

大乘百法明门论  
第十八讲  
最尊贵的净莲上师讲解

(第一八三页)我们今天讲「不放逸」，一百八十三页。「不放逸」，我们对「不放逸」的印象是说已经散到没有办法收拾了，那个叫做放逸。其实呢，这个标准太低了，不是说已经散乱到没有办法收拾了，那个才叫作放逸。只要我们的心离开了「无贪」、「无瞋」、「无痴」的这个正念，就叫做放逸。所以什么叫做「不放逸」？就是我们非常的精进让我们的心安住在「无贪」、「无瞋」、「无痴」上面，这个才叫作「不放逸」。我们一离开「无贪」、「无瞋」、「无痴」，我们就生起了贪瞋痴，我们马上就跟烦恼相应了，这个叫做放逸。所以放逸的标准就变成说你只要离开了正念，离开了「无贪」、「无瞋」、「无痴」的正念，你就叫做放逸。所以我们的心能够安住，安住在「无贪」、「无瞋」、「无痴」上面，没有一刹那的忘失，这个叫做「不放逸」。那这样子检查的话，我们好像「不放逸」的时间，怎么样，非常的短暂，大概要用秒来算（学生答：千分之一秒），千分之一秒哦，这倒是老实话。好，我们看书上怎么写。

十一种善法的第九个是「不放逸」。什么叫「放」呢？「放」，是放纵；「逸」，是散逸。我们的心放纵了、散逸了，这个就叫做放逸。那什么是「不放逸」呢？就是不让我们的心的放纵散逸，能够随时「精进」在「无贪」、「无瞋」、「无痴」这三个善根上面。那只有这样子我们才能够断一切的恶，能够修一切的善。不然我们想要断恶修善非常的困难，为什么？因为心一离开正念就跟贪瞋痴相应，跟贪瞋痴相应就生烦恼、就造业。所以我们要断恶修善就变得说，唉，我希望我能够进步，可是它很难进步；或者是很想断我一切习气，想要断我一些烦恼，但是作不到的原因，就是因为我们的心的常常都是在放逸当中，而没有在正念当中。所以对于所应断的恶法呢，能够防止让它不起。就是说除非我们是在「不放逸」的状态当中，我们才能够断除一切的恶法，不让它生起。那对于一切所应该修的善法呢，我们也能够让它慢慢增长。一切的善行都能够增长，一切的恶呢都能够慢慢地断尽，这个要靠「不放逸」的精进来的。好，这就是「不放逸」的体性。

(第一八四页)那它能够有什么作用呢？有什么功能呢？就是如果是这样的话，如此，不但就能够对治身心的放逸，更能够成就圆满一切世间与出世间的善法，这就是「不放逸」的功能。所以我们知道，我们的心能够安住在这个「不放逸」当中的话，我们就能够圆满一切的善法。不管是世间的有漏善，还是出世间的无漏善，我们都能够圆满它，这要靠「不放逸」才能够做到的。所以「不放逸」它并没有自己的体、相、用，而是做到了「精进」、「无贪」、「无瞋」、「无痴」这四法呢，就能彻底地断恶修善，所以离开了「精进」、「无贪」、「无瞋」、「无痴」呢，就没有「不放逸」的

体性、自相还有功用，因此只能说「不放逸」是依于这四法所假立的名称，没有「不放逸」它的自体、它的体性，没有这个东西。

（第一八五页）那它是怎么样来建立叫做「不放逸」呢？就是「精进」在「无贪」、「无瞋」、「无痴」这四法上面叫做「不放逸」，就是没有它的自性可得。所谓「不放逸」就是指精进在「无贪」、「无瞋」、「无痴」三善根上。对于应断的恶行，防止不使它生起，对于应修的善行，修习令它增长，这就是「防修」的功能，「不放逸」的体性。「防」，就是防止恶行，不使它生起；「修」，就是修一切的善，所以「防修」就是「不放逸」的功能。就是说明除非我们「不放逸」，我们才可能防止一切的恶行不使它生起，一切的善行能够让它增长，这个防修的功能就靠「不放逸」来的。因此，它能「对治放逸」，进而「成就圆满一切的善事」，这就是「不放逸」的作用。演义中说：「随时用智慧观照自己的心念，使它不随着六尘境界放纵、散逸，就称为不放逸。」那这段话就说明我们平常要怎么用功，随时观照自己的心念，这就是觉照的功夫。你的心有没有随时起觉照，如果我们没有起觉照的话，我们会面对境界的时候很快就跟烦恼相应，很快就生起了种种的这个习气啊、烦恼，很容易就生起，是因为我们平常没有用觉照的功夫在面對境界，在行住坐卧这个当中没有智慧的观照，没有起智慧的观照。所以智慧的观照是你平常就要做的，就要用的功夫，因为你有智慧的观照，所以你会清清楚楚、明明白白，因此它才能够来得及在你六根面对六尘境界的时候，来得及安住在正念当中，来得及不使它生烦恼，不使它习气现前，才会来得及。

如果我们没有智慧的观照在先的话，我们没有那个警觉的作用，所以我们会面对境界就会来不及，都是在事后，他已经生烦恼了，习气已经现前我们才事后补救说，「唉呀，我怎么这样！」、「唉呀，不应该。」然后再忏悔还怎么样，这都是已经事后工作。可是一个修行人，这个太慢了。随时都有灵灵明明，灵觉的那个觉照的功夫是随时都一直保持着，晚上睡着的时候也是保持着，灵灵觉觉的，这样子休息。所以这样子的训练，我们第六意识会非常的清明，不会混乱、思绪不会很混乱，然后理路不会不清晰，你会思绪非常的、思路非常的清晰，理路非常的分明，随时都是在这样的状态，所以他不会昏沈、也不会散乱，是平常就要保持这样的状态。这个就是现在讲的。

那他这样的保持是怎么来的？就是「不放逸」的训练的结果，他就是随时有这个觉照的功夫，智慧的观照，他随时都是在起作用，因此你在面对境界，你会清清楚楚，然后如如不动。清清楚楚是慧力，如如不动是定力。所以随时都有定慧力的摄持在你所有的行住坐卧当中，这个就是「不放逸」它的功用。就是这句话讲到的，随时用智慧觉照、观照自己的心念，它就不会随着六尘境界放纵散逸，这就是「不放逸」。真正怎么样在平常来作功夫，就是这样子，保持灵灵觉觉这个灵敏的觉性，因为它有智慧的觉

照，因此你会清清楚楚、明明白白，因为你是这么样的清楚明白，因此你才能够让你的心不散乱，不随着境界这么快就散动了，你就可以做到不动，心不散动，这个就是定力的摄持。那明明白白的观照，就是智慧的作用。

（第一八六页）又说：「不放逸，就像大树的根一样，一旦根深蒂固了之后，就很难将它拔除，于是才能生长出茂密的枝干，茎干枝叶。不放逸也是相同，一旦成就了之后，一切的善根都能够因此增长。」所以这要靠平常培养这样的一个觉照的功夫，随时都安住在「不放逸」当中，所以我们要修一切的善，他就可能。因为我们前面也讲过什么叫做「精进」，就是没有夹杂叫做「精」；只有善法、没有恶法叫做「进」。因为恶法会让我们的善法退失，所以你每天夹杂（恶法），虽然你很精进在做你的功课，很精进的在用功，可是因为还会生烦恼，因为有夹杂着恶法，所以这个都不能够叫做「精进」的那个「进」。「进」就是只有进没有退，那怎么样只有进没有退，就是说除非你一天都没有夹杂恶法，没有夹杂烦恼、没有夹杂执着在里面，那个才能够叫做「进」，只有进没有退。因为恶法会让我们的善法退失，所以你今天如果还有造恶的话，你今天不管怎么样用功都不能够叫做精进。所以「精」是精纯不杂，没有夹杂恶法；「进」也是没有夹杂恶法，这个才叫作「精进」。所以要怎么样成就一切的善根，就是要靠精进来的，精进在「无贪」、「无瞋」、「无痴」的这个正念上面，不让我们的心随着外境来散乱、放逸。

那接下来更进一步解释：这个「不放逸」并没有它自己的体性，这个是重复前面的，只要「精进」在「无贪」、「无瞋」、「无痴」这四法上面呢，就已经能够达到防恶修善的功能。所以现在只是将这一份「防修」的功能，称为「不放逸」。并不表示离开了这四法，另外有一个「不放逸」的体性存在。因此「不放逸」和这四法的体性是相同的。这是重复前面的部分。那我们对放逸的概念就非常的清楚了。只要没有安住在「无贪」、「无瞋」、「无痴」上面就叫做放逸。

那下面这个「行舍」也非常重要，「行舍」我们要以我们日常的形容词来说明的话，就是舍、放下。你是不是真的能够舍、放下了，把你的身心能够完全地舍、放下，布施给众生。行菩萨道的菩萨没有自己的身心，他完全把它布施给众生了，所以他每天的努力，一切的修行都是为了要成就一切的众生，希望一切众生能够成佛，他做的所有努力都是朝这样的目标。那他凭什么可以做到完全的舍、放下，把他的时间，把他的所有的精力，全部都布施给众生，可以这样子做到彻底的万缘放下，就是因为现在讲的这个「行舍」，这个善法他已经成就了，因此他可以万缘放下，不但放下自己的身心，放下自己的执着、分别、烦恼、习气，当然这些全部都要放下；一切的世间法呢也不要执着。即使你好像拥有了家庭、子女、事业，还有什么？（学生答：工作）工作，对，你可以表面上好像拥有这些世间的东西，可是你的心对这些内容没有丝毫的执着，这个叫做放下。

所以我们所谓的放下，不是叫你全部把它抛弃，然后就躲起来了，那个不是放下，那个是逃避，逃避责任。逃避你世间应该有的责任，所以我们所谓的放下，不是叫你真正就把它丢掉了，而是心不执着在这个世间法的上面，即使你在红尘里面，即使你拥有了这些东西，可是你的心对它没有执着，这个叫作放下，一切世间的染着。那今天我们踏进了佛门，发菩提心说要行菩萨道。那对我们整个修学的过程，也是要练习放下，而不是转移目标。我可以对世间不执着，可是我现在开始入佛门之后，我就开始对佛法执着了，执着这个道场、执着这个上师、执着这个传承、执着这个法门、执着我对佛法的成就，这个也表示没有舍、放下，没有做到我们现在讲的这个「行舍」。所以不但世间法要放下；出世间法、一切的佛法也要放下，这个才是彻底的万缘放下，这个才真正做到我们现在讲的这个「行舍」。是全部舍了，没有一个放不下的，没有一个会让你生起执着的，没有了，不管是世间的、还是出世间的。

因为很多他只是转移目标，学佛之后他把对世间的贪染转移到佛法上面了，所以他对佛法非常的执着，他对他的上师、他对他的法门、他对他的传承、对他常常亲近的道场，生起了执着。那就表示说他本来对世间的那个执着改变了对象，执着到佛法上面来了，所以那个贪、还有执着的本质并没有改变，他只是转移了目标，很多是这样子。那这样他有没有解决他的贪瞋痴？没有的，所以他在佛法里面，他也是一样有贪瞋痴，贪瞋痴慢疑也是一个都没有少，可是他美其名叫做学佛修行啊，叫做要发菩提心、行菩萨道，可是他的贪瞋痴慢疑并没有改变，只是转移了目标，这个我们要很小心、很小心，因为有太多这样的例子了。就是学佛修行之后，要出离心嘛，要修出离心，所以他就慢慢、慢慢对世间的这个红尘俗事，他可以慢慢地远离、慢慢地舍，可是曾几何时，他就把这个目标转到佛法，去好好的执着它了。所以我们就觉得说这样的情况并没有解决根本的问题，他还是一样地贪瞋痴，只是目标转移了，转移了他的心的依附。本来他是依赖在……凡夫是依赖在世间法，所以他要靠世间法来成就自己、肯定自己，可是一旦入了佛门他就要靠佛法的修行来肯定自己，增长我执，这个也同样是错了，没有真正的舍、放下。所以现在讲的「行舍」、万缘放下，是一切都放下，世间法要放下、出世间法也要放下。

（第一八八页）好，那我们就看它怎么来形容这个「行舍」呢。我们看一百八十八页。这个原文我们就跳过去，我们看解释的就可以了。十一种善法第十个是「行舍」。「行舍」和刚才讲的「不放逸」一样，都是「精进」在「无贪」、「无瞋」、「无痴」上面，这个三善根上面，这样久而久之呢，你的心就不会再随着昏沈掉举而转。所以「行舍」，就是说你万缘放下它是怎么样完成的，它是做到的呢？就是「不放逸」的结果就可以做到，因为你的心「不放逸」，一直精进在「无贪」、「无瞋」、「无痴」上面，你是不是就放下了？因为你一直是「无贪」、「无瞋」、「无痴」嘛，那就一

定是可以万缘放下，可以得到这样的结果。所以慢慢慢慢的，我们精进在「无贪」、「无瞋」、「无痴」上面呢，久而久之我们的心就不再会昏沈，也不会散乱，也不会掉举，这个时候我们叫心平等住。你的心平等了，平等就是你不再有动荡，因为散乱——我们的心不平等；昏沈——我们的心不平等，它是有起伏性的。所以当我们慢慢地远离，因为你的心能够慢慢安住在「无贪」、「无瞋」、「无痴」，在这个正念上面，因此你的心就慢慢地安住了，安住就没有动荡，因此它也慢慢远离这个昏沈跟掉举，也能够远离妄念分别，让你的心慢慢地正直。心正直住就表示远离了分别，因为你的心安住得很好，因此你就慢慢没有那个分别心了，慢慢也不会打妄想了。因为打妄想那就是又贪瞋痴了嘛，心又放逸了，所以你才会又起了烦恼。所以只要你安住得很好的话，当然就不会起心动念，没有妄念，那你就是一直安住在这样的一个情境当中，那当然就可以远离昏沈、散乱、掉举，当然也可以不再生起分别心，不再打妄想。那慢慢慢慢地，功夫纯熟了之后呢，我们就不用再提醒自己说：「我要安住在无贪、无瞋、无痴上面」，因为已经慢慢地可以安住得很好。这个时候就不用再提醒自己说：「我不要放逸，我要安住」，就不要再起这样的念头了。

那也可以任运，「任运」就是说不假功用，不加功用，不再提念叫做任运。任运自然的意思就是说，它就变成你平常的行住坐卧，你就是这样子了，很自然的，你不用再提醒自己，也不用再提念头，警告自己，这个叫做任运；心能够安住在这个寂静当中，这个叫做无功用，就是说不再加任何的功用上面了，不用再加功了，它就可以任运保持，很自然的就是这样子的一个状态。由此可知，令心平等、正直、无功用住，是「行舍」的体性。所以我们怎么来形容这个「行舍」呢？就是当我们的的心可以因为前面的「不放逸」，慢慢调、调、调，功夫越来越调熟了之后，我们的心就是平等，不再有动荡了，所以他不再昏沈、散乱，心正直了，不再有分别。因为我们有分别心的时候，心不正直，因为喜欢、不喜欢嘛，你的心就不正直了。所以心正直的情况是什么？是无念的状态，无分别的状态，你的心是直心，直心是道场就是指的是这个，你的心是清净的、没有分别的，那个状态是我们直心的状态。那也是昨天讲的，真心的状态，它一定是正直的，它一定是平等的、无分别的，那不再加功用了，可以纯任自然的，保持你的心是平等、正直，这个我们就叫做「行舍」。

（第一八九页）那「行舍」的「行」呢，是指行蕴的「行」；「舍」呢，是指舍弃的「舍」，所以跟这个舍受中的「舍」是有所不同的。现在讲「行舍」的「舍」，不是我们平常说没有苦受、没有乐受的那个舍受、不苦不乐受，不是指那个，而是指万缘放下的那个状态。不是指舍受，不是讲感受，那它是指行蕴的「行」。那行蕴的内容包含了哪些呢？有两类：一类是二十四不相应行法，这是属于外在的物理世界，这个我们后面会介绍到。什么是不相应行法、行蕴的内容，后面会介绍到，就是我们整个生存的这个物

理世界，就是行蕴的内容。

整个生灭的现象，成住坏空、生住异灭或生老病死，这整个有为法生灭的这个现象，就是整个物理现象，它就可以很简单的用「一切因缘所生法」来说明一切的有为法，它都是有生灭的、它都是无常的、它都是生住异灭。我们讲生灭就是把中间的住跟异就是把它省略掉了，其实详细讲就是生住异灭的过程，生灭、生灭，因缘生、因缘灭，就是说明了我们所有的物理现象，它就是生灭的一个现象界的展现这样而已。可是展现的背后是靠什么呢？靠因果果报，所以整个展现是靠因果的相续，因果的相续来展现这整个世界的相貌，因果的相续作用，善因有善果、恶因有恶果，这个因果的关系一定是这个样子的，而且因果是一定相应的，那个生灭过程呢，它的相续相构成了时间相。

所以我们的物理世界里面有时间相，可是时间相了不可得，因为虚空，你任何一点都可以说它是过去、或者现在、或者是未来。所以过去、现在、未来，所谓的三世的时间的因果相续的这个流动呢，其实是我们第六意识的分别来决定的，已经生起又消失了，在说明这个。生起又消失这个生灭的现象，我们把它定义有过去、现在、未来的这样的一个名词。还没有生起的我们叫未来，生起还没有消失的我们叫现在，生起又消失的我们叫过去，它就是生灭现象的一个说明。我们把它定义，它还没有生起，还是已经生起没有消失，还是它生起已经消失了，这就是过去、现在、未来，三世时间是这样子定义出来的。

可是它是无自性的，所以时间根本不存在，我们只是用生灭的这样的一个现象，来说明时间有过去、现在、未来。我们有这样的了解之后，我们就能够打破时间的束缚，我们对时间不再有这么强烈的执着，我们不会那么在意我们可以活多久、我们的寿命有多长，那个都是时间啊！所以所谓的寿量也是不相应行法里面。我们的物质，我们的这个物质世界、我们的物理世界里面，有所谓的成住坏空、生住异灭、生老病死，这个就说明了时间相。我们所谓的寿量的一期，一期生命的长短，它不过是我们第八阿赖耶识，执持五蕴身心的功能的结果而已，根本没有一个「我」能够活多长，这样的一个观念是错误的，它只是一种物理现象。

所以所谓的命根，我们所谓的寿命呢，只是我们第八阿赖耶识的功能，我们第八阿赖耶识它有执持的功能，它执持什么？执持我们五蕴身心的活动，它执持我们这个色蕴，让我们这个身体在活着的时候它不会散掉，对不对？我们知道我们这个身体是地水火风，可是它为什么不会散掉？它是物质啊，地水火风它是物质，可是为什么我们可以凝聚成一个四大的假合，然后好端端的坐在这里？那为什么我们晚上睡觉的时候，我们的四大不会分散？那我们就知道它背后有一个执持的力量，这就是我们第八阿赖耶识执持的功能。所以什么时候这个第八阿赖耶识执持的功能散失了，我们四大就分散，我们叫做死亡，给它一个名称叫做死亡，叫做生老病死的死，

成住坏空的空、生住异灭的灭。我们给它一个名称就是空、灭、死、无常，这就是说明了我们不再执持这个四大的假合。所以我们所谓的寿命，就是第八识它执持的功能的一段时间，这一段时间我们就叫做：我的寿命可以活多久。它一旦执持的功能消失了，我们这一口气不再来，我们四大就分散了，第八阿赖耶识不再执持这个五蕴身心的活动，我们叫做死亡，这一期的生命结束。所以寿量，其实它就是这样的一个第六意识的概念所形成的抽象名词，根本没有「我的寿命」这件事情。所以我们明白了这个物理现象之后，我们对这些概念，就不再会执着了，我们可以一一的打破。所以构成这个物理世界的二十四个不相应行法，它就在说明整个物理世界它的构成，没有离开这些概念，时间的概念。

空间也是，空间也是构成我们物理世界的一个因素。所以我们活在空间，我们活在地球的、新加坡的、怡顺（地名）的二八八，这个假合的房间里面，暂时在这边、安住在这边。可是这个空间以整个法界来看，它有没有东南西北？有没有东南西北？虚空有没有东南西北？没有。所谓的东，是相对西来看的；所谓的南，是相对北来说的，也是我们自己定的。我们定太阳起来的、升起的地方叫东方，我们定的，后天教育教我们说太阳从东边出来。所以小学生考试：「太阳从哪边出来？」他说：「从我家的后院升起太阳。」这个答案就错。可是没有上学的小孩，还没有受过教育的，你问他：「太阳从哪边出来？」他会看他家住哪里，他家如果住在海边，他就会告诉你：「太阳从海边生起」「从哪边下去？」「从海那边下去，从海这边上来。」如果他的房间的窗子可以看到太阳生起，他会告诉你：「太阳从我的房间的窗子生起来，从我们家的厨房的那个窗子掉下去。」所以没有经过教育的小孩他是非常直观的，那我们修行人就是要学这个。

我们都被后天的教育教坏掉了，因为后天的教育是坚固我们第六意识的执着，很多的概念。那我们现在要很努力的，打破我们这个形成坚固的这种第六意识的概念，因为第六意识的执着，非常坚固的概念，就是我们的分别心的来源。好，所以受教育越多，知识越丰富，我们第六意识越坚固，分别心越重，对不对？一件事情……因为他很会分析嘛，全部都是分别来的，可是我们修行要……现在讲的「无分别」，要平等无分别。所以第六意识越坚固，分别心越重，对我们的修行障碍越大，越难打破这个分别，到达平等。因为我们太习惯用思惟来分别事情、来分析嘛，来考虑、来思惟、来判断，全部都是第六意识的分别心在作用，我们太习惯用它来生活了。所以我们用不完的分别心，早餐要吃什么，分别心嘛，对不对？中午要吃什么，分别心嘛，你没有分别心，你不知道要吃什么。修行人他要不要花那么多脑筋在一天三餐上面？不要，走到哪里就吃到哪里，今天有什么就吃什么，他都一样，没有说一定要吃什么，哪一家的什么，开车到那边，一定要吃到那一家，排队没有关系，没有这件事情。为什么？随缘吃嘛，有什么就吃什么。这就说明第六意识对我们修行的障碍非常的大，尤



其是高级知识分子，书念得越多，他的分别心越强。这个我们要有这样子的认知，打破这样的一个分别执着，我们才能显现我们的那个无分别的佛性。

因为我们的智慧、我们的佛性，叫做般若无分别智，所以我们什么时候明心见性，我们什么时候开悟，我们什么时候把我们那个无分别智现前，就是看我们什么时候心可以平等无分别，你什么时候做到，它就能够开显。可是我们一直习惯用分别在生活，用分别心在从事一切的行住坐卧，或者是一切的事情你都已经很习惯在用分别心在做事情的话，那我们那个无分别的般若智慧就很难现前，为什么？因为分别不等于无分别，所以我们的的心在分别的时候，我们那个无分别的智慧它就没有机会出来，因为你一直忙着分别，它就变成没有机会，你的佛性没有机会开显，就变成说，你没有开悟的可能，你没有明心见性的可能，因为你一直忙着分别，你的心很忙，忙什么？忙分别执着、打妄想。因此它那个无分别的智慧就没有机会，无机可乘啊！没有机会出来。

所以什么时候它有机会出来？就是我们的心，现在讲到「行舍」了，你的心就平等无分别，就跟你那个无分别的般若智慧相应，它就能够开显，所以无分别等于无分别，你的心无分别的时候，你的无分别的智慧它就出来了。为什么？相应了，你的心没有分别的时候，你的无分别的智慧就能够开显，它有机会开显，因为你的心是正直、平等、无分别，任运保持这样的一个状态。你的佛性，因为跟它相应，它就有很多的机会可以明心见性，可以开悟，所以开悟是在这样的一个情况之下开悟的，在「行舍」的状态之下开悟的。所以我们平常怎么保持我们的心平等、正直、无分别，这个功夫就很重要了。所以我们就不能够再像过去那么强烈的分别，第六意识的分别，不要在这上面继续去坚固它的习气，那我们要打破它就非常、非常的困难。所以讲到这个不相应行法呢，就是所有不相应行法，构成物理世界所有都是我们第六意识分别的抽象概念而已，实际上没有这个东西存在的。

所以这个里面讲到的「时间」，第六意识分别来的；「空间」，第六意识分别来的；「数量」，第六意识分别来的；「度量衡」，因为我们物理世界要说明嘛，对，你一个月薪水多少，数字嘛；那个小孩在学校功课好不好，什么国文几分、英文几分、数学几分，那个都是数量嘛。所以我们又被这个数字束缚不得解脱，所以我们活在数字的概念里面，被它束缚了，非常强烈的执着数字。因为不能不执着嘛，对不对？因为你每个月的薪水多一个零、少一个零，差很多耶，我怎么可以不执着呢，对不对？早上几点钟上班，几点钟下班，我不能够不执着啊，对不对？加班要有加班费，我怎么可以说：「哦，它那个无自性」然后不执着，不可能。所以我们变成说要打破数字的概念，就变得非常困难，可是它又是障碍我们不能够开悟的很大的原因，第六意识越来越坚固，因为它是分别心嘛，我们第六意识的分



别又更坚固了，在数字上面。因为我们是这么样的在乎它，所以小孩子他是六十分、还是九十分、还是一百分，还是零分，差很多啊，所以我们要盯着他用功、用功、用功，不然会被人家比下去。

所以我们有生不完的烦恼的原因，就是我们对这些概念都已经在无形当中，深深地受到它的束缚，不得解脱。但是我们一点都没有察觉到，时间、空间、数字，还有我们刚才讲的生住异灭，这个全部都是整个物理世界的现象，它是第六意识分别来的，并不是真实存在的。我们有这样一个了解之后，我们要打破它比较容易。这样怎么样打破时间？不是叫你不要遵守时间哦，八点钟开会就是八点钟开会，你不能够九点钟去，你说：「时间是假的」，不可以，是假名，不可以。我们所谓的不要执着也是一样的，不要被时间困住了，不要在上面执着它，可是还是一样准时，还是很遵守时间，可是不会被它深深地系缚不得解脱。

那空间的观念也是一样，有些人打坐一定要朝哪个方向啦，睡觉一定要朝哪个方向，那个就是对空间的执着。所以想要移民的还是什么……没有来，那个是对空间的执着，你看虚空当中，没有空间的观念。我们刚才已经分析过没有东南西北的，所以在法界的任何一个角落，修行人都可以活得很开心、很自在，随缘自在，把他丢到哪一个世界的任何一个角落，他可以随缘自在。因为为什么他可以做到？因为他对空间没有执着，他没有一定要在哪边，他才可以活下去，哪边，哦，换一个地方就不可以了，没有，没有对空间的执着，这就是他已经……第六意识已经打破种种的分别的概念了，因此所有由第六意识所形成的那个概念，它全部都难不到他，他全部都可以在这个概念当中解脱出来。那就可修到无分别、平等、正直，我们现在讲的这个，就不是很困难了。好，所以二十四不相应行法的内容呢，就是整个……，这个到后面会谈到，我们现在是稍微的介绍，什么叫做不相应行法的内容，就是整个构成我们物理世界的种种的因素。

那另外一类的行蕴呢，它是属于内在的精神世界，就是五十一个心所，除了受心所跟想心所以外，就还有四十九个心所。因为五蕴有色受想行识，所以已经有受心所、有想心所了，所以行的时候，色受想行嘛，我们现在是讲这个行蕴，那既然已经有受蕴，有想蕴了，所以行蕴剩下来的，就是另外的四十九个心所，要扣掉这两个心所。所以我们现在要记住的呢，就是行蕴的内容，有二十四不相应行法，还有心所法这两大类。心所法是四十九个心所，那行蕴的不相应行法是二十四，我们有这样的概念就可以了。因为我们现在正在介绍心所，所有心所都介绍完，我们就知道这五十一个心所的内容有哪些。因为我们现在才开始第一个类，第一类的十一个善心所而已，那后面还有，全部是五十一个心所。

那平常我们在修行的时候常说「万缘放下」，那我们现在就知道，现在所谓的万缘，它的范围有多么的广了。不是我们平常的那个很小、很小的范围叫做万缘，现在我们就知道万缘指的就是行蕴的内容，可见它涵盖之

广。包含了什么？我们刚才分析了所有物理世界的二十四不相应行法，你全部放下了，全部突破了这个第六意识的分别了，然后又从四十九个心所当中解脱出来了，这个叫做万缘放下。我们就知道这个万缘的范围非常、非常的广，就等于你要从这个物理世界当中超脱出来，从种种的心所当中超脱出来，才有万缘放下的功夫，如果这些都放下了呢，就是这边所谓的「行舍」，也才是真正做到了「万缘放下」。那我们平常盘个腿，就说要万缘放下，那实在是差太多了，一个都没有空掉：身也没有空掉、心也没有空掉、外在的世界也没有空掉，身心世界一个都没有空掉！那个不是万缘放下，我们只是希望能够作，达到这样的一个目的而已，所以只是痴人说梦，一个都没有放下。

真正的「万缘放下」呢，是真正的看破一切有情世间、还有器世间，就是我们本身的身、我们的心，还有外在的世界，这三个都放下了，叫做万缘放下，全部都空掉了，这个也是我们现在讲的「行舍」。所以什么叫做「行舍」？就是你全部舍、放下了，那你舍、放下了的内容有哪些？就是所有的你本身的身心，还有外在的世界，全部都空掉了，叫做真的舍、放下了，叫做「行舍」。所以我们能够真正做到「行舍」之后呢，这时候才能够说是「无我」啦，这时候才可能有无我嘛，还有一个没有放下，就没有达到无我。也能够说「平等无分别」，这时候才有真正的平等心、无分别心了，这时候才能够做到「无缘大慈、同体大悲」，因为你不再有任何的执着了。所以我们就知道这些要怎么完成，怎么达到无我、怎么达到平等、怎么达到无分别、怎么达到无缘大慈、同体大悲，就是说除非你已经做到「行舍」，你才能够真正达到这些境界。

那「行舍」它有什么功能呢？它可以对治「掉举」。那我们前面说过，昨天说的，「昏沈」是以「轻安」来对治，「掉举」就是以现在我们讲的「行舍」来对治。「掉举」，就是我们的心散乱，粗的散乱叫「散乱」；细的散乱叫「掉举」。那我们现在就找出原因了，为什么我们的心会散乱、会掉举？哦，原来没有舍、放下，很简单。那你什么时候可以真正的没有散乱、掉举？就是看你什么时候放下。舍、放下你就不会起心动念，因为你都不在乎了嘛，你都真正的放下了，那你就不会散乱了。

因为我们会散乱、会掉举，最主要的原因还是在那个贪，有贪着，那个贪就是你没有放下的那个东西，就是你的贪，你的贪让你不断、不断的起心动念：「我要、我要、我要嘛」，这样的念头会一直起来，为什么你会「我要、我要这样、我要那样、我要怎样、怎样、怎样……」、「我要、我要、我要……」这个欲求会一直不断、不断的生起，背后的就是你的贪。你对什么还有贪着，你对什么还没有放下，它就会让你生起……不断、不断地生起念头，一直攀缘。因为你要嘛，你贪着那个东西，你就会想，对它一直生起念头，这就是我们散乱的来源，就是贪来的，你没有舍、放下来的。你的贪让你不断、不断地生起那个欲求心，那个就是我们散乱、掉

举的来源，是贪相应的习气来的。

（第一九〇页）所以我们想要真正的不散乱、不掉举，就是从贪下手，我们检查我还有什么没有舍、放下的，我还贪着什么东西，从它下手才是真正对治我们散乱跟掉举的最好的方法。不然你坐在那边说：「不要念头、不要念头起来」、「为什么我一直那么散乱？」「我为什么又昏沈又散乱？那我不要昏沈、不要散乱」，你这样子叫自己不要散乱是做不到的，因为你的贪没有去掉，你的贪会让你不断、不断地起欲求心，所以你不散乱是不可能的。所以我们现在就知道，要我们的心不散乱、不掉举，要从贪下手，而不是坐在那里叫它不要起心动念，是不可能的，不是根本的解决方法。所以「掉举」呢要用「行舍」来对治。这个是因为「行舍」能够让我们的心平等、正直、无功用住，你随时都安住在这个舍、放下的这样的一个状态，你当然就不会散乱、不会掉举了嘛。所以能对治「掉举」，同时又能够让我们的心的真正的寂静安住，这就是「行舍」的功用。所以「行舍」它不但可以对治我们掉举、散乱这样的一个状态，它又能够让我们的心的可以安住在那个寂静当中。所以安住在寂静当中，就是我们「行舍」的功用。那修定要修到什么时候才能够「行舍」，真正的心平等、正直、安住在寂静当中？四禅。因为四禅——舍念清净嘛，初禅还有喜、乐；二禅还有喜、乐；三禅还有乐，都没有办法让我们的心正直、平等、安住在寂静当中。所以除非我们已经连喜、乐都舍了，舍念清净之后才能够真正安住在这个寂静当中，所以我们的定力是要四禅以上。这边讲到这个「行舍」的功用，要达到这样的境界呢，定力至少要在四禅以上，因为在三禅以下的定中呢，仍然有喜、乐来扰乱我们的心，让我们的心散乱，只有四禅是「舍念清净」，这样才能够远离苦乐两边。因为是舍受相应了，四禅是舍受相应，没有苦受、也没有乐受，当然也没有喜受、忧受，都没有了，这时候我们的心才能够离苦乐两边，才能够平等。因为有苦、有乐、有对待，心就不平等。苦、乐是相对待、分别来的，苦是相对乐来说、乐是相对苦来说，所以它是有分别、有对待，有分别、有对待，我们的心就不平等。所谓的心平等，就是说你的心已经没有分别、对待，才叫作平等嘛。所以「掉举」就是心有高下，所以不能够平等，只有心在平等的时候，才能够对治「掉举」。除此以外，「行舍」也很类似我们所谓的慈、悲、喜、舍的那个「舍」，四无量心的那个「舍无量心」，比较类似这个舍，而不是类似那个舍受的舍，不是舍受的舍。这个「行舍」的舍比较类似慈、悲、喜、舍的「舍」，因为讲慈、悲、喜、舍的「舍」的时候，我们也是说放下的意思，你可以舍、放下了，所以比较类似我们现在讲的这个「行舍」；也很类似三十七菩提道品的那个「舍觉支」，「舍觉支」也是让我们要放下的意思。

（第一九一页）所以，依精进、三善根这四法，令心远离「掉举」等得定的障碍，并且让我们的心能够寂静、安住在平等、正直、无功用上，我们就称为「舍」。那为什么要分平等、正直、无功用这三个阶段？就是说

它说明我们从前面的「不放逸」，一步一步达到最后的「行舍」，它有三个阶段，也是说明我们用功怎么样进入「行舍」、「万缘放下」的这个过程，它经过这三个过程。那它现在就说明为什么会经过这三个过程。为什么要这样分呢？这是为了要以初、中、后，刚开始叫做「初」，「中」间的阶段，到最「后」完成的阶段，分成三个阶段，来分辨「行舍」的差别。首先，因为我们「不放逸」了，就是精进在无贪、无瞋、无痴上面，久了以后慢慢慢慢我们就可以除掉「掉举」、「昏沈」这些杂染，这时候我们的心就可进入第一个平等，心安住在平等上面了、正直上面，然后最后呢，第二个步骤是正直，然后最后才达到寂静不动，所以它是经过三个过程来的。

（第一九二页）「行舍」和「不放逸」相同，都是「精进」在「无贪」、「无瞋」、「无痴」上面，因此离开这四法，没有「行舍」的体性跟功能。因此精进、三善根，这四法呢才能使心达到寂静等作用，心寂静了之后，我们才能够安住在平等、正直这个上面，所以离开了这四法，没有「行舍」的存在。那我们也知道「行舍」它其实是假立的，用这个四法假立出来的名称，所以「行舍」就是精进在三善根上，使心平等、正直、不假功用，自然的安住，安住在平等、正直上，这个就叫做「行舍」。它可以让我们的心远离「掉举」、「昏沈」种种的障碍，进而得到寂静安住，这就是它的作用。

（第一九三页）那为什么称为「舍」呢？就是因为它能够舍掉一切身心的粗重、昏沈、掉举等这些障碍定的，这些障碍它可以去掉，可以去掉身心的粗重、去掉昏沈、去掉掉举，使我们的心的能够寂静安住，所以才叫作「舍」。这时候的寂静安住，就是等于四禅的「舍念清净」了。这种「寂静安住」的状态，并不是什么浑然都不觉的「无记」性。所以常常有人问说：「我们入定的时候，到底你知道还是不知道？」现在我们就有答案了，知不知道？应该是很清楚地知道，入定不是浑然不觉，什么都不知道，那个是无记，那个是昏沈、无记，那个入的是昏沈定、无记定，不是真正的定。真正的定，第六意识非常的清明，你是很清楚、很清楚，所以为什么能够由定而开发智慧的原因在这里。因为在定境当中，你的第六意识是非常清明的，因此可以开发智慧，你的心清净了，所以那个智慧有机会显现。所以入定是很清楚，不是通通不知道。所以这个它是属于「善性」所摄。现在我们正在讲善法嘛，十一个善法，这个「行舍」为什么把它分在这个善法的原因，就是它是属于「善性」类的。因为我们在「行舍」的当下是不可能造恶的，而且可以成就一切的善行，因此它跟善法相应，把它归在「善性」这一类。

那现在接下来就是详细地来说明，它为什么分为这三个阶段。刚刚只是开始要讲，可是它没有讲清楚，它是在这一段来讲清楚。为什么要分为平等、正直、无功用这三个阶段呢？那就是要以初、中、后这三位来辨别「舍」的差别。首先我们开始用功，就是我们现在开始修定的话，慢慢慢

慢地，你慢慢地心可以安住了就可以远离，为什么可以安住？就是因为刚才讲的「不放逸」来的，因为你精进在无贪、无瞋、无痴这个上面，那慢慢慢慢地这个昏沈、掉举的现象慢慢慢慢就没有了，因为你可以安住得很好，这时候就让我们的心平等而住，这就是第一个阶段——平等；接下来，第二个阶段，接下来呢还要必须做到无谄曲，就是正直。为什么你的心慢慢因为平等，然后就进入直心是道场呢？就是因为这时候没有再谄曲了。谄曲就是你的心歪歪曲曲的，心不直，明明是这个意思，可是你会伪装、会做作，讲出来的是另外一套，心里想一套、说一套，然后作一套，叫做三套，这个就是说明我们的心非常的谄曲。

修行人心绝对不能谄曲，要不然修一辈子不可能有什么结果。因为直心才可能开悟，谄曲的人他没有办法开悟，因为他的心弯弯曲曲，他的头脑会转弯，说话也会转弯，让人家摸不清头脑，很累的，要猜，他到底什么意思？因为他讲这样又讲这样，绕了好几个弯，九拐十八弯这样子，我们听了很辛苦，然后我们还要分析、归纳：「哦，他大概是这个意思吧。」因为他实在是转得太多弯、太复杂了。可是我们现在在修定的话，我们的心就会越来越直，这中间要小心的是：「直心」不是「心直口快」，心直口快会伤人，会得罪人。是直心，不是心直口快，要搞清楚。「直心」是你的心……你表里如一，你心里想什么，你就是直接的表达，心没有歪曲。可是在表达的中间不是心直口快，不是「因为我要直心，所以我想到什么就直接说了」那直接说会怎么样？有时候会因为你太直接了，那个有杀伤力的，会让人家听了受伤这样子「哦，你伤了我的自尊心」，因为你讲话太直了，你的个性太直了。

（第一九四页）所以表达，（要）站在他的立场、他的想法来表达，很清楚的表达你的意思，但是你的心并没有弯曲，是很婉转的表达，可是你的心是正直的。所以在表达方面，我们可能也是要稍微注意一下，不是说因为要直心，所以我就（用）很直接的这样的一个方式（表达）。所以这个时候呢因为心正直，所以你一定会远离这些谄曲、这些妄念，心就能够安住在正直上面，最后自然而然就能够不加功用的安住在寂静当中，这是「舍」的差别相。所以我们慢慢慢慢进入「行舍」呢，就会有这三个过程：心平等了，然后它就正直，然后你就可以寂静安住，分这三个阶段，这「行舍」也和「不放逸」相同【这个又重复】，离开了四法没有「行舍」的体相用。（补义）当中说这里所说的「行舍」是属于行蕴中的「舍」，而不是属于受蕴中的「舍」，这个我们刚才讲过了。如何达到「行舍」呢？是因为首先舍弃了能够让我们念念攀缘、掉举的贪、瞋、痴，因为我们的心安住在无贪、无瞋、无痴上面，因此你就远离了贪、瞋、痴，这就是为什么我们没有掉举的原因，就是你没有跟烦恼相应，你当然就没有掉举。那我们平常掉举，最主要的原因就是贪、瞋、痴嘛，就让我们众生念念攀缘、掉举的原因就是贪、瞋、痴，那现在已经能够舍弃了，因此我们的心可以平等。那当我

们的心不再被掉举障碍的时候，我们的心当然就可以住在平等、正直当中。那我们能够安住，继续保持它的时间越来越长，就是如此精进不懈，继续保持平等、正直，这样的时间让它慢慢地加长，在我们平常的日常生活当中，一直都是平等、正直这样的一个心来面对境界，那这样子慢慢地功夫纯熟了之后呢，我们当然就可以不假功用。前面不太纯熟的时候，可能又会散乱、又会昏沈，又会跟贪、瞋、痴相应，因为又放逸了嘛，所以我们要再继续地加功用。所以这时候要不断、不断地提醒，继续保持正直、平等，那久了之后它能够安住在这个寂静当中，而达到我们现在讲的这个「行舍」，可以不假功用就可以安住，随时都是在这样的「行舍」的境界当中。

我们就讲到这里。

回向。愿以此功德，普及于一切，我等与众生，皆共成佛道。