

# 佛法初识

明证法师讲解

元渊记录整理

南无本师释迦牟尼佛！（三称）  
无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇，我今见闻得受持，愿解如来真实义。

阿弥陀佛！

南无：读作“拿摩”，皈依的意思。

偈：读作“记”，也叫颂，或偈颂，是一种类似于诗的体裁，一般四句为一偈，每句字数固定，有四字、五字、六字、七字不等。

开经偈：

是诵经讲法之前，听讲之人共同要诵的一个偈子，传说是武则天所作，即：

无上甚深微妙法，百千万劫难遭遇，  
我今见闻得受持，愿解如来真实义。

无上：佛法是成佛的方法，没有任何的法是可以超越其上，故叫无上法。

甚深：佛法浩瀚无量，博大精深，如无边、无底，深广皆不可测量之大海，。

微妙：成佛之法极其微细、精妙，是释迦牟尼佛成佛的体验，是实证之法，从佛祖心中自然流出。

阿弥陀佛：

阿：无。弥陀：量。佛：觉。阿弥陀佛：无量。阿弥陀佛：无量觉。

阿弥陀佛有另外两个名号：无量光、无量寿。

无量光：

光：表空间，也表智慧。无量光：表述宇宙，空间无量；也表一切众生皆本来具有无量的智慧，而十方诸佛，已经圆满证得一切智慧。

无量寿：

寿：表时间，也表寿命。无量寿：表述宇宙，时间无量；也表一切众生皆本来具有无量的寿命，而十方诸佛，已经彻底断除分段生死和变异生死，成就了最究竟圆满的无量寿。

众生由于无明，由于妄想执着，由于业力，未能脱离分段生死，只知道极其有限的时空，被有限的时空所局限，本来的无量变成了有量；本具的无量智慧，也没有能充分地开发利用。八地以上的菩萨虽然断除了分段生死，但仍然有不可思议的变异生死。唯佛二死永亡。

二死：即分段生死和变异生死。

分段生死：即凡夫、外道、声闻、缘觉以及七地以前菩萨的生死，因为一念无明四住地烦恼还没有断尽；初地以上的菩萨虽然能“伏烦恼如阿罗汉”，但为了保留身体，常随佛学，毕竟故意留了一份烦恼以润来生。

变异生死：八地以上大菩萨的生死，因为还没有成佛，还没有断尽微细烦恼的种子随眠和无始无明的随眠，第八识中的种子还有生灭；但由于已经断尽了一念无明四住地烦恼的现行种子，进入无功用行的修道阶段，不必起心动念，自动上求佛道，下化众生，具大神通，随众生心而变现身土，自在应现于十方世界，所以也叫不可思议变异生死。

释迦牟尼：

释迦：寂寞，指佛已经彻底解脱一切粗细烦恼，也指真心之本体本来就无任何烦恼，本来不与任何烦恼相应，本自解脱。

牟尼：能仁，指佛已获得一切种智，能够慈悲救度一切众生。佛用声闻菩提、缘觉菩提，救度众生脱离六道轮回；用佛菩提，不但度众生解脱，还可进一步引导众生成佛。

佛教只宣说两条道：解脱道，成佛之道。

经：即经典，本义是贯穿，经中所说之义理，一以贯之，无可改易。

关于空：

佛法所说的空，有两种。一种叫空相，指世间的万事万物，由多种因缘和合而生，刹那变化，无有停止，最终必灭。一种叫空性，也叫真空，指能够产生万事万物的那个总根源。真空能够产生万事万物，所以真空本身其实并不空。所以佛法所讲的空和凡夫所说的、所想象的空是不一样的。

凡夫所说的空，一是什么也没有。什么也没有的空，其实只

是众生的妄想，根本就不存在，那叫断灭空；主张断灭空的观点叫断灭论，正是佛法所批判的。

二是感觉不到，感觉不到就认为空。如看到杯子里没有东西，就说是空杯子，看到房子里没有人，就说是空房子。其实杯子里虽然没东西，房子里虽然没有人，但还有空气存在。当然，在世间法的范围内，按照习惯，大家都能明白是什么意思。可是把这种对空的理解用在佛法上，就会大错而特错。

对佛法所说的空会误解，对佛法所说的有，也会误解。

佛法所说的有：

一叫假有，就是因缘和合所生的万事万物，因为不能长存，只存在一定的时间，而且还不断变化，只是一个过程，必然消失，只是暂时存在的一个假相，所以叫假有。正如镜中花、水中月、梦中境，不能说假相不存在，但决定没有任何真实性。

二叫妙有，妙有的第一个意思，指能生万事万物的总根源空性，祂才是一种真实的有，因为祂能产生万事万物，能住持万事万物；其本身，其产生、住持万法的功能作用等等，极其微妙，所以叫妙有；

妙有的第二个意思，祂所产生的万事万物，虽然有生有灭，但生生不已，无有穷尽，不会因为生而增加，也不会因为灭而减少。如一切众生皆能成佛，从无始劫来，虽有无量众生已经成佛，众生界并不因此而减少，佛界也并不因此而增加。正如能量守恒，物质不灭一样，十分微妙。从万事万物本是空性的显现，本是空性的部分功能的角度来看，空性所生的万事万物，也是妙有。

妙有的第三个意思，指无漏有为法。空性所生、所显的一切法，可分为三种，即有漏有为法、无漏有为法和无漏无为法。前二种是所生法，后一种是所显法。无漏有为法又有两种。

一是第八识空性如来藏本具的有为功能，虽然众生“日用而不知”，但却时时、处处、事事都在分明显露，祂才是众生身、口、意一切善、恶、无记业行的基础和支持者，若没有祂的微妙作用，众生便不可能有任何作为。

二是诸佛菩萨及修行者的清净业行。从最常见的念佛，到诸佛菩萨的神通智慧，都有不可思议的微妙作用。如一生作恶多端之人，临终前得遇善知识讲述阿弥陀佛和极乐世界，忏悔业障，相信这个法门，并发心愿意到那里去生活修行，于阿弥陀佛名

号，口中或心中能够十念乃至只有一念，便得往生阿弥陀佛极乐国土，花开见佛悟无生，三不退毕竟成佛。此类妙行，非世间之有为法，乃出世间之有为法，亦属妙有。

不论有漏有为法还是无漏有为法，皆是有为法；既是有为法，便一定生灭不停，亦是如梦如幻。一切世间、出世间有为之法的相是存在的，但只是有生有灭、变化不停的假相，“有”的存在是物质或精神暂时的聚合，当这种暂时的聚合分散时，“有”的假相就不见了，就成了所谓的“无”，然而在这个时候，“无”其实并不等于原来的“有”的完全消灭，只是又成了另外一种假相。如水被分解，原来的水不见了，变成了氢气和氧气；原来的众生相不见了，通过修行，已经变成了佛相。

佛法不是医学，但不离医学，而超越医学；佛法不是科学，但不离科学，而超越科学。佛法与各门学科的关系都如此，所以佛法不是世间法，但不离世间法，而超越世间法。世间的一切法，只是现象，而佛法，正是要为众生揭示一切现象背后的那个本质，是对现象和本质及其微妙关系的体证，是对一切现象中最根本的生命现象的最深广、最真实的表述，是使一切生命能够彻底解放，并发挥其最大潜能的方法，即是使一切众生都能成佛的方法。

**佛：**佛是觉义，有觉悟、觉者、觉行圆满三义。

**觉悟：**觉悟就是觉醒，真正从人生的大梦中彻底醒过来。正如梦中人认为梦境一切真实，醒来才知道梦境都是虚假一样，真醒悟的人，就知道世间的一切万事万物其实都只是假相，本质上并没有任何实在性，都不能永久存在，所有的一切都只是一种过程，只是一个名字；而名字，也还是一个假相，只是暂时使用的一个符号。但是，所有未醒的人都妄想抓住那些根本抓不住的假相，都在做白日梦，都在梦里生活。所以，《金刚经》说：“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观”。

**觉者：**就是已经觉悟了的众生。觉者有种种不同的层次，最初的层次是证得真见道的七住明心的菩萨，彻底圆满觉悟了的众生，就改名叫佛。

**觉行圆满：**觉也是智慧之义，圆满的智慧，即佛的智慧，叫一切种智，其包括阿罗汉、辟支佛的一切智及菩萨的道种智。行指修行，主要指福德和智慧两方面，菩萨修行的法门主要是六波罗蜜，简称六度，即布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若。修其前五度，是修福德，修最后一度，是修智慧。但六度的前五度，也是有般若贯穿的。般若，特指成佛的智慧。

佛的另外一个名字是**阿耨多罗三藐三菩提**，中文的意思是**无上正等正觉**。其中**阿**：无。**耨多罗**：上。**三**：正。**藐**：等。**菩提**：觉。

**三菩提**：正觉，即正确的觉悟、正确的智慧，指小乘的**声闻菩提**和**缘觉菩提**，即解脱的智慧。

**三藐三菩提**：正等正觉，即菩萨的觉悟与智慧，其觉悟当与佛的觉悟相等，只是还未圆满。菩萨的觉悟与智慧，即**道种智**。

**阿耨多罗三藐三菩提**：无上正等正觉，即佛的觉悟，最高、最广、最深，无复其上者，故名**无上**，乃是最究竟圆满的智慧，即一切**种智**。

觉的意思，在**马鸣菩萨**的《**大乘起信论**》里，还有三种说法，即**本觉**、**始觉**和**不觉**：

1：**本觉**：是凡夫、外道，乃至不回小向大的**声闻**、**缘觉**所不了解的“**第八识**”本身所具有的觉知，是本来就有的觉性，不靠修得，不离修得。

2：**始觉**：就是通过**参禅**找到了**本觉**，开始具有了对这个**本觉**的正确认知和体证。**禅**就是**本觉**，**参**就是**找**，**参禅**就是找**第八识**，找到就叫**破参**，也叫**开悟**。**开**是**开示**，即佛为众生开发**示佛之知见**，**悟**是**悟入**，即众生听闻了佛法，依教奉行，如理作意，如法修行，悟入了佛之知见，开始与佛智相应。开了悟的**菩萨**就叫**始觉菩萨**。

3：**不觉**：没有开悟的众生所具有的觉知全部叫**不觉**，因为都是建立在对**梦幻泡影**的不实妄想基础上的。

### 关于第八识：

**第八识**是**根本心**，也叫**禅**，**本识**、**本觉**、**如来藏**、**异熟识**、**无垢识**、**阿赖耶识**、**本来面目**、**本地风光**等等。断除分段生死之前，即小乘的**阿罗汉**、**辟支佛**或大乘的**七地满心菩萨**在证得有余涅槃之前，其**第八识**都叫**阿赖耶识**。

**阿赖耶**，含藏之义，故**阿赖耶识**也叫**含藏识**，由于**阿赖耶识**含藏分段生死的种子过重而有此名。

小乘的阿罗汉、辟支佛或大乘的七地满心菩萨在证得有余涅槃之后，由于已经灭除了分段生死的种子，所以第八识不能再叫阿赖耶识，只能叫作异熟识了。此名其实涵盖阿赖耶识；因为直到成佛以前，第八识中的种子都有异时而熟、异地而熟、变异而熟的特点。

异时而熟的意思是，众生所造善业或恶业的种子，成熟的时间并不是同时，好比一棵果树种下去，要几年以后才能结果；众生所造之善恶业，可能要几个月以后、几年以后，也可能要到下一世或者更多世以后，才渐渐由于因缘成熟而受报。

异地而熟的意思是，造业与受报不在同一地。众生生存的环境共有三界九地。三界即欲界、色界、无色界。九地即欲界一地，色界四地（初禅地、二禅地、三禅地、四禅地），无色界四地（空无边处地、识无边处地、无所有处地、非想非非想处地）。比如在欲界修得初禅，下一世可能得生初禅天，受报的时候已经不在欲界地了，而到了初禅地了。

变异而熟的意思是，因和果很复杂，不但有异时、异地而熟的情况，还常常是变异而熟，比如人身造善业，却得到了天身，人身造恶业，却得到了畜生身、饿鬼身甚至地狱身。

### 为什么有时好人不得好报？或好心不得好报？

首先、人们对好人、好心的概念很模糊。好人的最低标准，应该是受持五戒，即不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不饮酒，因为受持五戒是得人身的基本条件。因此世人所谓的好人、好心未必就真好。比如杀生，宰杀鸡、鸭、鱼、猪、牛、羊等，在世间人看来没什么，自己饲养，杀了吃肉，或招待客人，或卖掉，没什么过错；但在佛教看来，这都是大恶业；因为只要犯了杀生一条，又不懂用忏悔、念佛等法去补救，就一定会失去人身，堕入三恶道去受报。再如好多人从事的职业，都违犯五戒的原则，诸如屠宰、打猎、捕鱼、造杀生器具、造酒、卖酒等等，如此国法允许的合法的作业，自认为有理而造作的恶业，一生中不知有多少，所以，不懂修行的世间人，下一世能够再得人身的机会极其稀少，佛说，得人身者如手中土，而失人身者则如大地土。

其次、一些修行人，其出发点无可非议，但由于入错了门道，跟随了“末法时期，邪师说法，如恒河沙”的邪师，跟着诽谤佛法僧三宝，或诽谤大乘了义正法，或诽谤讲说正法的出家或在家的菩萨，把毁法当成护法，结果，一生勤苦，却有意无意造下了大恶业，来世必入三恶道受报。

再次、一些人，或由于前世的善根，或由于得遇外道师，或由于某种特殊的原因等，有一点不太平常的小本事，或能知过去事，或能预知未来事，或能看到人的内脏及其病变，或能看见鬼怪神灵等等，就为人卜凶问吉，趋利避祸，除病禳灾等，全然不懂不该干预因果，时间一长，自己身上便发生种种怪事，其实是邪魅入心；不知惊醒，反以为奇特，受人财物或尊敬，久之与鬼魅相应，一朝失去利用价值，鬼魅离身，羸弱昏聩，无能所为，死后必落鬼道。此事在《大佛顶首楞严经》里有很详细的描述。

佛地第八识中的种子，因为已经全部成为最极清净的纯善法种，不会再有任何变异，所以又改名叫无垢识。所以修行的全部过程，就是净化第八识内的染污种子的过程。怎样转化呢？就是要先找到本来清净的、不生不灭的、一切众生皆具的、与诸佛菩萨无二无别的第八识本体——如来藏；就是说要先开悟，然后再转依这个清净本识。只有找到，才谈得到转依；只有转依，才谈得到净化种子。

这个第八识如来藏，有四遍，即遍一切时（过去、现在、未来）、遍一切地（九地）、遍一切处（十二处）、遍一切界（十八界）。加起来，其实就是遍一切时空，无所不在。为什么？因为时空及时空中的一切万法，本来就是第八识所出生、所住持的。

这个第八识如来藏，祂没有开始，也永远没有消失的时候，甚至没有一刹那停顿不工作的时候，所以祂永远年轻，永远健康，无需看医生，无需吃药；祂灵明不昧，其了知的内涵（根身、器界、种子、七识心行等），恰恰是第六识所不了知的；在第六识中断不行的五种情况（眠熟、闷绝、正死、无想定、灭受想定）下，祂都继续工作，祂永远不累、不睡、不吃、不喝；祂的智能，祂的能力，是本具的，无需学习，也无须保持，永远不会丢失、不会变异。由于众生无明烦恼的覆盖，祂的作用不能充分发挥出来，但从来也没有失去，如明镜蒙尘，一旦尘垢去除，便立即照天鉴地。

而第六识所了知的，在众生位，也恰恰是第八识所不了知的。所以，颠倒梦想、生死烦恼的是第六识，第八识则没有任何颠倒梦想，没有任何生死烦恼，祂本来就解脱，本来就自在，本来就是天真佛。

但本来佛、天真佛还不是究竟佛、圆满佛，因为只是第八识的本体清净而已，本体中还含有染污的种子。世间法、出世间法，从有无漏失（漏或漏失，指烦恼，是烦恼的异名）或有为无

为（为是作用的意思，有为就是有作用，无为就是无作用）、可以概括为三种法，即有漏有为法，无漏有为法和无漏无为法。世间法都是有漏有为法，后二者是出世间法。所以第八识中含藏的法种，大致也有三种：有漏有为法种，无漏有为法种，无漏无为法种。（注意：既没有“有漏无为法”，也没有这样的种子）

辅导梁武帝学佛的傅大士有首偈子中说：“夜夜抱佛眠，朝朝还共起，起坐镇相随，语默同居止；纤毫不相离，如身影相似，欲识佛去处，只这语声是。”说的就是这个道理。所以，每个人、每个众生都有一尊天真佛相随，这就是我们的真心——第八识如来藏；平常人由于不知道这个真心，他们所说的真心，其实都是妄心。

我们生生世世，因真心而出生，我们的生命，因真心而存在。因为有真心永不消失，我们才会有下一世；因为有真心保存我们修行的种子，所以我们此世修行的任何功德利益，才都绝对不会丧失，才都功不唐捐。所以我们不必害怕生死，甚至不必害怕隔阴之谜，我们可以生生世世继续不断地学习，继续不断地修行，直至成佛。

有你的佛为你站岗，为你看护，累了，你可以尽管放心去睡觉，不必担心醒不过来；有病，你可以尽管放心去做全麻手术，既可以无痛，也不用担心醒不过来；修禅定，你也不必怕入了定出不来。你的天真佛，祂忠诚无比，永远跟着你，绝不会离弃你，决不会背叛你。即使你死了，祂也不会抛弃你，祂一定会再出生一个你，但祂绝不是一般人所说的灵魂。你只是一世又一世“因缘”的聚和；有聚就有散，聚的时候叫生，散的时候就叫死，然而祂却不会死，生生世世，祂永存不灭。这个第八识真心、天真佛，在修行的不同阶段，有不同的名字，所以又叫阿赖耶识、异熟识、无垢识。

我们的心，有无量无边的功能作用，这些功能作用，潜伏在第八识中的时候，就叫做“种子”，种子是比喻的说法；种子活动、起作用的时候，就叫“现行”，也叫“业”。业，按其产生的处所有三种，即身业、口业、意业。按其性质，也有三种，即善业、恶业、无记业。无记业是大量的，无记就是无法说它是善，还是恶。如我们平常的衣食住行，说写读看，眨眼呼吸等等。

**关于第七识：**

第七识名叫末那识，在十八界中，叫意根。

**十八界：**即六根、六尘、六识。



六根是：眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根。  
六尘是：色尘、声尘、香尘、味尘、触尘、法尘。  
六识是：眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识。此六识，以顺序，眼识是第一识，耳识是第二识……意识是第六识。

注意：十八界中有第七识，叫末那识，即意根；但第八识不在十八界中，不被十八界所摄，它是产生十八界的总根源。十八界都是可生可灭的法，而第八识是不生不灭的法。第七识唯有无余涅槃一种情况可断灭，但毕竟是可以断灭的法，既然可断灭，就并不是常住法。故唯有第八识是真正永恒不灭的常住法。第八识在七地以前叫阿赖耶识，成佛以前都可叫异熟识，成佛后叫无垢识。

一心有八种不同的功能，以其功能的不同，分为八识：眼识，耳识，鼻识，舌识，身识，意识，末那识，阿赖耶识。识是识别、分别、了别、知道的意思。眼识了别色尘，耳识了别声尘，鼻识了别香尘，舌识了别味尘，身识了别触尘、意识了别法尘。前五识只能各自了别五尘的粗相，或叫总相，而第六识，不但能了别全部五尘的总相，还能了别五尘的细相，或叫别相，以及了别五尘上所生的法尘。其实第六识对前五尘总、别相的了别，也还是透过五尘上所生的法尘来了别的，它不像前五识一样能直接了别前五尘，但也正是因为它是透过五尘上所生的法尘来了别的，所以它不但能了别全部五尘的总相，还能了别五尘的别相。

第七识虽然也是透过五尘上所生的法尘来了别一切的，但它的了别，既不同于前五识面对面地直接对五尘的总相进行了别，也不同于第六识能作精细的了别，而是另有特点。

第七识的特点主要有三：恒、审、思量。

恒，指第七识在大乘法中，由于菩萨虽证无余涅槃，而绝不入无余涅槃，所以，同第八识一样，也是恒常存在，无有灭时，无有间断之时（但不能因此就说它是真心，因为它毕竟是可灭的，而第八识是无论如何都不会灭的）。

审，指第七识虽能了别所有五尘上所生的法尘，但由于它只能和五别境心所的慧心所相应，而且其慧单独运作时极其羸劣，所以只能透过法尘了别五尘有无重大变化。但它对意识所了别结果的审查，却极其敏锐。当它发现五尘有重大变化的时候，它就会叫意识来帮它进行具体的、细致的、准确的了别。故能刹那刹那审查。

思量，就是作主、做决定，这是第七识的一个重大功能，而且唯有第七识才有这个功能。众生的每一个起心动念，每发出一个词语，每一个大大小小的行为动作，都要靠第八识中相应的种子现行才可以，而第八识中相应的种子要现行，就必须有一个发布命令者，因为第八识是一个被动心体。这其中，第六识是为第七识提供具体情报者，第七识是根据情报或业力发布命令者，而第八识，则是执行命令者。当然，有的时候，第七识并不一定依第六识所提供的情报作决定、发命令，而是依俱生我执的习气来做决定、发命令的，所以才会有所谓理智与感情的冲突。理智，属于第六识根据实际情况的清醒思维，而感情，则多属累世形成的驾轻就熟的相对稳定的个人性格。

第七识恒与我见、我爱、我慢、我痴相应，故曰我执识。

因为初地菩萨的见道位的修行已经圆满，开始进入修道位，所以初地菩萨的知见和佛的知见一样，叫“见与佛齐”。

菩萨修行成佛一共有五十二个位次，即十信、十住、十行、十回向、十地，共五十个位次，再加上等觉、妙觉两个位次。

第三转法轮的唯识经典，又把这五十二个位次分为五位，即资粮位、加行位、见道位、修道位、究竟位。其中从初信到第五住，是资粮位；第六住位，是加行位；从第七住到初地的入地心（每一地都又有三位区别，即入地心、住地心、满地心），是见道位。见道位又有两种，即真见道、相见道。第七住，是真见道；从第八住到初地的入地心，是相见道。从初地的住地心到等觉，是修道位。妙觉，是究竟位。

三转法轮和五时说法都是对释迦牟尼佛说法内容或时间的划分。

#### 五时说法：

- 1、**华严时**：佛成道后，于最初二十一天，上天为大菩萨说《华严经》，度大菩萨，是为华严时。
- 2、**阿含时**：即在鹿野苑等处，于十二年中，说小乘阿含经，度声闻、缘觉乘人，是为阿含时。
- 3、**般若时**：继阿含时后，度菩萨乘人，也为使小乘人回小向大，于二十二年间，说诸部般若经，讲大乘般若总相智和别相智，是为般若时。
- 4、**方等时**：方等经即是大乘经典的总称，也叫方广经。继

般若时后，于八年中，说《维摩经》、《胜鬘经》等唯识系列的经典，讲大乘般若道种智和一切种智，是为方等时。

5、**法华涅槃时**：再后八年，说《法华经》，会三乘于唯一佛乘；将入灭时，于一日一夜，说《涅槃经》，显佛地究竟涅槃之常、乐、我、净义，昭示一切众生皆有佛性，皆可成佛，是为法华涅槃时。

**三转法轮**：和三会说法类似，表示释迦牟尼佛说法，有三个大的时期，所说佛法，有其不同的内容，不同的度化对象。

1、**初转法轮**：也叫初会说法，以弘演声闻、缘觉所修的出离三界生死的解脱道为主，总名二乘菩提，所度部众为声闻部。

2、**二转法轮**：也叫二会说法（二会也叫般若会），以弘演大乘般若中道、法界实相般若之总相智与别相智为主，所度部众为三贤位（即十住、十行、十回向）之菩萨众。

3、**三转法轮**：也叫三会说法（第三会也叫方等会），以弘演大乘成佛之道为主，即是方广经所说诸地菩萨应修证之一切种智究竟了义妙法，乃是唯识增上慧学，所度部众为登地以上之菩萨。

佛法有五乘之分：人天乘、声闻乘、缘觉乘、菩萨乘、佛乘。乘，即车，是运载工具。人天乘是世间法，余四乘则是出世间法。

《法华经》中还有四车之说，即羊车、鹿车、牛车、大白牛车。羊车即声闻乘，鹿车即缘觉乘，牛车即菩萨乘，大白牛车即佛乘。

**如何汇同五时、五乘和三转三会？**

- 1、第一会初转法轮即阿含时，包括人天乘、声闻乘、缘觉乘。
- 2、第二会二转法轮即般若时，菩萨乘。
- 3、第三会三转法轮即华严时、方等时、法华涅槃时，佛乘。

**声闻乘修四谛法门**，四谛即苦谛、苦集谛、苦灭谛、苦灭道谛，简称苦谛、集谛、灭谛、道谛，或苦集灭道。声闻乘所证，有四果，初果名须陀洹，二果名斯陀含，三果名阿那含，四果名阿罗汉（也简称罗汉）。阿罗汉已经彻底灭除了分段生死的见思烦恼，见烦恼即我见，思烦恼即我执。众生所执之自我犹如一张皮，烦恼好像皮上的毛，皮没有了，毛就没有地方可以长了。所

以要想证解脱果，首先要断的就是我见。须陀洹是小乘的见道位，小乘的见道位要断三缚结（我见结、疑见结、戒禁取见结）。

小乘开悟的第一个问题，就是要认识到根本没有自我，断除我见。我见是众生错误的想象。我见也叫身见。若我见、身见并用的时候，身见偏指错认五蕴中的色蕴即色身为自我，我见则偏指五蕴中的其它四蕴（受蕴、想蕴、行蕴、识蕴）即精神作用为自我。而五蕴都只是因缘暂时聚合所生起的现象，因缘若散即灭，只是过程，并无实质，所以无我。

苦：佛法所说的苦有三种或八种。

三苦是苦苦、坏苦、行苦：

1、苦苦：纯粹的受苦，如被打，牙痛等皮肉之苦以及精神上受煎熬等等。

2、坏苦：指的就是凡夫所认为的乐，因为其乐并不能常保，所谓乐的感觉很快就会过去，过去之后又是苦。所以真正不变的永恒的乐，在世间是不存在的。世间往往是苦中有乐，乐中有苦，苦乐参半。比如有爱、能爱是乐，但对所爱的人、事的思念就又是苦，和所爱人、事的分离也是苦。再如吃美味佳肴感到快乐，但吃得太多了，享受过后生病了，就是苦。看见了好东西起了欣赏的念是乐，可转念一想得不到又变成了苦。

3、行苦：一切事物，包括我们的身体和精神，刹那变化，无有停止，统统只是一个暂时的过程，就像一场场戏一样，演过就没有了，永远抓不住、留不住，最终一定会消失。因此，所有的事物，包括我们对事物的感受，其实都只是一种不停变化的现象，都为行苦所摄。一般人只能感觉到大的变化，而对于刹那间的那种微细的变化是感觉不到的。

众生无明，都是以苦为乐。佛法，就是教人从根本上离苦得乐的方法。什么叫真乐？在小乘来说，没有分段生死的烦恼就是真乐；在大乘来说，直到成佛，连变异生死的烦恼也彻底去除得干干净净，才是究竟真乐。

小乘修行的目的仅是自觉，使自己从无明烦恼中觉醒过来，离苦得乐。大乘修行的目的，不仅是自觉，还要觉他，使一切众生也都能从无明烦恼中觉醒过来，离苦得乐。这种自觉觉他的大愿什么时候圆满？要到成佛的时候才圆满。菩萨还没有圆满，还在逐渐圆满、走向最后圆满的过程中。

我们所在的世界叫娑婆世界，就是平常人所说的银河系。娑

娑婆世界的教主就是释迦牟尼佛。娑婆的意思是堪忍，因为娑婆世界的众生以苦为乐，极能忍受痛苦，认为好死不如赖活着，好多人一直忍受多年的病痛，即使到了临终，还是不愿意放弃生命。

从我们所在的这个世界往西，再过十万亿个世界，那里有另外一个世界，叫极乐世界，阿弥陀佛是那里的教主，正在那里教化众生。那是一个无苦的世界，一切所需，自然而有，无需劳作，所以那里的人有充分的时间听闻、思维、修习佛法；那里的人都从莲花中化生，长得都像阿弥陀佛一样，十分庄严；那里的人没有烦恼，所以也不生病，不会死亡，永远年轻，永远健康，无需医院、无需医生、无需药物；那里没有女人，所有的女人往生到那里，就都变成了男子，所以那里也没有家庭，没有家庭所带来的一切痛苦烦恼；那里黄金为地，地平如掌，池树皆七宝所成，微风吹动，有百千种美妙音乐自然响起，也有无数美丽的小鸟飞翔鸣叫，都在音乐声中演说佛法；七宝池中有各色莲花，大如车轮，放出各种光色，光中有佛化出，无量菩萨围绕着佛，听佛说法；宝树之间有宝网相连，宝网上有无数宝珠，互相辉映，于宝网上可以看到一切想看的事物，知道自己的过去未来，当然也知道自己必然成佛；那里有无量的大菩萨，帮助阿弥陀佛教化众生，所以那里的修行人，永远不会退转，直至成佛……详细情况，当讲净土经典时再说。

阿弥陀佛有两大助手，一名观世音菩萨，一名大势至菩萨。他们都有大慈悲、大愿力、大智慧、大神通，不但在极乐世界帮助阿弥陀佛，也在娑婆世界帮助释迦牟尼佛，接引有缘的念佛众生到极乐世界去生活、修行。

佛法分为三个时期，共12000年，其中正法时期1000年，像法时期1000年，末法时期10000年。现在正处于末法时期的第一个一千年中。

佛法中表示时间极长的单位叫劫，有小劫、中劫、大劫、阿僧祇劫之分。表示劫的方法很多，其中有一种方法说，人寿从十岁起，每一百年增长一岁，一直增到人寿八万四千万岁，叫一个增劫；再从八万四千万岁起，每一百年人寿减一岁，一直减到十岁，叫一个减劫。这一增一减为一劫。

$(84000 - 10) \times 100 \times 2 = 16798000$ ，一小劫约为1680万年；20个小劫为一个中劫，为335960000万年；四个中劫为一个大大劫，为1343840000万年。无量个大劫是一个阿僧祇劫。阿僧祇的意思是无量，是印度的一个大数字，并不是我们平时的概念。

佛法中表示时间极短的单位叫刹那，一弹指就有60个刹那。

事物的生灭极其迅速，肉眼看不到，心也感受不到，现代的仪器也测量不到，因为一刹那中就有900个生灭，所以人们不知道是假相。就如电影，大家看到银幕上的形象都是连续运动的，其实原本是一张一张的单张胶片，因为人的眼睛跟不上一张一张胶片的转换，所以感觉是连续的。可见人的感觉，其实都是错觉，人都是在错觉中生活而不自知，不知真实，故曰无明。

爱因斯坦说：“物质是人的错觉”。他的结论与佛法很接近。为什么是错觉？因为人的感觉器官的能力实在是太有限了，即使有现代科学仪器的帮助，也还是太有限了。如光谱，我们只能看到赤橙黄绿青蓝紫，而此七色，在两头都无限的光谱中，只是极其微小的一部分，所以我们看到的，只能是假相，真相永远也看不到。但论其究竟，所有的相其实都是假相，真相是没有形象的。

释迦牟尼佛出生于古印度的迦毗罗卫国，其父净饭王，其母摩耶夫人，住世八十年，示现涅槃至今已有2560年。

我们现在所在的劫，名叫贤劫。这个劫中，共有千佛出现。第一尊名拘留孙佛，第二尊名拘那含佛，第三尊名迦叶佛，释迦牟尼佛是第四尊佛，未来的弥勒佛将是第五尊佛。

弥勒佛，现在其实还是菩萨，住在我们这个娑婆世界欲界的第四天，叫兜率天。兜率天分内外院，其外院住一般的天众，其内院则是弥勒净土，住修行的菩萨们，弥勒菩萨在那里为其它菩萨讲解第三转法轮的唯识系列经典，等待因缘成熟，56亿7千万年以后，下到人间示现成佛。

天，在佛法中，是六种生命形式的一种。其生存环境叫天界，简称天；其中生活的众生叫天人，也简称天。六道众生生存的客观环境，大的分为三界，即欲界、色界、无色界。

欲界的众生都有男女之别，都有男女欲望，故名欲界。欲界共有六天，也叫六欲天。从下往上，依序是：四天王天、忉利天、夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天。欲界天的天人，身体已是微细物质构成，一重比一重的高大，平常人是看不见的。

色界的众生已无男女欲望，故亦没有男女之别。由此可见，并非只是极乐世界没有男女相，即使娑婆世界的色界也已经没有男女的区别了。其实三界中，只有欲界的众生才有男女相和男女的欲望，其它两界都没有。

色界众生处于禅定之中，以禅悦为食，无需饮食，故无大小

便利，亦无生藏熟藏。没有鼻根、舌根之胜义根，无香尘、味尘，故亦无鼻识、舌识。十八界中只有十二界了。

色界共有十八天，其中初禅、二禅、三禅各有三天，共九天。四禅则共有九天，其中包括圣人居住的五不还天。色界的最高顶——色究竟天，是释迦牟尼佛的报身为地上菩萨讲说如何成佛的一切种智的地方；已经登地的菩萨，可以发愿往生极乐世界跟随阿弥陀佛学习，也可以发愿往生色究竟天跟随释迦牟尼佛学习。色界天人的身体更加微细，一重比一重更加高大，色究竟天天人的身体最为高大，大到一般人根本无法想象。

无色界的众生则已没有身体，只是精神的存在，所以十八界中，只剩下意根、法尘、意识三界了。既然没有身体，当然也没有男女相以及男女的欲望。无色界天共有四重，依序为：空无边处天、识无边处天、无所有处天、非想非非想天。

真正的学佛人，并不发愿往生无色界天，因为没有身体，并且长劫住在四空定中，无法闻思修学，无法实践佛法，更无法弘扬佛法，自利利他，增长福德和智慧，徒耗生命，浪费时间而已。

佛法虽然也有世间法的人天善法，但祂的主法是出世间法，其人天善法的目的，还是引导众生修学出世间法。除佛法之外的任何宗教所宣扬的法都只是世间法，而世间法不论多么好，从本质上来说，就是烦恼法、生死法、轮回法。

中国的儒教，宣扬仁义礼智信，固然是世间法，其实道教修身养性，一人得道，鸡犬升天，也是世间法，纵然能升天，仍在六道轮回之中。其它的各大宗教，如天主教、基督教、犹太教、东正教、伊斯兰教等等，也只不过宣说升天的法门而已，而且由于他们不修禅定，不可能生到色界天，只能生到欲界天而已。道教、印度教、婆罗门教、耆那教等由于修禅定，倒有可能生到色界天乃至无色界天；但纵然生到色界、无色界天，仍然在轮回之中，不能脱离生死。

但是，这里有个大问题，就是其它宗教的人到底能不能升天，去享天福？论其实，绝大部分的人，不但不能升到天上，连人身也未必能保住。为什么？因为不能受持五戒故，因为不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不饮酒，是获得人身的起码条件，如果连人身都保不住，怎么可能升天呢。所以外教所说的升天法门，并不真实。

五戒是：第一、戒杀生，第二、戒偷盗，第三、戒邪淫，第四、戒妄语，第五、戒饮酒。这是再次获得人身的五个基本条件，缺一不可。那么，试试看，究竟有几个人能五条都做到呢？所以佛说得人身者如手中土，失人身者如大地土。

### 关于小乘与大乘：

乘，车之义。小乘即小车，只能自坐或乘坐少数人；大乘即大车，可以乘坐很多人。小乘指声闻乘和缘觉乘，大乘指菩萨乘和佛乘。

### 小乘：

只能乘坐少数人的小车之义，只是自度，不发大愿度他，有声闻、缘觉两种。但远超凡夫、外道。外道并不是贬义词，只是说他们不是佛道。小乘的修行人开悟时，即断除我见、疑见、戒禁取见之三缚结，证得初果须陀洹；悟后起修，历经二果斯陀含、三果阿那含，逐渐断尽贪、嗔、痴、慢、疑之五根本烦恼，则证得四果阿罗汉。初果、二果、三果为分证，四果为满证。缘觉的解脱果位，名辟支佛。阿罗汉和辟支佛，都只是小乘声闻、缘觉证得解脱时的果位名词，连菩萨都还称不上，所以更不是佛。但他们已是出世间的圣人，如诽谤出世圣人，则有无量罪过。

### 大乘：

可以乘坐许多人的大车之义，不但自度，而且发大愿度他。修习大乘法并受了菩萨戒的，就可以称作菩萨。大乘的法，是成佛的法。为了生生世世随佛修学，菩萨永不入无余涅槃，八地以前的菩萨还要有意留一点点烦恼，以润来生，叫作“留惑润生”。

大乘菩萨不仅仅是要使自己开悟、解脱、成佛，更要帮助众生开悟、解脱，走上成佛的道路，所以叫大乘。

佛法可总结为一百个法，分为五大类，叫五位百法：

一、心王法：有八个识，也叫八大心王，即眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识、末那识、阿赖耶识。

二、心所法：共有五十一个，是与心王共行的法，如臣佐王，全称为心所有法，有六类：

1、遍行心所法，有五个：触，作意，受，想，思。

2、别境心所法，也有五个：欲，胜解，念，定，慧。



3、善心所法，有十一个：信、精进、惭、愧、无贪、无嗔、无痴、轻安、不放逸、行舍、不害。

4、烦恼心所法，有六个：贪、嗔、痴、慢、疑、恶见。

5、随烦恼心所法，有二十个：忿、恨、恼、覆、诳、谄、害、嫉、悭、无惭、无愧、不信、懈怠、放逸、昏沉、掉举、失念、不正知、散乱。

6、不定心所法，有四个：睡眠、恶作、寻、伺。

三、色法：有十一个，即五根，六尘。

五根：眼根、耳根、鼻根、舌根、身根。

六尘：色尘、声尘、香尘、味尘、触尘、法尘。

四、心不相应行法：有二十四个：得、命根、众同分、异生性、无想定、灭尽定、无想报、名身、句身、文身、生、住、老、无常、流转、定异、相应、势速、次第、时、方、数、和合性、不和合性。

五、无为法：有六个：虚空无为、择灭无为、非择灭无为、不动无为、受想灭无为、真如无为。

下面简介《般若波罗蜜多心经》。（为清楚起见，凡解释心经原文的句子之前，都加一个记号“ ”，以示区别。）

**般若**：读作“玻惹”，意思是成佛的智慧，不但与世间的智慧不同，而且也与小乘的菩提不同，所以经常用般若这个音译的词，以示区别。

**菩提**：单是小乘解脱的智慧不能叫做般若，只能叫做菩提。菩提涵盖的意思较广，包括三个方面：

1、声闻菩提：即苦集灭道四谛法所宣说的解脱智慧。

2、缘觉菩提：即十二因缘法所宣说的解脱智慧。

3、佛菩提：即大乘菩萨道六度、十度、四摄、十力、四无畏等法所宣说的成佛智慧。般若仅指佛菩提，即成佛的智慧。

**智慧**：如果说智慧，就有三种之别。

1、一切智：小乘解脱道的智慧，包括声闻菩提、缘觉菩提。一切智细分有十智：世俗智、法智、类智、苦智、集智、灭智、道智、他心智、尽智、无生智。

2、道种智：菩萨成佛之道的智慧，包括根本无分别智、后得无分别智。

3、一切种智：已经成佛的圆满智慧。

**波罗密多**：意思是到彼岸。也就是达到解脱生死、并圆满成佛的彼岸。

**心经**：关于心的经典。《心经》虽短，但凡夫、声闻、缘觉、菩萨及佛的心都讲到了。真心、妄心也都说明了。

**心**：是精神作用的总称。每个众生的心其实只有一个，但为了让学佛的人了解心具有的不同的功能，首先把心分为真心，妄心两种。真妄最基本的区别是，真心不生不灭，妄心有生有灭；真心不分别六尘万法，而妄心必然分别六尘万法；真心可以持身、持种，妄心不能持身、持种。

**一切唯心造，万法唯识**

心有八种不同的功能，以其功能的不同，分别为八识。其中第八识是真心，其它七识是妄心。由第八识出生第七识，由七、八两个识和合再出生第六识，然后六、七、八三个识和合再出生前五识，再由八个识和合，辗转出生世间、出世间的一切法。所以说，一切唯心造，万法唯识。

**百法**：佛法把世间、出世间的一切法，即世间的万事万物，概括为一百个法。这一百个法，前九十六个法是有为法，后六个是无为法。

**有为法**：就是有功能、有作用的法，比如水能喝、耳能听、识能分别等等。有为法依有漏无漏，即有无烦恼，分为两种，即世间的有漏有为法和出世间的无漏有为法。所有的有漏法，都必须依靠无漏法的配合，才能运作。

**无为法**：就是无功能、无作用的法，比如无余涅槃，只是一种第八识独存状态的表述，再如不动无为，也只是四禅境界的表述，都只是一个名词而已。无为法既然无功能、无作用，当然也不会有烦恼，故也叫无漏无为法。

下面一句一句讲《心经》：

**观自在：**讲真心与妄心的和合并行。欲界的众生，是八识心王和合在一起运作的，以我们这个能观的妄心，去观照另一个本来就自在的真心。

**观：**是在定中用般若智慧观察、观照的意思，有能观、所观两方面。在这一句里，能观的是妄心，不自在；所观的是真心，自在。或者说，妄心能观却不自在，真心不能观却自在。观是重要的修行法门，所以修行作观是妄心的事，真心既不作观，也不需要修行。

**自在：**是所观，即被观的对象。真正自在的有两个。一个是真心，即众生的第八识，不包括前七识；一个是佛心，包括八个识，因为成佛以后，八个识都自在，每个识都能圆满独立地运作。

**菩萨：**是菩提萨埵的简称。菩提是觉。萨埵是有情，有情是众生的别名。菩提萨埵，就是觉有情，使众生能够觉悟。觉悟什么呢？觉悟一切众生皆有真如佛性，悉能解脱一切生死烦恼，悉能最终成佛。

**观自在菩萨：**即观世音菩萨，是观世音菩萨的另一个名号，就像我们也可能有几个不同的名字一样。找到了本来就自在的真心，能够现前用妄心观照真心的菩萨，就是能观自在的菩萨。为什么这里不用观世音菩萨？因为观世音是要观察世间众生的心声、寻声救苦的，而《心经》所说的观察，不是用来观察别人，而是用来观察自己的。

**行深般若波罗蜜多时：**能够观察自在心的菩萨们，在实践甚深的智慧到彼岸的成佛之法的时候。行深般若波罗蜜多时，就是已经进入中道现观的境界里面了。虽然能观的是妄心，所观的是真心，但必须依于这个本来自在的真心，才有可能现观五蕴的无常空、缘起性空，才是真正中道观行，才有真正的般若智慧。因此，观自在，是行深般若波罗蜜多的前提，而找到真心，又是观自在的前提。所谓参禅，就是找真心，也是找真心的方法和过程。而找到真心，就是开悟，也叫破参。所以，行深般若波罗蜜多是悟后起修的事情。

**照见五蕴皆空：**就是以般若之法，真实观察到五蕴之法，通通是因缘所生、刹那变化、最终归灭的空相之法，都是假相，只是一个过程，都不自在，都必须依靠自在的第八识心，借缘辗转假合才能生起并暂存。离开真心第八识，就没有五蕴皆空可讲。因为如果没有第八识，根本就不可能有五蕴；如果没有五蕴的话，怎么会有五蕴的无常变异和缘起性空呢？

**五蕴**：色蕴、受蕴、想蕴、行蕴、识蕴。蕴是集聚之义，意思是色受想行识，都是因缘暂时聚合呈现的假相。五蕴其实在说色、心两个法，色蕴说色法，其它四蕴说心法。也就是说，无论是色法还是心法，都不自在，都由第八识这个自在心直接或间接所生；第八识本身则既不属于五蕴里的色法，也不属于五蕴里的心法，而是五蕴里色法与心法的总根源。

**色蕴**：即五根六尘。

**五根**：指身体的五种感觉器官，即眼根、耳根、鼻根、舌根、身根。五根有五扶尘根和五胜义根的不同。

**五扶尘根**：就是五种感觉器官及其传导神经。

**五胜义根**：就是大脑，就是大脑视觉中枢、听觉中枢、嗅觉中枢、味觉中枢、触觉中枢的集合体。

**六尘**：是指物质及其产生的现象，即色尘、声尘、香尘、味尘、触尘、法尘。六尘有外六尘和内六尘的区别。

**外六尘**：仅是五扶尘根和意根所触的大脑外部的境界。

**内六尘**：不仅是五胜义根和意根所触的大脑内部的影像境界，也正是前六识所分别的境界。色蕴，其实就是指这个内六尘，即内色尘、内声尘、内香尘、内味尘、内触尘、内法尘。只有这个内六尘的色蕴法，才是和其它四蕴相应的法，也就是被前六识所分别、所感受、所了知的法；而外六尘是不能被前六识直接感知的。众生不知自己感知的都只是自己内心的影像，以为能直接感知外部的境界，所以都是认假为真，执虚为实。

不论五根，还是六尘，其实都离不开四大，即构成物质现象的地、水、火、风四大元素。

对身体来说，

**地**：是指身体中比较固定的部分，如骨骼、肌肉、筋腱等。

**水**：是指身体中可以流动的部分，如血液、胃液、胆汁、尿、泪等。

**火**：是指身体中的热量、能量。

**风**：是指能使身体内外运动的机能，是体能的运用。

四大有能造和所造两种。能造的四大，指第八识中所含藏的四大的种子——能造色法的功能；所造的四大，指四大种所造

色，既五根六尘，小到构成物质的基本粒子，大到山河大地、日月星辰，乃至宇宙。

人活着时，就暂用这些集聚的物质及其能量，人一旦死了，这些物质和能量就分散了，又全部回归于大自然。所以，人的身体，只不过是物质和能量的暂时聚集而已，哪有什么真实的自我可言？众生执着，妄谓有我，完全是错觉矣。

属于精神现象的其它四蕴，识蕴是根本，其主要功能为分别，受蕴和想蕴是其分别功能的最重要的体现，而行蕴，则是识蕴、受蕴、想蕴以及色蕴的运行。

**受蕴**：就是感受，有苦受、乐受、不苦不乐受三种；有时会说五受，即三受再加忧、喜。苦乐有肉体上的感受和精神上的感受，忧喜则纯是精神上的感受。

**想蕴**：想就是知道、清楚、明白，但凡有知，一定有想，不论是非好坏。想蕴就是了知性。这种了知并不一定要借助语言文字，乃至不一定要起心动念，往往在六识触六尘的第三刹那就已经完成，极其迅速。

**行蕴**：识、色、受、想四蕴的运行过程叫行，重点指觉知心的了知过程。行的意思是迁流变化。一般来说，行有两种分类，依发生的处所说，有身行、口行、意行，也叫身口意三业；以善恶性质来说，有善行、恶性、非善非恶行，也叫善业、恶业、无记业。无记就是不能说好，也不能说不好，无所谓好坏，如平常的吃喝拉撒睡等等。

业与行虽可通用，但也还是有些区别。业，一方面，侧重指造作的完成，正在进行的，叫造业；另一方面，业主要指有情众生的造作，客观环境的潜流变化，不能叫业。行，一方面，侧重于业正在进行之中；另一方面，也可指客观环境的潜流变化。

**识蕴**：主要指前六识，即眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识。不包括第七识，第八识。《心经》属大乘法，大乘菩萨不入无余涅槃，所以七、八两个识永远在一起和合运作，故非属生灭蕴集之法。第七识在前六识断灭的五种情况（眠熟无梦、闷觉、正死位、无想定、灭尽定）下，以及中阴身入胎前期，都继续运行不辍。第八识更是在任何情况下都存在，永无间断之时。但有时也把第七识摄在识蕴之中，因为第七识毕竟是可断之法。

**关于潜意识**：心理学上的潜意识，概念并不十分确定。大约

是指第六识的一部分和第七识的一部分。潜意识也叫深层意识，大致是指被业力推动，不由自主而显示出来的非清醒意识所能理解的、超出常理的意识，如某些直觉等。这基本还属于第六意识的范围。有一种叫集体潜意识，有共业的众生在某种特定条件下具有的共同认知，其有意识的成分，也有第七识俱生我执的成分。那些不由自主的、自动进行的、一般情况下无法用意识控制的行为，如维持生命所必需的、身体内部的一系列生理活动，都是七、八两识直接完成的。而大量的无记业、习惯性行为，如吃喝拉撒睡等，基本靠七、八两个识运作完成的，当然也要有前六识参与，必要时也可以用意识控制。

佛法说的意识，有四种状态：

- 1、散乱意识，就是一般人通常的意识状态。
- 2、定中意识，是修禅定的人，在禅定中的意识状态。
- 3、梦中意识，是人在梦中的意识状态。
- 4、病中意识，是精神病患者在发病时的意识状态。

其实还有两种不同的状态，一是被施行催眠的意识状态，一是吸食迷幻药物以后的意识状态。施行催眠由于被人引导，进入一种非睡非醒的状态。吸食迷幻药以后，则有点类似于某些梦中意识或某些病中意识的状态。

**度一切苦厄**：就是让我们现前照见五蕴皆空而证得解脱果。因为照见五蕴皆空时，我见（也叫身见）就断了；继续深观而不中止的话，我执也会跟着断，我见我执都断了，就是有余涅槃，成慧解脱阿罗汉。在小乘，最后进入无余涅槃，永断分段生死，不再回到三界六道中来，也可以说“度一切苦厄”了。但在大乘，更深的意思是究竟涅槃，还要永断变异生死，才是究竟的“度一切苦厄”。

**慧解脱阿罗汉**：已断我见我执，但还没有具足四禅八定，不能立即随自意取证灭尽定，不能提前随时取证无余涅槃，只能等到寿尽而舍报的时候或舍报以后在中阴阶段取证无余涅槃，这样的阿罗汉，就叫慧解脱阿罗汉。解脱不坚固的慧解脱阿罗汉，即使不能取证“现般涅槃”（临命终时入涅槃），至少也可以取证“中般涅槃”（中阴身时入涅槃）。

**度**：是远离、超越、断除的意思。

**苦厄**：苦是痛苦，身心的逼迫感、煎熬感；厄是灾难、危险。

**一切苦厄**：包括成佛以前身心所感受到的全部苦难。不但有世俗谛苦，如苦苦、坏苦，还有胜义谛苦，属于圣人无漏智的证境，如行苦。

为什么可以度一切苦厄呢？因为没有自我，就没有我的苦。没有自我，谁轮回呢？所以佛教救人的方法极其彻底，将一切苦难连根拔除。那就是先证得无我。无我不是靠修行得到的，无我是真理，是事实。本来就无我，从来就没有自我，自我及其一切与自我有关的称讥、毁誉、荣辱、苦乐、忧喜等等都只是由于众生不懂无我真理而起的妄知、妄觉、妄受。所以证得无我的真理，不仅可以救自己，也可以救别人。所有的苦都消灭了，就成佛了。佛地成就了四种功德，叫作“常、乐、我、净”。

舍利子：即佛的十大弟子中，智慧第一的舍利弗。由于《心经》是专讲般若智慧的，舍利弗又智慧第一，所以舍利弗理所当然地成了当机众的代表。《心经》就是观世音菩萨讲给舍利弗的。

舍利弗为什么又叫舍利子呢？原来，舍利弗的妈妈叫舍利，舍利弗是舍利的儿子，故又名舍利子。这和有些修行人死了以后火化留下来的舍利或舍利子，完全是两个概念。

**色不异空，空不异色，色即是空，空即是色：**

从这里开始讲五蕴与空的关系，讲为什么可以度一切苦厄的道理。先讲色蕴与空的关系。空是和有相对的概念。对于佛法所说的空和有，很多人都误解了。

有：就是指五蕴、六入、十二处、十八界等世间法。然而这个有，只是假有，只是因缘所生、刹那变化、最终消失的假相。就是说，这些有，只是虚幻的有，并不是真实的有，所以也叫假有。

空：佛法上所说的空，有两种。一种指空相，一种指空性。

空相是说，万事万物但有其相而无实质，只是过眼烟云，只是梦幻泡影。

空性是说，能产生、住持空相的根源，祂虽然无形无相，但真实存在，永不磨灭。这个永存而有无穷妙用的空性，才是真正的有。空性其实就是第八识如来藏，是第八识的异名之一。

为了区别空相的假有，真实的有，就叫妙有。祂一直和我们、和万物共存，但是我们的六根却触不到祂，六识也不了解祂，因为祂不是六尘。但通过大乘般若法的实践，却能体证祂，并在生活中随时检验祂，逐渐了解、通达祂的功能及祂与其所生万法的互动关系。

色不异空：是说色蕴既然由空性所生，那么，色蕴的本质就与空性无别，如金器与金无别，波浪与水无别。

**空不异色**：是说空性既然能生色蕴，色蕴必然体现空性的存在，离了色蕴也就无所谓空性，那么，空性就与色蕴无别，如金子与金子所成的耳环、项链无别，如水与水蒸汽、冰无别。

**色即是空**：色不能离空而独存，空也不是灭色而归空，色蕴存在的当下，本质就是空性，如器就是金，波就是水。

**空即是色**：也不能离色觅空，空性生出万物，住持万物，空性在当下，就是万物。正如金就是器，水就是波。离器无金，离波无水。

这四句是说，我们的色身就是空性如来藏，因为色身是如来藏制造出来的，而且由如来藏执持，所以色身就是如来藏的一部分。既然色身是如来藏的一部分，就可以说，色身就是空性如来藏。

但这里要注意，这是从本质上来说的，如果从现象上来说，色身可以死亡，而空性如来藏永不断灭，所以也不能说，色身就完全等同于空性如来藏。真正的中道观，色身与如来藏的关系，应该是不一不异。所以《心经》前面说“照见五蕴皆空”，这里说“色不异空，空不异色，色即是空，空即是色”。学习经典，一定要注意前后连贯，不可断章取义。

**受想行识，亦复如是**：这一句是说，受蕴、想蕴、行蕴、识蕴与空性——第八识如来藏的关系，也是如此。如，受不异空，空不异受，受即是空，空即是受；苦受、乐受、不苦不乐受，通通不异空性如来藏，空性如来藏就是苦受、乐受、不苦不乐受。因为受蕴被如来藏所生，被如来藏所持，就是如来藏的一部分，部分不能不属于全体。譬如手臂是从身体长出来的，而且不能分离而运作，必须依附在身体上才能运作，手臂就是身体的一部分，不能说手臂不是身体。

乃至识蕴与空性如来藏的关系也是如此，识蕴前七识（在小乘中只说是前六识，第七识末那识只说是意根）就是空性如来藏，空性如来藏就是前七识。因为空性是与祂所出生的这七识以及根身、器界万法相依，才能在三界中现行运作的。空性如来藏不能离开这七识心而在三界中运作，前七识妄心也不能离开第八识真心这个空性如来藏而独自现行运作。

这一段的意思是说，不必急着取证涅槃而入灭，要继续进修；把如来藏里的有漏有为法种，转变成无漏有为法种，就不必



取证无余涅槃也可以解脱，而且是究竟的解脱，因为成就了解脱色，有圆满报身和千百亿化身，能够利益众生而永无穷尽。

**舍利子：**观世音菩萨又叫一声舍利弗的名字，提请他注意，因为下四句是一个小结，要进一步说明空相背后那个空性的具体特点——中道性。当你现前观察到实相境界的中道性的时候，就是中道的观行，简称中观。

### 是诸法空相：

妄心的法相是无常的，终归于空无，所以叫做空相。真心的法相也是空，但由于祂的法相虽然是空，可祂有真实的体性，所以不叫空相，而叫空性，有时就简称为空。真心与妄心两种心，其法相都是空，所以说，这一切法的法相都是空相。真心如来藏之所以不称为空相，而称之为空性，是因为祂有许多真实的法性存在，而且这些法性常住于世间以及出世间的境界之中。

因为空相变化不停，所以只是暂时的假相。我们的眼看不到真相。如我们永远看不到真正的颜色及万物的本质，我们能看到的，永远只是不断变化的假相。就像瞎子摸象一样，我们永远只知道部分，而不知道全体。所以，我们所认识的诸法——万事万物，并没有真实性。我们只有先把五蕴、十二处、十八界（简称蕴处界）的虚妄部分弄清楚以后，才有可能想要去证得另一个真实不坏的心。证得真实的如来藏心以后，才会真正确认蕴处界的虚妄，然后进一步了知，虚妄的蕴处界等法，也是真实不坏的如来藏的一部分，不必厌恶蕴处界，当发心再度受生，世世常修菩萨道，广利众生，直至成佛。

**不生不灭、不垢不净、不增不减：**虽然如此，但空相的本质就是空性，性相不二，若行深般若波罗蜜多时，独具慧眼，必然照见五蕴皆空，见到现象的当下，就见到实质。这个空性，这个实质，祂有什么特点呢？祂最重要的特点，就是中道。因为世间法的特点，必落断、常两边。而祂是出世间法，必离两边。也就是说，凡是落在两边的法，就是世间法；凡是不落在两边的中道法，就是出世间法，就是佛法。

**不生不灭：**第一个特点，就是祂永存，既没有开头，也没有结尾。因为祂正是万事万物的源头。因为永存不灭，所以祂真实。而世间的一切法，都是有生有灭的。生和死的概念，在世间法里，本来就是对立的，生就不是死，死就不是生。但妄心如果依附于真心，把祂算作如来藏的局部功能性的时候，也就没有生灭可言了。譬如这一辈子的色身灭了，与色身共存的知觉性也灭了，投胎以前，中阴身生起，知觉性又出现了，一旦投胎，这个知觉性永远断灭了；但是到了下一辈子，在胎中六、七个月（最

早可能会在第四个月)的时候，另一个全新的、不同于此世的觉知心又出现了。但如果不依附于真心如来藏来说，六识妄心的知觉性，就是有生有灭的法，因为不能去到未来世，因为夜夜都会断灭，因为除了眠熟无梦断灭外，其它四种情况下，如闷绝、正死位、无想定、灭尽定，也一定会断灭。而入了无余涅槃的时候，意根第七识也断灭了，也是可以灭的法。所以只有如来藏真正不生不灭。

**不垢不净**：第二个特点，就是祂非垢非净，不能说祂一定垢，也不能说祂一定净。垢是烦恼，无烦恼就是净。《胜鬘经》说：“自性清净而有染污。”这个空性，说祂不垢，是说祂的体是绝对纯净的，因为祂根本就不分别六尘诸法，根本就与任何的烦恼都不相应；说祂不净，是说祂的体内含藏的，不仅有无量无边的无漏法种，还有无量无边的有漏法种，有漏就是不净。只有到了佛地，佛地的第八识，才完全纯净了。所以众生位的第八识如来藏，一定是不垢不净的。

**不增不减**：第三个特点，就是祂不存在增减的问题，既不会增加，也不会减少，空性无大无小，因为空性根本无任何形相，里面所含藏的种子——功能差别——也没有形相。所以空性不会因为大象、鲸鱼的身大而大，也不会因为蚊子、细菌的身小而小，或者说，祂可以随缘，随身大小而大小，因为不论身大身小，祂都遍身而住。另外，就是祂所含藏的种子，总数不变。虽然说修行的过程就是转变种子的过程，其实恶种子消灭一个，善种子就必然相应地增加一个；善种子减少一个，清净种子就必然增加一个。种子的总数不增不减。

什么叫种子？种子也叫界，也叫功能差别，是收藏在真心第八识如来藏中的各种潜在的功能。世间的一切万事万物，没有一个不是种子变现的。我们的一言一行，一举一动，哪怕只是扬眉瞬目，也要靠一系列的种子不断从第八识中流注而出才能完成。

**种子都有哪几类？有种种不同的分类法。**

前面讲过，依有漏、无漏，有为、无为，可分为：有漏有为法种、无漏有为法种及无漏无为法种。无漏无为法本身并无种子，因为其没有任何功能作用；但对无漏无为法的表达、思维、体证等，仍然是有种子的。

依性质而分，有善种子、恶种子及无记种子，此三皆属染污种子，和染污相对的是清净种子。

依百法来说，有心王法种子、心所法种子及色法种子。不相

应行法和无为法，则没有种子。

还有一些其它的分类，暂不赘述。

**禅宗六祖：**

初祖达摩大师，在中国是第一位祖师，在印度是二十八代祖师；二祖慧可大师；三祖僧璨大师；四祖道信大师；五祖弘忍大师；六祖慧能大师。

以上讲的是真心、妄心和合的诸法空相，下面则仅从真心的立场来说诸法空相。从下一句“是故空中无色”开始，到“无智亦无得”，都在讲涅槃的境界，也就是第八识独存的境界。

空性没有烦恼，所以空性就是涅槃，涅槃也是空性的异名。涅槃是第八识的自住境界。这里的空，与“色不异空”的空，其实还是一个意思，还是指涅槃空性如来藏，不论祂独存，还是与祂所出生的前七识一起和合运作，祂都住在自己的境界里，不改性。祂的境界是什么呢？即无任何世间境界，以无境界为境界。

**是故空中无色：**所以在这个无境界的境界里，没有所谓的色法以及色法的蕴集。为什么？因为色不异空，色即是空。色法及色蕴都是众生妄想的产物，若无妄想，十方世界应时销殒。这并不是要把色法和色蕴都消灭，色法和色蕴本来就虚妄不实，本自空寂，何待消灭？需要消除的，只是妄想和执着。

**无眼耳鼻舌身意：**即指空性的境界里没有所谓的六根。

**无色声香味触法：**即指空性的境界里没有所谓的六尘。

**无眼界乃至无意识界：**即指空性的境界里没有眼界到意识界的十八界。

**十八界：**即六根、六尘、六识。

**六根：**眼根、鼻根、耳根、舌根、身根、意根。根可以对尘、摄尘、入尘。

**六尘：**色尘、声尘、香尘、味尘、触尘、法尘。是根所对、识所知的境界。

**六识：**眼识、鼻识、耳识、舌识、身识、意识。是根尘相触时第八识所出生的六种不同的分别功能。

**根分两种：**

1、**有色根**，是前五根。

2、**无色根**，是第六根，又叫意根，即大乘所说的第七识，名末那识。

前五根又分为扶尘根和胜义根两种：

1、扶尘根：必须要依靠粗糙物质才形成的根，如眼睛等感觉器官及其传导神经。

2：胜义根：指大脑的中枢，通过传导神经接受到从外面传进来的信息，能够在大脑皮层再现外六尘形象的各中枢系统。

六尘：

色尘：即眼根所对所触、被眼识和意识所分别的境界。

声尘：即耳根所对所触、被耳识和意识所分别的境界。

香尘：即鼻根所对所触、被鼻识和意识所分别的境界。

味尘：即舌根所对所触、被舌识和意识所分别的境界。

触尘：即身根所对所触、被身识和意识所分别的境界。

法尘：即意根所对所触、被意识所分别的境界。

尘有两种，即外尘与内尘：

1、外尘，外面的六尘叫外尘，又叫外相分，外五尘是五扶尘根所对所触的境界，外法尘是意根所对所触，也是意根所分别的境界，外法尘就是外五尘的大变动。

2、内尘，大脑中枢重新形成的与外尘相同的影像境界叫内尘，又叫内相分。内五尘是五胜义根所对所触的境界，内法尘是意根所对所触的境界。内五尘的粗相也是前五识所分别的境界，内五尘的细相则是第六识透过内法尘所分别的境界。只有内法尘才是意识直接分别的境界，就是说，意识所作的全部工作，都是透过分别内法尘来进行的，意识的所有境界，只是内法尘的境界。

法尘：有内外两种，如上所说，外法尘是外五尘的大变动。而内法尘是当五根对五尘，第八识在五胜义根上产生内五尘的同时，也产生了和内五尘相同的另一种影像，供第七识进行全面的但极粗略的分别，及供第六识进行或粗或细的各种分别。第七识、第六识不能直接分别前五尘，必须透过法尘来分别。此法尘一旦出生以后，又会同时成为种子保存在第八识中，成为法尘种子，即一般人所说的记忆数据。当因缘现前时，某些相应的法尘种子就会再现为法尘，供第六识进行比对、识别、思维、判断等，以便及时向第七识提供其比对、识别、思维、判断的结果，供第七识及时做出决定，发放指令。

在某些特殊的应急情况下，出于自我保护的本能，第七识还可以不通过第六识，直接根据祂所发现的外五尘的重大变化(即外法尘)，依照保护自我的强大本能下达指令。执行指令的是哪一个？是第八识。为什么第八识可以执行指令？因为只有祂能实时了达第七识的心行并执行指令，令相应的种子毫无差错地流注，

变为现行。

记忆再现的则都是内法尘。比如：你看见一只凳子，当你甚至还没有叫出凳子这个名字的时候，凳子的影相已经存进了大脑的记忆中。后来凳子虽然已经不在面前了，但是记忆中凳子的影相还在，所以可以随时再现。

我们其实一直生活在影子世界之中。所以佛说“一切有为法，如梦幻泡影。”且不说外面存在的一切并不真实，因为我们其实永远无法直接感受外部的存在。现在我们只来说说我们了解事物的过程。共有四重幻影。以看见一个人为例。

第一、当你的眼睛面对一个人的时候，眼睛（眼根的扶尘根）如一架摄像机，立即摄取了这个人的影像，这个影像，首先呈现在眼球后方的视网膜上，呈现一个上下颠倒的影像。这个颠倒的影像，当然不是外面的那个人。这是**第一重幻影**。外面那个人是外相分，这个幻影也还是外相分，叫外相分色尘，或色尘外相分。

第二、视网膜上的这个影像信息，通过视觉传导神经，被立刻传到大脑的视觉中枢（眼根的胜义根），在那里再现这个影像，但已经被调整过来了，不再是倒像了。这是**第二重幻影**。这个幻影，才是被眼识所分别了知的，叫做内相分色尘或色尘内相分。我们全部的感知，都是建立在这些内相分上的，所以说我们生活在影子世界中，因为我们不能直接感知外相分。

第三、在眼根的胜义根——大脑视觉中枢出生色尘内相分的同时，还出生另一个相同的影像，被意识所分别了知，叫色尘内相分法尘。这是**第三重幻影**。这个法尘非常重要，因为前五识的特点是，眼识只能分别内色尘的粗相，既不能分别细相，也不能分别其它的内尘，其它四识也是如此。意识则不然，透过内法尘，祂不但可以分别全部内五尘的粗相，也能分别其细相。为什么？就是因为第八识在五尘内相分上，都会同时出生相应的法尘内相分，而意识正是透过这些法尘来分别所有境界的。

第四、如果当那个人离开了你的视野，你的脑海里还可以清晰地浮现出那个人的影相，这已完全是回忆。如果这个人是个熟人，你刚才的新印象，就会归档，自动储存在他的档案中。当你回忆这个人的时候，就不仅仅是刚才的印象，一些相关的、综合的印象也会浮现出来，比如你们过去的一些交往，这个人的性别、年龄、音容、笑貌、学历、家庭、工作、业绩等等，如果需要，都会呈现出来。有时甚至不需要，也会自动跑出来。为什么？是因为启动这些记忆的第七识有执着，祂会按照惯性发出指

令，使第六识无法立即控制。这是**第四重幻影**。这第四重幻影因为受多种因素的影响，再现的时候，也许就有各种变化。或由于时间久了，再现的影像模糊不清；或由于有类似的人或事，再现时发生错误；或由于感情的加入，再现时成了另外一种印象。我们回忆往事，计划未来，写小说，搞创作，都是在一系列幻影中驰骋，佛说这些都是“法尘分别影事”。

晚上睡觉时，灯突然亮了，人从睡中醒来。这件事是怎么完成的？

我们睡眠时，有两种状态，一种有梦，一种无梦。沉睡无梦时，前六识完全断了，因为什么也不知道了。而意根第七识则从来不休息，透过外法尘监察着身体内外的全部情况，巨细无遗。意根永远醒着，永远陪同第八识默默无闻地、无怨无悔地、勤奋地工作着。

那么，眠熟无梦时，意识是怎样又产生的呢？以突然灯亮为例：

- 1、当灯突然亮的时候，光亮在视网膜上出现，成外相分色尘。
- 2、此重大变化之外法尘被意根第七识所触，依祂执着自我保护自我的强大习惯，决定要了知具体发生了什么事。
- 3、第八识以自己一切随缘的习气，立即了知了第七识的决定。
- 4、第八识流注风大种子，将此外相分色尘之信息通过视觉传导神经即刻传到大脑视觉中枢，显现为内相分色尘。
- 5、与此同时第八识出生相同的内相分法尘。
- 6、第八识同时立即流注六识的识种，识种变现行，意识重新产生，前五识或前五识中的某几个识亦随即产生，人开始醒过来。
- 7、意识产生的第一刹那，透过内相分法尘，唯触光亮之内相分色尘，盲无所知，谓之率尔初心；第二刹那，可与第一刹那之法尘进行比对，谓之寻求心；第三刹那，才能了知，谓之决定心。
- 8、意识之识种继续流注，法尘之种不断现行，意识终于知道具体是怎么回事了。人也彻底清醒了。

**六识在五种情况会断：**

- 1、睡眠无梦时会断。
- 2、闷绝时会断，如休克时、被全麻时、被打昏时。
- 3、正死位会断。从完全失去任何知觉，身体渐渐冷透，到中阴身完全生起，这段时间叫正死位，大约八小时左右。
- 4、无论是进入无想定的人，还是无想天人在无想定中，意识

都会断。

5、灭尽定中，不但第六识断了，而且断掉了第七识五遍行心所的受、想两个心所，所以又叫灭受想定。

关于定和禅：

定或禅，都指“心一境性”，即指意识既不昏沉，又不散乱。没有禅定功夫的人，不是昏沉，就是散乱。

定，也叫禅定。但定的范围较广，不但包括四禅，而且包括无色界天的四空定及灭尽定，还可以包括初禅前的欲界定、未到定。

禅，是禅那的简称，则仅指初禅、二禅、三禅、四禅。

禅宗的禅与禅定的禅有什么不同？

1、禅宗的禅，指第八识，是第八识众多异名之一。有人说，禅是佛心，这话没错，但要弄清楚。佛有两种，一种叫本来佛或天真佛，一种叫究竟佛或圆满佛。本来佛或天真佛仅指众生位的第八识，而究竟佛或圆满佛不但指佛位的第八识，也指佛的三身，即清净法身毗卢遮那佛，圆满报身卢舍那佛，千百亿化身释迦牟尼佛。也就是说，禅宗的禅，仅指佛地以前的第八识，佛地的第八识，则不名为禅；更狭义地说，仅指到初地入地心以前的第八识，因为禅宗参禅最多到这里就结束了，见道位圆满了，从初地的入地心开始就进入修道位了。而禅定的禅，只是指色界定的初禅、二禅、三禅、四禅，都只是第六识的部分境界。

2、禅宗的禅，指第八识的中道体性，如《心经》所说“不生不灭，不垢不净，不增不减”。而禅定的禅，恰恰是有生有灭的法，意识不现行的时候，禅定及其所有的禅定境界也就没有了。

3、禅宗的禅，指般若智慧，主要指第八识本具的本觉智慧，也指真见道位所具有的般若总相智和相见道位所具有的般若别相智，能引导众生走向解脱和成佛。而禅定的禅，只是意识静定的某种状态，纵然加修神通而有五通（天眼通、天耳通、宿命通、他心通、神足通），也不能引导众生走向解脱和成佛，只能起辅助的作用，在正知见具足的情况下，帮助开发本有的智慧，增进后得的智慧。

解脱的境界就是涅槃。涅槃有四种。即本来自性清净涅槃、有余依涅槃、无余依涅槃、无住处涅槃。涅槃是清净无染之义，中道之义。小乘的阿罗汉、辟支佛只有有余涅槃、无余涅槃两种。大乘菩萨参禅开悟，则证本来自性清净涅槃。八地以上的大菩萨由于已经灭除了分段生死的烦恼，故证得前三种涅槃，佛则圆证四种涅槃。无住处涅槃只有佛才证得，也叫大涅槃、大般涅槃。

盘，或究竟涅槃。

佛有三身，即法身、报身、化身。

法身：第八识的本体有种种异名，法身就是其中之一。每位众生皆具法身，但众生的法身“自性清净而有染污”，而佛的法身，究竟清净而没有任何染污，名清净法身毗卢遮那佛。

报身：是佛的福报与智慧之身，由修广大圆满之福德与智慧而感得的庄严之身，有三十二相、八十随行好，名圆满报身卢舍那佛。

化身：是佛度众生的大愿所成，名千百亿化身释迦牟尼佛。

眼识九缘：缘，条件之义。就是说，眼识的生起，需要九个条件，缺一不可，即根、尘、空、明、作意、第六识、第七识、第八识、种子。

1、根：即眼根，包括扶尘根和胜义根。根的作用是接触色尘。扶尘根接触外色尘，胜义根接触内色尘。

2、尘：即色尘，有外色尘和内色尘两种。外色尘乃山河大地日月星辰以及五根身；内色尘乃是第八识在眼胜义根即大脑视觉中枢处所显现之内色尘影像。眼识其实只能了知内色尘，对外色尘的了知，实际上都是通过内色尘来了知的。

3、空：即适当的空间距离，太远太近都看不到。

4、明：即适当的光明，光太强太弱也看不到。

5、作意：即引导心识趣向所分别对象的作用，这里主要指第六识作意心所的作用，就是俗话说的引起注意，否则，将视而不见。

6、第六识：也叫分别依，意识是前五识的俱有依，因为如果没有第六识现行为前提，其作意心所就不能相从而现行，就不能引导眼根趣向所对之色尘，眼识便无从升起。

7、第七识：也叫染净依，因为第七识是染净万法生起的总枢纽，第八识在世间运行，必须要有第七识配合才行，第八识中所有功能的启动，都要靠第七识发布指令。

8、第八识：也叫根本依，因为万法都依第八识为根本而生起，而住持。

9、种子：也叫种子依，因为万法都由种子变现。这里主要指



眼识的种子。

**耳识八缘：**因为生起耳识不需要光明缘。

**鼻识、舌识、身识七缘：**因为既不需要光明，也不需要空间距离。嗅感细胞必须直接触到香尘；味蕾必须直接触到味尘；身体必须直接触到触尘。

**意识五缘：**除了不需要光明和距离外，它本身就是第六识，当然不需要分别依，又因为意根就是第七识，所以又少了染净依，就只剩下五缘了。即：1、根（意根），2、法尘，3、作意（意根的作意心所），4、第八识，5、意识的识种。

**末那识三缘：**除了无余涅槃一种情况，第七识，即末那识意根，永远和第八识在一起。但第七识既然是可灭之法，也一定是可生之法。既然可生，就一定有生起所需的条件。但为什么所需缘如此之少？我们从意识五缘而观。第七识的根即第八识，所以又少了一缘。法尘与意根是相对相依而存在，意根还没有生起的时候，还没有法尘。那么，剩下的条件就只有三个了，那就是：1、第八识，2、第八识的作意心所，3、第七识的识种。

**阿赖耶识四缘：**第八识不是不生不灭吗？为什么还有生缘呢？原来，所谓生缘，都是依每个识在三界中生起作用而言的。如无余涅槃中第八识独存而不生起任何作用，当然就不存在生缘的问题。

第七识、第八识互为所依根，所以1、第八识的根就是第七识。2、既然有第七识意根，当然就有法尘。3、第七识的作意心所。4、第八识的识种。

**八个识生起所需要的因缘数量：**按顺序为九八七七七五三四。

**色：**有四种，即显色、形色、表色、无表色。其中只有显色是色的实体。

1、**显色：**就是颜色，眼识所了别的只有显色。佛教里说的显色，粗说只有四种，即青、黄、赤、白；细说则还有明、暗等。

2、**形色：**是显色集聚的分位差别，必须比较才能了知，所以是意识了别的对象，因为只有意识有比较的功能。如长、短、方、圆、粗、细、高、下、正、不正等。

3、**表色：**指有所表示的动作，是显色、形色的差别业用。如取、舍、屈、伸、行、住、坐、卧等。

4、**无表色：**则是显色、形色二种色，或再加表色共三种色所显示出来的综合效应，内涵，或某种韵味，如美丽、丑陋、宏

伟、辉煌等。

死的定义，就是身坏命终。在佛教里，死的指标，既不以停止呼吸、停止心跳为标准，也不以观察不到脑电波为标准，而是以身体冷透为标准。为什么？说明第八识已经不再持身了，已经完全离开身体了，身体已经成了死尸了。

那么，在正死位，此世的身体已经不能用了，而中阴身还没有全部生起，七、八两个识是如何运作的呢？第八识是一个被动心体，如果没有第七识，它就独住于自己的境界中，那就是无余涅槃。如果与第七识在一起，第七识是发布指令者，而第八识则是执行指令者。

### 第七识发布指令，有三种情况。

一、在眠熟无梦、二无心定（即无想定和灭尽定）三种情况下，因有正常的五根身故，第八识接受第七识刹那刹那要监察一切、了解有无重大变化的决定，凭借五扶尘根接触外五尘，显现外五尘上有变动或无变动之外法尘，第七识便依此法尘监察一切，了解有无重大变化。如果没有重大变化，就刹那刹那做继续睡觉或继续入定的决定，如果发现了重大变化，出于保护生命的本能，第七识就会作出要了解这个重大变化的决定。但祂自身没有了解重大变化具体情况的本事，因为祂只能和五别境心所的慧心所相应，其慧昧劣。第八识了别第七识的决定后，就会流注第六识的种子，种子变现行，第六识就可以帮助第七识进行具体的了别，再根据具体情况作出相应的决定。

第七识独自运作的时候虽然昧劣，但当祂有第六识配合的时候，祂对第六识所提供情报的审察，及其根据此审查和祂具有的俱生我执的习气来作决定，就变得极其敏捷。

二、在闷绝（由于种种原因而丧失了任何知觉）时，由于五胜义根的集合体（大脑）被麻醉或受伤，第八识或无法藉胜义根而现内六尘，或呈现残缺、模糊的内六尘而六识无法正常出生，所以第七识虽然一再作决定要出生六识，仍无可能，只能依于求生的习气不断作恢复根身的决定，等待麻药力量逐渐消退，或配合第八识尽可能地修复受伤的部分。

三、正死位有突然死亡和正常死亡两种。

突然死亡：如出交通事故，被枪击，被砍头等，根身立刻坏死或身首异处，内外五根不复能用，法尘突然不现，第七识立即审察到身体已经的确不能用了，就作决定舍身，并根据其俱生我执（生生世世连续不断的自我执着）的习气作决定出生中阴身；第八识执行指令，实时流注中阴身色法四大种以及六识种，中阴

身及其六识便得以出生。

正常死亡：如自然老死、因病去世等，第七识根据法尘的衰变逐渐了解到身体越来越不好用了，最后法尘不再出现了，身体真的不能用了，终于决定舍身并出生中阴身。第八识执行指令，便一分一分地从根身中退出，退出一分，中阴身就出生一分，身体就冷一分，全部退出以后，中阴身也就全部成就了，身体便很快冷透了。中阴身一旦成就，就具足十八界，开始了最多四十九天的中阴生命的历程。

正死位与六识断灭的其它四种情况（眠熟无梦、闷绝、无想定、灭尽定）的最大不同，就是五扶尘根和五胜义根都坏了，不能现起外内六尘。但是第七识，第八识都还在运作，他们是根据什么来运作的呢？我们知道，第七识的一个特点，就是审察法尘有无重大变化。当法尘不再出现的时候，第七识就知道根身不能用了，就会决定舍身和出生中阴身。至于中阴身在正死位大约八个小时中七、八两个识如何运作的详细情况，那是地上菩萨修学种智的内容，我们不敢妄测。

**中阴身**：介于此世和下一世，过渡阶段的生命形式。

人死后，在最多四十九天的时间内，会有一个临时的身体，作为一个过渡。但中阴身一期的生命，最多只有七天。一共最多只有七期。所以每七天，就会死生一次。每天都有机会寻找有缘的父母去投胎。

除了以上所说，中阴身还有以下一些特点：

- 1、中阴身靠嗅食物的香味维持生命。
- 2、中阴身与此世相连，还知道此世的一些重要情况。
- 3、中阴身有小神通，而其神通主要表现在寻找未来的父母上，其眼、其耳、其身，不受墙壁、距离的障碍，所以纵然再远，哪怕远在异国他乡，甚至别的世界，纵然有屋舍遮盖或距离遥远，对未来父母，却看得一清二楚，如在目前。
- 4、一旦找到相应的父母，就等待投胎的机会。开始的几个七天时间较从容，越到最后越紧迫，到最后第七个七天，一定会投胎，绝不会超过四十九天。
- 5、投胎的其实并不是中阴身，而是第七识和第八识，由中阴身的第七识作决定，中阴身的第八识随缘。中阴身只是去找未来的父母，一旦投胎，中阴身即告消失。七、八两个识，生生世世都不灭亡，生生世世在一起。所以对对他们来说，根本就无所谓生与死，他们是往来三世的。有生有死的，是前六识和身体。

**五眼**：即肉眼、天眼、慧眼、法眼、佛眼。

- 1、**肉眼**，即平常人的眼。特点是看前不看后，太近太远、

太大太小都看不见，没有光也看不见。而且不能穿越障碍，中间只是哪怕只隔一张纸，也看不见了。

2、**天眼**，即天人的眼睛，或具有天眼通的人所具有的眼。特点是没有以上所说的任何障碍，而且可以看到未来的事物。

3、**慧眼**，即开悟以后的众生所具有的智慧之眼。特点是已经开始能够看到事物的真实，小乘人能看到空相，大乘人不但能看到空相，还能看到空性。

4、**法眼**，慧眼只能看到空相、空性的总相以及总相中的别相，而看不到别相以及别相中的别相。而法眼，则不仅能看到慧眼所能看到的一切，还能看到慧眼所看不到的别相和别相中的别相；不但能看到空性别相中的别相，而且能看到一切法各个层次的总相别相，但是还没有圆满究竟。

5、**佛眼**，可以究竟圆满地彻见十方一切世界、一切佛、一切菩萨和一切众生的过去、现在、未来的一切，故号正遍知。

**六通**：即天眼通、天耳通、宿命通、他心通、神足通、漏尽通。各种通都有不同的层次。

1、**天眼通**，即上面所说的天眼的能力。佛能知无量界以后的事，所以可以为人授记，预告某人何时成佛，佛国名何，度众多少，佛号为何，住世多久等等。

2、**天耳通**，即天人或修得天耳通的人所具有的听力。大菩萨得天耳通，如观世音菩萨，能听到一切世界的一切声音，所以才可以在循声救苦。

3、**他心通**，能知他人起心动念的能力，大菩萨能知一切众生心中所想。

4、**宿命通**，指能知过去事情的能力，佛的宿命通能知无量劫以前的各种事。

5、**神足通**，上天入地，飞行变化，无所不能，大菩萨可以刹那间到十方任何世界。

6、**漏尽通**，指烦恼已经彻底没有了。小乘的漏尽通只断分段生死的烦恼，大乘的漏尽通连变异生死的烦恼也断了。

### 心法和色法：

在百法里，心法是八大心王和五十一个心所，色法就是五根六尘十一个色法；

在五蕴里，色法就是色蕴——五根、六尘；而六尘，主要是指能由六识分别的内六尘，心法就是受蕴、想蕴、行蕴和识蕴；

在十八界里，心法是意根和六识，色法还是五根六尘。

**能取和所取：**取是摄取、取着之义。能取就是能分别、能执着之义；所取就是被分别、被执着之义。分别，是了知之义；执着是抓住不放之义。能取的是前七识，而所取的，既有色法，也包括心法。

色心二法与能所二取，有一些不同之处：

能取的都是心法，但心法不一定是能取，第八识不分别、不执着，所以不属于能取，能取的只是前七识。不但如此，第八识因为被第七识执为自我，反而成了所取的对象。所以，能取，只是前七识，而所取，是一切法。

一心，就如一只蜗牛，而能取和所取就如蜗牛头上的两只角。这个一心是什么？就是出生一切法的总根源，即第八识，也叫如来藏。能取、所取，相对而存在，有能取，必然有所取；有所取，也必然有能取。

下面继续讲《心经》。

**无无明，亦无无明尽。乃至无老死，亦无老死尽。**这四句是讲，在无余涅槃之中，五蕴、十八界通通已被消灭，唯余第八识独存，烦恼已经没有了，消灭烦恼的十二因缘法也没用了。其实就在五蕴、十八界存在的当下，站在第八识本体的立场上，又何尝不是如此呢？

**十二因缘：**也叫十二有支，这里指小乘缘觉的修行法门，在定中观察从生到死的三世因果。有顺逆两种观法。十二因缘也叫十二有支。即：无明、行、识、名色、六入、触、受、爱、取、有、生、老死。

**三世：**即过去世、现在世、未来世。现在世只有一世，过去、未来则有无量世。前两支讲过去世，中间八支讲现在世，最后两支讲未来世。

**一、无明：**无明就是烦恼，烦恼就是无明。有两种，一种叫一念无明，一种叫无始无明，二者加起来，叫五住地无明烦恼。

**一念无明，**也叫一念无明四住地烦恼，即见一处住地烦恼、欲界住地烦恼、色界住地烦恼、无色界住地烦恼。其中见一处住地烦恼也叫见惑，后三者也叫思惑，所以一念无明四住地烦恼，也叫见思惑。

**见一处住地烦恼：**（也叫见惑）在小乘即指三缚结，在大乘即是五利使。结、使，都是烦恼的异名。

**三缚结**：即我见结、疑见结、戒禁取见结。此三缚结，是证小乘声闻初果须陀洹所必须断除的，或说，断除了三缚结，就证初果。

**我见**：我见、我执是生死轮回的根本原因，而我见是首要原因，因为我见不断，就根本谈不上断我执。所以断我见是修行的头等大事。我见，就是认为有一个自我存在，而事实，是决定无我。认为有我，既然违背事实，就只能是凡夫和外道的虚妄想。具体说有两个方面，一个方面是认为这个身体就是我，另一个方面是认为这个能知能觉的心就是我。其实这两方面是分不开的，所以，有时说身见就是我见。但若分开来说，身见是认为身体是我，我见是认为见闻觉知心是我。身见很容易断，因为人一死，身体就坏了。我见则不易断，因为有人认为，灵魂不灭。

**我见的实质**：一般的人根本不知道有第七识、第八识，只知道有前六识，主要是第六识，称之为心，或者灵魂。好多人认为，身体好比一件衣服，人死了，但精神长存，下一世会有一个新的身体，好比换了一件衣服。问题在于，一般人所说的这个心——意识，祂不能到下一世，死的时候就彻底断灭了，即使活着的时候，也还有四种情况会断，其实每天睡着不做梦的时候，祂就断了。所以我见，基本上就是认为意识或意识的种种变相境界为自我的错误认知。

**如何断我见**：就是观察意识及其变相境界都虚妄不实。怎样进行观察呢？

其一、观其为因缘所生（前面讲过意识产生需要五个条件），有生就有灭，有生有灭就不是常住法，不常住就违背我义；

其二、观察意识的种种境界都依意识而有，意识虚妄，祂们也都不实，故对意识的各种境界都要有所了解。

其三、对四谛、十二因缘，以及五蕴、六入、十二处、十八界，要有很具体的了解，然后在定中，一一仔细观察思维。

其四、特别要弄清楚的是外六尘和内六尘，即外相分和内相分，以及外六入和内六入。

**疑见**：对一切世间法都是缘生缘灭不确定，对无我的真理不清楚，对意识不是自我不明白，对世间的哲人、思想家以及外道所说的道理错在哪里不了解，对佛门内的大师们所说的道理是对还是错，没有能力判断拣择，故人云亦云，随大流，无有正确的决心。

**戒禁取见**：属于“非因计因”，即不知正确的证果原因，妄图修不正确的戒条，取得超生或解脱。比如，有些外道，有一点

小神通，当他们看到有的牛、鱼死后生到天上做了天人，就误以为吃草，或在水里生活就可以生天，于是，与其弟子就受持所谓的牛戒、鱼戒。有些想证初果须陀洹的人，不知证初果必须先断我见，而我见就是认为第六识是常住不灭的无我真真心，于是勤修禅定，企图修到一念不生、了了常知的禅定境界；不知纵然一念不生，因了了常知，仍然是意识心；纵然修到断掉第六识，也只不过在无想定中，不离三界，仍然在生死大梦之中。

**五利使**：相对于五钝使（贪嗔痴慢疑）钝且难断而言，利且易断，故名五利使，即我见、边见、邪见、见取见、戒禁取见。其中，我见、戒禁取见，与三缚结相同，而边见、邪见、见取见三者，其实就是疑见。也就是说，疑见展开来，必然体现在边见、邪见、见取见上。相比较小乘法来说，同样一个法，在大乘法里往往更加深细。五利使或三缚结总结起来，其实就是百法六位心所法中六个根本烦恼的最后一个——恶见。所以，在大乘法中，断三缚结，就是断五利使。

- 1、**我见**（或名身见）：误认为五蕴和合的苦果——身、心，就是真实的自我；
- 2、**边见**：妄认此五蕴身心，或死后常住，或死后断绝，各执一边；
- 3、**邪见**：否认轮回，认为现在之身心不是过去业因所感之果报，拨无因果。
- 4、**见取见**：迷执自己前三种错误见解为正确，不肯舍弃。
- 5、**戒禁取见**：以为使现有身心受持种种邪戒苦行，即是将来的人天果报或解脱之因。

那么，断三缚结，或说断五利使，大小乘有何区别呢？最重要的区别，就是要不要证到根本心——第八识如来藏。小乘法因为只证解脱，不需要证到第八识；大乘法因为要成佛，必须要证到第八识。为什么？因为证解脱只要断一念无明四住地烦恼就行，而成佛还必须断无始无明住地烦恼才行。从另一个角度说，证解脱只要断分段生死就行，而成佛还必须进断变异生死才行；证解脱只要断除分段生死烦恼的现行和种子就行，而成佛还必须尽断烦恼的习气随眠，乃至断除那些极为微细的习气随眠。而所有这些必要的进修，都必须在证得第八识以后，才有可能。所以大乘的见道，断除三缚结或五利使还不够，那只是真见道的准备——加行道，还必须在此基础上证得真心第八识如来藏。

证得大乘真见道的五个基本条件：

- 1、**信心**，必须对成佛之道、对参禅开悟具有足够的信心；
- 2、**知见**，必须熏习有关第八识及其与前七识互动关系的正确知见；

- 3、**定力**，必须在生活、学习、工作的同时，锻炼动中定力；
- 4、**福德**，必须修够感得真善知识的福报，得遇真善知识，有缘随其修学，并在修学过程中，没有太大的逆缘障碍证悟；
- 5、**无慢**，必须对大乘法、对真善知识、对修学正法之团体，无傲慢之心。

**思惑**：也叫修惑，即见道以后，进入修道位是要去除的烦恼。

- 1、**欲界住地烦恼**：欲界有贪、嗔、痴、慢四种，大乘加身见、边见，共六种。
- 2、**色界住地烦恼**：色界有贪、痴、慢三种。大乘加身见、边见，共五种。
- 3、**无色界住地烦恼**：无色界有贪、痴、慢三种。大乘加身见、边见，共五种。

**无始无明**：

什么是无明？无明就是对无我的真理以及法界实相不了解、不知道，没有智慧的光明。

一念无明，就是不了解、不知道小乘的三法印“诸行无常、诸法无我、涅槃寂静”，即一切万法，刹那变化，没有不变的自我；唯有涅槃，永无烦恼。

无始无明，就是不了解、不知道大乘的一实相印，又名诸法实相印，即一切万法，之所以能生生灭灭，是因为有一个一切万法得以产生的总根源不生不灭，那就是第八识。第八识含藏着无量无边的种子——潜在的功能，所以在因缘和合的时候就能出生并住持一切法。众生无始以来，对此懵然无知，故谓之无始无明。但无始无明并不障碍解脱，只障碍成佛。所以说到十二因缘，就有大小乘之区别。

**二、行**：就是身口意三业，或善恶无记三业。由于无明，就不可避免地造作种种业行。众生从无始劫以来，一直就是这样的。活得很盲目、很无奈，全都被无明所推动。无明是造业轮回的原动力，所以断除了无明就能解脱。

**三、识**：对这个识，我们要分开来讲。

1、先说小乘，这个识指六识。上一世种种业行，汇集成一种强大的惯性，死的时候也不甘心死亡，由此出现了中阴身。中阴身的六识延续强大的无明业力，去寻找未来世之父母。一旦投胎，中阴身即灭，六识随之亦灭。引生了一个新的生命，下一世开始了，又有一个全新的六识。



2、再说大乘，这个识指第八识。上一世种种业行所汇集成的强大的惯性保存在哪里？只有一个地方，就是第八识。因为只有第八识有这个功能，即持种的功能。故第八识也叫持种识。只有这个第八识带着种子入住胎中，才会受孕，形成受精卵。当然，第八识入胎，是因为执行了第七识的入胎指令，跟随第七识而入胎的；而第七识的入胎指令，不仅是因为审查了第六识对未来父母的识别，更因为第七识受制于上一世种种业行所汇集成的强大的惯性——业力。

**四、名色：**名，指精神；色，指物质。名色，即身心的和合体，生命最初形成的时候，就指受精卵。受精卵位的心，只有七、八两个识。小乘不说第七识、第八识，说到第七识时，都说意根，所以受精卵位名色之名，就只有意根。在胎中渐渐长成五根，名色之色就具足了。为什么叫名色？因为从入胎到出胎，胎儿经历了一个迅速长成的过程，五蕴或十八界的功能虽然具足了，但并不完善。为区别于出胎以后的五蕴或十八界，所以在胎中，就称其为名色。

**五、六入：**六入就是六根已经有了触尘生识的作用，也就是六尘能够入根、入识，十二处、十八界已经基本具足了。这是胎儿大约四个月左右的时候。由于六根触六尘生六识，名色中之名，这时也具足了。虽然具足了，然还非常稚弱，胎儿常处睡眠之中，然亦有睡醒之时，故开始有胎动现象。

**六、触：**胎中虽已有触，但所触的六尘境界极其有限，所以这里的触，主要指初出胎以及出胎以后六根对六尘的接触，这个触，贯穿出胎到死之前的全过程。当然也包括五遍行心所的触心所。因为七、八两个识恒存，此触心所也恒存，前六识的触心所，则随其识之生灭而生灭。

**触之三义：**

- 1、根触尘之义，六根之触六尘而生六识。
- 2、五遍行心所之触心所，指识触所缘境。
- 3、六尘中之触尘，即冷、热、滑、涩、轻、重。

**七、受：**也主要是指出胎以后的受心所。有苦乐舍三受，或苦乐忧喜舍五受之别。

**八、爱：**所有的众生皆避苦求乐，对乐受的追求，就是贪爱。贪爱觉知心、作主心之自我，贪爱了知六尘万法之境界。

**九、取：**对自己乐受的追求和贪爱，是众生生存的强大动

力，由此而努力执取一切六尘境界，为此不辞千辛万苦，可以付出任何代价，甚至生命。

十、有：有和行，其实是说同一件事，就是指造业。二者的不同之处，在于行支强调过程，而有支强调结果。过程是指造作身口意之善恶业（十二因缘不说无记业，因为无记业不感果），结果是说造业以后，业种就完好地被保存了下来，形成了一种不以个人意志为转移的感果力量，就一定会“万般将不去，唯有业随身；因缘际遇时，果报还自受”，或“善有善报，恶有恶报；不是不报，时候未到；时候一到，一切都报”。

十一、生：由于强大的业力——有，就无可避免地又要投胎，又有了下一生，如此生生死死，死死生生，无有穷尽。唯有两条道路可以彻底了断生死，不再出生。一条就是小乘的解脱道，证得阿罗汉，入无余涅槃；另一条就是成佛之道，证得菩萨八地，现世证得无余涅槃而不入无余涅槃；有意生身，有大神通故，永断分段生死，随缘化现，利益众生，无有穷尽。

十二、老死：有生就有老，有老必有死。众生就这样循环往复，在六道中头出头没，受苦无穷。究其总根源，端在无明。故欲拔其苦根，必先断其我见。我见一断，便可进断我执，长者最多七次人天往返，短者勇猛精进，当生便可证得阿罗汉，永脱分段生死。

惑业苦：惑，也是烦恼的异名。佛说十二因缘，主要显示有情流转生死，并没有主宰、自在、常住的我体，没有外道所说的作者、受者，唯是烦恼、业行、苦果的相依、循环的因缘相续而已。因惑造业，因业受苦。佛在缘起经中说：“依此有故彼有，此生故彼生。所谓无明缘行，行缘识，识缘名色，名色缘六处，六处缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老死，起愁、叹、苦、忧、恼，是名纯大苦蕴集。”

十二因缘（十二有支）有顺观、逆观两种观法。

我们先来看逆观十二因缘：

“生死何从、何缘而有？”即以智慧观察所由：“从生有老死，生是老死缘；生从有起，有是生缘；有从取起，取是有缘；取从爱起，爱是取缘；爱从受起，受是爱缘；受从触起，触是受缘；触从六入起，六入是触缘；六入从名色起，名色是六入缘；名色从识起，识是名色缘；识从行起，行是识缘；行从痴起，痴是行缘；是为缘痴有行，缘行有识，缘识有名色，缘名色有六入，缘六入有触，缘触有受，缘受有爱，缘爱有取，缘取有有，缘有有生，缘生有老病死忧悲苦恼。此苦盛阴，缘生而有，是为苦集。”（注：痴，即无明）

略释：

1、**老死缘生**：既有生死，则知必有一能令有情生死之根由，是故毗婆尸菩萨如是探究：“随于儿时出生之缘故，后来便有老与死；若无出生，则无后来之老与死，是故出生即是老死之因缘。”

2、**生缘有**：出生则是由于前世搜集了许多后有种子而引起的，是故前世所搜集之后有种子即是此世出生之因缘；既无前世所搜集之后有种子，则无此世之出生。

3、**有缘取**：前世之后有种子，则是因为觉知心对六尘法了了分明，即是摄取种种法；若前世之觉知心不时了知及执取种种六尘法认为实，则不至于搜集种种后有种子。是故，取六尘——于六尘境了了分明的了知——即是取受后有种子的因缘；取自己——欲使灵知心自己了了分明的存在不灭——即是取受后有种子之无明因缘。

4、**取缘爱**：取之现象产生的原因，则是由于爱乐了知六尘中之种种法，也爱乐觉知心、作主心之自己，希望自己可以永续恒存，是故生起取六尘、取我之现象与心态；若不爱乐了了分明而知六尘万法之境界，若不爱乐觉知心、作主心之自己，则不会有取；若对六尘及自我无所爱贪之时，则取不生，是故，爱是取之因缘。

5、**爱缘受**：爱乐自己、爱乐六尘之情则是从受而起，由有顺境之受，故生贪着；乃至由于苦受与不苦不乐受之爱乐与贪着，取随之而生。若无受者，则爱乐不生，取亦随之而灭。然而众生愚痴，不知受之虚妄，是故因受而生爱乐，不愿舍弃三受、五受，是故意的受心所有法即是爱之出生因缘。

6、**受缘触**：苦、乐、舍等三受之出生，则是由触而起，因眼识之触美色、耳识之触美声……身识之触细滑柔软，乃至意识之触顺境而生乐受等，莫不由六识之触六尘而生；若无意识之触心所有法，则亦无受；是故，触是受之因缘。

7、**触缘六入**：触之现象出生，则是因于六入而起；若无六尘入于心中与六识相触，则无触之一法，是故六入为触之因缘。若欲灭触者，则当灭除六尘之入，已灭六尘之入，则无六识之触心所存在，触则灭；触灭则受灭，受灭则爱灭，爱灭则取灭，取灭则有灭，有灭则生灭，生灭则老病死忧悲苦恼俱灭，成就二乘涅槃。

8、六入缘名色：六入则是由名与色而生起者，由有眼根摄取色尘，故有色入……由有身根摄取触尘、乃至由有意根摄取法尘，故有六入。由有六入故有六识心之触六尘，如是引生来世的名色，由有六入，是故流转生死。若无六入者，则无触、受、爱等法，则无生老病死忧悲苦恼。色者谓五色根及五尘；名者谓以色身五根为缘，辗转而有意识之受心所一定会产生的受阴（三受或五受）、想阴（一念未生时之了知性）、行阴（觉知心了知过程）、识阴（意根与眼等六识）。若无名与色，则六尘不入于心中；六尘既不入心中，则六入不复存在；故知名与色即是六入出生之因缘。

五蕴也叫五阴，蕴是集聚义，因缘和合而有蕴集；阴是覆盖义，不知蕴集就是生，有生必有灭，不常住，执以为实，因而覆盖小乘所说的无常、苦、空、无我以及大乘所说的真如佛性的真理，使众生迷惑颠倒，轮回生死，不能解脱和成佛。

9、名色缘识：名与色之现起运作，则是依于意根意识而生起；若无意根意识所统领之识别性、了知性、思量作主性，则受、想、行阴悉皆消失不存；则意识等心永远不能现行，则色身便将坏灭，则受想行阴亦将随识阴而坏（植物人之意识并非消灭，唯是不能表示意思而已。是故植物人亦有睡眠及非睡眠时之差别不同；若意识永不能现起，则意根必会舍寿而入中阴阶段，则应无植物人生活于人间受苦）。是故，色身之生起与存在，是以意识意根能现行运作为其所缘；若意识意根不能再行现起，则不能有受想行阴，则必导致舍报而坏名色；是故说意识等六识之觉知与了别等熏习，即是名与色之因缘，故说名色从识起，说识阴是名色之因缘。

10、识缘行：此世意根与意识则以往世之行支为因缘，若无往世之身行、口行、意行等行阴所造作之善恶业而成立行支，以及好乐世法之熏习，则无此世之名与色，则此世六识不至于再出生；此世六识不再出生者，则无后世之名与色，则无六入、触、受等，则无生死轮转。是故，往世造作的一切善恶业行之有支，乃是此世五阴名色生起之因缘，故有此世之六识身。

11、行缘无明：行支生起之因缘，则是无明（即痴）；由无明故，不能令意识意根自愿永远消失，不能令意识意根不执着我所，是故意识意根生起之后便有种种善恶行支之造作；是故意识等心有行支之造作者，乃是由于无明所致。

12、无明者，谓众生不能理解了知意根与意识觉知心之虚妄不实，不能了解六尘万法之虚妄不实，执为实有；为众生不能解知处处作主之意根虚妄不实，以为意根实有不坏；为众生不能解

知想阴虚妄，以为无念而能了知六尘之觉知心真实不虚，不知道了知性、直觉性就是想阴，都是由众缘和合而有者；亦谓众生不能解了三受五受虚妄，不能解了身行、口行、意行之虚妄，以为实有不虚，是故生执；更谓众生对五阴中之十八界法，不能如实解了其虚妄，以为十八界法中之某一法、某二法真实不虚，以为五阴之自己实有不坏。如是种种误认而执著者，皆是无明。

下面再看顺观十二因缘（十二有支）：

1、**无明缘行**：由有如是无明故，缘于如是无明，而有六识心造作种种善、恶等有记业之行支。

2、**行缘识**：缘于行支之善恶业故，便有业种必须转入来世报偿，亦有不愿六识灭失之心行不断，便致中阴阶段之六识觉知心不愿使自己灭失，便致重新受生而有来世之六识心复现。

3、**识缘名色**：由意识等六识希望来世复现之势力而入胎故，便有恒审思量之意根，促使来世之名与色从如来藏识中再度出生；色身之五色根具足时，来世之意识等六心便又出生现行运作，具足了名与色，便有六识之心行，便有六识心之想阴——觉知性——现前，便有识阴出现，是名缘识有名色。

4、**名色缘六入**：由有七识心的名与五色根的色，则色入、声入……乃至法入便又出现，故说缘于名色故而有六入。

5、**六入缘触**：由有六入故，则有触；六入是触之因缘故。

6、**触缘受**：由有触故则有受，苦乐舍受随即出生。

7、**受缘爱**：由有受故，便有爱贪。

8、**爱缘取**：由有爱贪故，便有取，便时时而欲了别万法，不欲处于无所了别之境界中，是名取支。

9、**取缘有**：缘于取支故，便产生后有之种子，死后再因后有之种子而入胎之势力便增长焉。

10、**有缘生**：缘于后有种子势力故，则复受生入胎，则有生。

11、**生缘老死**：缘于生故，则有老病死忧悲苦恼等。

12、如是谓为苦盛阴缘于生而有。如是受生之因缘，即是苦集谛之正义，此即是顺观十二因缘观也。

如上所说因缘观，纯依二乘解脱道而说，非依大乘解脱道而说十二因缘之正观——不是依十因缘本识的内容而作十二因缘观——非依成佛前所修一切种智而观。

天：共有二十八重，其中欲界六重，色界十八重，无色界四重。

一、欲界天（共六重）：  
四天王天、忉利天、夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天。

二、色界天（共十八重）：  
1、初禅天：梵众天、梵辅天、大梵天。  
2、二禅天：少光天、无量光天、光音天。  
3、三禅天：少净天、无量净天、遍净天。  
4、四禅天：无云天、福生天、广果天、无想天（无想天在四禅中是一个错误的岔道，误认为灭了意识就能证无余涅槃）、（下面五重也叫五净居天，是已经证了果的圣人所居住的地方）无烦天、无热天、善见天、善现天、色究竟天（释迦牟尼佛在人间示现涅槃后，仍在此色界的最高顶——色究竟天，以圆满报身为地上菩萨讲一切种智的成佛之道）。

三、无色界天（共四重）：空无边处天、识无边处天、无所有处天、非想非非想处天。

**大乘成佛之道的修行次第**：共五十二个，可以分成七个大层次。即十信、十住、十行、十回向、十地、等觉、妙觉。为好记，说“信住行向地等妙”。

**大乘五位**：此五十二个次第又可以建立为五个阶段，经三大阿僧祇劫：

**第一大阿僧祇劫**：

一、资粮位：从初信，到第五住。其中从初住到第五住，外门分别修前五度，即初住重点修布施，二住重点修持戒，三住重点修忍辱，四住重点修精进，五住重点修禅定，累积见道资粮。

二、加行位：第六住。重点外门修般若。见道前有加修四个法，叫四加行，即暖、顶、忍、世第一。

为什么叫外门？因为还没有真正进入大乘之门。什么时候算是入了大乘之门？从第七住真见道位以后。六度（即六波罗

蜜)是大乘菩萨修成佛之道的主法，但修六度有不同的阶段和不同的层次。从初信位开始到第六住，都是外门修六度，而从第七住开始到第十回向，都是内门修六度。从初地开始到十地，仍然是修六度，只不过更深更广罢了，所以六度增广为十度，即第六般若度，又开为五度：六地重点修般若波罗蜜多，七地重点修方便波罗蜜多，八地重点修愿波罗蜜多，九地重点修力波罗蜜多，十地重点修智波罗蜜多。

所以十度就是：布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若、方便、愿、力、智。

三、见道位：见道即开悟，因为见到了众生修行成佛的道路。从第七住，到初地的入地心（每一地又分入地心、住地心、满地心三个阶段）。又分真见道与相见道两种。

1、真见道：第七住。开始真正见到了成佛的道路。开始下品转识成智。

2、相见道：从第八住到初地的入地心。熏习百法名门，圆满下品转识成智。悟后起修，渐伏分段生死烦恼的现行，到了初地的入地心，则可伏烦恼如阿罗汉，就是说，不会再起分段生死烦恼的现行了，但分段生死烦恼的种子要到七地满心时才彻底断除。

**第二大阿僧祇劫：**

四、修道位：从初地的住地心，一直到等觉。此位又分两大阶段。

1、从初地的住地心，到第七地的满地心。断除了分段生死的现行及种子。圆满中品转识成智。

**第三大阿僧祇劫：**

2、从八地的入地心，到等觉。断除变异生死的现行及种子。圆满上品转识成智。

五、究竟位：妙觉。示现受生人间，断尽五住地无明一切烦恼，二死永亡，成就四种涅槃，四智圆明，成究竟佛。

**五住地无明烦恼：**即见一处住地烦恼、欲界住地烦恼、色界住地烦恼、无色界住地烦恼（以上四种统称一念无明住地烦恼）、无始无明住地烦恼。

**二死：**即分段生死、变异生死。

**转识成智：**即转八识成四智。

整个修行的过程即是转识成智的过程。但在成佛之前，全部都只是转六、七两个识，而且要依靠第六识来帮助转第七识，故说，六七因中转，五八果上圆。所以修行，主要是修第六识，主

要靠第六识来修。那些要灭除第六识、或使第六识长期处于一念不生状态的说法和做法，是错误的。

- 1、转前五识为成所作智。此成佛时最后转，六七八识转后方转。
- 2、转第六识为妙观察智。真见道时开始下品转，不见道则不可能转。
- 3、转第七识为平等性智。真见道时开始和意识同时下品转，不见道也不可能转。
- 4、转第八识为大圆镜智。此成佛时先转。

### 止观：

止观是贯穿全部修行过程的一个很具体的方法。虽然方法是一个，但具体修的时候，其内涵就有所区别。修定的止观和修慧的止观有所不同，大乘和小乘也有所不同。正确的修法是止观双运、定慧等持。

一、修定的止观：止，停止第六识的散动；观：集中第六识，专注于所修法门中应该观想的目标。由此我们发现，修止，实际是要用观的方法才能达到止的目的；而只有停止了第六识的散动，才能更好地进行有效的观想，所以叫止观双运。

人有两个大毛病，一是散乱，二是昏沉，而止观，正是对治这两大毛病的法宝。散乱，就是不由自主的胡思乱想；昏沉，就是发困，想睡觉，不能清醒地思维。

修止观，先要发一个决心，每天定时定课，不可更改；然后选定一个法门，一门深入，也不可更改。法门一旦确定，就要了解此法门的具体内容、次第，顺序而修，不要跳越。

### 二、修慧的止观：

（一）先说小乘。小乘的主要方法有四念住（也叫四念处）观和十二因缘观，都是针对世间法来进行观察的，以此止息对身心世间的贪恋和执着。

- 1、身念住：观身不净。
- 2、受念住：观受是苦。
- 3、心念住：观心无常。
- 4、法念住：观法无我。

（二）再说大乘。大乘的主要方法有五位百法。对三科法要（五蕴、十二处、十八界）及十二因缘的观察，更加深细。不仅针对世间法来观察，更重要的是针对产生世间万法的总根源——第八识如来藏进行观察。观察祂的体、性、用、相，及其与前七识的互动关系，如何与前七识和合而辗转出生世间万法。



### 第八识的体、性、用、相：

(一) 体：绝言离相，湛寂常恒，灵明觉照，万物之宗。

(二) 性：也叫体性，即这个本体的中道特性，《心经》中所谓“不生不灭、不垢不净、不增不减”。但这只是祂的总体性、根本体性。若论细微，则有无量。

(三) 用：总用即能生万法，能持万法。别用无量，如持种、持身，了根身、器界、种子、七识心行等等，

(四) 相：有三相，即自相、果相、因相。

1、自相：即阿赖耶识，有能藏、所藏、执藏三义。能藏即能含藏诸法的种子；所藏即种子；执藏即恒被第七识执为自内我。

2、果相：即异熟识，能引生异时、异地、变异之异熟果故。

3、因相：即种子识，执持一切种子不失、不坏、不变。

第八识的四种了知：这四种了知，恰恰是前七识所不能了知的，而且对生命极其重要，须臾不可离。这是生命最深层的秘密，唯佛与佛乃能穷尽。

一、了根身，刹那了知身体的一切粗细变化，并实时作出相应的反应。

二、了器界，刹那了知生存环境的粗细变化，并实时作出相应的反应。

三、了种子，了知所有种子的全部功能差别，并实时流注相应的种子。

四、了七识心行，了知前七识的任何起心动念，实时流注相应的种子。

大脑是什么？是五胜义根的集合体。

下面继续讲《心经》。

无苦集灭道：就是说，站在第八识本体的角度来说，也谈不上声闻所修的四谛法。为什么？生命本来就是一个整体，从来就没有生，也没有死，说什么解脱与不解脱呢？只因为众生不懂这个道理，不得不说一个方便法门，令其知苦、断集、慕灭、修道，破除烦恼，得证解脱。

四谛：谛，是真理。四谛即四种真理，显示世间、出世间的二重因果，全称叫苦谛、苦集谛、苦灭谛、苦灭道谛，是声闻修行的核心法门。大乘也有四谛法，其内涵和修法又有所不同。大乘法包含全部的小乘法，每一个法的内涵与具体修法更加深广。

(一) 苦谛：苦是果，是众生所受的果报，也是现实生活中最容易观察的。苦，有三苦、八苦等分类的不同。前面我们已说过三苦，即苦苦、坏苦、行苦。这里说八苦，即生苦、老苦、病苦、死苦、怨憎会苦、爱别离苦、求不得苦、五阴炽盛苦。观苦

谛，修四行相：无常、苦、空、无我。

八苦：

1、**生苦**：住胎中处于生藏下，熟藏上，狭窄如牢笼，无奈如囚犯；出胎时，如两山挤压，几乎窒息；出胎后，风吹如针刺，触处如刀割。生苦是余七苦之所依，有生才有余苦故。

2、**老苦**：生下来就一直走向死亡，没有停止过，这个过程就是老。渐渐色相、气力、根用皆损减，鸡皮鹤发，眼花耳聋，弯腰驼背，令身心受苦。

3、**病苦**：四大不调，众病发生。地大不调，僵硬沉重；水大不调，虚浮肿胀；火大不调，蒸热高烧；风大不调，疼痛颤抖。除此之外，还有种种天灾人祸造成的疾病，令病人生不如死。

4、**死苦**：色身变坏，或外缘逼迫，牵肠挂肚，不欲离去，又不得不去；前路茫茫，不知去处，惊慌恐惧，四顾无人。四大分离，如风刀解体，似生龟脱壳，极难忍受，又不得不受。

5、**怨憎会苦**：不是冤家不聚头，有怨的常在一个屋檐下，有恨的偏偏不能远离，本来看似好事，到头来却是一场骗局。任你对他千般好，也买不回那副铁心肠，结果爱变为恨，因恨结仇，来世又聚在一起，名为怨憎会。

6、**爱别离苦**：相爱终有别，越是相爱，离别时越苦。永别固苦，思念更苦。爱又爱不成，恨又恨不得，拿不起来放不下，远也不是，近也不是，爱中千种辛苦，万般无奈，究竟为什么？

7、**求不得苦**：不如意事常八九，遂人愿者唯一二。人心不足蛇吞象，欲壑难填无底洞。人无百年寿，常怀万年忧。到头来，成功又如何？永远不满足，永远是穷汉。

8、**五蕴炽盛苦**：色蕴炽盛，即色身强壮，必然雄心勃发，自讨苦吃；受蕴炽盛，即情感热烈，必然常受感情的煎熬；想蕴炽盛，必然妄想纷飞，在幻境中游弋，精神恍惚；行蕴炽盛，必然争强好胜，死拚活打，早早耗尽精力，苟延残喘；识蕴炽盛，必然才华横溢，不知收敛，遭人嫉恨，多有不测。其实五蕴刹那潜流变坏，实为大苦聚。

（二）**苦集谛**：集是招集义，即指感招集起苦果的原因，包括一切烦恼的种子及其现行。但佛在经中，随最胜义，说爱为集谛。因为爱是流转生死最胜的染污法。爱，就是对三界的贪，由

贪所系故，不厌离三界；由不厌离故，广行不善，由此不善业，能招未来之苦果，与苦相应故，因果不爽故。观集谛，修四行相：因、集、生、缘。

（三）苦灭谛：灭是灭尽义，即择灭无为，由无漏智慧的拣择力，灭尽惑、业、苦三种雜染法，证得净妙安稳的寂灭果。灭谛体性就是断尽烦恼，绝诸戏论，入于涅槃。小乘入于有余涅槃或无余涅槃，大乘虽得证有余涅槃或无余涅槃，而不入无余涅槃，继续进修成佛，究竟证得无住处涅槃。观灭谛，修四行相：灭、静、妙、离。

（四）苦灭道谛：道是能通义，即指得证灭果的因。道，为涅槃路；由道，能够通往涅槃城故。有正道、助道。正道，在小乘，广义即全部解脱道，狭义指八正道（正见、正念、正思维、正语、正业、正命、正精进、正定）；在大乘，广义即全部成佛之道，通于五位（资粮位、加行位、见道位、修道位、究竟位），狭义指六度（布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若）、四摄（布施、爱语、利行、同事）。助道，即四加行（暖、顶、忍、世第一）。观道谛，修四行相：道、如、行、出。

四加行，也叫四善根：

佛法中之加行者，谓“伏、除”二取，证得暖法、顶法、忍法、世第一法。此四法，总名“顺抉择分”。这是一切种智中所立见道位之前，为求大乘见道而建立之法，于唯识五位中，名为加行位所证之四种法。这四种法，是大乘行者，于外门修学六波罗蜜多、广修六波罗蜜多，广修六度万行满足者，为进修见道智慧乃至初地道种智，为证解脱果而不取涅槃，进修佛果所修的四种加行之法。

四加行依四寻思、四如实智之观行而立。四寻思，即行者寻思“名、名义、名义自性、名义自性差别”四法，皆假有实无。

1、暖法：初得圣道火的前相，犹如钻木取火，暖气是火的前相，能具足观修苦集灭道十六行相。若得暖法，虽有退断善根、造无间业、堕恶趣等，而无久流转，必至涅槃。

现观：“若离能取之识——意识及前五识——则无名、名义、名义自性、名义自性差别之四法；而此四法所依之能取识亦非真实有”。如此现前观察，发起“明得定”而发“下寻思”，现观所取空，建立此位寻思之果为“暖位”。

2、**顶法**：修习暖法，其观智由下品转成中品，中品转成上品，到最极成满时，有殊胜善根升起，名为顶法。若得顶法，虽有退等，而增毕竟不退善根，定位不起邪见。

再作寻思而发起“上寻思”，现观“名、名义、名义自性、名义自性差别”诸法都是六识所变，所以一切所取诸法（六尘万法）皆是假名施設，绝非实有；若无前六识，则无万法现前而可亲触。如此现观，乃依“上寻思”而现观“所取一切法空”，即此现观立为“顶”位，此是世间之“顶”法故。

3、**忍法**：修习顶法，其观智由下品转成中品，中品转成上品，到最极成满时，有殊胜善根升起，名为忍法。若得忍法，虽命终舍，住异生位，而增无退，不造无间，不堕恶趣。

依顶位之智，于“一切法皆无所取”已能印定；复依“下如实智”而观察能取非实——了知“能取”万法之觉知心（意识）非实、心顺乐之而能安忍。如是印前“所取非有”，顺乐后观之“能取不实”，说名证得“印顺忍”，是名“忍”法，“下如实智”具足。

4、**世第一法**：从上品忍，无间引生最殊胜的善根，名世第一法。此位善根仍是有漏，故名世间；但在世间善法中，已至极顶，引圣道生，最极殊胜，故名第一。若得世第一法，虽住异生位，必定能够趣入见道。

证印顺忍后，印定“所取空”、顺乐“能取空”，复作观行而发起“上如实智”；依上如实智而不退没，如是心心无间——不曾起心怀疑自己现前观察所证之“能取、所取俱空”——双印能取、所取俱空。从此以后，心心无间，不久后必入见道位——证得第八识如来藏而发起般若慧——或入第七住位、或入十行、十回向位，乃至入初地等。以此“双印能取、所取空”，将来必入大乘见道故，说此位乃是世间第一无上之法，故名「世第一法」。

#### 苦集灭道十六行相：

1、**苦谛四相**：一无常、二苦、三空、四无我。待众缘故无常，逼迫性故苦，违我所见故空，违我见故无我。

2、**集谛四相**：一因、二集、三生、四缘。如种理故因（如种子能生芽的道理，所以种子叫作芽的因），等现理故集（由因与果的力量相等，因能现果，所以，因就叫集），相续理故生（只有这些因种不断现行，也才能使果相续出生），成办理故缘（

必须由这些种子作为重要的缘，才能令果成办)。

3、**灭谛四相**：一灭、二静、三妙、四离。诸蕴尽故灭，三火（贪嗔痴如火烧灼众生）息故静，无众患故妙，脱众灾故离。

4、**道谛四相**：一道、二如、三行、四出。通行义故道，其正理故如，正趣向故行，能永超故出。

### 八正道：

（一）**正见**：也叫正知见，即由正确的了知而获得的正确的见解，相当于人们所说的正确的人生观和世界观。但即使是世间法里正确的人生观和世界观，在佛法看来，也大有问题。为什么？因为不合法印。在佛法里，知见与修为是否正确，有“法印”来鉴别。小乘有三法印，即诸行无常、诸法无我、涅槃寂静；大乘有一实相印。合大小乘之法印，则称之为**四法印**。小乘正见的核心是无我，大乘正见的核心是一切众生皆有真如佛性，皆能成佛。

### 三法印：

1、**诸行无常**：行是造作迁流义。一切有为诸法皆与生、异、灭三相相应，无时不在迁流变动，所以谓之为行。常是恒时固实不变义，而在有为法上没有这种恒实义，所以无常。因此一切有为法的存在，当体就是因缘和合而有的生灭法，无论是物质的色法，还是精神的心法，都只是刹那迁流相续的幻相而已，终归幻灭，所以说诸行无常，是为第一法印。

2、**诸法无我**：所谓我，当有实存、主宰、自在三义。然而一切有为法，都是缘生缘灭，并没有一个长存不变的自我，无主宰，不自在，根本找不到符合此三义的实体。所以若不能证知无我，烦恼绝不能断，生死绝不能了。因此佛以亲证诸法无我的真实相，印定我体没有，而说诸法无我，使众生悟得我空，引生无我的智慧，破除生死的根本，是为第二法印。

3、**涅槃寂静**：涅槃的种类很多，含义很广，这里指由智慧的拣择力而证得的择灭无为，即无余涅槃。无余涅槃是已灭除一切烦恼痛苦，无为清凉，安然自在，体相寂静，永久安稳，净妙无扰的境界。唯有涅槃才是真正究竟寂静无扰的境界，是为第三法印。

**一实相印**：又名诸法实相印。实相就是一切事物的真相，一实相，就是这个实相只有一个，是唯一的，其余的都不是。印，即印契。一切大乘经典，一切讲经说法，皆以此唯一实相印来印证其是否为佛说，是否正确。外道不能杂，天魔不能破。符合此

印者，即是佛说；不符合此印者，则是魔说。一实相印，即诸法圆满真实的理体，离言诠、绝对待，平等一味，无二无别，远离一切虚妄之相。佛以一实相为依，随顺众生的根器，横说竖说、浅说深说、广说略说，演出无量的教法，最终都为了引导众生悟入实相。

**实相：**所有的法中，只有一个法是本有的，不生不灭的，那就是第八识，只有祂是实相。此实相有众多名字，如禅、空、空性、真空、妙有、无我、一乘、中道、真如、佛性、菩提、涅槃、本体、法身、法界、法性、如来、天真佛、如来藏、种子识、持种识、异熟识、无垢识、圆成实、胜义谛、阿赖耶识等等。依于此实相而言，一切由此实相而生而灭之法，在本质上，其实也是不生不灭的。

### 三法印与一实相印的关系：

一般来说，都认为三法印是小乘的所观理，实际上，三法印是大小乘的共修法门。因为声闻、缘觉、菩萨，都必须观修诸行无常、诸法无我、涅槃寂静，才能发起解脱生死的出离心，进而发起救度一切众生的菩提心，以期证得圆满的无上大涅槃而成佛。究实而论，大乘的一实相印，正是小乘三法印之究竟所依，三法印无非是一实相印之分别运用而已。故三印与一印，并不相违。有为法无常，念念生灭，皆属因缘暂时和合现起的假相，无有自在；无有自在故无我；无常无我故，心无所著，涅槃寂静；涅槃无相，无相即是实相，实相无相无不相。

**（二）正思维：**即如理作意，如法思维。正思维建立在听闻正法上，以正见、正念为基础。否则，以自己的妄想去揣测如来正法，所得之结论，往往恰恰与佛所说之真实义相反。所以只有正思维才能远离颠倒梦想。

**（三）正语：**有了前三者，说出来的话才会正确。正语远离妄语、两舌、恶口、绮语。妄语是不如实语，如实语是符合四法印的话；两舌是挑拨离间语；恶口是粗暴语；绮语是不庄重语。

**（四）正业：**业是造作，有身口意三方面。以上正见、正念、正思维属于正确的意业，而正语属于正确的口业，那么，这里的正业，就指正确的身业，即正确的所作所为。最起码的有三条，即不杀生、不偷盗、不邪淫。而最主要的就是修行正法。

**（五）正命：**正命指维持生命的正当职业。最起码的是不做违反五戒的职业，尽量远离与杀生、偷盗、邪淫、妄语、饮酒有关的行业。如不要制作、贩卖杀人武器，杀生器具；不要造酒、卖酒、贩毒等等。在佛法中，特别强调不可以看相、看星座、算

卦、占卜吉凶，因为很容易犯妄语或干预他人因果的过失。说错了是妄语，没说错就一定干预因果。（但怎么能保证不错呢？佛在世的时候，有一老人想出家，那些大阿罗汉观察他在八万大劫内都没有善根，都不收他。但佛收了，因为佛观察他在八万大劫以前，有一次遇到了一只老虎，情急之中一面上树，一面喊过一声“南无佛”。连有大神通的大阿罗汉们都错了。我们有什么本事呢？）

（六）正精进：前六条都正确的话，就应该勇猛精进去修行正法，把祂落实在生活、学习、工作之中。什么叫精进？精，是不杂，要排除闲杂事，一门深入；进，是不退，不犹疑、不彷徨，勇往直前。精进的反面是懈怠、放逸。

（七）正念：由于精进修行，1、不失正确的念头，起心动念不偏邪。正念来自正知见，正知见则来自听闻正法，听闻正法则要跟随真善知识。2、念心所的功能，对所学正法铭记不忘，清晰明了。

（八）正定：有以上七项为前提，才有可能修定而得定。正定不只是禅定的意思，更重要的是把身心定在修习正法上，佛法中的禅定，都是为了辅助智慧的，因为单纯的禅定功夫，只是世间法，不能帮助众生解脱、成佛。小乘的正定，定在三法印上；大乘的正定，定在一实相印上。这才是正定的真义。

六度：就是六种波罗蜜多，如布施波罗蜜多乃至般若波罗蜜多。

1、布施：对治贪心，培养福报。有财施、法施、无畏施三种。财施就是用自己的钱财来供养三宝，做慈善事业，或帮助他人；法施就是讲经说法或接引、帮助他人学佛；无畏施就是使他人能够无所畏惧地修学和弘扬正法。

2、持戒：对治毁犯，慎护根门。有五戒、六戒、八戒、沙弥十戒、比丘戒、比丘尼戒、在家菩萨戒、出家菩萨戒等，可总摄为三大类，即摄律仪戒、摄善法戒、饶益有情戒。摄律仪戒就是诸恶莫作，对自己、对众生、对佛法有损害的事都不做；摄善法戒就是对自己、对众生、对佛法有增益的事都要做；饶益有情戒就是修行正法、护持正法、弘扬正法，从根本上利益众生。

3、忍辱：对治嗔恨，培养慈悲。有生忍、法忍、无生法忍三种。生忍就是能够忍于无我、无人、无众生、无寿者的真理，因此与人无诤，安然随顺；法忍就是忍于诸法无生无灭的真理，与正法无诤，安然随顺；无生法忍就是确实证得诸法本自无生无灭的甚深真理，与佛无诤，安然随顺。

4、**精进**：对治懈怠，培养勇猛。有断精进、修精进、求化精进三种。断精进就是在断除分段生死方面不杂不退；修精进就是在修学一切种智，进断变异生死方面不杂不退；求化精进就是在上求佛道、下化众生方面不杂不退。

5、**禅定**：对治散乱，培养定力。有功夫成片、事一心不乱、理一心不乱三种。功夫成片就是一门深入，不杂用心，在任何时间地点，做任何事情中，都能不离本修法门；事一心不乱就是把任何事情都变成了本修法门，生活和修行已经融为一体；理一心不乱就是生活修行已经都和佛法的正理融为一体，一言一行、一举一动已经都成了佛法正理的自然流露。

6、**般若**：对治愚痴，培养智慧。有生空智、法空智、一切智智三种。生空智就是解脱的智慧；法空智就是成佛的智慧；一切智智就是佛的究竟圆满的智慧。或者说，一切智就是下品的妙观察智和平等性智；法空智就是中品的妙观察智和平等性智；一切智智就是上品的妙观察智、平等性智以及大圆镜智和成所作智。

**四摄**：是菩萨摄化众生时所用的四种善巧方便。六度法，自利与利他兼顾；四摄法，则纯属利他。

1、**布施**：对钱财心重的人用财施，对求知心重的人用法施，使众生愿意亲近，随缘度化，为其种善根，为其作表率。

2、**爱语**：以温和慈爱的语言令有缘众生欢喜心，使众生愿意亲近，随缘度化，为其种善根，为其作表率。

3、**利行**：以纯粹利他的行为如修路架桥、解危救难，乃至不惜丧财失命，使众生愿意亲近，随缘度化，为其种善根，为其作表率。

4、**同事**：与上至国王、下至乞丐的各种人，平等相处，共同做事，使众生愿意亲近，随缘度化，为其种善根，为其作表率。

《心经》的下一句

**无智亦无得**：就是说，站在第八识本体的角度来说，也谈不上菩萨所修的智、得之法。智，就是指菩萨所修的六般若波罗蜜、转八识成四智等法。得，就是要成佛，得阿耨多罗三藐三菩提。我们的真心，本来具足圆满一切功德，所以，即使是我们通过修行得来的任何福德、智慧，其实还是我们心中本来就有的，因此我们既不会有任何损失，也不会有任何所得。

生命是宇宙中的奇迹；一切众生皆有真如佛性，皆本来不生不灭，是奇迹中之奇迹；而一切众生皆可成佛，皆必成佛，无量



众生已经成佛，则是最大的奇迹；学佛就是学习如何成佛，就是学习做佛，我们正在学佛，我们也能成佛，我们一定成佛，这是我们正在进行的人生最伟大的事业，当全力以赴。

**以无所得故，菩提萨埵，以般若波罗蜜多故，心无挂碍：**因为其实并没有什么真正的所得，所以菩萨以般若波罗蜜多的智慧来如实观照，心里就没有任何挂碍。我们有些人活得太累，就是因为有太多的挂碍；有些人修行很长时间并没有什么大的转变，也是因为太多的事放不下。菩萨修行有成，就是因为菩萨无牵无挂，能够轻装前进。

为什么菩萨心无挂碍？因为菩萨经由证得这个常住不坏的真实心，所以能够现证解脱果与佛菩提。当菩萨证得解脱果的时候，他就不怕生死轮回了，因为他已经知道解脱生死的道理了，而且已经亲证了。

当他证得佛菩提的时候，他就不怕堕入断见、常见，不怕堕入断灭边，也不怕像常见外道那样轮回；因为这个缘故，他也不害怕胎昧，所以他敢在未离胎昧的阶段就发愿再来人间受生，再来自利利他，住持佛的正法。

**无挂碍故，无有恐怖：**挂碍较轻，恐怖较重；挂碍是因的积累，恐怖则是果的现前。怎样才能没有恐怖？就要没有挂碍。怎样才能没有挂碍？就要照见五蕴本空，无我无人，无智无得，真如佛性，圆满具足。

**远离颠倒梦想：**这一句是在说果。因还是观自在、行深般若波罗蜜多。但也是在说因，菩萨之所以能够无挂碍、无恐怖，就是因为远离了颠倒梦想的缘故。颠倒梦想，就是不如理作意，即不能依照佛说的真实道理来进行思维观察。颠倒共有八种，有凡夫、外道的四种颠倒和声闻、缘觉的四种颠倒，合称八倒。佛位的究竟涅槃有四种功德，叫常、乐、我、净。凡外、小乘与此不相应，故有颠倒。

已经证悟的菩萨，由于对未来将要经历的所有境界，都已经有所了知了，知道在死亡后，也确实将依照自己所证知的过程进行，确知到了那时绝不会有错谬，而那时也真的如其所证地进行了，这样的菩萨就真正远离了颠倒梦想。由于远离了颠倒梦想，所以菩萨无有挂碍、无有恐怖，可以继续进修而实证佛地的究竟涅槃。

**八倒：**

**一、凡夫、外道的四种颠倒：**

世间法都是有为法，世间的有为法都是生死轮回之法，无

常、无乐、无我、无净。凡夫、外道不知真实，误认其为常、乐、我、净。

1、无常计常：世间之法本来没有永恒的存在，皆是因缘所成，刹那变异，最终坏灭。但凡夫、外道不知，以为可以长保，总想拼命地抓住。

2、无乐计乐：世间之乐本来没有长久的快乐，一切乐受，众缘所成，刹那变迁，最终是苦。但凡夫、外道不知，以苦为乐，总想拼命地抓住。

3、无我计我：五蕴身心本来没有永恒的自我，唯是因缘暂和所生之假相，虚伪脆弱，丝毫不能做主，恒为命运摆布。但凡夫、外道不知，处处以自我为中心，总想拼命地抓住。

4、无净计净：五蕴身心由烦恼而有，必与烦恼相应，烦恼就是染污，就是不净。当凡夫作了很多好事、外道修得了一念不生的功夫时，就自以为身心清净了，不知离真正的清净还有十万八千里，仍在颠倒之中。

#### 声闻、缘觉的四种颠倒：

佛位的究竟涅槃有四种功德，叫常、乐、我、净，小乘的修行人不知真实，不能证得，而误认为一切法皆无常、无乐、无我、无净。

1、常计无常：佛已证得究竟涅槃，即无住处涅槃，既不住生死轮回，也不住无余涅槃，已获最极殊胜的解脱色，其圆满报身、千百亿化身恒存世间、永利众生。二乘不知，认为一切色心之法悉皆无常，是为第一颠倒。

2、乐计无乐：佛已证得十力、四无畏、十八不共法，四智圆明，究竟断除一切粗细烦恼，已获最极殊胜的究竟大乐。二乘不知，认为一切色心之法纯苦无乐，是为第二颠倒。

3、我计无我：我者，恒存不灭之义。佛地的第八识，不仅与五遍行心所法相应，而且与五别境心所法以及十一个善心所相应；佛地的八个识不但可以和合运作，而且可以单独运作，永无暂断之时，当可称为真我。二乘不知，认为一切色心之法决定无我，是为第三颠倒。

4、净计无净：佛地第八识，究竟灭除全部粗细烦恼种子，唯与五遍行、五别境、善十一之二十一个心所法相应，最极纯净不染。二乘不知，认为一切色心之法，唯是妄心所生之染污法，是

为第四颠倒。

继续《心经》

**究竟涅槃**：修行的过程，也是远离这八种颠倒梦想的过程。若真能远离了这八种颠倒梦想，就能证得佛地的无住处涅槃，即究竟涅槃。

**无住处涅槃**：为什么叫无住处？因为既不住于凡夫、外道的分段生死之中，也不住于声闻、缘觉、菩萨的变异生死之中，二死永亡。佛在人间舍寿后，报身常住色究竟天利乐十方地上菩萨，并以诸化身利乐有情，永无尽期。

**涅槃**：第八识的异名之一，有多种分类，其四种涅槃为：

1、**本来自性清净涅槃**，即众生位第八识的清净本体，也叫如来藏。

2、**有余依涅槃**，已灭分段生死的现行与种子，尚余业报所依身体之涅槃。

3、**无余依涅槃**，已灭分段生死的现行与种子，并舍业报所依身体之涅槃。即前七识被灭除，唯余第八识独存，是第八识独存的境界。

4、**无住处涅槃**，也叫究竟涅槃，佛位第八识的境界。已灭分段生死以及变异生死的一切现行及种子，已无业报所依之身体，而具圆满报身和千百亿化身，既不住于凡夫、外道的生死轮回，也不住于声闻、缘觉的无余涅槃，一无所住，随缘现相，永利群生，无有尽时。

**三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提：**

过去、现在、未来诸佛，也都是依照这个般若波罗蜜多（智慧到彼岸）的方法，成就无上正等正觉的。这意思就是说，只有圆满具足了一切种智，才能算是成佛了。可是一切种智的修证，要有别相智做进修的基础；而般若别相智的修证，却要有般若总相智作基础；般若总相智的修证，必须要参禅开悟，找到真心第八识；只有找到第八识，能时时真实地体验祂，般若的总相智才会出现。

三世诸佛当然在菩萨地时，就是照着这样的理路而次第进修上来的。般若到彼岸的佛道，若离开了如来藏，就没有般若可宣说、可修证了，因为般若智慧的理体就是如来藏，般若诸经的所有文句，就是在宣说如来藏的体性，就是表显法界万法的实相。因此，开悟见道找到并确认第八识，当是大乘学人的第一目标。

**三世**：指过去世（有无量世）、现在世（唯此一世）、未来世（亦无量世）。

**三世诸佛：**指过去佛、现在佛、未来佛。所以包括我们自己在内，每一位众生都是未来佛，故三世诸佛，其实已涵盖一切众生，所以说，一切众生都是佛，一切众生必成佛。

**故知般若波罗蜜多，是大神咒，是大明咒、是无上咒、是无等等咒：**

由此可知，智慧到彼岸，是非常神奇的总持，是有大智慧的总持，是最高妙的总持，是无与伦比的总持。

**咒：**也叫总持，总一切法，持一切义，是古印度人记忆大量经文的一种方法，即多级凝缩。先把很长的经文分章分段，比如，某经共有六章，每章有二十八段。每段用一首偈语代表，再把这首偈语凝缩为一个字；然后，每七个字联成一句话，二十八段就联成四句七言偈；最后，再把每个七言偈凝缩成一个字，这样，整篇经文，只要六个字就可以总持了。只要记住这六个字，再逐级展开，就可以背诵出全部经文了。

《心经》是六百卷大般若经的高度凝缩，所以说它是咒。

**能除一切苦，真实不虚：**

能除一切苦，与前面的经文“度一切苦厄”同义，前后呼应。

真实不虚，强调佛不打妄语，佛自己修行成佛，就是这样一步步走过来的，这个《心经》以及整部大般若经，都是佛实践经验的总结。

当你证悟了真心第八识，有能力转依如来藏的时候，你还有苦吗？你有一个不堕于众生我的“真我”从来不受任何苦，所以无妨继续有个“假我”的五蕴十八界好像在受苦。这个正在受苦的假我，及其所受的苦，都是无常的、刹那生灭变迁的，所以根本就没有什么真实的苦，能做这样彻底正观的时候，不但现行的苦除掉了，也除掉了今世继续造作的未来世的苦因，这就是般若波罗蜜多能除一切苦的原因。

**故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰：**

因此说这个智慧到彼岸的咒，再把祂凝缩，就可以成为更短的咒。

**揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃：**

佛经在翻译的时候，为了避免某些弊病，有五种不翻，其中之一，就是咒语，只翻音，不翻义。

（《心经》略讲完）

**其它佛教常识：**

三宝：佛、法、僧。

三藏：经、律、论。

三学：闻、思、修。

- 1、闻：听闻正法，好比吃饭。
- 2、思：正确思维，好比消化。
- 3、修：落实到身、口、意上。

关于《金刚经》：

金刚经在说什么？为什么叫金刚经？

金刚经属于二转法轮时般若系列的经典，旨在说真心如来藏的总相智和别相智，是进入初地以前当学习并通达的法。真心如来藏虽然能生万法，能随缘应物，而清净无染，不生不灭，不杂不变，本自如如，性如金刚，故名金刚，而说此金刚不坏心的经典就叫金刚经。

金刚：金刚的特点，一坚、二明、三利。

- 1、坚：喻如来藏之体，如金刚一样，坚硬无比，永无变异，无可毁坏。
- 2、明：喻如来藏之相，如金刚一样，晶莹纯净，永无杂染，光照四方。
- 3、利：喻如来藏之用，如金刚一样，能破一切，锋利无比，所向无敌。

《金刚经》大约分前后两大部分，前半部分破四相，后半部分破四见，开示众生悟入佛之知见。知见的问题头等重要，知见一错，一切都错，越努力走得越远。所以佛教说，宁可破戒，也不能破见。

四相：我相、人相、众生相、寿者相。四相中，我相为首，为其它三相之基础，所以当先破我相。

- 1、我相：对凡夫、外道来说，自己五蕴身心的方方面面，无不是我相；
- 2、人相：对凡夫、外道来说，众人五蕴身心的方方面面，无不是人相；
- 3、众生相：对凡夫、外道来说，众生五蕴身心的方方面面，无不是众生相；
- 4、寿者相：对凡夫、外道来说，众人五蕴身心的一期相续，无不是寿者相。

但《金刚经》的前半部（前十四分）告诉我们，四相其实是空相，根本没有实在性，所以无我相、无人相、无众生相、无寿者相，因为因缘和合变化不停，有生有灭，终究要磨灭，所谓的我是根本不存在的。不但我、人、众生、寿者是空相，其实宇宙

万物也都是空相。

第十五分是一个过渡段，所以放到前半部分或后半部分都没关系。

从第十六分到三十二分，就破四见，说明无我见、无人见、无众生见、无寿者见。

四见：即我见、人见、众生见、寿者见。相从哪里来？从见来。故要破相，先要破见。四见中，我见是其首，是其它三见之基础，故要先破我见。

1、我见：认为自我是实有的，认为有一个常恒不变的自我存在，可以往来三世，主要是认为第六识及其种种变相境界是真心，可以往来三世，或认为能作主的第七识（即意根）是真心，可以往来三世。

2、人见：认为人是实有的。

3、众生见：认为众生是实有的。

4、寿者见：认为寿命是实有的。

但《金刚经》的后半部告诉我们，四见其实都是错误的，都只是众生妄想的产物，若离妄想，则无我见、无人见、无众生见、无寿者见。因为第六识本身就是因缘和合所生的暂时现象，天天断灭，而祂所产生的妄想境界怎么会有真实性呢？

《金刚经》特别强调了菩萨所修六度中的布施和忍辱两度。为什么呢？因为六度中，只有这两度是与别人有直接关系的，其它四度持戒、精进、禅定，般若，都与别人没有太直接的关系，而与人打交道是最难的，最能暴露我们的弱点，以便修正。

万恶贪为首，而贪的对治法就是布施，实行布施，是非常具体的修行，所谓“难舍能舍”。修行必须落实，否则始终是说食不饱，没什么用处。布施就是要真的拿出来，舍得，不心疼，反而欢喜，并由衷地感谢那些接受布施的人，因为他们成就了我们的修行，使我们获得了福报或智慧。

人最难忍受的是受屈辱，因为四见在作怪。嗔恨是修行的大敌，所谓“一念嗔心起，八万障门开。”而嗔的对治法就是忍辱。菩萨修行，要“难忍能忍”。布施是把自己的好东西拿出来，而忍辱是把别人加在自己身心上的种种误解、羞辱、迫害、打杀等都安然地接收下来，而且也要真诚地感谢那些侮辱和欺负自己的人。为什么？因为他们成就了我们的忍辱行。

所以这一世能够遇到佛法并肯真实修行的人，都是在往昔修过布施，忍辱的人，释迦佛祖说，这样的人是佛的第一弟子，是

人间的芬陀利花（白莲花）。

任何一部佛经，在说理的同时，一定介绍实修的方法。《金刚经》实修法，除了落实布施、忍辱以外，还有一个重要的观行法（就是按照佛经所说的义理进行观察思维的方法），即后面的一个偈子：“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”

#### 五种念佛方法：

1、**持名念佛**：就是持念佛的名号。由于成佛以前所发的大愿，佛的名号有不可思议的力量，念佛有无量无边的功德，不但可以除苦救难，而且可以破迷开悟，乃至成佛。专心称念佛之名号，于昼夜间一心专注，或一万声乃至十万声，如是岁月既久，则念念不断，纯一无杂。

2、**观像念佛**：就是观想佛的庄严德相。《观无量寿佛经》说：“诸佛如来是法界身，入一切众生心想中。是故汝等心想佛时，是心即是三十二相，八十随行好。是心作佛，是心是佛，诸佛正遍知海，从心想生。”眼观佛像，口称佛名，心不散乱，如是本性佛从而显现，则念念不断，纯一无杂。

3、**观想念佛**：就是《观无量寿佛经》说的十六种观想中的前十三观，一、日想，二、水想，三、地想，四、树想，五、八功德水想，六、总观想，七、花座想，八、想象观，九、遍观一切色想，十、观观世音菩萨真实色身想，十一、观大势至菩萨色身想，十二、普观想，十三、杂想观。其它三观，讲的是往生品位的高低，所摄根性的不同，证果的区别。

以上三种皆属有相的念佛。

4、**忆佛念佛**：就是《楞严经·大势至菩萨念佛圆通章》的根大圆通法门。“若众生心，忆佛念佛，现前当来，必定见佛，去佛不远；不假方便，自得心开……都摄六根，净念相继。”此法最适合忙碌的现代人，借着修定的方法修净土，是既直接又有效的净土法门。当我们忆念一佛或一菩萨时，心中没有名号声音形象，了无他念，便是都摄六根，净念相继。

此种念佛属无相的念佛，介于有相与实相之间，是从有相到实相的重要过渡。但很多人并不很清楚这个法门，往往把祂归到持名念佛里，十分可惜。

5、**实相念佛**：就是念佛实相。实相无相无不相，非空非不空。既不落于凡夫、外道所执着的有，也不落于声闻、缘觉所执着的空。所以，落于有，就是凡外；落于空，就是二乘。要念实

相，必须找到实相。要找到实相，就要参禅开悟；开悟有三关，即初关、重关、末后牢关，破初关以后，就能入实相念佛。所以，实相念佛是明心见性以后的事。

### 大千世界：

一千个世界合成一个小千世界；一千个小千世界合成一个中千世界；一千个中千世界合成一个大千世界。因为它含有三个一千，所以也叫三千大千世界。一个大千世界，就相当于一个银河系。

### 娑婆世界：

我们所在的大千世界，叫娑婆世界，娑婆世界就是银河系，是释迦牟尼佛的教化区域。

娑婆：堪忍之义，娑婆众生极能忍受各种痛苦故。

劫：是宇宙中表示时间的单位，有小劫、中劫、大劫、阿僧祇劫之别。

贤劫：是我们现在所在的大劫的名字。这个大劫中一共有千尊佛出现，释迦牟尼佛是第四尊佛，第五尊是弥勒佛。所以弥勒佛是未来佛，现在还只是菩萨。

开始修行要“三少三多”：

闲心少操多想佛，闲话少说多念佛，闲事少管多拜佛。

进一步就要“三不三只”：

闲心不操只想佛，闲话不说只念佛，闲事不管只拜佛。

众生若不修行，就只有“三胡”：

胡思乱想，胡说八道，胡作非为。为什么？不知真实，全都在颠倒梦想之中。

2007年3月22—27日明证法师口述

2007年4月9日元渊全部整理

2007年4月18日明证法师校改

2007年5月6日明证法师第二次校改

2007年7月6日明证法师第三次校改

2007-09-16 第四次校改(根据边文)

2007-09-23第五次校改(根据边文)



匈牙利布达佩斯虚云禅院电话、传真：0036-1-3073921

明证法师手机：0036-30-3841737

明证法师Email：[mzheng@hotmail.com](mailto:mzheng@hotmail.com)

现在明证法师每周末都在计算机UC的聊天室“如来藏讲堂”讲经：

星期六中国时间晚7：00—9：30讲佛教修行证果的故事  
7：30—9：30讲《修习止观坐禅法要》（即《小止观》）  
星期日中国时间晚7：30—9：30讲四谛中道谛三十七道品  
星期五中国时间晚7：30—9：30由常道法师讲《优婆塞戒

经》

进入讲堂的路径：

- 1、先下载UC，然后注册、登录；
- 2、点下方“聊天室”，然后搜寻“如来藏讲堂”；
- 3、或者依如下顺序进入：  
聊天室—合作专区—五花八门—宗教信仰网通—如来藏

讲堂

讲堂在讲经时间没有设密码，点击“确定”便可进入。

“如来藏讲堂”讲经的特点：

1、随时可以提任何问题，即使正在讲经时也可以，只要把问题打在对话框里，法师看到当时就会回答。如果把问题发到明证法师的信箱里，就会得到书面回答。

2、任何人随时都可以请法，只要提出讲哪一部经论或讲什么专题，就会按请法的先后顺序作安排。

“如来藏讲堂”讲经说法的重点：

1、强调佛法的整体性和修行的次第，强调无我正见的重要性；目前的重点是断三缚结、证初果须陀洹。

2、强调实修实证，摒除一切虚华。

第一步：作好准备

精进念佛，务使成片；近善知识，摄取正见；  
持戒清净，犯即必忏；信愿回向，证须陀洹。

第二步：作观证果

阴入界缘，逐一细观；能所双空，万法如幻；  
无常苦空，因缘所现；决定无我，三结并断。

第三步：检验巩固

能否读懂，小乘经典；名师邪说，不被蒙骗；  
悟后起修，向斯陀含；薄贪嗔痴，心趋柔软。

(2008年11月23日)

*Cimoetz*  
*Designz*