回的因。你知道因为有烦恼，所以造业，所以才有这个苦果，这就是明白了苦谛跟集谛的内容。

那怎么办呢？修啊，所有一切声闻乘的修行的法门，不净观开始，四念处、三十七菩提道品，对，就是告诉我们怎么样去体悟苦谛跟集谛的内容，然后怎么样去完成灭谛跟道谛的内容。一切的道谛，就是说你怎么样止息一切苦、止息一切烦恼、破我执，所有的内容方法，八正道，是从四念处到最后的八正道、三十七菩提分，这些内容就是属于道谛的部分。你透过这些方法来体悟到一切法本来无我，这个空性的道理。而能够到达破除我执、证入涅槃，这个就是灭谛。证入空性，入灭尽定，小乘的涅槃，你证到了这个，是属于灭谛。一切证到灭谛的方法是叫做道谛，止息一切苦、止息一切的烦恼，断除我执的方法叫做道谛，达到这样的结果叫做灭

谛。所以苦、集、灭、道，我们就知道，它就是可以帮助我破除以为有我的这个无明、愚痴，这是声闻乘。

那缘觉乘呢，就是思惟十二因缘的道理，无明缘行、行缘识、名色、六入、触、受、爱、取、有、生、老死。这十二因缘它怎么流转，那你要怎么还灭的这个方法，你去思惟修习这所有的内容而证到辟支佛果。这就是这边讲到的十二因缘，也可以断除……就往后推嘛，你不要生、老死，就不要……从那个触、受、爱、取、有，从那边开始断，开始练习，到最后破除无明。它既然是环环相扣的，无明缘行、行缘识、一个缘一个，那你中间断除之后，你到最后这个圆圈，轮回的这个就破了。那破除了就可以证到辟支佛果。这个就是缘觉乘明白的事、理的内容，也能够破除我执。那等到了悟这一切事、理的内容之后呢，我们就能够破除「无明」。这边前面讲的这个无明，是声闻、缘觉乘的无明，对大乘来讲是见思惑而已，还没有真正破大乘的无明。所以这个「无明」的内容，实际上它涵盖得非常的广，像十二缘起，如果是缘觉乘来思惟十二缘起的道理，它这时候的无明是指见思惑，而不是大乘的那个四十一品的无明来说的。

所以这时候能破除「无明」，开始行一切善。因此，「对治无明」和「行一切善」呢，就是「无痴」的作用。所以声闻乘他已经圆满修学了四圣谛，或者是缘觉乘的十二因缘，他只能破除见思惑，只能体悟到我们刚才讲的那个空性的道理，「空如来藏」的部分。可是他继续要破尘沙惑，在空中呢再生起菩提心，来完成这个六度万行，所以他要从空出假，修假观。从空观当中再出假，从空入假、从假入空，从空出假，它的名称不一样。最先呢是由假入空观，最先修呢是由假入空观。这个假呢，是指一切因缘所生法，自性是空的，是假有的，要从这个现象界的假有的当中呢，去体悟它自性是空的，所以是从假入空观。

那你证到空之后，要从空出假，这时候要修的是假观，假观破的是什么？就是尘沙惑。你修一切如幻的，所以你就知道众生是如幻的，所以那个尘沙就是说众生多到像什么？像灰尘、像恒河沙数这么多，如果我们不明白一切众生是如幻的，我们就会心生怖畏，哦，这无量无边的众生度到什么时候？你就很难发心，所以大乘他为什么能够发菩提心，一点都不怖畏，就是因为他破了尘沙惑。虽然如恒河沙这么多的众生，虽然像灰尘、数不尽的这么多的尘沙的众生呢，可是他知道是如幻的，如幻的自性就是空的，所以众生了不可得。那他会不会害怕？不会，所以他就会任运生起如幻的大悲心，如幻的大悲心，不要以为又有一个「我」生起大悲，又错了。如幻生大悲心，度什么？如幻，像恒河沙数这么多的，像灰尘这么多的，如幻的众生。能够生起这一念的大悲心，就是因为他破了尘沙惑。

那小乘他为什么急于解脱，他很难生起一个这样的菩提心，就是因为他的尘沙惑没有破，他没有修从空出假观，他没有修假观。假观就是修如幻嘛，如幻三昧。就是视一切是如幻的，一切的因缘所生法是如幻的，一

切人、事、物都是如幻的，所以就可以破除这个尘沙惑，而任运生起大悲心。所以这个假观它主要要破的这个迷惑就是尘沙惑，它也关系到我们能不能真正的、没有一丝毫的怖畏而生起这个大悲心，主要的关键就看你有没有修假观来破除尘沙惑。尘沙惑破除之后，破除一品的无明，这时候才入一真法界，我们称为法身大士，是真正的菩萨，是从这时候开始算起的。因为前面都是加行，都不算数的，因为都是用妄心嘛，所以都不算数，它都是有漏而已。

那我们再讲一个「轻安」好了。「轻安」很重要，我们现在就是没有轻安，所以打坐起来很辛苦，等到我们坐到有轻安，身心轻安的时候呢，我们就不会……身心轻安的现象就是说，你坐在这边没有身体的感觉，你走路的时候没有身体的感觉，不会觉得说是拖着那个六、七十公斤的赘肉在走，走得很辛苦。所以走久了会累嘛，为什么很累？为什么爬楼梯，你们大部分的师兄大概都是坐到十几楼然后再往下走的，对不对？有几个是坐到六楼爬二楼的？我统计一下，看，不到一半嘛，三分之一，这个我不用问就知道一定是这样子的，为什么？因为身粗重，所以我们会觉得说往下走比较轻松，虽然是下三楼，上二楼，可是我宁愿选择下三楼，就是因为身粗重。所以这个身心轻安对我们修行人来讲多么的重要，所以我们努力精进的先要做到这个身心轻安。

「身轻安」就是「身轻如叶」嘛，好像一片叶子在空中飘，多么的轻灵啊！所以那时候说不定你就会从一楼爬到八楼一点都不会喘，脸不红、气不喘。你没有什么感觉，因为没有身体的重量了。那是身体轻安的一个现象，气脉通畅了。我们上次讲到所有的气脉，那个什么七轮全部都通畅了，三脉七轮全部都通畅，所有身体的气脉全部都通畅，所以你五脏六腑都非常的健康，因此你才可以做到没有身体的感觉。因为你如果五脏六腑不健康，你的气脉有阻塞，你的身体一定很粗重，所以你就没有轻灵的感觉，想要飘也飘不起来。因为气脉严重阻塞，然后五脏六腑它有种种的病变，所以我们就没有办法身体非常的轻灵。

那心的轻安就说明我们有不断的烦恼，我们起心动念都是跟烦恼相应的，都没有离开。烦恼我们讲过了嘛，没有离开前面的根本烦恼、随烦恼，烦恼还没有讲，我们现在是先讲善法，然后才讲烦恼，后面会介绍根本烦恼还有随烦恼，我们才发觉我们念念没有离开过烦恼，这就是为什么我们心不轻安的原因。所以什么叫「心轻安」？就是心中没有事情，一天到晚就没有事情，就是我们刚才讲的真心的境界，他会不会起心动念？他还是一样吃饭、睡觉、拉屎啊，可是他不会起心动念，他会面对境界如如不动。那他一定是心轻安，心非常的清净，因为他远离分别、执着、妄想了嘛，所以他的心一定是非常的清净，法喜充满。所以我们如果心跟烦恼相应，你说会不会法喜充满？喜不起来嘛，他就欢喜不起来，他就看起来很忧愁的脸，好像看起来心事重重。心事重重就表示说我们的心有重量，被那个

重重的心事压得喘不过气来。心不轻安的关系，很多的烦恼、忧郁、烦闷，没有事情他也烦闷啊，那就是说明那个心因为跟烦恼相应的关系，所以他没有办法喜乐，没有办法在一个那种喜乐的状态。

所以一个身心轻安的人，你随时看到他，他都是喜乐的状态。因为他身心都没有重量了嘛，身体非常的轻灵；然后心没有烦恼，非常的清净。所以他显现出来一定是喜乐，身心无比的喜乐的状态，没有忧愁啊、烦闷啊、胸闷啊什么，都没有这些，没有这些情绪、感受。这就说明了「轻安」对我们修行非常的重要。我们如果到轻安的话，我们想要成就一切的善是不是就很容易？就圆满一切的善；我们想要断除的一切的恶，我们也能够作主。

我们现在想要断恶修善也很困难，因为我们心中有烦恼的时候，你说要断恶，因为你的心就已经跟恶法相应，你要断恶他就很困难，心没有堪任性。就是说你的心好像做不了主，即使我们想要远离一切的恶，都是明知故犯。没有学佛之前，是愚痴无明的犯很多的业不知道；现在是很清楚的造业。那为什么会我明明知道不应该，可是我还是会去做呢？那表示说我们的心不能够自在作主，为什么不能够自在作主？就是因为我们的心有烦恼，所以你就没有办法作主。你老是跟烦恼相应，那你就一定是跟恶法相应，所以你所做出来的就是跟恶法相应。所以变成说你要断除一切的恶非常困难，当然你要圆满一切的善也非常的困难，这就是「轻安」对我们修行的重要。因为除非你达到身心轻安，你才能够成就一切的定力。因为身心轻安的标准，就是说你的定已经到达初禅根本定了，色界的初禅根本定才有身心轻安，这个之前没有身心轻安，是相似的轻安，等一下内容会讲到。

「轻安」有很多种类，我们现在也有轻安啊，什么「无官一身轻」啊、「无债一身轻」啊，也是轻安啊。那是凡夫的轻安，是「相似的轻安」，不是我们现在讲的轻安，那是相似的轻安。那真正开始有轻安是你得了根本定，入了色界初禅，你的身心就会有喜、乐相应的，没有忧、没有苦，是这样的一个状态，身心轻安的一个标准。就是说我们要检查我们有没有身心轻安，就是你的定力是不是有到色界初禅的定力，有的话才有身心轻安。像欲界定，或未到地定，都还没有身心轻安。就是说你可以坐在那边，好像也可以定得很好，可是没有身心轻安。这个我们就判定你还没有得色界初禅，你只是得可能欲界定，或者是未到地定。所以你可以坐在那边很久，一个念头都没有，可是你的身心没有喜乐，没有我们刚才讲那个身心轻安的现象，这就表示说你没有入初禅，我们是用这样子来分别的。

（第一七六页）好，轻安对修行来说呢是非常的重要。一百七十六页，有时在修观想的时候观不起来，这就在讲我们嘛，我们想要观，观不起来，很正常，为什么？因为身心不轻安，他就观不起来，很正常；气脉不通畅，观不起来。身心的状态，因为你的心有烦恼嘛，在那边打妄想，所以你观

不起来；你的气脉不通畅，因此你的观想没有办法成就，观不起来，就是因为这样子。所以观不起来，还有什么？观想起来不容易持久，一刹那然后就没了，然后很用力的、拼命的、很勇猛的观，好不容易好像有点清楚，马上又模糊了，正常、正常，所以我们刚刚观什么蓝色的明点、透明的，观不起来，正常，一刹那又闪掉了，正常，明白吗？因为我们没有身心轻安，所以它这边就讲得很清楚，因为身心没有达到轻安的缘故，所以观想不起来。一定是这样子的，即使观起来，一刹那又消失了，也是正常的。那真正的轻安是靠修定来的，所以为什么我们要常常的修定，因为你要达到轻安，修定最快，没有比这更快的。所以我们要常常修定，轻安是靠修定来的，也是因为有了轻安，又可以辅助我们禅定，使功夫不断的提升。因为你轻安，你就容易伏烦恼，那你要持戒也比较容易，因为你的心开始可以自在作主了，所以你持戒清净比较可能达得到，你要开发智慧，也比较容易有这个可能、有机会。所以定力就变成它能不能让我们成就圆满的戒德，还有能不能开显空性的智慧一个很重要的关键。所以我们为什么要常常来修定的原因就是这个道理。

因为一个没有定力的人，他可不可能持戒清净？对呀，因为他面对境界……因为他没有定力，没有定力就是说他心很散乱，他面对境界他的心就动了，他一看到境界他的心就动了。他的心那么容易动，想要叫他持戒清净是不可能的。因为他心动了，心动了就跟贪、瞋、痴相应，所以他就容易造口业、造身业，起心动念都是跟贪、瞋、痴相应。为什么？因为他心很散乱，没有定力，所以他面对境界心就动，心一动就跟贪、瞋、痴相应，所以他就容易造身、口、意三业。因此他要持戒清净非常的困难，问题就出在他的定力不够，面对境界他就动心。

所以所谓有定力，就是说你面对境界不动心，就是定力。很简单，清清楚楚、明明白白，就是慧力。所以有没有定、慧力，就是看你面对境界你的反应是怎么样？容不容易受影响，不容易受影响你就是比较有定力了，以前会动心的，现在不会动心了，表示你的定力在增加。以前不清楚的，搞不清楚状况，你说一句话，旁边的人已经在跳了，你还搞不清楚状况，这就没有慧力，没有智慧的观照。那你现在清清楚楚、明明白白，你说的每一句话，大家的反应，你都很清楚、明白，那表示说你的智慧力也在增长。所以你每天的定力、智慧有没有在增长，就是这样检查。面对境界心动不动，你就知道你的定力有没有在增加。是不是越来越清楚明白，看人、事、物是不是越来越清楚明白，是的话表示你智慧力在增加。好，所以它就说是功夫不断的提升。如果有轻安的话可以帮助我们定力、功夫不断提升。还有我们刚才讲的，帮助我们持戒清净，还可以帮助我们开发智慧，都有更多的可能性。另外，在拣别有没有得初禅根本定的条件，这就是我们刚才讲的，就是看我们有没有身心轻安。如果心能够安住在一个定境上，可是并没有达到轻安，我们就说他没有证初禅，可能是欲界定或者是未到

地定。

（第一七七页）什么叫「轻安」呢？就是身心舒畅、安适的意思。是如何达到身心舒畅、安适呢？那就是因为已经远离一切的身心粗重，所以轻安跟粗重是相对的嘛。好，我们没有轻安就是因为我们身心粗重，所以没有轻安。那又是什么样的境界呢？有人形容「身轻如燕」，或者是我们刚才讲「身轻如叶」好像燕子、或者好像叶子，很轻灵，身体没有重量，这就是「身轻安」的感觉。那这时候因为身体里面因为五脏六腑都调和了，全身的气脉也都通畅了，所以我们能够达到「身轻安」。那所谓的「心轻安」，就是心中没有烦恼，不再受七情六欲的牵动。那就看我们证的是什么样的禅定境界，如果是初禅、二禅、三禅，还有喜、乐会动心，但是已经远离了忧苦。所以只要我们证到色界的初禅开始，我们就没有忧、没有苦，没有苦受、没有忧受了，只有喜、乐受，所以他才会说已经远离了忧苦的情绪。初禅以上就没有忧苦了，没有忧苦的情绪跟感受。到了四禅以上连喜、乐都没有，因为喜、乐还会让我们动荡心，所以我们要舍念清净，要把喜、乐再舍，这时候就跟舍受相应，也就是既无欢喜也无忧了。你的心不但不会起心动念，如如不动，也没有有什么情绪感受，既无欢喜亦无忧。所以若是得到身心轻安，就可以随意自在的修习止观。

那什么时候修止观得力？修止、修观比较可以得心应手？就是我们现在也很清楚了，除非你身心轻安，要不然你坐在那边打妄想，不然就昏沈嘛，是不是？就掉举、散乱嘛，不正知、失念，所以我们要修什么？修观哪，观不起来、观不清楚，观起来一下跑掉，就是因为没有身心轻安；那你修定也是一样，因为心散乱，不然就昏沈，就是因为身心没有达到轻安。所以你修一切的止的法门、修观的法门，都没有办法相应的原因也是在这里，身心不轻安。

（第一七八页）修习止观的两大障碍呢，就是昏沈跟掉举。昏沈是我们的心不清明，因为第六意识已经迷糊了嘛；那掉举呢是我们的心生散乱。昏沈使我们的身心没有办法修习一切的善念，所以必须以轻安来对治。所以我们现在也知道轻安它对治什么？就是对治我们的昏沈。「轻安」也能够使我们所依的粗重身心，转为……本来我们是粗重，然后慢慢转成调畅、安适，转成轻安。所以我们就知道「轻安」的作用，有「对治昏沈」还可以「调我们本来粗重的身心变成很安适」，这个就是「轻安」的作用。「对治昏沈」，让我们的「身心由粗重转成轻安」这样的状态，这就是「轻安」的作用，所发挥的功能。那「轻安」为什么能够发挥这些功能呢？就是因为「轻安」它能够降服，而且它能够除灭障碍得定的昏沈。「轻安」它能够降服昏沈，也可以除灭昏沈。那昏沈是障碍我们得定的，所以它叫做障碍得定的昏沈。就是说我们没有办法得定就是因为有昏沈，所以昏沈是障碍我们得定一个很重要的杀手。那怎么样去昏沈呢？就是「轻安」可以达到这样的一个功能，能降服跟除灭昏沈，所以能够达到轻安。使我们原来所

依止的粗重的身心，能够转为安适，就是它的作用。

（第一七九页）所谓「轻安」，就是远离粗重。原本身体的四大不调，心中的贪、瞋、痴等等的烦恼，使得我们身心呈现昏沈的现象。所以我们现在为什么身不轻安？就是我们可能气脉不通畅，可能我们五脏六腑不是很健康，因为我们身很粗重，这样的一个现象。那我们的心的心呢，有跟贪、瞋、痴这些烦恼相应，因此我们的心的心呢也是粗重的，那当然就没有办法修一切的善行。那如果能够远离一切的粗重、昏沈呢，就叫做「轻」。这边先解释什么叫做「轻」，什么叫做「安」。「轻」就是它远离粗重，所以它就是「轻」嘛，因为不再重了，所以他远离一切粗重昏沈，所以叫做「轻」。那什么叫做「安」呢？那我们的身体就可达到这个调适，转为调适跟畅悦，非常的喜悦，这个叫做「安」，是安适的意思，非常舒服安适。如此「轻安」的状态，使得修行人不再被粗重、昏沈所障碍，因此能够修习一切的善。所以「调畅身心、堪能修善」。「堪能」就是说你可以作得了主的，你心可以作得了主的，你想要修什么善都可以去作，不会被你的身心粗重所影响，这是「轻安」的体性。它的作用就是「对治昏沈」跟「转变所依的粗重身心为安适」。

（第一八〇页）那转释当中它所说的：「轻安」，就是能调伏、除灭障碍禅定的昏沈；而且让所依止的粗重身心转为安详舒适，所以这两者是「轻安」的作用。这边是重复的。因为转释当中也是同样的内容，这样子来解释「轻安」的。那接下来它就是要来说明轻安的差别，有这三种轻安的差别：第一种是「相似的轻安」，是我们得定之前，我们凡夫有的相似入定的轻安。像你入欲界定、未到地定，他也可以坐在那边好几个小时，没有什么念头哦，可是他没有轻安的现象，他那个就不是初禅、或是入定，就是现在讲的相似的轻安而已。所以他是在得定之前，或者是我们凡夫的众生，他在外面很热、很热，回来冲个凉，躺在床上「哦！」那时候有刹那轻安啊，也很舒服啊。所以平常让我们身心有一刹那的乐受生起，那个就是「相似的轻安」，我们凡夫的轻安境界。那第二类是「有漏的轻安」。这是因为远离烦恼，就是远离粗重，【那个「羸」（ㄅㄨㄟ），是以前的古字是这样写的】远离粗重而得的，有漏定相应的轻安。这就说还没有断我执，没有破除我执之前，所得到这个轻安它是有漏的。为什么？因为有我执相应的那个禅定的境界而得到的轻安，它是有漏的轻安；那如果说达到破除我执，那它就是无漏的。所以破除我执他所得到的轻安就是无漏的轻安，这样子来分。所以第三类，它是圣者的轻安，是「无漏轻安」，远离有漏了、远离粗重而得的，是与无漏定相应的轻安。

它后面还是有解释的，我们再来看它详细的解释：

（第一八一页）所以在我们还没有得到根本定之前所得到的轻安，我们称为「相似的轻安」。那就是我们现在，欲界的众生呢，你不管有没有修定，都可以有相似的轻安，譬如说「无官一身轻」啊。那这时候因为粗的

烦恼暂时伏住了，所以身心也会有好像调适的这种感受，由于没有真正远离烦恼，因此只能称为「相似轻安」。

第二类是「有漏的轻安」，这是与有漏定相应所得的轻安。有漏定，就是指我们的世间定，世间有漏定就是四禅八定，四禅八定，色界：初禅、二禅、三禅、四禅；无色界：空无边处、识无边处、无所有处、非想非非想处，这个四空定。四禅八定，这是属于世间定，所以四禅八定它是通外道的，它是属于世间禅定，不能够解脱的。所以你修定只是证到四禅八定的话，外道也是四禅八定，没有差别，定境是一样的内容。它都没有离开三界，没有离开轮回，只是说你定力很高、你的功夫很好，定力的功夫很好，得的是四禅八定，因为它属于世间定，它是有漏的，因为还没有解脱，还没有离三界。所以它这边讲到，因为还属于世间、三界当中，所以我们称为有漏的定。那有漏的轻安就是特别指四禅，这边所说的有漏的轻安特别是指四禅，还没有无漏的轻安，这边还是有漏的轻安，指的是四禅。因为有漏的轻安与身心有关，而在四空定中呢已经有色身的存在，因为我们知道无色界没有色身嘛，只剩下心识的作用、识心的作用，所以在四空定中呢，我们就不谈轻安，因为他没有色身了，我们就不谈轻安。

那四禅当中的轻安也有层次上的差别，好，那就看你证的是初禅、二禅、三禅、还是四禅。那初禅呢，他所得的轻安是离名言所得的轻安，离名言所得的轻安是什么意思呢？因为初禅已经……五识已经没有哪些了？眼识、耳识、鼻识、舌识、身识，他哪一识没有了？还记得吗？证初禅没有舌识跟鼻识。所以为什么我们说证初禅的人他的饮食……我们这边有讲过，饮食、睡眠、男女这些习气是欲界的习气，那什么时候这些习气慢慢慢慢淡？淡到快要看不见了，那就是说他已经远离欲界而证入色界的初禅，所以他的欲界身已经转成色界身，转成色界身当然就没有欲界身的习气了。我们现在有欲界的习气，是因为我们身体是欲界的身体，所以你一定有欲界的习气。那我们想要减少一点男女、饮食、睡眠的习气会比较困难，因为我们色身没有转变。我们是欲界身嘛，那当然就有欲界的习气。

可是当我们证到色界初禅的时候，因为你的欲界的色身已经慢慢转成色界的色身了，那你当然欲界的习气就会慢慢的淡了。所以男女、饮食、睡眠的习气，很明显的在你身上慢慢慢慢地减少。所以你证到初禅的话，鼻识、舌识是管什么？闻味道还有什么？吃饭的嘛，对，所以为什么初禅的人他的饮食非常的清淡，多吃也没有关系，因为他消化功能很好，因为气脉通畅，他多吃也不会消化不良，少吃他也不会饥饿，为什么？因为他的气饱满，充满整个胃，他也没有饥饿的感觉。所以我们知道那个圣人他可以，阿罗汉一个礼拜吃一餐就可以了；辟支佛，两个星期吃一餐就可以了。平常什么？法喜充满，什么禅悦为食，他是靠什么吃？不是这个粗糙的食物了，他是靠禅悦，什么？身心轻安的喜乐嘛，轻安有喜乐，禅悦为食，非常的喜乐、轻安的喜乐为食物。所以他不需要像我们欲界吃那么多

的东西，他不会有饥饿的感觉，所以证到圣果，阿罗汉他可以一个礼拜吃一餐，其它六天不会肚子饿，所以原因在这里。

那我们不要说已经证果的人，像你证初禅以上，你有初禅以上的功夫，你可以吃很多也没关系，不吃也没关系，所以原因就在这里。因为他鼻识跟舌识不行，那我们讲话靠什么？讲话靠嘴巴嘛，要发出音声，对不对？现在要讲离名言，名言是什么？语言、言说，离言说，他为什么可以离言说？因为他的鼻识跟舌识暂时不发生作用，暂时不起它的作用，所以他只剩下眼识、耳识、身识了，初禅；那到二禅的话，都没有了，五识都没有了，眼识、耳识、鼻识、舌识、身识，都没有了。就是它下面接着要讲的：二禅是离寻伺所得的轻安。寻伺，寻伺我们还没有讲到，在后面不定法四的时候才讲到，寻伺就是我们心粗的分别跟细的分别。什么叫粗的分别？我们的心有分别心吗？我们的心，分别心，第六意识的分别心，让我们不断、不断地攀缘外境，我们一看到外境就分别了，好，这个喜欢不喜欢，这个是寻的功能，寻心所的功能；那伺呢，它就比较微细了，伺是伺察。寻是寻求，不断的找寻目标，攀缘外境，生粗的分别；那伺呢，是你已经锁定目标了，细细地观察，那个是伺。不再寻求了，不再攀缘外境，你已经找到一个目标，然后停在上面继续地去仔细的观察，所以它是比较微细的分别，这个叫做伺。

那我们平常修行呢就是靠寻伺在修行。我们的心，像念佛，也是寻伺的作用；你观想，寻伺的作用；你持咒，寻伺的作用。因为你要靠你的心来起分别嘛，那你观想是不是起分别？你的心要观想出一个什么来，像刚才讲，观想出蓝色的明点，你的心是不是要起分别？不然你那个蓝色明点从哪边来的？你没有分别心，怎么观出那个蓝色的明点，对不对？所以我们要先现出那个蓝色明点是「寻」，先去把它观想出来，那观想出来之后怎么样？定住了嘛，我们就一直在那上面，观想它放五色光，蓝色的明点观想出来之后放五色光，安住在上面，这就是伺察的作用，「伺」的作用，这是心比较微细的分别，然后念念安住在那个明点上面，这是「伺」。那任何的修行都是靠寻伺的作用，所以寻伺到后面会讲到，寻伺不是坏的，看你用在哪里，你用在什么，打妄想，然后生贪、瞋、痴造业，那个寻伺就跟恶的相应，恶法相应；那你用在善法上面，它就是跟善相应；用在无记上面就是跟无记相应，不是属于善、不是属于恶的时候就是无记。所以寻伺它是不定法，「不定」就是说不一定是跟什么，它通三性：善、恶、无记三性，看你用在哪里，来辨别它是善、恶、还是无记性，它本身是不定的，所以它叫做不定心所。好，那我们现在就既然讲到这个名词，我们就顺便先介绍，后面还会详细谈。

所以我们知道二禅它为什么可以离寻伺呢？因为二禅就没有寻伺的作用了，好，就是说我们借着寻伺来修一个法门，是靠寻伺入手。可是如果说你可以得定，因为这样子，寻伺入手，入初禅了，然后把寻伺舍掉，因

为你已经安住了嘛，你的心已经安住在那边，然后没有再起心动念，你可以安住得很好，是不是就没有寻伺的作用了？因为你不再起分别了，因为你已经安住，你已经得定了。二禅，无寻无伺三摩地，所以二禅以上都叫做无寻无伺三摩地。因为已经没有寻伺的分别心在那边，因为已经安住在定境了。只是安住的定境的当下的状态，我们来分它是二禅、三禅、四禅，还是四空定，还是空无边处。当下安住的是空相应的，就叫空无边处；当下跟识相应的，就是识无边处；跟无所有相应的，就是无所有处；非想非非想处相应的，就是非想非非想处，这个四空定。所以我们就知道从二禅以上，都是无寻无伺三摩地了。

那三禅呢，是离一切喜所得的轻安。因为它是乐嘛，三禅只有乐、一心这样而已，只有这两个，二支，就这两支相应的。那四禅呢，是离出入息。因为我们入四禅的话，很明显的口鼻呼吸断，已经没有出入息了，转成什么？转成内呼吸，体内气体在交换，可是你的口鼻呼吸已经断了。是内在的气体的交换而已。所以四禅它的轻安是离了呼吸、口鼻呼吸之后，所达到的轻安，舍念清净的轻安。所以我们就可以很明显的区分初禅的轻安、二禅的轻安、三禅、四禅的轻安，它还是有差别的。可是它都有轻安对不对？所以轻安是拣别从欲界入色界定一个很重要的关键。你只要有身心轻安就是入初禅，然后再看你的轻安是什么样的轻安，来分别你是初禅的轻安、还是二禅的、三禅、四禅，这样子来分。

那第三类的轻安是「无漏的轻安」，那就是已经断我执，圣者所证到的轻安了，是与无漏定相应所得的轻安。无漏定又称为出世间定，所以它的定已经离开刚才讲的四禅八定，所以它叫做九次第定或者叫灭尽定、灭受想定，都是在说明它不是世间禅。那又分为两种：因为阿罗汉所证的叫做灭尽定，或者叫做灭受想定。这时候的轻安是指一切的受、想，受心所、想心所灭了，这时候所得的轻安。那第二类的轻安是佛、成佛入的「金刚喻定」，这时候的轻安，是证得无上菩提成佛的金刚喻定，这时候的轻安是一切的粗烦恼、细烦恼，烦恼障、所知障，所有的种子都完全清净之后，所得的轻安，所以这个时候才是究竟圆满的轻安。入佛的金刚喻定所得的轻安，是究竟圆满的轻安。其次呢就是二乘人所证得的灭尽定的轻安。这个是属于出世间的无漏定相应的轻安，再下来就是世间的轻安。四禅八定所相应的轻安，再下来就是凡夫的轻安。分成这三大类。

我们今天就讲到这里。

回向。愿以此功德，普及于一切，我等与众生，皆共成佛道。