心類學

雪歌仁波切　教授

釋見諦　編輯

編者說明

本論是雪歌仁波切於 2009 年 11 月起，應台北的同學之請而講授的，前後共講了 23 堂課。本講記除了第一講是編者謄寫的之外，其餘的文稿都是從道次第網站下載整理而成。雖然《理路幻鑰》訂為本課的教材，但在講解時，仁波切含攝了《大乘五蘊論》及《集論》，尤其是其中心所法的部分。這種講法，可以說是直接從源頭處下手，因為心類學有一部分就是從這二部論整理出來的。不過，在進行上，並非一開始就二部論對照地看，而是先講《大乘五蘊論》，到一段落時，便參照《集論》的講法，之後，便開始合在一起解說。這點在本論的目次中沒能清楚地表達，因此在此特別補充。能夠順便讀到相關的論著，引發行者一窺佛法堂奧，也是個意外的收穫。

2016 年仁波切應台北的法友之請在四諦講修佛學會作了一個「如何學習心類學」的演講，回應心類學研討班。另外，2017 年初仁波切在台北有一場「心類學的問答」。這二堂講說中，仁波切提出在學習心類學時應注意的幾個重點，因為主題跟本講記有關，特將見胤法師整理的稿以附錄的方式附在本講記後。

其實心王心所只是心類學四個分類方式之一，其餘還有三個，每個分類方式都很有意思，相信讀者在閱讀時，初開始在各別分類中並不覺得太難，太複雜。可是當要把幾個分類綜合起來時，精彩的部分或複雜的部分就出現了。腦海中要記得，這個心是量還是非量？是現量還是比量？是有分別還是無分別？是根錯亂還是意錯亂？那部分是自證？那部分是他證？那些心所是從貪心那裡出來的？那些心所是從瞋心那裡出來的？那些心所是從癡心那裡出來的？那些心所是從貪瞋那裡出來的？那些心所是從貪瞋癡那裡出來的？個中美妙的滋味，就由讀者去品味吧！

本論的內容是藏傳佛教基礎課程的一部分，原來藏傳佛教在佛法的研讀上，有這麼完整的設計，有這麼合理的次第安排。令人既敬佩古德的用心，又敬佩歷代傳持佛法的人，是如何按規矩地學習，也按規矩地延續這美好的傳承，為人類保留了，守護了佛陀留給眾生的文化遺產。

不論是完整地探究佛法，或進一步在生活上踐行佛法，本門課都提供了一個清楚的藍圖，這顆心應具備什麼特質？這些特質如何產生，如何培養？什麼是心淨化的次第及其相應的內含？為此，衷心感謝仁波切的慈悲指導，也感謝現場同學的熱心請法。

由於編者在別的講記中曾詳盡地整理過人名索引及主題索引，因此本論在索引的整理上，沒有那麼徹底完整。有興趣的讀者，可以參閱其他講記的這部分。

將本論整理出來，主要是為了自修，當然能將它供養給其他同好，以收相互切磋之效，編者感到十分歡喜。不過到底這只是學習上的一份整理，瑕疵的存在是難免的，因此最後附上仁波切對所有文字稿的囑咐，並藉它表達編者的心聲：「這是為了我自己深入學習之故，也是為了與我根器差不多的人們，寫下這部論著，但完全不代表這是很究竟、最準確的內容，裡面可能有錯誤的地方，懇請有智慧的大德們批評指教，感激不盡。」

目 次

編者說明 i

1. 導論 1

1.1 心類學在四部宗義的位置 2

1.2 心類學與基道果的關係 4

1.3 心的表相與實相 8

1.4 心類學與基礎課程的關係 13

2. 心類學的四種分類方式 14

2.1 心的定義與法身的關係 16

2.2 心法的第一種分類方式 20

2.2.1 量心 20

現量 23

四種現量的次序 26

自證現量 29

根現量 34

意現量 37

瑜伽現量 41

比量 46

物力比量 50

世許比量 51

信仰比量 52

執因心 53

2.2.2 非量知覺 59

已決智 65

顛倒識 69

疑 77

伺察意 80

見而未定 88

2.2.3 由自引生定解之量及由他引生定解之量 100

2.2.4 量的第三種分法 — 士夫量，聖言量，心識量 111

2.3 心法的第二種分類方式 126

2.3.1 分別心 132

2.3.2 無分別無錯亂 137

2.3.3 無分別錯亂 138
2.4 心法的第三種分類方式 138
2.5 心法的第四種分類方式 138
2.5.1 心王 154
2.5.2 心所 161
五遍行 162
2.5.3 《大乘五蘊論》 165
色蘊 166
受蘊 167
想蘊 167
行蘊 167
相應行 168
五遍行 171
觸 171
作意 172
思 172
五別境 186
欲 186
勝解 186
念 187
三摩地 187
慧 189
善心所 190
一、信 190
二、慚。三、愧 191
四、無貪。五、無瞋。六、無癡。七、精進。八、輕安。.. 191
九、不放逸 198
十、捨 198
十一、不害 199
2.5.4 《大乘阿毘達磨集論》 199
五遍行 204
思 204
作意 205

觸 205
受、想 206
五別境 206
欲 206
勝解 206
念 207
三摩地 207
慧 208
十一善心所 213
信 213
慚 217
愧 217
無貪 219
無瞋 221
無癡 222
精進 223
輕安 227
不放逸 231
捨 233
不害 233
六根本煩惱 234
貪 234
瞋 235
慢 236
無明 240
疑 243
五見煩惱 244
二十隨煩惱 284
忿 284
恨 285
覆 286
惱 287
嫉 288

慳 293
誑 294
諂 296
憍 297
害 299
無慚 300
無愧 301
惛沉 302
掉舉 306
不信 307
懈怠 310
放逸 312
失念 313
散亂 315
不正知 321
四不定 324
惡作 324
睡眠 326
尋 331
伺 332
附錄一：如何學習心類學 335
四部宗義心類學的學習次第 335
心法四種分類的意義 337
2.1 修行即培養量心，去除非量心 337
2.2 心的品質決定於心所的善惡 340
2.3 分別心與無分別心的對境 342
2.4 顯現境與趣入境 343
2.5 自證與他證 346
境的解析 347
2.6 趣入境與所緣境 348
附錄二：心類學問答 359
人名索引 373
主題索引 375
名相性相表 401

心類學 -1

1. 導論

現在開始的幾堂課是學心類學，這是一門重要的課，因為心是最重要的，不只今生，乃至將來無限的生命，心會跟著我們走的。所以多了解心法是什麼樣子，裡面有什麼樣好的東西，有什麼壞的東西，怎麼可以取捨，這部分應多了解，它非常有意義。心類學的心，中心，心是非常重要的。心類學的課，三大寺那邊，或是跟著宗大師學習，或宗大師安排，學佛的弟子們真正深入學習佛法的話，前面三四年先有一些基礎的課，基礎的課裡面，其中之一是心類學。今天學的課本是宗大師安排，或是跟隨宗大師的教法，三大寺那邊最基礎的課。這個代表我們有皈依宗大師，皈依傳承的上師中，從世尊一直到宗大師這樣的上師。

再者，更廣泛地說，學習心類學，心胸便擴大，能包容並利益一切眾生，從這方面想的話，就跟發菩提心連接了。所以學習這門課本身，就有皈依與發菩提心的意思，所有大乘的佛法，都可以含攝在皈依跟發菩提心。沒有任何一法，不跟皈依及發菩提心連接的。所以每次上課前，大乘行者，或是學，或是修，或是講，前面一定有皈依及發起菩提心的意樂，因為法本身完全是跟皈依及發菩提心連在一起的，所以前面調伏意樂時，須要皈依及發菩提心。學習心類學，如何發起菩提心，學習這個課，表示我們有皈依宗大師，再往前有皈依世尊。學習這些，能真正調伏心的話，心就能擴大並利益眾生。這就跟發起菩提心連在一起。若這樣想，我們現在學習的法，就真正的有皈依的心，這個法就成為實際的佛法。若有菩提心的意樂，學習法的本身，有幫助到將來我們成佛，它就變成能成佛的因。因此，今天上課的行為，就可以說，既是善根法的行為，不只是一般的善根，也有大乘的善

根，所以前面若有調伏意樂的話，這個行為有幫助，這個法既是佛法，又是大乘的法。

1.1 心類學在四部宗義的位置

心類學的造作者是第十三世法王的老師，叫普覺強巴仁波切，學習心類學時，要知道佛教有四個宗義 — 毘婆沙宗 （或說分別宗）、經部宗、唯識宗及中觀宗，四個宗義裡心類學講得多的是經部宗及唯識宗。為什麼？毘婆沙宗與經部宗稱為說外境宗，他們不承認法無我，認為外面的是法我，故是有外境。因為他們承認有外境，所以也稱他們為說小乘的宗義者。唯識宗與中觀宗為不說外境，而說法無我。因承認法無我，故是大乘的說宗義者。說法無我及不說法無我，承認法我者，在法上講得比較多。譬如《俱舍論》便將法分很多類。如色法多少，心法多少，毘婆沙宗及經部宗都是在法上分得很多。經部與唯識之間，唯識變成講法無我。但是講的時候，卻是強調一切法是從心的習氣示現出來的。所以心的法，它們會多講。不多講，則無法解釋為何是從心這兒示現出去。所以在這方面，唯識的分類也會多。有時唯識要破除下面經部宗的主張，也會指出經部宗在心法上分的矛盾。所以經部與唯識，就有心類的部分。所以，在佛教中想多瞭解心的話，要多讀經部宗及唯識宗的書。

可能有人會疑惑，中觀不是最好的嗎？中觀為何沒有講這些東西呢？中觀宗的態度是，下部宗的講得沒有錯的話，他們不會再解釋。有錯的地方，他們會點出來，予以否定。沒有錯的話，他們也是承認的。所以，中觀是後代來的，如佛護、月稱等。不過，他們不會排斥。我們一般就有一點，那個傳承或那個團體，他們用的書，我們不用。一定要自己弄新的。這是一種排斥的作法。以前的祖師不是這樣，他們不管下面是毘婆沙宗或經部宗，

只要他們解釋的是對的，還是會用。他們不會說自己是中觀了，別人所說的一律不用。中觀宗很多祖師，如師子賢菩薩及聖解脫軍。他們的書裡面會引很多世親菩薩或無著菩薩，或毘婆沙宗或經部宗或唯識宗的書。對的話會引；不對的話，也引出來否定。這就表示他們完全不排斥，完全是正住的態度。

雖然我們是中觀學者，但是在了解心類時，還是要學習唯識及經部宗的解釋。不可以說，我們只要最好的宗義，我們已經是中觀了，不用碰經部宗或唯識宗的書。這就表示，我們沒有互相排斥的意思，所以今天學習這門課，要多一個了解，我們不可互相排斥。乃至到中觀宗，還是可以隨時引用經部宗及唯識宗的書。

另外，可能我們也會想，經部宗與唯識宗解釋得非常多，難道在心類學這個領域裡，中觀宗的看法跟他們完全一樣嗎？還是不一樣。不一樣，為何不直接學最準確的中觀宗的解釋？要了解，若不了解下部經部與唯識的解釋，便直接中觀的解釋，很難理解。可能還更糊塗。因為中觀在解釋時，先有一個基礎的東西，然後再分析這是對、這是不對。若連基礎的東西都沒有，就講這是對、這是不對，就會更迷糊。所以不直接講中觀對心類方面的解釋，先把經部與唯識的解釋學好。心類學解釋時，唯識與經部宗公認的解釋。它的根據是世親菩薩及無著菩薩的著作；世親菩薩造《大乘五蘊論》及《百法明門論》，無著菩薩造的《集論》或稱《上阿毘達磨集論》。從這些書濃縮出心類學。以上講的是心類學的根據，及它在四部宗是那些部的思想。

四部為毘婆沙宗、經部宗、唯識宗及中觀宗，它們是宗義。行者深入修行時，要有理解。深入的見解不是眼前的東西，要深入地觀察，然後就分別及解釋。宗義就是這樣，行者為深入地修行，須要一個非常堅定的見解。這個見解須要透過深入地思考，

方能區分。腦袋中非常清楚，心裡非常肯定的講解，這就是宗義。這個宗義如何深入，或如何堅定，所有的宗義怎麼會深入呢？所有的宗義都講基道果，行者一定有一個目標，學佛的人究竟的果位是什麼呢？解脫跟成佛。為了解脫及成佛的果位，我們要走怎麼樣的路 — 即道。這條道主要是心裡的東西，不是外面的，心裡證量的道。心裡證量一直往上進步增長的過程，包括去除心中錯亂的並增長正面的量。去除錯誤的思想，正面的思想要增長，這個要靠了解對境的法之實相及表相。這個要講清楚，要明白。若不明白，如何判斷我們想的心是錯誤的，怎樣判斷它沒有錯誤。要能判斷，一定要了解對境的法。解釋對境的法，就是基。對境一切的法，它的表相及它的實相，把這個講清楚，就是基。然後再來是道，之後是果。一個行者在這方面很明白，修行就會很堅固，自己會很有信心。四個宗義所以要區分，主要是行者要有紮實的修行。

1.2 心類學與基道果的關係

明白基道果的關係，所有的宗義打開時，都先講基，再講道，再講果。四個宗義，為什麼講這些？主要是為修行而講。心類學，是經部與唯識的解釋，他們講基的時候，所有的法包括心都會解釋。他們講基，解釋的時候，要講一切法的表相及實相。一般說，表相是世俗諦，實相來說是勝義諦。現在要講的法是心的法，基裡面要講一切的法，心類學就講心法的部分。心法也有表相，也有實相。現在學習的是心法的表相，世俗諦的分類。它的勝義諦就是空性，那還更深入。

首先要了解，表相的世俗諦，心法是什麼？分類有多少。法的表相及勝義諦，緣起因果的道理，它對我們有什麼幫助呢？我們的精神，我們的菩提心，出離心，皈依的心，它就是精神。佛

法中說的是方便跟智慧。在方便與智慧之間，菩提心是方便，空正見是智慧。菩提心與空正見來說，菩提心給我們精神，空正見給我們沒有壓力、放鬆。沒有壓力，又放鬆，又很有精神，這是最好的。若沒有壓力，很放鬆，好像死掉一樣，這樣不對。要非常有精神，這便是菩提心。菩提心應該是最好的精神，沒有一個心比菩提心更有精神。沒有一個空正見，沒有放鬆的。所以完全沒有壓力，非常放鬆的，就是空正見。非常有精神，最好的精神，那就是菩提心。所以方便的法，帶給人一種，看到因果。我要這樣作，才有這種果。我要那樣作，才有那個果。有一種推動的精神。有這種心推動，也不要執著。這是空正見給我們放鬆的，壓力就減低了。

從心的食物來說，這二個是最重要的。要有精神，要沒有壓力。心主要就是要這二個東西，除此之外，沒有什麼東西。精神來說，也有很多種。有很多種的菩提心，有時想哭可以哭，想高興也可以高興。反正是，菩提心帶來非常豐富的精神，有時候覺得大家學佛，好像沒有什麼興趣，好像離開享受，我們一般認為世間非常豐富，有高有低、有苦有甜、什麼都有，覺得這樣很有意思。但是真正來說，佛法中的甜與樂，還更多更豐富。所以菩提心的這一塊，看到眾生這麼多的苦，那還更苦，想高興，就歡喜佛菩薩的功德，心裡還更高興，可以說佛法裡面這種心調伏，心的食物是一種感受，這個感受非常豐富。所以心就推動精神，沒有一個比菩提心還更有精神的了。這二個是智慧跟方便，或是菩提心及空正見。這二個就是世俗諦的法多學習，多了解，它很廣。世俗諦是愈廣愈好。勝義諦的法愈深愈好。所以，勝義諦的法，深入到法的究竟實相 — 空的道理。學習這個的話，我們的壓力就減少。各位應常聽到，如虛空入根本定，如幻化入後得智。如虛空入根本定，就是入這種定的時候，如虛空一樣。如虛空一樣有幾種解釋，一者虛空沒有壓力。完全沒有壓力，遍一切。什

麼都能包容，完全沒有壓力。所以是沒有壓力到如虛空。所以入根本定的時候，心裡完全沒有壓力。

所以空正見如虛空一樣，完全沒有壓力。不可以說如虛空就等於什麼都沒有，這樣就落斷邊了。沒有壓力即心裡沒有各種矛盾衝突，有執著的話，就會有衝突。就完全沒有這個的意思，並非什麼都沒有。

生：基道果是什麼？

師：基要透過聞思，心多了解，心有堅定的見解，要具備這個。有這個才有深入且紮實的修行。第二階段行持即道，要走這條路，不是知識上的了解而已。實際上，我們要走這條道，這就是行持的意思。這樣的行持，後面要把它完整，讓它達到究竟。能夠走到究竟的果位。釋迦牟尼佛成佛道，第一個傳的法就是 《三轉法輪經》。就是講四聖諦，三轉的意思就是四聖諦講三次。第一個階段是你們要透過廣大的聞思，好好認識並理解四聖諦。第二個階段講四聖諦時，前面如理理解的，在實際上要取捨。苦諦上要生厭離的心，集諦上要斷，滅諦上要證，道諦上要修。四聖諦要如是執行，即行持的意思。實際上要修四聖諦，這個階段就是道。第三個階段就講已知，已斷，已證，已修。已的意思是要把它完整圓滿，前面的階段是要行持，要修行。第三個階段，是要把行持圓滿完成。不可半途而廢，完整到已知、已斷、已證、已修。所以世尊 《三轉法論經》裡面已經有講到了基道果。

一樣，在修行上，世尊也認為要有這種次第 — 基道果。釋迦牟尼佛已經有這樣的開示，所以跟隨釋迦牟尼佛的四個宗義，都跟著釋迦牟尼佛，在解釋其宗義時，也講基道果。

生：何謂圓滿優婆夷戒？

師：圓滿優婆夷戒有點接近出家的戒，居士戒比較廣。譬如說圓滿優婆夷戒是居士戒，但不是所有居士戒都是圓滿優婆夷戒。範圍有大小，五戒中受一條戒，二條戒，三條戒，四條戒或五條戒，都是居士戒。而圓滿優婆夷戒則不只是受五戒，他把五戒持到更圓滿。譬如說五戒本來是戒邪淫，現在不只是不邪淫，連淫行都不作。就是這樣圓滿。

生：第三轉法輪，已知、已斷、已證、已修，請再講一次。

師：已經就表示完全作完，作得圓滿，不可只作到一半。所以說是已知、已斷、已證、已修。第三個已證跟已滅差不多。苦諦所要了解的，我們把苦諦看成樂，沒有看到它是苦。所以要多了解，八苦、六苦、三苦就是從各種角度，來認識苦。要認識到，它是什麼樣苦的體性。把它圓滿地了解，就叫已知。已斷者，我們業的來源，那麼多的煩惱，那些煩惱的來源便是非理作意，這些來源就是無明，把這些煩惱無明跟非理作意，不可留下一個東西。所有的把它斷掉，就是已斷。已斷就是完全斷掉，已滅或是已證，就是正面的滅諦這部分，正面滅的果位，即平常講的滅、靜、妙、離。就是非常的清淨，非常的奇妙。這麼好的果位，所有的滅諦有很多種，要把所有的果，能夠證得。這就是已證的意思。再來是已修，意思是這個誰能證得呢？就是修行的心，這個能證得的心就是道，所有的道要修得圓滿，便是已修。所以，四聖諦方面講，已這個字就是把它完整，圓滿的意思。圓滿的果位，就是果位的階段。所以，《三轉法輪經》的所以稱為三轉，就是因為在四聖諦方面講了三次，故得此經名。這麼短的一部經，就先講一次四聖諦，再講第二次，再講第三次。不過，講的時候，方式不一樣。第一次

講的時候，你們學佛的修行者，你們要廣大地聞思，要多了解四聖諦。這便是基礎的意思。透過聞思，多了解四聖諦。再來是實行，那就是第二個階段，那時候就強調你們要實行的意思。第三個階段就講，這樣的行持，要把它完整圓滿，要作到這一點。是這個意思，所以講三次，故名三轉法輪經。

一般我們會說初轉法輪、二轉法輪、三轉法輪，即初中後。這個跟現在講的，不一樣。現在講的《三轉法輪經》只有幾頁的一部短經，這部經的經題就是《三轉法輪經》。這部經是當初世尊成佛之後，第一個開示的。世尊成佛之後，第一個想給我們的法，所以修行的時候，這三個的道理要明白。就是基道果的次第怎麼作，要明白。同樣地，所有的宗義也都按這個方式解釋佛法。

1.3 心的表相與實相

基方面是表相的世俗諦，實相的勝義諦。這二個要先了解，修的時候，這二個也要修。修這二個時，修表相的，就是在修方便的法，修實相的就是修智慧的法。這二個我們要學習，若跟《廣論》配合的話，譬如說下士道有智慧跟方便，中士道也有智慧跟方便，上士道也有智慧跟方便。上士道的菩提心就是方便，空正見就是智慧。在它們的前面，在中士道的時候，也相當要代替的。它的方便沒有像菩提心那麼圓滿，它的智慧沒有像空正見那麼圓滿，可是在中士道的時候，還是有一個智慧跟方便。那是什麼呢？它的出離心就是方便，它對治煩惱時，它儘量會去用粗的補特伽羅無我。

平常講補特伽羅常一自在空，補特伽羅能獨立實質有空，它就用這一方面對治煩惱，這就是智慧。所以中士道的階段，他修的時候，他修出離心，就有精神。修粗的補特伽羅常一自在空，及補特伽羅能獨立實質有空，他沒有壓力。不論是沒有壓力或有

精神，它並沒有達到上士道菩薩的效果。菩薩菩提心的精神及中士道出離心的精神，其差別有如天地般地懸殊。一樣，在減少壓力這部分，空正見的力量，跟補特伽羅無我 — 補特伽羅能獨立實質有空，這個智慧也差別太大了。空正見在減少壓力上是最圓滿的。總之，中士道的階段也有方便跟智慧。若再往前推，在下士道的時候，也還是有方便跟智慧。是什麼樣的呢？

譬如說，在下士道的階段，行者對皈依的心及業果的信心，這些是方便的法類，它帶動行者的心。然後在業果方面多推理，造這樣的業，會感這樣的果；造那樣的業，會感那樣的果。這種推理，在心類學會講，是信許比量。用這樣的推理，就是下士道的智慧。所以下士道的智慧及下士道的方便，其道理也一樣。智慧能夠減少壓力，因為業果是實在的。有這個因，有這樣的果。我們不須要靠什麼，不須要拜託誰。由這個因，就有這個果。自己手上都有權力，沒有誰必須要照顧你。我們種這個因，一定會得這個果。了解這方面的道理，我們的壓力就會減少。然後就思惟三惡道的苦，然後就思惟三寶的功德，思惟無常、暇滿難得這些，這樣心就被推動起來。這就是精神，所以在下士道，也有精神及壓力減少的方便及智慧。所以下士道及中士道，也有方便及智慧的法。也有表相世俗諦的東西，及法的實相的部分。

在基道果中的基裡面，就有法的表相及實相，由於表相的廣度及實相的深度不一樣，所以修的方便及智慧就不一樣。法的表相之廣度及法的實相之深度，在下士道、中士道及上士道都不相同。下士道的表相沒有那麼廣，實相也沒有那麼深。同樣，中士道跟下士道相比的話，它的表相及實相比較廣比較深，但是沒有到上士道的程度。上士道的基的部分是最廣最深的。下士道的基、中士道的基及上士道的基，各不相同。所以各位要知道，修下士道時，其基道果怎麼配合？修中士道時，其基道果怎麼配合？若

修到上士道時，其基道果怎麼配合？所以，基道果方面有不同的深廣的差別。

基有區別，當然第二的階段的道也會有區分，透過聞思在行持時，基礎學好了，行持道的時候，基什麼樣子，道就什麼樣子。二者有關連，基的廣度及深度不是那麼究竟的話，道的廣度及深度，果的廣度及深度也會像這個樣子。譬如說下士道的果，是下一輩子得暇滿難得的人身。中士道的結果是脫離輪迴，上士道的階段，就是成佛。不同的果，有不同的道，其基也不同。所以，若跟道次第配合的話，大概這樣，應該可以理解。

心類學是屬於基這個部分，我們是要了解，不是馬上行持。但是了解這個，跟將來的行持是有關係的。基跟道是有關連的，譬如說四聖諦這個基裡面，有時候講四聖諦，也是在講基的這部分。基的方便的意思是把苦諦是什麼，一一把它弄得完全清楚。苦諦怎麼樣，完全清楚。集諦怎麼樣，完全清楚。滅諦怎麼樣，完全清楚，道諦怎麼樣也完全清楚。所以此處的道諦，也是從基的角度來理解。雖然它是道，但是還是可以由基的方式講。基就是非常仔細的聞思，把道的部分弄得非常明白。這是基的方式，還未開始行持。

有時有人會疑問：為什麼基裡面又講道？當然有，因為基裡面要講一切法，苦諦、集諦、滅諦及道諦都講，所以也會講道諦。若將心類學與四聖諦配合，在基的階段，苦諦與集諦是所要捨棄的，滅諦與道諦是所要取的。心類學與二邊都有關係，跟該取的滅道二諦有關，也與該捨的苦集二諦有關。也就是說心類學當中，包括好的，也包括壞的。好的滅道是心裡要取的，壞的苦集也是心裡要捨的。所以，心類學裡面有苦集的法，有道的法，因為滅是無遮的法，所以沒有辦法說有。以上是心類學的概說，把它跟

整個佛教的基道果與四部宗義，關連說明一下，免得一打開書就開始解說，學的人可能因不知道它跟其他法究竟有何關連而感到迷糊。

心類學 -2

1.4 心類學與基礎課程的關係

現在學習心類學，之前若沒有學習過小、中、大理路的基礎課程，可能會感覺有點困難，但是，勉強的話應該還是可以。在三大寺，在尚未進入學習五部大論之前，必須學習一些基礎課程，這些基礎課程總共有八門，首先，小理路、中理路、大理路，然後心類、因明、四部宗義、般若七十義、地道等。這些課程可將它分成三個階段：第一個階段 — 小理路、中理路、大理路。第二個階段 — 心類、因明。第三個階段 — 四部宗義、地道、般若七十義。這幾天要上的是第二階段心類的部分。

心類這部分與第一階段的課程有關，與第三階段地道、般若七十義也有關係，所以它與前後都有關聯。它們彼此間是什麼樣的關聯呢？必須先講說什麼是心類學，才能夠談論它們的關聯。若基礎沒有講授，當教授它們的關聯，可能會不清楚。首先，我以前打算大概用兩年的時間，開設佛法基礎的課程。在三大寺，這些課程整體稱為「幻鑰」。幻鑰是什麼意思呢？就是幻化的鑰匙，很神奇、很神秘的鑰匙，也就是什麼鎖，它都可以打開。無論這房間的門用的是怎樣特別的鎖，這把幻鑰還是可以開，可以進得去。在學習心類學時，若有牽涉到前面的小理路，中理路，大理路，我會提出來補充。若沒有的話，則不須特別補充。

在前面的小理路、中理路、大理路的階段，已簡單地講述心類學。在小理路的內容中，當提及法的分類時，將法分為有為法和無為法，其中有為法可分為色法、心法及不相應行法三個。心法可分為根識和意識。

心法分為根識與意識，根識就是五根識，它包括眼根識、耳根識、鼻根識、舌根識、身根識等。再加上意根識，即平常所講的六識。這裡不談論末那識及阿賴耶識，不談論八識的主張。因為這裡談的必須是經部宗和唯識都能接受的，經部宗不承許阿賴耶識和末那識。所以，在此講述的內容以主張六識為主。五根識的部分大家比較能理解。比如，當眼睛看到物質的形狀，這是能看的認知，也就是依著眼根而生起的認知，它就稱為眼根識。當聽到聲音大小粗細等，依靠耳根生起的認知，就稱為耳根識。以此類推鼻根識、舌根識、身根識都如此，分別依靠五種根而生起的各別的認知，即稱它為根識。接下來第六個，意根識或意識，意根識，它依靠的是意根，前五根是色法，但意根不是色法。所以，意識依靠的不是色法，它依靠的是心法，意識的「意」，就是心王的意思。

2. 心類學的四種分類方式

心類學對於心有很多種分類方式，它可以由大略的不同分類到較細的不同分類。例如，人可分為亞洲人、西方人；也可分為學佛的、不學佛的；也可分為男眾、女眾；也可分年紀大、年紀小；也可分有白頭髮的、沒有白頭髮的等多種。相同的，心法也有很多種不同的分類方式，當舉例出來時，它是哪一類的分類方式？在第一種分類方式時，它是屬於哪一類？第二種分類時，它是哪一類的？第三種分類時，它又是哪一類的？用如此方法推知，它上面的體性便可認得很清楚。

現在所採用的教科書，心類學的內容有四種分類方式。剛剛提到在小理路裡面，心法分為六識，即是根識和意識，有五個根識加上意識，總共六個，這是一種分法。然而，心類學在這本書裡，有四種分類方式，這四種分法在課本第 99 頁最下面。

戊二、講知覺：「謂了別，為知覺之性相，明而了別，為識 (認識) 之性相，知覺，了別，識三者同義。知覺分為：量知覺與非量知覺二種。」覺和心法是同義，只是名字不同，二者意思一樣。第一種分類方式是什麼？量知覺和非量知覺。

第二種分類方式在 115 頁，己三、「複講知覺之分類」。知覺第二種分類分成三種，哪三種？「知覺、了別分為三目，謂敍述將總義作為所執境之分別（心），敍述將自相作為所執境無分別不錯亂識，敍述將無見為有[1] 作為所執境之無分別錯亂識。」

第三種分類方式在 116 頁，「庚四、知覺分為了別自他」就是自證和他證，或是用了別自和了別他。用了別也好，用證也好，都可以，好像自證他證比較容易，了別自和了別他就比較麻煩，故直接用自證和他證。

第四種分類，在 117 頁庚五、知覺分為心王和心所：「複次，知覺，了別又分為心王與心所二種」

這四種分類方式中，第二種好像用詞多一點，若將它簡化，應該是分別心、無分別無錯亂識、無分別錯亂識，這樣就比較容易理解。好好了解這四種分法，心類學就了解了。對這四種分法先一個個好好理解，再來必須能夠類推出，當舉一個心，要能了解這個心若從這種分類方式，它是哪一類？若從那種分類，它是哪一類。各種分類都有它個別的好處、作用，要好好理解。第一種分類是小理路裡面的，這個很容易理解。然後是心類學裡面，這部分更深一點，比較難了解。有四種分類：第一種是量和非量；

1. 按仁波切 2017 年講的《心類學》，「見為有」三字藏文版沒有應去掉。

第二種是分別心、無分別不錯亂識、無分別錯亂識；第三種是自證和他證；第四種是心王和心所。

首先，講述第一種分類，量和非量。量的意思是可依靠的、不會騙人的，這種心或是認知。反之，非量就是沒有那麼可靠、不是那麼正確的心。這裡教我們什麼呢？《廣論》裡面常常提及人是被心帶著走，而心被煩惱帶著走，所以人無法控制自己想什麼，也就無法得什麼、作什麼。我們是跟著心，這是沒有錯的，但是不能讓心跟著煩惱走。所以，當煩惱接近時，我們要能切開；當接近好的、善的時候，我們就要讓它往前走，也就是心是量的時候，就要跟著走；非量的時候，就不要跟著它走。

2.1 心的定義與法身的關係

先介紹心法本身，在第 99 頁，心的定義是明而了別，這兩個連在一起比較完整，若只有了別，就不那麼完整。「知覺的性相：明而了別」，就是認知的性相。無論是認知的性相、識的性相或知覺的性相，知覺和認知完全一樣，只是用詞不同而已，其定義都是明而了別。什麼是明而了別？之前提到，心的表相是世俗諦，心的實相是勝義諦。現在談論它的性相，屬於表相、世俗諦的部分。所以，認知或是心法，它的表相 — 世俗諦 — 具有什麼特色呢？它是明而了別。明而了別是什麼意思？比如，鏡子，當它朝向黑暗處，它會顯現出黑黑暗暗的。當它朝向髒的地方，就會顯現出髒的東西。鏡子髒掉了嗎？鏡子本身有黑暗嗎？不是！實際上，它本身是「明」。「明」的意思，即非常清淨的意思。我不太清楚，中文用「明」這個詞，是不是對的？這有一點被動的意思，有如鏡子裡面的顯現。「了」是主動的動詞。比如鏡子本身，它不是髒掉、不是黑暗，它本身是明、非常清淨的意思。當心生起煩惱時，就非常不舒服。它不是心的本性，只是暫時出現這情況而

已，心的本性就是明。比如，當我們因無明而產生執著，黑暗暫時顯現於心，心的本性並非就是黑暗或就是無明。這就是明的意思，心的本性是明；它不是無明，它是非常清淨的。「了別」不只乾淨而已，它是從這裡可以區別、了解對境到底是什麼，它有這個能力。所有的心法都有這兩個作用 — 明而了別，這兩個的意思要先理解。

宗大師的兩位主要的弟子，在宗大師圓寂之後，先由賈曹傑大師擔起宗大師的事業，當賈曹傑大師圓寂了，就由克主傑大師來擔任。克主傑大師圓寂之後，第四位或第三位傳承祖師，就是多滇謙貝蔣悲嘉措，針對如何修毗婆舍那，他的解釋非常明確。他是這麼解釋的：很多人在修空性時，特別是修心上面的空性，經常是不清不楚的。對於心的究竟實相，和心的世俗諦的表相，或是世俗諦的體性，二者分不清楚，而自認為已經修到心的究竟實相的勝義諦。實際上，他只修心的世俗諦。對於這兩者我們經常沒有能力區分，以為自己已修到空性，然而，空性其實是更究竟、更深奧。所以，在修觀前，必須要先認識自己的心，要了解屬於世俗諦心的體性。

謂了別，為知覺之性相，明而了別，為識（認識）之性相，知覺，了別，識三者同義。

心的性相是「明而了別」。要確實地了解，明的體性是什麼樣？了別的體性是什麼樣？理解後，往後對宗喀巴大師論著，在義理的解釋上會很有助益。例如，怎麼觀修心的體性？以一般常提到的四念處為例：觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我。如何觀心無常？思惟心的本性是無常的，在此階段還是屬於世俗諦的次第，不是勝義諦喔！還未達到心的本性空性的階段。心的

體性在世俗諦很多不同層次。首先，它是明而了別的體性、它是無常的體性，然後如唯識宗的主張：心是唯識等。這些心裡面、心上面有它的很多特色，應該深入、正確地理解。對於心的種種體性若沒有清楚的理解，當在修世俗諦的階段，自以為已經修到勝義諦、修到空性，因而產生誤解。好好理解心的體性，往後在進行觀修時會有幫助。

心的勝義諦的體性，即自性性佛性，將來會變成自性法身；心法世俗諦的本性是明而了別，是增長性佛性，是將來智慧法身的因。

「大家都有佛性，所有的眾生都能成佛」這種說法，我們可以以心的體性是明而了別來做解釋。一般稱的「佛性」或「如來藏」有兩種，應該用什麼詞呢？空如來藏和不空如來藏，是嗎？我中文不好沒辦法說出二者的名相，這裡用的名相是自性性佛性和增長性佛性，這種稱呼是你們常常用的。在唯識的論典中，特別是《寶性論》及《經莊嚴論》，其內容就是用自性性佛性和增長性佛性。

什麼是「真正的佛」？是佛的色身還是法身呢？是法身！若真正的佛是指佛的色身，它是無法那麼固定的，因為佛必須要配合眾生的根器而示現不同的色身，所以真正的佛是法身為主。佛的法身又分自性法身和智慧法身兩個，所以真正的佛就是這兩個體性其中一個，也可以說這兩個體性是一起的、一起存在的。法身為何分為兩個？這是因為世尊成佛前的續，也就是在因的階段分為兩個的緣故。心的世俗諦的體性，是明而了別，這個是增長性佛性，是將來智慧法身的因。心的勝義諦的體性，是心上面的空性，這個將來會轉變成自性法身。所以，佛的兩個法身是依據

心的世俗諦的體性與勝義諦的體性而有。現在多了解心的世俗諦的體性 — 明而了別，對於什麼是增長性佛性會有幫助。

剛才講到，證得佛的果位主要是法身，而法身可分智慧法身和自性法身，法身如此分的原因，是因為現在我們心中存在著這兩個的前續。若我們心中不存在這兩個的前續，那我們怎麼能成佛呢？所以，所有的眾生都有這兩個的前續，這兩個的前續是什麼？智慧法身的前續是什麼？自性法身的前續又是什麼？這兩個的續就是平常講的如來藏。這兩個的續要能認出來，這兩個的續認出來就是如來藏。若這兩個的續沒有認出來，對於什麼是如來藏好像模模糊糊的，不知道到底是什麼東西？我們如何認識它呢？在 《寶性論》、《經莊嚴論》、《瑜伽師地論》中的 < 菩薩地 > 等論典裡都有提到如來藏。所謂的佛性或如來藏可分為自性性佛性和增長性佛性，為什麼分為這兩個？原因是我們將來要證得的佛的果位，主要是法身，而法身分為智慧法身和自性法身。這個續所有的眾生心中都有，增長性佛性是什麼呢？或自性性佛性是什麼呢？不是這個身體，是哪裡呢？是我們的心。怎麼認出來呢？心的世俗諦的體性是明而了別；心的勝義諦體性是心上面的空性。要從這裡分別認出來增長性佛性和自性性佛性。

心上面的空性，為什麼稱自性性佛性呢？它的體性沒有造作者，沒有開始，是本來就有的，所以稱為自性性，這就是自性性佛性。當我們成佛時，這個也存在！在成佛時則稱它自性法身。相同的，現在每個眾生的心，具有明而了別的體性，這體性稱為增長性佛性。為什麼稱它為增長性佛性？因為它是明而了別的，所以它的智慧會一直增長，無限地增長，增長到佛的一切遍智，也就是智慧法身。

心的世俗諦的體性是明而了別，亦是佛性，此佛性該如何認出、培養？心跟著量識走，就會一直增長，會越來越接近智慧法身

心類學所學習的是「明而了別」，這部分是心的世俗諦的體性，也是眾生所具有的佛性，這個佛性怎麼樣認出、培養？行者要儘量跟著量識走，不要跟著非量識走。介紹心的性相是「明而了別」後，接著講述分類的部分。

知覺分爲：量知覺與非量知覺二種。

2.2 心法的第一種分類方式

2.2.1 量心

先介紹量，這部分講述的方式有很多種，依據課本的科判，量或量識的分類方式有三種。第一種分類 — 量分為現量和比量二種；第二種分類 — 量分為由自定解之量 (識) 及由他引生定解之量 (識)。「由自定解之量」應該是「由自引生定解之量」。第三種分法：複次，量由言詮門複分為三種，謂士夫量，聖言量，心識量。

量的定義：言「新起」、「非欺誑」、「了別」。這三個特色少了一個都不可稱為量，新起：排除「已決智」是量，非欺誑：排除「伺察意」是量，了別：排除色根是量。

首先，第一種分類：現量和比量，量的定義：新起非欺誑之了別，為量之性相。量的性相必須具備三個部分：新起、非欺誑、了別。在這裡有人可能會產生誤解。這個「了別」有時候會用「瞭解」。當達到有能力瞭解時，就稱為了別，所以了別不一定是

真正的已經瞭解。名相用於不同場合時，其所代表的意思會不同。比如，剛剛談論到心的定義是明而了別。無明是心法，無明是不是明而了別呢？是！但是，無明是明而了別，這有點奇怪。無明又是明，又是了別，怎麼可以這樣？無明的工作、事業，要從那裡認出來？它是無明，但是這個造作者和它的工作要分開來看，這個造作者是明瞭的心，它暫時所做的工作是不好的，它就變成無明的工作，但是，能造作者本身有個明瞭的特色，所以無明還是是明瞭的。

比如，執著心是無明，但是它還是明瞭。執著心本身暫時執著，它不是本性是執著，所以執著心就是無明。同理，無明的本性不是無明，是明瞭，它只是暫時無明。它是從那個工作上來認出它是無明而已，這是暫時的。從這裡可以理解，無明是明瞭。這是什麼意思呢？心本身有明瞭、有了別的能力，但是不可以說它現在是了別，它現在是沒有了別什麼，它是非常糊塗的。但是它有沒有能力了別？有。所以明瞭，了別的「了」是有這個能力。要理解，「明瞭」、「了別」表示有這個能力。意思是它有「明」的體性，「明」的特性存在，重點不在它暫時有沒有明，而是它的本性有明，它的本性有了別的能力。要小心，很多人經常誤解了別的意思。

自宗云：新起非欺誑之了別，爲量之性相。在所言量之性相（定義）整個概念上，言新起，非欺誑，了別等三個特點，有其必然的作用，即言以新起，排除已決智是量，言以非欺誑，排除伺察識（分別意）是量，言以了別，排除有色根（浮塵根）是量故。

量的定義具有三個特色：新起、非欺誑、了別。在此的「了別」是有了別的能力。所言量之性相 — 定義 — 整個概念上，言

新起，非欺誑，了別等三個特點，有其必然的作用，即言以新起，排除已決智是量 . 言以非欺誑，排除伺察識 — 分別意 — 是量。言以了別，排除有色根 — 淨色根 — 是量。量的定義必須具足這三個特色，少了一個都不行。為什麼？比如，第一個的特色「新」，若少了「新」這個特色，它會變成是「再決識」或「已決智」。若是這樣，已決智就會變成量，而已決智並不是量。

生：什麼是已決智？

師：比如，我已經了解這地方，這個人。了解的第一剎那的心就是量，後面第二剎那的心，就稱為已決智，它只是跟隨前面第一剎那了解的，僅僅只是跟隨而已，不是主動的了解，所以它不屬於量。量的意思必須要主動了解，所以已決智不算是量，「量」一定是新的，不可以是舊的。

第二個特色「非欺誑」，用「非欺誑」來排除分別意或伺察意。不論是伺察意或分別意，這是什麼樣的階段呢？這是還未達到真正的了解，一般所說的伺察意是比量生起前的階段。後面會說明伺察意可分五個次第，屆時就會理解了。現在大概知道名稱就可以了。在伺察意的階段，雖然已經了解，但是它還未達到真正的了解，所以還未到達非欺誑。非欺誑是它已經非常堅定，是可以依靠的、可以引導人的。伺察意這個階段有新的東西、主動的觀察、主動的研究，也有了別。所以它具有「新」和「了別」這兩個特色，但是它沒有「非欺誑」的能力。所以，在此就用非欺誑來排除伺察意，伺察意無法變成量。

生：聖言量不是新生起的，為什麼稱為量？

師：第三種分類方式是從假名安立來分的，這種分類方式不是真正的分法。

第三個特色是什麼呢？「言以了別」，這個是要排除色根，色根是眼根、鼻根、耳根等五根，五根也看得到對境。它有一點類似非欺誑，外面是什麼東西，五根就會顯現什麼東西，它是完全可靠的。所以，「新」和「非欺誑」這兩個特色都存在。但是，它沒有具備「了別」這個特色。所以，「了別」這項特色是來排除色根，色根無法變成量。

2.2.1.1 現量

接下來，跳到後面量的分類。

複次，謂離分別新起非欺誑之了別，爲現量之性相。現量分爲：自證現量，五根現量，意現量，瑜伽現量四種。

量可分為比量和現量，先看現量的部分，離分別新起非欺誑之了別，為現量之性相。先說明現識，現識分為四個，然後再說明現量也分四個，現識比較複雜，就從現量開始說明。現量分為四個 — 自證現量、五根現量、意現量、瑜伽現量。五根現量，藏文並沒有「五」這個字。量分為兩種 — 現量、比量。為什麼這樣分呢？當了解對境或道理時，會藉由兩種方式。一個是推理的方式；一個是不用推理，是直接去經驗、感受，直接的方式而了解的。也就是透過推理及不需要推理這兩種。透過推理而生起的量稱為比量，不需要推理就直接在眼前或直接經驗，這種稱為現量。

現量的前三種是所有眾生本來就有的，不需經過修持，而瑜伽現量是聖者以上才有。凡夫所要修的唯有比量。

現量分為自證現量、根現量、意現量、瑜伽現量四個。四個裡面，前三個，所有眾生都有，不需要什麼修行，它就具有了。然而，瑜伽現量必須透過修持，慢慢串習才會生起，這種現量是什麼時候會有呢？凡夫都不具有的，必須是聖者以上才有，也就是見道以上才有的。可見，凡夫的修行，是量的才要修，非量的沒有什麼可以修的。量裡面現量的部分，前三個所有眾生都有，不需要修，其中的瑜伽現量的階段又太高了，凡夫跟它的距離太遙遠了。所以，現在要修的唯有比量！比如，宗喀巴大師在《廣論》裡面，經常提及觀察修，這有他的道理。若沒有觀察修，怎麼會有比量呢？若沒有比量，又修什麼量呢？所以，很清楚，我們要修的重點是比量。

心類學 -3

- 調伏意樂

我們得到這個人身，遇到佛法，也將人身所具的頭腦用於佛法，而且還有很多正確具德的老師在開示佛法。這是非常非常難得的，因為人身無常，所以更要把握這個難得的人身。要如何把握呢？就是不要浪費時間。我們不是馬上可以成佛，重要的是我們在這條正確的成佛道路上。即使學佛時間拖得很長，這是正常，是沒有辦法的，最重要的是把握正確的學習、修行。若是正確的道路，學佛就不用怕，因為一定會到達。怎麼樣能正確呢？就是要有能力去除錯誤的部分。要怎麼做到呢？宗喀巴大師或以前那爛陀寺的祖師們，教導我們自己內心要有判斷的智慧。要學經教的智慧，然後才有這個能力。有廣大的聞思基礎，後面實修時，就非常容易成就。所以，要這樣學習。

學習本身是個善根，我們說「念經是一種善根」，一樣的，學習到經典裡面的內容，還更算是種善根。在學習這個內容時，同時也種下「來世會得到，也會遇到這個法」的善根。來世要遇到佛法，是跟佛法越接近，學習越深入的因。所以，來世要得到人身，又能學習佛法，現在學習佛法的行為本身，就有種下一個很好的因。在因果的關係裏，果裡面有一個等流果，「因」裡面有一個同類因。同類因是真正的因[2]。現在這樣學習，它是將來遇到佛法的同類因。所以，現在種下這個因，對來世應該是幫助最大的。此外，不論是發願或祈求，都不是真正的同類因，它只是一個俱緣，是一種協助。要實際種下的這個因，就跟種豆得豆一樣。希望下一生遇到佛法，學習佛法，要有這樣的人身，那麼現在就

2. 《俱舍論》講因有六個因，其中同類因最主要。

要學習。這是同類因跟等流果的關係。這樣得到人身，漸漸地修行，五道十地漸漸往上修，然後就成佛，然後回報一切如母有情眾生的恩德。要這樣調伏我們的意樂。

佛弟子有沒有燒香？有沒有點燈？這些行為並不那麼重要，這並非真正的佛法。早晨醒過來，若能做皈依和發起菩提心，這就非常重要。於日常生活中，早晨起床時有皈依，心裡會覺得有安全感。若能夠發起菩提心，則在面對今天遇到的、所有看到的、想到的所有眾生，都會較有愛心，較能包容，心中不會產生恐懼，而覺得比較舒服。每天都會過得非常有意義，這輩子所獲得的人身就很有意義了。反之，早上沒有皈依並發起菩提心，面對任何人，都像是仇人，因而產生想要跟他比較、競爭的心。如此一來，壓力會越來越大，心中不會平靜、舒坦。若沒有皈依、信仰，人就不會那麼端正，會有欺騙的行為，或傷害這個，或傷害那個。所以，每天早晨起來，一定要修皈依和發起菩提心，這點非常重要，不需要特別持什麼咒，這一天的行為本身就是一個善的行為。在每次上課之前，我們都會進行皈依和發起菩提心，來調整意樂，使得後面的行為成為真正的善而具有意義。

- 正講

這本教科書，心法的分類方式有四種，現在進行第一種分類方式。心分為量識和非量識。若學過心類學，應該聽過七種心法。這七種心法包括兩種量識及五種非量識。之前提到量識分為現量和比量，現量又分為四個 — 自證現量、根現量、意現量、瑜伽現量。四個現量中，瑜伽現量必須藉由修行才能具有。自證現量、根現量和意現量，不是凡夫要修的。但是有些凡夫會具有意現量，例如凡夫的神通，但是這不是真正的斷除煩惱而所具有的意現量。

1. 四種現量的次序

在「四種現量之次序」，其次序有點不同，平常的次序應該是根現量、意現量、自證現量、瑜伽現量，應將第一的自證現量放到第三個位置，這樣的次序有它的道理。其理由是什麼呢？

四種現量之次序，亦須如是定耶？如《理莊嚴概念》：「四種現量之次序，當如何定耶？謂瑜伽現量，唯於聖者相續中有故，於最後述。其餘三種，謂於異生及聖者相續中共有故，於最初述。其中了別他之二現量，爲所領（驗）受境故，首先論述。而自證（了別自）乃前二者之能領（驗）受者故，於後論述。複次，其中五根現量是因故先述，意現量是果故後述。

「謂瑜伽現量，唯於聖者相續中有故」，所以將瑜伽現量放在最後。為什麼？因為它不是所有眾生都有，只有聖者才有，唯於聖者相續中有故。在五道中，見道以上才算是聖者，進入資糧道、加行道的行者，還是屬於凡夫階段。瑜伽現量不是大家都有的，所以將它放在最後。剩下的三個，根現量和意現量了解的是對境，而自證現量了解的是有境，也就是自證現量了解的是心，是心法，不是了解外面。若了解外面的對境，就是了別他。所以「了別他之二現量」就是指根現量和意現量是了別他。之前提到自證和他證；或了別自和了別他，根現量和意現量是自證還是他證？是他證。他證的意思是了解的是外面的境，不是了解自己的心。然而，自證所了解的是自己的心。

了解根現量和意現量的就是自證，它們彼此間是三角的關係，根現量和意現量了解的是對境，是外面的，是他證。自證現量所了解的是根現量和意現量，是自證。所以，根現量和意現量是自證現量的對境，是自證現量的領受境，自證現量本身是領受者，所領受的對境就是根現量和意現量。所以，這三個現量的次第為

自證現量要放在後面，而根現量和意現量放在前面。「其餘三種，謂於異生及聖者相續中共有故，於最初述。」剩下三種是根現量、意現量和自證現量。其中，根現量和意現量是了別他；自證現量，它是領受者，而根現量和意現量是自證現量的領受境，因此，自證現量放在後面。「其中了別他之二現量，為所領 (驗) 受境故，首先論述。而自證 (了別自) 乃前二者之能領 (驗) 受者故，於後論述。」

為什麼根現量在前？意現量在後呢？這二者有因果的關係，「其中五根現量是因故先述」，根現量為因，將它放在前面，而意現量是果的緣故則放在後面。所以有這樣的次第。現量的定義是什麼呢？「謂離分別新起非欺誑之了別，為現量之性相」。離分別的意思，就是它不是分別心，它是無分別心的意思。「現」即是不可以有分別，若有分別那就不是「現」。「現量」有兩層意義。一個是「現」，另一個是「量」，它的定義裡面有兩個段落，一個是「謂離分別」，另一個是「新起非欺誑之了別」。

現量的定義，「現」和「量」兩個的特色都要具備。「現」的特色是離分別。「量」的特色是新起非欺誑之了別。量識的定義必須具有三個特色：新起、非欺誑、了別。所以，現量的定義中必須具有量的特色，也就是「離分別新起非欺誑之了別」。

定義當中的「離分別」，也就是現量它不是分別，若它是分別，它一定不會是現量。因為若是分別，它一定有自己的想法、意見，它不是那麼實在的。若它有自己的想法，這個想法就會蓋住對境，它就不能算是「現」或「現前」。若是分別，肯定是被自己的想法遮蓋住。必須要離分別，才會變成「現」，現量的「現前」。要記得，真正的次序是：根現量、意現量、自證現量、瑜伽現量。

2. 自證現量

謂唯向內緣成爲單執離分別新起複非欺誑之了別，爲自證現量之性相，

自證現量的定義分兩個階段，也就是「自證」和「現量」。「離分別新起複非欺誑之了別」是現量的定義。「自證」這部分的解釋在哪裡呢？是「唯向內緣成為單執」。解釋自證的定義時也要分兩個，一個是「唯向內緣」，另一個是「成為單執」。其中，「唯向內緣」是什麼意思呢？自證分它不會看外面、不是向外，它是向內緣的。然後，「成為單執」就是「自證分」，它既不是心王也不是心所。除了自證分以外，任一個心一定有心王和心所。「自證分」不屬於心王，也不屬於心所，它好像是單獨、單執的意思。它好像特別獨立出來的，從哪裡獨立出來呢？因為它不屬於心王裡面，也不屬於心所裡面，而成為單執。自證的特色為：「唯向內緣，成為單執」，它具有「唯向內緣」還有「成為單執」這兩個特色。

生：成為單執是什麼意思？

師：不屬於心王，也不屬於心所。

生：什麼是心王？什麼是心所？

師：心類學的分類方式有四種：1. 量、非量。2. 自證、他證。3. 分別心、無錯亂無分別心、錯亂的無分別心。4. 心王、心所。當介紹第四種分類時，會詳細說明，現在進行第一種分類：量、非量的這個階段。

生：「現」是無分別，那我們心在什麼狀況下會無分別？

師：比如，「自證現量」它是自己感受自己，自己的感受自己了解，這是完全直接認識到，它沒有什麼分別，這就是現量。一般而言，當我們看到外面時，就會起分別，這是好人、這是壞人、這是高、那是低等。對於五根識而言，它完全是直接接觸對境，這個階段是不會起分別的，但是，在第六識的階段，它就會起分別了。比如，身根識來說，當接受到冷、受到熱，它會立即顯現出來，它不會起分別。但是，當它訊息傳給第六識時，它就會判斷，它就會區別了。

生：根識包含主觀和客觀，是不是有點類似這樣？就是 subject、object？

師：這是相對而言，若第六識將五根識當成它的對境，則五根識就是 object，而第六識則是 subject。若五根識將色聲香味觸當成對境，則它是 subject，而色聲香味觸則是 object。這是相對說的。

現在所講的不是第六識將五根識當成對境，而是五根識的對境是色聲香味觸，第六識也是面對色聲香味觸，但是這兩個面對境的方式不一樣。五根識面對時，是赤裸裸的，是無分別的。對境實際上是什麼，它就感受什麼。但當它把 message 給了第六識，之後，第六識會起分別了，第六識就不是直接領受到對境。所以，它會分別，它必然不是現量。

生：若是無分別的了別，那照了境當中，為什麼自證現量當中還有單執？自證現量定義：「唯向內緣成為單執，離分別新起非

欺誑了別」，既然是無分別的心去看的話，應該是沒有什麼單執？

師：必須先了解「自證分」放在哪裡？每個心上面有一個自證分，不管是五根識、第六識、善的心、惡的心，任何的心上面有一個自證分。它不是這個心的另外一個東西，好像是它自己一部分，且它會看到自己。

生：比如看一本書，若用無分別的心去看，不會前後左右都看到，以有分別心去看，我才看到這個書。若是這樣的話，內緣是同一樣，所以無分別看任何東西，應該是沒有照了境，為什麼自證分的定義有單執這一詞？

師：在學習的過程中，一定有自己各種想法、判斷、解釋，這是肯定會有的，整個學習過程中，自己的想法一直會變，學習越多越深入，慢慢的就會進步。現在暫時，你們可以這樣用。以無分別看到事物時，是沒有看到前後。

生甲：好像我看到您的時候就是一個形象，無分別心觀照的照了境與所觀的境是一樣的？為什麼變成單執？

生乙：單執不像執著的意思，不是心王也不是心所，後面會解釋心王心所。單執在這裡解釋不是單單執著的意思。

師：各位應稍微了解什麼是心王、心所，比如，菩提心是心王，而伴隨菩提心的心所裡面有欲求的心所，稱為「欲心所」。一個是心王，一個心所，好像是一個家庭。心王旁邊有很多心所，然而，菩提心本身有自證分！欲心所有自證分！兩個都

有。這個自證分不屬於心王，也不屬於心所。當我們指出菩提心和欲心所時，若不是心王，則一定是心所。

生：心王定義當中並沒有菩提心，心王只有自心才是心王，心的作用根本不可能成為王也沒有所。

師：當任何心生起時，一定有心王及其眷屬心所伴隨，猶如一個家庭般。我們的心中，心王有無量無邊，它旁邊伴隨的心所也無量無邊。無量無邊的心王，菩提心是其中一個，將來生起菩提心時，我們就成了菩薩。也就是在菩薩的心續當中，有無量無邊的心王，菩提心是其中一個。

生：菩提心為什麼成為心王？它不是八識當中之任何一識。

師：八識這個名相，就是唯識的說宗義者，也並不完全承許。唯識略分為兩派 — 是假相唯識和真相唯識。其中真相派主張有八識，其他中觀等說宗義者都不承許有八識。一般談論的菩提心，大部分是承許中觀見的修行者。所以，當談論菩提心時，解釋時完全不可以跟八識連在一起，只談六識。菩提心肯定是第六識，因為它不可能是五根識。菩提心是心王，且是第六識的這種心王。

要理解，在五根識的階段生起任何的心法，都有心王、心所一起生起。屬於第六識裡面的心有很多，當各種心生起時，也是心王、心所一起生起。現在談論的菩提心是第六識，很多心王中的其中一個。

「單執」這個名相，好像非常執著的感覺，它並不是這個意思。「執」即有境的意思，即常說的能取，有執取的意思，不是執著的意思。「單」的意思是它不屬於心王，也不屬於心所的意思。

自證現量必須具備三個部分：1.「自證」，2.「現」，3.「量」。這三個特色都具備時才稱為「自證現量」。然而往往僅具備三個其中的兩個，例如：自證現，只有具備「自證」和「現」，但是不具備「量」，回到前面看自證分現覺。

一、謂能持相，爲自證分之性相；謂離分別複無錯亂之能持相，爲自證分現覺之性相。

它就不說是「量」。其定義為「謂能持相，為自證分之性相；謂離分別複無錯亂之能持相，為自證分現覺之性相。」這定義不用多想。

二、分爲三種：1. 成爲自證分現覺之量，謂如感受眼識自證分現覺之第一剎那。2. 成爲自證分現覺之已決智，謂如感受眼識自證分現覺之第二剎那。3. 成爲自證分現覺之見而未定覺（此處所言之「覺」，爲「知覺」；「現覺」，爲「直覺」，與感性直覺相似。）謂如數論派哲學家相續中感受識爲樂之自證分現覺和勝論派哲學家相續中感受識爲樂之自證分現覺。以及順世派哲學家相續中感受爲比量之自證分現覺等。

「自證分現覺」分三種，這三種的其中一個就是量。看第一種「成為自證分現覺之量」，第二種「成為自證分現覺之已決智」，第三種「成為自證分現覺之見而未定覺」。這三種中的第一個是量，第二個是已決智，第三個是見而未定覺。所以，自證分現覺

僅具備兩個特色，即是自證和現覺，但是，不一定具備是量。因為這三種裡面，第一個才是量，後面的第二和第三並不是量。

自證分現覺分三個，一個是有量的，一個是已決智，一個是見而未定覺。前面兩個是了解對境，量跟已決智都有了解對境，它不是迷迷糊糊的。所以，自證分大部分會了解對境，不了解對境的很少。例如，當人瘋狂了，不知道自己在做什麼，此時自證分就不會了解對境。一般說，自證分都會了解的。比如，我自己很執著，我了解自己現在執著；我很生氣，我知道我很生氣；我很無明，我知道我有無明；我完全不懂，我知道我完全不懂。自證分大部分會了解自己，自證分的對境一定是往內緣取，這個內緣，除了少數以外大部分都會了解。以無明為例，一般說無明是不了解對境，但是無明上面的自證分呢？它是會了解無明，也就是自己完全不懂的時候，自證分會了解它不懂。所以無明上面的自證分會了解無明，自證分大部分都會了解它的所緣。

自證現覺真的瞭解它的所緣嗎？除了少部分外，大部分會了解的。了解的部分可分為兩種：有可能是新的、有可能是舊的。至於不了解的是什麼？它是見而未定。這是經教的解釋，當在進行辯經時，它的標準很嚴格，在自證現覺這部分，對於它的所緣，若不是了解的話，那一定就是不了解，不了解的情況，只有見而未定。然而，了解的情況有兩種：新的就是量；舊的就是已決智。

自證現量的定義「謂唯向內緣成為單執離分別新起複非欺誑之了別」，這是什麼的定義呢？這是自證分現覺，它可分為三個，其中的第一個自證現量，完整地說法應該是自證分現覺之量，可以直接稱為「自證現量」。

3. 根現量

謂依成爲自己不共增上緣有色根所起離分別新起複非欺誑之了別，爲五根現量之性相。此分爲執色根現量等五種。

現在將根現量分成兩部分來說明，「根」一部分；「現量」一部分。猶如在解說自證現量時，分為「自證」與「現量」來說明一樣。「現量」的定義是「離分別新起複非欺誑之了別」。根的意思是什麼？它所依靠的根是什麼樣的根呢？眼根識不是依靠耳根，不是依靠鼻根，它依靠自己的眼根。然而，眼根也有不同的，比如，有的眼根裡顯現紅色的顏色；有的眼根裡面則顯現白色的顏色，當眼根顯現紅色時，它會生起執紅色的眼根識；眼根裡面有白色的顏色顯現時，它後面會產生執白色的眼根識。雖然是眼根，但是它們所依靠的眼根各個不同，就好像是不共的。所以，在此就是「成為自己不共增上緣」，指的就這個意思。各位也許沒學過小理路、中理路，這裡用「增上緣」這個詞，可能有人會覺得怪怪的。一般，緣可分為四個 — 所緣緣、因緣、增上緣及等無間緣。這裡提到眼根是它的增上緣，所以是「成為自己不共增上緣有色根」，其中「有色根」是指五根，它是色法，前五根是色法，第六意根就不是色法，意根是心法。

「依成為自己不共增上緣有色根所起」，也就是依靠有色根的不共增上緣所起的。以根現量而言，根是依靠根的意思，然而，依靠的根是什麼根呢？是有色的根！是什麼樣子的有色的根呢？是「自己不共增上緣」的有色的根。「增上緣」是它非常具有權力的意思，比如，眼根來說，若它裡面沒有顯現，則無法生起眼識。或眼根識很想聞，然而根識想聞也聞不到東西，因為這是由眼根所控制的。若眼根可以聞取香味，則眼根識也可以生起了別香了。

增上緣能夠掌握後面的根識要不要生起。根現量分為三個部分，「根」、「現」、「量」。若僅具備「根」和「現」，但是不具備「量」，這是「根現覺」所應具有的條件。與前面自證分現覺的情況相同，根現覺也可分為三種。

分爲三種：1．成爲根現覺之量，謂如執色根現覺之第一剎那。2．成爲根現覺之已決智，謂如執色根現覺之第二剎那。3．成爲根現覺之見而未定之（知）覺，謂如對悅耳之音樂極貪戀者相續中之執色根現覺。

可以理解，當只具備根、現兩個條件時，可分出三種情況：一個是有量的、一個是已決智、一個是見而未定覺。為什麼分為三種呢？因為當根識生起時，它一定有所緣，對於這個所緣，有兩種情況：了解及不了解。

若不了解所緣，則肯定是見而未定覺；若了解所緣，則又細分為兩種情況，也就是「新的」和「舊的」這兩種，新的就是量；舊的就是已決智。現在講的是三種根現覺，其中第一種情況，就是四個現量裡面的第一個 — 根現量。

生：根現量的新與舊是什麼？比如說我見到您，第一剎那為新，第二剎那為舊？還是，昨天我看到的為舊，今天再看到第一剎那是新？

師：根識了解它的所緣時，好像有它的空間、時間。因為時間太短，在最微細的時邊際剎那，眼根識好像無法 REFLECT，無法抓到 MESSAGE。在它的空間內，它了解的方式有兩種：一個是整體的，另一個是變動的。以看見這部電腦的眼心識為

例，看這個整體，眼識了解這電腦，然而電腦螢幕一直動，眼識也了解這部分。對於整體的了解來說，它就是已決智。對於了解它一直在動的這部分來說，它就是量。所以，第一剎那看了、第二剎那、第三剎那，當眼根緣取對境時，同時可有很多眼根識，但不是眼睛有很多，而是它的認知或是依靠眼根的心識同時會有很多。若有學過唯識更容易理解，在唯識的主張裡面就會說對境有多少，則眼根識就會有多少。所以，眼根識了解剎那剎那變化的，它就是有量；而整體了解的這部分，就是已決智。

根現覺的性相內容有「此分為執色根現覺等五種」，隨著它的對境有色、聲、香、味、觸等，所以根現覺就有五個。也就是執色、執聲、執香、執味、執觸等五種的根現覺。相同的，這五種的根現覺，每一種都可以分為根現覺之量、已決智、見而未定等三個。比如，執色的眼根現覺來說，它可分為三個情況：眼根現覺之量、已決智、見而未定。相同的，耳根現覺有量、有已決智、也有見而未定；鼻根現覺也是。

4. 意現量

謂依成爲自己不共增上緣意根所起離分別新起複非欺誑之了別，爲意現量之性相。

意、現、量的定義是什麼呢？將這個定義分成兩段來說明，「離分別新起非欺誑之了別」是後段「現量」的定義，前段是「謂依成為自己不共增上緣意根所起」。這是什麼意思呢？就是依靠它的不共增上緣 — 意根，意根是什麼意思？從那裡可以理解呢？十二處及十八界。哪十二處？若將它數出來，眼、耳、鼻、舌、身、意、色、聲、香、味、觸、法，在這個裡面有沒有意

根？眼、耳、鼻、舌、身、意，這個意也就是意根，它跟意根是同義。平常念誦《心經》，它的內容有，無眼、耳、鼻、舌、身、意；無色、聲、香、味、觸、法，這就是十二處。十二個裡面有意根。將十八界對照數一下，就是剛剛的十二處以外多了六識，加起來就是十八個。但是，若要仔細分的話，還是有點複雜。嚴格講，不可以說，將十二處上面加上六識，就變成十八界，這樣是不對的。比如，眼處和眼界還是不一樣[3]。我們將十八界數出來有，眼界、耳界、鼻界、舌界、身界、意界、色界、聲界、香界、味界、觸界、法界、眼識界、耳識界、鼻識界、舌識界、身識界、意識界等十八個。所以，不可以說十八界是十二處加上六識，這不是那麼標準的說法，但是，若是粗略地說，還是可以這樣想。

十八界和十二處的差別在哪裡？就是六識。十二處和十八界兩個，哪個範圍較大？可能有人會認為，一定是十八界範圍比較大，十二處範圍比較小。實際上，這兩個範圍大小是一樣的。這樣會衍生出一個問題來，十八界多了六個是放在十二處的哪裡呢？這六個應該放在剛才提到的「意」，即意根。這是因為當以十二處來說明一切法時，根器劣者比較難理解，所以，為了解釋「意根」，而多講出來六識，這六識就是意根。可能各位會想，眼識也是意根嗎？耳識也是意根嗎？是！這樣應該比較清楚了。一般人覺得眼識怎麼會是意根呢？眼識確實是意根，意根的「意」，不是第六意識，而是「心」的意思，也就是一般常提到的身、語、意三門中的「意」。「心」或「意」指的並不是第六意識。所以，六識都是心，眼識是心、耳識是心、鼻識也是心。

3. 按雪歌仁波切的《廣論奢摩他章講記》p198，眼處與眼界，若從實有的角度來看，二者沒有差別。可是就產生執著的角度而言，依眼處產生的諦實執著，與依眼界產生的諦實執著，二者則不一樣。

心類學 -4

- 正講

已經介紹意現量的定義，接著是意現覺的分類。

二、分爲三種：1. **成爲意現覺之量，謂如他心通**（**即瞭解對方心思之認識**）**之第一刹那。**2. **成爲意現覺之已決智，謂如他心通之第二刹那。**3. **成爲意現覺之見而未定之覺，謂如對美麗之色極貪戀者相續**（心流）**中之執聲意現覺。**

此處的第三種就直接講執聲意現覺，不需要繞著講。意現覺包括 1. 量，2. 已決智，3. 見而未定覺等三個。由此可知，若僅是意現前，不一定是量。意現的意是什麼意思呢？它是依靠意根而生起的意思，但是此處所依靠的是一般的意根。

在這裡先這樣區別可能會比較清楚，比如說：入根本定是了解空性，當菩薩入空性的根本定時有現量，此時是現證空性。然而若是他心通的時候，它也有現證！此時所現證的對境是他心。兩種情況一個是現證空性，另一個是現證他人的心，二者都是現證，而且都是第六意識了解的。現證空性時是第六意識了解空性，不是五根識了解。相同的，他心通的時候也不是五根識了解，而是意根識了解。都是意根識了解，但是一個稱為意現量，另一個稱為瑜伽現量。

為什麼這樣區別呢？以他心通的意現量來說，它與空證見相較之下，它是比較普遍的，這種意現量連魔鬼也有。然而入空性的根本定而現證空性，這就不那麼普遍，它所依靠的不可以說是

一般的意根，雖然它所依靠的確實是意根。但是它不是普遍的意根，而是特別的意根，是止觀雙運的意根。比較普遍的意根，就稱為意現量，這種意現量尚未達到瑜伽現量，所以如此來區分此二者。這猶如酥油茶跟奶茶，奶茶範圍大，酥油茶範圍小，酥油茶和奶茶還是有點區別。酥油茶不叫奶茶，沒有奶，可以有茶，但不叫奶茶。入空性的根本定而現證空性，它是意現量，但是它不稱為意現量，而稱為瑜伽現量。

意現覺分為三種，以他心通為比喻，第一種是他心通的第一剎，這是量的部分。第二種是他心通的第二剎，這是已決智。第三種是見而未定覺，針對第三種，不用如此複雜的敘述 — 對於美麗的顏色 .....— 直接稱為「執聲意現覺」即可。因為隨著五根識之後而生起的第一剎那的意現前完全是見而未定，比如當眼睛看一個人或一朵花時，生起眼根識之後，剎那間第六識馬上生起無分別的意現，時間非常短促，之後立即生起分別心。因為分別心太快了，所以一般我們不會察覺到中間有無分別的意現。可能有些人會想這種無分別的意現非常好，我們要修持它，不是這個意思，我們不是要修這種無分別的意現。意現覺的三種分類大致如此。

意現量的部分漏了一點，意現量可分執色意現量等六種，分別是色、聲、香、味、觸、法六種，這六種是依據意現量的對境有色、聲、香、味、觸及法而分為六種。但是這裡指的都不是根識！不要誤解成眼根識也有意現量，耳根識也有意現量，不是這個意思。而是於色、聲、香、味、觸、法對境上面都會有意現量。比如說：天眼通不是依著眼根，它只是用眼而已，實際上不是眼根，它是依著意根而產生第六意識，所以天眼通是第六意識，也是意現量。所以天眼通、天耳通、神變通、他心通、宿住隨念通等五種神通，這五種神通比較普遍，前五種神通所依靠的意根是

比較普遍的，它不講了解空性，所以是一般的意現量，另外一種是阿羅漢才有的無漏通。

5. 瑜伽現量

一、謂依成爲自己不共增上緣止觀雙運禪定生起之一[4]，聖者相續中離分別複無錯亂了別他之智，爲瑜伽現量之性相。

將瑜伽現量的定義分為瑜伽及現量兩個部分，現量的定義是指這段文中離分別後面的這部分，先介紹前面的這部分，「依成為自己不共增上緣止觀雙運禪定」到這裡是瑜伽的意思，後面是現量的意思，它是現證無常及粗、細補特伽羅無我等任何一種。

「瑜伽」是梵文，不是中文，也就是 yoga，中文就慢慢轉成瑜伽。這個字在藏文有點「雙連」的意思，雙連就是止觀雙連，所以瑜伽就是止觀雙連。但是有時候我們並不是談論「止觀」，僅僅談論「止」也會用這個字，這時候「瑜伽」所指的是心和對境連在一起，將心完全安住在對境上，心沒有跑掉，所以瑜伽有一點是兩個東西連在一起的意思。所以，無論指的是心和對境連在一起，或是止和觀連在一起，都是瑜伽的意思。這裡指的是「止觀雙運」，所以瑜伽現量的瑜伽所依靠的是止觀雙運的定，然後依著止觀雙運而生起的一種現量，就稱為瑜伽現量。

此時所產生的現量能了解什麼呢？即現量的對境是什麼呢？現量的對境有無常等，因為現在所用的教科書是以經部宗的主張為主。經部宗是小乘的宗義者，所以他們不會主張法無我，只主張無常、粗的補特伽羅無我、細的補特伽羅無我。所以他們所現證的對境是無常、粗、細補特伽羅無我。所以，在聖者相續中了

4. 按嘉揚三智格西的《宗義寶鬘講記》p91，「之一」的意思表示，這是一個條件。

別他。了解無常，了解粗的補特伽羅無我，了解細的補特伽羅無我，這些都是他證，不是自證，了別他就是他證的意思。這樣的一個心就可說是瑜伽現量。

這裡所現證的對境是無常等，為什麼所現證的是這些法呢？因為無常等法，唯有聖者以上才會現證，凡夫不能現證，這些對境有別於他人的心，他人的心就連凡夫也能現證。平常提到的四聖諦，苦諦、集諦、滅諦、道諦等，為什麼稱為聖？因為這是聖者以上才會現證，凡夫沒有能力現證。同樣地，無常等法，只有聖者以上才能現證，所以聖者心續中了別它，這樣的認知才有能力現證。

第一次聽，不會馬上清楚，沒關係，後面再聽就會比較熟悉，平常學習所有的課都是這樣，第一次聽肯定不是馬上聽得懂。但是聽的時候你們沒有感覺，沒有自證分而已！實際上各位有懂啦。

生：為什麼要用補特伽羅這個字？這個字是梵文嗎？

師：補特伽羅肯定是梵文，不是藏文。補特伽羅在藏文稱為「忼薩」。補特伽羅包括佛、有情等一切眾生。佛是補特伽羅，眾生也是補特伽羅，連螞蟻也是。補特伽羅範圍很大，有些書以「人我」及「人無我」來代替「補特伽羅我」及「補特伽羅無我」，但是嚴格講，人的範圍太小，因為不包括一切佛、眾生。所以，用補特伽羅比較正確，因為補特伽羅我，補特伽羅無我，它的範圍包括佛及一切有情。比如執著自己將來的佛，這個執著就是補特伽羅我執，所以我將來的佛就是補特伽羅。《金剛經》裡面提到，我將來會有什麼佛授記，將來你會怎麼樣成佛。在那個時候，佛並不會執著他將來會變成什麼樣的佛。這方面他沒有執著，意思是我將來會有什麼樣的佛名號，

會變成什麼樣的佛，若有這樣的執著，這也是補特伽羅我執。所以將來我們的佛也是補特伽羅，因為若他不是補特伽羅，在他上面執著，怎麼會變成補特伽羅我執？所以補特伽羅的範圍包括一切佛、眾生等。

生：書上好像安立有煩惱才會是補特伽羅，書上是依據心與蘊所安立的士夫才稱為補特伽羅？佛是在自身五蘊上安立的嗎？

師：是！五蘊可分為有漏和無漏兩部分，五蘊包括一切有為法，這是有漏的，無漏的也含攝在五蘊裡，所以五蘊的範圍很大。一般說，佛典裡面用的五蘊大部分是指有漏五蘊，這必須依對象而分。總之，五蘊不一定是有漏的。

關於常、一、自在，要了解，從自續派以下，他們所主張的粗、細補特伽羅，區別是一樣的，但是中觀應成的主張就不同。為什麼？所有的自續派以下所說的補特伽羅無我，不管是粗的或細的，中觀應成派認為都是粗的，細的補特伽羅無我唯自宗的主張才有。現階段先不談應成派的主張，以自續派以下的主張而言，他們所主張的粗的補特伽羅無我和細的補特伽羅無我，都是一樣的。粗的補特伽羅無我是補特伽羅常、一、自在空，細的補特伽羅無我是補特伽羅能獨立實質有空。什麼是常、一、自在呢？

1. 常 — 補特伽羅常的執著，我們會將「我」看成常的樣子，然而什麼常的樣子呢？這並不是將身體看成常，因為身體會變老，我們都知道小時候的身體不會一直都在，現在身體變了。但是「我小時候」，好像我在那時候，我現在變成在這裡，「我」好像一直在的樣子，這就是補特伽羅我上面有常的執著。或說，早上我在，現在我也在，明天我也在，幾年以後怎麼怎麼樣，甚至來

世是怎麼樣，這就是在「我」上面的常法執著，也就是補特伽羅常的執著。

2. 一 — 以外相來說，「我」有很多部分，兩隻手，兩隻腳，頭，身體，但是我不在這裡，也不在那裡。身體有很多支分，但是我是主人，只有一個，身體的支分好像都是我的，這就是一的執著。「一」的執著就是這樣。

3. 自在 — 對於「一」的說明，若再清楚一點地講解，應該就是它沒有部分，一些經教對於「常、一、自在」有更細的解釋：不需要依賴因的常、沒有部分的一、不依賴蘊的自在。換句話說，常是不依賴因果，因為本來就有了，所以不依賴因緣。沒有誰造它，這就是「常」。一沒有部分，好像它是一個東西，它沒有部分。自在是不需要依賴五蘊。比如說，有時候我們會想，那個人的身體很好，可不可以換一下？好像有一點希望可以換，這好像我不需要依靠我的蘊，我的蘊都可以丟在那裡，可以收另外一個蘊，這就是不依賴蘊的「自在」。所以常、一、自在的執著，不論怎樣，這三個都跟蘊異體，也就是與蘊的體性異，這就是補特伽羅常、一、自在的看法。

補特伽羅常、一、自在空為粗的補特伽羅無我的主張，它的理由在那裡呢？因為補特伽羅常、一、自在的執著性比較粗。為什麼是粗的呢？因為它是補特伽羅和蘊的體性異的看法，不管常的看法，一的看法或自在的看法，都是補特伽羅和蘊體性異的看法。當破除了這樣的補特伽羅我執，就變成粗的補特伽羅無我。

細的補特伽羅無我為補特伽羅能獨立實質有空，什麼是能獨立實質有空呢？當粗的補特伽羅我執已經破除時，我們會了解「蘊」也是無常，因為蘊不是常法，所以補特伽羅不是常法，蘊不

是一，補特伽羅也不是一，蘊不是自在，補特伽羅也不可以自在，由此結論變成蘊和補特伽羅是體性一的看法，補特伽羅常、一、自在空，這個部分是對的沒有錯，但是後面變成蘊和補特伽羅體性一，這看法就太離譜了，離譜到認為五蘊是實質有的，所以補特伽羅也是實質有。這種看法就是補特伽羅能獨立實質有的執著，這種的執著就比較細，因為它已經破除補特伽羅和蘊體性異的執著，破了之後，還存在另一種細的補特伽羅我執。

生：唯識宗一直沒有破細的補特伽羅無我？因為唯識認為有心，而且心是實在的。唯識所有的論點都沒有破細的補特伽羅無我！

師：剛剛講的主張，無論唯識、經部宗、毘婆沙宗或中觀自續派，都是公認的。對於心的實質有，這部分也是大家公認的，所以剛剛提到五蘊是實質有，對這些宗義者而言，這觀點沒有錯。但是若把它當理由，認為補特伽羅是實質有，這種想法就有錯。五蘊是實質有，但若把這種觀點影響到補特伽羅上面，那就錯了。所以，五蘊與補特伽羅體性一是沒有錯，但是若體性一到太離譜，則變成當五蘊是什麼樣，補特伽羅就會是怎麼樣，這就太離譜了。當這樣執著時，就變成補特伽羅獨立實質有的執著。若將這個執著打破，就是細的補特伽羅實質有空。粗的補特伽羅無我，及細的補特伽羅無我，大概這樣解釋。

接著再看瑜伽現覺，它的定義就不用再看。接著看瑜伽現覺的分類。

二、分為二種，1、**成為瑜伽現覺之量；**2、**成為瑜伽現覺之已決智。但無成為瑜伽現覺之見而未定之覺者，蓋凡為瑜伽現量，自之所量境皆定故。**

前面所提到的根現覺、意現覺及自證現覺都分為三種，但是瑜伽現覺並沒有分為三種，因為瑜伽現覺一定是了解對境的，所以沒有見而未定這種，見而未定是只有顯現，並沒有了解對境，所以瑜伽現覺不可以是見而未定，只有量和已決智兩種。

現量分四個，其中包括瑜伽現量，也就是瑜伽現覺兩種中的第一種，量和已決比較容易理解，第一剎那就是量，第二剎那就是已決。從定義再往下看，「可分三種：現證細無常之量，現證粗補特伽羅無我之現，現證細補特伽羅無我之量三種。」後面應該都要加上「現量」，有的只加現沒有加量，要不然沒有加現，只有加量也可以，因為前面已加上「現證」，所以現證無常之量，現證粗補特伽羅無我之量，現證細補特伽羅無我之量，不加「現」也可以！但是「量」一定要加，最好是都加上「現量」。四個現量介紹完畢。

2.2.1.2 比量

比量非常重要，之前提到，要斷除煩惱、斷除所知障，都需要用補特伽羅無我或法無我的現量，這些是瑜伽現量。瑜伽現量雖然非常珍貴，但是瑜伽現量離我們的現況非常遙遠。要如何接近它們，心中要生起那些呢？我們必須在補特伽羅無我、法無我方面先要生起比量，然後再一直修，慢慢地就變成現量。當達到現量時，就是瑜伽現量。若沒有修持比量，是無法直接跳到現量的。比如直接現證無常，現證粗的補特伽羅無我，現證細的補特伽羅無我，這些是無法直接做到的。我們經常提到三大阿僧祇劫的修持，我們將三大阿僧祇劫分為三個階段：資糧道、加行道為第一大阿僧祇劫，初地到七地為第二大阿僧祇劫，八地到十地為第三大阿僧祇劫。其中資糧道加行道這一大阿僧祇劫都在修比量。因為還未到達現量，所以都是修比量。比量是什麼？它是分別？

還是無分別呢？它是分別！所以我們在這一大阿僧祇劫都要修分別心，這就是比量。

心類學 -5

- 正講

謂據自依正確因，直接新生，非欺誑之執著了別，爲比量之性相。

比量的定義是「據自依正確因，直接新生，非欺誑之執著了別，為比量之性相。」「比量」就是比和量，量依靠的是比較、對比而得到。對比就是推理的意思，它用來推理的是正確的因，進而了解或生起了一個量，這個量就是比量。「比」就是用正確的邏輯對比的意思，之後生起量的時候，就稱為比量。「量」的意思是新起非欺誑了別，然而在「了別」這裡加了「執著」，「執著了別」是什麼意思呢？它是分別心的意思。所以比量是分別心。「直接」的意思就是從正確的因那裡直接生。所以它是從那裡生呢？它是依靠正確的因，從那裡直接生起，新起非欺誑執著了別，其中的「執著」就是分別心的意思。

此分爲三種：

一、物力比量，謂如以所作性爲因，瞭解聲音無常之比量。

二、世許比量，謂如以存在於分別之上爲因，而瞭解將兎說爲月之比量。

三、信仰比量，謂如以經過三種觀察訂正之教典爲因。瞭解「施致財富，守法安樂」教典所顯示之意義是非欺誑之比量。

以比量了解對境時，用的是正確的因來推理，進而了解，這個正確的因有三種類型，一種是用物力的推理，一種是世許上面

的推理，一種是信仰的推理，所以比量可分為三種。它們分別稱為物力的比量、世許的比量及信仰的比量。將前面的兩種，和後面的一種分開來解釋比較容易理解。後面的信仰比量，所用的邏輯不是真正的理由，好像沒有一個實際的理由，只是一個心裡的信仰。它是以非常堅定的信仰為理由去做推理的，這樣也能生起一個量。比如說：我很相信釋迦牟尼佛，所以他說一定是怎麼樣，以堅定的信仰為理由，然後推理進而瞭解，這種了解的方式實際上並非找到了真正的理由，而是用這種信仰來推理，以產生的了解。另外的兩種都是用自己的了解或發現，將它當邏輯理由進而成立。屬於用自己的了解或發現的有兩種：一種是在名字上的，一種是在意義上的。在名字上的推理，就是世許比量；在意義上的推理，就是物力比量。

1. 物力比量

生：什麼是物力比量？

師：物力比量是在意義上發現到一些道理，用這個當理由來推理，就是物力比量。若不是在意義上的，而是名稱上的道理已經了解了，將這個當理由來推理，這就是世許比量。這兩個都是自己發現一些東西，以發現的當理由而推理，然後產生了解。若不是自己發現，而是經由我對他有堅定的相信，所以他所說的都算是對的，這種就是信仰比量。

比量分三種，這三種比量都有舉出例子。第一個物力比量的例子，謂如以所作性為因，瞭解聲音無常的比量。也就是說：聲音是無常，因為它是所作性。這是什麼意思呢？聲音不會是常法，因為它當初是依靠因緣而產生的，所以它以後肯定會有毀滅的階段，它不是那麼穩定，這就是所作性的意思。若它是所作性，有生一定會滅。聲音有生，後面一定有毀滅。對於粗的無常，可以

這樣成立。對於細的無常，也可這樣成立。針對細的無常，生本身就帶來滅，生的體性就是滅的體性，在生的第一剎那就有變化，這個變化是生自己的因造的，在第二剎那時，生就會滅，這就是細的無常。將所作性當理由來成立無常。無論是粗的無常或細的無常，都是以這個理由來成立的。這是以意義上來推的道理，它不是以名字上來推的。這就是物力比量。

2. 世許比量

世許比量的例子是，謂如以存在於分別之上為因，而瞭解將兔說為月之比量。不知你們有沒有這樣的說法，但是依藏人的說法，藏人看月亮時好像裡面有兔子坐著的樣子，所以藏人直接稱月亮為有兔，有兔是月亮的名字。這個名字為什麼我可以這樣稱呼呢？因為大家都這樣稱呼。以這個來當理由，所以我也這樣稱呼。這就是「以存在於分別之上為因」，大家的分別心中對它存在這樣的稱呼，以這個當理由，我也可以這樣稱呼它，這就是世許比量。

生：若說是非欺誑，若有一部分人說是兔不是月亮，一部分人說兔子是月亮，世許並不是絕對的，這樣怎麼能說世許是量呢？

師：現在是講有兔子，並沒有說月亮是兔子，這裡是它的名字為有兔，所以我們可以稱它為有兔。

生：若有一部分人不用這個名言，為什麼要稱它是世許？

師：不是，不是全世界的人都要這樣稱呼它才是世許。是不是有倒的，就是世許？

生：有顛倒的，藉由不同的名言，都可稱它為世許？

師：不是。現在是相對來講，藏人或漢人，現在用有兔這個名字來稱呼月亮，我也可以這樣稱呼它嗎？這是一個問題，若我可以這樣稱呼它，那怎麼成立呢？因為大家都這麼稱呼它，所以我可以這樣稱呼它，這就是比量。我也可以這樣稱呼它，所用來成立的理由不是真正的道理，只是名稱的一種，名字不是實際上的道理，所以它稱為世許比量。比如說：這個是什麼？它叫杯子。為什麼叫杯子？為什麼我們叫人呢？有什麼理由？理由是大家都這樣叫啊！

大家都是這樣叫，我也可以這樣叫，沒有根據什麼理由，只是大家都這麼叫，這是世許比量。月亮的藏文是「達娃」，初學藏文時，要確認月亮可不可以叫達娃，右邊看、左邊看，大家都叫它達娃，所以我也可以這麼叫，這不用推理，這就是世許比量。

3. 信仰比量

物力比量及世許比量比較普遍，第三個信仰比量就不是那麼容易，因為它要有強烈的信仰，才有推理的作用。比如說：對釋迦牟尼佛強烈的信仰是什麼樣呢？要了解世尊所講的四聖諦，要了悟這個道理，才能對世尊生起堅定的信仰。若不了解四聖諦，只是在釋迦牟尼佛前面禮拜、供香、點燈，這樣的信仰還未達到堅定的程度。此處說的信仰是堅定的信仰。以前提過增上生和究竟決定勝，以獲得的果來說，是先有增上生，才有決定勝。但以了解來說，則是先了解決定勝，再了解增上生。這個道理我們常用，為什麼？比如說：有天道、人道，種那樣的因，來世就有那樣的人身，這就是增上生道的法，這個法是極隱蔽法。這些法必須依靠世尊為我們講說，我們無法真正的理解，無法推理，無法依靠物力推理，只能依靠對世尊信仰的程度，依此才能推理，對此極隱蔽法才有相應程度的相信。若對世尊的信仰很薄弱，這種

推理就沒什麼力量。對世尊的信仰需要達到什麼樣堅定的程度呢？一定要了解世尊所開示的四聖諦，世尊為眾生開示：要離苦得樂，什麼是該取，什麼是該捨，我們對於這方面要透徹地理解。當透徹地理解之後，對世尊會自然地生起非常堅定的信仰，好像我的離苦得樂真的是他給予的，他真的照顧我。生起了這種堅定的信仰，我們就能推理現在世尊開示的極隱蔽法，肯定是對的，他是一點也不會騙我的。當這個信仰很強、很堅定時，這種極隱蔽法才能推得起來。所以要了解四聖諦的道理，意思就是了解決定勝的法，了解之後，自然對世尊有信心，有堅定的信仰，用這種堅定的信仰推理世尊所開示極隱蔽的法 — 即增上生的法。

有人可能這麼想，若要修下士道，則不需要了解中士道的法，可以直接修下士道，這是不可以的。若要修下士道，一定要依靠修中士道的法。修中士道的法，若沒有依靠下士道的法怎麼修呢？剛剛講過，下士道的法就是增上生道的法，當修增上生道的法時，要能真正修起來，就得依靠了解決定勝的法。對決定勝的法了解越深越透徹，對世尊的信仰，就會很堅定很強。從那裡才可以推得起來增上生的法或下士道的法。所以，若要真正修下士道的法，必須藉由四聖諦 — 中士道的法 — 的幫助。當然，上士道的法若能幫助還更好。所以，中士道或上士道的法，幫助修起來下士道的法。現在所用的稱為信仰比量，信仰比量的堅定信仰，一般人很難具有，必須依靠堅定的信仰，才會推得起的一種比量，這是信仰比量。

4. 執因心

附講執因心（**思維**）**分爲二目：**

一、性相，謂本人對聲是所作性，又凡是所作皆是無常性之任何一種皆非欺誑（有正確認識），複依其自身之因緣所作性產生之以所作性爲因（理由）又是瞭解聲音無常比度因素之相符事，即以所作性爲因（理由）成立聲音無常之眞正敵論者相續中之了別（認識），爲本人以所作性爲因成立聲音無常執因（理由）心（思維）之性相。

二、分類有二：

1、爲衡量聲音是所作性，乃以所作性爲因（理由）成立聲音無常之執因心者，謂本人對聲音是所作性既有正確認識，又本人依其因緣所作性而以所作性爲因（理由），又是瞭解聲音無常比度（推理）因素之相符事，即以所作性爲因成聲音無常之眞敵論者相續中之了別（認識）。此複分爲三種：

（1）衡量聲音爲所作性，乃以所作性爲因（理由），變爲成立聲音無常之執因心之現覺者，謂如以所作性爲因成立聲音無常之眞敵論者相續中衡量聲音爲所作性之現覺。

（2）衡量聲音爲所作性，乃以所作性爲因（理由）。變爲成立聲音無常之執因心之比度者，謂如其相續中，衡量聲音爲所作性之比度。

（3）衡量聲音爲所作性，仍以所作性爲因（理由），變爲成立聲音無常之執因心之已決智者，謂如其相續中，衡量聲音爲所作性之比度之第二刹那等。

2. 爲衡量凡是所作皆是無常之執因心者，謂本人對凡是所作皆是無常既有正確認識，又本人依其因緣所作性而以所作性爲因（理由），又是瞭解聲音爲無常之比度（推理）因素之相符事，即 — 以所作性爲

因（理由）成立聲音無常之眞敵論者相續中之了別（認識）。此複分爲三種：

（1）衡量凡是所作皆是無常，仍以所作性爲因（理由），變爲成立聲音無常之執因心之現覺者，謂如以所作性爲因（理由）成立聲音無常之眞敵論者相續中，衡量凡是所作皆是無常之現覺。

（2）衡量凡是所作皆是無常，仍以所作性爲因（理由），變爲成立聲音無常之執因心之比度者，謂如其相續中，衡量凡是所作皆是無常之比度。

（3）衡量凡是所作皆是無常，乃以所作性爲因（理由），變爲成立聲音無常之執因心之已決智者，謂如其相續中，衡量凡是所作皆是無常之比度之第二刹那等。

附講執因心，執因心的部分大略看過就可以。現在介紹的是比量，比量所依靠的是正確的因。首先在心續裡面思惟正確的因，正確的因好像可以進來，「執因」的「執」是它能進來，能抓的意思。「執因」就是正確的因，在我們的心續裡好像可以被接受。比量是靠正確的因，正確因的階段是在還未生起比量之前，當正確的因被某人所接受了，此時某人的心續中具備了執因心。執因心所抓的正確的因，其定義具備三項：宗法、後遍、遣遍，這裡連接到因明學的部分。

生：是宗、因、喻吧？

師：不是，不可說是宗、因、喻。現在沒有講喻！現在是宗法、後遍、遣遍。比如說：聲音是無常，因為是所作性。若對心續

而言是正確的因，它如何了解呢？它必須要了解聲音是所作性。這個就是宗法，也必須了解若是所作性，肯定是無常，這就是後遍。再者，若不是無常的話，肯定不會是所作性，這就是遣遍。這三個都要了解，若具備這三個，對它而言才是正確的因。

生：這裡是不是講，執因心怎麼去定義因是正因？

師：現在所講的是，生起比量之前，心續中所要具備的認知 — 必須了解宗法的心、了解後遍的心、了解遣遍的心。這樣的心就是執因心，所以執因心可分很多，比如在這裡就分為兩種：宗法和遍。遍又可分為兩種：後遍和遣遍。

量分為現量和比量，比量分為三種，現量分為四種。法有現前法、隱蔽法、極隱蔽法。現前法是不須透過比量而直接以現量就能了解的法，稍隱蔽法無法直接用現量了解，一定要用物力比量才能了解者。極隱蔽法無法以現量了解或以物力比量了解，僅能藉堅定的信仰來推理才能理解。極隱蔽法，極是最極，非常的意思。

生：信仰比量經過三種觀察訂正之教典，所謂三種觀察是什麼？

師：以所量的對境來分，法可分為三種 — 現前、隱蔽和極隱蔽。以能量法的量來分也有三種 — 現量及兩種比量。兩種比量是什麼呢？剛剛將比量分三種，有時候會將世許比量包括在物力比量裡面，若以這方式來分，比量就分為兩種。所以能量之法有三種，所量的法也有三種。

你所問的和這些分類有關係，比如說，信仰比量是用一種很堅定的信仰，這種堅定的信仰在這裡的例子：瞭解「施致財富，守法安樂」教典所顯示之意義是非欺誑之比量。他經過三種觀察訂正之教典為因，將這個當理由，來肯定世尊所說的這個句子是對。他用的理由最主要的就是世尊講的法，另一種是經過三種觀察。三種觀察是什麼？雖然是世尊所講的法，若僅依據這樣來當理由還不足夠，因為世尊所說的法，有時候講補特伽羅有我，有時候講補特伽羅無我；有時候講一切法有自性，有時候講一切法無自性。若僅憑世尊有講過，是無法成立的。雖然對世尊有非常堅定的信仰，但不能僅以這個當理由來成立，此時必須加上三種觀察。

三種觀察是什麼呢？這道理是世尊所說的，而世尊他所說的現前法上完全沒有與現量違背，稍隱蔽法上完全沒有跟物力比量違背，極隱蔽法上完全沒有跟世尊所說的其他經典違背。經過這三種觀察後所得的結果：是！後面什麼都沒有違背，而且是世尊所說的，這些肯定可以相信的。

剛剛先介紹現量、比量、現前法、隱蔽法、極隱蔽法，若沒有先了解這些，其他的就比較難了解。比如說：世尊說的時輪金剛的續裡面，提到地球或娑婆世界是平的，這種法就是現前的法。這個和現量有違背，這種說法是無法成立的，所以我們不能相信。所以，世尊所說的法必須經過三種觀察：1. 現前的法和現量有沒有違背，2. 隱蔽法和物力比量有沒有違背，3. 極隱蔽法和其他的經典有沒有違背。要這樣觀察。

生：若以「施則受用」來講，怎麼用這三種方法來觀察，以成立它為一個比量？

師：這裡所用的理由範圍很廣，比如說：聲音是無常，因為所作性。所作性的道理範圍很廣，什麼地方都可以用。同樣，經過三種觀察訂正之教典，其範圍也很廣，什麼地方都可以用。以這兩句為例，我們怎麼用？若他的所詮裡面是現前法，則應觀察和現量有沒有相違。若他的所詮裡面是隱蔽法，則要觀察和物力比量有沒有相違。若他裡面所講的是極隱蔽法，也要像前兩項一樣，觀察和其他的經典有沒有違背。以這兩句來說：它裡面有沒有現前法？有啊！比如說布施，布施是現前法，若世尊講說若做布施的話會怎麼樣，我們必須觀察世尊所說的有沒有和現量違背，若是與現量違背的話，我就不能相信。現在此處提到若做布施，下一生會有富有的果，有這樣的因果關係，這是屬於隱蔽法。對於布施後會感富有的果，這樣的道理它是隱蔽法，因為這是可以推理的。但是對於在什麼時間、得到什麼東西、富有是什麼方面的富有，這些方面的就是屬於極隱蔽法。所以要怎麼樣觀察呢？將它分析，分為整體的或是小部分的，或是某一個部分的，哪一部分是現前法的部分；哪一部分是隱蔽法的部分；哪一部分是極隱蔽法的部分，我們將它分一分，然後再觀察在那一部分有沒有相違？第三種就是世尊所說的法不只這兩句（施則受用），還有很多其他的經典，我們也要比較，那個地方有不同的說法，這些法加以比較，若經典前、後，或者跟其他的經典都沒有違背的說法，此時我也會相信世尊所說的這些法，這就是和信仰比量也沒有相違。

極隱蔽法一定需要依靠這三種的觀察，極隱蔽法靠隱蔽法，隱蔽法靠現前法。所以必須依著現前法，慢慢推到隱蔽法。隱蔽法慢慢推到極隱蔽法，所以極隱蔽法的觀察推理就好像這三種東西是紮在一起，但是紮在一起不代表世尊在這裡真正的有講到現前法，真正的在這裡特別有講到隱蔽法，不是這個意思。

極隱蔽法裡面這三個是有連在一起，所以這裡特別用三種觀察，原因就是在這裡。

若不是這樣，為什麼需要三種，只要第三種就可以了，因為它是極隱蔽法，所以不需要第一種，也不需要第二種，直接有第三種就可以了，我們可能會這樣想，這是不對的。極隱蔽法必須依靠隱蔽法，隱蔽法需要靠現前法，這也是法王常講的，佛教教理可以一直往回推，推到最後，它完全是一種 common sense，它就是自己實際上的經驗領受，我們再從那裡慢慢推，推到越來越廣，越來越遠，也就是從現前這裡慢慢推到隱蔽，隱蔽裡面又推到很遠很廣，然後就可推到極隱蔽法。

這就是比量大概的解釋。以上已說明了現量、比量，這裡還有其他的分類方式，現在解釋的是第一種分類。第二種分類和第三種先不講，現在跳到非量的部分，因為現量、比量和非量比較有相關，所以接著介紹五種非量。

2.2.2 非量知覺

自宗云：非新生不欺誑（正確）之了別。爲非量識之性相。

二、分類，有已決智，伺察識（分別意），見而未定，疑、顛倒識五種。

量的定義是「新起非欺誑之了別」，非量的定義就是「不是新起非欺誑之了別」。非量可分為已決智、伺察識 (分別意)、見而未定、疑、顛倒識五種。伺察識與分別意是一樣的，有時會用伺察意，有時則用分別意。「分別意」好像與分別心差不多，但是二者不同。接著是見而未定、疑、顛倒識有這五個。將這五個加

上現量和比量，所以總共有七個，這就是心類學裡常提到的七種心法。

五種非量裡面的已決智，在現量或比量生起後接著生起的都是，它是量後面生起的識。剩下來的四個是還未生起量之前的識。若前後來看，好像有一種因果的關係，已決識在量的後面生起。其他的四個非量是在量生起之前，大概要這樣想。

伺察、見而未定、疑、顛倒，其中和現量完全相違的是顛倒識。顛倒識要怎麼樣接近量呢？首先顛倒識要慢慢變成疑，疑再慢慢變成伺察意。至於見而未定，它沒有什麼特別專注，沒有什麼對錯，好像沒有什麼定，見而未定好像沒有什麼特別的變化在裡面。在四個非量中，行者要以三個為主，也就是要將顛倒識慢慢變成疑，疑再變成伺察意，伺察意慢慢變成比量！再將比量慢慢培養到瑜伽現量。

在整個過程大致是這樣的變化，現在只是簡單的說明，這其中有很多複雜的細節。比如說，以顛倒識變成疑而言，疑可分三個 —1. 負面的想法比較多一點，2. 平等的，3. 正面的想法比較多一點。比如：1. 一切有為法應該是常法吧？這就是負面的想法多一點，2. 一切的有為法是常法還是無常？心裡不太確定，是一種平等的想法，3. 應該是無常，但是還是不太能確認，比較正面一點。在疑的階段就有三種。從顛倒到疑，我們會慢慢地分析，然後會慢慢偏向正面，那是比較正向的疑。之後慢慢轉成伺察意，伺察意的階段又可細分為五。比如說：現在對於有解脫、有佛的果位等的看法，可能是在疑的階段，亦可能在伺察意的階段。若是處在伺察意的階段，伺察意又細分為五，我們會慢慢往上進步，當進步到剛剛所講的執因心，心裡能夠接受的正確的因，在執因

心的階段之後就會變成比量。比量是在資糧道和加行道這兩個階段要修持，之後才能變成瑜伽現量。心類學內容蠻多的。

生：若我聽不懂法，是不是我不夠量？

師：剛剛講的，雖然覺得聽不懂，但是心續裡還是有很多印象進來。當下會覺得好像很不清楚，但是可能明天再重講一遍，你會覺得這些好像聽過了，這就會有不同，你會比較適應。所以聽的時候有什麼樣不懂，還是將它猜一猜，一直猜一直猜，這樣做下去就會懂確實它是這樣的東西。第一次聽，誰都很難聽懂，若第一次就能懂，那麼一下子就會通達五部大論，那是不可能的。僧眾的學習開始時也是從老師那邊聽聞，之後有同學一起，每天大概花五、六個小時，一直講一直講，慢慢地就會懂。現在最起碼了解量有兩個現量、比量。

生：是不是給我們出個思考題？

師：思考題這裡我們就講到，剛剛所講的分類，分類就是思考的意思。在心裡將它仔細地分析，這樣的分析就是增長智慧，增長智慧不是一下子好像有一個東西就能砍的樣子。增長智慧是慢慢試著去做分析，智慧就會增長，論典裡面教我們的也是一種分析的方法。

生：要怎麼樣觀察我們自己的心？現在我們知道一些名詞和它的一些意義，最後還是要去了解我們的心。能一層一層的上去，要怎麼做呢？

師：現在講的是我們心裡有多少是量的部分？哪一部分是量？哪一部分是非量？哪一部分是現量？哪一部分是比量？有時候我

們認為是比量，實際上並不是。現在知道比量的定義，知道應該要小心，不要誤解。若是真正的比量，它是我們可以依靠的，因為它是量，所以我們可以跟著心，它可以增長。在心裡要去分析哪個是有道理的，哪個沒有道理，沒有道理的就不是比量，沒有道理的錯誤道就是顛倒識，它跟量完全相違，這個「量」指的就是比量的意思，與比量完全相違就是顛倒識，顛倒識是完全不可靠的，有時候當下並不了解這是錯的，但是到後面知道這是錯，此時我們會了解，之前的認知是顛倒識，是不可靠的，這就能引導我往生起量的方向走。

生：已經錯了才知道？沒有錯之前不會知道？

師：比如說：我們有執著，但還沒有造業，我知道這個執著是錯的，它錯在那裡？它會慢慢影響，到最後就會造惡業，所以它是錯。執著心為什麼是錯的？原因是它後面有錯，所以它是錯。如此推理，所以這裡要斷執著、要擋住它。若發現到自己錯了，不可以認為已經來不及了。雖然發現到自己錯了，下一次就能擋住，這已經很好了。若發現到錯，但還是不能擋，此時應該思惟：錯還是有好處，它會給我們痛苦。輪迴的好處是它不會給我們快樂，它會給我們痛苦。它會給我們痛苦，所以我們不能接受。若我們能接受，那就不對了。當它錯的時候，要如此思惟：哦！感謝你，你表現出自己是不對的。在正向的方面，由於它表現出錯誤，讓我能認識到它是錯誤的，讓我能啟開智慧，讓我還更明白輪迴的苦事，這好像也是好處！要不然眾生會很懶惰，也不會想修行，也不會想成佛，什麼事情都不想。所以它看起來很好，慢慢地它讓我們發現到痛苦，我們才會發現它能讓我們開智慧，也提醒我們，或是讓我們了解，它的真相是什麼。所以主要是在推理，我們人身的心續是非常有智慧的，它能夠推理。所以宗大師說的觀察修，就是要從推

理開始，這樣才能有智慧。若只有看眼前，這是不對的，要看得遠，看得廣。能夠很有邏輯地一直推，這就是有智慧。

心類學 -6

- 調伏意樂

在聞法之前，我們先唸誦皈依發心偈，在行持每個善根之前，要調整意樂，這個非常重要。簡單說，進行皈依就是對佛菩薩、三寶有信心。發心即是對周圍一切眾生有愛心，如此來調整動機，就是一個圓滿的意樂。不管是對佛菩薩有信心，或愛眾生，怎麼樣才能如理做到呢？必須從自心開始，依這樣的發願，身語意行為上做整個改變，就可以達成如前面的皈依和發菩提心的目標。所以不只在聞法前，這樣來調整意樂，實際上，必須要從身語意的行為上開始改變。

僅在佛菩薩面前發願是沒有用的，必須要改變我們的心，將心裡面壞的、錯誤的部分去除，傷害眾生的，傷害自己的，或不好的將它去除。相反的，要生起好的心，才有辦法達成目標。這些好的心怎麼生起呢？現在所進行的心類學課程教我們，哪類心是好的？哪類心是壞的？這些我們會解釋得非常清楚。

- 正講

上堂課講到心法，在心類學裡心法分類的方式有四種，第一種方式，將心法分為量和非量兩種。我們已將量的部分講完了，現在進行非量的部分。非量有五個 — 已決智、伺察意、見而未定、疑、顛倒識。先從「已決智」開始解釋，前面已經說明了量的部分，量的部分有現量和比量。依生起的次第來說，「已決智」就是在量的後面生起，其餘的四個非量是在量的前面生起，大概先這樣理解。

1. 已決智

謂瞭解已瞭解之了別（認識），爲已決智之性相。

已決智的性相就是前面講的「瞭解已瞭解之了別」，已經了瞭解的東西，能了瞭解的了別。了別就是認知，所以瞭解已瞭解的。它所了解的不是新的，是前面已了解的那個，它了解了。瞭解已瞭解的，這樣的認知，這樣的了別，就是已決智，這是已決智的定義。剛才講到，已決智是在現量或比量後面生起的。在現量和比量的階段就已了解了，跟隨它後面生起的就是已決智。所以已決智生起時，它所了解的是前面已經是量的東西，所以是「瞭解已瞭解之了別」，這就是已決智的性相。

此分爲現量已決智，分別已決智，非此二任一種已決智三種。

量有現量和比量，現量的第二剎那就是現量已決智，應該不可以用現量，應該用現前已決智，把現量改成現前已決智。為什麼要改呢？若是現量，它就是量，不是非量了。現在講的是非量，已決智是非量，所以不可用現量。現量的第二剎那認知，是現前，但不是量，它是已決智。之前介紹過現量的類別，現量可分為根現量、意現量、自證現量、瑜伽現量。在解釋每一個的時候，都對照著其定義。比如說，解釋根現量時，會將根現量分為根、現、量三部分來看。若符合根及現的定義，不一定具備第三個量的條件。所以將根現覺分成三個：一個是量的部分，一個是已決的部分，另一個是見而未定的部分。同樣地，意現量也可以分為意、現、量三部分來解析，意現覺也有量的部分，已決智的部分及見而未定的部分。還有自證現不一定是自證現量，若具備自證、現兩個，不一定具備第三個量，所以自證現也可分為量的部分、已決智的部分、見而未定的部分。然而，瑜伽現量就只分為兩個，不是三個。哪個部分沒有呢？沒有見而未定的部分，也就是只有量和已決智。

不管是根現、意現、自證現、瑜伽現，四個都有已決智。前面三個都可分為量、已決、見而未定三部分；第四個瑜伽現沒有見而未定。

現前已決智又分爲五種，一者謂根現。如執青色根現量之第二剎那。二者謂意現，如他心通之現量第二剎那。三者謂自證現，如驗受眼識等自證現量之第二剎那。四者謂瑜伽現，如見道無間道之第二剎那，五者謂非上述四種任何一種之現量已決智。如現量之第二剎那。

第五個就不用多考慮，沒有什麼特別意思，比如說，這個房子只有兩個人在 — 我跟 Joyce，有時候我們會說，我們可以肯定他們是誰。比如說，其中一個人「啊」一聲叫出來，若不是我叫的，一定是 Joyce 叫的，另一種就是我們兩個一起叫，這就是第三種。真正的只有兩個，不可以說一起叫也放一個位置。現在第五個就屬於這種情況，真正的是前面四個為主。

後面「現量之第二剎那」，什麼是現量第二剎那呢？現量直接指出來只有四個，這四個前面都已講過了。當再說到「現量之第二剎那」，講的好像是前面四個共的部分。其實，真正的只有四個，會分出第五個，是指共的這種。要理解，五種裡面，第一者是謂根現，這個「謂」應該要接到第五個「謂非上述四種任何一種之現量」，這後面有提到「已決智」。所以這個「已決智」要加到每個之後，也就是應該是「謂根現已決智」，「謂意現已決智」，「謂自證現已決智」，「謂瑜伽現已決智」，後面的已決智，都要和前面連接。根現已決智、意現已決智、自證現已決智、瑜伽現已決智，這裡沒有用根現「量」！若是量，就不是已決，已決是非量。要知道，現前已決智主要是分四個，若是分為五個也無所謂，第五個不是那麼重要，它就是剛剛講的那種比喻。

接下來是「分別已決智」。已決智可分兩種 — 現前已決智和分別已決智。這兩個對照前面量的階段，一般說，現前已決是在現量後面生起的，而分別已決是在比量後面生起的，但是這樣分不是那麼準確。沒錯！在比量後面生起的是分別已決，比量後面不會產生現前已決！但是現量後面生起的，則兩種都有。所以要這樣理解，兩個已決的來源，在量的階段 — 現量和比量 — 不可以完全對照！也就是說，比量後面只有分別已決智，沒有現前已決智；現量後面，有現前已決智，也有分別已決智。現量後面有現前已決，這點容易理解。為什麼也有分別已決智呢？比如說，眼睛看到一個人，接著會起一個憶念，這個憶念就是分別已決智，它不是比量。這個已決智的前面是現量，是現量讓它產生的，不是比量讓它產生的。可見，現量後面也有分別已決智。現量的第二剎那就是現前已決智，及現量後面分別已決智，例如當看這個地方，心裡就能回憶它，這種就是分別已決智，這種已決智的前面是現量。

第二，分別已決智，又分爲二種。一者謂由現量引生之分別已決智，如由執青色根現量引生定解青色符合事實之定解識。二者謂由比量引生之分別已決智。如瞭解聲音無常之比量第二剎那。

這就是現量會引生分別已決智，也有比量產生的分別已決智，即「二者謂由比量引生之分別已決智。」所以，分別已決智有接著比量生起的，也有接著現量而生起的。量可分為現量和比量，現量後面有現前已決和分別已決兩個；比量後面，只有分別已決智，沒有現前已決智。已決智的部分已介紹完，接著是伺察意。

生：現量跟比量，「比」跟「現」是什麼意思？

師：比量的定義是，依正確的因，然後進行對比，用邏輯推理，對比就是推理，推理到了解，這就是比量。量的意思是了解，比的意思是，依靠正確的因推理。現量了解的方式不需要推理，直接就能了解，例如眼睛看到或自己的領受，都是親自赤裸裸地看到並了解，不需要什麼推理，這是現前之意。現量的「現」即現前的意思。

2. 顛倒識

這裡從顛倒識開始解釋，倒過來講可能比較好，已決智是量的後面，現在是量的前面。量的前面最開頭，還未變成量的最邊是顛倒識。無始以來的無明煩惱，這個顛倒識是最邊的。將它慢慢地轉過來，就會到達量。「顛倒」有一點幻覺的意思。這裡用「邪智」。邪智即顛倒識。

自宗云：謂對自境顛倒了別，爲邪智之性相。

不論是邪智或顛倒識，它的想法跟境的實際情況相反，不相符合。不符合就是顛倒。這裡用自境，意思是它自己面對的境，它的看法跟實際的境不符合，這就是自境顛倒。認知就是了別，了別即心識的意思。於自境顛倒，這樣的認知，這樣的心識，就稱為顛倒識或邪智。重點是，顛倒識的想法跟自己所面對的境，實際是不符合的。這裡面包括六根本煩惱、二十隨煩惱，一切煩惱都在這裡。煩惱的根就是各種無明，有法我執，也有補特伽羅我執。補特伽羅我執又分粗細，法我執也分粗細。又如四聖諦的十六行相，於十六行相，其想法正好相反，這也是無明。還有在業果上的無明，這些都是顛倒識或邪智，因為這些都是它自己境上的想法跟實際對境的情況不符合，所以「於自境顛倒了別」，就是邪智的性相。這裡面有很多，所有的煩惱障都包括在這裡。

邪智分爲二目。第一，講分別邪智，謂如執聲音常住之分別及執兎角之分別（心）。

第二，講無分別邪智，複分爲意識及根識二種，一者意識謂如於夢中，對青色明見爲青色之夢識，以此作爲有法，應是意識，無分別識，邪智三者，其各自之相依如次，一謂如夢中之識，二謂是離聲義可混合而執之執著了別之識，三謂如於自境法界本無青色而執青色之識。但就處於夢中之補特伽羅而言，彼乃是根識相符事。

「邪智分二為目」，也就是邪智可分為二種 — 分別邪智和無分別邪智。先這樣理解，認知可分為分別及無分別。心若不是分別的，便一定是無分別的。無分別的認知裡面有邪智，分別的認知裡面也有邪智。這兩個都有，故說邪智可分為分別邪智和無分別邪智。不論是那爛陀寺的祖師或宗大師等，他們教授後人的基礎課程，有嚴格的標準，好像沒有一個東西不包括在這個範圍裡。他們的教授非常標準，用這個標準來量，可以量得很準，不會有好像、應該、差不多的情形。對我們來說，我們常常判斷錯誤，都是在應該是、差不多、大概是的想法裡面，這裡就存在很多的不標準。

剛才講的已決智有二分類，即現前已決，分別已決。而分別已決識可分為比量後面的一種，現量後面的一種。此外，沒有另一個。在心裡必須做這種方式的分類。若經常串習，以後看大的經論或聽聞師長的教授，好像自己很有標準地將它分得清楚，這就稱為幻鑰。重要的是，一定要記住法的分類，不應學習後隨即忘掉！

生：顛倒是從相分來分，還是從見分來分？顛倒是指能取還是所取？

師：現在講的是心法，所以一定是能取，但是能取本身有沒有顛倒，是依它所想的和它的對境符不符合來判斷。若不符合，這就是顛倒。比如說，認為五蘊是常法，這是顛倒，因為五蘊實際上是非常法，是無常的，若認為它是常法，就跟實際的情況相反，故是顛倒。

生：若以能觀者而言，一般人喜歡紅色，認為紅色是好的，黑色是壞的。但對喜歡黑色的人來說，黑色是好的。認為黑色是好的那種人就是顛倒了？

師：首先要理解，若這個真的是黑色，這個就是對的。至於黑色是好不好，那是另一回事。這個是黑色和這個黑色是好的，是兩個不同的心。你的問題是，這個是不是黑色？以這個心來說，實際上，它若是黑色，那就不是顛倒。若這個是黑色，對任何人都是黑色，若對另一個人而言，他看到的是紅色。這時候，他的心是顛倒。

生：餓鬼看水是膿血，天人看水是甘露，都是同一個境。其中誰是顛倒呢？所以才問顛倒是從哪一個角度來決定？

師：這種是不同的情況，不要混雜在一起。先要了解，這個是黑色，那個人看的時候，覺得是紅色。倘使這是由很大的業力使然，對他來說是對的喔！若它的背後，不是大的業力，只是暫時的眼睛有幻想的問題，這就是顛倒。兩種狀況不一樣！因為一切都是心造的，所以大的業力可以造出一個新的東西，好像這個是熱，也可以造成這個是冷。這個變成血，可以造；這個

變成水、甘露等，都可以造。若不是由大的業力造出來，只是他的幻想，實際上沒有存在！那就是顛倒，必須這樣區別。

生：課文裡面的立自宗的部分，有提到有人說 .....，這為什麼也叫邪智。

師：在辯經時，先講破他宗，然後再講立自宗，接著講斷諍論，有這樣的次第。也就是先說明其他一些不正確的主張，將他人不正確的主張破除，之後再說明自己的立場。此外，自己主張裡面也有些問答，這就是斷諍論。透過這三個方式來辯經，辯經的課程裡都有這樣的方式。三個裡面，最主要是對立自宗的理解。為了能理解這部分，前面的破他宗或後面的斷諍論，都是中間立自宗的補充。這裡就不說明前面的破他宗和後面的斷諍論，我覺得沒有這個必要。若全部解釋的話，有點太多了。只要抓住立自宗這部分，就已抓到重點了。所以平常解說時，就只講立自宗這部分。

顛倒識或邪智可分為兩種，一個是分別邪智，一個是無分別邪智，為什麼這樣區分呢？因為認知或心識可區分為分別和無分別。分別裡面有邪智，無分別裡面也有邪智。平常講到的煩惱和無明等，都是分別邪智。無分別邪智裡面也有這種煩惱。眼根識、耳根識、鼻根識等，裡面也有煩惱。比如說，當眼睛看很美麗的顏色、形狀，各式各樣的人或物品，眼識的心所中有貪心所。同樣地，耳識裡面也有煩惱，但是這些煩惱屬於無分別心的煩惱。這些無分別心的煩惱，我們無法直接對治，我們主要是對治第六意識的煩惱。若將第六意識的煩惱去除掉，五根識的煩惱自然就會去除。所以，不是要對治五根識的煩惱，這是無法辦到的。要理解，大部分的無明和煩惱都是分別邪智這裡面的，都是第六意識的分別心。

還有一種分別邪智，它不是那種無始以來所帶來的，像煩惱的那種邪智，它是一種暫時五根識或暫時根有問題，影響所產生的邪智。所以分別邪智大概有兩種：一是從過去多生累積所帶來的，一是暫時產生出來的。書上舉的事例有「執聲音常住之分別」，及「執兔角之分別」。兔子沒有角，但是看到兔子的耳朵尖尖的好像牠有角，這是暫時幻覺所影響的分別邪智，並不是無始以來帶來的。而執聲音為常法，這樣的分別心是過去多生多劫累積所帶來的。同樣的，認為五蘊是常法，一切色聲香味觸看得到的、聽得到的都認為是常法，這種是過去帶來的分別邪智。所以不要一看到分別邪智，就認為都是過去累積所帶來的煩惱，不一定是這一種，也有是暫時錯亂的。總之，分別邪智有這兩種。

無分別邪智，複分爲意識及根識二種。

無分別邪智可分為兩種 — 意識和根識的無分別的邪智，為什麼這樣區分呢？在小理路裡講到，心法可分為根識和意識。所有的心都可涵攝在這兩個裡面，或是根識或是意識，此外，沒有其他的心法。同理，無分別邪智可分為根識的無分別邪智和意識的無分別邪智；根識裡面有無分別邪智，意識裡面也有無分別邪智。這種分類方式，是將一般的分類法和現在的分類法聯結在一起。一般心法可分成根識和意識，現在無分別邪智也分為根識的無分別邪智、意識的無分別邪智。

又一般心法可分為分別、無分別，現在邪智也分為分別的邪智和無分別的邪智。一樣的道理，無分別的邪智可以分為根識的無分別邪智和意識的無分別邪智。為什麼這樣分呢？心法本身可分成根識和意識兩個，所以這裡也可以這樣分。根識的無分別邪智是什麼樣子？意識的無分別邪智是什麼樣子呢？先說明意識的無分別邪智。例如，有時候作夢夢得非常清楚。夢裡有分別心，

也有無分別心。無分別心的夢非常清楚。這是無分別的，例如「對青色明見為青色之夢識」。「明見」就是在夢裡面，這個青色真的非常清楚。以這種來說，這就是無分別心。這種夢當中的無分別心是意識，因為那時候沒有根識。睡眠中，怎會有根識？這時候沒有根識，肯定都是意識。所以無分別的邪智，有意識的！如剛剛所提到的夢。若它不是那麼清楚，就不能說是無分別！這裡特別強調「明見」，要注意，這就是無分別的意思。

接著看根識的部分，根識的無分別邪智比較容易理解，「見雪山為青山之根識」，雪不可能是青色，雪一定是白色的，它怎麼可能是青色？青是藍色的意思。

生：這裡的根識跟前面五根相同嗎？還是說第六意識也是六根，那意根也是根？

師：沒錯，世親菩薩在《俱舍論》提到二十二根，根的範圍很廣，有時分為二十二種，有時分為六根。所以意根是不是根？這個沒有錯，但是現在所講的根識和意識，用這個詞的時候，根識的「根」指的是有色根，不是所有的根，有色根就是五根。依靠五根隨一，而產生出來的認知，就是根識。

生：第六意識的意根，和一般講意根的意根，意根是心法嗎？依據腦神經學或唯識來說，意根不是應該屬於色法嗎？

師：之前講過，意根不是色法，它是心法。是心法的話，它是什麼樣子呢？它跟心王同義，它跟身語意的意同義。意根是身語意的意的意思。跟五蘊中的識蘊同義，五蘊裡面有色、受、想、行、識，其中的第五個識蘊跟意根同義。識蘊可分為六識，六識都是意根。

第六意識跟意根不一樣。第六意識不一定是意根，意根也不一定是第六意識，這裡就有點複雜。意根不一定是第六意識，比如說五根識，它是意根，但不是第六意識。為什麼五根識是意根呢？因為它是五蘊中的識蘊，五蘊中的識蘊可分為六識，所以前面的五根識都是五蘊中的識蘊。五蘊中的識蘊一定是意根。為什麼它不是第六意識呢？前五根識怎麼是第六意識呢？所以意根不一定是第六意識，如五根識。第六意識也不一定是意根，例如慈心、悲心。第六意識裡面有很多心所，第六意識裡面所有的心所，都是第六意識，但不是意根[5]。為什麼不是意根呢？若這些心所都是意根，就會變成心王，故不是意根。總之，這兩個的關係是，第六意識不一定是意根，意根也不一定是第六意識。兩個還是有交集，第六意識中所有的心王，它們又是意根，又是第六意識。

生：心王不是八識嗎？不是從前面五識，然後第六第七第八？

師：心王的部分，若要解釋清楚，是有點麻煩。首先，八識的主張，我們承不承認？這就有很多種，所以先不講八識。毘婆沙宗、經部宗都不講八識，中觀自續派、應成派也都不講，只有唯識的真相派才主張八識，唯識的假相派也不承認的，所以現在是針對大家共的而談，故不談八識。比如說，《心經》沒有講八識，《般若經》裡面完全沒有講八識，所以就不談八識。現在是以六識來說，六識也可代替八識。六識裡面都是心王嗎？這是一個問題。答案是不一定，理由剛才講過了，這是第六意識裡面也有心所，它不是完全是心王。

生：這樣講的話，前五根也歸在意根裡面？

5. 在第 10 講更進一步釐清，正確的用詞應是「知」或「認知」，它包括心王及心所。

師：不是五根，是五根識。五根識心王的部分就是意根。五根和五根識差別很大，五根是五根識的所依，依靠五根而產生五根識。

生：意根就變成是「識」，就變成心王。意根跟色法沒有關係？

師：意根完全不是色法。

生：好像不同的派別有不同的說法。現在科學主張說，腦的那一部分發生問題，就會影響整個心識，所以他們認為腦神經跟心識有關係。所以不能說意根完全屬於心識。它變成跟心法，色法在一起的。

師：心本身依靠身體，這個應該可以接受的，但是不可以將它連接到意根的解釋，應該不需要做這樣的連接。這個部分有很多問題，現在心理學家跟佛教行者有很多會談，這就是有可能是這個，有可能是那個，還在談談各自想法的階段。按照佛教的解釋，意根完全不是色法，無論是毘婆沙宗、經部宗或其他宗義的論典，都沒有談到意根是色法這點。

生：依據南傳佛教，有主張第六意根是心法和色法一起 .....。

師：佛經裡，當然沒有像辯經像論典的方式，都沒有講到這些，這是肯定的。大家看得到的經典都沒有這樣談。後面祖師，無論是無著菩薩或世親菩薩，他們所著的論典，我們現在是跟隨著他們的解釋。實際上，什麼是對，什麼是不對，要靠智慧來觀察。

二者，成爲根識之邪智，謂如見雪山爲青山之根識及見白螺爲黃色之根識。

無分別的邪智，將雪山看成青山，這樣的根識就是無分別邪智。總之，無分別邪智可分為意識的部分和根識的部分。到此，講完了顛倒識與邪智。

3. 疑

要怎樣將邪智轉變成「量」？要怎樣朝著量靠近呢？邪智應慢慢變成「疑」，現在來看「疑」的階段。

自宗云：謂由自力對兩邊猶豫之了別（認識），爲疑之性相。

「疑」的性相這部分，特別教導我們，在我們心裡無論疑、無明或顛倒，這些都不是心王本身，這是受周圍的心所影響的，所以這裡特別用「自力」。「自力」的意思是，心王旁邊的煩惱，它的力量影響到其他心所和心王，並不是這些心所和心王自己無明、自己顛倒，自己疑，自己煩惱，「自力」是這個意思。六根煩惱裡面有「疑」。現在講到的疑煩惱，是講心所的部分。六根本煩惱是貪、瞋、癡、慢、疑、見。這裡不可以用邪見，邪見是「見」裡面的一個。這裡講的「見」，包括了五見煩惱。所以六根本煩惱就是貪、瞋、癡、慢、疑、見煩惱。

若將見煩惱再分為五個，就變成十個。這就是平常說的十個煩惱，前面五個是非見煩惱，後面這五個是見煩惱。若將它濃縮，就變成六根本煩惱。六根煩惱裡面，貪、瞋、癡、慢、疑。這個疑是心所，因為疑是五十一心所中，六根本煩惱裡面的一個。心所的意思是圍繞在心王旁邊，自己有特別作用，有能造作的能量。

各別的心所有各別的作用，有各別的能造作的能量。「疑」這個煩惱，它的作用就是讓它周圍的心所及心王，變成疑。疑心所的力量影響到周圍的心所和心王，這些被影響後，又會影響其他的心所和心王，就好像是毒一般，它會先影響它周圍的，然後從這邊又影響到其他的。

疑的性相「由自力對兩邊猶豫之了別」。說明疑心所的定義時特別用「自力」，這個要清楚。比如說，周圍的心所、心王，有沒有懷疑？有！但是這些是不是疑心所？不是！若是疑心所，必須是以自力而懷疑的，不需靠其他。依靠自力的懷疑，才算是疑心所。所以說明疑心所的定義時，特別會用「自力對兩邊猶豫之了別」。其他的心所有沒有猶豫？有！但不是自力的猶豫！所以就不算是疑心所。

可能有人會這樣想，剛才顛倒識並沒有說是自力顛倒，而這裡的疑卻用「自力」猶豫，為什麼？因為一個是說明它有沒有顛倒？並不是講顛倒的作用是什麼？不是從那裡判斷的，並不是在說明能造作顛倒者是誰？主要是在於它是不是顛倒，是以這個為主。所以顛倒識邪智不是以「顛倒的造作者是誰」這個為主。它並沒有探討這個。

然而說明疑心所時，它並非專注在有沒有懷疑？有沒有猶豫？不是從那裡判斷，而是找它的造作者，它的造作是誰？疑的定義以這方面為主。所以，顛倒邪智和疑在這方面不同。

與疑相應之心王及成爲彼眷屬之受等，儘管由疑之力猶豫，但非由自力對兩邊猶豫也。

疑分爲三種：

第一，有意義之疑，謂如認爲聲音是無常耶之疑。

第二，無意義之疑，謂如認爲聲音是常住耶之疑。

第三，等分疑，謂如認爲聲音是常耶是無常耶之疑。

這些心王與心所雖然有猶豫，但它們不是「自力」對兩邊猶豫。所以那些不是疑心所。疑心所分為三種：有意義之疑、無意義之疑、等分疑。有意義之疑是比較會轉向正確的疑。無意義之疑是比較不正確，比較朝著錯亂、錯誤方向走的那種疑。等分疑很清楚，這沒有什麼難。所以，疑分為這三種。從顛倒識要達到量的過程是：由顛倒識慢慢變成無意義之疑，再來是等分疑，接著是有意義之疑，就這樣慢慢地轉過來了。

不能說疑是不好的，雖然它也是煩惱，有時候煩惱也有作用。比如說金洲大師不承許補特伽羅無自性，他承許補特伽羅有自性，所以他認為補特伽羅有自性是對的，他以這個見解來生起菩提心。補特伽羅我執是對的，補特伽羅是有自性，所以要照顧它，要讓這個補特伽羅成佛。從那裡也可生起菩提心。雖然它是錯誤的見解，但是在好的方面，我們可以利用它。

同理，疑也一樣，有時候可以將它用在好的方面。聖天菩薩造的《四百論》講到，利根者是從疑而進入學佛、修行。因為利根者一邊有正住，一邊有疑，而能推動起來，所以要有正住，也要有疑。然後才生起興趣，才會去分析觀察。若沒有正住，那是不對的。要有正住，正住非常重要。所以，利根者的特性是，自己沒有先入為主堅持己見的想法，他完全處於沒有確定的狀態，這就是正住。然後他會思惟，這個有可能是這個，有可能是那個，在完全正住的情況下，他的心裡生起懷疑，而產生興趣。所以疑

讓人產生興趣，讓人推動起來，而想去分析觀察，從那裡就會生起智慧。鈍根者就缺了這個，所以《四百論》說的是正住和疑可以推動起來。利根者是從正住和疑，進入聞思修。所以不要將疑認為都是不好的，能夠生起疑已經不錯了，但是沒有正住的疑就不好。所以，必須是要有正住的疑。

剛才講到修行進步的過程，先從顛倒，慢慢轉到疑。顛倒邪智分兩個 — 分別邪智及無分別邪智。無分別邪智就不用管，這只是暫時的異熟果，已經出現了，它必然會影響的。若抓這部分，就好像沒有抓到根，而去抓後面的果。總之，不用管五根識無分別的顛倒。要管的是分別的顛倒，這個必須改變。前面提到，分別的顛倒有兩種，一種是暫時的，另一種就像煩惱執著等。這裡面，暫時的這種也不用管，它是前剎那的無分別的顛倒所影響的，比如執兔角之分別，它是五根識暫時的顛倒所影響的。行者要改變的是過去累積來的，心裡的各種執著心，各種煩惱。要改變這種分別邪智，先慢慢地將這些要轉到疑。所以，顛倒和疑要這樣連接。疑分為三種，其中比較好的是有意義之疑，怎麼將它從這裡變成伺察意呢？

4. 伺察意

謂於自境執著之欺誑（不正確）符合事實之執著了別（認識）。爲伺察識之性相。

要理解，伺察意比疑好一點，但是它還未達到量。量是非欺誑，伺察意還未到量，這個意思是它還是欺誑。非欺誑是可靠的，非常堅固。伺察意還沒有到非常堅固、可靠的地步。這邊用「不是非欺誑」好一點，用欺誑，就不是那麼能了解的樣子。不是非欺誑就是欺誑。先要了解非欺誑的程度，若沒有到達這個階段，

就是「不是非欺誑」。這裡用「欺誑」其實是「不是非欺誑」。但不能說「不正確」，在定義裡提到「欺誑 (不正確) 符合事實」。它是符合事實的，故不能說不正確。它符合事實沒有錯，但是自己沒有那麼確認，沒有那麼有信心，別人問的時候，這個答案實際上是對的，但是我不很確定，再問幾次，就無法解釋了。

生：確定應該是有顛倒嗎？

師：沒有顛倒。它是符合事實，但是未達到量的階段。這裡要這樣理解，欺誑是指他沒有那麼堅定。它是對的，但沒有那麼堅定，是這樣的階段。這裡欺誑要用量的定義裡面的「非欺誑」來表示，也就是它還未達到非欺誑的地步。伺察意的定義藏文版和中文版都有這個問題。總之，不能說它會欺騙，會欺誑。欺誑的意思應該將它倒過來，它「不是非欺誑」或沒有那麼堅定。所以，伺察意比疑好，它沒有懷疑，心裡就有點相信，只是還未堅定。這個相信是符合事實的，但是沒有到堅定的地步，是這樣的階段。

心類學 -7

- 正講

伺察意的定義：「於自境執著之欺誑 (不正確) 符合事實之執者了別」，用欺誑，有不是那麼了解的樣子，所以用「不是非欺誑」好一點。伺察意比疑好多了，但是還未到達堅定，它介於中間。它是符合事實的，它的想法是對的，沒有錯，但是沒有到堅定的地步。這樣的伺察意，屬於分別心，還是無分別心呢？它完全是分別心。前面提到顛倒識裡面有無分別的顛倒和分別的顛倒，行者是將分別的顛倒慢慢地轉到疑，再從疑慢慢地轉到伺察意。從疑的三個階段，一階一階地轉到伺察意。所以，伺察意一定是分別心的，無分別心完全沒有伺察意。因為以伺察意的前面是分別心，它的後面就是比量。當伺察意接近量時，這個量不可能馬上會變成現量，所以它一定先變成比量。伺察意的後面是比量，而比量是分別心，所以伺察意一定是分別心。這邊用的是「自境執著」，這裡用「執著」，後面也是「執著了別」，所以執著了別也是分別心的意思。這裡分別心好像有兩個，一個是執著，另一個是執者了別。執者也一樣是分別心，所以，伺察意沒有無分別心，伺察意肯定是分別心。所以，「於自境執著之欺誑 (不正確) 符合事實之執者了別」，這個定義各位應該知道了。

此分爲五種：

第一，謂無理由伺察識，如唯依言聲音無常之語，以執聲音無常之知覺。蓋以言聲音無常之語。只作爲是無常之宗（論題），並未道出其理由故。

由伺察意到比量，中間有很多層次，並非一下子就變成比量！這裡將伺察意區分成五個階段，這五個伺察意分別為「第一、謂無理由伺察識」、「第二、謂與理由相違之伺察識」、「第三、謂理由未定之伺察識」、「第四、謂理由不成立之伺察識」、「第五、謂雖有理由但未抉擇之伺察識」。先從第一個階段「無理由伺察識」，接著第二個階段是有理由，但是所持的理由是相違的，第三個階段則是所持的理由沒有那麼離譜到相違，但是還無法成立，「未定」的意思是沒有周遍。第四個階段有周遍但是因沒有成立起來。第五個階段是，在正因論式裡面周遍存在，宗法也存在，但是對某人，或對自己而言，就是還沒有到這個時間，雖然這個是正確的正因論式，但是對我們並沒有作用，伺察意大概就分成這五個階段。

比如說「一切法是空，沒有自性」，學習佛法的人都這麼說，當唸誦《心經》時，如「色即是空」，我們可能會想什麼是空？但是一開始都是「無理由伺察識」，為什麼「無理由伺察識」呢？因為我們完全跟著聲音走，這個聲音不是理由，只憑著佛經裡面的講述，就用它來當理由，這個聲音完全不是真正的理由，所以這些就是「無理由伺察識」，可能我們會認為自己已經懂了，已經生起比量了，這並不是比量，而是「伺察識」裡面最差的「無理由伺察識」。看這個例子，「如唯依言聲音無常之語，以執聲音無常之知覺」，這裡他所依靠理由是什麼呢？聲音是無常，因為佛經裡面講：聲音是無常，我們心裡會想：喔，聲音是無常，像這樣的想法，這就是「無理由伺察識」。我們認為是有理由，但實際上是「無理由伺察識」，這是第一個階段。就是完全沒有抓到意義，只是跟著聲音走。

第二、謂與理由相違之伺察識，如以不能表功能爲因（理由），執聲音無常之知覺。蓋不能表功能與無常相違故。

再進步一點，好像有一個理由，但是所持的道理是完全相違，這是第二個階段的「與理由相違之伺察識」。它不是跟著聲音走，它有點思惟到意義上面了，有比較深入了、有思惟了，但是這個思惟搞錯了，所用的理由是相違的，這就是第二個階段的「與理由相違之伺察識」。比如說，我們會這樣講：「一切法是沒有自性」，它的理由是如虛空一樣，也就將它變成沒有了，將它變成沒有，以這個當理由來說明這就是自性空。這與實際上相違，空性不是完全沒有，完全沒有和空性是相違的；空性是有的，而且由依賴因緣的這個緣起，使空性還更豐富的有。所以當我們講：有法「空性」，理由是如虛空一樣，什麼都沒有了，都無了，若以這樣來當理由的話，這理由是「與理由相違」的「伺察識」。這裡所用的例子是「如以不能表功能為因 (理由)，執聲音無常之知覺。」聲音是無常，因為是什麼？因為它「不能表功能」，以這個當理由。聲音是無常，因為沒有什麼作用。將沒有什麼作用為理由，這就是無常。這兩個是相違的。因為無常是有能表功能、有生，這才可以說無常；若是沒有生，不可以說是無常。所以有生、有感果、有一個作用，這才可以說是無常。若完全沒有作用，怎麼可以解釋無常？所以若將「不能表功能」當無常的理由，這個就是相違的。這樣的想法，就是「與理由相違之伺察識」。

這例子與剛才講的一樣，當我們講：一切法是無自性，理由是如虛空一樣，也就是什麼都沒有，這就是一種相違的理由。第一階段是把聲音當作理由 — 書上有講這個，佛陀有講 — 這種就是無理由的。第二階段好像有思考一個道理，但是這個理由是相違的，雖然它想的沒有錯！比如說，聲音是無常，這是沒有錯；一切法是無自性，也沒有錯；但是所用的理由是相違的，這就是理由相違的伺察識。

第三、謂理由未定之伺察識，如以所量性爲因（理由），執聲音無常之知覺。而所量性，乃爲成立彼之不定因故。

第三個階段比第二階段相違的理由好一點，但是所持的理由沒有周遍，雖然所持的理由沒有矛盾、相違，所立法與因有交接，但是沒有周遍，這就是「未定」。未定是沒有周遍的意思，也就是不一定。它用的理由比相違好一點，但是沒有周遍，也是不對的，也會有這種伺察識。

這裡舉的例子是「如以所量性為因 (理由)，執聲音無常之知覺。」聲音是無常，因為什麼呢？因為是存在的法。他想的理由是這樣，但是存在的法不一定是無常，也有常法。他的（理路）是怎麼想的呢？聲音是無常，理由是因為是存在的法，這裡講到「所量性」，「所量」就是存在的意思，「量」能量解的對境。用這個當理由，比相違的理由好一點。第二個階段是因和所立法完全相違，第三階段是因和所立法沒有相違，但是沒有周遍，所以還是不對。

第四、謂理由不成立之伺察識，如以眼所見爲因，執聲音無常之知覺。而眼所見，乃爲成立彼之不成因故。

第四個階段，所立法與因有周遍，但是有法上面沒有成立，這也是不對的。所以第四個是「理由不成立之伺察識」，理由不成立是什麼呢？它是指所用的理由或因，在有法上面沒有成立。比如說，聲音是無常，這裡是用「眼所見」，但是聲音不是「眼所見」。聲音是耳所聽的，不是眼所見的。所以，聲音是無常，因為是眼所見，若是用這種為理由，這個理由不成立，哪一方面不成立呢？這個理由是指聲音是不是眼所見？不是，所以它的因是有法上面不成立的。但是眼所見和無常，這中間有周遍，眼所見

的話，一定是無常。所以有周遍，但是有周遍，這個因沒有成立，也是不對。

第五、謂雖有理由但未抉擇之伺察識，

這五個之間，好像一個階梯比一個階梯高，思惟的理由要一直轉。先是第一階段完全沒有理由的；再來有理由，但理由是相違的；接著雖然沒有相違，但是沒有周遍；第四個階段是有周遍，但是在有法上無法成立，然後再來是第五個階段，什麼都具備，也有周遍，理由也成立，但是智慧力不夠，所以還是不能了解。這個時候還是屬於伺察識的階段，雖然他相信，但是沒有了解的時候，還是伺察識，所以它是「雖有理由但未抉擇之伺察識」。這個理由雖然是正確的，也有周遍，理由也成立，是非常好的理由，但是他自己還未到這個時間。「未抉擇」的意思是它還沒有到這個階段，它還是「伺察識」。比如說，若看《中論》、《入中論》，及宗大師關於毗婆舍那的著作，如《辨了義不了義善說藏論》等，思惟裡面的內容，這些所用的理由是完全正確的，有周遍，理由也是成立了，但是因為我們的智慧力不夠，還是無法生起比量，所以還是在伺察識的階段，這就是第五個階段。

我們大部分處在第一個階段，若是學得很深，有點會思考道理，有時候道理都是對的，但是自己的智慧力不夠，所以還是沒有理解，這就是第五個階段。當理由成立，也有周遍，什麼都具備時，外面的正因論式完全圓滿，自己的智慧力也夠，這樣就會生起比量。所以，伺察意慢慢就會生起比量。

如對聲是所作性及凡是所作皆是無常尚未以量識認定時，則以所作性爲因，執聲音無常之知覺。蓋所作性，雖是成立聲音無常之眞因，但其人尚未抉擇故。

第五個階段的事例，聲音是所作性，理由成立，所作性是聲音上成立的，所作性一定是無常，周遍也有存在。但是這個人沒有了解所作性一定是無常，這個周遍並沒有了解，而且聲音是所作性，這個也沒有了解，他只是腦袋裡面有想這個東西是對的，但是智慧力還不夠，所以沒有了解。因為沒有了解，所以無法生起比量。所以這個階段，還是伺察識。他思惟的理由有用，但是用的力道不夠。沒有了解的情況下，還是伺察識。所以聲音是無常，因為所作性故，這個時候，他用的理由完全對，這是完全圓滿的正因，但是自己的智慧不夠力，所以無法生起比量。但是那個時候他有信心，他覺得聲音是無常。他相信，也有想，但是未生起量。這個階段還是伺察識。到此講完了伺察識。

我們已經對顛倒識、疑及伺察識有些理解了，雖然好像只有三個，但是每個裡面又可以細分為很多個。也就是顛倒識裡面什麼樣？疑有多少部分？伺察識有多少部分？就這樣，每個又可以細分出許多不同的部分。

5. 見而未定

非量的部分，只剩下見而未定這部分還沒解釋。為什麼將見而未定放在最後講呢？因為見而未定識無法變成比量，我們是無法修持。有的東西我們不用特別去修它，可藉由修持其他的部分，它自然地就隨著改變。比如說剛才講到顛倒識裡面，無分別的顛倒識，我們不用特別去糾正它。當我們修持其他的，例如去除煩惱、去除業，當這些去除時，無分別的顛倒識就會自然消滅。同樣的道理，見而未定不是我們特別要修持的，所以講修持的過程時，並不用講見而未定。我們將見而未定與其他非量分開來講，這樣可能比較容易懂。

見而未定這部分，為什麼我們無法修持呢？因為它完全是五根識或跟著五根識後面產生的認知。首先要了解，「見而未定」的「見」是什麼呢？這個意思是對境有見到、有顯現，所以這個肯定是無分別心，若是分別心，則無法赤裸裸地見到對境。分別心就是對境和心之間有隔著自己的印象，自己的想法，也就是先有自己的想法，再來看這個境，這就是分別心。「見而未定」的「見」是有見到對境，境和心中間沒有隔著自己的印象、想法，所以「見」完全沒有分別心，它是無分別心。無分別心裡面，那種根識屬於這部分呢？五根識是無分別心；還有第六識中的無分別心有屬於好的部分，即瑜伽現量這部分。但是一般說，大部分都是非量的部分，也就是見而未定。所以有五根識及第六意識的無分別心中非量的部分，至於瑜伽現前不可能有見而未定。

見而未定是指不專心情況下的認知，已入根本定的瑜伽現量怎麼會有見而未定？這是不可能的，所以屬於第六意識的見而未定，它是跟隨在五根識後面剎那生起的無分別心的第六意識，這個是見而未定。除此以外，沒有其他的了。見而未定並不是一個我們要改變或要修持的，這不是真正的重點，所以不用想太多，只要了解有這部分就可以了。

謂既是變爲自所取境明見自相。但對自所取境之自相變爲不能引生定解相符事之了別（認識），爲自見而未定知覺之性相，

這個敘述像是天語般不容易理解，這裡所闡述的是，它所取境是明見，所取境有顯現，「見而未定」中「見」，這裡就用「明見」。明見的意思是中間沒有隔著分別心，分別心想什麼，一定按照它的意思想，這有一點像當我們戴眼鏡看東西的樣子。分別心看的時候，固定將自己的眼鏡戴上，這時候中間隔著眼鏡。現在所講的「明見」，中間沒有隔，也就是無分別心的意思。但

是「明見」了「所取境」，它沒有生起這個定解，所以是「不能引生定解」。所以，見而未定有兩個重點：一、有「明見」它的所取境；二、「不能引生定解」。

這裡提到自相，要解釋一下。這個名相與經部宗的主張有關聯，經部宗主張有為法和自相同義，一切有為法都有自相，而常法就是共相。各位將這種主張記住就可以。一切有為法是自相，這是什麼意思呢？經部宗主張有為法，無論是物質或是心法，它們各個有自己的位置，這就是自相的意思。好像它在那裡，我們可以指得出來，這就是自相。然而，共相是什麼樣子呢？比如說空性、補特伽羅無我，這些來說，它就是共相。為什麼稱它共相呢？共相的理由是什麼呢？例如補特伽羅無我是什麼樣子呢？將補特伽羅我執的想法否定、破除之後，這就是無我了。因為它是分別心去分別的，我們將它破除，這樣的一個相，就變成共相，共相的意思是，它沒有一個真正的自己的位置。我們以分別心來破除，來安立的，在這樣的情況下，我們說補特伽羅無我，就是共相。先簡單了解，一切有為法就是自相。所以無分別心所想的、所取的，只有有為法的部分；無為法的部分是不能想的、不能取的，也就是有為法好像可以取得到的，而無為法是不能取得到。所以，有為法是可以取得到的，可以取得到的就是有為法，可以取得到就是有自相，「所取自相」就是這個意思。

生：在別處看到的自相、共相的解釋，與這裡的解釋，為何不一樣？

師：觀身不淨、觀受是苦，這是普遍的說法；苦、空、無常、無我也是普遍的說法。這些就是共相，但是這裡的自相、共相，跟其他地方說的自相、共相的差別太大了，不可混為一談。這

邊講的自相、共相，自相指有「自己方面能成立」的這種特質。

生：自性 .....

師：這很複雜。自性這個詞，中觀應成派、中觀自續派、唯識宗、經部宗用的，其中有深淺的差別，其中中觀應成用的自性是最深的。所以，要先弄清楚所說的是那一個宗義。譬如現在講的是經部宗，它說無常、苦、空、無我的共相，它的意思是什麼？這也要清楚。

平常共相的意思，指的是一切有為法上存在的，這是「共」，譬如身是不淨，此唯是身體上面，不是一切有為法上都存在的，那就不是共相，像這樣的共相、自相，和這邊說的是不同的。這裡沒有強調，是否自己方面，有能成立的這種特性。

這邊講的自相、共相，自相指自己方面才能成立的。真正的共相非常麻煩、難以理解，若想深入理解，在《釋量論》第一品最後那部分講了一大段，又廣又深，雖然內容很難懂，但大略的也是要理解。

《攝類學》中，講到返體、總別。總講到類總、聚總、義總，共相跟這些非常有關係。共相的「共」很複雜、很難了解，不過若了解一點點，它很有意思。在此雖略做簡單的解釋，其實還是不足以去了解。

分別心的想法，和其前後的想法都是連接一起的。譬如教小孩「這是杯子！」以後他看到這個杯子或其他杯子，就會連接起來 — 這就是杯子。這兩個杯子，那裡有關聯呢？這就是共相，「共」就是在這裡。分別心的印象，它會聯接到其他地

方，這就是用「共」字的道理。所以，分別心的印象就稱為共相。分別心的印象，不像它的對境，各個是分開的。對境的有為法、這些物質本身，各個是分開、是獨立的，但頭腦的印象不像外面的境，它是連成一起的。分別心這樣的印象，就稱為共的相。

補特伽羅無我是共相，為什麼呢？因它是分別心否定補特伽羅我執，否定的這個情況裡，就存在的，所以，補特伽羅無我是共相。一切無為法是共相，有為法就是自相。

下面，看一下見而未定的例子，這很容易理解。

見而未定之相依者，謂如本人見或未見青色之疑心所引生執青色根現前，及異生相續中執色等五境之意現前，以及驗受彼之自證。

此分三：根現前、意現前、自證現前，這如前面講過的，根現前分根現量、已決、見而未定三個。意現前分意現量、已決、見而未定三個。自證現前也分自證現量、已決、見而未定三個。瑜伽現前只分量及已決知二個，沒有見而未定，所以，講見而未定時，就唯根現前、意現前、自證現前，這三個有見而未定。

根現前的見而未定指什麼呢？就如當心安住在很好聽的聲音時，那時若眼前出現的境，雖有見，但沒有生起定解。像這樣，當人家問：你有沒有看到這個？「好像 .....」，這後面會生起一個疑，這疑是從那裡產生的？從見而未定這裡產生，「如本人見或未見青色之疑心所引生執青色根現量」，此就是根現前的見而未定。

「異生相續中執色等五境之意現前」，「異生」指的是凡夫，「異」是非常執著，各執各的，我執著「我不跟你一起」，他也執「他不跟我一起」，這就是凡夫、異生，非常執著的意思。

凡夫五根識對色、聲、香、味、觸，後面同樣都有意現前，譬如眼根識看顏色跟形狀後，在第六意識分別心還未生起前，中間有一很短暫的意現前，這就是見而未定。一樣，耳根識聽到聲音後，一般馬上會生起第六意識，但中間很短暫的也有一個意現前，此是耳根識的後面產生的意現前，此也是見而未定。鼻根識、舌根識、身根識後面，一樣也都有很短暫的意現前，這些都是見而未定。

「色等五境之意現前」，此處用「意現量」是不對的，應改成「意現前」。前面也有用「根現量」都應改成「根現前」。因為這不是量，若是量就已生起定解了。現在這裡講的是見而未定，故應是根現前、意現前。

「色等五境」的「五境」是色、聲、香、味、觸，即五根識了解此五境，後面馬上就會生起此意現前，這些都是見而未定。這些見而未定上面的自證分，也都是見而未定。

生：聽不清楚

師：心沒有注意，在想其他事，突然眼前出現某一境，這時就是見而未定。心若有安住，它就會看到。雖然有看到，但「是不是菩薩？」跟「只是看到」，也是兩種境，這如「這是黑色」跟「此黑色是好」是不同的。同理，這裡有一個菩薩的樣子的形狀，跟這是菩薩的形狀，這是另一個道理，這是兩件事。

心類學 -8

- 正講

講完了五個非量，到目前為止，我們已經介紹完量的部分，包括現量、比量，其中現量又分為四個。現在的重點是行者應如何思惟這些關連性？比如說，剛才講的這些內容裡面，在現階段我們好的部分比較少，壞的部分比較多。我們的認知大部分處於最下面、最不好的顛倒識。我們必須要將它慢慢轉成疑，疑這部分還可以再細分。再來就是伺察識，這也可以細分很多階段。之後，才能生起比量，最後才會生起現量。在現量這部分，最高階段是瑜伽現量。這個現量現在我們沒有的，但是我們的心續是無始無終的。從無始以來，乃至成佛之後，心續都存在。所以從心續的角度看，好像有這樣的相續。在這個相續裡，我們現在住在哪個位置呢？我們的心大部分在哪個位子？這就是下面要解釋的。

雖然我們的心大部分住在較低劣的位子，但是我們還是有幾個量的部分，我們可以用它來破除不好的部分。怎麼破除不好的呢？我們有根現量，眼根現量、耳根現量、鼻根現量、舌根現量、身根現量，還有自證現量，我們再怎麼差還是都有這些。在我們心裡面壞的顛倒識、疑，這些各種壞的部分，該怎麼樣對治呢？我們所根據是什麼？根據的是自己已經有的這些量，我們自己這些量跟那些不好的認知是有衝突的。有什麼樣的衝突呢？比如說我們量的這邊：我知道這個是好，這個感覺舒服，這個顏色漂亮，這個房子不錯，我心裡感受到這個很享受，這些都是現量。這些現量跟顛倒識是有矛盾的，因為顛倒識的後面帶給我們痛苦，我們現在怎麼對治它呢？我們有一些根本的現量，這些現量實際上是我們感覺到的，這些就是我們自己有的現量。

這些顛倒識，若你一直走下去，後面就不會有享受，這個是我不要的。所以顛倒識後面與我現在的現量會有衝突，因此用我們的現量來對治它。對治時，怎麼對治呢？它是很會騙人的，雖然它的表相很美、很好，又很會照顧我們，會給我們快樂等，但實際上它是壞的，它的表相和它真正的結果是相違的。它真正的結果是我這邊的現量所不能接受的。所以我們用現量的力量，一直對治它。這種對治的邏輯是應成論式。應成論式的邏輯是什麼呢？若你這樣的話，就會變成那樣子！若那樣子的話，你會再變成什麼樣子。應成論式不會說你不要那樣，要這樣走才好，而是隨順著你。若你這樣的話，就會有這樣的結果，你可以接受嗎？若你那樣的話，就會有那樣的結果。就這樣一直推理，直到它的結果是我們不能接受的，那麼嚴重的事，推到他的面前時，他就無法接受。這種推理的方式就是應成論式。

應成論式是非常好的技巧。比如說，一對夫妻或朋友間，有時也會不合。有時候我們知道明明是他錯了，但是若對他說：我是對的，你是不對。這樣講一定會鬥起來，直接指出他的錯誤，他是不能接受的。我們應該怎麼做呢？好！我就順著你，若你跟著它，你後面會有這個結果，第一個結果，接著第二個結果，後面第三個結果，然後第一百個結果。這一百個結果你能接受嗎？將這不能接受的第一百個結果攤在他面前，讓他再考慮考慮。從後面順著他的想法一直的推理，讓他明白，這就是應成論式。

生：應成論式所舉的例子是，有法聲音，應成無常，所作性故。這邊並沒有像剛才講的那種是相反的啊？這兩個中間有什麼差別？

師：應成和正因論式不一樣，應成是順著對方的想法，若你 ..... 會變成 .....。應成的意思是「應該會變成 .....」，它是這個意思。讓對方明白，這就是應成。

你提的例子「有法聲音，應是無常，所作性故」，一般可能會有點難懂，這和正因論式不一樣！若是正因論式就不能用「應是無常」。這個論式裡面有很多意思，「應是無常」這個意思是，對方並沒有接受無常，但是對方接受「所作性」。所以若你接受「所作性」的話，就應該接受「無常」，是這個意思。在這個裡面，它只是一個簡單的舉例，真正的推理是在中間有好幾百種，好像有幾百步，也都可以這樣推。若它變成無常，這就跟你的想法有矛盾，以這種方式來破除他的想法。

應成論式是一直順著對方的想法，然後再將它破除。法王常說：我們自己要快樂，這是我們現在的 common sense，這些就是自己現在有的現量，這些是自己要的、知道的，用這個理由來對治顛倒識的煩惱，對治的時候是用 — 若順著你的話，會怎麼樣，最後的結果是我這個現量所不能接受的，接著我們就回頭來分析，我這個根現量是否能改變呢？

這個根現量是實在的，是不能改變的。能改變是那些顛倒識。在這兩個中間的推理，這就是應成論式。

剛剛講到從顛倒識，慢慢轉變，轉變得越來越好，它是怎麼樣能轉呢？重點是要有一個依靠的力量，實際的真諦的力量。而這實際的、真諦的力量是什麼？就是實際上我們親自要的、親自知道的現量。將它當作主要的根據，來做一連串的推理，這就是應成論式。所以一切比量也好，一切的智慧，將來非常深奧的智慧，所用的是一連串的推理，推到最後，真正所依據的理由就是

自己現在、眼前的，好像現量的東西。將這些東西當作最根本，從那裡一直推，智慧就越來越深、越來越廣，智慧會一直增長。能夠推的理由在哪裡？就是現在、現前有的東西。所以說比量完全依靠現量，因為有現量，所以後面才會能夠生得起比量。比量是靠邏輯，這個邏輯真正的、究竟的依靠是現量，這樣一個實在的道理。若這個根據不存在，那是無法推的。所以，智慧能不斷地增長，都是靠現量。也就是因為它前面有現量，所以能夠推理，使得智慧增長。智慧增長之後，一直改變，人的行為、想法一直改變，最後我們究竟可以成佛，都是靠現在眼前眾生有的一種現量。根據這個，就可以成佛。所以，一切眾生有佛的本性，也是這個意思。依靠著我們有的現量，它是真諦，好像非常實際的，依著這個力量慢慢進步，智慧慢慢增長，透過智慧的增長，我們會懂得取捨，一直進步，顛倒識的部分會慢慢縮減，心就會往上走，正面的這部分就越來越多，我們要這樣做。總之，心類學蠻有意思的。

生：昨天是不是有講到過，還是我聽錯了，就是我們所有學的東西都是比量，我們要經過這些比量的學習來達到現量？

師：對！

生：那您今天又說，比量要靠現量？

師：對！這裡可能有些誤解。比量要靠現量，這個現量在比量前會生起，我們說的是這個現量，這是不同的。比量後面生起的現量是瑜伽現量，比量前面的是 common sense 的東西，它是根現量和自證現量的東西。

生：這些是生來就存有的？

師：對！

生：難道菩提心的現量，也是生來就有的？

師：不是！若菩提心是現量的話，它就會變成現證佛的果位。菩提心不可能是現證佛，因為現證佛唯有成佛才有，若菩提心是現量，會有一些問題，所以菩提心不是現量。你所講的問題是菩提心是佛性，還是佛心的意思？是人本來就具有的佛性。人或眾生本來有佛性，佛性的「性」指的是自性的性。眾生本來就有佛性，這是自性的性。佛性的意思是剛剛講的：我們有要好的，不要不好的，要快樂，不要痛苦，這是本來就有的。眾生為了這個，會不停地追求，這個體性是本來就有的，這種體性是永遠不會變的，會永遠不停地追求，所以它一定會找到，慢慢地找，當找到正確的方法時，就會成佛。這就是一定會成佛的佛性。本來就會有的意思是什麼呢？本來我們就有這個心，這個心有感受，有離苦得樂的感受，為了離苦得樂的感受，會一直不停追求。這個體性是本來就存在的，這就是它的體性，所以永遠不會變，它會一直追求，一直追，當遇到正確的方法，就能夠成佛。

我們可能投生到地獄道等非常糟的處所，也可能投生到非常好的地方，可能時間長，可能好幾百劫，幾千劫。這個體性是不會變的，他還是會追求。所以一直在追求，不可能不會遇到正確的方法，當剛好因緣具足，遇到正確的方法時，他就會越做越有成就；越有成就，就會越往上、往前走，最後就一定會有一個圓滿的成就，也就是成佛，這個就是佛性。

現量就是自己很明白清楚，我要快樂，我不要痛苦，這個是我直接感受到的，這個我覺得很舒服，那個我覺得不舒服，這是

明白感受到的，已經存在的。將這個當理由，然後再慢慢推理。

2.2.3 由自引生定解之量及由他引生定解之量

量的分類方式有三種，現在講完了量和非量，第二種和第三種還沒講。「複講量之分類」，「量分為由自定解之量 (識) 及由他引生定解之量 (識) 二種」，上次曾經講到「由自引生定解」，中間要加上「引生」。量可以分為：「由自引生定解之量」及「由他引生定解之量」。

自宗云：如《理莊嚴概論》云；「爲量之一、自所量（事物）體性於境（客觀）上若無，則自身不會生起，而由自身之力能引生者，爲由自身定解量之性相。爲量之一，自所量（事物）體性於境上若無，則自身不會生起，須由他力引生定解者，爲由他引生定解量之性相。」

先簡單解釋，「由自引生定解」和「由他引生定解之量」，這兩個是什麼意思呢？若量已經了解對境暫時的道理，但是他心裡真正想了解的還未了解，他了解一部分，但是還未圓滿，這樣的階段就是「由他引生定解之量」。若這個量已經了解想要了解的，若是圓滿的階段，這就是「由自引生定解之量」。量有這兩種。

這裡用比喻說明，這樣就比較容易理解。比如說，在那邊起火了，可能是木頭或是炭起火，這時候有個人想了解，到底是木炭起的火，還是木頭起的火？他想了解這部分，然後眼睛一直盯著、看著。那個時候他有了解那邊有起火，但是他想知道的還未了解，他想了解到底是木頭起的火，還是木炭起的火？在這方面他就不瞭解。另一個人看的時候，他並不想了解這些，他想要了解的是那裡有火了，這樣就夠了，他心裡沒有另外的目標。他的

量是那邊有火，他該了解的已經圓滿了。這兩個，一個稱為「由他引生定解之量」，另一個是「由自引生定解之量」。

這兩個是相對的，是從他心裡的追求來判斷。這兩個都是量，一個是他好像該要的沒有了解，另一個該要的已經了解了。這裡講到「自所量體性於境上若無，則自身不會生起」，這邊講到「所量體性於境」，這個意思是他心裡很想要了解的這部分，「所量體性」的「體性」類似「究竟」的意思，好像他想了解「所量」的最究竟的。這兩個的區分，重點是他該要了解的是相對的，所以這兩個並非完全分開，它是從言詮門來區分的，不是真正的分類。

言詮門分類，比如說，當講法寶的分類：勝義諦的法寶，世俗諦的法寶。勝義諦的法寶就是滅諦和道諦；而世俗諦的法寶，就是眼前看的大藏經等。對於法寶這樣的分類，就是以言詮門來分的，它不是真正的分類。這些大藏經是法寶嗎？它是言詮法寶，不是真的法寶。不可以說大藏經不是法寶，它是法寶。但是這些為什麼不是真正的法寶呢？真正的法寶是心中要生起的，就是滅諦、道諦。也就是我們心中要修的東西，所生起的證量。為了修行所依據的論典，也稱為法寶，這是從言詮門來分的，實際上它不是真正的法寶。

辯經時所引用的東西，必須講得很清楚，若分類時是言詮門，那就會有問題，下面就不是真的。若分的時候不是言詮門分的，那就是真的，所以分類時就要這樣想。比如說，菩提心可分為世俗菩提心、勝義菩提心，這是以言詮門分的，因為勝義菩提心完全不是菩提心，真正的菩提心是世俗菩提心。但是我們有沒有講這個名相？有講，但實際上勝義菩提心不是真的菩提心，所以說是從言詮門分的。

生：為什麼勝義菩提心不是菩提心？

師：因為菩提心是方便的法，勝義菩提心是空正見，是智慧的法，勝義菩提心是現證空性，它是智慧，不是方便。真正的菩提心是世俗菩提心，菩提心跟世俗菩提心同義，但是佛典常講勝義菩提心。這樣講時，是從言詮門分的。

同理，這裡的分類很多是以言詮門來分的，所以會比較複雜。比如「由他引生定解量，從言詮門分為三種」，講到是從言詮門來分的。接著又說，「複次，彼從言詮門複分為三種」也是言詮門。總之，「他引生定解量」都是以言詮門來分，從言詮門來分，就會搞不清楚哪個是真？哪個是假？在「復次，.....」就講得比較清楚，可能比較容易理解。「見由自定解，真實由他定解之量，謂如事實上是火之顏色，當疑為是否火之顏色時，執遠處火紅顏色之根現量」。

生：是不是已經了解自定量，才能理解他定量？

答：不是，它們是相對的解釋，並非一定這樣。比如剛才舉的例子，這裡有兩個人，雖然兩個都了解那個是火，但是其中一個還想進一步了解這個火到底是旃檀火，還是木柴火。另一個不想了解那麼深入。這兩個是不是都是量？是！一個的量，他已經達到他自己想法，而另一個的量，還未達到自己的想法。為什麼未達到自己的想法呢？因為兩個人的想法不同。一個想法是，要進一步了解另一個東西。對這個人來說，就是「他引生」的意思，意思是後面需要靠其他人，讓他理解自己想要理解的事，他自己無法理解。這裡分為三種，已經介紹完了。「前二者，是真正由他定解量，後者是假立量」，前二者是什麼呢？看這裡的比喻會比較懂，第一個是「見由自定解，真實

由他定解之量，謂如事實上是火之顏色，當疑為是否火之顏色時，執遠處火紅顏色之根現量」。往遠處看時，知道那是紅色的，但是不知道紅色的是什麼？它是火的紅？布的紅？還是什麼的紅？不確定，但是往遠處看，知道它是紅色的。

一般說，他想了解的是，那邊是紅色，他並沒有特別想了解，這是火的紅，還是什麼的紅？若不想了解，就是由「由自定解」。若還想了解這是什麼的紅，這個階段的量是「他定解量」。這兩個都是量，切莫以為他定解不是量。他定解量是量，自定解量也是，差別是一個不完整，一個完整，這是我們的感覺。這是要教導我們什麼呢？有時候，我們會想：我還未生起量，實際上已經有量了。這個量是「他定解量」，因為我們想要的還未完整，但是不能說它不是量。這種量的分類方式，好像是相對於自己的感覺不一樣來分的，可分為自己該要的已經達成或還未達成兩種。這是教導，我們心裡，有時候好像該要的還未得到，就會產生懷疑，而將量看成不是量。我們還是有量，只是它還未達成而已。這不代表它還沒有達到量，這還是量，所以這是「他定解量」。

生：量當中有沒有搞不清楚的？

師：瑜伽現量就沒有這樣。因為瑜伽現量他要的是空性，是補特伽羅無我。對於這些都已經現證了，故沒有搞不清楚的。所以，瑜伽現量完全放在自證量 — 由自引生定解之量裡面。

生：另一類的還在伺察意當中？

師：這樣想不對！若還在伺察，就不是量。現在講的是量的階段。量可分兩個他定解及自定解，兩個都是量。它裡面分了很多。

哪一個是真，哪一個是假，這些就不用多了解。重點是要認識自己的量，量裡面也有這幾種。

生：這個量能認識自己的需求在哪裡嗎？

師：不是。這個量有的是，在那個時候是有疑，但是所疑的和他所了解的，還是不同。比如說他已了解這個是紅色，這沒有錯，但是到底是火的紅色？還是什麼的紅色？這是一個疑，「這個疑的當中」不可把「了解紅色」這個也當成疑，不是的，了解它是紅色，這是對的，是可靠的。但是後面想要了解的，這部分我們還未了解。它是火的紅色？還是什麼的紅色？這部分還不了解。所以不要搞錯，而將這部分也變成疑，這裡面有量的部分，也有疑的部分。

生：自定量中有個串習外境的根現量，根沒有記憶、沒有認知，怎麼會有串習外境的根現量？它舉的例子是，兒子心相續中看到父親容貌的根現量。「自宗云：由自定解量分為五種，謂具見能表功能之根現量，具對境習慣性之根現量」。

師：若先理解第一個，第二個就容易理解。第一個，「具見能表功能之根現量」，根現量就是一種，比如說對境的火或色法，例如色、聲、香、味、觸這些法，到底它有什麼作用？我們會區分，火有燃燒的作用；水有什麼作用，五根會作這些區分。五根能夠區分，這裡點燃，它就熱了，這就是感覺，就像這樣五根識會區分這些。但是這種區分，不可認為是分別的意思！

分別是第六意識，那是另一種分別心。在五根識時有了別，它還是能了解，這種的了解，實際上是它感受到的，赤裸裸地看到，它自己沒有特別故意的區分。它從那邊好像接受這些東

西，這是第一種。第二種是什麼呢？比如說，他是我的爸爸，或這是火，這是安立的。比如說，這是水、這是火、這是我爸爸，這是一種習慣性的。這種「習慣性的」就稱為等流果，也就是過去有看過色、聲、香、味、觸，現在也會看色、聲、香、味、觸。過去看的時候，覺得這個聲音好聽，那個聲音不好聽。或是這是我父親，這是我母親，我們對父母有一種親近的感受。像這類的，是過去習氣帶來的，是習氣的一個根現量。現在這裡用是我們比較容易理解的一種比喻，實際上，它的範圍很廣。

這個是根現量，接著是自證現量、瑜伽現量，然後是比量。比如說，瑜伽現量是自己該要的已經達成，好像覺得我有成就感。所以它完全不是「由他引生定解量」。相同的，自證現是自己的感受，不需要靠其他，自己了解想要了解的，所以也沒有由他引生定解量。第五個比量也沒有由他引生的，為什麼呢？在前面講過，從顛倒識慢慢變成疑，疑慢慢變成伺察意，伺察意一直進步，後面整個是正確的因，接著在某種因緣具足下，他能接受這個道理。當了解對境時，就會生起比量，這時候他覺得已經達成，他不會覺得我還要什麼，在那個暫時的階段，比量一定自己覺得滿足，所以肯定是由自引生定解之量」沒有一個由它引生定解量的比量。這部分不是那麼重要，大概分辨一下就可以了。

心類學 -9

- 調伏意樂

七種心法中，兩種量、五種非量已經講完了。應該清楚自己的心續怎麼樣能從最壞或最差的那邊，慢慢一步步轉上來，這就是修行。真正的修行，重點在於心！無限的生命中，身體一直變，無法長期可以跟著我們。無始無終真正跟著我們的，就是這個心！所以，要修的是這個心，要培養的是它，要照顧它、培養它。它是真正可靠的。

有時候對這方面，我們有一點沒信心，我們會懷疑：「無始以來自己跟著煩惱一起，怎麼有希望呢？怎能解脫呢？」現在學習七種心法時，就慢慢有點希望，有信心。縱然這些顛倒識 — 無論是無明或煩惱 — 有那麼多種類，力量又很強，但是，學習七種心法時，好像看到它有一個轉的過程，從那裏，我們就要有信心。可以說，比較能生起出離心，對在輪迴中受苦的其他眾生，比較生得起慈悲心。不然，好像無法救他們。若其他眾生心續中的煩惱，永遠會存在的話，雖然看他們受苦，我們慈悲也沒有用，都沒有希望，那麼，我們就無法生起真正的慈悲心。

學習七種心法，對自己有信心；對別人還是有一點信心，雖然眾生心中有那麼多煩惱。我們可以慢慢引導他們，然後他們的煩惱也能轉過來。看到這樣時，我們的慈悲心會生得起。我覺得七種心法對生起出離心很有幫助，對生起慈悲心、菩提心也有幫助。對自己可以成佛也會有希望，對自己能夠解脫也有希望，對能把別人帶到解脫的位置、帶到佛的位置，也有點希望。生得起這樣的希望，出離心也會生得起，慈悲心、菩提心也會生得起。過去祖師開示心類學，也有這個作用。我們也是希望透過這樣學

習，生起自己能成佛的信心，能解脫的信心，對能把別人帶到解脫的果位、帶到佛的果位有信心。透過這樣，將來能生得起出離心跟菩提心！先要調出這種意樂，然後開始聽法。

- 正講

上次講到量分三種，一種是現量、比量。現量分四個，比量分三個，這些講完了。第二種分法，量分為兩種 — 由自引生定解量跟由他引生定解量。這裡有個重點，這兩個的作用是什麼呢？因為行者有時會犯一種錯誤：認為由他引生量不是量，把它看成是不好的。因為由他引生量會讓人產生疑的感覺；疑不是量，所以，把由他引生量當成不是量、當成疑。雖然它會產生疑，但是它還是量，所以能夠產生疑的，也有量。另外，為什麼由自引生量呢？有時候它雖然是量，可是我們心裡感覺有點不可靠。認識它，若是由自引生量，那就比較有信心，有「喔！這是可靠的」感覺，所以這兩個量有這樣的幫助。

關於由自引生量，大的經論裡常談到自證分。在這裡，自證分分類時，由自引生量有自證分。

自宗云：由自定解量分爲五種，具見能表功能之根現量，具對境習慣性之根現量，自證現量，瑜伽現量，比量，凡是此五種之任何一種，皆爲由自定解量。

到比量就有五個，其中第三個是自證現量，自證現量是由自引生現量。所以這裡講：自證現量該要了解的對境，它自己肯定能成辦，不需其他的照顧、協助。這裡有個比較重要的道理，各位要清楚。有時候，一些大的經論會講：自證分若沒有量解心的話，心也無法量解它的對境。比如，以空正見來說，空正見了解

空性。然後，空正見的上面有自證分。這個自證分若沒有了解空正見，空正見也無法了解空性。各位若多聽比較廣的經論，會聽到這種道理。意思有點是這樣：空正見自己的自證分沒有了解，它怎麼會了解對境 — 空性的道理呢？比如說，一個人講別人什麼時，平常我們會講：你自己也搞不清楚，幹嘛講別人是怎麼一回事？自己沒有照顧到自己，去區分別人是如何對不對，分辨得很多。好像連自己都沒站好自己的位置，要去幫助別人，是不可能的！意思是自己先要有能力，然後才能幫助其他人。每個心上有自證分，之前講過心法分為量跟非量，非量有五個；量分現量、比量兩個等。現在是講，不管量的心或非量的心，每個心上有一個自證分，但是自證分能不能了解心法呢？不一定！但是，若這個心法是量的話，它上面的自證分，就一定要了解這個心！

生：見道以下，空性見還沒有親證，自證分唯一能知道這件事的存在，緣的是見分跟相分，不知道這樣分有沒有錯？見到的東西是見分，心裡的影像是相分，唯一的是自證分，了悟這個的是證自證分。不是到證自證分時才能了悟見分跟相分是不是正確的嗎？

師：不是，沒有這個意思。現在是講，所有的心法上有自證分，連自證分上也有自證分，簡單講是這樣。現在沒有談到自證分上的自證分。你用的詞平常出現於那樣的書呢？或那個翻譯用的呢？是論典裡常用的嗎？[6] 你用的是見分、相分、自證分、證自證分，我們平常是講所取、能取、自證分、證自證分。用什麼詞沒有關係，主要是，講證自證分的理由是什麼呢？自證分本身也是心法，所以它上面也要有自證分。

6. 學員的答覆是《成唯識論》。

沒有講第四個，只講第三個自證分，什麼樣的有境，什麼樣的能取，什麼樣的心法，上面一定有個自證分。不論是量的部分 — 現量或比量 — 還是五個非量的部分，上面一定都有自證分。若問：自證分一定會了解它的對境嗎？之前講過，自證現覺分三個 — 量的部分、已決智的部分、見而未定的部分。三個裡面，見而未定肯定不了解，因為沒有定解；前面兩個就有了解。自證分也有見而未定，所以它也有不了解對境的。

簡單說，分有了解跟沒有了解。那麼，能了解對境的自證分裡面，哪部分能了解？哪個部分不能了解？為什麼哪個部分不能了解？哪個部分能了解？這是一個問題。要先決定「能夠了解」，這部分怎麼決定呢？能取、所取或見分、相分，自證分、證自證分。第三個自證分能了解它所有的對境或相分嗎？不能！

了解的部分是什麼樣子呢？假如這個見分是量，它的自證分肯定要了解見分 — 有境 — 能取的部分。為什麼？自證分若不了解它的見分，這個見分不會變成量。因為不能了解其對境，它怎麼會變成量呢？所以，它能了解對境，是這個自證分要了解。若自證分沒有了解它，它也不能了解對境；這裡有一個道理。為什麼這樣解釋呢？比如剛剛用的比喻：自己沒有站起來，怎麼讓人家站起來呢？就是這個道理。

以空正見為例，空正見的自證分一定要了解空正見；若沒有了解空正見，空正見也無法了解空性。先要清楚，不要以為空正見的自證分「距離非常遠，或是完全分開的」另一個心。空正見的自證分，是空正見自己的部分，用自證分，「分」的意思是，它自己的部分，能夠了解自己。所以，「空正見」自己沒有搞清楚自己，怎麼會搞清楚空性呢？有這個意思。

這裡是講，自證量一定會了解它該了解的道理，不需要靠其他的。所以，自證量完全是由自引生定解量，不可能是由他引生定解量。這裡為什麼講由自引生定解量呢？自證量該了解的，完全不需要靠其他的，它自己可以成辦。這裡的重點是，自證現量完全放在「由自引生定解量」，它沒有「由他引生定解量」。

所以，只有根現量有由他引生定解量，其他的現量都沒有由他引生定解量：意現量沒有，瑜伽現量也沒有，自證現量也沒有，比量也沒有。所以，要把前面談的四個現量、三個比量，跟現在的兩種量 — 由自引生定解量，由他引生定解量 — 對照地想一下。怎麼樣對照呢？比量肯定是由自引生定解量，沒有由他引生定解量。現量裡面的根現量，有由自引生定解量，也有由他引生定解量。除了根現量以外的現量，完全是由自引生定解量，這樣就比較容易理解。以上講完了量的第二種分法。

2.2.4 量的第三種分法 — 士夫量，聖言量，心識量

複次，量由言詮門複分爲三種，謂士夫量，聖言量，心識量。

先要理解，這裡是按言詮門分的，所以，三個裡面肯定有不是真正的量的部分：士夫量、聖言量不是真的，心識量是真的。有時候我們會想：士夫量是量，聖言量也是量，不是的，士夫量跟聖言量只是言詮門分的。心識量才是真正的量，其他兩個不是真正的量。可不可以用這個詞呢？可以！依言詮門而用罷了。

這裡量士夫跟士夫量要區分。這是佛典裡面用的詞，要理解清楚。士夫量只有佛，士夫量跟佛是相等。量士夫跟佛是不等於的。量士夫的範圍比較廣，佛也有，眾生也有。比如無著菩薩、龍樹菩薩等都是量士夫，但不是士夫量！

佛講的語，佛經，就是聖言量。心識量跟量是同義。所以，真正的量是心識量。士夫量這個詞在哪裡會出現呢？陳那《集量論》的讚頌中談到「歸敬為量利諸趣，示現善逝救護者，悲愍邪分別眾生，如實宣說成量理」，他對佛禮讚時，就稱佛為士夫量。

無論是利他或自利，佛都圓滿。自利 — 自己的心中有智慧的量跟去除煩惱所知障的滅諦，兩個都圓滿。他利 — 不論是他需要照顧登地以上的菩薩或照顧一切眾生，哪方面的利他都圓滿 — 利他的報身跟幻身 — 化身 — 都圓滿。所以，果的階段有兩種圓滿：自利跟他利都圓滿。果階段圓滿的來源，是因階段的圓滿。因的階段怎麼圓滿呢？他利的部分來說，他修菩提心、修慈悲心，修得圓滿；利自或自利部分來說，他修空正見斷除煩惱，斷除所知障，都做得圓滿，修空正見修得圓滿。所以，因的階段，菩提心、慈悲心 — 方便的法圓滿的結果，就有果的階段利他圓滿。因的階段：空正見的入定修智慧，然後斷除無明、煩惱、補特伽羅我執、法我執等。有這樣圓滿的因的緣故，果的階段，自利就圓滿了。讚嘆佛時，透過這四個圓滿才安立士夫量，這四個圓滿只有佛！四個圓滿跟佛相等，所以士夫量跟佛相等。

這四個 — 兩個因，兩個果圓滿。兩個因：意樂最圓滿，就是菩提心跟慈悲心；加行最圓滿，加行是實際上修行，實際上修行真正的圓滿是智慧度。智慧度修得圓滿，就是加行圓滿。空正見修得圓滿，就是加行圓滿。因的階段，意樂也圓滿、加行也圓滿。意樂圓滿就是方便圓滿，菩提心跟慈悲等。不要以為，菩提心是剛開始時修，後面就不需修。

菩提心分二十二種，比如說，資糧道：小、中、大；加行道：煖、頂、忍、世第一法。每個階段有不同的菩提心；然後見道、

十地菩薩，每一階段有不同的菩提心。所以，要一直修菩提心、增長菩提心。菩提心不是只在開始時修，後面就都沒有修。所以，菩提心意樂圓滿，也要修三大阿僧祇劫。

同理，加行 — 智慧度、空正見 — 也是，資糧道時要修入空性的奢摩他；加行道時，修入空性的毗婆舍那，更進一步，整個十地要修現證空性的空正見。這樣三大阿僧祇劫中修智慧度加行，才會加行圓滿。所以，意樂跟加行圓滿，才有自利跟利他圓滿的結果。整個圓滿時，就安立士夫量。所以，士夫量跟佛是相等的。

再來是聖言量，平常談到，從對境那邊說，先有士夫量，後有聖言量。從學習者的角度說，先要了解聖言量，再了解士夫量。先了解聖言量，再了解士夫量，意思是先了解佛開示的經典內容，然後才了解經典是那麼珍貴，對它有信心。然後，才會生起對開示經典的導師的信心。

量士夫跟士夫量不一樣，量士夫不需要具備剛才講的四種圓滿那麼高的條件：兩個因、兩個果圓滿。量士夫是什麼意思呢？若他是個說宗義者，開示基、道、果。對行者解脫這方面能有幫助，這樣的說宗義者就是量士夫。跟隨他修行的話，在解脫方面可以一直往上進步，能解脫的這條道能走得上去。按照他開示的宗義，行者能解脫，這樣的開示者，就可稱為量士夫。量的意思是，對這些希求解脫的行者來說，他是位可靠的開示者、可靠的士夫。所以，量士夫的要求沒有士夫量那麼高。剛才講，無著、世親等都是量士夫，就是這個意思。

然後是聖言量，比如說，佛開示「一切法是有自性」，或「補特伽羅有我」，有人會想：具這樣言詞的經典，是不是聖言量呢？也是！言詞講的不對，不是量，不代表所詮是不對的，所詮

是它真正的密意。真正的密意是存在的、是對的，所以還是聖言量。因為佛言詞上這樣講出來而已，實際上他頭腦很清楚，他這裡這樣講，是要講另一個涵義。有另外一個涵義，故還是聖言量。所以不要誤以為聖言量的言詞一定要正確，不一定！所以佛說的「一切法是有自性」或「補特伽羅有我」，都還是聖言量。

生：心識量是什麼？

師：心識量前幾天講完了。心識量是真正的量。例如，「謂如現量及比量」，現量跟比量是真正的量。

量的三種分類都講完了。最前面講到，心識有四種分類方式，第一種 — 量跟非量 — 講完了。現在再補充說明，為什麼分的時候，量的數量只有現量比量？又，現量跟比量體性是一？還是異？也有這樣的問答。

量之數目，定爲現量及比量二種。不須分得更繁多，若少於此又不能收攝。此即是量肯定唯二之義者，量即定爲此二故。此理若不成立，則言應如此者。謂所量事物，決定爲自相及共相二類故。

《攝類學》小理路有講，有、所量、境、所知等是同義。這裡蠻有道理，比如說，佛教判斷法有沒有，即存在不存在，是從「量」有沒有量解到它來判斷，佛教不會說從「佛經裡面有沒有講」來判斷。它是非常有邏輯的，故說，所量跟有同義。

這裡講，所量跟有 — 對境 — 同義，這個對境是存在的對境！不存在的對境不是真正的境。所量的對境本身有什麼樣子情況、分多少呢？有自相跟共相兩種。所量跟量是有關連的。所量有兩個，所以量也有兩個。所量分兩個，所以，能了解、能量解

的量也分兩個，不需要更多。比如說，自相的法就是現量可以直接接觸到的。所以，對境所量那邊有自相，能量這裡一定有現量。又，對境那邊有的不是自相而是共相，共相不是現量直接可以接觸的。雖然現量無法直接接觸，但是不可以說它不存在；它是比量才會理解的。所以，共相這部分，能量解的量是比量。

量為什麼分現量、比量？理由是什麼？就是，對境那裡，法本身有兩種存在方式，一是自相的方式，一是共相的方式；所以能了解的量，也只有現量跟比量。這個道理也常會用的。比如說中觀裡面會用：為什麼一切法的相有世俗諦、勝義諦？就是，能了解的量有名言量跟勝義量兩個，所以對境有世俗諦跟勝義諦，其道理是一樣的。

能了解的為什麼有現量跟比量呢？就是對境那邊有自相跟共相兩種。小理路裡面講：自相、有為法、無常、所作性、勝義諦、實質有、諦實成立等，都是同義，經部宗是這樣想的。

生：剛剛您講到自相共相跟現量比量的關係，對空性的了解，空性是共相，是不是只能用比量去了解它？在修毗婆舍那時，無法用現量去體驗它？

師：首先要清楚，現在是講經部宗的宗義；經部宗的宗義不承認空性這個名字。你的問題可以改成補特伽羅無我。補特伽羅無我來說，他也覺得現量不會現證，對「補特伽羅無我」一直修，先分別心修、比量；然後進一步現證。現證的時候，他不會說現證「補特伽羅無我」；他會說，現證的是非常清淨的、完全沒有「補特伽羅我」的這種執著，看到非常純淨的一個補特伽羅或一個我。這個我或補特伽羅的定義，就是依五蘊安立的行蘊。

他所了解的是依五蘊安立的行蘊。平常看行蘊時，沒有那麼純淨地看到，我們完全被「補特伽羅我」的執著蓋住了。經部宗是怎麼想呢？先修「補特伽羅無我」，一直不斷地修，然後真正現證時，現證的是什麼呢？它若是一個共相，無法現證，所以他現證的是赤裸裸看到它的本性，真正那邊是什麼樣子的法，好像有碰到或抓到的感覺，這個抓到的，不像補特伽羅我執的這個，他覺得抓到的是非常純淨的一個行蘊，這是經部宗的想法。純淨的意思，是把「補特伽羅我」這種顯現的想法完全去除掉，然後就了解非常純淨的一個行蘊。所以他所現證的，還是自相，還是有為法。要這樣理解。

生：那個行蘊為我，跟十二緣起裡面無明緣行的行，二者是否一樣呢？

師：詞一樣，意思不一樣。無明行的「行」是誰讓他行動的？是從能行動這方面講的。行蘊的行，可以講是所行，不是能行的這方面。是講五蘊中的行蘊，不是十二緣起裡面的行。

生：這樣的話，可不可以說，因為無明才會執著有我，執著有我跟無明行的這個行就有點關係？因為執著我才會行，因為無明，就執有我，就行。

師：你的問題我不太清楚。就是，先有無明，再來，有沒有引業？行是引業的意思。先有無明，然後慢慢生起煩惱，後面，煩惱非常強的時候，就開始造了引業，就是十二緣起裡面的行。五蘊的行範圍很廣，簡單說，除了色、受、想、識，這四個以外的一切有為法，都是行蘊。這裡面，平常分為相應行、不相應行。不相應行裡又有多少，相應行有多少。若承認只有五十一心所，受跟想以外，剩下來的四十九個心所都是相應

行，十二緣起無明緣行的「行」，就是相應行其中一個，是四十九個心所中的一個，所以，這兩個的範圍有大小。

生：平常說，眾生執五蘊為我，故應執色受想行識為我，不是只執行蘊為我。

師：我知道你的問題。要這樣理解，這個我不可指出來所依的五蘊；依靠五蘊，然後安立，就是我。安立的我是有為法，不是無為法。是有為法的話，就涵攝在五蘊裡。所以，我在五蘊裡面！那麼，它在五蘊哪裡呢？在行蘊裡面。剛剛講補特伽羅行蘊，意思是補特伽羅我，存在的這個我、我本身，就是行蘊。為什麼？這個我是什麼樣子呢？所依 — 依靠有一個五蘊，依靠五蘊，然後我們從內心就安立「我」；所以這個我，是我們的心安立的。但是心安立，不代表它是無為法，還是有為法；它是有為法的話，一切的有為法一定是涵攝在五蘊裡面，所以這個有為法是色蘊嗎？不是。受蘊嗎？也不是。想蘊嗎？也不是。所以它在行蘊的範圍裡面。但是這個行蘊跟所依的行蘊不一樣，所以我剛剛用：補特伽羅這個我：以所依的五蘊，就安立「我」。所以，「後面這個我是行蘊」的意思是，這個行蘊跟前面所依的五蘊還是要分開。

生：經部宗講法我了解，但是第二個問題，在修毗婆舍那時，無法用現量去體驗空性？

師：是中觀吧？

生：是。

師：當然，中觀宗對有為法不會那麼執著，不會講它有自性、它有自相等；也不會說有為法才有現量，才看得到、領受得到或摸得到，中觀宗不這樣想。經部宗說，一切有為法有這種特性，現量能現證或現量能領受到。這樣講，表示他對於境 — 有為法 — 非常執著。他承認現量能領受的是有為法的境，它在那裡，我們已經親自領受到了。所以「領受到」是他的一個錯誤主張，「一切的有為法是現量的顯現境，無為法是分別心的顯現境」，這是經部宗說的。若不從中觀的角度看，它好像也有道理。若從中觀的角度看，就顯出經部宗對有為法太執著了。若各位沒有多學，而把經部宗跟中觀雜在一起解釋，就會糊里糊塗。可能有幾個人會聽得懂，但是我不太願意那麼多人當中馬上就講這些。大家會覺得：這邊一個解釋，那邊又一個解釋，會非常不清楚。我就擔心這個，所以講的時候，先認識經部宗的思想，不要把它跟中觀連在一起。

質之差別者，謂現量與比量二者同質。以此二者同質故。此理若不成立，則以現量作爲有法，應與比量同質，蓋與驗受比量之自證現量同質故。若言此理不遍，則以比量作爲有法，則凡是與驗受爾之自證現量同質者，必須是應與爾同質，蓋爾與驗受爾之自證現量二者，無論就境，時體性任何一方面言。在既成部分上仍同質故，爾是心識故，前理若不成立，則以現量作爲有法，爾與驗（領）受比量之自證現量應同質，蓋爾爲物之一，驗受比量之自證現量仍爾之個別故，根據此種道理，則可以成立，分別與無分別之識二者同質；錯亂識與非錯亂識二者同質；根識與意識二者同質；心王與心所二者同質；量識與非量識二者同質。

心的體性有點複雜，不懂是正常的。大略了解的話，這裡是解釋，現量、比量是同質。這個道理通了，後面，分別心跟無分

別心是同質，錯亂跟無錯亂是同質，根識跟意識是同質，心王跟心所是同質，量跟非量是同質。這段就講這個。先了解第一個非常重要，了解了第一個，後面就容易理解。第一個是現量跟比量同質，它們為什麼同質呢？了解這個，然後就「根據此種道理」，可以理解後面整個都是同質，故應先了解「根據此種道理」的這個道理。

首先解釋同的意思，「同質」不是「完全同」的意思，反過來，「不是完全不同類」就是同。好像中間有一條共同的線。所以，「不是完全不同」，就是同的意思；同不是完全同。一般以為「同」好像完全同；現在不是，現在是，不是完全不同，就是同的意思。

生：是相似的意思嗎？

師：也不是相似。比如說，有為法跟這個杯子是同質，意思是「不是完全不同」，就是同質。有為法跟這個杯子，有為法範圍很廣，這個杯子範圍只在這裡，所以有為法跟這個杯子，範圍大小差太大了，但不可以說完全同。

現在講同質，質的意思是：兩個的材料或兩個的體性，有個相同的位置，所以同質。可以了解，不是完全不同質，就是同質。

先這樣想：現量有很多種，它可分四種 — 根現量、意現量、自證現量、瑜伽現量。根現量跟現量是同質、意現量跟現量是同質、自證現量跟現量是同質、瑜伽現量跟現量是同質。這樣可以理解吧。剛剛講有為法跟杯子，一樣的道理，現量跟下面的四種現量一個個就是同質。了解的話，剛剛講第三個是自證現量，現量

跟自證現量是同質。自證現量有很多，比如說，你有自證現量，我也有自證現量，他也有自證現量，我們心中都有自證現量。

一樣的，比量上也有自證現量，比量上面的自證現量跟現量，是不是同質？是。這是這邊講的「以現量作為有法，應與比量同質，蓋與驗受比量之自證現量同質故。」這裡用什麼理由成立什麼呢？把現量作為有法，現量是跟比量同質，為什麼？因為比量上的自證現量跟現量同質。「與驗受比量之自證現量同質」，有法是現量，現量跟比量的自證現量同質，所以跟比量也是同質。

現量跟什麼同質？理由是什麼？現量與比量的自證現量同質，所以現量跟比量同質，重點在這裡！所以首先要理解：「現量與比量的自證現量同質」，理解後，用這個理由成立「現量與比量也是同質」。

這樣成立時，一定有人會想：為什麼這樣能成立呢？後面接著講，因為比量的自證現量也是比量的一部分，它跟比量不是完全分開的。「自證」是「他自己了解自己」，所以比量的自證現量也是比量的一部分 — 它自己了解自己的意思。比量的自證現量是比量的部分，現量跟比量的自證現量同質，那肯定跟比量同質，因為這兩個是一體。但是一體不代表是完全一樣，比量是比量，比量的自證現量不是比量，是自證現量，但是還是一體。一體的緣故，現量跟比量的自證現量是同質的緣故，跟比量也會同質，它的邏輯是這樣！

有人會想：現量比量怎麼會同質？現量是現量，比量是比量；現量比量是相違。相違沒有錯，現量不是比量，比量不是現量，這是對的！但是，若問現量跟比量是不是同質？是同質！一般說，這比較難接受，但是他就繞繞繞，這個道理一講出來時，喔！這

也是有同質。所以，現量跟比量同質，理由是「現量是跟比量的自證現量同質」，這樣就把它成立起來。

然後這個周遍，若跟比量的自證現量同質的話，為什麼一定會變成跟比量同質呢？因為比量跟比量的自證現量是一體的。跟這個同質的話，跟那個也會同質。這個道理就通了，「根據此種道理」，各位自己要推！後面看，分別跟無分別心同質，怎麼成立？要用剛才這個道理、這個推理！分別識跟無分別識是同質，怎麼講呢？想一想。

心類學 -10

師：剛才那個有沒有想起來？

生：分別和無分別都屬於心，所以同質。

師：這是心跟無分別心同質，這沒有問題。現在是為什麼分別心跟無分別心同質？有沒有其他的想法？

生：可不可以這樣講，分別心有自證分，無分別心也有自證分，分別心的自證分跟無分別心的自證分，他們兩個是同質。

師：把前面的道理套過來。剛剛那個是現量、比量，我們講，「現量跟比量的自證現量同質，所以，現量跟比量是同質」。把這個道理帶到分別心跟無分別心，把無分別心當有法，然後，它跟分別心的自證現量是同質；因為，分別心的自證現量，是無分別心的「別」；總跟別的話，剛剛前面，比量的自證現量，是現量的別。現量範圍大，比量的自證現量範圍小，這兩個是同質。

一樣的道理，無分別心跟分別心的自證現量，也是同質，為什麼呢？比如說，分別心的自證現量也是無分別心，因為它是現量。分別心的自證現量是現量，現量當然就不是分別，而是無分別。所以「分別心的自證現量」也是無分別，它跟無分別心同質。無分別心跟分別心的自證現量同質，那肯定跟分別心也是同質；因為分別心跟分別心的自證現量是一體的東西，不是分開的。所以無分別心跟分別心的自證現量同質，那肯定跟分別心也會變成同質。第一關已經過了。

再來，錯亂識跟非錯亂識，也是同質，想一想，對！非錯亂識跟錯亂識的自證現量是同質，所以，跟錯亂識也是同質，這通了嗎？第二關已經過了。

然後第三關，根識跟意識，想一想，對！意識跟根識的自證現量是同質，所以，意識跟根識也是同質。這個要想，意識跟根識的自證現量，為什麼同質呢？因為根識的自證現量也是意識，若這個沒有通的話，那就不通，這個要理解，根識不是意識，根識的自證是意識。根識不是意識，根識的自證現量是意識，所以就是在這裡，意識跟根識的自證現量是同質。

生：所以，世俗諦的自證現量，跟勝義諦也是同質？

師：你不用想世俗諦，這裡不用特別想世俗諦、勝義諦。

再來，心王跟心所，這裡就有一點困難，不是那麼容易。前面講自證現量定義時，講到單執，所以這裡要想，心王心所跟前面的道理怎麼連？這裡不一樣，這裡怎麼想呢？心王跟心所，兩個的自證現量只有一個，心王、心所是一體、一起的，沒有各個的。

心王的自證現量也是心所的自證現量；心所的自證現量也是心王的自證現量，要這樣理解。推理時就一樣，比如說，心王跟心所的自證現量同質，所以跟心所同質，推的時候用的詞是這樣。但是要想，心王跟心所的自證現量，為什麼同質？原因在哪裡呢？因為心所的自證現量，本身就是心王的自證現量，要理解，這個有一點不一樣。

最後那關，跟前面一樣，量跟非量怎麼推呢？不可以講量的自證現量，要講非量的自證現量，這要看哪裡有關係，量是跟非量的自證現量同質，所以，量識與非量識同質，這幾個關就過了。

生：剛剛那個量跟非量的自證現量同質，倒過來，非量與量的自證現量同質。

師：這不能這樣講，因為量的自證現量，跟非量沒有什麼關係。因為量的自證現量不是非量，不能倒過來講。剛剛你們沒有想到倒過來，好像運氣好，就順了，所以要想一想，在哪一個角度講。

生：請再講一個正確的方式，就怕倒過來會不相通。大致再講一次。

師：前面，有法是現量，它跟比量的自證現量是同質，所以跟比量也是同質。所以取有法的時候要想好。這邊推理的時候，第一個，分別心跟無分別心，這裡，有法是什麼呢？把無分別心當有法，無分別心跟分別心的自證現量同質，所以無分別心跟分別心同質。然後，錯亂跟非錯亂，這裡有法是什麼呢？非錯亂是有法，它跟錯亂的自證現量同質，所以它跟錯亂也是同質。然後，根識跟意識，把意識當有法，意識跟根識的自證現量同質。然後，心王與心所，什麼當有法，沒有什麼差別；心王可以當有法，心所也可以當有法，因為道理跟前面有一點不一樣，為什麼不一樣呢？重點是，心王的自證現量，跟心所的自證現量沒有什麼區別。前面的那些，比如說，現量的自證現量、比量的自證現量有區別；分別心、無分別心也有區別；錯亂、非錯亂也有區別；根識、意識的自證現量各個都有區別。現在心王心所就沒有區別，所以可以把心王當有法，也可以把

心所當有法。把心王當有法，跟心所的自證現量同質，所以，跟心所也是同質。然後，量跟非量來說，把量當有法，所以量跟非量的自證現量同質，所以跟非量也是同質，大概這樣。

生：什麼叫做心王跟心所？

師：心類學剛開始，有講心法有四種分法，四種分法裡面，現在講第一種分法的解釋；然後再來第二種、第三種、第四種，第四種分法就講心王心所，所以後面會談。

生：同質是說性質，不是說完全是一體的？

師：對。剛剛有講，就倒過來講，不是完全不同，就講同質。

到此算是把第一種心法分類講完了，再來進入第二種。

2.3 心法的第二種分類方式

己三、複講知覺之分類，複次，知覺、了別分爲三目，謂敘述將總義作爲所執境之分別（心）**，敘述將自相作爲所執境無分別不錯亂識，敘述將無見爲有作爲所執境之無分別錯亂識[7]。**

上次有談，重點是：分別心、無錯亂的無分別心、錯亂的無分別心三個。分別心有一個，無分別心有兩個。這三個重點是要想「所執境」這裡。第一種分類是，心的可靠的「量」、不可靠的「非量」。第二種分類，不是從可靠不可靠，心本身好不好來判斷，而是從它的所執境有多少種來分類。

7. 仁波切於 2017 年講的《心類學》中提到，「將無見為有作為所執境」應改為「將無作為所執境」。

先解釋一下「所執境」，「執」— 抓執，是境跟有境中間沒有隔的意思，它已經抓執到這個境了。所以「所執境」有時用「照了境」，有時用「顯現境」，都一樣。比如說，眼睛看這個杯子，眼識跟杯子中間沒有隔，直接赤裸裸看到。第六意識想這個杯子，中間就有隔！第六意識想這個杯子時，自己頭腦裡面有個印象，透過印象想杯子，所以杯子跟第六意識中間有隔，隔什麼呢？隔這個印象！而這個印象跟第六意識沒有隔。第六意識的印象，是第六意識的所執境；以這個第六意識跟杯子來說，想杯子不是第六意識的所執境？這中間有隔，眼根識看這個杯子時，這個杯子是眼根識的所執境！很簡單，這邊講所執境，就是這個意思。

先第一個，第六意識想杯子時，杯子不是它的所執境。想房子時，房子不是它的所執境。想人時，人不是它的所執境。一切有為法都不是它的所執境。那它的所執境是什麼？就是這個印象。所以，所有分別心的所執境完全是它的印象。

生：這個印象是不是義共相？

師：沒有錯。但是慢慢要了解，分別心的所執境，完全是它的印象。連想兔角或想不存在的法，也是印象。不管什麼樣的分別心，它想的是存在的或不存在的，一切分別心的所執境是印象。所以，分別心本身，是把印象變成所執境的一個心，不管什麼樣的分別心，它的所執境，就是印象。

生：那也包括法處所攝色嗎？眼耳鼻舌身跟色聲香味觸，屬於前面的眼根，對五根來講是五根的所執境，但不是意識的所執境，那第十一個法處所攝色也算是意識的所執境嗎？

師：沒有錯。現在講意識不一定是分別心，法處也是有為法，不是分別心的所執境，分別心的所執境只有印象。

先以杯子、房子等一切存在的法來說，分別心想的時候，那些都不是它的所執境，它的所執境是它的印象。不只存在的法，連不存在的法也是。比如說，這邊常以兔角為例，兔子沒有角，兔角不存在。若想兔角，兔角本身不是分別心的所執境！印象才是它的所執境，所以不管什麼樣的分別心，它的所執境都是它的印象。

這裡用「總義」，有人翻譯「義總」，二者都一樣，「總義作為所執境之分別（心）」。所以，直接講「分別」也可以，兩個的範圍大小一樣。分別心肯定是總義作為所執境的分別心，所以，所有分別心就是這個，分別心跟「總義作為所執境之分別（心）」沒有什麼差別，兩個一樣。心法分類時，這裡主要是以所執境分的，把印象或總義作為所執境的心法是分別心。印象或義總作為所執境的心，一定是分別心！

生：總義跟印象是不是同樣意思？

師：對。總義、義總、印象，都是同義。以這個作為所執境的心就是分別心。

生：印象應該是想像，影像。

師：平常講「我的印象裡面怎麼樣」，印象就是概念。要清楚，藏文的解釋，不是「在外面的東西有沒有出現」的意思，而是「自己的概念」的意思。不管用印象、影像或想像，「它是我的意思，不是對境的意思」，總之，就是一個像。

把這個像作為它直接的所執境，意思是，它沒有真正把對境變成所執境，它的所執境是中間這個：剛剛講的顯像、想像，就是這個。以這個作為所執境，就只有分別心；有沒有無分別心呢？比如說有沒有無分別心的錯亂？沒有。連錯亂也沒有，當然更沒有無分別心的無錯亂。比如說，肯定沒有無分別心的無錯亂— 現量這些。以無分別心的錯亂來說，可能眼根有問題，然後就把白色看成黃色等，中間沒有自己的想像，它是直接把它看錯，並沒有一個自己的意思，是眼根有問題就顯現這樣而已。所以，連錯亂無分別心的所執境，也不可以說「像」。所以，只有分別心把顯像或印象作為所執境。所以第一種就是「總義作為所執境之分別（心）」。

第二個是無錯亂的無分別心，無錯亂的無分別心一定是現量、只有現量，現在已經到現量的位置。現量是把有為法當所執境的一種心，所以這裡講「自相」，自相是有為法，兩個是同義。所以，「自相作為所執境」這個心，只有無錯亂的無分別心。是誰把自相作為所執境呢？是無錯亂的無分別心。

生：自相是什麼？

師：經部宗認為：一切的有為法就是自相。自相就是「自己方面能夠成立的」這樣的體性，「相」的意思是體性，自己方面能夠可以成立的這種體性者。

生：所以就是外界客觀的事物？

師：對。一切有為法，經部宗這樣想的。

無錯亂的無分別心跟把「自相作為所執境」的心，完全一樣。「自相作為所執境」的心，跟無錯亂的無分別心，是一樣的。想一想，「自相作為所執境」，有沒有分別心呢？沒有，分別心不可能把「自相作為所執境」，它的所執境是自己的印象、顯像而已，它無法把法的自相作為所執境。所以，分別心裡面，沒有把法的真正自相做為所執境的。分別心沒有的話，那麼，無分別心錯亂的部分也沒有。因為若錯亂的部分把「法的自相」作為所執境，它就變成無錯亂了。錯亂的無分別心，也沒有把自相作為所執境，只有無錯亂的無分別心，把自相作為所執境。

再來，第三個階段是，「無」是不存在的。「無見為」的意思是把「無」變成它的所執境，把「無」作為所執境的無分別，就是無分別的錯亂識。無分別的錯亂識，把不存在的法作為所執境。想一想：有沒有分別心，把不存在的法作為所執境？沒有！因為分別心的所執境是影像，影像是存在的，它想的可能錯，法本身不存在，但是它的影像是存在的。所以，把不存在的作為所執境的，沒有分別心。比如，想兔角的分別心來說，兔角不是它的所執境，兔角的影像是它的所執境。所以，沒有分別心把不存在的法作為所執境，只有錯亂的無分別才能把不存在的法作為所執境。

生：不存在的東西，不是分別心的所執境？

師：對！分別心想「不存在的法」時，「不存在的法」不是它的所執境，影像才是它的所執境。但是不可以想：那個不存在的法，還可以說是它的境！境裡面分很多：所執境，趨入境，耽著境。分別心的所執境是影像，但是兔角本身不是所執境，它叫趨入境或耽著境，有這樣的名稱。

心法第二種分類：分別心、無分別心。無分別心有無錯亂的、錯亂的，先簡單這樣分。每個分類前面的那一段，比如，「總義作為所執境」，「自相作為所執境」，「無作為所執境」，是真正的重點。

生：趨入境跟所執境不是同義嗎？差別在哪裡？

師：不是。趨入的意思，是他的心完全投入在那裡，比如，想兔角時，分別心趨入或進入在兔角上面，所以兔角是它的趨入境。兔角是不是它的所執境呢？不是。所執境的意思是它直接抓到，想兔角的分別心沒有直接接觸到，而是透過這個影像抓這個兔角，所以它直接接觸的是它的影像，這就是叫所執境。

生：趨入境跟照了境是一樣的嗎？

師：我不太清楚，照了境跟所執境應該一樣，因為它是顯現的意思。

生：把繩子當蛇，它的所執境是什麼？

師：要區分是眼根識或分別心！把繩子當蛇，若眼根識來說，繩子上面的蛇不存在，它的所執境不存在。若第六識分別心把繩子當真正的蛇，不存在的這塊不是它的所執境，第六意識的所執境是它的影像。它透過影像想那個，所以「那個」就是趨入境。

生：剛剛您舉無錯亂識是現量，那分別心是不是量？

師：不是，這裡不特別分量跟非量，剛才講錯了，無分別心無錯亂，不一定是現量；比如說，見而未定是無分別無錯亂。只有這兩個，除了這兩個以外沒有。應該這樣說，現識和現覺是同義。量來說，不同義，範圍有大小。無分別無錯亂識跟現覺或現識同義，這可以講。

2.3.1 分別心

謂可將聲義混合而緣之執著了別，爲分別之性相，

再來，就一個個講解，先這樣想「了別」就是心法、心識，心識是執著的心識，故「執著了別」就是執著。怎麼執著呢？就是把境跟分別心的想像或顯像混在一起，這就叫分別心。從哪裡判斷「它的對境 — 這個心是不是分別」呢？它想對境時，把自己的想像跟境混在一起，就叫分別心。簡單說，想境的時候，以自己的意思為主，就叫分別心；沒有自己的意思，就叫無分別。

是什麼跟什麼混呢？跟自己的想法、自己的意思，混在一起。跟自己的顯像、印象、想像混在一起。大家應該共用一個詞，用什麼字比較好？印象？想像？就暫時用「想像」吧！跟想像混在一起。想像有幾種，有的是想它的意義；有的是沒有想它的意義，而是以安立名言為主。有的是想名言這方面，有的是想意思方面，有的是兩種一起想。不管什麼樣，有的是聲音，有的是意義。總之，他想的時候，可能想這兩種其中一個，或連在一起想。

這邊用「聲義」，「聲」是想名字方面，「義」是想意義方面，不管聲、義，兩個都是跟自己的想像混在一起。所以「聲義混」的意思是，有時候「聲」，有時候「義」的想像；跟什麼「混」呢？跟境本身混在一起。想像可能有兩種，有時候是聲音，

有時候是「義」。把這兩種想像跟本身的境混在一起，這樣的心、這樣的了別，就叫分別心。所以，「可將」的可，意思是有可能，可能有時候，跟聲音方面的影像混在一起；有可能跟意義方面的影像混在一起。是一定要兩個，或不一定要第一，一定要第二，都有可能性的，所以，「可將聲義混合而緣之執著了別」就是分別心的性相。

剛剛已經了解分別心的定義了，再來，「總義作為所執境」就是分別心，跟前面連接的話，現在這邊用的「聲義」。平常用聲總跟義總時，「聲」的意思是聲總，「義」的意思是義總。聲總、義總的意思是什麼呢？前面講，它「依聲音或名言，想這個東西」這樣的一個影像，就是聲總；想意義方面的一個影像，就是義總。有時候，也會把這兩個連在一起：聲總也是義總。所以，可以分開講，也可以不分地講；不分的話，直接用義總就可以。前面講「義總作為所執境」，好像沒有特別分聲總，就把聲總、義總連在一起，把聲總也當義總，所以講「義總作為所執境」之分別心。

可能各位會想：這裡有聲總，前面只講義總，那麼，以聲總作為所執境的，有沒有分別心？這個是不是「義總作為所執境」的分別心呢？要了解，有時不會特別分兩個 — 聲總、義總，直接講義總也可以。因為「義」，有時是意思的義，有時候是對境。不管是名言的境或意義的境，「義」就是境的意思。從意義方面講的話，義就分聲跟義。若不從意義方面講，只從對境方面講的話，聲也包括在義裡面。前面「義總作為所執境」中「義總」，是連聲總也放在裡面的想法。

再來，要理解的是，跟什麼混呢？不論是聲總或義總，不用特別分聲總、義總，把它連在一起就叫義總。重點是，它跟什麼

混？跟境混在一起！比如說，我想我的仇人或想我平常忌妒、跟他競爭的一個人。我想那個人時，就把我印象的這個人，跟實際的這個人混在一起。分別心不會分，而是混在一起想的。所以，分別心是這樣混在一起，而且，以自己的影像為主，把影像當真的境。

把自己的影像或印象，當真的那個人，這就是分別心。實際上，是不是這個人呢？完全不是！若實際上是這個人，佛菩薩沒有分別心，他就能夠看到那個本人，看到時，看得很美、很可愛。而我們看的時候，很醜、很壞，所以肯定不是本人。若是本人的話，不會同時一個是可愛的，一個是醜陋的。所以，分別心把影像的這個人當本人，然後會一直想他多壞、多醜。你什麼時候對我怎麼怎麼樣，哪一天怎麼怎麼樣，什麼地方怎麼怎麼樣。這樣想的時候，想的是心中的影像，把它當真，然後跟自己的影像講話，這就是真正的精神病。心裡有很多話、很多想法，然後就生氣，好像對自己的影像上生氣。

分別心就是這樣，把自己的影像當真正的對境，然後加上很多解釋。可能有好幾百個理由，解釋這個人多壞。分別心把自己的影像當真，然後一直有這個想法，所以很錯亂，所有的分別心都是這樣！都是把自己的影像跟對境法本身混在一起，所以，「混」的意思在這裡！不論是瞋的煩惱、貪的煩惱、忌妒的煩惱，什麼樣的煩惱都是這樣，它共同的問題是把自己的影像跟境混在一起，這就叫分別心。

分別心「可將聲義混合而緣之執著了別」，混在一起不分，再加上執著，然後就一直執著，所以「執著了別」，這就是分別心。分別心共同的問題在哪裡呢？在於把所執境或影像，跟對境本身混在一起。又，境也有不同，有存在的、不存在的，如兔角，

還有存在的杯子。一樣的道理，存在不存在，比如說，這是常法、這是無常；這個是無常是存在的，這個是常法是不存在的。把有為法當常法，這是不存在的。有為法是無常，這是存在的。所以，也有「境那裡存不存在」的問題。

不存在的話，是一種問題，不論是存在的或不存在的，所有的分別心有一個共的問題 — 把所執境或影像跟境混在一起。比如，把一切有為法當常法，以及補特伽羅我等，這些是不存在的。所以，有影像的錯亂跟不存在的錯亂連在一起的；也有把存在的跟影像混在一起的。分的話很細，不是那麼容易，各位慢慢理解，不用馬上就清楚。境裡面分很多：所執境、趨入境，趨入境裡存不存在是一個問題，所執境、趨入境連在一起，也是一種問題，這些都有區分。先不用想很多。以上是分別心的定義。

再來，分別心的分法有三種，第一種分類有三：唯緣聲總之分別、唯緣義總之分別、聲義俱緣之分別。這裡用「總聲」，應該是聲總、義總、緣聲義俱，比較容易理解。就是剛剛講的，影像有時以名字為主，有時候以意義為主；有時候是名字意義連在一起，就分這三種。這是第一種分法，這沒有什麼不理解的，在此就不多講。

複次，分別又分爲結合名之分別、結合義之分別二種，

剛剛是以中間的影像來分，是聲像？是義像？是影像的意思為主。第二種分法，想對境本身、趨入境的時候，就是名字上的、意義上的。結合名字跟結合意義。

生：(問聲總)

師：聲總是這樣，比如說，我們講「空性」，連意義都不了解，然後就想了，這就是聲總。若是「這個叫空性」，那就是名字，就是剛剛講「結合名之分別」這種。只是聽到「空性」的聲音，然後就有一個想法，自己什麼都不懂，好像只是由聲音上面，就有個顯像出來。現在是「這個叫什麼名字」，然後就連在一起「若是這樣的話，叫這樣的名字」，就是意義跟名字連在一起。所以，「結合名跟義」，是講對境方面，不是講影像方面，這不一樣。這是第二種。

復次，分別又分爲，符境分別及非符境分別二種。

然後第三種，「符境」跟「非符境」，就是它的對境存不存在。若存在，就「符境」，不存在的，就「非符境」，這個也不是那麼難，

分別心分類有三種，第一種：聲總、義總、聲義俱總；第二種：結合名字、結合義；第三種：符境、非符境。各位要想一下：分別心裡面第三種「符境」跟「非符境」，在七種心裡面，符境的分別在哪裡？非符境的分別在哪裡？符境的分別，量裡面，現量不是分別，這裡就不用談。「比量」是量又是分別，所以它肯定是符境的分別。

五個非量裡面，以再決識來說，現量後面的分別再決識跟比量後面的再決識，是符境分別。伺察意完全是符境分別，它想的是對的，但是沒有堅定。疑裡面，比較朝對的方面想的疑，是符境分別。「見而未定」是無分別，所以就不用談。非符境的分別是哪些呢？是顛倒識，還有疑裡面等分及不具義的部分。

以前講過，心類學是這裡一個分法，那裡一個分法，先一個一個把它弄清楚，然後把這個分法跟那個分法混在一起；混在一起，就更複雜，但是這樣想的話，可以更明確地了解。

2.3.2 無分別無錯亂

到此講完分別，現在講無分別無錯亂。

庚二、敘述將自相作爲所執境無分別不錯亂識此複分爲二目：1. 謂於自所見境不錯亂之具明見識，爲自無分別不錯亂識之性相，此與現知覺同義。

「自所見境不錯亂之具明見識」就是無分別無錯亂的定義。

生：什麼是「具明見識」？

師：就是它的所執境有「明見」。前面用所執境，這裡用「所見境」，所見境、所執境是一樣的。「所見」的「見」，就是中間沒有隔，所執境也是中間沒有隔的意思，所以這裡用「所見境」，二者意思一樣！有的講顯現境，顯現境、所見境，所執境都一樣。所以，所見境上面沒有錯亂，而且非常明見，就是無分別無錯亂。那麼，什麼跟它同義呢？「現知覺」跟它同義，剛剛講，現識、現覺、現知覺，都一樣，是同義。

2.3.3 無分別錯亂

敘述將無見爲有作爲所執境[8]之無分別錯亂識分二「1. 謂於自所見境錯亂之具明見識，爲自無分別錯亂識之性相，此與現知覺同義。」

現在講無分別錯亂，它分為二，就是有根識跟意識，根識有錯亂的，意識也有錯亂的。前面顛倒識那裡有分：無分別的顛倒識、分別的顛倒識；無分別的顛倒識分兩個：根識跟意識。所以，一樣的，無分別錯亂，一定是無分別顛倒；無分別的錯亂跟無分別的顛倒，這兩個是同義，回想一下就可以了。

到這裡，算講完了第二種心的分類方式，第二種是什麼？義總做為所執境的分別心、自相作為所執境的無分別無錯亂、無 (不存在的) 作為所執境的無分別錯亂。還有，第一個，分別心本身，分的時候有三種，也講完了，那到這裡算是第二種講完了。

2.4 心法的第三種分類方式

第三種，大家應該已經了解，就不多說了，就是自證跟他證，所以「知覺分為了別自他」，「了別自」是自證分的意思，「了別他」是他證分的意思，就分到這裡。所以第三種分類也算講完了。

2.5 心法的第四種分類方式

第四種是心王跟心所。之前講過，五蘊裡面，色、受、想、行、識的「識」是心王，這個識裡面沒有心所。「識蘊」的識，不可以跟心識同義；心識跟識蘊，範圍有大小，心識範圍大，識蘊範圍小。為什麼？心識，包括心王心所；五蘊的識蘊裡面不包

8. 仁波切於 2017 年講的《心類學》中提到，「將無見為有作為所執境」應改為「將無作為所執境」。

括心所；心所放在五蘊裡面，受的地方，想的地方，還有行的地方。這三個範圍裡面有心所。所有的心所，在受、想、行這三個裡面，所以心王沒有在這裡。因此，「識蘊」的識跟心識不是同義！平常講的六識，眼識、耳識等，就是第五個識蘊。

這裡有一個問題，藏文或中文翻譯時有點困難，比如說，眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識這六識，眼識裡有心王跟心所，耳識裡也有心王跟心所，鼻識裡、舌識裡、身識裡、意識裡都有心王心所，每個都有心王心所。現在是，這六個心王平常是講六識，平常六識講的是心王這部分，沒有講心所的部分。眼識到意識，能包括心王跟心所的，用什麼詞比較好呢？剛剛有講，以六識來說，它只有心王的部分，現在用一個可以包括心所心王的詞，廖本聖老師就用認知的「知」，現在就用：眼知、耳知、鼻知、舌知、身知、意知。

所以，眼知跟眼識，範圍有大小，眼知的範圍大，眼識的範圍小，因為眼知包括眼識周圍的心所，所以眼知的範圍大。以此類推，耳知跟耳識等也一樣：耳識的範圍小，耳知的範圍大。

庚五、知覺分爲心王心所。複次，知覺，了別又分爲心王與心所二種。謂從執自境體性而立之主要了別相，爲心王之性相。

心王跟心所的差別在哪裡呢？比如說，我看這個花時，眼識的心王、眼識旁邊的心所怎麼作用呢？這裡就講「自境體性而立之主要了別相」，意思是，整體了解的，就是心王；心所就不同，它不是整體。心所是什麼呢？比如說，以受來說，眼識看的時候，受就判斷：我感覺舒服嗎？不舒服嗎？想就判斷：這個是好？還是不好？或這是什麼顏色？它有一個區分。所以，各個心所有各別的作用；心王則是整體地想，「執自境體性」。所以心王跟心所

的作用不一樣。講心王的定義是：「從執自境體性而立之主要了別」，就是這個意思。

心王是怎麼安立呢？心王是整體看，整體了解的能了解者，就是心王。比如一個國王，他是管這個國家所有的事情，整體的能管者，就是國王。各個事情就由不同的部門，比如，內政部、外交部等分著管。整體的看者，就是國王。一樣的道理，整體看的看者是心王；各個分的是心所。所以，心王怎麼安立呢？「從執自境體性」而安立，它的安立是是它整體的體性；能夠了解、能夠看整體的體性的，從那裡，會安立心王，「主要了別」就是心王。

然後心王跟什麼同義呢？「心王、心、意、識 (靈魂) 等為同義異名」，心王、心，意、識，是同義，所以這裡用「意」，就是意根的意，前面講過，意根跟心王同義就是這裡。這個識是五蘊的第五個識蘊。識，還有意根、心、心王，是同義，心王心所內容比較多，要講得細一點，以後再講。

心類學 -11

- 複習

在北加我曾經講說過心類學的課，各位也安排時間都聽過了。在此，大略複習一下，再繼續心類學的課。

心類學這門課包含在攝類學的課程內容，攝類學的「攝」，是從何處攝？它是從法稱、陳那的論典內容來「攝」。心類學是攝類學的一部分，從宗義的角度說，它是依據經部宗的說法。但是，這不代表和其他的宗義不共通，有很多地方都是共通的。所以，法稱和陳那的論典內容、在中觀說宗義者中，如月稱菩薩、獅子賢菩薩會常引用。所以，要了解它是依據經部宗的主張。比如，所提到的「自證分」，是中觀所不認同，還有以「他證」的這些認知的主張為例，他們認為：先有對境的色法，色聲香味觸等對境，然後才會產生有境的他證認知。這種說法屬於完全承認外境的主張，這主張連唯識也不認同的。雖然有些觀點不是那麼共通的，基本上在解釋心時，還是共通的。

比如，在心類學，認知的分類方式有四種，第一種分類為量和非量。其中，量的分類方式又可分為三種，一是現量、比量，二是由自定解之量、由他引生定解之量，三是量士夫、量語、量覺知 — 士夫量、聖言量、心識量等。這些都是各個宗義所公認的。接下來，量裡面的現量，如何認識它？它的標準是什麼？比量的標準是什麼？現量裡面的根現量的標準是什麼？意現量的標準是什麼？瑜伽現量的標準是什麼？不論是唯識或中觀，這些都是大家所公認的，共通的解釋。除了一些主張不共之外，基本的

都是公認的。所以，學習心類學時，不要有「這應該按照經部宗的說法」的感覺，若以此種方式學習，就無法很踏實地學。

比如，現量的解釋，首先，會說明現前識和非現前識二者的差別？現前識裡面的現量的解釋又是怎麼樣？心類學在這方面的解釋，唯識與中觀都承許。比量的分類有物力比量、世許比量、信仰比量三種，這也是大家公認的。

心的分類方式的第一種分類為，量跟非量。這部分非常重要，因為學佛就是要調伏心，什麼東西會無始無終地跟著我們走呢？就是這顆心！心類學所說的心法有七種，七種心法中，量有兩個，非量有五個。所以，這顆心屬於善的是要培養、要增長的；屬於惡的是要減低的，這是最主要的。應該從哪裡下手呢？是量的哪個部分？非量的哪個部分？要將非量的哪些部分慢慢地轉成量？這是第一種分類非常重要的原因。

心類學課程裡面總共有四種分法，第一種心法分類是最主要的，但其他的分類方式也有其不同的作用。第一種分法：量和非量。第二種分法：一分別心、二無分別錯亂心、三非錯亂的無分別心。第三種分類方式：自證和他證。第四種分類方式：心王和心所。

不同分類方式有它的作用。比如，第二種分法是「己三、複講知覺之分類」，「複次，知覺、了別分為三目」，「謂敍述將總義作為所執境之分別（心）」，總義是義總的意思，即是「義總作為所執境之分別」;「自相作為所執境無分別不錯亂識」及「無作為所執境無分別錯亂識」。知覺分為，有分別的一個，無分別心的兩個。分別心的所執境，所執境就是顯現境，它的顯現境就是義總，只有分別心會將義總當顯現境。義總的意思是印象、想法，

依自己的意思，若有自己想法，這一定是分別心。它與對境實際上是什麼道理有所差距，它不是完全的、實際的，就依自己的意思為主。無分別心沒有將義總當成所執境，以義總作為所執境，唯有分別心，即「總義作為所執境之分別（心）」。接下來，二無心別心有兩種類型：錯亂和無錯亂。無分別心不代表是完全沒有錯亂，例如，自己雖然是沒有分別，但是因為環境因素的影響，可能會將一個東西看成兩個，或在燈光的影響下，將白色的看成其他的顏色，這些不是自己的意思（分別心），它是受對境的影響而造成錯亂，這些屬於無分別，但是有錯亂的知覺。

無分別心有錯亂的是什麼呢？「無作為所執境之無分別錯亂識」，這是不存在的，把它變成所執境、顯現境。分別心沒有這種情況，分別心的所執境一定是存在的，因為它的所執境是自己心裡的印象，印象是存在的，義共相是存在的，僅是在與實際外面的對境連在一起時產生錯亂。它的印象是存在的，但是它將印象變成實際對境的法，在此產生錯誤。分別心的印象、它的所執境、顯現境永遠存在的。所以，顯現境不存在的認知只有無分別心，它是無分別心裡面的有錯亂的無分別心，也就是「無作為所執境之無分別錯亂識」。

另一個無分別，「自相作為所執境無分別不錯亂識」，其中「自相」的意思是什麼？在小理路有提到：無常、有為法、事物、自相等，它們都同義，所以自相就是有為法、事物的意思。將有為法、事物當作所執境的心，唯有無錯亂無分別心。分別心的所執境或顯現境，沒有有為法，有為法無法作為它的顯現境，因為分別心的顯現境是印象。所以，實在的有為法無法作為分別心的所執境，只有無分別心，且是無分別心裡面無錯亂的無分別心，即「自相作為所執境無分別不錯亂識」。這階段裡教我們什麼

呢？第一、心可分成分別、無分別。第二、分別心、無分別心直接的所執境不同，從那裡也可分出它是分別或無分別。

心法的第一種分類方式，分為量和非量，當學習第二種分類方式時，若將它做個對照，會更深入地了解心類學。在第一種分類時，「量」裡面有沒有分別心？有沒有無分別心？兩個都有。「非量」裡面有沒有分別心？有沒有無分別心？兩個都有。若能如此對照、深入地分析，對於心法的了解就能更深入。

心法的第三種分類方式，分為自證和他證。這裡用「了別自」、「了別他」，也就是一般講的自證和他證。「了別」就是了解的意思，所以，就是了解自己、了解他。佛典裡常會有自證、他證的名相，「了別自」和「自證」同義；「了別他」和「他證」同義，這裡要學習的是什麼呢？以它的相依來做解釋，比較容易理解。

自證的意思是什麼？自證是任何心，不論是量或是非量、分別心或無分別心，即前面第一種分類和第二種分類所講的。第一種分類量和非量，其中量的部分包括四種現量、三種比量。非量的部分有五種，這五種裡面又各別分為很多。不論是哪種心，它自己上面若有能了解自己的部分，就是自證分。現量一般分為四個：根現量、意現量、自證現量、瑜伽現量。根現量上面有自證分，意現量上面有自證分，自證現量上、瑜伽現量上也都有自證分。同樣地，三個比量，每個上面都有自證分。五個非量裡面，每個上面也有自證分。第二種分類裡面，無分別心的有兩個，即無分別心錯亂和無分別心無錯亂兩個，分別心的有一個，共分為三個。這三個中的每一個上面有自證分！所以，無論何種心，它上面都有自證分。

了解這些之後，另一個問題來了，自證分是它自己的一部分，自證分是自己了解自己。比如，眼根現量，根現量的自證分，是根現量自己的一部分，它自己的一部分會了解自己。從自證上可以理解，它是自己上面。若是另外一個心就不能說是自己了。若它自己一部分了解自己，這個自證分是不是也是根現量？根現量自己了解自己的這部分，是不是根現量？會有這個問題產生。同樣地，如剛剛提到的，意現量上面的自證分，是不是意現量？瑜伽現量上面的自證分，是不是瑜伽現量？然後，五個非量中的每個上面的，如再決識上面的自證分，是不是再決識？伺察意上面的自證分，是不是伺察意？疑上面的自證分，是不是疑？顛倒識上面的自證分，是不是顛倒識？見而未定識上面的自證分，是不是見而未定識？又，分別心上的自證分，是不是分別心？無分別心無錯亂識上面的自證分，是不是無分別心無錯亂識？無分別心無錯亂上面的自證分，是不是無分別心的錯亂？衍生出這些問題。

（五）根現量，意現量，瑜伽現量，分別等爲二之相（事）依。凡此等之任何一種，皆爲了別他之識。

在第三種分類方式中，我們學習到什麼呢？自證分肯定不是分別心，若是分別心，肯定是他證。以上講的是他證的相依，根現量、意現量、瑜伽現量、分別心等四個是它的相依。這四個裡面，不論是根現量，意現量，瑜伽現量或分別心，任一種肯定是他證，肯定是了別他之識。在這裡我們了解到什麼呢？若是分別心，肯定是他證。從這裡可得到一個結論，分別心自己上面的自證分，不是分別心！若是分別心，肯定是他證。根現量上面的自證分，不是根現量，但是是它的部分，它的部分不代表就是它。所以，根現量上的自證分不是根現量本身，但是是它的一部分！它的部分不代表就是它。同樣地，所有的心都是這樣，它上面的

自證分跟它還是有區別，但是是它的部分。所以，從第三種分類我們學習到任一個心法有它上面的自證分，它自己本身大部分是他證分，因為心本身有外面的對境，但是同時，它也有它上面的自證分。這個自證分也不是它自己，但是是它自己的部分。

生：量的定義是新起、了知、非欺誑，在新起的這部分它說，新起就排除已決智，您的解釋提到，量是主動去了解對境。我不太了解，新起跟主動有什麼關係？

師：比如，佛的心續中，沒有再決識，完全都是量。為什麼沒有再決識呢？它是不是已經了解？有沒有再了解？有！但是，這不算再決識，為什麼？再決識本身沒有力量量解對境，因為受到「以前面的量為對境」的影響，使得再決識也會量解對境。再決識了解對境的方式有點被動的。被動的是因為藉著前面的量所影響的，並不是它主動了解，然而，佛的心續當中完全是主動的，不需要靠前面的力量。佛的心續中的一切遍智，第二剎那的一切遍智，它了解一切法時，不是靠前面的第一剎那的一切遍智來幫助它！若是的話，佛的心續中也會有再決識。所以，再決識是一種被動，量識的這個對境，就是藉由前面量識的了解影響到後面，再決識就是再了解的意思。所以用「主動」這個詞，你們要了解這個意思。

在量識的定義裡面有沒有一個「新」的特色？「新起」，這個「新」並不是新舊的新，它是有一點自己主動了解的意思，不是藉由過去的量了解的影響。然而，再決識是藉由過去的量影響它，它不是自己有能力了解對境。所以，不是舊和新的意思。若是舊和新的意思，在佛的心續中，會變成有很多再決識。因為，在第一剎那一切遍智所了解的一切對境，都是第二剎那再了解。第二剎那了解的，也是第三剎那再了解。所以，這些不是再了解

舊的意思，「新起」是自己主動，自己發現，自己的力量而了解的意思。

生：可不可以講一下，再決識跟自證分的差別。

師：在自證分裡面，有再決識，因為自證分本身有第二剎那，這也是再決識。但是，這不能針對佛而言，是眾生的心續當中，自證現量的第二剎那都是再決識。再決識裡面有有分別、無分別。比如，接著現量後面而生起的再決識，和接著比量後面而生起的再決識都有。然而，接著現量後面而生起的再決識，包括了分別的和無分別的。比如，眼根現量、耳根現量，接著這些後面會生起再決識，這後面生起的再決識，有無分別的，也有分別的。以根現量第二剎那來說，就是無分別的。以有分別的來說，例如當眼根識了解花，接著量後面，第六意識會生起一種了解花的再決識，這就是分別心的。所以，眼根現量的後面有分別心的再決識，也有無分別心的再決識。瑜伽現量的後面也有再決識，意現量的後面也有再決識，還有自證現量的第二剎那本身，也是再決識。三個比量的後面也都有再決識。所以，再決識和自證分這兩個的差別是什麼呢？應該這麼說，若是再決識的話，不一定是自證分，也不一定完全不是自證分，因為再決識有自證分的，也有非自證分的。至於自證分裡面，會有是再決識的，不是再決識的。所以，兩個中間是四句的關係。

生：在講自證分時，您說中觀是不承認這個概念的。這個概念的定義我們是了解了，您能不能告訴我們，自證分在幫助我們調心是什麼？能不能舉個例子？

師：應該如此做解說，佛教本身可分宗義者和非宗義者，宗義者的意思就是他不只有信仰、有修行，還有依著信仰修行的後面，他很有自己的思想、很多的見解、邏輯推理。為什麼要有這些邏輯推理、這些思想？這些會影響使得他的信仰和修行能夠又紮實、又堅固、又穩定、又很有力量。

這些背後的思想、見解，會幫助他、推動他的修行。所以，宗義者希望如理地學習之後，能慢慢變成和大祖師們如龍樹、月稱、無著等一樣。在修行的同時，不只要有信仰和行善，要如理廣大、深入地聞思，如此使得行持既紮實、又很廣、很有力量。藉著學習這些宗義，慢慢地我們也會變成跟大祖師一樣，很有智慧，見解很堅固、很有力量，不是虛虛假假的，修行沒有力量，好像裡面空空的樣子。

唯識宗主張有自證分，經部宗也主張有自證分，唯識、經部的主張，這些我們要不要學？要學！雖然在教科書裡面，學習到經部、唯識有這樣的主張，然而中觀有那樣的主張，他們的主張有區分。在我們智慧成長的過程中，雖然在教科書中肯定已經學過，是沒有自證分，有自證分是不對的，但是我們心裡往往會想，好像有自證分，在心裡有自證分上非常有信心，這就處在經部和唯識的階段。這是正常的。依賴前面的學習，才能慢慢調伏這個心，這中間有距離，這是正常的。

唯識和經部成立自證分，因為自證分會幫助我們了解、憶念、了解自己。比如，我曾經看過什麼？能夠將這些憶念起來的作用，這種憶念就是藉由自證分幫忙的，而且可以透過自證分認識自己的心。例如，四念處裡面有，觀心無常、觀受是苦。當我們觀心無常時，對心上面認識無常，這也是心認識自己的認知，它是自證分。藉由它，感覺到心的變化，心自己會剎那剎

那不停地變，因為它想很多，所以它是一直變化。想很多是從哪裡認識呢？是自證分來認識它。所以，心本身藉由自證分來認識心本身，心本身在想什麼？有想常法嗎？有想淨嗎？有想我嗎？有想樂嗎？常、樂、我、淨，這些都是透過自證分來認識，它現在是正在想什麼？實際上，是中觀對，還是唯識對？當然中觀是對的。但是，以我們現在的程度，可能承許有自證分會比較相應。從這裡也可以學習、修持自證分這部分。

自證分本身是無分別心，若是無分別心，它對境沒有受到義共相的影響，我們認識心時，好像透過自證分，直接現證它，直接現證心的變化，心的無常，好像自己能夠體會到，有一點直接趨入，有點現證的感覺。所以，透過自證分觀想心的造作，也蠻有作用的。

生：在最後有講到同質的問題，您說，同質即不一定完全不一樣，同質的作用是什麼？

師：這些心，比如，根現量是他證分，根現量上面也有自證分，也就是他證分上有自證分。一般可能認為自證分與他證分，好像一個是東，一個是西。但是，心不是那麼絕對區隔的，一個東一個西，而是他證上也有自證，它是如此的關係。在此所提到同質的意思，是質的上面，這種材料上面，有另一個材料好像連在一起。比如，分別心和無分別心是同質，現量和比量是同質，心王和心所是同質。它們不是像我們想像的，都是單獨的，中間沒有任何關係、距離很遠，不是這樣，而是彼此間有相關聯。

生：您說眾生都有佛性，是講眾生都有追求離苦得樂的體性，有這份離苦得樂的體性的心，會去尋找離苦得樂的方法。眾生追求離苦得樂的方法，是不是正確？是不是由自證分來證成的？

師：自證分，它只能自證當下的，對於未來及過去它無法自證，它只是當下有什麼感受，以這個部分為主。想離苦得樂的本性或為擁有離苦得樂這方面會一直追求的這種本性，就是佛性，在追求的過程中，追求的方法做得不對的、做錯了，則會感出果來，我們會覺得失敗，當下就感覺到痛苦，此時當然自證分也會感受、會了解，受心所也會了解。受心所了解時，自證分也會了解這個受是自己受的，自己感受的。但是，若要連接到，這是因為過去我作了什麼因？我現在感了什麼果？我現在是怎麼失敗？這不是自證分能夠做到的，這必須依賴比量，因果上面的比量，透過這些才可以理解，因為過去作這種事情，所以我現在那麼失敗，這就是因果上面的比量。我們可以推知，若我不想要這個果的話，我就不要造那個因，這些是以比量為主，不是藉由自證分了解的。但是，自證分當下能了解我痛苦，感受、受用等。重點是它當下會怎麼樣？它只能了解這部分。

生：學佛的最初會越學越歡喜，自證分會證成自己很高興，但是隨著學佛學久了，就會不高興，覺得自己很差、很苦，無法走出去，有這樣一種苦的感覺。那麼自證分證成我當時苦了過後，它是怎麼往下去走呢？這個心的行相我分不清楚。

師：我感覺你好像認錯了！自證分不是要修的，這是第一個要認清的。我們無法改變自證分，自證分是心上自然有的。我們的修行以比量為主，在生起比量之前，會先有伺察意。伺察意有幾個不同階段，首先是沒有什麼理由的，好像只有跟著聲音

走。慢慢地，有一些理由，但是這些理由不是那麼圓滿，有一點殘缺不全，但是方向還是對的，因為所持的正理不是那麼圓滿，也就是不具有足夠力量的理由。慢慢往上走，然後可到達比量，生起證量。現在是透過聞思，生起伺察意，一直不斷地進步，我們的修持最主要是藉由這些，不是要修自證分。自證分是心當下是什麼樣，它即刻能理解，它只有這個作用。

生：自證分能幫助我去找我現在苦樂的原因？

師：尋找苦樂的原因不是藉由自證分！找苦樂的心是什麼呢？這個心是用很多比量，有這個因果，有那個因果，有各種因果的關係。若已經有比量，在很多比量裡面，將這個比量拿出來，將那個比量拿出來，慢慢地連接起來，現在透過比量會不會找得到源頭？依此方法一一推理，將這些比量抓出來，看能不能連接到源頭？我們要找的是源頭，透過很多的比量，從第一到第一百個，是一個推理，這整體也是一種比量，第一、第二中間關係也是一種比量，第二、三中間關係也是一種比量，所以很多比量連在一起，能不能達成一種很大的比量？這是我們要推、要找的方式。

剛剛找伺察意時，有沒有達到正確的比量？我們現在是不是伺察意的階段？這些都必須透過多聞、多思考，之後就可慢慢使推理比量逐次趨向正確，這種比量越來越多，比量的力量越來越大，即可產生很大的比量及很有力量的比量。

生：講到極隱蔽法講到的執因心，它是不是信仰比量前面的一個階段？

師：執因心是很有力量的一種信仰、一種信心，可以把它當成理由。

生：只有最有力量的這種因，才能生成後面的比量嗎？沒有前面的環節，就生不起後面的嗎？

師：信仰比量對四聖諦、對空性上是沒有用的！信仰比量只能用在極隱蔽法上。例如，空性、四聖諦，這些都屬於稍隱蔽法，信仰比量對這些是沒有用的。

心類學 -12

今天要講述的是心類學，心法的四種分類方式中的第四種，第四種分類方式是將心法分為心王和心所。前三種分類方式分別為第一種：量、非量，第二種：分別心、無錯亂無分別心、錯亂的無分別心。第三種：自證、他證；第四種分類可分為心王和心所。

第四種分類方式非常重要，為什麼？前面提到，將心法分為量和非量，可依據這個分類知道正確的是什麼？不正確的是什麼？第二種分類是依據顯現境來分，「心」有不同的顯現境或有不同的執取方式，從心的所執境或它直接的顯現境，心可分為分別心、無錯亂無分別心、錯亂的無分別心。第三種分類是根據每一個心，有他證的部分，它上面也有能認識自己的自證的部分，而將心法分為自證和他證。任一個心法，大部分是他證分，因為心本身有外面的對境，但是同時，它也有它上面的自證分。這個自證分，也不是它自己，但是是它自己的部分。

在前三種分類中以第一種分類為最重要，因為行者從量和非量學習到跟著什麼心走比較可靠？跟著什麼心比較好？跟著什麼心比較不可靠？我們的心比大海更寬廣、如虛空一般，心的空間是無法量的。好的心、壞的心都有很多，我們怎麼將壞的變成好的呢？好的又怎麼將它增長增廣呢？這就是行者所要面對的問題。

第四個分類方式中，教我們怎樣從壞的心慢慢變成好的，好的心則讓它增大增廣。在此學習心王和心所，從而理解可透過心所來改變心。比如，壞的心是受到它旁邊的哪個心所影響的呢？應該怎麼將它淨除？對它好的方面，不具足的，就讓它具足。

每個心旁邊有心所，從心所那邊對它會有很多影響。學習心王和心所的作用就是將無量無邊壞的心，怎樣能夠改變，慢慢變成平等、再慢慢變好。那些好的和平等的心，能夠越來越好，這就是學習心王和心所的目的。

「心」是輪迴、涅槃一切法的來源，我們現在處在輪迴的狀況，將來我們會有解脫，這必須靠什麼？我們為什麼會輪迴？在輪迴裡面，我們為什麼會墮三惡道？為什麼會投生增上生道？這一切都是心造成的。在涅槃裡面，我們為什麼會解脫？為什麼會成佛？這也是心造成的。在成佛的道路上，資糧道、加行、見道、修道、無學道等，這些是什麼影響的呢？這也是心影響而造成的。又比如，解脫道上的預流果、一來、不來果等果位，這也是心造成的。以人道來說，這個人有福報、有智慧，這也是心造成的。所以好的心、壞的心、整個輪迴和涅槃、一切的世界，都是心造成的。所以要好好認識心，特別是壞的這部分更要多認識。

心所有六根本煩惱、二十隨行煩惱，比十一個善心所多，可以推知在修行的過程中，思惟善的功德和思惟惡的過患，這兩個來做比較，我們知道思惟惡的過患比較重要。宗喀巴大師在《廣論》中提到，修中士道時要認識煩惱，這非常重要。三界六道眾生輪迴的來源，都源自於壞的心，有多少種類的煩惱？有多少種類的業？若不想再墮入輪迴而證得涅槃，則需要淨除不好的心，增長增廣好的心。若對於心有所了解，就知道如何不繼續造作輪迴的因，這也就是學習心王和心所的主要目的。

2.5.1 心王

我授課的方式，先簡略地講述心類學教科書的內容，接著教授世親菩薩所著的《大乘五蘊論》，二者配合著看，再進階地講

說無著菩薩所著的《對法集論》。首先看心類學課本，庚五知覺分為心王心所。

複次，知覺，了別又分爲心王與心所二種。謂從執自境體性而立之主要了別相，爲心王之性相。心王、心、意、識（靈魂）等爲同義異名。從自性門分爲，從眼識至意識中之六識，攝而言之，則歸納爲根識及意識二類，意（根）與意識用四句簡別，是意根非意識句，謂如眼識，是意識非意根句，謂如生爲意識眷屬之受，既是意根又是意識句，謂如意識，既非意根又非意識句，謂如生爲眼識眷屬之受。

一般我們不太會去區分心王和心所。什麼是心王呢？它就是我們的心想什麼？這些都是心王的意思，例如：我現在生氣、我現在想去哪裡？我喜歡或我不喜歡等，這些都是心王的想法，我們的心就像虛空一樣、像大海一樣，它的數量是無法數的。

區分心王時，可分為眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識等六識，我們並沒有區分為八識。這六識都是心王，也就是眼識、耳識、鼻識、舌識、身識這些根識是心王，第六意識也是心王。以第六意識來說的心王有多少呢？太多了，是不可數的。比如，我想學佛的心是第六意識、我想工作的心也是第六意識、我想吃飯、我今天想睡覺等，都是第六意識，所以第六意識太多了。剛剛提到我們的心有好的、有壞的，這些都是心王！一般常提及的「心」，都以心王為主。這段文提到，心王、心、意、識，都是同義。所以，一般講的「心」都是心王！我們有那麼多壞的心、好的心、平等的心，每一種都有無量無邊，在無量無邊的心王。它旁邊伴隨著許多心所，每個心旁邊都有心所。當說明心王、心所時，不要以為心王，有一個「王」字，所以每個人只有一個心

王，而旁邊有很多心所，不是這個意思！要了解，心王有無量多，每個心王旁邊有很多心所。

心王的定義是什麼？將心王分類，可區分為六識。如眼識到意識，這六識都是心王，所有的心都涵攝在這六識裡面。在心類學的教材，它所依據的宗義是以經部宗為主，他們並不承許末那識和阿賴耶識的，除了有些唯識的說宗義者主張末那識和阿賴耶識外，其他內道說宗義者都只承認六識。比如，《心經》內容中「無眼界，乃至無意識界」，最後就是意識，並沒有第七末那識、第八阿賴耶識。

心所是心法，但不可以說它是心，心和心法必須區分清楚。所以，心所是心法，但不是心！因為若是心，它就會變成心王。在此應該了解心所有五十一個，這些心所是心法，但不可說是心，因為心和心王同義。

心王的定義是什麼呢？「謂從執自境體性而立之主要了別相」，這意思是什麼呢？主要了別相，「主」的意思，它是主，為什麼它是主呢？「心所」它是有點力量的，當心所的力量能達到影響到心王時，心王受到心所影響，此時這個人才會受到影響。若是心王尚未受到心所影響時，這個人就還沒有被影響。例如，一個不好不壞的人，也就是壞的心所的力量尚未影響到心王，此時這個人還沒有壞。反之，受到好的心所影響，但心所的力量尚未影響到心王，此時這個人也就還沒有好。比如，菩提心是心王，我們必須將心所修持到能夠影響心王，此時這個人就變成大乘行者。當心王尚未受到影響時，雖然他修持大乘的法，但是這個人還不能算是大乘行者。所以無論是好的影響或壞的影響，都必須影響到心王，這個人才會被影響。若只在心所階段就無法確定這人會變成什麼樣？「它是主要」的意思是什麼呢？主要的意思是

這人的想法或這人的行為，需要從哪裡判斷呢？要從心王這裡來判斷，這就是主要的意思。

「了別相」，「相」的意思是它可以表示是什麼樣子，比如，這個人好、這個人壞，從哪裡可以表示呢？可以由心王表示它、判斷它。這個人現在變成什麼樣子，是以整體來判斷，這就是「相」的意思。能夠表示、判斷的這種心，就叫了別相。然而，它的對境是「執自境體性」。它的對境能夠整體地表達對境上的體性。比如，一朵形狀、顏色都很漂亮的花，它可能有毒，它是不好的花，雖然它的形狀、顏色漂亮，但是無法表達它是好的。所以若只是一部分，這不能算是它的體性；它要能整體表達，才算是它的體性。也就是心王在執取境時，它所執取的境，是整體表達對境的體性，不是執取一小部分。心所所執取的是一小部分。心王和心所在此處有差別！心所執取的境，是對境上細的部分，它是在小部分上幫忙。心王於對境上細的部分不會執取，它是整體地認識，它是在整體上掌控。但是為什麼特別加上「體性」？加上體性的意思是能夠表達對境整體的性。心王所執取的對境是境的整體，是「執自境的體性」，這樣的心法，就稱為心王。它是「從執自境體性而立」，從這裡可以安立心法。心所不是從這方面來安立，心所不是執取境的整體體性，它執取的是境細的部分。所以「執自境體性而立之主要了別相」是心王的性相。

謂緣自境隨一差別法，複為自相應心王隨一之眷屬俱起了別。為心所之性相。

將心王和心所的定義對照，可能會比較明白。心所的定義是「緣自境隨一差別法，複為自相應心王隨一之眷屬俱起了別」。心所是「緣自境隨一差別」，也就是他所緣取的境不是整體的體性，它是差別的部分，各個細的部分，它執取的是差別法，這點和心

王不同。心所是「緣自境隨一」，心王是「執自境體性」，緣和執一樣。心所當然必須和心王相應，「複為自相應心王，隨一之眷屬俱起了別」，它是心王的眷屬，與心王俱起了別。如此對照其定義，即可理解心王和心所的不同處了。

心王、心、意、識，這四個同義，也就是心王都是心，心都是心王；心王都是意，意都是心王；心王都是識，識都是心王。這些名相的中文比較麻煩，容易產生誤解。比如，以眼根識而言，它有心王也有心所，但是心所不可以說是眼根識，若是這樣，心所就變成心王了，中文的翻譯有時會翻成「眼根認知」，若涵蓋心王和心所時有人用「認知」，有的用「眼根知覺」。因為心王是認知，心所也是認知，二者都依靠眼根。眼根識旁邊的心所，要依靠眼根。二者都包括時，就用「眼根認知」。同樣的，耳根識旁邊也有它的心所，它包括心王和心所，我們就用耳根認知！中文似乎沒有分得那麼細，所以沒有這樣的名相。

眼根識只有心王，沒有包括心所。相同的，耳根識、鼻根識等都只有心王，沒有心所。若包括心王和心所的話用什麼詞？這裡用意識，應該不可以用意識，若用意識的話，意（根）與意識，它們沒有四句關係，應該不可以用意識，因為意識也是識，它是心王，所以這裡應該翻成意根認知，認知和意就有四句關係，因為「意識」就是「識」，也就是若是心王，則一定是「意」；意、心王、識、心四者同義。所以，這裡不可以用意識，應該是意認知或意根認知。所以，眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識六識都是心王，若包括心王和心所，應該不可以用「識」，而以「認知」來稱呼它。

心王、心、意、識四者同義，有時有人會覺得困惑：眼識、耳識、鼻識、舌識、身識，這五個都是意嗎？因為平常會認為眼

識、耳識、鼻識、舌識、身識這五個不是意，意好像是第六意識。然而，在佛典裡面這些也算是意，因為這裡講的意是身、語、意的「意」。眼識、耳識、鼻識、舌識、身識這五個，在「身、語、意」中，放在哪個位置？是身嗎？不是！是語嗎？不是！它是意！所以，身、語、意的「意」包括這六識。

生：剛剛您講到四句關係，視訊斷了，可不可再講一遍？

師：心王、心、意、識四個同義，若各位看過以前的手抄稿，可能有些名相不太一樣，會造成誤解，因為當時我不是那麼懂中文，這些應該是譯者用詞的關係。心王的定義或性相是「了別相」，「了別相」與第四個「識」其藏文是一樣的。中文有時用「識」，有時用「了別相」。在藏文方面，眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識等六識，用的都是「了別相」。但是中文經典裡，提到眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識等六識，經常直接用「識」，譯者沒有特別翻成「了別相」。其實，若要清楚表達「識」的意思，那就是「了別相」。平常講的眼識到意識都是心王，可能在那時候手抄稿用的並不是「識」，而用「了別相」。重點在於各位是否理解。

要了解，依靠眼根生起的有心王，也有心所。至於單獨心王的部分，我們用什麼詞？還有心王、心所都包括的用什麼詞？這是一個問題。若將「眼根識」解釋成心王或解釋成一般的認知，這是兩種不同的情況，一般的認知包括心王和心所，若只有心王就不能包括心所，重點是要了解它所代表的內容。

「意識」和「意」，假如「識」和心王同義，則「意識」一定是心王，「意識」也是「識」，它是心王，若是這種情況就沒有四句關係，我們應該用什麼呢？若是「意」和「意認知」，意認

知包括了心王和心所。剛剛提到，依眼根可以生起心王，也可以生起心所。相同的，依靠意根會生起心王，也會生起心所，二者都包含的我們用什麼詞呢？若用的詞是「意識」，當然就有四句關係，若意識只表示依靠意根生起的心王，那就沒有四句關係，只有三句關係。

若意識翻成依靠意根生起的心王和心所，則「意識」和「意」就會有四句關係。有時候譯者會用「意認知」或「意根認知」，這樣也會有四句關係。

首先，第一句：是意根，不是意識。它的事例：眼根識。眼根識是不是意根？是！它是不是意識？不是！因為它不是依靠意根生起的。

第二句：是意識，不是意根。它的事例：意識旁邊的心所，如「生為意識眷屬之受」的這個心所，它是意根認知，但不是意根，因為它是心所而不是心王。

第三句：既是意，又是意識。它的事例：意根認知。例如意識，它是心王，又是依靠意根生起的心王。

第四句：既不是意，也不是意識，兩個都不是的事例：眼識的眷屬受心所，它當然不是意，它不是心王，它是心所。為什麼它不是意識呢？因為它不是依靠意根生起的，它是依靠眼根生起的，所以它也不是意認知。

意根和根識知也有四句關係，這裡的根識要理解為根認知，「根認知」包括心王和心所，「意」一定是心王，二者有四句關係。兩者都是的，有沒有？有！例如依靠五根而生起的心王，它

們既是意根，也是根識知。兩者都不是的，有沒有？有！比如第六意識旁邊的這些心所，所以「意根」和「根識知」也有四句關係。

智和意識也有四句。智是什麼意思？智和道同義，道是地道的道，智是一切遍智的智，遍智的智是「證量」的意思，證量就是道。五道指的就是內心裡的證量，它就稱為道。資糧道、加行道、見道、修道、無學道等，這個道就是量的意思。所以「智」和「意識」有沒有四句關係呢？有。從佛上面來想，比較容易理解。1「若是智的話，它不一定是意識」，例如佛的眼根識。佛的眼根識是不是證量？是！佛的眼根識是一切遍智，它可以了解一切法，所以是智！它是不是意識呢？不是，它是眼根識。2「若是意識的話，不一定是智慧」，例如凡夫的第六意識。凡夫的第六意識是不是意識呢？是！但是，它不可能是證量。3 既是智亦是意識，例如菩薩心中的菩提心。它是不是證量？是！它是不是第六意識？也是！ 4 兩者個都不是的，例如凡夫的五根識。凡夫的五根識是不是意識？不是！是不是遍智，它是證量嗎？也不是，所以凡夫的五根識，既不是智也不是意識，兩者都不是。

2.5.2 心所

心王和心所是相應因，這個以前介紹過，在此就不詳細解說。當眼睛看花時，這裡有心王，也有心所。心王和心所二者所緣、行相、所依是一樣，時間也是同時。這個心所不會跟另一個心王走；這個心王也不會跟另一個心所走。所以，各有各的範圍，不會混在一起，這就是第五個相應，也就是質是相同的。心王和心所共有五個相應 — 所緣、行相、所依、時間、性質。為什麼講這些呢？我們可能會想，一個是心王，另一個是心所，二者是不同的心法，若二者是不同的心法，它們的所緣、行相是不是就不

同？不是的！心王和心所好像是一家人都是在一起的。做事情是同時起來、同時消滅，好像一起的，但是並不是永遠一起！而是當下它們做事情的階段，彼此互相影響，不是永遠一起。比如，以末那識的來說，末那識將來會轉變成五智中的平等性智，此時末那識旁邊的薩迦耶見等心所會消滅，末那識也就轉變成平等性智了。末那識與它旁邊的心所，二者生起時是暫時彼此互相連在一起，生滅都是同時，無論是顯現或不顯現，都是同時，這是暫時的，不是永遠的，在此處我們容易產生誤解。在五個相應法中，時間的相應就是二者生滅同時，也就是暫時顯現或不顯現是同時的意思。

五十一心所分類為五遍行、五別境、十一善心所、六根本煩惱、二十隨煩惱及四個不定心所。

2.5.2.1 五遍行

五遍行是什麼呢？不管心處於壞的階段、好的善的階段或平等的階段，它們都跟心王一起，遍行指它的行動或行持會走到一切心王，每個心王旁邊都會有這五個心所，故稱為五遍行。比如，煩惱心所、善心所或不定心所，這些心所好的時候是善的，不好的時候是煩惱，及中間不定的，這些心所與五遍行不同，有的是好的時候存在，有的是壞的時候存在。遍行則不管是好的或壞的階段，它們隨時都在。

五遍行是作意、觸、受、想、思，它的次第應該是作意為先，然後觸、受、想、思。這裡應該如此理解，以「受」而言，它是果報。同樣的，受之前的觸也是果報。以作意為先，它能接觸，再來感受，再來想，再來思考造業。心的作用很奇怪，它接觸的時候就有「受」的果在那裡了，慢慢後面又有新的造業，造業之

後又會有果。這裡有一點循環的樣子。所以，心旁邊的五遍行心所，好像有一點循環，由此可以理解真的會有輪迴。心本身好像存在著輪迴的體性。

以循環的因來看，思之前是想，在想的階段就要小心，若無法擋住感受，接著就會有想。若有智慧，就不會有無明，但是這不那麼容易辦到。因為我們沒有智慧，所接觸的受都是有漏的受。有漏的受又會幫助生起無明、生起煩惱。所以受之後，想一定會出來。這裡有循環的樣子，也可幫助人理解為什麼會有輪迴。心旁邊有五遍行，五遍行讓心做這種工作，作了這個工作，它肯定會不停地輪迴。因為基礎上有這樣的東西，在這上面加上果接觸，想法便不停地重新出現。它是正確的想法還是無明的想法？以凡夫而言，想法會一直趨向無明，當然輪迴就不會停止。總之，五遍行中作意、觸、受、想、思，作意應該在最前面。

有的書裡有另一個次第，觸在前面，然後作意、受、想、思。他們的根據可能是《大乘五蘊論》。《大乘五蘊論》先講觸，然後是作意、受、想、思。這很難解釋，因為觸的時候是根、識、境三個連在一起，若這三個連在一起，一定有作意，一定有心法。若沒有心法，這三個怎麼連在一起？所以，應該先有作意，然後才有觸。各位要理解，也有這種說法。

宗喀巴大師在《廣論》裡曾提到，可以的話，要看《對法集論》，最起碼要看《大乘五蘊論》。現在學習《大乘五蘊論》就是聽從宗大師勸勉，在《廣論》講煩惱的階段，提到「知煩惱相，亦須聽《對法》，下至當聽《五蘊差別論》，了知根本及隨煩惱」。《五蘊差別論》就是《大乘五蘊論》。學習《大乘五蘊論》，我覺得非常好，《大乘五蘊論》第二頁倒數第五行，講心所的階段，藏文版的順序是觸、作意、受、想、思，中文版和藏文

版應該是一樣的。我要說明的是，有人依據 《大乘五蘊論》主張先是觸、然後作意、受、想、思。要理解，兩種次第都有。

心類學 -13

2.5.3 《大乘五蘊論》

今天心類學的課程將進行 《大乘五蘊論》的講解。首先概略地消文，然後再說明與心類學相關聯的部分，上次曾提到宗喀巴大師在 《菩提道次第廣論》中士道集諦的部分，談到了業和煩惱，在開示完煩惱後，他勸勉我們起碼要學 《大乘五蘊論》，所以今將大略介紹 《大乘五蘊論》，特別是 《大乘五蘊論》中與心類學特別相關的部分。

雖然論典名稱是 《大乘五蘊論》，但是它的內容也開示了十二處、十八界，為什麼還稱它為 《大乘五蘊論》呢？因為在蘊、界、處三方面，解釋五蘊的部分特別細、特別廣，所以這部論的就稱為 《大乘五蘊論》。論中在哪裡有開示十二處？在哪裡有開示十八界？在第十頁「復有十二處」，從這裡開始開示十二處。在第十一頁「復有十八界」，從這裡開始開示十八界。所以，這本論典不只介紹蘊的部分，連處和界都有說明。《廣論》在說明修奢摩他的階段，提到修奢摩他時，傲慢的煩惱比較重的行者，必須多思考界差別，這是在第十一頁，「復次此十八界幾有色」，這裡開始講述界差別。界差別在 《大乘五蘊論》的最末段落。此論先詳細說明五蘊，再來大略地講述十二處、十八界，最後講說十八界的差別。

論中以五蘊的部分闡述得比較多，《大乘五蘊論》共有十三頁，關於五蘊的部分就佔了十頁，故稱它為 《大乘五蘊論》。五蘊的部分我們會比較詳細地看，但是我不打算從頭到尾每個細節都講，我將以分段，重點式地講述五蘊。然而五蘊中的行蘊可分

為相應行和不相應行，其中的相應行的部分，所談論的就是心所，我們將仔細地看這一段。

2.5.3.1 色蘊

云何色蘊。謂四大種及四大種所造諸色。云何四大種謂地界水界火界風界。云何地界。謂堅強性。云何水界。謂流濕性。云何火界。謂溫燥性。云何風界。謂輕等動性。

云何四大種所造諸色。謂眼根耳根鼻根舌根身根。色聲香味所觸一分無表色等。云何眼根。謂色爲境清淨色。云何耳根。謂聲爲境清淨色。云何鼻根。謂香爲境清淨色。云何舌根。謂味爲境清淨色。云何身根。謂所觸爲境清淨色。

云何爲色。謂眼境界。顯色形色及表色等。云何爲聲。謂耳境界。執受大種因聲。非執受大種因聲。俱大種因聲。云何爲香。謂鼻境界。好香惡香及所餘香。云何爲味。謂舌境界。甘苦酢味醎味辛味苦味淡味。云何所觸一分。謂身境界。除四大種。餘所造觸。滑性澀性重性輕性冷飢渴等。

色蘊的部分可分為兩個科判，1、四大種，2、四大種所造諸色等。四大種有四個；四大種所造諸色有十一個。十一個是什麼呢？就是內色五個、外色五個及無表色共十一個。無表色也屬於內色，所以應該也可以說內色有六個，外色有五個，總共十一個色法。對各位而言，無表色的色法可能比較難懂。

云何名爲無表色等，謂有表業及三摩地所生色等無見無對。

它是從有表色和三摩地那邊產生出來的色法，這樣的色法我們無法看見，也無法面對，這就是「無見無對」的意思。一般說，「戒」一開始的時候，它是有表色的色法，因為它是透過儀式等行為來受戒的。受戒之後，戒體還是存在，戒體就是無表色的色法。戒主要是針對欲界眾生的修行上說的，對於色界和無色界的修行來說，所修持的是「定」，當修三摩地時，也會有一種無表色的色法。有些佛典裡面會將色蘊分成因的階段和果的階段，因的階段就是四大種，果的階段就是四大種所造出的色法。四大種本身是因，它是源頭，慢慢地轉變產生出果來，這種果就是四大種所造的色法，此種色法共有十一個，這就是色蘊大概的講解。

2.5.3.2 受蘊

云何受蘊。謂三領納。一苦二樂三不苦不樂。樂謂滅時有和合欲。苦謂生時有乖離欲。不苦不樂謂無二欲。

云何受蘊，受蘊可分為三個，樂、苦、不苦不樂等三個。

2.5.3.3 想蘊

云何想蘊。謂於境界取種種相。

云何想蘊，想蘊也可分為三個，可能中文藏文有出入，想蘊可分為小、中、大或小、大、無量，這分別表示欲界、色界、無色界的三種想，欲界的想比色界小，色界比無色界小，無色界的想是很廣的，因此分為這三種想。

2.5.3.4 行蘊

云何行蘊，謂除受想。諸餘心法及心不相應行，

行蘊是除了受和想以外的「心所」，這裡用的是受和想以外的一切「心法」，不可以這樣說，應改成「一切心所法」比較正確，因為「心法」也包括識蘊，但是識蘊不是行蘊，所以是除了受跟想以外的心所法都是行蘊，它是什麼樣行蘊呢？是相應行。「及心不相應行」，心不相應行或稱為不相應行，一般常用「相應行」和「不相應行」。行蘊可分為相應行和不相應行，相應行是除了受和想以外的一切心所法。不相應行與心不相應行，後面提到不相應行法有十四個。

2.5.3.4.1 相應行

云何名爲諸餘心法。謂彼諸法與心相應。彼復云何。謂觸作意受想思。欲勝解念三摩地慧。信慚愧無貪善根無眼善根無癡善根精進輕安不放逸不害。貪瞋慢無明見疑。忿恨覆惱嫉慳誑諂憍害無慚無愧惛沈掉舉不信懈怠放逸忘念散亂不正知。惡作睡眠尋伺。

現在將整個心所法數出來，「云何名為諸餘心法」，這裡也應用心所法，餘的意思是剩下來，是吧？那這裡不對，不可以用「餘」，應該說「云何名為心所法。謂彼諸法與心相應。」「云何名為心所法」，這句是心所的定義，「謂彼諸法與心相應」，也就是與心相應的一切的法就叫心所。心所就是與心王相應的法。有人問，藏傳傳授的教理怎麼會有那麼多定義？這些定義從哪裡來的？誰定義的？這些定義是從論典來的，若有提到「云何什麼」，然後稱為什麼，就是在闡述其定義。印度那爛陀寺祖師寫的論典，經常會先下定義，確定一個標準。若沒有一個標準定義，便無法解釋得很清楚。現在學的心類學、攝類學或藏傳很多論典，裡面經常會講到定義。

中文版《大乘五蘊論》這個地方要改，「彼復云何」，此處說出整個心所法，包括了受和想，所以用「餘」字是不對的。出現「餘」字，就是除去受、想剩下來的心所法。這裡數出五十一個心所，「謂觸、作意、受、想、思」開始一直到後面的「惡作、睡眠、尋、伺」。這五十一心所分別叫什麼名稱？其分類又叫什麼名稱？1）五個遍行：觸、作意、受、想、思；2）五別境：欲、勝解、念、三摩地、慧；3）十一善：信、慚、愧、無貪、無瞋、無癡、精進、輕安、不放逸、捨、不害；4）六根本煩惱：貪、瞋、慢、無明、見、疑；5）二十隨煩惱：忿、恨、覆、惱、嫉、慳、誑、諂、憍、害、無慚、無愧、惛沉、掉舉、不信、懈怠、放逸、忘念、散亂、不正知。6）四個不決定：惡作、睡眠、尋、伺。

生：剛剛講諸餘心法的地方，可能是標點符號的問題。若看第二頁第十一行，「云何行蘊。謂除受想。諸餘心法」應該把「謂除受想」後面那個句號拿掉，把它解釋成「謂除受想諸餘心法」，然後後面解釋「云何名為諸餘心法」，它其實講的是心王之外的諸餘心法，所以是心所法，所以這樣翻其實沒有問題的。

師：我不太清楚，「謂除受想諸餘心法」，用這個「心法」就是……

生甲：心法應該包含心王和心所，這邊從字義上看，意思是「謂除受想諸餘心法」，就是除了受想之外的其他諸餘心法，這邊諸餘心法的解釋要把它看成是後面的心所法，就是除了受和想之外的諸餘心所，這樣解釋就沒問題。

生乙：現在是「云何名為諸餘心法」，若這個「餘」不拿掉，它可以解釋成，諸餘心法是除了心王之外的法叫心法，所以它是「云何名為諸餘心法」，就是「謂彼諸法與心相應」。藏文是這樣講嗎？

師：藏文我剛剛講完了，藏文版這部分很明確、很清楚。云何行蘊？它非常明確地表達只有兩種，除了兩種以外沒有其他情況。那兩種就是相應行和不相應行，兩種中的任一個都是行蘊。相應行是什麼呢？它是除了受和想以外的心所，這就叫相應行，它是以此為相應行的標準。不相應行的標準是什麼呢？也就是跟心不相應的行蘊，相應的意思是心所與心王之間是相應的，所以跟心沒有相應的，就稱為不相應行。然後接著「云何名為心所法？」，一定要明確的表達，為什麼名為心所呢？「謂彼諸法與心相應」，它是與心王相應，這就很明確的表達了心所的定義。

心所有多少？它並沒有說要將受和想去除！前面說明了心所的定義，所以說明心所時必須包括受和想。也就是後面的定義和前面的沒有什麼特別關聯，因為前面是說明「云何行蘊」？當然必須除去受和想，但是後面是「云何心所」？此時就不能去除受和想，必須要將五十一個心所整個都講出來。我不太清楚中文，意思懂了，理解了就可以了，中文部分用什麼詞將它分段，各位的建議，或許對其他同學有幫助。

生：剛剛講無表色時，有分為兩個，一個是有表業，戒的部分還有三摩地所生色。請您針對這兩個再予說明。我對戒的感覺，尤其是講到業的時候，通常會把它歸到不相應行。這個地方在講有表業或戒的時候，為什麼把它算成色法？

師：這是個關鍵的問題，在造業時，有些是跟色法有關，但是業本身不是色法。比如說，以身、語、意去造作十不善業或十善業。這時候業本身當然是思心所，是相應行。這是相應行沒有錯，這樣的思心所與行動有關，以身體去行動或以語詞去行動，而造作的業，就稱為身業、語業。造業的行動時，一定是有表的色法，所以從有表的色法之後產生無表的色法，所以，「戒」開始是有表的色法，但是有的連色法都沒有，只有三摩地，也就是色界、無色界，當修持禪定，如初禪、二禪等的禪定時，它後面也會產生無表色的色法。

2.5.3.4.1.1 五遍行

接下來，觸、作意、受、想、思，這五個是五遍行，上次提到它的次第，正確地說應該是作意、觸、受、想、思。但是有的論典主張先是觸，再來才是作意、受、想、思。五遍行的次第有兩種說法，先有作意的這種主張感覺比較合理，因為作意是心剛開始動，這樣的造作者。觸的意思是心、根、對境，三者聚在一起，當聚在一起時，心已啟動，已經出現，已經出來，所以先是作意，之後才是觸，這樣的次第感覺比較合理。但是其他的說法也可以參考。依《大乘五蘊論》的次第，是先觸，然後才是作意、想、思。這樣的次第也有它的道理，他們認為心、根、境三者聚在一起，不表示心已經啟動。若這樣解釋的話，那也是對的，所以他們主張先有觸，再來才是作意。兩種我們都可參考，猶如高雄的紅綠燈是參考用的，不是真正指示用的。

1. 觸

云何爲觸。謂三和合分別爲性。

什麼是觸？什麼是作意？什麼是思？這些都有解釋。五遍行裡面，因為受和想在受蘊及想蘊處已解釋了，故不重述，今只解釋觸、作意、思這三個。第一個是「謂三和合分別為性」，這三個就是心、根、境，三個和合聚在一起，然後「分別為性」即它的各個特色明顯呈現出來，也就是根有根的特色、境有境的特色、心有心的特色，各個都有其作用。然而，觸不是三個已經具備了就算，而是三個的作用有出現才算。若僅是心、根、境三個有出現，但沒有呈現出各個特別的作用，就不能稱為觸。

2. 作意

云何作意。謂能令心發悟爲性。

作意的定義是什麼呢？「令心發悟為性」，「悟」是什麼？開悟的悟，就是讓它醒過來，也就是令心啟動，這樣的作用，這種的特性即稱為作意。

3. 思

云何爲思。謂於功德過失及俱相違。令心造作意業爲性。

然後，思是什麼呢？「謂於功德過失及俱相違」，其中的「俱相違」的意思是它不是有功德，也不是有過失，這兩個都沒有就是「俱相違」。例如，《廣論》裡面提到當人遇到快樂境時，會造貪的業；遇到苦境時，會造瞋的業；遇到平等境時，會造癡的業。由此可知，眾生隨著感受，沒有智慧。遇到樂的感受就生起貪的煩惱，接著就造業。受到苦的感受就生起瞋的煩惱，又造了業。當沒什麼苦也沒什麼樂時，就生起癡的煩惱而造業。所以，苦、樂、捨三種受，帶領人不停地生起貪瞋癡而造業。

思心所就是業，這裡講的是功德或過失或俱相違，這三個是對境，貪的對境，人會覺得很好，這個有很大的功德。瞋的對境，人會覺得不喜歡，這是那麼壞、那麼有過失。癡的對境，人會覺得沒有功德也沒有過失，它沒有什麼。可以說，首先有樂受或苦受或捨受，後面就跟著生起貪、瞋、癡，然後就會造業。造業本身是思心所，所以思心所是造業的意思。對於這三種受，隨著受後面，人們心裡有思，所以是「造作意業為性」。其中「造作意業」的「意業」並不是身語意業的意業，這個「意」是心裡的意思，好像「業」不是外面的行為，是心裡的業。能夠造作這種的作用特性者，就稱為思心所，它是造業的作用者。平常說業可分為思業和思已業，這兩個都是思，思已業是思，思業也是思。一個是思的時間久，已過了一陣子，後面接著就是造的階段 — 從身語的行為中表現出來，這種業稱為思已業。另一個是還未造作出來，思的時間沒那麼長，就稱為思業。思心所的對境有樂、苦、捨，此處用功德、過失、俱相違。

受和想在前面已經講過了，「云何受蘊」、「云何想蘊」，中藏本有點對不起來，中文版是「云何想蘊。謂於境界取種種相」，此處僅提到它的特性、定義，並未提到分類，藏文版則有分類。先解說它的定義，「想」有一點判斷或分別的意思，怎麼樣判斷分別呢？好像在對境上貼上標籤的樣子，標示這個是好，這個是壞，這個是什麼？這個是什麼類？所以「種種相」就是對境上有不同的相，有境這裡有分別，將對境貼標籤，來判斷它是哪一類的。比如，有了感受之後，在對境上就會貼，這個是很好、這個是普普通通、這個是最好、這個是很壞。像這樣的標籤，就是判斷境上種種相，種種相就是這個意思。有時會講執著心，有時候會用執相，我們大概可以理解，自己有一點分別的意思。五遍行連佛也有，想的對境有好的，有壞的，判斷時能如理判斷，如理跟著

境的實相，這樣當然是對的。我們無法這樣判斷，我們的判斷都被無明染污，當然是錯亂的。

生：是不是分別心的顯現境？

師：不是！剛剛講過，五遍行連佛也有。這裡所說的「想」跟平常說的想，二者意義不同。五遍行的說明先到這裡！上次有人問作意是什麼意思？我們可能認為「作意」好像是不要把它忘掉，能夠記住，但是此處「作意」不是這個意思，它是令意造作工作，令心做事情，有這樣的作用，具有造作的作用或特性，就稱為作意，也就是「令心發悟」之意。跟平常的想法有點不同，這裡要搞清楚。

生：請舉個具體的例子。任何心起來時，五遍行應該都有。比如，眼識生起時，應該有五遍行。然而眼識是無分別心，它的想和思，與分別心生起時的五遍行，有沒有差異？它的作用應該分開想，還是它涵蓋在裡頭，我們說它可區分好壞，就是剛剛講了相。這件事上，分別心和無分別心有差異嗎？

師：有！剛剛的說明比較粗略，若更細一點理解，五遍行的「遍行」，即是這五個心所是遍一切心王，它會一直跟著心王走，所以遍行的遍是「遍一切心」，行就是走。它走到哪裡呢？走到一切心或一切識。這個識就是眼識、耳識、鼻識、身識、意識，所以眼識有五遍行、耳識有五遍行，所有的心王都有。回答你的問是，眼根識旁邊有五遍行，第六意識分別心旁邊也有五遍行。剛才提到佛的心也有五遍行、凡夫的心也有五遍行。所以不管是好的心或壞的心，五遍行都會跟著走。以眾生的心來說，五根識的旁邊有五遍行，第六識的心王旁邊也有五遍行。第六識當然大部分是分別心，分別心旁邊的五遍行和無分

別心旁邊的五遍行有沒有差別？有！一個是分別，另一個是無分別。心王若是分別的話，旁邊的心所也是分別心的心所。心王若是無分別心的話，旁邊的五遍行也會變成無分別心。

比照一下心類學對心法的第四種分類方式，第一個分類是量和非量，與現在的第四種分類心王和心所，二者關係如何對照呢？心王若是量，則心所也是量。心王若是非量，則心所也是非量。絕對沒有心王是量，而心所是非量的。若是量，則兩個同時都是量。若是比量，兩個同時是比量；若是現量，兩個同時都是現量。相同地，若是分別心，兩個同時都是分別心。若是無分別心，兩個同時都是無分別心。

無分別心的五根識，它旁邊的作意、觸、受、想、思都是無分別心，但是無分別心裡面有受、有想、有思、作意。各位可能會問眼根識怎麼會有想呢？這裡的想不代表一定是分別。剛剛提到，連佛的心也有五遍行，而佛並沒有分別心，但是它會有它的判斷。這種判斷不代表是分別心的判斷。一般人不會察覺到，五根識無分別心的階段是能判斷的，因為我們無始以來，分別心的判斷很強。當根識一生起，隨之第六意識分別心生起強烈的判斷，所以我們無法察覺到五根識無分別心實際上有判斷！它的判斷比較如理，比較不會加入自己的主意，當下境有什麼樣子，它會接受，這個情況下它會判斷。但是，因為前面的受是有漏的受，「想」的時候也不是那麼正確，受到對境的影響，它就跟著走，它不是自己的主意，不像是第六識的分別心是在自己的主意下判斷的，兩個不同。

生：對無表色，還是不太懂，能不能再解釋一次？

師：無表色這部分我曾經講過，我是依據《俱舍論》的根本頌來講解的。《俱舍論》對無表色下了定義，它具有五個特色，若想了解可以聽以前講的，可能會好一點。在這裡簡單地說明，「無表」就是它不能表示的作用，表示什麼東西呢？表示一個人的動機，從色法一般可以推知一個人的動機或想法，若能這樣表示，這種色法就是有表色。若沒有這種作用，這種色法就稱為無表色。

以受戒來說，受戒者跪在佛菩薩面前或在僧眾、法師前或在佛堂裡，若以非常懇切的心來受戒，此時這個人可能因為強烈的出離心，可能會哭或身體有點抖或毛孔豎立，依據這些現象，可以推理得知，那時候他真正得到戒。那時候得到的戒是有表色的色法。各位受戒時有沒有這種現象？若沒有，就有問題。所以受戒時，若有這樣表現，這就是有有表色法！這時第一剎那是有表色法，但是第二剎那或受戒後，起身走路、洗澡、吃飯或睡覺，這時候，這個戒還是存在。雖然此時受戒的行為，有表色的色法已經不見了，但是戒還是存在，不能說受戒的當下存在，受戒後就不存在。所以，從有表色這邊會產生出無表色的色法。

什麼樣是無表色的色法？受戒後他有沒有戒體誰會看得到呢？誰會知道他有這樣的戒，誰都看不到。誰都不知道他是否有強烈受戒的意樂，為什麼會特別將它認定是色法呢？這種主張是中觀應成派、毘婆沙宗、經部宗共同承許的。但是唯識、自續派不認同。為何中觀應成派認為戒一定是色法？因為若它不是色法而是心法，則對於粗糙的身、語行為是無法擋住的，故主張戒一定是色法。它是色法，才有能力擋另一個色法。能擋住如殺生等粗糙的身語行為者，就稱為戒，所以戒一定要是色

法。當初生起戒時，它是有有表色一起的，但是受戒後，它就沒有有表色的色法，只有無表色的色法，所以戒就變成無表色的色法。比如，這個人睡覺了，他還是有戒啊！這個戒是色法。這個色法不是有表的，它是無表的色法。

生：為什麼戒屬於色法，當講業的時候，業有身語意業，身語的部分當然是色法，必須要以色法來擋。若照這個邏輯，色法需要以色法來擋，心法是不是也要以心法來擋？還是它也可以用色法來擋？若心法也要用心法來擋，是不是就擋不了意業？

師：戒的內容都是行為規矩，在此處不是講菩薩戒！此處講的都是別解脫戒，所以無論五戒、沙彌戒、沙彌尼戒、比丘或比丘尼戒，都是行為上的規矩，內容都是不可以作這種行為、那種行為，這些行為都是色法。能擋住這種色法的，就稱為別解脫戒，此處都是以別解脫戒為主！

生：剛剛在講思的時候，對境有樂受、苦受、捨受，令心造作意業為性。因為五遍行連無分別心裡面有，佛的心續裡面也有。以凡夫來講，當遇到樂受時可能會增益，苦受時可能會有減損，佛的樂受苦受，他的思到底有什麼樣的作用？他會說這是苦嗎？

師：你的問題本身不存在，佛沒有苦，剛剛提到的樂苦等，都是有漏的，眾生以有漏為主，在《廣論》裡提到眾生值遇樂就會生起貪，然後就會造作惡業。它指的是有漏的樂、苦、捨受。若是無漏的樂、苦、捨，就不會有這種情形！

當然若是無漏就沒有苦。有漏的樂、苦、捨在道第次這方面解釋，若是有漏的樂、苦，就一定會造惡業。無漏的樂當然有思

心所！樂受的後面會有歡喜，心就會跟著它。無漏的樂值得隨喜，值得心去追隨它，這是對的。但是，有漏樂不值得去追。無漏樂或解脫或佛的果位，越追它，越是歡喜，因為它是無限、無量的好，它的圓滿沒有限制，它是值得追的。

生：剛剛說是好的，行者可以無限地追，為什麼到第三靜慮時，樂受要捨掉呢？

師：它還是屬於有漏的，比如，初禪、二禪、三禪、四禪，甚至四禪時的樂受，這些樂受還是有漏的，它所追隨的捨受還是有漏的，還是世間的，去追隨四禪的捨受，是不對的，它是應該捨棄的。

心類學 -14

- 調伏意樂

剛剛唸誦皈依發心文，我們所皈依的對象是從世尊開始至整個印度那爛陀傳承的祖師們所傳承清淨的法，接著傳到西藏祖師的身上，之後傳到現在三大寺的許多僧眾身上，所以要在這些傳承祖師前進行皈依。皈依了之後，也一樣清淨地學習從印度所傳下來的法。現在所學習的攝類學、心類學等課，在進行皈依時，必須要思惟整個傳承的上師。當我們進行發心時，要思惟自己要跟隨他們，這樣來學習這些教法，不僅是為了自己才學習這些法，主要是要有能力，去利益一切如母有情，要有如此廣大的發心。所以，在課程之前，唸誦皈依發心三次，每次唸誦皈依發心前都應如此思惟。

現在學習的是心類學，這門課程非常重要，因為學佛主要是調伏自己的心，所以必須清楚地認識心法。心法的分類有很多種，若能夠廣大深入地認識，當在調伏心的時候，它的幫助就比較大。宗喀巴大師在 《菩提道次第廣論》曾開示，行者最起碼要學習《大乘五蘊論》。現在學習心類學，就順便學習 《大乘五蘊論》，我覺得非常有意義。

- 複習

上次曾經大略介紹過 《大乘五蘊論》。《大乘五蘊論》的內容包括了五蘊、十二處、十八界，在十八界裡面，還提到界差別。在 《廣論》奢摩他的段落，宗大師提過，若行者慢心煩惱重，為降伏慢心，就要修界差別。界差別是十八界裡面的一種分別。在蘊處界及界差別中，以蘊的部分，講得比較廣，所以在名稱上就

以《大乘五蘊論》為名，其造作者是世親菩薩。世親菩薩剛開始的宗義主張是毘婆沙宗，然後變成經部宗，之後又變成唯識。《大乘五蘊論》是世親菩薩變成唯識宗義者之後寫的。

心類學和《大乘五蘊論》有什麼關係呢？心類學有一部分講心王和心所，在《大乘五蘊論》裡以五蘊的解釋較為詳細。五蘊就是色、受、想、行、識，在闡述第五個識蘊時，當然就會講到心王，因為心王和識蘊同義，所以心王的部分在介紹識蘊的階段會談論到。心所會在五十一個心所裡面講，除了受和想以外的四十九個心所，都含攝在行蘊裡面。所以當介紹行蘊時，一定會解釋這四十九個心所，這就是《大乘五蘊論》大概的內容。

學習心類學對我們會有幫助，大家應該會感覺到，以前或平常，我們不會注意到能想的心，從出生到往生，我們不會回頭看自己，一直往外面追，追到累了的時候就死了。學了心類學後，好像發現自己以前沒有注意到這些，以前的心都沒有回頭看自己。自己的心在哪裡？心裡有什麼東西？不但沒有注意這些，好像有點忘了自己有心。自己似乎像機器一般，好像變成沒有心似的。

在這裡真正要了解的是，心不要一直向外跑，往外跑並不能追到什麼東西。心本身是一個能想的、一個內在的東西，它不是外面的東西，它和外面的物質不同。心本身是心法，不是色法。它不是色法，意思是它和物質不同。若它跟著物質跑，它就沒有什麼意義了。比較這二者的差異，對我們而言，外面的物質很短暫、很不可靠，然而心永遠跟著我們，它是可靠的。

我們所要的離苦，是從內心影響的，不是完全受物質影響。永遠跟著我們一起走的是心，能夠令我們離苦，影響最大的是我們的心，所以了解心非常重要。

生：苦樂的來源，不是完全從外境，「不是完全」跟「完全不是」不一樣。「不是完全」是部分來自外境，「完全不是」是完全不從外境來，您指的是「不是完全」還是「完全不是」？

師：是「不是完全」。

生：為什麼是「不是完全」，不是「完全不是」？

師：因為平常講樂，身體部分的樂和第六意識的樂不一樣，物質會影響到身體的苦樂，然而內心的樂，則物質影響的是一小部分，比如說內心的樂有的是從身體的樂而影響的，這部分是會有關係。

生：對於佛來講，外境是不是就不會影響他？還是身體上也會影響到他的內心呢？

師：外面和內心，這兩個內心力量還是比較大，所以它會慢慢轉，當它的力量超過時，外面的也會轉變，對他來說，外面的苦完全不存在。

生：那個「不是完全」是對凡夫講的，對佛才可變成「完全不是」，是嗎？

師：沒錯。

這個心平常會稱它為六識，心識分為六識 — 眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識。相對的外境可分為六個 — 色、聲、香、味、觸、法。眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識，這六個是能想的心識或心法；外面的六個是它們的對境。這樣區分後，現

在講的是心王和心所，有什麼關係呢？眼識有心王、心所，耳識有心王、心所，鼻識有心王、心所，舌識有心王、心所，身識有心王、心所，意識也有心王、心所。所以，這六識每一個都有心王、心所。心王、心所的意思是什麼呢？心王是看整體的；心所有它特別的功能。譬如，以眼識來說，當看色法時，整體看的作用就是心王，若在裡面區分好或不好，或感覺舒服或不舒服，這些是心所作的區分，這是心所的作用。但是不要認為心王和心所是個別的，實際上，它們不是分開的，它們是連在一起；心所一定要跟著心王，心王一定要有心所，所以稱它們兩個是相應因，在攝類學中曾經學過。

相應因的意思是，這兩個完全是永遠一起的，所以也就會一直互相影響，這就稱為相應因。所以眼識有心王心所，耳識、鼻識、舌識、身識、意識也都有心王心所。有心王一定要有心所；有心所一定要有心王，它們無法單獨存在，所以這兩個就稱為相應因。相應因的意思是互相依靠、相應影響。

心王看的是整體，所以不用區別很多，比如說，眼識所對的是色法。然而心所一定要分很多，因為它相對於對境上好像是部分的、有各種的差別，心所要做這些區分，因為差別很多、區分很多，一定要有很多心所。不可認為心所和心王一樣，心王是一個，心所也是一個。心所一定要分很多，它的作用才出現，所以講五十一個心所，原因在此。心王就不用分那麼多，它就是眼識、耳識等六識或八識。心所分了那麼多，哪些心所跟隨著好的心王？哪些心所跟隨著壞的心王？在五十一個心所裡面，五遍行和五別境，不會區分好或壞，不管心王好或壞，它們都會跟著跑。

然而在五十一心所裡面，十一個善心所、六根本煩惱、二十個隨煩惱及四個不決定。心所中會隨著好的心王跑的，就是善心

所。不好的心王的旁邊就有二十隨煩惱或六根本煩惱。當心王屬於不太決定好壞時，它就會有四個不決定的心所跟隨著。五十一個心所的前面十個是五遍行、五別境，這些心所不會分心王好或壞，通通都跟著跑，每個心王旁邊都有這些。在不同的論典裡，對五遍行和五別境，有些不同的說法。比如說，五遍行會跟所有的心王跑，所以稱為五遍行，至於五別境 — 欲、勝解、憶念、定、慧，論典有兩種不同主張：一種是這十個 — 不管五遍行或五別境 — 會跟著任何一個心王，任何心王旁邊都有這十個心所。另一種看法是，五遍行會跟任何一個心王跑，但是五別境就不一定。前面的主張是依據 《俱舍論》的解釋，《俱舍論》主張這十個心所通通跟著一切心王跑。後者是 《集論》的說法，《集論》認為五遍行會隨一切心王跑，但是五別境不一定。不會跟著一切心王跑意思是什麼呢？比如說，定、慧，或憶念，有時候人會忘念，在忘掉時卻說有憶念，有點怪。《集論》認為當忘念時，就不能說有憶念，所以主張憶念不是恒與心王同在。《俱舍論》認為忘掉時，憶念變成很弱，而導致忘掉，此時不能說是沒有憶念。這兩種說法，都可以參考。

- 正講

現在講的是 《大乘五蘊論》，它是跟隨無著寫的 《集論》。當參考世親菩薩造的 《俱舍論》時，他並沒有區分五遍行、五別境，而是將這十個稱為十大地法，大地法指的是遍一切心王。五遍行、五別境的稱法是無著在 《集論》裡所講的，世親菩薩跟隨著無著菩薩後，造了 《大乘五蘊論》。所以在 《大乘五蘊論》，世親菩薩將十大地法依著 《集論》的說法，分為五遍行、五別境。

現在是跟著《大乘五蘊論》來做解釋，五遍行是什麼呢？上次講到它的次第，先是作意，然後觸、受、想、思。五遍行會跟隨任一個心王跑，故稱為五遍行。我們可能會有一種感覺，每個心法或心王，都有這五遍行，這好像很奇怪。比如說，我們現在有輪迴，輪迴主要的造作者，真正回頭看，是以心為主。有心就慢慢變成輪迴來了，所以有心就會有輪迴。若瞭解這兩個的關係，應該是從五遍行這裡來思惟會比較容易理解，因為五遍行就是作意、觸、受、想、思。它的次第是先作意和觸，然後接著是受、想、思。以思和受這兩個中間的關係來看，好像就有輪迴的樣子，因為受之後，接著會想，然後產生執著，執著之後就會造業，造業就是思。造業之後又感果，感果時又變成受，受了之後，又執著，又想，又造業。所以受、想、思之後，又變成受、想、思。輪迴真正的作用者是心，它有這個五遍行，從這個關係可以看得出來有輪迴，它不會結束的一直會轉、一直會轉。

心王一般分為六個：眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識。這六識都有五遍行，也就是六識都會有作意、觸、受、想、思。比如說，眼識有作意、有觸、有受、有想、有思。這五遍行裡面，以作意來說，可將作意粗略地區分為六個，也就是六識心王旁邊都有作意，所以作意可分為六個。作意是發起、啟動心，當心啟動，對境、根及認知，三個圓滿聚在一起，就稱為觸。這三個聚在一起，變成認識的樣子，變成關係連接了，這關係連接就稱為觸。

對境有六個、所依的根有六個、認知也有六個，這個關係連接時就稱為觸。比如說，眼識、眼根及色法，三個連在一起時就變成觸。同樣地，耳識、耳根、聲三個連接在一起時就變成觸；鼻識、鼻根、香三個連在一起時就變成觸；舌識、舌根、味三個

連在一起時就變成觸；身識、身根、觸三個連在一起時就變成觸；意識、意根、法三個連在一起時也變成觸。

我們每天處在眼識、耳識、鼻識、身識、意識任一種，值遇各類的色、聲、香、味、觸、法，故出現各種的觸。當接觸時，我們不是沒有感覺，我們會有感受。當六識和六根，還有六境，三個聚在一起時，心會有感受，這個感受就稱為受。這個感受可粗分為六個，有眼識的受、耳識的受、鼻識的受、舌識、身識、意識的受，各個識有各個的受。每個地方的受，又可分為三個 — 樂、苦、捨。所以共有十八種受。受也可分為有漏的受、無漏的受。比如說，聖者以上，佛菩薩有這六種受，但是都是無漏的受，然而凡夫的都是有漏的受。總之，受可以這樣區分。

感受了之後，會有一個確定，它是我要的或不是我要的。有了這個確定，若是我要的，它就變成好的印象；若是我不要的，它就變成不好的印象；若是沒有什麼特別，它就變成普普通通的印象。這樣的印象或想，就稱為想。所以感受到之後，會有個判斷或想法，這就稱為想。想的意思是我們下了判斷，根據這個判斷，我們會再想、再重複地想，有時不只重複地想，連行為都會造作出來。這種重複想的行為，就稱為思。思的意思是不停的思惟、思考的意思。所以想了之後，不斷的、不停的再思考、再思考就稱為思。

想也可以再細分，雖然經典裡面沒有分那麼多。剛剛提到受可分為十八個，相同的，十八個受的後面，也會有十八個想。根據想，再重複地想，就是思，所以思也會有那麼多。五遍行大概是這樣。

當學習心所時，以《大乘五蘊論》和《集論》兩個為主。宗大師於《廣論》中曾開示最起碼要學習《大乘五蘊論》，《大乘五蘊論》內容並不多，但《集論》的內容就很多。但是《集論》在介紹心所這部分，內容不是那麼多，對學習心所，整體地看會比較有幫助，可以有不同的認識。

在解釋每個心所時，會依著宗大師的講解方式來說明。宗大師在《廣論》裡面引用《集論》解釋每個心所時，是以所緣、行相、作用三方面來指認每個心所。從這三個方面來區分，認識會清楚一點。

0.0.0.0.0.1 五別境

1. 欲

云何爲欲。謂於可愛事希望爲性。

「謂於可愛事希望為性」，可愛事就是它的對境，行相和作用好像連在一起。當第六意識看一個對境，此時心王看到的是對境的整體。欲心所抓的是對境可愛的這部分，對境上好的部分，然後會希望得到，產生這樣的想法，就叫謂於可愛事希望為性。五別境就是它將對境裡面個別的部分抓出來。心王看整體，欲心所是抓對境可愛的部分。欲心所的解釋，在《集論》講得比較清楚。比如說，它的對境是可愛的事物，「事」就是對境的意思，所以，可愛事就是對境裡面可愛的這部分，它會抓著，它的作用是為了得到會努力。所以，有欲的話，我們就會再努力，為得到會再追求，欲心所它有這個作用。

2. 勝解

云何勝解。謂於決定事即如所了印可爲性。

欲心所的對境是「可愛事」，現在勝解的對境是「決定事」。五別境各有其不同的境。在「決定事」上「所了印可為性」，「所了印可為性」是它的作用及行相。意思是它會一直抓著不放棄、不捨掉。抓著是它的行相，不捨棄、不會放棄是它的作用。他人無法讓你離開，讓你捨棄這個。別人若叫你放棄，它還是不能捨棄，這就是勝解心所的作用。

3. 念

看云何爲念。謂於串習事令心不忘明記爲性。

它的所緣，它的對境是「串習事」，「串習事」的意思是對境上熟悉的部分，有熟悉的感覺。有可能是，雖然是第一次看見、第一次了解，但是那時候它會有一種熟悉的感覺。熟悉並不是過去一定看過的意思！過去雖然都沒有看過，但是對於這個境，好像有一種熟悉的感覺，叫「串習事」。在對境上，令心不忘明記為性。「令心不忘」就是它的作用，「忘」就是散亂的意思。在講修奢摩他時，曾提到憶念是最重要的。為什麼修奢摩他時憶念很重要呢？因為心一直安住在這個對境，不讓它散亂，這個作用是憶念的作用。所以，「令心不忘」是它的作用，「明記為性」是它的行相。「明記為性」就是記得很清楚。

4. 三摩地

云何三摩地。謂於所觀事令心一境不散爲性。

這裡用三摩地，我不清楚對還是不對？定心所跟三摩地一樣嗎？以定心所來說，它的範圍很大！剛剛提到，《俱舍論》說，

不管好的壞的心王，旁邊一定有十大地，十大地裡有定心所。所以，我不清楚為何用「三摩地」。「三摩地」應該是從梵文來的，「奢摩他」也是從梵文來的，若都是從梵文來的，應該是一樣的東西。以奢摩他來說，它是很珍貴的，它是比較高的東西。至於三摩地，《廣論》中曾提到修奢摩他之前，先要生起無垢三摩地，慢慢經過修持九住心，然後才得到奢摩他。所以，定心所是基本的，是大家都有的，定心所慢慢轉好，就稱為三摩地，比三摩地更好的就叫奢摩他。所以這裡應該不能用三摩地，用定心所比較好。

生：張老師將三摩地翻成「等持」。在此，譯成等持，會不會比較清楚？

師：不曉得。定心所是不是比較好？你們想一想，等持是佛典用的東西嗎？

生：可不可以把定心所跟三摩地，再區別一下？

師：這已經很清楚了，這邊講的一定是定心所，不是三摩地。三摩地是打坐時，慢慢生起，比較強的定力。這邊講的定心所完全不需打坐就有，這種定心所，連螞蟻都有，任何眾生都有的這種心所。所以，定心所和三摩地有很大的不同。

定心所的對境或所緣是「所觀事」。所觀事表示它已經清楚、洞悉，「觀」是了解的意思，觀察、了解了之後，心就能接受這個對境。心能接受它，就能安住在這個上面。若不了解的話，心就無法接受它，心就無法安住在上面。所以，定心所的所緣境是對境中比較清楚了解的那部分，心能安住在那上面。比如說，我們碰到一個人時，心王會整體看，定心所是抓比較明顯的那部分，例如，這個人穿的衣服很鮮豔或那麼黑，那麼白，或者那麼漂亮

等明顯的部分，心記住後就能安住在這上面。對境這部分，心觀察、判斷，肯定是怎麼樣，然後做了判斷，它很熟悉，心裡已經接受，就能安住在這上面，這就是定心所的對境 — 所觀事。「令心一境不散為性」，有點像它的作用和行相連在一起。

5. 慧

云何爲慧。謂即於彼擇法爲性。或如理所引。或不如理所引。或俱非所引。

慧心所的所緣就是「彼擇法」，「彼」指的是它的對境和定心所的對境一樣。定心所的對境是所觀事，慧心所的所緣境是「彼」— 即所觀事。它的作用和行相是「擇法」，「擇」是分析的意思。可以說，分析是它的作用或它的行為、它的行相。慧心所的行相是分析，另外，它的作用是去除疑，或讓人更了解。當一直分析時，疑就會一直去除，然後就會越來越清楚。所以，「擇」是分析，分析的作用是除疑。分析得很細，就是它的作用。它有多少種類呢？這裡提到這三個，即「如理所引。或不如理所引。或俱非所引。」慧心所分析時，會用一個標準，這個標準或是正確的理由，或是不正確的理由，或是沒有什麼特別理由，好像跟著聲音，是誰說的所以就怎麼樣。「如理所引」是正確理由所產生的智慧；「或不如理所引」是不正確理由所產生的智慧；「或俱非所引」是完全沒有理由所產生的這種慧。

五別境的對境，好像各個不同。比如說，第一個「欲」，它的境是可愛事；「勝解」的境是決定事；「念」的對境是串習事；定心所和慧心所的所緣是所觀事。現在我們學習到的是什麼呢？比如說，要培養欲心所，要培養勝解，要培養憶念，定心所及慧心所，當培養這些心所時，必須了解，每個心所的所緣特點。若

沒有抓到它的所緣，就無法培養它。怎麼樣培養呢？要準備它要的東西，它要的是這種所緣，是這種行相及這種作用，這樣才能變成那個心所。要培養各種心所，必須要了解，這些心所的特點，從這裏理解如何培養這些心所。到此，五別境講完了。

0.0.0.0.0.2 善心所

1. 一、信

再來，介紹十一個善心所 . 首先是信，它是最根本的，《廣論》裡面提到，一切善的最源頭就是信，所以將它放在最前面。

云何為信。謂於業果諸諦寶中。極正符順心淨為性。

它的對境可分為三個 — 業果、諸諦、三寶。這三個上面的信是不同的。是什麼樣的信呢？有「心淨」、「極正」、「符順」三個。對業果上面為「極正」的信；對四聖諦、二諦上面是「符順」的信；對三寶上面是「心淨」的信。

三個信心是什麼？比如說，前後世、業因果，你覺得有嗎？覺得沒有嗎？我覺得有它是存在的，這就是一種信心。另外，以四聖諦來說，四聖諦的信心不是外面的，是自己上面的，自己上面的信心是怎麼樣呢？自己現在是在輪迴，將來會有解脫嗎？將來你有沒有解脫，這是我們自己覺得的。若我不相信將來會有解脫，我不能脫離輪迴，這就是沒有信心。若相信我能脫離輪迴，這樣的信心，就稱為四聖諦的信心。四聖諦的信心不是在外面，四聖諦的信心是在自己身上，自己能不能解脫？能不能斷除輪迴的根本？這種四聖諦的信心是要有自信。

然後，三寶上的信心是什麼呢？三寶上的信心是清淨的信心。清淨的信心是什麼？比如，看宗大師的傳記，密勒日巴的傳記，心就會變得很清淨，這也是一種信心。

信心有三個，一個是有沒有，一個是能不能，一個是心很清淨。三種信心相對於三種對境。業因果上面是有沒有這種信心，四聖諦上面是能不能的這種信心，三寶上面是清淨的這種信心。我不太清楚「極正」、「符順」、「心淨」有這樣的意思嗎？平常講的三種信心是相信、淨信、欲樂信。相信是對業因果，欲樂信是對四聖諦，對自己有信心，自己很有興趣或自己有欲求，我看到自己能夠解脫，對於解脫的追求很有信心，這就是欲樂信。清淨信是看到三寶的功德，讀了祖師的傳記，心會變得很清淨，這就是清淨信。所以，所有的信心是什麼樣的，從這裡就可理解。

2. 二、慚。三、愧

云何爲慚。謂自增上及法增上。於所作罪羞恥爲性。云何爲愧。謂世增上於所作罪羞恥爲性。

這兩個心所的差別在於它的理由，以「愧」來說，它是「世增上於所作罪」。對於世人對他的批評，他很在意，故不敢做、不好意思做。慚並不是在意外面的批評，他在意的是自己道德的尺度及業因果的法則，以這些當理由，約束自己不做這些事。兩個的理由不同。「信」、「慚」、「愧」這三個善心所，是剛接觸佛法或剛修行的人，最基本要具備的。

3. 四、無貪。五、無瞋。六、無癡。七、精進。八、輕安。

具備了這三個之後，更進一步的是要對治「貪」，對治「瞋」，對治「癡」。不只對治這些，應該加強，繼續努力地做，這就是「精進」等。

云何無貪。謂貪對治。令深厭患無著爲性。

云何無瞋。謂瞋對治。以慈爲性。

云何無癡。謂癡對治。以其如實正行爲性。

云何精進。謂懈怠對治。心於善品勇悍爲性。

云何輕安。謂麤重對治。身心調暢堪能爲性。

無貪、無瞋、無癡、精進、輕安，到此可算是完整了，當修行時，貪瞋癡是根本煩惱，是負面的，必須要對治它們。正面善的方面，要努力精進。要能繼續精進，必須依靠輕安，沒有輕安，行者很容易勞累，所以必須要有輕安。

這五個很重要，它有點正行的樣子。我們要以前面信、慚、愧為基礎，在這個基礎上，主要修持的是無貪、無瞋、無癡、精進與輕安。善的心王要怎麼培養呢？必須從旁邊的心所有次第地培養，什麼次第呢？先要培養信、慚、愧，更進一步針對治負面的、不好的煩惱，要修無貪、無瞋、無癡。針對正面的、善的方面，要修精進。精進能不能繼續，決定於輕安。總之，要這樣來培養善心所。

無貪是對治貪的意思，無瞋是對治瞋的意思，無癡是對治癡的意思。這些都是努力地減少負面的貪瞋癡，「無貪」並非沒有什麼感覺的意思！並不是我沒有什麼貪，沒有什麼瞋！它好像是對

治貪的一個心所，貪是一種心所，要培養跟貪心所相反的是另一個心所，無貪是對治貪的一種心所。比如說，我們貪色聲香味觸或是什麼樣的法，要如何培養不貪呢？貪應如何對治呢？必須要以另一個不貪的將貪去除，這種心所怎麼培養呢？就是在對治貪的時候，出現了另外一個心所。對治貪的時候，要培養一種不貪的心所。同樣地，無瞋、無癡也是這個意思。

精進不是指所有的努力，比如，我造惡業很努力，他很努力的做這個工作，造惡業的工作，不可以說是精進。精進是對善的行為上一直想往上走，這種心所就稱為精進。

要達成精進所追求的果，就必須要靠輕安，若沒有輕安，行者會很容易勞累，要有輕安才能達成所追求的果。

心類學 -15

- 調伏意樂

心類學這門課，現在學的內容是心王心所。在 《菩提道次第廣論》，宗大師宣說完集諦、煩惱後，曾勸勉行者，若要了解集諦和煩惱，最起碼要學 《大乘五蘊論》，若能力可及，也要學 《集論》。宗大師已經指引我們怎麼學習，所以，在學習心類學時，關於心所這部分，就配合 《大乘五蘊論》和 《集論》來學。如此作，一方面我們有聽從宗大師的開示，所以一定有些功德。由於造了這個功德的緣故，來世或生生世世，能夠值遇到宗大師的教法。另一方面，我們可以學到宗大師的引導而追隨著宗大師。在課程開始時，要如此思惟來發願。若要究竟地調伏自己的心，必須要能調伏煩惱。要對治煩惱，則須先了解煩惱。透過這樣的思惟，調整意樂來聽聞佛法，這樣確實會有很大的功德。

- 正講

上次講到 《大乘五蘊論》十一個善心所。為什麼要學習十一個善的心所呢？因為我們喜歡造作善根，造作善根要從內心做起，它不是外在的，主要是內心。然而，當內心生起善根時，它是如何造作出善根呢？它是要靠善心所，必須從善心所下手，慢慢地，心王就能生起善根，或心能生起善根。

- 十一善心所：信

善心所裡面第一個講到信心所。這裡要了解什麼呢？信心所開啟了善的部分，它是善的最源頭。所以，宗大師在道次第裡提到，信是最根本，一切善的根本是信。但是，不要認為信是迷信的信。這個信是非常有智慧的信或是如理的信。開始時，信雖然

沒有智慧，不懂道理，但是他想的信的是對的，這就是如理的信、正確的信。依著正確的信，若能深入了解其道理，有正確的理由，這時就變成有智慧的信。所以，現在的信有沒有智慧無所謂，若能在正確的道理上，從內心發起一個接受，我接受這個道理，就算是善的第一步。所以，信是善的最根本。

我們平常學習很多東西，學習的目標是內心要能接受這個道理。學習了之後，將這些道理結論出來，內心要能接受、相信它。若不相信，縱然學了很多，可是並未達到學習的目標。若一直學，內心的信卻完全沒有生起，或是有生起但是完全沒有增長，若是這樣，就應注意了。所學的是善還是不善，在這裡應予區分！若學了很多，但是結論後，內心並沒有擷取到很多信心所，那很可惜。學習後應該可以成立很多信心所、正確的信仰。所以，學習之後，一定要做到一個信心所，這是第一個要做到的。大家要記得，要注意這點。

應該是，學習得越多，信心所就越多、越強、越廣。若是這樣，就表示我們有做到善根，我們做了一些善的行為。這是學習者所應該注意的。宗大師在 《廣論》裡也常開示：「學習的目標是要修持，教和證是不可以分開的」。那麼，我們怎麼做到呢？教和證是從哪裡接連呢？教是經由智慧推理，來成立一種很珍貴的信心所，也就是不退轉的信心所，這是行者要不斷成立的。

廣泛學習的目標，首先是信心所要一直增長。若信心所能夠增長，能夠圓滿，他做善的這個行為，根已經種下去了，因為十一個善心所中，第一個就是信心所。有些人學習佛法，學到後面卻放棄佛法，而選擇另外一條路。這是受到什麼影響呢？有可能是因為自己沒有特別注意，學習後應該要生起信心所。行者心裡若沒有信心所或是信心所不堅固，當然就很容易退轉。

學習之後並沒有生起信心所，要修行就修不來。結果就會認為，學習這些沒有意義。這是因為自己沒有注意，並不是佛法沒有講，而是佛法講的，自己沒有去實踐，當然就不會有什麼改變或進步。若沒有什麼進步，沒有什麼效果，當然就覺得沒有必要學習，然後就會放棄佛法。總之，必須特別注意這點，當學習教法之後，還要去修證。這個應該從哪裡連接呢？從第一個信心所這裡連接，這是行者應特別注意的 — 信心所要持續地增長。

- 慚、愧

有了信心所為基礎，信心所不斷地增長，接著後面就會有慚、愧。信心所好像一個信仰，行者知道這個該做、這個不該做。在因果上，已經了解，也相信了。在相信的基礎上，就會出現慚和愧。若連什麼該做，什麼不該做，都沒有區分清楚，怎麼可能會有慚跟愧呢？所以，先有信心所，非常重要。接著信心所，慚跟愧就可以生起。剛才提到，學習多了之後，要特別注意，自己應該要生起信心所。同樣地，當信心所生起之後，要特別注意，自己應該要生起慚跟愧。總之，信心所、慚心所、愧心所，是最基本的三個善心所。

- 無貪、無瞋、無癡、精進、輕安

更進一步，行者要對治負面的煩惱，要對治貪瞋癡。不只負面的貪瞋癡要對治，正面的善根方面，也要歡喜精進地做，這就是精進心所。十一個善心所裡面，精進心所是第七個。精進心所能不能達成目標呢？能不能達成它所追求的呢？這就要靠輕安，只有精進很容易勞累。沒有輕安，就無法達成，故需輕安的幫助。為了要行善、所要得到的、所要追求的，除了要有前面講的信、慚、愧的基礎，還要有無貪、無瞋、無癡、精進與輕安。

4.九、不放逸

善心所中的無貪、無瞋、無癡、精進，這四個是恆時要有的，隨時都要有這四個的力量。隨時都有這四個力量的心所就是不放逸。所以「不放逸」的意思是什麼？

云何不放逸。謂放逸對治。即是無貪乃至精進依止此故捨不善法。及即修彼對治善法。

從無貪開始到精進，不放逸的意思是行者要一直注意。在哪方面要一直注意呢？也就是要注意，我不可以貪！不可以瞋！不可以癡！不可以沒有精進！不可以沒有精進，意思是不可以對善的方面沒有珍惜或努力地做。對惡方面，並沒有去對治，在這兩個方面，必須時時刻刻有準備，不會離開這四個，或是時時刻刻有這四個的階段。在《般若七十義》中，一切遍智的能依或它的能表共有十個，十個裡面會有四個成就。[9] 猶如打仗時所穿戴的盔甲一樣，不放逸有這樣的作用。

5. 十、捨

云何爲捨。謂即無貪乃至精進依止此故。獲得所有心平等性心正直性心無發悟性。又由此故於已除遣染污法中無染安住。

意思是，有時候雖然有無貪、無瞋、無癡，也有精進，這些都存在，行者不需要刻意努力做，應該讓它自然運作，也就是若已經有無貪、無瞋、無癡，也有精進，它一直走的時候，就讓它順著走，不要在中間加些什麼。這反而變成擾亂，這是不對的。

9. 《八事七大義》中一切相智有十義，其中有披甲正行、趣入正行、資糧正行、決定出生正行。

比如說我們已經有很多課，有時候再加更多時，學生就無法消化，覺得太多了。就像學習，當它這樣順著走時，就讓它自然地運行，不要因為增加，而擾亂它，這樣反而不好。同理，無貪、無瞋、無癡，精進，當它們繼續走的時候，就讓它自然運行，這就是「捨」。捨棄就是當它這樣一直精進時，好像沒什麼熱鬧，或沒什麼特別的、新的，沒什麼特別大的法會，這時不需特別要成辦新的東西，或是要學新的東西。不是這樣的話，這有問題。同理，平常修行時，自己已經順著走的時候，就讓它走。不要認為這樣做已經過時了，要換另一個新的。換的話，前面的修行就被傷害了，被放棄了，這是不對的。所以，這時候要有捨棄。「捨」就是讓它順著走。

6. 十一、不害

云何不害。謂害對治。以悲爲性。

十一個善心所中，「不害」是最後的，它有一點連到大乘的樣子。前面十個善心所裡，沒有特別針對大乘，它們是佛法的基本，是一種小乘的修行。平常所講四聖諦，也可用大乘的角度來解釋，但是基本來說，它是基本的佛法，所以可以說，它是小乘的佛法。同理，前面的十個善心所，它是基本的修行，主要是保護自己，或是自己修行。然而，第十一個不害，就不只是自己修行，也要關心別人。所以，這裡有一點連接大乘的樣子。但是，小乘當然有修不害！這不只小乘，還未進入大小乘的一般行者也要修，也是有修。到此，已介紹完十一個善心所。

2.5.4 《大乘阿毘達磨集論》

本事分中三法品第一

本事與決擇，是各有四種，三法攝應成，諦法得論議。幾何因取相，建立與次第，義喻廣分別，集總頌應知。

蘊界處各有幾？蘊有五，謂色蘊受蘊想蘊行蘊識蘊。界有十八，謂眼界色界眼識界。耳界聲界耳識界。鼻界香界鼻識界。

接著配合《大乘阿毘達磨集論》來說明，前面的兩個偈頌「是各有四種，三法攝應成，諦法得論議。幾何因取相，建立與次第，義喻廣分別，集總頌應知」這兩個偈頌代表整個《上阿毘達磨》的內容，所以這兩個偈頌蠻重要的。在藏文版的次序有點顛倒，藏文版是「幾何因取相，建立與次第，義喻廣分別。是各有四種，三法攝應成，諦法得論議，集總頌應知」。

首先，《上阿毘達磨》的內容是什麼呢？它先講「蘊界處各有幾」，也就是蘊有幾個？界有幾個？處有幾個？接著是何因，這個就是為什麼有五個蘊？為什麼有十八個界？為什麼有十二個處？說明其理由，就是何因。取相就是為什麼稱它們為五蘊、十八界、十二處？一般都是講近取蘊，我們的身體，輪迴裡面的蘊、界、處，這些都是近取。用「近取蘊」，「近取」就以「取相」來表示。

再來是建立，建立就是很細地一直分析、解釋，比如說五蘊裡面，色蘊、受蘊、想蘊、行蘊，將每個一直地分析。《廣論》裡面常用「建立」，建立的意思就是透過學習，在內心將它建立起來，內心很清楚了解這個道理。建立就是將它解釋得很細。將五蘊、十二處、十八界解釋得很細，就是建立。

再來是次第，比如說，五蘊裡面為什麼先講色？然後再講受、想、行、識？這個次第有什麼理由？同樣的，十二處、十八界為什麼是這樣的次第？解釋這些理由，就是「次第」。

再來是意義，也就是講這個有什麼意義？比如說，蘊的意義是什麼？界的意義是什麼？處的意義是什麼？然後是比喻，比如說，在經典裡會提到，色蘊如聚沫，在經典裡，每個蘊、十八界、十二處都有比喻，所以「喻」的意思就是比喻。

然後是廣分別，在《大乘五蘊論》的後面有講到差別，對於十八界裡面就分了很多的差別，所以「廣分別」就是「差別」。《廣論》裡曾經講到，一個修行者若慢心很重，就應觀修界差別，也就是要修廣分別這部分。

接著各有四種，各有四種講的就是後面的這四個。首先四種的意思是三法及抉擇，三法是「攝」，「應」及「成」，另一個是「決擇」。其中的「決擇」又可分四個，四個就是「諦」決擇，「法」決擇，「得」決擇，「論議」決擇。「諦」的決擇就是四聖諦，在四聖諦裡面講到集諦時，煩惱的部分講得非常好、非常細。

《上阿毘達磨》裡面講的次第就是剛剛講的，先是「幾」、「何因」、「取相」、「建立」、「次第」、「義」、「喻」、「廣分別」，然後就是這四種，這四個就是三法加上「決擇」。三法是「攝」、「應」、「成」，其中「決擇」可分四個：「諦」上面決擇，「法」上面決擇，「得」上面決擇，「論議」上面決擇。所以，《阿毘達磨集論》最後就是講「論議」上的決擇。整體地理解，《阿毘達磨集論》的內容大概就包括在這兩個偈頌中。

現在學習的是心所、煩惱的部分，《阿毘達磨集論》的內容那麼多，要看的是哪個部分呢？哪個階段有講這些東西呢？剛剛提到「建立」的部分要看，因為「建立」解釋、分析得很細。比如說，無論解釋五蘊，十八界或十二處，它都解釋得很細。所以，要看建立這部分。然而，我們要看的，是建立的哪個部分呢？五蘊、十八界、十二處這三個裡面，我們要學的是五蘊的建立。在五蘊的建立中，那個部分講到心所呢？色、受、想、行、識，是在行蘊的建立這段講到心所。另外一個，剛才講「諦法得論議」，其中「諦」就是四聖諦。諦抉擇中可分為：苦諦的抉擇、集諦的抉擇、滅諦的抉擇、道諦的抉擇。其中集諦的抉擇，對於煩惱說明得非常細、非常好。所以，另一個要看的是抉擇集諦的部分。總之，在《阿毘達磨集論》裡，我們要學習的是五蘊建立中行蘊的部分，及「諦」抉擇中集諦的抉擇這部分。

前面提到的兩個偈頌是整個《阿毘達磨集論》所講的內容，所以用「集總頌應知」。「集總頌」意思是，這些偈頌就是所有的內容集中在一起。這一句的意思是，從這兩個偈頌應該可以理解《阿毘達磨集論》的內容。剛剛提到《阿毘達磨集論》內容架構是「幾」、「何因」、「取相」、「建立」、「次第」、「義」、「喻」、「廣分別」，所以，第一個是「幾」，就是談論有多少？比如說，蘊有幾個？界有幾個？處有幾個？「幾」就是講這部分。

接著就是說「何因」，「何因」如「何因蘊唯有五」？平常講蘊有五個，理由是什麼？就是「何因」的意思。又如「界」有十八個，理由是什麼？「處」有十二個，理由又是什麼？這就是叫「何因」。這部分我們不看，大概這樣帶過即可。再來就是下

面「取」，「何等為取。謂諸蘊中所有欲貪」這邊就是剛剛講的「取」，這部分也不用看。

再來就講「相」，「相」就是名相或性相，現在是講性相。「相」是性相的意思，介紹每一蘊的性相。「色蘊何相。變現相是色相。」再來是十八界、十二處等，每個的性相一一介紹。五蘊的部分有「色蘊何相」，「行蘊何相」，「識蘊何相」，然後是「界何相」，「處何相」，一直到「如界應知隨其所應。」接著就是建立，「云何建立色蘊」，剛剛提到，建立這部分要看。

建立這部分有蘊的建立，十八界的建立，十二處的建立。其中要看的是蘊的建立中行蘊的建立。現在看到色蘊的建立，色蘊的建立內容蠻長的，之後是受蘊的建立，再來「云何建立想蘊」這個不用看。再來是「云何建立行蘊」，行蘊這部分可分為相應行和不相應行，我們所要了解的是相應行這部分。相應行這部分包括除了受和想以外的所有心所。

云何建立行蘊。謂六思身。眼觸所生思。耳觸所生思。鼻觸所生思。舌觸所生思。身觸所生思。意觸所生思。由此思故思作諸善。思作雜染。思作分位差別。又即此思除受及想與餘心**所法**心**不相應行。總名行蘊。**

平常所講的「行」，「行」是一個行動或是一個加行，它是做一件事情。是誰做事情呢？是由六識去做的，主要做的就是思心所。講到造業，就是思心所做的。思心所做的事情有善的，有雜染的，還有不是善和雜染，這就是「思作諸善。思作雜染。思作分位差別」共有三個。當思心所做這三種事情時，旁邊一定有很多心所來幫助它，這些心所分出來共有五十一個。為什麼稱四十九心所為行蘊？其理由就在這裡，主要是思心所為主，當思心所

做事時，可分為善和雜染及分別三種。當它做這樣的事情時，它旁邊的幫手，也屬於行蘊。對於做事情方面也有幫忙，所以就稱為行蘊。接著「又即此思除受及想與餘心所法心不相應行」，除了受和想以外的一切心所法，就叫心相應行，它可以稱為相應行，也可稱為心相應行。相應或不相應是跟「心」相不相應的意思。所以，行蘊可分為兩個：相應行和不相應行。相應行是受和想以外的一切心所法。另外是不相應行。這兩個總名就稱為行蘊。

在行蘊中，我們要學的是相應行。相應行裡面有這些心所。「何等名為餘心所法」，前面講的心所，除掉受跟想，有四十九個心所。現在開始講這四十九個心所，「思」心所是主要的造作。前面思心所已經講了很多，其他應該有四十八個，四十八個是什麼呢？「作意」、「觸」是五遍行裡面的兩個，再來是五別境 — 分別是欲、勝解、念、三摩地、慧。然後是十一個善心所 — 分別是信、慚、愧、無貪、無瞋、無癡、精進、輕安、不放逸、捨及不害。然後是六根本煩惱，六根本煩惱，若將第六個再細分為五個，就會變成十個。若分為十個時，就是常所說的五個非見煩惱及五個見煩惱。這裡先介紹五個非見煩惱 — 即貪、瞋、慢、無明、疑。五個見煩惱是薩迦耶見、邊見、見取、戒禁取及邪見。

然後是二十隨煩惱 — 即忿、恨、覆、惱、嫉、慳、誑、諂、憍、害、無慚、無愧、惛沈、掉舉、不信、懈怠、放逸、忘念、不正知、散亂。然後是四不定 — 即睡眠、惡作、尋和伺。五十一個心所裡面，因為受、想不算，思也不算，其餘共有四十八個。

2.5.4.1 五遍行

1. 思

思心所本身是行蘊。平常講的無明、行，造業就是思心所。從這裡開始很詳細的解釋受跟想以外的四十九個心所。首先看《大乘五蘊論》，然後看 《阿毘達磨集論》，二個對照著念。

《大乘五蘊論》：云何爲思。謂於功德過失及俱相違。令心造作意業爲性。

《集論》：何等爲思。謂於心造作意業爲體。於善不善無記品中役心爲業。

這部分兩部論用詞不同，說的內容沒有差別。

2. 作意

《大乘五蘊論》：云何作意。謂能令心發悟爲性。

《集論》：何等作意。謂發動心爲體。於所緣境持心爲業。

兩部論說的也沒有什麼差別，唯有在所緣上有一點不同。《大乘五蘊論》講的是「令心發悟為性」，好像心能夠發起、啟動的樣子。然而，《阿毘達磨集論》講的是「於所緣境持心為業。」心的所緣境已經有了，有了之後，心開始啟動，然後就抓著所緣，它有這種作業，這就是作意。這兩部論在這裡有一點差別。上次曾經提到，有些人主張，將作意放在最前面，另外有人主張，作意不是在最前面，而主張先有觸，然後有作意。這些不同的主張主要是因為所根據的論典而有。

3. 觸

《大乘五蘊論》：云何爲觸，謂三和合分別爲性。

《集論》：何等爲觸。謂依三和合諸根變異分別爲體。受所依爲業。

《集論》多了「受所依為業」，其他的都一樣。「三和合諸根變異分別為體」，三個指的是心、根、境，「和合」即合在一起，好像完整地合在一起，這就稱為接觸。它的結果是什麼呢？它有什麼作用呢？它後面會有感受，這就是「受所依為業」。受的所依，即觸的作用。

4. 受、想

受和想在前面五蘊的部分，已經介紹過了，所以就不再重複。五遍行中，這裡的解釋只有思、作意，觸三個。

2.5.4.2 五別境

1. 欲

接著是五別境 — 欲、勝解、念、三摩地及慧。首先是欲。

《大乘五蘊論》：云何爲欲。謂於可愛事希望爲性。

《集論》：何等爲欲。謂於所樂事彼彼引發所作希望爲體。正勤所依爲業。

兩部論內容的差別是《集論》一直講此心所有什麼作業、有什麼作用。以欲來說，它的作業是令人產生精進。

2. 勝解

《大乘五蘊論》：云何勝解。謂於決定事即如所了印可爲性。

《集論》：何等勝解。謂於決定事隨所決定印持爲體。不可引轉爲業。

勝解這部分，兩部論的說明差不了多少，《集論》多了「不可引轉為業」。「不可引轉」的意思是心不會被其他拉走，於對境還會繼續想，這是它的作用。

3. 念

《大乘五蘊論》：云何爲念。謂於串習事令心不忘明記爲性。

《集論》：何等爲念。謂於串習事令心明記不忘爲體。不散亂爲業。

當「念」的力量增長時，就會有不散亂的作用。一般說，這種不散亂的作用不是那麼容易達到。

4. 三摩地

《大乘五蘊論》：云何三摩地。謂於所觀事令心一境不散爲性。

《集論》：何等三摩地。謂於所觀事令心一境爲體。智所依止爲業。

《集論》多講了「智所依止為業」。這是什麼意思呢？它是智慧的所依，也就是當心處在三摩地或心安住時，它會增長智慧，好像心專心時比較有智慧，不專心時就比較沒有智慧。所以，三摩地會讓人們產生智慧。平常也會講止、觀，也就是先有止，然後才有觀。這個意思是什麼呢？當心不散亂或心很專注，這種力

量越來越增長時，後面的智慧才能產生，這就是「智所依止為業」的意思。

5. 慧

《大乘五蘊論》：云何爲慧。謂即於彼擇法爲性。或如理所引。或不如理所引。或俱非所引。

《集論》：何等爲慧。謂於所觀事擇法爲體。斷疑爲業。

這裡兩部論的差別在於，《大乘五蘊論》對於慧有做區分，將智慧分為三種 — 有正確道理的、有不正確道理的，或沒有什麼特別理由的。《集論》裡面則是講它的作業是斷除疑惑。上次講的比較詳細，今天只是對著兩部論的內容，指出哪裡有差別。

生：剛剛提到《阿毘達磨集論》有分體和業，上次您講《大乘五蘊論》時，提到《集論》都分所緣、作用和行相，這裡的體指的就是行相嗎？業就是作用嗎？

師：沒錯！

生：對於信心所，還有兩個問題。一個是學習之後，信心所有沒有增長？善和不善就從這邊區別，是不是說，信心沒有增長的話，就是不善囉？

師：要了解，信心所有沒有增長和有沒有生起是兩個問題。若信心已生起，但是沒有增長，信還是有啊！若有生起，但未增長。未增長是問題，應令它增長。

生：學了以後，為何信會無法增長？有了信心所後，為何後面的慚和愧無法生起？是不是信心所不正確？所學的不正確？還是中間有什麼要連接起來？

師：宗大師在 《廣論》提到，修行時，要修所緣，也要修行相。對於所緣的修持，就是對於對境要越來越深入地了解，要越來越明白。對於行相的修持，就是有境的心所方面，要培養各種心所。也就是，不只對於對境要一直串習，使得對境越來越清楚。當所緣達到很清楚時，並不代表已經圓滿，因為內心有境也要堅固才行。所緣清楚，不代表行相就修好了。總之，所緣及行相都要修。行相這部分，如剛剛介紹的十一個善心所，這些屬於行相的部分。要如何培養信心所呢？在聞、思、修三階段裡，思和修是培養行相，修行相的意思；至於聞主要是修所緣。對於所緣和行相，當然修的時候也有修所緣的部分，但是，聞的階段，它只有修所緣，沒有特別修行相的部分。思和修時，它除了有修所緣的部分，也有修行相的部分。行相的意思是有境，所緣是對境。

生：剛剛講的是學習跟信心所之間的關係。當信心所生起之後，為什麼無法生起慚、愧？也是類似的道理嗎？要怎麼想？

師：這也需要培養。比如，當信心生起之後，應當特別培養慚和愧。慚和愧是在信心的基礎以上，清楚自己不該做的是什麼。以自己的角度來看，不該做的是什麼？從他人的角度來看，不該做的是什麼？在這方面應該多思惟，使得慚和愧在這些方面能夠增長。

生：慚和愧不是要檢討自己嗎？為何是從他人的角度？從他人的角度是什麼意思？

師：上次有講到，愧是從他人的角度來看，比如說，從佛菩薩的角度來看我們，若我做了不該做的，我會不好意思。對於同學或整個世間，乃至那些看不到的護法，從他們的角度看，我不該做的是什麼？這些我不該做的，那些我不該做的要多思惟，這就是愧。另一方面是，若我自己做了這個會得什麼果報？我自己做那個會得什麼果？從這方面想我是不該做的，這種就叫慚。

生：您講心所時特別提到，思心所是主要的，其他四十八個心所是幫助它的作用。而思心所是因為前面有受心所、想心所而產生。又，您曾提過，受心所是果報，行者在想心所這邊要小心，不要被受拉走。能不能請您再解釋，或用一個比喻，怎麼在想心所這方面用功？或者不受到受心所的作用？

師：上次講到五遍行的次第時，先是作意，接著是觸、受、想，然後是思。這五遍行一直跟著所有的心王存在。每個心王都有這五個心所，或每個眾生每一剎那都有這五個心所。從這五個心所的次第，可以代表，我們一直會有輪迴，我們一直會有心的續，心續是無始無終心的流續，它一直會有，這五個心所會有一個輪轉的感覺。它的重點在於最後的思心所，從那邊得的結果，就是受，受前面的觸也是思心所的結果，連作意也好像是思心所的結果。思心所的結果是我們有一個來世的心、來世的生命、一個有頭腦的、一個可以想的、一個能感受的感受者。之後他會接觸外面各種境，這是觸，而後會感受苦樂等，接著又有想。為什麼有想呢？有作意的存在，當然就會有想。

想的後面，繼續這樣想，它就變成了思，然後又造業。就這樣，五遍行好像一直輪轉的樣子。

剛剛講的是，行蘊的「行」，是在「受」和「想」後面，這就是造「行」。行的時候，主要是思心所。思的心所行動時，它的旁邊好像有很多心所，作它的幫手。為什麼那麼多心所涵攝在行蘊裡面？因為那些心所是思心所的幫手的緣故，它就變成是行蘊。思心所作為時，它會有幫手，但是這不代表受和想的時候，幫手的心所不存在。那些心所，在受的時候存在，在想的時候也存在 . 但是它是誰的幫手？它主要是幫助誰呢？

當心要做事情時，心可能會做善，可能會做惡，可能會做不善不惡，當心做事情時，其他心所會給它幫助。因為這個緣故，就稱它為「行」，所以它是行蘊裡面的一部分。「受」、「想」、「思」，在「想」蘊這部分我們要小心，不要被「受」拉著走，因為它是有漏的「受」。剛剛提到「想」的時候，其他的心所也會存在。若是好的心所，對「想」的影響就是好的。若是壞的心所，對「想」的影響就是不好的。所以，心所這邊要注意，在「想」的階段，必須不讓它產生不好的想法。然而，這需要從心所那部分學習，了解哪部分是該培養的，哪部分是該去除的。這裡清楚明白後，若一直培養善心所，想的部分就會是會好的，接著「想」後面的思心所也不會是壞的，它會一直造善業。

生：若要讓「想」好，是不是在慧心所那邊要培養它？還有，慧心所和伺察意是一樣的嗎？伺察意有分有理由的和沒有理由的。您以前說過，行者要修的是量，也就是要從比量修到量。像剛剛那樣，若想要用空正見對治我執，在慧心所這方面的培

養，是不是從空正見的學習，慢慢地從非量變成量，然後就可以把我執對治斷除掉。是這樣嗎？

師：可以說是這樣吧。

生：世親菩薩造《百法明門論》和《大乘五蘊論》，這兩部論有什麼相同處或相異處？又，我們學習的重點應該怎麼放會比較好？

師：上次有講過，《大乘五蘊論》有什麼差別呢？首先，在藏傳佛教裡，關於《百法明門論》有兩種說法。有的說它是世親菩薩造的，有說它不是世親菩薩造的，而是世親的弟子法護造的。不管怎樣，這兩部論的內容，有很多相同的地方。但是，《百法明門論》講八識，《大乘五蘊論》沒有講八識。講到不相應行時，《百法明門論》主張有二十四個，《大乘五蘊論》主張有十四個。世親菩薩的見解本來是毘婆沙宗，再來是經部宗，後來又變成唯識。在不同的階段，他的見解一直進步。在《百法明門論》裡，他主張有八識，這肯定是他在唯識階段的解釋。然而，《大乘五蘊論》沒講到八識，可能造這部論時，他的見解在經部宗的階段。總之，這兩部論有這樣的區分。

心類學 -16

- 正講

生：《集論》的「慧」跟《大乘五蘊論》講的「慧」，是不是不太一樣？因為《大乘五蘊論》裡面的慧是「擇法為性」，好像只是選擇，「或如理所引。或不如理所引。或俱非所引。」就是對於正確的跟不正確的。《集論》是說，「斷疑為業」，這個慧是佛法裡面的智慧嗎？若是一切補特伽羅都有，那表示連螞蟻也有？也會選擇如理不如理，是嗎？也會斷疑嗎？

師：沒錯，連螞蟻都有慧，不管《集論》講的或《大乘五蘊論》講的，慧是所有眾生都有的。要了解，是分別心就一定有五別境，不管是正確的或不正確的，分別心裡面一定會有五別境的心所。螞蟻也有分別心，正確的或不正確的都有。螞蟻也會知道，比如說這是可以吃的，這是不可以吃的，這是甜的，這是不甜的。牠會知道，會有分別。分別時，當然有剛才講的智慧。

0.0.0.1 十一善心所

1. 信

現在算是把慧講完了，再來是十一個善心所，還是對照著《大乘五蘊論》跟《集論》，從十一個善心所開始。

《大乘五蘊論》：云何爲信。謂於業果諸諦實中。極正符順心淨爲性。

《集論》：何等爲信。謂於有體有德有能忍可清淨希望爲體。樂欲所依爲業。

這兩個的次第有點不同，又在區分對境時，《集論》和《大乘五蘊論》用詞有點不同。比如說，《大乘五蘊論》區分對境時，講「業果」、「諸諦」、「寶」，即業果、四聖諦、三寶三個對境。

《集論》的境是「有體」、「有德」、「有能」三個。業果、四聖諦、三寶這三個中，有體就是業因果，有德就是三寶，有能就是四聖諦。兩個論典的次序有點不同。還有，業因果是有體的一部分，範圍有大小，並非一切的「有體」都是業因果，業因果不等於有體。三寶是「有德」的一部分，有德不一定都是三寶，有功德不等於三寶。四聖諦的道理是有能的一部分，「有能」不一定要講四聖諦。四聖諦的作用是什麼？為什麼稱四聖諦「有能」？因為四聖諦的作用是令行者透過四聖諦，理解自己可以解脫輪迴。透過四聖諦，行者先認識苦在哪裡？苦的因在哪裡？然後認識哪個是真正奇妙的、堅固的、穩定的樂？然後它的因在哪裡？透過它而明白：「這個苦，我能出離；這個樂，我能達成」，四諦要講這個因。比如說，苦諦的因在哪裡？滅諦的因在哪裡？這是讓行者了解「我們能夠離開苦諦；我們能夠證得滅諦」。所以，好像四聖諦教我們，我們有能力，我們一定能做到，這就是講「有能」。

但是「能」不代表一定要講四聖諦，因為能夠解脫，能夠生起菩提心，能夠去除我愛執，能夠斷除煩惱，能夠下一生得暇滿的人身，能夠不墮三惡趣，這都可以講「有能」，所以「有能」不一定要講四聖諦。四聖諦是「有能」的一部分。同理，三寶是「有德」的一部分，不是每次有功德的一定要想三寶。我們的父母親也有功德，我們的老師也有功德，所以「功德」，並非一定要

講三寶。三寶是「有德」的一部分，是「有德」裡面最主要的。「有能」也是，它裡面最主要就是四聖諦。「有體」來說，大家心裡想「有還是沒有？」心裡有個問號。前後世有嗎？或造這樣的業，將來會有那樣的果報嗎？「有沒有」是個問題。「有體」的意思是，實際上它有沒有存在？若從「沒有」這方面想的話，就不信。從「有」這方面想的話，就變成有信了。所以，在「有沒有」上面有一種信；在「功德」上面也有一種信；在「能不能」上面也有一種信。

信心所分三種，信的方式不同，一個是有沒有，一個是看到這個時，心很清淨。比如說，業因果雖然是有的，但是對業因果的信心不能說：看到業因果，我的心很清淨。業因果上面的信心是它有沒有？這個業將來有沒有這個果報？是「有沒有」的這種信心。對上師或對佛菩薩，對三寶的信心，不是有沒有的意思，它是：我看這個，我心歡喜，我心很清淨，這樣的信心。這兩個信心不一樣。第三個是，「我能不能解脫？我能不能證得滅諦？我能不能離開輪迴？我能不能證得佛果位？」這是自己有沒有信心。又，能不能這輩子讀好道次第？是自己有沒有的信心。所以，有些人心想，「我這輩子不能學完毗婆舍那」，這就是一種沒有信心，所以，我們自己要生起一種信心。總之，把所有的信心歸納起來，就變成三種：「有沒有」方面的，「功德」方面的，「能不能」方面的。

《集論》沒有提個別的業果、三寶、四聖諦，它直接從整體的角度認出來：有體、有德、有能。後面講，「忍可清淨希望為體」，所以「忍可」是「有沒有」上面你認不認可？相不相信？比如說，業因果講有地獄道，你認不認可？你有沒有相信？這就是認可的心所。另外是功德方面，看到這個功德，你心會不會清淨？會的話，你就有點看到它的功德。所以，功德方面是一種清

淨的信心所。另一個是「希望」，用「希望」這個詞有點怪，它的意思是自己有信心能做到。我覺得用「希望」這個詞，有點弱的感覺，因為現在是「自己能夠做到這個」，是這種信心。所以不可說「希望」吧。用「希望」的話，我有點做不到，但是我希望。

「謂於 ..... 為體」信心所有三種體性，在「有體」上面，有「忍可」的信心所；在「有德」上面，有「清淨」的信心所；在「有能」上面，有「希望」或自信的心所。其中任何一個都叫信心所。信心所是三個的體性，所以「為體」是這三個信心其中任何一個的體性，都是信心所的體性。信心所的作用是後面講的「樂欲所依為業」。有了這三個信心後，行者會「樂欲」，會追求，所以這三個信心很重要。首先，是「有沒有」方面的問題，「有」決定了之後，就看到其他如三寶的功德，看到這些功德，就有清淨的信心。然後三寶開示了四聖諦，或是我們看，自己能不能做到跟他們一樣？這方面的問題解決後，後面就生起「有能」這方面的自信。這個自信生起後，我們就會追求。因為自己很有信心，自己若沒有信心，就不會追求。「我不能做到，幹嘛繼續修？」總之，有了這三個信心作基礎後，我們會產生真正的欲求，所以這邊說「樂欲所依為業」。意思是信心所是追求的所依；信心所是所依，是樂欲的所依。樂欲即歡喜地追求。有了這三種信心為基礎後，行者會歡喜地追求。所以，信心所有什麼作用呢？有了這三種信心所後，就會產生歡喜地追求。歡喜地追求的所依，是信心所。它的作用，是將來產生歡喜的追求。

生：歡喜地追求是三個信心都要具有之後才有，剛剛三種信心都算它的體，可是它的樂欲所依卻是三種都具有，這樣會不會有點怪？

師：三種都具備的話，樂欲追求當然就圓滿。三種信心若沒有完全具備，只具足一個兩個，也有一點幫助。信心所大概是這樣。

2. 慚

《大乘五蘊論》：云何爲慚。謂自增上及法增上。於所作罪羞恥爲性。

《集論》：何等爲慚。謂於諸過惡自羞爲體。惡行止息所依爲業。

《大乘五蘊論》對作業沒講得那麼清楚，《集論》講的體性跟作業就很清楚，會分析這個善心所的體性是什麼？作業是什麼？這邊「慚」也一樣很清楚，它的體性是什麼？作業是什麼？所以，《集論》對行者幫助比較大。《大乘五蘊論》對心所的作業沒有特別清楚地講，只直接講它的體性。「慚」的體性是，不會考慮其他人會怎麼樣？他考慮的是「我自己會怎麼樣？我自己造這個業，會墮什麼惡趣？後面會有什麼罪？」「我不應該這樣」的想法，就叫「慚」。

這邊講「於諸過惡自羞為體」，主要是自己的理由。它的作業是「惡行止息所依為業」。有「慚」的話，我們的戒律，或我們實際上沒有受戒，我們不會造很惡的行為，我們不會做這些。若受戒的話，會有一個戒體，若有「慚」的話，比較會保護這個戒體，不會破戒、不會犯戒等，所以需要「慚」。

3. 愧

《大乘五蘊論》：云何爲愧。謂世增上於所作罪羞恥爲性。

《集論》：何等爲愧。謂於諸過惡羞他爲體。業如慚說。

這裡，《大乘五蘊論》只講體性，沒有講作業，《集論》有講作業，但是其作業跟「慚」一樣。故云，「業如慚說」，前面慚的階段所說的，跟「愧」的一樣，就不須再講。「慚」以「惡行止息所依為業」，「愧」也一樣。

有的人會這樣想：慚愧比較不是自己的自相，自己的本性，好像有點太在意的味道。有慚愧心的人，好像很在意面子，故說它不是自己真正的本性。有時候我們講，太在意面子是個問題。說它是「面子」的問題，儼然它是不好的，有點不實際。有時候我們會覺得，「亞洲人非常好面子，非常有慚愧心。而西方人，就比較實際，比較直接，沒有慚愧。」好像有慚愧是不好的。不可以這樣想，其實慚愧蠻好的。這裡的「慚」「愧」都是善心所，所以亞洲人要「面子」也是好的，也就是說慚愧是蠻好的善心所。「慚」跟「愧」是必要有的修養，它對行者有幫助。

要了解，有的人對行善方面感到「慚」「愧」，不是對造惡業生慚愧心。比如說，「我念六字大明咒，很不好意思，很慚愧」，那就不算是慚愧。比如說，「我念六字大明咒，人家會講什麼？」這就不算「愧」！因為剛剛講，「慚」跟「愧」的作業是讓我們不造惡業。若不讓我們造善業，就不算慚愧。因此，讓人造惡業，不讓人造善業的，不可以說是「慚」「愧」。現在是講不讓人造惡業，內心很在意 — 或是自己個人的理由或是從別人角度的理由 — 的心，是我們必須要有的，這就是「慚」跟「愧」。

再來，要理解，不論是「慚」或是「愧」，其作業都是不讓人造惡行。不讓人造惡行，不讓人造罪，前面一定要有信心所作基礎。前面沒有信心所，我們內心對於該做的，不該做的，沒有

一個信仰，不可能會有慚愧。所以，信心所是最根本的。有了這個基礎，後面才會有慚、愧。

以前未學佛時，不會有慚愧。也不怎麼想「什麼該做，什麼不該做」。學佛了一陣子以後，就有些慚愧心，「我做這件事、我做那件事，真的不好意思」。以前不會慚愧，因為心裡完全沒有「該做不該做」的認定。沒有這樣的認定，當然就不覺得是該或不該。所以，行者內心先要生起信心所，後面的慚愧才會生起。信、慚、愧三個心所是修行初開始時最基本的善。

4. 無貪

然後，不是內心有慚愧而已，不是內心存著信心所而已，面對煩惱時，必須要對治它。實際遇到煩惱時，一定要面對，要對治它。這部分，可把一般的煩惱歸類於貪、瞋、癡裡面。歸類於這三個裡面，並不是指所有的煩惱一定是這三個隨一。貪瞋癡是所有煩惱的根，有的煩惱是貪瞋癡三個集在一起的結果，有的煩惱是貪瞋兩個連在一起，有的是貪為主，有的是瞋為主，有的是癡為主。所以，這三個好像是毒的根，或是煩惱的根！所以，所有的煩惱好像屬於三個隨一的一種干擾，所以行者要面對、對治這三個。對治這三個，就可對治所有的煩惱。所以，這邊就特別講出來，對治這三個煩惱的善心所。這些善心所，就叫無貪、無瞋、無癡。

《大乘五蘊論》：云何無貪。謂貪對治。令深厭患無著爲性。

《集論》：何等無貪。謂於有有具無著爲體。惡行不轉所依爲業。

兩個論的差別，跟前面講的一樣，《集論》對心所的體性跟作業分得很清楚。《大乘五蘊論》沒有特別講作業，它講的以體性為主。比如說，《大乘五蘊論》講「無貪：云何無貪。謂貪對治。令深厭患無著為性。」它講的很清楚，無貪是「貪的對治」。這是什麼意思呢？當貪生起的時候，心就完全跟隨貪的對境走。現在則相反，「對治」就有點討厭、厭患。生起厭患，然後就不執著，就叫對治。所以，貪的對治是「令深厭患無著為性」，這便是貪的對治的標準 — 就是厭患，然後就完全不執著。《大乘五蘊論》對貪的對治，講得蠻清楚的。

《集論》是把貪的對境抓出來。貪的對境不是三寶，或對佛法貪。先要了解，對佛法上不可說「貪」，「我很喜歡佛法，我很喜歡三寶」，這不可以叫貪。為什麼不可以叫貪呢？因為，對佛法上我們心越歡喜、越跟隨、越追它，是值得的。我們追的目標是從那邊得到滿足、得到快樂。所以，怎麼追佛法，它就如我們追求的，可以滿足我們的願望。所以，越追求，越如我們追求的。越喜歡、越追求它、越會如我們所追求的。而輪迴三有的、世間的法，我們越追求它，越不能如我們所願。因為，我們追求的目的是要滿足欲望，我們永遠要滿足，輪迴的法不能做到，不能如我們所願。這樣追求時，就叫「貪」。因為它無法滿足我的目標，我卻跟它要這個，要那個，所以，就叫貪。對於輪迴法上面，心一直追著它，就叫貪。所以，貪的對境只有輪迴的法。

「謂於有有具」，「有」是輪迴本身，「有具」是跟輪迴一起的東西，輪迴所具備的這些。「有」、「有具」的意思是，真正輪迴的是不停地生死的五蘊，然後跟五蘊同時的，也有色聲香味觸等外面世間的，這個是「有具」。所以「有」本身是生死的有，就叫有或輪迴。然後，有具就是它所作用的、感到的輪迴的色聲香味觸。所以，這些是貪的對境。對於貪的對境，要「無著」、

無貪，不可以貪。不可以貪的解釋有「厭患」，然後是「無著」，這是它的體性。所以，無貪的作用是「惡行不轉所依為業」。剛剛講過，貪是對輪迴很執著，對輪迴執著，結果一定是惡行。無貪則相反，不會造惡行，所以「惡行不轉所依為業」是「無貪」。

5. 無瞋

《大乘五蘊論》：云何無瞋。謂瞋對治。以慈爲性。

《集論》：何等無瞋。謂於諸有情苦及苦具無恚爲體。惡行不轉所依爲業。

《大乘五蘊論》講「無瞋」時，講的比較清楚是它的對治。它講「云何無瞋。謂瞋對治。」怎麼樣對治呢？不是沒有瞋而已，相反的，要有慈心。所以，慈心才算有對治到瞋。比如說，我本來生氣某個人，心很恨他。我瞋恨的對治是什麼樣呢？我對他很珍愛，很慈心，對他生起很大的慈心，這就算是對治瞋恨心。所以，對治是相反的，心本來很討厭，現在覺得很可愛，慈心生起，那就是跟瞋相違，那就是對治。這點講得比較清楚。

《集論》講得很清楚的是對境及作業。瞋的對境，是有情，還有苦跟苦因，對有情、苦、苦具，生起瞋恨心。這樣的瞋恨心，怎樣能對治呢？把它看作是很好的或是很可愛的。比如，所有的障礙對菩薩來說，都變得很寶貴。所有逆緣，對他們都變成最好的順緣。對他來說，沒有一個是障礙，沒有一個是逆緣。做到這樣的話，就沒有機會生起瞋恨心。對有情，對非有情 — 其他各種障礙或逆緣，內心完全沒有生討厭心的機會。在障礙上，應該不

能說生起慈心，但是可以說，把它看成是很好的順緣，有這樣的看法。所以，無瞋要這樣修。

無瞋的作業跟無貪一樣。不論是貪、瞋或癡，最後我們會墮入輪迴裡面。貪瞋癡的後面，會產生各種煩惱，後面就越來越惡，就會造作很惡的行為，所以一定會有惡行。現在不瞋或不貪或不癡，這樣就把後面產生的惡行斷掉、停掉了，所以是不讓我們繼續走這條路，它的作用一樣是「惡行不轉所依為業」。

6. 無癡

《大乘五蘊論》：云何無癡。謂癡對治。以其如實正行爲性。

《集論》：何等無癡。謂由報教證智決擇爲體。惡行不轉所依爲業。

這兩個的差別是《大乘五蘊論》裡面，癡的對治講得比較清楚，《集論》裡面沒有講對治的方法，而主要講「無癡」的三種來源及它的作業，這些跟《大乘五蘊論》不同。

《大乘五蘊論》裡面怎麼講對治呢？怎樣對治癡呢？因為「癡」是不知法的實相，被表相騙了，或被表相騙而看不到它的實相，然後就會無明，就產生癡。對治癡的作法，是要了解法的實相，不要被表相騙了，不要讓自己產生無明，知道這個是真正的對治。因為表相讓人不知道它的實相，所以說被騙了。現在把實相了解得更清楚，剛好就是它的對治，所以清楚的講解了對治的部分。

《集論》是講，這個智慧有的是前世帶來的，即這裡講的「報」、果報。有的是今生的。這個智慧或是透過教，或是透過邏輯思考，或是透過內心修行的證量所產生的。人家說的就好像是教，即這裡講的「教」。自己的邏輯思考的，就好像是理，即這理講的「智」，二者如隨教行及隨理行那樣，所產生的智慧。另一個是透過內心修證所產生的證量，即這裡講的「證」。「教」、「理」、「證」都是今生的，「報」是前世帶來的。這裡藏文跟中文是不是顛倒了？

今生靠「教」、靠邏輯，及靠用功生起證量，從那邊會產生一些智慧，修行的結果也會產生一些智慧。總之，智慧的來源有這些。透過這種智慧，行者就真正地了解並抉擇法的實相。《集論》說的是，透過這樣的智慧、透過這四種智慧，行者就了解法的實相，能夠抉擇法的實相，這就叫無癡的體性。它的作用也是「惡行不轉所依為業」。

7. 精進

《大乘五蘊論》：云何精進。謂懈怠對治。心於善品勇悍爲性。

《集論》：何等爲勤。謂心勇悍爲體。或被甲或加行。或無下或無退或無足。差別成滿善品爲業。

兩個論把無貪、無瞋、無癡，所對治的煩惱講得清楚。但是怎麼對治，字面上不是那麼清楚，但是《大乘五蘊論》講得很細。無貪，怎麼樣算是對治貪？無瞋，怎麼樣算是對治瞋？無癡，怎麼樣算是對治癡？這些都講得很清楚。

就「精進」來說，它的負面是懈怠。精進是懈怠的對治，能夠去除負面的懈怠者，就叫精進。懈怠是怎麼對治呢？因為懈怠就是不想做，其對治是什麼呢？就是從內心非常想做。所以，「心於善品勇悍為性」，非常歡喜勇悍的一種想做。

所以，精進對治的是懈怠。那怎麼對治它呢？剛好懈怠是不想做，現在是非常想做，非常勇悍的心態。那樣心態的對境是對行善上，這樣才算精進。勇悍地想做惡行，就不算精進。善的行為上，勇悍的、非常想做的心態，就叫「精進」。

《集論》這部分的分類多一點，一個是「被甲」，然後「加行」、「無下」、「無退」、「無足」，就是有不同的精進。比如說，「精進」算是勇悍的體性，《大乘五蘊論》說的是勇悍，非常喜歡，想做的心態，但是這個心態有不同的階段。比如說，有的是「被甲」。「被甲」是什麼意思呢？比如說，打仗時，會遇到各種武器，戰士就要有心裡準備：我到戰場上，一定會遇到各種武器，為對抗各種武器，我要被著甲。

「被甲」的作用是保護，各種武器不會傷害我。所以「被甲」是行動前，就已想好了：「有那麼多的武器，這種武器來的話，這個鎧甲管不管用？那種武器來的話，可不可以保護我？」當各種武器來的時候，能夠保護我的，就叫做被甲，被甲是這個意思。這種精進是，在未開始時，心裡就已想好自己該做的事。例如這個工作是五年的工作，五年中，第一年可能的情況是那樣，第二年可能的情況是那樣，第三年可能的情況是那樣。好像第一年會這樣嚴重，第一個月還更嚴重，就是面對這種種情況，會先想好，內心有個準備，這就叫「被甲」。所以，這也是一種精進，「我能夠」，「我願意走這條路」，心裡整體地想好。

說到「被甲」，在《般若七十義》裡，分八事 — 八個階段，第一個階段有十個義，第二個階段有十一個義，第三個階段有九個義，第四個階段也有十一個義，第五個階段有八個義，第六個階段有十三個義，第七個階段有四個義，第八個階段也有四個義，總共有七十義。

《般若七十義》，第一個階段有十個義。第一個階段應該是一切相智的能表義，共有十個。十個裡面，第一個講的是「發心」，再來是「教授」，裡面就有一個「鎧甲正行」。現在要了解的是「鎧甲正行」，從其定義可知：菩薩三大阿僧祇劫，主要是修六度，一直不斷地修。比如說，世尊的傳記裡有講，他多少生世，一直捨、一直布施他的身體。

像這樣，六度要修三大阿僧祇劫，修得很廣很深。在修之前，行者心裡要有準備：「這麼多我該要修的，我應該要歡喜地修。我要修行，再怎麼樣難，我都要努力做」。自己心裡有個準備：不管遇到什麼情況，都要撐下去，「鎧甲」就像這樣：非常願意做這件事，縱使做的事情很大很難，但是心裡有準備。這樣一個心的力量，前面我們有發願或心有大的願，到了正行時，心就不會那麼受傷，因為有一個「鎧甲」。若前面沒有想好，比如說，今天上兩個小時的課，大家心裡就有個準備：要坐兩個小時。然後我就開始講，講了三個小時，已經過了兩個小時，大家就受不了了，因為「鎧甲」已經沒有了。我們心裡是，兩小時的課我可以上，還未到兩個小時之前，可能一個小時左右，雖然腳有點痛，有點酸，但是，因為前面心裡已有了準備，我們覺得還是可以撐下去。但是過了兩個小時「鎧甲」不見了，前面的準備沒有了。所以，「鎧甲」就像這樣：他前面有完整地看到，心裡就完整地想好，然

後心裡就有一個力量，這就是「鎧甲」。總之，有一種是「鎧甲」的精進。

另一種是「加行」。「鎧甲」是完全沒開始加行的階段，事情開始的時候，前面有一個前行，這就是叫「加行」。或這個加行也可以包括正行，就努力開始，「加行」是開始做的意思。那時也要有一種精進，一種歡喜地做的精進。精進的意思是勇悍地做，這也是一種精進。再來是講「不下」，「下」好像心就衰了，心衰了就是「下」，心在做的時候，不可以讓它的力量衰，這也是一種精進。有時候行者會遇到很多障礙，遇到障礙時，心馬上衰的話，就做不來，所以心不可以衰退，這也是一種精進。

再來是「不退」，意思是繼續，行者就繼續做下去，不要停。不退是，本來就有想做，然後到某個階段就想退，退的意思就是停止，不做。行者不可以這樣，要繼續做。再來是「無足」— 不滿足，「無足」不只繼續做而已，而且要在不滿足的情況下做。不滿足的情況下，意思是永遠覺得還要做，這個做得不夠好，不夠圓滿，心裡一直想往前，就是「無足」。

這裡有好多種階段，一種歡喜、想做的心態，這是「精進」的體性，它的體性有很多種。它的作業是「成滿善品為業」。用「差別」是什麼意思？《中論》的第一個偈頌：「不生亦不滅，不常亦不斷，不一亦不異，不來亦不出，能說是因緣，善滅諸戲論，我稽首禮佛，諸說中第一」，這個「戲論」是想很多的意思。現在「差別」的意思應該是講，我們的心很想往這方面走，不論是前面「鎧甲」，什麼階段都是，心就是一直往這方面走，這就叫「差別」。用「差別」這個詞有點怪，應該是心往這方面走，心這裡有點冒出來，就是叫戲（戲論的戲），它一直冒出來，心不停

地冒出來，想做那件事。剛剛講「勇悍」，勇悍是這樣，心不是那種睡覺的樣子，心一直很想、一直不停地起來。

藏文「戲論」的戲，有點「分別」的意思，《中論》裡面「善滅諸戲論」，滅除掉一切的戲論，「戲論」的意思是差別或分別，斷除分別的意思。此處的差別可能跟藏文這邊很接近。這個就是「精進」。

8. 輕安

《大乘五蘊論》：云何輕安。謂麤重對治。身心調暢堪能爲性。

《集論》：何等爲安。謂止息身心麤重，身心調暢爲體。除遣一切障礙爲業。

這兩個論相比，《集論》講的比較廣，《大乘五蘊論》所講的《集論》都有講，所以直接看《集論》就可以了。先就《集論》講「何等為安。謂止息身心麤重」還有「身心調暢為體」。「輕安」是身體方面的輕安跟心方面的輕安兩個。身體方面的輕安會止息身體的粗重；心方面的輕安會止息心的粗重。「為體」，有這樣兩種體性的輕安。身體的粗重、心的粗重是什麼呢？身心的粗重，意思是，對於行善、做善事時，它就完全不順。對於惡行、做惡行時，就非常順，這種就叫粗重。需要什麼才能去除身心粗重呢？需要身心輕安。身心輕安要經過訓練，要慢慢培養。比如說，剛剛講的例子，一個人剛開始，坐一個小時腳就痠，沒有身輕安，然後慢慢訓練，今天坐一下，明天坐一下，後天再坐，慢慢地，坐一個小時腳不會酸。慢慢地訓練，就有另外一個舒服 — 身輕安 — 就會出來，可以說，身輕安可以培養起來。

心輕安也可以培養起來，開始時，心一直亂想。想不亂想，把心安住，有點安住不了，坐不住。然後，慢慢訓練培養，就坐得來。這樣培養的結果，就坐得住。真正坐得住時會有一種快樂，一種樂受。剛開始時，怎麼有樂受呢？那是很難、很痛苦的事。慢慢培養後，就會出現樂受 — 心的輕安，身體的輕安。總之，兩種輕安都要慢慢培養。

輕安的作用是什麼呢？這裡是講，「除遣一切障礙為業」，這個障礙是打坐的障礙或是修行的障礙。打坐的障礙是，身心沒有輕安，人就坐不下去。此處的障礙指的是打坐的障礙。這種障礙怎麼去除呢？靠身心輕安。有了身心輕安，打坐就完全不會有障礙。所以說，輕安的作業是「除遣一切障礙」。

生：《集論》裡面「無癡」：由報教證智決擇為體」，可否依藏文再講一下它的意思？中文可以把「教證智決擇為體」看成「教證」然後「智決擇為體」。

師：剛才的解釋就是依藏文說的。藏文說到，一個是異熟果報，一個是今生從人家嘴裡聽到的，或人家寫的書裡看到的。或頭腦思考出來的；或從自己的證量或覺悟、修行出來的。

生：所以是四個東西 — 報、教、理，證。「智」可能就是「理」嗎？

師：中文這裡沒有「理」。報、教，中間理 — 思考的部分 — 好像沒有，然後是「證」及「智」，然後就「決擇」。「智」跟「決擇」，藏文的意思一樣，好像有一點前後的關連，應該是我已經了解了，然後就能判斷、抉擇。

生：所以應該是「智決擇」為一個？

師：四個都要連的。智決擇是從異熟果，異熟因出來的智抉擇，從教方面來的智抉擇，從思惟邏輯方面來的智抉擇，從證或者是體驗那邊出來的智抉擇。

生：「差別成滿善品為業」，若說「差別」像您講的，戲論是很多種的意思，可不可以說成有各種各樣的善品？

師：藏文是講勇悍為本。現在的差別可能就是各種的意思吧。我不清楚中文的「差別」怎麼解釋，藏文裡面沒有「差別」這個字。

心類學 -17

- 調伏意樂

剛剛進行了前行的念誦，現在學習 《集論》及 《大乘五蘊論》，透過這兩部論，行者對於四聖諦，特別是集諦這部分，能夠清楚地了解。宗喀巴大師在 《廣論》中也曾開示：若真正要了解集諦，需要學習 《大乘五蘊論》及 《集論》。確實，我們必須透過 《大乘五蘊論》及 《集論》來了解集諦，因為集諦是教導我們輪迴的因到底是什麼，也就是我們內心煩惱的部分。這部分在《大乘五蘊論》及 《集論》裡闡述得非常清楚，透過這樣的學習，行者能將集諦 — 輪迴的因 — 認識清楚，了解輪迴是有因的，可以透過斷除它的因，而去除輪迴的苦。希望我們透過這樣的學習，進而生起出離心，來調整自己的動機。如此調整動機，那麼平常造的善根就不會變成輪迴的因，否則，雖然我們很認真地修行、學佛，但是所造的善根，非但沒有變成脫離輪迴，反而變成輪迴的因，這樣就非常可惜。所以必需要生起出離心。至於生起空正見，這個是蠻難的，因為它很深奧，所以生起出離心比生起空正見容易一點。宗喀巴大師在道次第談到，對於自己所造的善根，若內心沒有出離心或是沒有了解空性，所有善根會變成輪迴的因。所以現在學習集諦，希望大家能產生出離心，必須要這樣調整意樂來學習。

- 正講

1. 不放逸

《大乘五蘊論》：云何不放逸。謂放逸對治。即是無貪乃至精進依止此故捨不善法。及即修彼對治善法。

《集論》：何等不放逸。謂依止正勤無貪無瞋無癡修諸善法。於心防護諸有漏法爲體。成滿一切世出世福爲業。

前面介紹的善心所，《大乘五蘊論》及 《集論》對其闡述的特點不同。不同處是 《集論》解釋的比較廣，《大乘五蘊論》比較簡略。《大乘五蘊論》對於心所的體性和它的作業沒有分得那麼清楚，大多只有提到體性的部分，沒有講到作業的部分。《集論》裡面特別談到什麼是體性、什麼是作業，以這種觀點來說 《大乘五蘊論》講的比較簡略。例如：「即是無貪乃至精進依止此故捨不善法。及即修彼對治善法。」以此段的內容來說，從 「無貪」乃至 「精進」，《大乘五蘊論》是用 「乃至」簡略地帶過，然而，《集論》則一個個清楚地列出來，「正勤無貪無瞋無癡修諸善法」，「正勤」就是 「精進」，在藏文版是將精進放在後面，所以是無貪、無瞋、無癡、精進，然後修諸善法。「不放逸」能令心住在、或是依靠在無貪、無瞋、無癡、精進的善法當中，對於不善法，例如貪、瞋、癡、懈怠等，一直處在想對治的狀態，這就是「不放逸」。

比如說，若貪心來的話，馬上就用無貪的善心所對治。若瞋心來的話，馬上就用無瞋來對治，像這樣一直處在準備的狀態，這就是不放逸。「諸善法於心防護諸有漏法為體」，「為體」者不可說它已經有無貪、無瞋、無癡，而是心有個依靠，背後有無貪、無瞋、無癡、精進的善根。它還未出現，只是存在於背後的樣子。這樣的狀態就稱為不放逸。若它真的出現，才稱為無貪、無瞋、無癡、精進。所以，「謂依止」這裡用依靠，它依靠什麼呢？依靠無貪、無瞋、無癡、精進。它背後的是什麼意思呢？就是無貪、無瞋、無癡、精進的善心所未出現，但是在後面這些善心所一直存在著。這樣的狀態就稱為不放逸，這就是它的體性。它的作業是 「成滿一切世出世福為業」。不論是世間的善根或出世間的善

根，都能做得圓滿，這就是不放逸的作用。比如說，一個人在學習時，他心裡往往會有一個我不能不讀書，我不能出去玩的心態，心裡存著一股力量，這就稱為不放逸。若有這樣的心態，才能成就自己的目標。成滿一切世間、出世間的善根或福，就是它的作業。

2. 捨

《大乘五蘊論》：云何爲捨。謂即無貪乃至精進依止此故。獲得所有心平等性心正直性心無發悟性。又由此故於已除遣染污法中無染安住。

《集論》：何等爲捨。謂依止正勤無貪無瞋無癡。與雜染住相違。心平等性。心正直性。心無功用住性爲體。不容雜染所依爲業。

對於捨的說明，兩部論差不多，因為《大乘五蘊論》講到作業，「又由此故於已除遣染污法中無染安住」。捨的作用是什麼呢？剛剛談到不放逸，當不放逸作得太嚴重、太注意，這也不對，所以行者也需要捨的善心所。捨善心所是什麼呢？在不放逸的推動下，順著它走，那時就不需要更加注意、更加地不放逸。若更加不放逸反而會變得太緊，到後面會膩，會產生這些狀況。所以，雖然不放逸有幫助，但是不要那麼緊。行者要放鬆，放鬆不代表人就跟著煩惱走。它是在沒有煩惱安住的情況下，讓它自然地順著走，這就是捨。上次提到這裡是大乘、小乘共修的善心所。也可以說，自己真正的修行就是前面十個善心所。

3. 不害

第十一個「不害」不只是自己修行，也考量到周圍的眾生。

《大乘五蘊論》：云何不害。謂害對治。以悲爲性。

《集論》：何等不害。謂無瞋善根一分，心悲愍爲體。不損惱爲業。

第十一個善心所不害，它的作業是「不損惱為業」。「不損惱為業」的意思是不會做傷害眾生的行為。損惱就是傷害眾生，不會做傷害眾生的行為。所以，我們不僅須修持前面十個善心所，還要修考量周圍的眾生的「不害」。

到此介紹完十一個善心所，要理解前面的十一個善心所，在修行時要注意哪個心所，怎樣一步步地培養這些心所。

0.0.0.1 六根本煩惱[10]

1. 貪

接下來則是負面的煩惱或內心不好的，這些應怎麼去除呢？這必須透過學習六根煩惱和二十隨煩惱，以學到去除它的方法。六根煩惱首先是貪。

《大乘五蘊論》：云何爲貪。謂於五取蘊染愛耽著爲性。

《集論》：何等爲貪。謂三界愛爲體。生衆苦爲業。

貪的對境是五蘊或五取蘊，為什麼將五取蘊視為貪的對境呢？因為眾生先有執我的薩迦耶見，接著就產生執我所的薩迦耶見，

10. 按《理路幻鑰》p119，此六種以為隨煩惱及世間之根本故名根本。謂凡貪與無明隨一，不必皆為根本煩惱者，蓋聖者菩薩相續中之此等心所，非根本煩惱者，此等如被藥石及咒術所摧殘之毒質，其力微故。

執我所的薩迦耶見，其對境是五蘊，從那裏就連接起貪。最基本、最源頭的貪是由自己的五蘊上生起的，它的對境就是五取蘊。至於「貪」的作業，《集論》用「生眾苦為業」，這是什麼意思呢？

上堂課提過，若很喜歡空性、滅諦或對涅槃解脫道的佛法，不叫作貪。然而，喜歡輪迴、三界或五取蘊的法，才稱為貪。貪有點像，我們想要的而它那裏沒有，但是我們還是繼續要，這就稱為貪。對佛法來說，我們追求佛法，追求解脫道、滅諦及空性，我們所要的安樂在那裏是存在的，不可以說沒有。對這方面，我們內心一直追求它，這是對的、是如理的，這就不能稱為貪。至於在三界輪迴或五取蘊的法上，我們想要的快樂 — 永遠的快樂 — 並不在那裏。五取蘊或三界輪迴的法上，明明不存在這些快樂，我們卻繼續跟它要，一再跟它要，這就變成貪了。所以，貪的對境只有輪迴的法。貪的對境，這裡講的是「謂三界愛為體」，它所愛的對境是三界的法。它的作業是貪的結果，因為貪的對境上並不存在我們所要的 — 永遠的快樂，所以它會帶給我們所不要的 — 苦，所以是「生眾苦為業」。所以，輪迴的、三界的法上，一直要它帶給我們快樂，但是它無法給我們，這就是我們太貪了。

2. 瞋

《大乘五蘊論》：云何爲瞋。謂於有情樂作損害爲性。

《集論》：何等爲瞋。謂於有情苦及苦具心恚爲體。不安隱住惡行所依爲業。

瞋的對象是有情及我們的一些痛苦，從那裏產生瞋恨心。《入行論》云「強行我不欲，或撓吾所欲，得此不樂食，瞋盛毀自他。故應盡斷除，瞋敵諸糧食。」意思是瞋恨心的食物是不愉快、

不快樂的感受。五根識有感受，第六意識也有感受。可稱為根受和意受，或身受和意受，或身受和心受。在意受裡面，有一種苦的不愉快，從那裏就產生瞋恨心，所以瞋恨心的食物就是不愉快。而不愉快的造作者，包括眾生及外面的物質。在 《集論》裡面提到其對境可分為有情、苦、苦具這三個。

「恚為體」即是心不能接受這三個境中的任何一個，「恚」就是非常不能接受的狀態，以這個為體，即它的體性。它的作業當下是心無法安穩，接著是造惡行。惡行即很惡的行為，譬如殺人等。瞋心跟貪心有點不同，貪心不會直接作傷人的行為，瞋恨心就會直接去傷人。心不愉快會影響周圍的人，也會做出不愉快的行為。所以，瞋恨心的作業當下是心會不安穩，接著就會做惡行。

3. 慢

《大乘五蘊論》：云何爲慢。所謂七慢。一慢。二過慢。三慢過慢。四我慢。五增上慢。六卑慢。七邪慢。云何慢。謂於劣計己勝。或於等計己等。心高舉爲性。云何過慢。謂於等計己勝。或於勝計己等。心高舉爲性。云何慢過慢。謂於勝計己勝。心高舉爲性。云何我慢。謂於五取蘊隨觀爲我或爲我所。心高舉爲性。云何增上慢。謂於未得增上殊勝所證法中。謂我已得。心高舉爲性。云何卑慢。謂於多分殊勝計己少分下劣。心高舉爲性。云何邪慢。謂實無德計己有德。心高舉爲性。

《集論》：何等爲慢。謂依止薩迦耶見心高舉爲體。不敬苦生所依爲業。

《大乘五蘊論》對慢心所闡述得比較廣，《集論》闡述的就比較簡略。《大乘五蘊論》將慢心細分七個，以下一一解釋。第一個

是慢本身，再來是過慢，然後是慢過慢。比如說，對某個人而言，在他的職位、學問、修行，乃至財富上，區分不同的層次、階段，而有三種不同的慢心，即剛剛提到的慢、過慢及慢過慢。

第一個慢是什麼樣子呢？它是相對於自己的程度，而往下看，自認為自己比那個人更偉大，自己最棒，這種即是一般說的慢心。第二個是過慢，他實際上跟我們的程度是一樣的，但是他覺得，自己超過他，這種就稱為過慢。第三個是慢過慢，它就更離譜了。對於相對於比他好的，他誤解為，自己比那個人還棒，這種就稱為慢過慢。所以，慢過慢比過慢還更慢，所以稱為慢過慢。這三個的關係，一個比一個嚴重。

再來是我慢，我慢是我執、薩迦耶見引起的慢。薩迦耶見是一個我能獨立實質有的執著，我慢是當有「我是能獨立實質有」的執著時，好像我不須靠其他的，心有一點膨脹的感覺，也就是薩迦耶見後面的一種慢心。它跟薩迦耶見很接近，但不是真正的薩迦耶見，而是薩迦耶見後面的一種慢心。我慢就是「於五取蘊隨觀為我或為我所。心高舉為性。」薩迦耶見的後面有一個「心高舉為性」。

再來是增上慢，這個是雖然自己還未得到這個功德，還未達到這個位置，但卻認為自己已經達到那個位置，這種看法就是增上慢。

接著是卑慢，卑是心稍微低一點，但不代表他沒有慢，還是有慢。這種心稍微自卑一點，是什麼樣呢？這是和相對於更棒者而言，他沒有剛剛「慢過慢」那麼嚴重，他不會說比那個棒，他會認為雖然沒有那麼棒，但是跟這個差不多，只比這個差一點，這樣的想法，就是卑慢。

最後是邪慢，邪慢和增上慢不同，邪慢是，他認定的其實完全不是功德，它完全是錯誤的、顛倒的，是過患，但他卻將它視作功德，進而生起慢心。以上介紹的慢心共有這七個。

生：在文字上，卑慢是「謂於多分殊勝計己少分下劣。心高舉為性」，您的解釋是，他看到人家比他好，覺得其實差不多？還是自己會產生自卑感？因為後面講到「下劣心高舉」，好像覺得自己很不好，是這樣嗎？剛才講的，看到別人很好，自己覺得跟他差不多，那種慢心看起來有點像過慢？

師：若內心自卑，就不是慢嗎？以第一、第二、第三名來解釋，實際上他是第三，而比較的對象是第一，他認為自己跟第一，只差一點而已，所以是落在第二的上面。他心裡雖然有一點受傷的樣子，或心裡覺得自己比第一名差，或自己無法跟他比，但是內心所認定的位置，比他實際的位置還高。實際上，他是第三名，他自己卻認為好像第二等的最上，很靠近第一等。這樣認定時，就變成慢心了。相對於第一等的對象時，他心就受傷，就自卑了。

生：為什麼卑慢是下劣又心高舉？應該是斷句的問題，下劣心，高舉嗎？

生：就是他本來很自卑，但是將這個自卑隱藏起來，而裝得自己很了不起。

生：若實際上是第三，也覺得自己是第三，那不算是慢。若不算卑慢，可以算什麼呢？它是謙虛嗎？謙虛和卑慢怎麼分呢？

師：我剛才的解釋，各位好像沒有聽懂。比如，他實際上是第三名，但是他完全不覺得自己是第三名！他覺得自己是第二名，而且很靠近第一名。當他相較於第一名時，心裡就有點自卑。雖然有點自卑，但是還是高估了自己。他根本未達到第二名的程度，但是他認為自己已經達到了，這種還是慢心。

生：這裡《大乘五蘊論》文字的斷句可能有問題，這邊應該是「謂於多分殊勝計己少分下劣。心高舉為性」，也就是「下劣」應該跟「少分」連在一起，自己其實只差一點點的意思。您說的是這樣嗎？

師：對！

生：增上慢是「謂於未得增上殊勝所證法中。謂我已得。」這邊只有指佛法上的證得嗎？還是其他的也可以？

師：不管是世間或出世間法，只要他認定的功德是對的，都包括在增上慢裡面。若所認定的功德是不對的，就會變成邪慢。

生：剛剛解釋的是邪慢，我問的是增上慢，增上慢的對境是指佛法嗎？

師：不是，增上慢的對境不單是佛法，連世間的功德，世間的好處，如學問等，都包括在內。

生：這樣跟邪慢有何差別？

師：邪慢是將不是功德的認為是功德，他認定是錯的。然而，增上慢所認定的並沒有錯。「謂於未得增上殊勝所證法中，謂我

已得」，「殊勝」的意思是對他來說還未得到，所以對他來說是「殊勝」的。他根本還沒有得到，未得謂得。

生：前面瞋的部分，《集論》說：謂於有情苦及苦具心恚為體。對於「有情苦」比較能夠理解，請解釋一下「苦具心恚為體」是什麼樣的相狀？

師：「苦具」，比如說，像災難，四大種的變化，這就是苦具。或車子發生碰撞，我們有時也會對車子生氣，這就稱為「苦具」，也就是苦的來源、工具。

4. 無明

《大乘五蘊論》：云何無明。謂於業果及諦實中無智爲性。此復二種。所謂俱生分別所起。又欲纏貪瞋及欲纏無明。名三不善根。謂貪不善根。瞋不善根。癡不善根。

《集論》：何等無明。謂三界無知爲體。於諸法中邪決定疑雜生起所依爲業。

在這裡，無明的對境分為三個。前面提到，信心所的對境有三個。同樣地，無明的對境也有這三個。要理解，並非所有的不知道都稱為無明，若不知道的事情都稱為無明，那麼不知道都會變成煩惱嗎？這就沒什麼意思了，故不可這樣認為。所以，若會讓人生起煩惱而去造惡業，這種的不知道才稱為「無明」。它不讓人造善業，而讓人造惡業，這種的來源是不知道的「無明」，或不知道、不了解、不明白的。這種的心所就稱為「無明」。

在介紹善心所時，曾提到善心所的最源頭是信心所。信心所的對境可分為三種：一個是對前後世等的對境；再者是像四聖諦這樣的對境；另一個是三寶這樣的對境。上次提過，對於前後世或業因果等上，有沒有的一種信心。若不具備這種信心，則會影響修行。另一個信心是四聖諦上面的，四聖諦就是對於輪迴上面，講說苦諦、集諦的因果關係；對於能夠證得解脫上面，講說滅諦、道諦的因果關係。總結地說，若對於能夠脫離輪迴，我們沒有信心，對於能夠證得解脫的果位也沒有信心、沒有自信，這是我們無法修行的一個來源。

另一種令人無法修行的來源是，見到三寶時，看不到三寶的功德。見到佛菩薩時，看不到他們的功德。對於一些大成就者，如密勒日巴尊者、宗大師、阿底峽尊者等，當閱讀他們的傳記時，看不到什麼功德，覺得好像很無聊。像這種就是看不到功德，這也是令人無法修行的一種來源。

所以令人無法修行的來源，總共有三種。第一個是對業因果、六道眾生，覺得好像不存在，這是關於有沒有上面的不信。第二個是看佛菩薩及偉大的成就者，對他們的生命過程及修行，不感覺有什麼了不起。這是看不到功德的不信。第三個是雖然相信有業因果，也知道佛菩薩有功德，但是自己完全沒有信心，覺得自己完全沒有能力解脫輪迴、證得解脫。這是對自己能不能上面的不信。這三種都是令人無法修行的來源。所以，當生起這三種信心時，善心的根就在這裡。

反之，令人無法生起這三種信心的是「無明」，所以，無明也有三種：對業因果等有沒有方面的無明。對四聖諦上面，我有沒有能力脫離輪迴，我有沒有能力解脫、證得佛的果位，若對於四聖諦不了解，就看不到自己的能力，這也是一種無明。對佛菩

薩的功德不知道，進而對佛菩薩沒有信心，這也是一種無明。所以，無明的對境分為三個：業果、諦、寶。諦就是四聖諦，寶就是三寶，對於這三個的無知就是無明心所。它有兩種的來源，一是從前世帶來的，是生生世世的，也就是俱生的。一種就是今生聽他人的解釋，或自己亂看書，而使得自己的這些信仰產生退步，或完全沒有什麼特別信仰，從那些訊息使得自己更不信的這種無知，這就是此處所說的無明。

介紹完貪、瞋、癡後，特別解釋，為何會稱貪、瞋、癡為三毒？什麼樣的貪、瞋、癡才叫三毒呢？並非所有的貪、瞋、癡都稱為毒。以貪來說，欲界的貪可稱為毒，但是色界、無色界的貪不可稱為毒，因為它不是惡的根、不善的根，或是毒。只有欲界的貪，不是所有的貪。色界、無色界的貪不屬於不善根。癡也一樣，欲界的癡是不善的根，但是色界、無色界的癡不可說是不善根。以瞋來說，色界、無色界已沒有瞋，瞋恨心就只有欲界，故不須特別加是欲界的瞋。這裡會說是「欲纏貪」，但是瞋就不加「欲纏」，而直接講「瞋」，然後是「欲纏無明」，此處一定要加「欲纏」，因為色界和無色界也有無明，所以此處必須標出是欲纏無明。這三個是不善的根，「名三不善根」，這就是平常講的貪不善根、瞋不善根、癡不善根。必須了解，它們指的是欲界的貪、欲界的癡，還有瞋，並非一般講的貪、瞋、癡。

在闡述無明時，《大乘五蘊論》指出平常講的，貪是不善的根，瞋是不善的根，癡是不善的根，意思是欲纏的貪，欲纏的無明及瞋恨心，不是所有的貪、瞋、癡。這點必須分辨清楚。同樣的，《廣論》中提到貪、瞋、癡會令人墮三惡趣 — 貪會墮餓鬼道、瞋會墮地獄道、癡會墮畜生道 — 此處貪、瞋、癡指的是欲界的貪、瞋、癡。要知道，六道裡面只有欲界裡有惡趣，色界和無色界沒有惡趣。

《集論》闡述慢和無明時，對它的作業講說得很清楚。比如說，慢心的作業有兩個，即「不敬」及「痛苦」。首先，慢心的當下就不會尊敬別人，這就是「不敬」。接著，一直有慢心的話，後面產生的結果，會令人有各種痛苦。確實是這樣，有了慢心以後，它的要求很高，這個要求當然完全不如理。因為慢心是自己沒有這種資格，或自己沒有達到這樣的本質，但是將自己認定是這個樣子。要求的比自己實際的還高，接著後面就會痛苦，所以說是「苦生所依為業」。

無明或癡的作業是什麼呢？它的作業就是對法產生邪或是疑。這個法指的是離苦得樂的方法。若對離苦得樂的方法產生誤解，這就是無明的結果，接著就會有邪的決定。有時候，雖然在方法上認定是正確的，但是內心還有一大堆疑惑，這也是從無明而產生的，這種是針對正面離苦得樂的方法上說的。針對負面，所帶來的是內心隨著會有很多煩惱，所以是「決定疑雜生起所依為業」。「雜」是雜染，雜染就是煩惱，也就是，會生起很多煩惱，這是無明的作業。

5. 疑

此處《集論》與《大乘五蘊論》的順序不同。先對調一下，看「疑」的部分。

《大乘五蘊論》：云何爲疑。謂於諦等猶豫爲性。諸煩惱中後三見及疑唯分別起。餘通俱生及分別起。

《集論》：何等爲疑。謂於諦猶豫爲體。善品不生所依爲業。

疑的對境和無明的對境一樣，因無明，而會產生疑。剛剛提到，無明的對境分為三個，同樣的，疑的對境也分為三個。比如說，像對業果、對四聖諦、對三寶。《大乘五蘊論》提到「於諦等」，「等」就包括三寶和業果，也就是對四聖諦、三寶、業果等有懷疑。《集論》說「謂於諦猶豫為體」，對於「諦」或「諦等」，這些都是指它的對境，懷疑就是它的體性。疑的作業是什麼呢？前面曾經提過「無明」不讓人生起信心所，信心所是善的根本，因無明的緣故，會導致人不造善根，而造惡行。同理，疑也會不讓人造善業，因為善業的根是信心所。信心所主要是對業果、四聖諦、三寶，生起信心。對這三方面沒生起信心，後面不論是什麼樣的善根都修不來的。所以，修善的源頭就是對於這三個能生起信心。同樣地，若對這三個對境有懷疑，會導致不讓人順利地修善根，這就稱為疑。它的作業是「善品不生所依為業」，意思是令人對於善品無法隨順地造作。

六根煩惱，平常分類時，若把見煩惱細分五個的話，它就變成十個煩惱，即五個非見煩惱、五個見煩惱。到此將五個非見煩惱 — 貪、瞋、癡、慢、疑 — 介紹完了。

6. 五見煩惱

- 薩迦耶見

再來是五個見煩惱。首先，將五個煩惱見提出來，再說明薩迦耶見。

《大乘五蘊論》：云何爲見。所謂五見。一薩迦耶見。二邊執見。三邪見。四見取。五戒禁取。云何薩迦耶見。謂於五取蘊隨觀爲我或爲我所。染污慧爲性。

《集論》：何等薩迦耶見。謂於五取蘊等隨觀執我及我所。諸忍欲覺觀見爲體。一切見趣所依爲業。

薩迦耶見分為兩個：執我、執我所的薩迦耶見。不管執我或執我所，它前面的所緣境都是五蘊。先說明執我所的薩迦耶見，它的所緣是五蘊，這個大家比較容易理解。比如說，這是我的身體、這是我的感受、這是我的想法、這是我的事情、這是我的心。像這樣，在五蘊上面，這個是我的，這就是執我所的薩迦耶見。

執我的薩迦耶見，其所緣境也是五蘊，這怎麼解釋呢？先這樣理解，平常講的我執，這個薩迦耶見的我執是什麼樣子呢？有一種我、你、他，這樣的我存在。另外，我們所講「我」的這個我，比如說，補特伽羅無我、法無我、補特伽羅我、法我，這個我的意思是什麼呢？後面的補特伽羅我或法我，乃至法無我，這時候說的「我」，並不是我、你、他這個我的意思。文字雖然一樣，但是意思不同。這個「我」的意思是，以法我來說，法能自己方面成立，不須依賴其他的因緣，有一個自己方面成立，這就是「我」的意思。同理，補特伽羅我，後面這個「我」是指這個補特伽羅，不須依賴其他因緣，都是自己方面獨立的。

現在說明的是執我的薩迦耶見，它是先有一個我、你、他的這個我，在這個上面有另外一個，它是不須依賴其他的因緣，它自己方面獨立的，這就是後面的「我」。就是平常所講的我執或執我的薩迦耶見。所以執我的薩迦耶見，前面先有一個我、你、他的我，接著，把它視為這是能獨立之實執有的執著，這就稱為我執或執我的薩迦耶見。

前面的我，怎麼樣指認出來呢？前面的這個我也是在五蘊上安立的，我們內心先有一個五蘊的部分。經過想了之後，內心就

會產生我、你、他的這個我。接著，將這個我看成是能獨立之實質有或是有自性的，這樣的執著，就是執我的薩迦耶見。執我的薩迦耶見，最源頭的所緣境也是五蘊。所以這裡用「五取蘊」。五取蘊上面，我、我所的薩迦耶見都會產生。也就是緣著五取蘊，兩種薩迦耶見都會產生。

「薩迦耶見」和後面其他的見煩惱都有慧心所，它是雜染的智慧，所以「染污慧」就稱為「見」，它雖然有煩惱，但是有慧心所的體性，故稱為「見煩惱」。

《集論》對於見煩惱的見或智慧 — 染污慧 — 解釋得比較清楚。這個「見」是什麼樣呢？是忍、欲、覺、觀、見，共五個，這是解釋染污慧或見的意思。可以理解，它有智慧的作用在。首先第一個，忍的意思是，雖然這個法比較細、比較難，但是它有能面對這個難的、細的部分，它有能面對的作用，這就稱為忍。比如，當說我沒有智慧，我無法學這個東西；他有智慧，他可以學。有辦法分析難的部分，能分析細的部分，這就是「忍」的意思。

第二個，欲的意思是心有精神。第三個，覺的意思是，對於法的道理，更深入地了解、覺悟。以正面來說，覺悟的意思是一般人無法看到的，而他能看到，這就稱為覺悟。所以這邊「覺」的意思，是能了解很難的、很細的這種功能。這是以相對的來說，因為現在是講煩惱的部分，它沒有什麼細的、難的，但是以相對於自己來說，它有一種能夠了解的功能。第四個，觀的意思是觀察。第五個，見的意思是已經看到，一直看著。透過這樣，就會有見煩惱或染污的智慧認定出來。再來，它的作業是，其他一切見煩惱會從薩迦耶見這邊產生，所以是「一切見趣所依為業」。見煩惱介紹到這裡。

心類學 -18

- 調伏意樂

現在學習的是 《大乘五蘊論》和 《集論》，這兩部論的作者分別是世親與無著菩薩。雖然我們追隨中觀應成的宗義，因為中觀應成沒有執著或不正住的過失，他們完全是正住地修行，故不會排斥其他宗義的說法。只要主張是正確的，縱然是其他宗義的著作，他們也會引用，也會學習。宗喀巴大師本身雖然持中觀應成見，在道次第裡面，他曾提及，若要了解集諦及煩惱，應該要學習 《集論》和 《大乘五蘊論》。所以，我們跟隨著這樣學習，不執著自己是追隨中觀應成的。

為什麼不執著呢？因為這兩部論典對於心所、煩惱等的解釋，非常如理。這也是我們學習時有正住的代表。學習集諦的目標是要認識苦諦的因，進而生起出離心，因為瞭解到輪迴的苦、輪迴的因，之後出離心才能生起。因為輪迴是有因的，所以才能出離或能脫離。若輪迴是沒有因的，是有自性的，那麼我們就無法脫離輪迴。所以，要生起出離心，要清楚輪迴有沒有因，在道次第上也是透過觀修苦諦和集諦，讓行者生起出離心。若要生起出離心，則必須瞭解痛苦的來源。也要認識這些痛苦來自於內心哪一個煩惱？哪一個是令它產生其他的煩惱？

上次介紹到六根煩惱，見煩惱只介紹了薩迦耶見。

- 正講及問答

同學有些問題，在此先問答一下，上次已經講了五遍行、五別境及十一個善心所，現在進行到六根本煩惱的部分。

生：這兩部論典的次序是先介紹善心所，再介紹六根本煩惱。您說善心所是要培養的，而煩惱是要去除的，至於怎麼去除，在介紹根本煩惱時會講，我的問題是，善心所裡面的無貪無瞋無癡，是要對治貪瞋癡。若要對治貪瞋癡，為什麼不先介紹貪瞋癡呢？為什麼不先講要對治的呢？又，後面介紹貪瞋癡的地方，我並沒有看到要怎麼對治貪瞋癡啊？

師：十一個善心所與後面講六根本煩惱及二十隨煩惱，這樣的次第，我也無法說它是一種修行的次第。論典裡並沒有特別解釋，為什麼先講善心所，再講六根煩惱和二十隨煩惱，這樣前後的次第。我覺得這種次第並非按修行次第的角度講的，只是為了認識心所裡面善的部分有多少，或心王受旁邊的心所若是善的，心王就會變成善；若是雜染的或是惡的煩惱時，心王也會變成雜染或變成惡。現階段的學習只是讓我們認識，若要修善或心要變成善，它旁邊哪些心所應多培養？從那邊，心王就可以變成善。屬於這方面的心所有多少類，將它的種類認出來，共有十一種善心所。這十一種善心所的範圍很廣、很大的。比如說：剛剛的問題中，以無貪、無瞋、無癡這三個來說，在修下士道時，有無貪、無瞋、無癡；在修中士道時，也有無貪、無瞋、無癡；在修上士道時，也有無貪、無瞋、無癡。比如說，以無貪來說，在修持下士道時，不要貪的是今生的快樂。修中士道時，不要貪的是輪迴的快樂。在修上士道時，不要貪的是自己寂滅、滅盡的快樂，阿羅漢不可以貪著對於寂靜的樂。所以，以無貪的修持而言，可以包括整個下士，中士，上士道。

同理，無瞋也可以這樣理解。比如說，一個修行者，在修持下士道時，若他有點瞋恨心，對來世有點放棄或有點不在乎，在

此階段的無瞋，就是不可有「我不要這個！」的瞋恨心。相同的，在修持中士道時，若有「我不要解脫！」對解脫上有點放棄，有點瞋的樣子。這階段的無瞋，就是要去除這類的心。對修上士道而言，他若對成佛有點不想要，這種好像我自己快樂就好了，我自己寂靜涅槃就好了，貪著寂靜涅槃，而對佛果位有點排斥，內心有點不能接受，這個就是瞋，當生起不可以有這種心，就是無瞋。

無癡也是，比如說，下士道的法，例如皈依三寶的功德、業因果等道理，要學習、要增長。透過學習，我們不了解的部分就會減少，相對地在正面的部分，學習三寶的功德，業因果的道理就會增長，無癡的智慧就越來越增長。中士道也是，比如說，四聖諦、補特伽羅無我、基本的戒律、對治煩惱時我們的身語意的行為方面，應學的東西很多，在這方面不了解就是一種癡。要對治它，我們就應多多學習，無癡的智慧就會越增長，這就是中士道的無癡。然後上士道也是，菩提心的法類，廣行的法，對於深見的空正見的法門，多多學習，上士道階段的癡就會減少，無癡的智慧就會越增長。總之，無貪、無瞋、無癡的範圍很廣！

上次提到，煩惱裡面貪瞋癡是三毒，是所有惡的根。同理，無貪、無瞋、無癡三個是所有善的根。若要真正生起善的證量，它的根就是依靠無貪、無瞋、無癡。所以，這個道理蠻廣的。十一個善心所，在初學習時，只要簡單一個個認識就可。在進階時，再對它可以包括多少、它的範圍等做更細的瞭解。十一個善心所，是心所裡面善的部分。依種類歸納，共有十一種善心所。

生：信心所裡面，您說是對於四諦、業果、三寶三個，要照著一個順序，才能生起真正的欲求。您說要先對業果有信心，之後對於三寶的功德有信心，再對四聖諦有信心，之後才能生起真正的欲求。我的第一個問題是，一定要有這三個，才算真正有信心所嗎？因為，世尊在初轉法輪講四聖諦，並沒有先對眾生開示業果與三寶的功德，難道說當時那些因為對四聖諦生起信心而解脫的行者，他們沒有真正的信心所嗎？接著就是次第的問題，道次第裡面生起證量的順序，不是先皈依，再講業果嗎？再者，這三個都要具足，才算是真正的信心所嗎？

師：完全不是，我並沒有講，這三個善心所要依順序生起。我沒有講過，先要生起對業果的信心，然後對三寶生起皈依的信心，再對四聖諦生起信心。不是要這樣依順序生起。我提過，對業果上的信心，必須透過瞭解四聖諦，從那邊推到我們對導師的信心。然後再從那邊推到，對導師所開示的業果道理的信任。然而，不是業果上的信心要先生起，四聖諦上的信心才能生起。它不是這樣的順序，可能你們聽錯了。

另外，這三種都是信心所，這種善心所，只要具有三種中任何一個，都可成為信心所，算是已經具備了信心所。所以，三種信心所中任何一個，或是「有沒有」上面的，或是在「功德」上面的，或是在「能不能」上面，能力上面的。

前幾天曾提到，比方說「有沒有」這個部分，當舉例時，只舉出業果這個例子，它並不一定要是業果上面的「有沒有」的信心。同樣地，對於三寶也是，「功德」方面的信心並不一定要在三寶上面。對於「能不能」上面也是，不一定要在四聖諦上。論上是舉它為最主要的一個例子而已。比方說，「有沒有」這樣的問題上面的信心，最主要的就是業因果，有這個

因，有那個果。前後世不可以說是業因果，有沒有前後世，也是「有沒有」上面的信心所，但是它並不是業因果，前後世不是講業因果。

同樣地，對於「功德」方面，不一定要是三寶的功德，比如說我自己老師的功德，這也是一種信心，它並不包括在三寶的功德內。有可能我們的老師是資糧道，或他還未入資糧道，而是一般凡夫，但是他在戒、定、慧三學方面修得好，他有這些功德，當我們想一想師長的功德，會生起一種信心所，這個就屬於看到功德方面的信心所，這是一種清淨的信心所。

信心所可分為三種，一個是相信的信心所，一個清淨的信心所，一個是欲求的信心所。欲求的信心所是怎麼說？由於自己有信心，然後才會去追求，這是欲樂的意思。先看到自己有能力，我能夠解脫，我能夠在下一生得到人身，或我今生能夠學完道次第，我有這個能力，這也是欲樂的信心所。我能夠學完心類學，我這個月能夠學完什麼東西，但是這必須是佛法上面的欲樂。這樣一個我能夠做到，自己有信心，它會推動我們內心真正地欲求，就稱為欲樂信心所。所以這不一定要在四聖諦上。比方說，我今年能學完心類學，有這個信心，這種欲樂，我有這個能力，我能夠做到。自己真正有信心，才會真實地追求，真實的一種欲樂，這就叫做欲樂的信心所。這三個中，每一種都是信心所，不可以說三種都具備才算是信心所。三個都是信心所，各個都是信心所。若這三個都具備，那是非常好的，對於修行，會非常成功。

比如說，我們看那麼多書，書上講的內容真的存在嗎？菩提心、空正見、很多佛菩薩的法類，或業因果的道理，這些是像兔角一樣呢？還是真的存在呢？它是存不存在這方面，先要有

一個信心！若我覺得這些都跟兔角一樣，那就完全沒有一個基礎，所以，先要有一個「有沒有」上面的信心。接著不只是「有沒有」，還要能看到這個是功德，當看到這個是功德時，心就會清淨。看到功德的意思是，看到這個心會歡喜。啊！真是太殊勝了、那麼偉大、那麼奇妙，能夠看到這種清淨的對境。然而，這些既偉大、又存在的對境，我自己能不能變成這個呢？這是第三個問題，也就是我「能不能」上面的信心。我能成就法裡面所講的那些功德，自己若有信心，那麼信心所就圓滿了。

在「有沒有」上面、在「功德」上面、在「能不能」上面，信心圓滿之後，修行才可推動起來。所以，信心所是我們修行或修善的根。這三種信心所，若能夠成立，那麼後面修善或修行，就會很順利。

生：您剛才講三個信心所圓滿，變成一定要有那樣的順序。因為三個信心所圓滿的順序，您的確是照著要先對業果，然後再對三寶，再對四聖諦啊？

師：最主要的是這三個，因為這三個是非常明顯。以業因果來說，它不可以說「能不能」，它也不可以我說看到「功德」，它只有「有沒有」，這是很明顯的。所以才會舉這個例子，這是非常有意思的，因為業因果只有「有沒有」。它不可以說「能不能」，比如說，有那麼多種的業，做了這種善的業、那種善的業，會感什麼樣的果，這樣的果，那樣子的果，這樣的善果，那樣子的善果。或是做那麼多的無量無邊的惡業，做這樣的惡業，會感這樣的惡果，做那樣子的惡業，會感那樣子的惡果，這種道理是：有這個因，會有那個果。這種業果上，就只有「有沒有」，對吧？我們沒辦法說這個有很大的「功德」，或

者是沒辦法想「能不能」，這種並不是我自己「能不能」上面，我要做的一件事情。所以有那樣的業和果當中，不能說我「能不能」，所以只有「有沒有」上面的信心所。一樣的，對於三寶來說，是講「功德」上面的信心為主。

生：剛剛講到這個信心所，有信心、清淨、希求這三個特質，這三個特質是同一個心所，還是它會是三個心所裡面？

師：它都是同一個心所，若我們將它歸納起來是同一個心所，但是信心所裡面可以分為無量無邊的信心所，是吧！同一個心所的意思是，以十一個善心所裡面來分的時候，它是同一個心所，但是它一個心所裡面就可以分出很多，比如我們剛剛所講到的無貪無瞋無癡等，這些心所在整個三士道都可以連結的。

生：我想要問的是在同一時間，這三種特質是同在一個心所，或是這三個特質是在不同的心所？

師：首先我們應理解，我們的心王太多了，同時心所也很多。比方說，大悲心和菩提心可以同時在一個人的心中存在，或者可以說，若一個修行者，他的心續當中有一個無緣大悲心的話，此時這修行者的心續當中會同時具有空正見和大悲心。在此同時空正見有它的心王和心所，而大悲心也有它的心王和心所。所以空正見和大悲心這兩個好像不是一家，好像不是連在一起，它們的心王和心所好像一家、一家的，這兩個不是兩家一起的，但是在一個人的心續當中會同時存在。所以同樣的道理，剛才提到的「能不能」上面的信心所，還有「有沒有」上面的這種信心所，還有看到「功德」方面的信心所，雖然都是信心所，但是它們存在的形式，好像一家一家的，也是不同的，它有它的心王和心所連在一起；另外一個心，它也是有它

的心王和心所連在一起。當你們這樣想的時候，你們可能會覺得，啊！心王那麼多，好像裝不下去的感覺。我們不要這樣想，心王是有無量無邊的。比如說：我看這個桌子，我看這個電腦，我看這個喇叭，我看這個麥克，這些都是不同的心王啊！我們曾經提過心王和心所是相應因。相應因就是，當我看到喇叭時，同時瞭解喇叭的心也已經在我的心中存在；看到桌子時瞭解桌子的心也存在了 .....。存在是同時會存在，但是有的會同時顯現，有的它不是同時顯現。一個是有顯現，另外一個沒有顯現，雖然沒有顯現，但是還是存在。還有沒有問題？

生：剛剛您說大悲心也是心所之一，可是大悲心並沒有在十一善心所裡面，那意思是說大悲心是包括在裡面，例如說，它是無瞋裡面，是那種嗎？還是所有的心所都已經在這十一個善心所裡面了，還是其實有很多種，只是我們面對這十一個心所，做一個大概的說法而已？

師：無瞋不能說是大悲心啦，大悲心是第十一個不害心所。

生：所以是說，所有的無量無邊的善心所，一定可以歸納到這十一個裡面是嗎？

師：可以，對！

生：我不曉得有沒有記錯，我記得按照《俱舍論》的講法，這十大善心所，當任一個善心生起的時候，都會伴隨這些心所，所以，是我的認知錯了？我們在談論心所有無量無邊的時候，是不是可以完全歸在這五十一類裡頭，還是說當善心生起的時

候，按照《俱舍論》的講法是，這十個或十一個善心所會都俱在，是不是其他的派別有不同的講法？

師：你講的沒有錯，在《俱舍論》裡面的主張，五別境和五遍行，這十個心所，在所有的心王旁邊都有這十個心所；相同的，所有善的心王旁便也都一定有十一個善心所，這是它的說法。但是在《上阿毗達摩》以上的說法，(平常我們會稱《集論》為《上阿毗達摩》，而《俱舍論》則稱它為《下阿毗達摩》)，比方說中觀，它的說法就與《俱舍論》的說法不同，所以所有善的心王旁邊，不一定會有這十一個善心所，但是要瞭解，《俱舍論》的說法，則是認為好像將來會產生十一個善心所的一個種子的樣子，只是還沒有發芽，它就像小小的一個部分。比如信心所、無貪、無瞋這些等等善心所，《俱舍論》的說法會承許這些善心所也同時存在的，然而《上阿毗達摩》則不承許這樣的主張，這些我們都是可以參考的。

生：關於信心所，當我們希望更深入時，必須要去思惟，當思惟時，內心會有很多問題，內心產生這些問題，與六根本煩惱的「疑」，有不一樣嗎？

師：當我們講到六根本煩惱的「疑」，它的作用是當我們修善的時候，它會障礙，是吧！六根本煩惱的「疑」要具備這個條件，並不是所有的疑都是這樣。若是具備這個條件，它就是「疑」，它是內心有點偏向「應該沒有」的這一邊；另外若偏向「應該有」的這一邊的這種「疑」是好的，這種「疑」就不屬於六根本煩惱的這個「疑」了。心類學的前面我們曾經提到，「疑」可分為三種。一種是偏向正確的，一種是偏向錯誤的，一種是剛好是一半一半的，分成這三種。

所以偏向不正確的這一部分，它就是此處我們所講的六根煩惱裡面的「疑」。但是，要瞭解，現在講的是煩惱這一部分，而並不是所有的疑都是煩惱的這部分。「疑」裡面當然有好的，平常我們會講到，利根的行者，他會透過「疑」，而進入佛法、修學佛法，這種「疑」有點正住的位置，它自己是完全正住的一個位置中，有可能是這個，有可能是那個，兩個都有可能性的，它沒有什麼偏向，這就是正住。然後，他再努力的學習，他就會慢慢慢慢變成正的可能性的部分越來越增加，之後會變成伺察意，然後後來就變成比量。

- 邊執見

已將薩迦耶見介紹完了，接下來繼續講邊執見。

《大乘五蘊論》：云何邊執見，謂即由彼增上力故，隨觀爲常或復爲斷，染污慧爲性。

《集論》：何等邊執見。謂於五取蘊等隨觀執或斷或常。諸忍欲覺觀見爲體。障處中行出離爲業。

薩迦耶見是對於我，將它看成是能獨立實質有的一種看法。邊執見不是將我看成能獨立實質有，它是對「我」或是依五蘊假立的「我」，將它看作來世是不存在，我是會斷滅掉的，或者我一直存在，它是常法。比如說，當人往生之後，其續流的我就斷掉了，或它是常法，它一直在。

「邊執見」的「邊」就有太偏的意思，有時候是「常」，有時候是「斷」。無論是斷或常，它都以薩迦耶見為根本。比如說，認為我來世不存在，這樣的人，他對今生會不會執著？他是會執著的。雖然認為來世不存在，但是他對今生的執著，這是它後面

有很強的薩迦耶見所現出的結果。他不承認來世，這是落「斷」邊的邊執見。另一種「邊執見」是，他覺得自己不只今生存在，今生是常法，連來世也是常法，「我」會一直存在，「我」都沒有變。這個也是由很強的薩迦耶見所影響的結果。所以，無論是落斷邊的邊執見或，落常邊的邊執見，它們都受薩迦耶見所影響。

比如說，它執著的對境，與薩迦耶見的對境是一樣。薩迦耶見的對境是「我」，或薩迦耶見的對境是五蘊。相同的，邊執見的對境也是「我」或是五蘊。雖然它的所緣境和薩迦耶見的一樣，但是後面的「趣入境」或「耽著境」不一樣，它的耽著境是「斷」或是「常」。

《大乘五蘊論》說「邊執見，謂即由彼增上力故」，其中的「彼」指的就是前面的薩迦耶見，它是由薩迦耶見的力量的緣故，會變成落入兩邊。「隨觀為常或復為斷，染污慧為性。」比如說，有些外道不承認來世，這是受薩迦耶見所影響的，有些承許來世，但是他們覺得我是常，這也是受到薩迦耶見的影響。不管是落入常邊或落入斷邊，都是受薩迦耶見影響，這裡用「增上力故」，就是這個意思。

《集論》提到「謂於五取蘊等」，雖然它沒有用「增上力故」，但是一樣的道理，它為什麼與薩迦耶見的所緣境一樣呢？薩迦耶見的所緣境是「於五取蘊等」，此處邊執見的所緣境也是「於五取蘊等」，可見，邊執見與薩迦耶見的所緣境一樣。所以，它是被薩迦耶見影響而變成這樣。然後「隨觀執或斷或常」。

有人對於忍、欲、覺、觀、見，這五個不是那麼清楚，現在再複習一下。薩迦耶見，是見煩惱，見煩惱是染污的一種煩惱。染污的煩惱是什麼樣子呢？其對境一定是錯誤的，因為它是染污

的，所以一定是錯誤的。雖然是錯誤的，但是它還是能夠接受。一般說，對於錯誤的是不能接受的，然而「忍」是能夠接受，雖然是錯誤的、顛倒的，但是還是能夠接受，這種能夠接受就是「忍」。接下來是欲，欲的意思是，他很喜歡錯誤這方面，不只接受還很喜歡，這就是欲。

然後，覺的意思是，自認為很有智慧，自認為已經有成就，或已經很明白的一種覺悟的感覺，這就是覺。然後是「觀」，觀的意思就是辨別，雖然是錯誤的一個智慧，錯誤的一個想法，但對境上面覺得自己有辨別能力，或有很多理由的感覺，這就是觀的意思。藏文講的「觀」，好像中文版用得並沒有那麼恰當的樣子，應該是「觀察」，觀察的意思是可以觀察或是很有道理，他自認為可以觀察，很有道理。若這樣講就跟藏文對得起來。再來是「見」，「見」是一直很有精神的樣子，比如說，我們眼睛張開盯著，不是睡覺的樣子，眼睛張開「見」它，見什麼？補特伽羅能獨立實質有，或是補特伽羅是常法，或補特伽羅下一生的續流斷了，對於這些存在著蠻有精神的看法。當它看這些時，好像這個見煩惱的心所一直很有精神，也就是眼睛張開，一直看著的意思。

生：是不是說，它就一直可以拿來當判斷的標準？

師：不是！剛才講的是，若將見煩惱比喻成一個人，它好像一直張開眼睛，很有精神地看著，是這種感覺。它所看的對象就是補特伽羅能獨立實質有，補特伽羅是常法，或下一生補特伽羅的續流會斷滅等。對這五個見煩惱而言，各有不同的對境。所以在介紹這五個見煩惱時，對於每個見煩惱，解釋時都會提到「隨觀執」。到此已將「邊執見」說明完了。

生：《阿毗達摩集論》這裡說「障處中行出離為業」，這是什麼意思？

師：「障處中行出離為業」，中文我覺得有點怪，先這樣說，要生起中觀的見解，它就不可落入斷邊，也不可以落入常邊，這是最主要的。而邊執見，它會障礙到行中道，也就是這裡的「障處中行」。以「中行出離」來說，比方說，對於大悲心，指的是無緣大悲心。對於生起出離心而言，指的是無緣出離心或中行出離心。中行出離心的意思，就是用空正見生起出離心，若是以空正見而生起的出離心。它需要什麼呢？出離心是對輪迴上要生起的心，輪迴就是我或是五蘊，所以對於我或五蘊上，我們了解中觀的見解。對輪迴上生起出離心，這種稱為無緣出離心或中行出離心。要生起這樣的出離心，必須要有中行。若是邊執見，就會障礙生起中行的出離心。所以是「障處中行出離為業」。但是，剛剛說，中文的句子看起來有點怪，藏文不會講「中行出離」。「出離」不會這樣講，藏文是講中觀上生起定解，是講生起定解，不可以講出離。

生：是不是說在中觀道生起決定之前，它會成為一種障礙？

師：對！

生：阻止生起定解嗎？

師：對！

生：按照藏文，意思非常清楚，翻梵文成白話文，可是用中文，完全對不上來。因為藏文那個，就是中觀道，真的像剛剛這位師兄講的，藏文蠻白話的，就是在出現中觀之前的障礙。

生：生起中觀的定解上面產生障礙！

師：Nei Ba (藏音) 是定解，Qiong (藏音) 是得到或生起，為生起中觀定解的障礙。這就比較清楚。這個中文版是誰翻譯的，是早期譯的嗎？

生：是唐三藏譯的，是幾千年前的。會不會玄奘大師拿到的梵文本不同？

師：這個蠻有意思的，我們來理解一下。這邊藏文用的詞，跟滅諦的四個行相，滅、靜、妙、離的「離」，用詞完全一樣。也就是藏文裡，剛剛講的這個字 —Nei Ba— 在藏文裡面，滅靜妙離裡面的離，是非常肯定的意思。各位要想一想，滅、靜、妙、離的離是什麼意思呢？當他斷除煩惱，脫離輪迴之後，完全不會退轉的，非常堅固的意思，這個「離」是完全離開，強調完全離開，不只有離。若只有離，那就不圓滿，他的意思是完全離開，不會再輪迴，它的重點是完全。完全是堅固與穩定，所以主要是強調堅固和穩定。

講中觀上面的堅固穩定來說，若有「邊執見」就會障礙到，使得中觀上面沒辦法堅定、堅固。它有時會帶到斷邊，有時會帶到常邊。所以「中行出離」。這個「出離」就是剛剛我解釋的這個，各位可以這樣理解。一般說，不管善的或是煩惱的部分，都沒有特別強調大乘的法，它主要講的是共同的法，所以它的目標是為了解脫，好像是從希求解脫的行者角度講的，不是從希求成佛的角度說的。所以，以希求解脫的角度來說，生起出離心是最重要的。在內心要生起出離心是以「中行出離心」為最需要的一種，在出離心裡面是以「中行出離心」是最好的。生起出離心時，若沒有瞭解，補特伽羅無我、補特伽羅

我、補特伽羅能獨立實質有，或是補特伽羅是常法，或是補特伽羅的續流完全不存在，在這樣的情況下，生起出離的話，這種出離心是不圓滿的，所以這邊講中行出離心。中行出離心是正確的出離心，像剛剛講的無緣大悲心，無緣出離心一樣。所以邊執見會障礙生起一種中行出離心。

生：我想是中文文字的問題，因為聽起來藏文很清楚。剛剛您說，那個離，其實與滅、靜、妙、離的離，用詞是同一個，而且它意思跟藏文是相合的。若把這邊的文字斷句為「障處中行，出離為業」，也就是說，它障礙行者生起中觀見，這個出離，其實就是你的中觀見不穩固，會跑來跑去的意思。若這樣解釋，好像跟藏文比較合。當然我不曉得，是不是另外也有剛才解釋跟出離心有關係的部分，不過我的感覺上，若把它解釋成「障處中行，出離為業」，這樣會跟藏文的部分比較合。

師：好，應該是這樣吧。

生：上次講到無明，指的是所有的貪瞋癡都是不善，都是三毒。我有個疑問，就是欲界的貪瞋癡會將人帶到三惡道，那麼上界天人是怎麼下墮的呢？

師：欲界的貪是惡的，色界跟無色界的貪，不算是惡的。二者有何差別，你的問題是這個嗎？

生：我是說，欲界的貪瞋癡會將人帶到三惡道，那麼上界天人是什麼原因引起他下墮的呢？

師：是這樣的。首先要瞭解，色界和無色界的貪，不可將它等於色界補特伽羅心續中所有的貪，他們心續中的貪和色界的貪，

不可看成一樣。因為色界的天人，他們的心續中，有時也會生起欲界的貪。欲界的人其心續中，有時也會生起色界的貪。所以，不可將欲界的補特伽羅心續中的貪，視為和欲界所攝的貪一樣。色界所攝的貪，不可視為和色界的補特伽羅心續中的貪一樣。那麼，色界所攝的意思是什麼呢？也就是他已經有世間止觀的定力，透過這樣的止觀定力，將欲界的貪，或欲界的煩惱去除。但是，世間止觀的定力，我們講的是初禪、二禪的定力的情況下，這是在定力還存在的情況下，還存在的貪，這種就稱為色界所攝的貪或無色界所攝的貪。然而，色界的那些行者，雖然已經是天人了，但是在快要墮三惡趣時，他們也會生起欲界的煩惱，當他們生起欲界煩惱時，那些止觀或初禪二禪的定力就會消失，當定力消失時，當然就可以生起欲界的煩惱。以前曾經講過欲界的貪，欲界所攝的貪，色界所攝的貪是什麼意思。

生：剛剛看了一下，想請教以藏文來看的話，那個 Wu Mei Lang (藏音) 可不可以翻成中道的意思？因為若翻成中道，就跟中文的「中行」很接近，是說不常不斷，在兩者中間走中道。

師：對！沒錯。

生：這樣的話，藏文跟中文是合的。就是「中行」不要想成中觀，因為藏文裡面 Wu Mei Lang，會直接把它想成專有名詞，好像是中觀。事實上，若您同意的話，Wu Mei Lang 可以變成普通名詞，就是所謂的中道，就是走中間路線的意思。用白話講，就是不會走到兩個極端，而走中間。這樣看。玄奘法師把它翻作中行，是可以的。那麼，中、藏版是合的。

師：對，可以。

生：那個 Nei Qiong (藏音) 翻成出離，Nei Ba Qiong Wa (藏音) Qiong Wa 是生起，Nei Ba 是定解，生起定解跟出離有什麼關係呢？

師：不是的。是要這樣理解喔。Qiong (藏音) 是從哪裡來的，那從哪裡來呢？從輪迴出來的。從輪迴出來是不是堅固呢？就是叫 Nei Ba (藏音)，就是堅固。所以 Nei Ba Qiong (藏音) 平常的解釋是完全脫離，或穩定地的從輪迴出來。

生：可是字典裡面，Qiong Wa (藏音) 是出現或生起的意思，Nei Ba 是獲得定解，確定肯定的意思。這樣講，Nei Ba Qiong Wa (藏音) 是生起定解，生起一個很堅固的見解。那跟出離有什麼關係呢？

師：不是！剛剛講的 Qiong 是出現，出生或出來的意思。若問從哪裡出來？回答是從輪迴出來。若問從輪迴出來，有沒有穩定？回答是 Nei Ba Qiong，Nei Ba 是穩定，Qiong 是出來。

心類學 -19

- 調伏意樂

上次講到見煩惱，這五個還沒講完。在龍樹菩薩 《中論》最後第二十七品快要結束時，有一偈頌是對世尊的禮讚，這個偈頌是：「瞿曇大聖主，憐愍說是法，悉斷一切見，我今稽首禮」。《中論》從第一品到第二十七品，一直講空性，在最後龍樹菩薩想: 世尊引導眾生時，無論是直接的或間接的，一直努力引導眾生趨入空性的法。世尊這種努力傳法的目標是為什麼呢？目標是悉斷一切見，所以是 「憐愍說是法，悉斷一切見」。為什麼會斷除見煩惱呢？因為一切如母有情，在輪迴中不停地受苦，原因在於業跟煩惱。業來自煩惱，主要是煩惱中的見煩惱。平常說薩迦耶見是輪迴的根本，這是以見煩惱為主。行者怎麼能斷除見煩惱呢？這需要另一種相當正確的智慧，即空正見。所以，現在學的見煩惱，對行者有什麼幫助呢？行者若對所要斷的見煩惱，有正確的認識，就會對行者在對治見煩惱上有幫助。

現在學習見煩惱的目標就是在以後我們對治見煩惱時，能對治所有見煩惱。應該以這個的目標，調整我們的意樂來學習世親菩薩造的 《大乘五蘊論》與無著菩薩造的 《上阿毘達摩》。學習這兩部論，將來在對治見煩惱時，就不會認錯所有的見煩惱。

- 正講
- 見取見

《大乘五蘊論》：云何見取。謂即於三見，及彼所依諸蘊，隨觀爲最、爲上、爲勝、爲極，染污慧爲性。

《集論》：何等見取？謂於諸見及見所依五取蘊等。隨觀執爲最、爲勝、爲上、爲妙。諸忍欲覺觀見爲體。執不正見所依爲業。

現在介紹見取見，見取的是將一些不正確的或顛倒的見，當成是要取的、是最好的。它的對境 — 這些不正確的見，在《大乘五蘊論》裡分為三個。這三個分別是一、薩迦耶見，二、邊執見，三、邪見。這三個上面是什麼樣的執著呢？也就是這個是它所要取的。對於它所要取的，這裡用一些不同的詞來表示，「隨觀為最、為上、為勝、為極，染污慧為性」。首先是「為最」，意思是它是最高級的，心裏有一點我可以有慢心的感覺。好像有這個見，我是可以生起慢心的，我是一個最好的，這就稱為「為最」。然後是「為上」，這裡藏文和中文有點對不起來，現在決定照藏文講。如果有這三種見，我們會覺得很了不起，心裡生起慢心的感覺，這是第一個。再來是對於這三個見，看成是最偉大，在見解裡它是最好的見。第三個是當這三種見解跟其他見比較時，不覺得其他的見可以跟它比，他內心覺得其他的見跟它完全沒得比。

第四個是沒有另一種見解，跟它等級。見取見的來源「即於三見，及彼所依諸蘊。」所以，不只將三種見看作最偉大，最好的，連見影響的五蘊或見存在的五蘊，所依的五蘊是什麼呢？具備有這個見的補特伽羅，認為這樣的補特伽羅是非常好的。比如說，有些人會將一個宗教看成最偉大，也會將修這個教的人看成跟其他人不一樣，認為這樣的人是最好的人。這就是所依五蘊的意思，這個見所依的五蘊，五蘊代表的是，補特伽羅的所依，有具備這個見的或是所依的五蘊 — 即這個補特伽羅，將他們看成是最偉大的。

上次已解釋過「忍、欲、覺、觀、見」，現在就不再解釋，這五個就是它的的體性。《集論》多了作業的部分，它的作用是「執不正見所依為業」，意思是，不會離開這個見，跟這個見越來越親近，好像越來越無法離開。誰會讓我們這樣呢？內心有見取，其作用就是這樣，所以執不正見所依為業。

- 戒禁取見

《大乘五蘊論》：云何戒禁取。謂於戒禁，及彼所依諸蘊，隨觀爲清淨、爲解脫、爲出離，染污慧爲性。

《集論》：何等戒禁取。謂於諸戒禁及戒禁所依五取蘊等。隨觀執爲清淨、爲解脫、爲出離。諸忍欲覺觀見爲體。勞而無果所依爲業。

《大乘五蘊論》所闡述的戒禁取見跟「見取見」差不多。它先解釋主要的對境是戒與禁及它們所依的諸蘊。戒和禁及其所依的五蘊，都是它的對境。在這個對境上，將它認為是所要取的、最好的。戒禁取，其中「取」的意思，就是將它看作是最好的。所以，戒禁取見煩惱的對境，主要是戒、禁，以及戒禁所依的五蘊。然而，戒和禁有何區分呢？這裡不論是戒或是禁，都是不正確的，也就是沒有什麼意義的戒，實際上，沒有什麼作用能讓人解脫，也沒有作用讓人來世得到增上生道。因為心中有邪見或薩迦耶見，邪見的來源是薩迦耶見和邊執見，依這兩個而產生邪見。在這三個見後面，就產生「見取」的見煩惱。在它的後面，又產生第五個 — 戒禁取 — 這個見煩惱。為什麼戒禁取會是煩惱呢？因為這四個見煩惱的後面，會有很多的規定出來。比如說，身語意上該要持什麼樣的戒，受什麼樣的戒，什麼樣的規定，這些都是完全不正確的戒律。

「禁」的意思是，非常努力辛苦，精進的修行行為，就稱為禁。所以禁就是按照戒的規定下，還更認真，在身語上的行為，比如說，有的人焚燒自己的身體，或是砍斷自己的頭、手指，有時完全不吃飯，不穿衣服，像這類不正確的修行行為，就稱為戒禁。這樣的行者，持守這個戒，那個戒，非常精進、非常努力辛苦的行者，這些人就是「彼所依諸蘊」，持守這些不正確的戒和禁的行者，這個行者就稱為所依五蘊。

對於這方面，持怎樣的觀點呢？認為它，為清淨、為解脫，為出離。「為清淨」的意思是，它可以去除惡業。「為解脫」意思是，它去除的不只惡業，還有惡業的來源 — 煩惱，因為煩惱之心好像綁著我們，當心很煩時，心就好像被綁著的樣子。所以，當被煩惱綁著的心鬆開時，就稱為解脫。

「為出離」的意思是，透過戒禁的行為，能脫離輪迴。我們將戒、禁，及持戒禁的行者，這三個對境，看作是清淨，意思是，若這樣做，就會去除我們的業障。看作是解脫，意思是，若這樣做，就會去除我們的煩惱。看作是出離，意思是，若這樣做，就會出離輪迴。這樣的見解，是個染污煩惱，是以染污慧為本性。這些是《大乘五蘊論》對戒禁取見的闡述。《集論》的解釋多了，忍、欲、覺、觀、見。這五個前面已經講過，不用再講了。另外還多了它的作用，它的作用是「勞而無果所依為業」。戒禁取的作用，是讓人受到無意義的勞累，最後沒有結果。

- 邪見

邪見這部分，《大乘五蘊論》是在「見取見」的前面。

《大乘五蘊論》：云何邪見。謂或謗因，或復謗果，或謗作用，或壞善事，染污慧爲性。

《集論》：何等邪見。謂謗因謗果。或謗作用。或壞實事。或邪分別。諸忍欲覺觀見爲體。斷善根爲業。及不善根堅固所依爲業。不善生起爲業。善不生起爲業。

先說明它的對境，它的對境是毀謗！毀謗的對境有因，有果，有作用，還有善事。事就是「有」的意思，中文講得比較清楚，藏文只有講「事」。這邊先是因，再是果，再是作用，再是善事，這是什麼意思呢？首先，因上面的毀謗是什麼樣呢？平常會講，若我今天造作這種善根，將來會有什麼樣的幫助。所以今生做的有一個因的作用，它就是因。若將它看成「沒有什麼因，沒有什麼作用」，這就是毀謗因的部分。造惡業時，這是不好的因，若造了惡業，種下不好的因，卻完全不相信。反而認為「我哪有造作什麼不好的因？哪有種下什麼不好的因呢？」這樣毀謗，就稱為毀謗因。

毀謗果的意思是，做完了這件事之後，來世你會有很好的果報，在這方面也不相信，就稱為毀謗果。毀謗作用是對現在而言，比如說，要孝順父母，或要世界和平，對這些事不認同，或覺得不必孝順父母，這種就是毀謗作用。

毀謗善事，應該是善的法，善的存在的法，這是什麼樣子呢？一般會說有解脫，比如，有天人，有護法，有阿羅漢，有菩薩，也有佛。這方面就稱為善事，若在這方面毀謗，就稱為毀謗善事。簡單地說，毀謗的對境有因，有果，有現在我們看得到的不是講因跟果的，也有另一個存在的。所以，一個是因跟果，這就是一種前後的，另外兩個是現在的。這兩個現在的，又可分為一個是看見的，一個是看不見的。所以，毀謗的對境主要分成這四個。這就稱為「邪見」。

在《集論》沒有什麼特別，只是後面多了體性的解釋，它是以忍、欲、覺、觀、見為本性。然後，它的作用是「斷善根為業、不善根堅固所依為業、不善生起為業、善不生起為業」。所以，邪見會讓善和不善的部分，若已經存在的，善的部分會滅掉，不善的部分會堅固。若尚未產生的、就未來的來說，善的部分不會生起，惡的部分會繼續生起，這是邪見的作業和作用。

生：《大乘五蘊論》跟《集論》的翻法不太一樣，《大乘五蘊論》是說壞善事，依中文看來，善事就是好事，應該做的事，善的事情。《集論》翻為壞實事，按中文講，實事好像是個 fact 或 truth。壞實事，似乎是說有些事是事實，可是他說不是。是這個的意思嗎？謗因、謗果、謗作用，剛剛您講得很清楚。壞實事這個地方，剛剛您講到三寶。可否再舉些例子以瞭解這兒所說的壞實事或壞善事。比方說，沒有前後世，不承認三寶，是這樣的事嗎？

師：我也搞不清楚。依藏文看，《集論》和《大乘五蘊論》用的是同樣的字，它就是「實事」，完全沒有講「善事」。這裡講出來善事，跟藏文對的話，就對不起來。說不定這裡也跟《集論》一樣，是實事，不是善事。重點是，他所講的就是剛剛提到的，一個是因和果，也就是一個是前跟後的，另一個是看不到的。現在因的階段，也是看不到的，真正有沒有作用，看不到的，將來會有什麼果報，也是看不到的，它是距離很遠的一個，這就是前跟後的一種。但是，它不是講前後因果的關係，它是講實際上存不存在，在不在意的這個部分，它是一種「作用」。比如說，現在要孝順父母，要世界和平。實際上說，它真的有一個作用，它對人有幫助，這是看得見的，在這方面毀謗，就是謗作用。

另外一種，是它實際上存在，但是它是看不到的，比如說佛菩薩，我們看不到。你剛剛講的前後世，雖然說前世會影響到今生，今生會影響到來世，若這樣說，這就變成包含在因果裡面。現在講的不是這種，只是談論前世後世有沒有，這就可以包含在講實事裡面。沒有佛，沒有護法，也可以說沒有鬼，所以就不是只有善事。

見煩惱算是講完了，六根本煩惱講完了。

生：曾經聽過有燃指供佛，燃身供佛，這些算是戒禁嗎？應怎麼理解呢？

師：戒禁取來源的認定是邪見、見取，從那邊產生出來的，從那邊想出的規定，就變成戒禁取。外道從邪見、見取中有了一個規矩，從那邊就有這種見煩惱，然後就規定出一些行為，像燃指。法稱論師造的《釋量論》中舉了戒禁取的例子，其中包括燃指的行為，所以我也舉燃指的例子。但是不可說所有的燃指都不正確！應該要這樣區分，燃指的這個行為，它的作用，若是使我們心裡清淨，去除煩惱，或是淨除我們的業障，真的有作用，那就不是戒禁取。若沒有這些作用，那就是戒禁取。所以這很難判斷、分別的樣子。去除惡業和去除煩惱，二者有一點不同。有何不同呢？煩惱是內心的，心理的東西，然而，惡業是行為做出來的階段，所以兩個有點不同。當要去除這兩個，也有不同的作法。若是要去除業障，應該以身語行為盡量地做出來。若是要去除煩惱，以身語做出來的行為沒有什麼作用，因為它是煩惱。那麼應該怎麼去除它呢？應該生起或是修持跟它相反的智慧來對治它。然而，業已經不是煩惱的階段，它不是心裡的東西，它是接著煩惱後面，好像已經做出來的炸彈，已經做出來的東西，「業」是這樣。

「業」不是心理，不是心，而是已經存在的東西。當要去除它時，必須要是一個行為，因為當初造作時，也是一個行為，所以要去除它，一樣必須以身語的行為做出來，而將它去除。我們可以念經、持咒、禮拜、供養，還有剛剛講到的燃指等行為，或是像密勒日巴蓋九層樓，密勒日巴尊者遵行上師馬爾巴尊者的指示，一直蓋了又拆，拆了又蓋。從去除業障來說，必須要這樣做，它不只是內心要做的，它一定要是一個行為、行動出現，然後才能去除這個業障。所以，這二個有點不同。至於剛剛講的燃指，若內心有正確的見解，意樂是正確的，然後真的在辛苦中做出來，對去除業障來說，幫助蠻大的。

生：剛剛去除業障那部分，您說是一個行為，例如以念經或禮拜，這樣的行為。若以三十五佛拜懺來對治業障，若沒有唸出來或禮拜，只在心裡想那些佛號，是不是就沒有用了？若只有在心裡緣念那個佛號，這樣算是有對治業障嗎？沒有唸出聲的話，這樣算嗎？

師：剛剛講的，你或是禮拜，或是唸誦佛號，這些都是行為，行為必須做出來。若不禮拜，也不唸佛號，只是在心裡想一想。沒有這樣的功課！當然若有禮拜，又唸出佛號來，比起只有禮拜而不唸佛號，功德更大。

生：大家的問題是在於，唸有一種是唸出聲音來，有一種是心裡默唸，所以像之前您講解功課時，提到可以隨時做功課，比方說在公車上做功課，是沒有聲音的默唸，這個算嗎？

師：沒有說過沒有聲音的唸，應該是有聲音的唸，但是別人聽不到，自己可以聽得到，平常閉關時都是這樣！所以就是別人聽不到，但是自己可以聽到。

- 五個見煩惱的其他分類

後面講到一些對這五個見煩惱的分類。

《集論》：如是五見。幾增益見。幾損減見。四是增益見，

平常應該是用這個詞 — 增益見，損減見。在這五個見裡面，邪見是損減見，其他的都是增益見。因為邪見是毀謗的，所以，它是損減見。這裡回答：四個是增益見。它的理由是什麼？

謂於所知境增益自性及差別故。於諸見中增益第一及清淨故。

這裡列出四個理由，對於所知，薩迦耶見是在自性上增益。邊執見是在差別上增益。見取是在見上增益第一，第一就是最好的意思。戒禁取是在見上增益清淨，也就是將戒禁看作清淨。所以這兩部分，應該這樣說。先講薩迦耶見和邊執見，它是對於所知上的增益，增益什麼呢？增益自性和增益差別。見取和戒禁取對什麼上面增益？對見上面增益。增益什麼呢？增益第一和增益清淨。

一多分是損減見。

一多分是邪見，邪見就是減損見。這裡可能是這樣，邊執見是一半一半，一半是損減見，一半就是增益見，比如說常邊和斷邊。從斷邊來說，它是損減見。從常邊來說，它就是增益見。所以損減見、增益見，它就是一半一半。有可能一多分損減見，意思是，一個是邪見，然後加了多分，應該指的是邊執見裡面的斷邊的這一半。

計前後際所有諸見，彼於此五幾見所攝。謂或二或一切。

剛才第一個問題是，五個見煩惱裡面有多少是增益見？有多少是損減見？這兩個已經有答案了。現在第二個問題是什麼呢？在《入中論》的裡面曾經提過世尊不回答的問題共有十四個，稱為十四個無記，世尊為什麼不回答呢？因為聽眾的心裡已有一個見解，故世尊不回答。聽眾的心裡有什麼樣的見呢？共有十四個見，這十四個見裡面有，跟前世有關係的，跟後世有關係的，即《入中論善顯密意疏》「世間有邊，等取無邊，二俱，雙非；世間常，無常，二俱，雙非；如來死後有，非有，二俱，雙非；身即命者，身異命者，許此十四見，為不應記故。」這段內容裡面，跟前際有關係的有四個，跟後際有關係的有四個，與涅槃有關的也有四個，還有跟身和命有關的有兩個，總共這十四個，稱為十四無記。這個有點複雜，各位不用學。這裡所講的，是跟前後際有關係的見，其來源是五個見煩惱中的哪一個呢？它的回答是：二或者是一切。就是有的見來自兩個見煩惱，有的來自一切的見煩惱，即五個見煩惱全部。

「前後際所有諸見」，指的是前後際，就是十四個裡面的前面八個，與前際有關的有四個見，與後際有關的有四個見，這些見從哪裡產生的呢？它是從五個見煩惱裡面的哪個產生的？若這樣提問的話，回答是有的是依靠兩個見煩惱，有的是依靠一切的見煩惱。這裡比較多，十四無記以後再慢慢瞭解，這樣回答就可以了。這是第二個問題，再來是第三個問題。

於不可記事所有諸見。彼於此五幾見所攝。謂或二或一切。

剛剛講了十四個裡面的八個，剩下來的是跟涅槃有關的及跟生命有關的，總共有六個。這些是從哪裡產生的呢？也是從二個或一切的見煩惱，這是回答。再來是第四個問題。

薄伽梵觀何過失故。於蘊界處以五種相非毀執我。

第四個問題是世尊看到什麼樣的過患、過失，因此他不斷地開示無我，以去除我呢？他看到什麼過患呢？他看到五個過患。這五個過患就是我執的五個過患。我執即薩迦耶見，有五個過患，哪五個過患呢？

由觀彼攝受薩迦耶見者。有五種過失故。謂異相過失。無常過失。不自在過失。無身過失。不由功用解脫過失。

這段講到薩迦耶見的問題。薩迦耶見是不正確的，它跟實相不符合，這就是它的過患。世尊看到這點，所以才宣說要去除我，或他不斷地開示無我。首先是異相過失，再來是無常過失，接著是不自在過失，然後是無身過失，最後是不由功用解脫過失。在這五個過失裡，第一個異相過失的意思是，它是跟法的實相完全不符合，這就是「異相過失」。

跟隨它之後，最後是失敗，這就是「無常過失」。跟隨它之後，就會完全不自在，被它控制，這就是「不自在過失」。然後是「無身過失」，意思是，不只是不自在，好像變成身心都不是自己的，好像被它利用，完全不是自己的，有這樣的過失。最後第五個過失是「不由功用解脫」的過失，這是什麼意思呢？它若是一個正確的想法，或它的想法符合實相，所有的眾生一定解脫了，因為所有眾生沒有無明，自然就會解脫。意思是，若要解脫，必須是非常辛苦，因為這是它的過患，薩迦耶見所造成的。總之，這些是薩迦耶見的五個過失。

生：不瞭解什麼是失敗，無常過失可否再解釋一次？

師：首先，要明白佛並沒有死，佛完全不會死亡，然而我們有死亡。這個問題在哪裡？這個問題我們要思惟。我們為什麼有死？此處的無常，並非平常講的一切有為法無常！這個死不是變化的意思，實際上，我們的生命最後會完全結束，然後再重新開始另一個生命。為什麼有這種的死亡？佛完全沒有死亡，原因在哪裡？原因就是佛的身體或佛的淨土，或佛的果位，其來源是正確的，是最高級的智慧和愛心，是圓滿的正確的思想。從那裡所產生的果報一定是堅固的，像金剛果位，完全不會變。因為它的因是如理的，也就是非常真實、真諦的力量，因此其果報越來越堅固。

然而，輪迴裡，就會有死亡。雖然輪迴裡出現不同的果報，眾生或是痛苦或是享受。但是最終，它會結束，不像佛的果位。為什麼會有結束呢？因為它的因是假的，是不真實的。這個因就是薩迦耶見，它本身完全不符合實相，是錯亂的，錯誤的想法，因此它的果報，不論如何，最終一定會消滅，最後一定會失敗，這就稱為無常的過失。這樣講，我們會舒服一點！薩迦耶見註定是失敗的，它怎麼做也做不成，輪迴不是永遠堅固，所以我們永遠有希望解脫。

生：不自在過失和無身過失，似乎分不太出來，感覺好像都是被控制不由自己。請問二者的差別在哪裡呢？

師：不自在還沒有像無身過失那麼嚴重，不自在的意思好像是我們有身體，或我們有一個我的部分，但是還是被另一個控制。無身時，連我們的身心都不是自己的，好像沒有一個是我們的，這兩個有一點差別。其實這些道理是關聯的，但是想的時候，有一種角色不同的想法，一般說，過患多有這樣的情況。

心類學 -20

- 調伏意樂

學習心類學這門課，我們用的本子，除了《理路幻鑰》之外，還用了《大乘五蘊論》和《集論》作心王及心所這部分的補充。為何要補充得這麼詳細呢？主要是因為心王心所很重要。心王是補特伽羅或我們這個「我」，我們生生世世內心中一直有一個我，無始無終都有一個我，這個我的續流，不論是好壞或苦樂，依靠的都是心王，所以心王很重要。雖然心王是「我」的主要影響，但是心王要依靠心所，從心所那邊影響心王，所以，同樣地，心所也相當重要。比如說，「我」的好壞，必須依靠心的好壞。而心王的好壞，必須靠心所的好壞，心所會影響心王的善惡，所以，學習心所也非常重要。

- 正講

到目前為止，已經學習了十一個善心所及六根本煩惱。現在探討與五種見煩惱相關的問題。

於五取蘊有二十句薩迦耶見。謂計色是我，我有諸色，色屬於我，我在色中。

首先要理解，薩迦耶見是輪迴的根本。意思是當我們有一種「我」的執著時，它就會不讓我們脫離取五蘊的狀態。也就是若一直執著「我」的話，則無法脫離五取蘊。「取」是輪迴的意思，或者「取」是受業和煩惱控制的，或業和煩惱控制造出來一個五蘊，它是我們所取的，要承受的，要接受的。或者是果報出來時，就變成取蘊。所以，取蘊的「取」，有時解釋為「所取」，有時解釋為「能取」，兩種都可以。以所取來說，業跟煩惱造出來的

五蘊，就稱為「所取」。以能取來說，由業跟煩惱所造出來的有漏五蘊，它有一種體性，即它會不停地再給眾生有漏五蘊，或是不停地讓眾生生起煩惱，讓眾生造惡、造業。因為這種體性的緣故，它後面就一定有一個所取的五蘊。所以，「取五蘊」的「取」可以解釋為能取、所取。用「取五蘊」這個名相時，這個「取」既是因，又是果。它既是因，又是果，這會變成沒有結束，它會一直在那裡。所以，五取蘊的「取」就變成輪迴的意思。

要怎麼解釋「五蘊」跟「我」的關係呢？「我」是依於五蘊上假名安立的，它不是真正自性而存在，或它沒有能獨立實質有的自性。雖然它的體性是這樣，但是凡夫看不到「我」的實相。所以，誤解我與五蘊的關係。因為誤解而變得很執著，導致自己不停地在生死中流轉，一直會取五蘊，故稱它為五取蘊。我執與五取蘊是有關係的，也可以說，我執與輪迴是有關係的。它們的關係是什麼樣呢？我跟五蘊中間有一個關係，但是這個關係我們完全不清楚，我們將它認錯，這種認錯的見解，就稱為「薩迦耶見」。

薩迦耶見也可譯成「壞聚見」，「壞聚見」的「聚」指的是五蘊，「壞」的意思是我們將五蘊看成很堅固，不是容易壞的。同時，也將依五蘊存在的我，看成是能獨立實質有或是有自性。這樣一種錯誤的見解就稱為壞聚見。所以，壞聚見的「壞」，就有「薩迦耶見是錯誤」的意思。薩迦耶見所想的聚或五蘊，將它當作不會壞，很堅固。而實際上，它是很容易壞的，不是那麼堅固的。所以，壞聚見中「壞」就有「薩迦耶見是錯誤」的意思。

各位應該都知道了，薩迦耶見或壞聚見，是指我們對五蘊跟我之間的關係完全不清楚或者錯誤的見解。這樣的壞聚見，會帶來一個不好的幻覺，這個幻覺出現，就是輪迴。所以，首先是錯

認五蘊跟我之間的關係，而有了執著心，從無始以來很長久的「因」這樣種下去，它的結果就是出現一個幻覺。這是什麼樣的幻覺呢？它出現了奇怪的現象，就稱為輪迴。所以，比喻輪迴如幻化，意思就在這裡。然而，這個幻覺的輪迴怎麼結束呢？《廣論》的毗婆舍那就是闡釋趨入真實性的方法。什麼是真實性？什麼不是真實性？趨入真實性的「真實性」將它指出來時，這個真實性就是法性或佛的法身，或可以說是佛的果位，這是真實性。

然而，不真實性是什麼呢？不真實性就是三界輪迴、或是煩惱及業的果報。那麼，真實性是什麼意思呢？我們心的本性就是佛性。我們完全不會承許心的本性有輪迴。心的本性就是佛性，所以心真正的真實性就是有佛的，它的原本的位子就是有佛的。所以輪迴是什麼呢？它不是真實性，它是幻覺。但是幻覺不代表不存在，在名言量中是存在的。這個幻覺或輪迴，怎麼結束呢？它的根源就是最初沒有認識我，沒有認識自己，真正的「我」是什麼樣子。這個「我」是空、是自性空。然而，它是空，或自性空，並不是不存在的意思！這個自性空，廣大到無法量，因為緣起的部分太細微、太廣泛，廣到無法量就變成空。所以，不可將空認為是沒有的意思。所以平常講到修持空性的行者，他們的心胸會很擴大，因為空性是廣到無法量的意思，這裡說的是薩迦耶見與輪迴的關係。

心的本性，或者是「我」的本性，是「無我」的情況，無我是有點超越我的情況，它的力量超級強，它的能力不可思議，無法量解的。我們必須要去除薩迦耶見，因為這個見是錯誤的、是顛倒的。若沒有去除薩迦耶見，這會讓我們無法脫離五取蘊。要瞭解，「五取蘊」和「五蘊」，二者不同！有人誤會這兩個是一樣的。因為五蘊來說呢？佛也有，佛也是補特伽羅，所以有五蘊。然而，五取蘊是輪迴裡面的。當講到補特伽羅時，我們所講的是

五蘊，並沒有說五取蘊。但是現在介紹的是五取蘊和五蘊連接在一起，它們是站在一起，但是不代表五取蘊結束時，五蘊會結束，五蘊一直會在，而五取蘊是會結束的。

必須理解，我們對「我」的執著，這是因為我們將它看作有自性，是能獨立實質有的。對於「我」這樣執著，先會有五蘊上的執著，接著就會有「我」上面的執著。這兩個執著會連在一起，並非前面是前面，後面是另一個新的。前面「五蘊」上的執著也會連到後面「我」上面的執著。「我」上面的執著，也會與前面「五蘊」上的執著連在一起。這是什麼樣子呢？這會是這裡所談的，每個蘊上可分為四個。

這四個是什麼呢？比如說，對色蘊來說，「色是我。我有諸色。色屬於我。我在色中」。要理解，「我」跟「色蘊」是有關係的，並不是沒有關係。無論是第一個關係也好，或第二個、第三個、第四個關係，都是「我」跟「色蘊」有關係的，不是沒有關係。若各位注意的話，在《入中論》的科判中，《入中論》分為五個。裡面講到色等蘊跟「我」是體性異的情況，這是一個我執，加上這裡說的四個，總共有五個。但是，「我」跟「蘊」體性異的這種執著，是外道的主張。我跟蘊體性異的情況下，我是存在的、我是有自性的。

這裡並沒有談到「體性異」的情況，只談到「體性一」。體性一的情況下有四個執著：第一種比較簡單，也就是「色蘊就是我」，這個執著比較容易理解。第二跟第三種就有一點麻煩，它是「我有諸色」及「色屬於我」，對我們來說這兩個比較難區分。「我有色」和「色屬於我」，兩個好像沒有什麼區別。依道理上講，它們是沒有區別的樣子，但是對內心的執著來說，就有一點不同。就內心的執著來說，「我有色法」意思是二者同時存在，同

時具備。然而，「色屬於我」意思好像色法是依賴我，依靠我的樣子。當執著時，若是「我有色法」，好像我和色法兩個同時存在，沒有前後的。若是「色屬於我」，其執著則是色法依賴我的這種。

「我在色中」，這種執著比較容易理解，這是我依賴色法。前面是色法依賴我，現在是我依賴色法。不管怎樣，這些都表示，我跟色蘊有關係。在這個關係的同時，有一個能獨立實質有的執著，因為現在是站在唯識的角度來說，故不需講自性能獨立實質有的這種的執著。能獨立實質有，這種執著是受什麼影響的呢？它是因為蘊本身是實質有，而我又跟蘊有關係，我與蘊是體性一。當這樣想的時候，我也同樣會變成實質有。

蘊跟我有點不同，比如說，以我的手來說，手在這裡我們可以指出來，「我」在哪裡？我們指不出來。這個「我」有時好像是心的感覺，有時好像是頭腦的感覺，有時好像無法指出來。「我」是名言安立的。但是我的手不是，它是實際上可以指出來的。所以五蘊是實質有，我不是實質有。

現在蘊是實質有影響到「我」也變成實質有。這是受什麼影響的呢？它是因為兩個的關係是體性一，在這種情況下會有這種執著。體性一固然沒錯，但是體性一的情況下，將它變成實質有，這個執著是不對的。現在講的執著有四種，第一種是色蘊就是我。第二種是我有色蘊。第三種是色蘊屬於我。第四種是我在色蘊中。後面兩個對法比較容易理解，一個是「色屬於我」，意思是色蘊是依賴我。另一個是「我在色中」，是我依賴色蘊。

但是第三個跟第二個的分辨比較困難，比較容易搞錯。因為，我有色蘊和色屬於我，好像差不了多少，但是這兩個不同。一個是我與色蘊同時存在，一個是色蘊依賴我，感覺是先有我，後有

色蘊。若可以理解我與色蘊的關係的話，其他的蘊和色蘊一樣，「我」與受蘊、想蘊、行蘊、識蘊，都一樣有這四種執著。

生：我可以這樣理解嗎？因為剛才您說「我有諸色」，意思是我和色蘊同時存在。意思是，這兩者或者同時存在，或者同時不存在。是這個意思嗎？後面「色屬於我」，您的解釋是，色蘊是依賴我，也就是我若不存在，色蘊就不會存在了。最後那個是反過來，可以這樣理解嗎？

師：這就是後面的兩個和第二個，即後面三個，都是這邊講的「我所」的薩迦耶見，前面第一個是「我」的薩迦耶見。而後面三個都是我跟蘊連在一起的執著。這種執著是我所的薩迦耶見。你的區分法也是可以的，比如說，我跟蘊是同時跟不同時，若是同時就是第二種執著，若是不同時就是後面的兩個 — 第三種及第四種執著。總之，我所的薩迦耶見有這三個。

生：剛剛講的，我跟蘊體性一，跟廖老師常翻的體一跟同體，意思一樣嗎？

師：一樣。

如是計受想行識是我。我有識等。識等屬我。我在識等中。於此諸見。幾是我見幾是我所見。謂五是我見。十五是我所見。

這就是五蘊的每個蘊，都可將它分為四個執著，所以各有四個薩迦耶見，最前面一個都是「我見」，剩下的三個都是「我所見」，三個乘以五，共有十五個「我所見」，第一個的「我見」— 隨著不同的蘊有五個。所以，我見跟我所見，大概是這樣。

生：五個是我見，十五個是我所見，接下來還有四行「何因十五是我所見」這裡還未講。

師：那些不用講。

生：「當言於事了不了耶。當言於事不得決了。」這句是什麼意思，可否講一下？

師：這就是薩迦耶見完全是壞聚見，「壞」即薩迦耶見是錯誤的意思。薩迦耶見應該是梵文直譯過來的，它的意義是壞聚見。所以，不管薩迦耶見或壞聚見，由這個詞可以理解，薩迦耶見本身就是錯誤。為什麼壞聚見本身就是錯誤的呢？剛剛講到，壞這個字的意思是，取的本身是很容易壞的，但是薩迦耶見會令我們將它看成不會壞，這就是「壞」的意思。同理，薩迦耶見是一個，「當言於事了不了耶」，意思是，它是可以觀察的？還是不可觀察的？

薩迦耶見，當言於事了不了耶？當言於事不得決了，如於繩上妄起蛇解。

「當言於事不得決了」，應該是提出「當言於事得不得決了耶？」然後接著回答，「當言於事不得決了」。為何不得決了呢？因為它是錯誤，是錯亂的，故沒有一個可以觀察，可以了解它的道理。如薩迦耶見的想法，理智性可以觀察嗎？不能！一定是，一觀察它就被破除了！所以它是不得決了。

它如什麼樣子呢？「如於繩上妄取蛇解」，將繩子當蛇的心，這種認知大家都知道是完全錯的。同樣的道理，薩迦耶見也是完全錯誤、完全顛倒。

生：您剛才談到，五取蘊只有輪迴才有，五取蘊結束，五蘊還在。那麼為什麼無色界的眾生會沒有色蘊呢？

師：應該這樣說，無色界眾生暫時沒有色蘊，不是永遠斷掉，因為他是暫時投生在無色界。無色界的眾生在輪迴中，暫時沒有色蘊。他成佛時，一定有五蘊，一定有五方佛，故一定有色蘊。

生：他為什麼沒有色蘊呢？

師：他只是暫時沒有。為什麼暫時沒有呢？因為是無色界的眾生，他連好的色蘊也沒有，壞的色蘊也暫時停掉了，大概處在這樣的階段。色蘊可分為有漏和無漏。以無漏色蘊來說，只有佛才有，成佛時就一定有。然而，有漏的色蘊，只有欲界、色界的階段才有，無色界的階段暫時沒有。但是不代表他的色蘊永遠斷滅。比如說，我們都去過無色界，現在回來了，又有了色蘊。所以無色界的眾生，他的色蘊只是暫時停掉而已，不能說永遠停掉。這個問題以前曾經講過，有漏的色蘊為什麼會結束？因為他對享受，一直生厭離，初禪、二禪、三禪、四禪，一直往上走時，他對外面的色、聲、香、味、觸，乃至內心的樂受，都非常反感，不能接受。隨著定力越來越高，在這樣的階段中，他會連外面的色聲香味觸，都暫時停掉。這就是無色界的階段。

0.0.0.1 二十隨煩惱

1. 忿

《大乘五蘊論》：云何為忿？謂遇現前不饒益事，心損惱為性。

《集論》：何等爲忿。謂於現前不饒益相。瞋之一分，心**怒爲體。執杖憤發所依爲業。**

首先，《大乘五蘊論》講到「忿」的對境，它好像現場存在的樣子，「謂遇現前不饒益事，心損惱為性。」它是一個境，這個境是現場存在。接著是「恨」。

2. 恨

《大乘五蘊論》：云何爲恨？謂結怨不捨爲性。

《集論》：何等爲恨。謂自此已後，即瞋一分，懷怨不捨爲體，不忍所依爲業。

結怨的意思是，前面忿的事情是現前的，而恨的對境不是現前的，它是過去的，心裡繼續有一個結，這個結綁在內心，心裡繼續想，自己要怎樣報復，或跟他結惡緣，或這個惡結更不放鬆，是這樣的體性。

《集論》的解釋方式有點不同，它將體性和作用分開。首先，它的體性是「謂於現前不饒益相。瞋之一分，心怒為體」。它的作用是「執杖憤發所依為業。」若將它與《大乘五蘊論》比較，其對境都是現前的「謂於現前」，這部分二者一樣。《集論》對忿的體性解釋得更清楚，它是瞋之一分。必須瞭解，講隨煩惱時，一切隨煩惱都源自根本煩惱。二十隨煩惱一定有它的來源 — 即六根本煩惱。

不論是忿或恨，都是從六根本煩惱中「瞋」煩惱發起的。所以，這裡講到是「瞋之一分。」它屬於六根本煩惱中哪個煩惱？

它是受到哪個煩惱的影響？它是哪個煩惱的範圍？它是六根本煩惱中，那個煩惱的結果？是六根本煩惱的瞋煩惱那邊出現的。在體性這部分，《集論》解釋得比較清楚。至於作用，《大乘五蘊論》沒有講。它的作用是什麼呢？比如說，當正面對一個罵我的人，這是現場的，我內心馬上想罵回去或打回去，有這樣的作業。

「恨」的部分，《集論》提到，它是「謂自此已後」。這個「此」指的就是前面的「忿」，前面「忿」的對境是現前，當現前時，心裡想要罵回去或打回去，可是沒有做。之後，心裡會想一定要好好報復，這就是「恨」。所以，它是「自此已後即瞋一分懷怨不捨為體。」瞋一分，其解釋和前面的一樣。在六根本煩惱中，它屬於瞋這部分，「懷怨不捨為體」。接著，它的作業是「不忍所依為業」，也就是心裡繼續無法接受，這種繼續無法接受是誰帶來的呢？是恨心所帶來的。若恨心所存在的話，心裡完全無法接受的感覺就愈來愈強，愈來愈烈，所以它是不忍的作業。

3. 覆

《大乘五蘊論》：云何爲覆？謂於自罪，覆藏爲性。

《集論》：何等爲覆？謂於所作罪他正舉時。癡之一分隱藏爲體。悔不安住所依爲業。

覆這部分，《大乘五蘊論》講到，它的對境是「自罪」。「覆藏為性」是它的體性。《集論》講得比較細一點，它指出是什麼時候將自己的罪覆藏？「謂於所作罪他正舉時」，比如說，出家眾每個月兩次誦戒，在古時候，每個月兩次誦戒時，僧眾中自己破戒的，犯戒的，一清二楚都要講出來。有的人就不接受，好像自己很丟臉，想出各種不接受的理由。現在講的就是這個意思 — 覆

藏。六根本煩惱中，它是受什麼煩惱影響的呢？受癡煩惱影響的。癡煩惱如何影響的呢？比如說，若他這樣覆藏的話，第一個他沒有消業、沒有去除惡業、沒有懺悔。第二個，罪業會繼續增長廣大。為什麼會增長廣大呢？出家眾的戒律中有不可覆藏這條戒，不可覆的，而他覆藏了，所以覆藏本身也是一種罪。本來已經犯了一個罪，現在再將它覆藏，罪更多，一天的覆藏就多了一個罪，兩天覆藏就多了兩個，三天覆藏就多了三個，就這樣，罪就增長廣大了。多了這麼多的果報，這些果報他沒看到，這就是愚癡，所以它是癡之一分，「隱藏為體」是它的體性。然後，它的作用是什麼呢？最後有很大的後悔。最後就是快要往生時，會產生非常強大的後悔，但是已經來不及了。又，在還未後悔這段時間，不會安心，因為自己有一個犯罪感，因為自己隱藏自己的罪，所以是「不安住所依為業」。這是二十隨煩惱裡面的第三個。

4. 惱

《大乘五蘊論》：云何爲惱？謂發暴惡言，尤蛆爲性。

《集論》：何等爲惱。忿恨居先瞋之一分，心戾爲體。高暴麤言所依爲業。生起非福爲業。不安隱住爲業。

「惱」與「覆藏」有關連，怎麼樣的關連呢？比如，當他人對我們慈悲，想幫我們消除這些罪，所以在大眾中問我們一些問題，或讓我們發露懺悔而認錯，但是我們就生起瞋恨心，很想用非常不好聽的句子回答他，這種就叫惱。特別是以惡言回報，故云「發暴惡言，尤蛆為性。」就是非常想用不好的語言報復他或當下非常想罵他，「惱」就是這個意思。《集論》講，「忿恨居先瞋之一分，心戾為體。」先有忿恨，然後生起惱，惱也是六根本煩惱中瞋心引生出來的，所以是瞋之一分。「心戾為體」是它的體

性。它的作業是「高暴麤言所依為業、生起非福為業、不安隱住為業」。這樣的心，首先有很想罵回去的作業，而且是以高暴的麤言罵回去。又，惱心所會讓人造惡業，即「生起非福為業」之意。因為這種心特別惡，這種惡心會讓人造惡業。於是，自己完全不愉快，故是「不安隱住為業」。

生：「云何為惱，謂發暴惡言，尤蛆為性」，尤蛆為性是什麼意思？

師：「謂發暴惡言，尤蛆為性」，它與第一與第二個有關。隨煩惱裡面第一個是忿，第二個是恨。忿的時候，當下就罵了，結了一個不好的緣。第二個恨，就接續著忿，在心裡繼續留著，就是恨。然後在心裡就會盤算準備好，將來當我遇到他時，我要講什麼話，怎麼樣的兇他，用什麼樣的詞來罵他，用特別狠的詞來刺他，因為準備很久了，所以很有力，能夠進入他的心中，讓他的心有很刺的感覺，對方的心會很痛，惱就是這個意思。「謂發暴惡言，尤蛆為性」。藏文的意思是鑽入眾生的心，刺進去的樣子。說的話很粗惡，就會刺到他的心裡面，對方心很痛，傷人感情。我們心裡從第一階段忿、第二階段恨接下來，心裡準備很久，平常心就一直想當遇到這個人時，我要講什麼惡毒的話，這些話一講出口，對方真的是受不了的。[11]

5. 嫉

《大乘五蘊論》：云何為嫉？謂於他盛事，心妒為性。

11. 筆錄者註：這裡有些討論，有同學認為「蛆」是「粗」字之誤，經比對藏文辭意，「蛆」字似乎無誤。課後再做查證，尚有其他經論以「尤蛆」或「蛆」表達因「惱」造成暴戾囂張，以惡毒言語傷害他人，像蜈蚣螫人一樣。蛆為蝍蛆，即蜈蚣也。

《集論》：何等爲嫉。謂眈著利養不耐他榮瞋之一分，心妒爲體。令心憂慼不安隱住爲業。

嫉妒是貪和瞋合在一起的，它具備了六根煩惱中貪心和瞋心。先有貪，接著有瞋，兩個連在一起就是嫉妒。嫉妒的對境是「謂於他盛事」，這是對其他人圓滿的地方，起了貪心。對這些圓滿盛事，他有貪心。但是這些盛事，卻發生在別人身上，尤其是自己所討厭的人身上，於是心更無法接受，就不愉快、不高興。「心妒為性」就是後面不能接受，這是貪與瞋連在一起的情況。《集論》的說明比較清楚，先講「嫉」的體性，它是「謂眈著利養不耐他榮」，就是貪著其他人圓滿的地方，然後，因為盛事出現在別人身上的緣故，所以自己就不愉快，而後就生起瞋恨心。

它是瞋心的一部分，從那裡就產生了嫉妒心。所以，先有貪，然後有瞋，接著瞋的後面，就有嫉妒心。所以，它是「瞋之一分，心妒為體」。它的作業是「令心憂慼不安穩住為業」。因為這樣，而令心無法愉快，無法穩定，這就是嫉妒心。嫉妒心是自己要有，但他人卻不可以有的心，這種心蠻可惡的。剛剛提到，他有貪，貪就是自己要，但他人具有的時候，他則無法接受。這種心就是嫉妒心。

這種心怎麼對治呢？平常說「隨喜」可以去除嫉妒心的罪，所以修隨喜挺重要的。嫉妒心那麼可惡，行者應透過隨喜，將它去除。嫉妒心帶給人很大的痛苦，它是沒有必要的，是可惡的，它會擾亂心。要理解，嫉妒心有貪心的成份，也有瞋恨心的成份。貪心這部分，行者可用知足來對治。一般人總認為貪心會帶給人快樂，然而真正能帶來快樂的是知足，不是貪心。行者應知足自己有佛性，這是最可知足，最可歡喜的。另外，今生能得人身，也是最令人歡喜的。沒有必要跟人比，因為我永遠無法變成他，

比較是沒用的。比如，心理醫生講的，「一朵蘭花想當玫瑰花」，它怎麼嫉妒玫瑰花，都沒有用，這樣作，只是便顯出自己的笨。自己好好長出蘭花，是最好，最美的。同理，現在我們已得人身，對自己來說，這是最莊嚴的，沒有比這個更好的。世界上像自己的，找不到第二人。所以世界上有自己的這部分，是自己的獨特處。我有自己的能力，有自己的特色，這是他人搶不到的。這是自己要發光，要發光出來。所以，要歡喜自己，要知足，這很重要。總之，透過修持知足，去除這種貪心及嫉妒心。

生：聽起來，嫉妒心的確可以去除，可是會不會在去除的同時，出現另一個副作用 — 增長我執 — 呢？

師：前面講到，若需要我執的話，這個我必須是廣大的，最大的，最高的。廣大到變成「遍一切」，這樣的我是最好的。沒有自己的，只有這個位置，就是自利利他，什麼都能圓滿，這是最好的。阿底峽尊者的老師金洲大師，他有一本著作《用我執修菩提心》。怎麼用我執修菩提心呢？就是剛剛講的，若要真正地愛自己、對自己最好的，必須做到的就是要成佛。這怎麼講呢？在《廣論》裡面也有講到。比如說，利他是最好的自利，這個部分沒搞清楚的話，則無法去除小乘的心。利他是最利自己的，這個道理要能通達，這是重要的關鍵。這點若沒有通達的話，怎能捨棄小乘的問題 — 自私 — 呢？所以要理解，利他變成最好的自利。這部分一定要通達。因為金洲大師持唯識的見解，他承許補特伽羅有自性，我是有自性的，但是他還是生起菩提心。所以，我有自性這樣的我執，藉用它可以生起菩提心，這也有道理。

生：這是有階段性的，也就是對現階段是這樣，可是當真正發起菩提心時，就不能有這種作意。對嗎？

師：沒錯，金洲大師也是一個階段性，慢慢地，最後當然連這種我執也破除。

心類學 -21

- 調伏意樂

心類學的課講到二十隨煩惱中的第六個煩惱。首先必須瞭解，隨煩惱與根本煩惱，二者之間，隨煩惱對我們來說，可能比較明顯，因為根本煩惱，是比較深層的，是從那裡生起這些隨煩惱。隨煩惱是從根本煩惱那邊產生出來的，對我們而言是比較明顯的。雖然隨煩惱比較明顯，但它的根是六根本煩惱。對我們來說，六根本煩惱時刻都在，因為它是根，故比較深層。所以，對於隨煩惱，要特別地學習。

初開始修心時，先對治粗的煩惱，慢慢地，再對治沉在下面的煩惱。對於浮在上面、比較粗糙的煩惱，我們先對治，所以，隨煩惱是我們先要對治的。慢慢地，就會有能力對治根本煩惱。若要對治隨煩惱，當然要先認識它，才能瞭解怎麼樣對治。所以，在隨煩惱這部分，必須要特別地學習及修持。

- 正講

1. 慳

《大乘五蘊論》：云何爲慳？謂施相違，心**吝爲性。**

《集論》：何等爲慳。謂耽著利養於資生具貪之一分。心**吝爲體。不捨所依爲業。**

《大乘五蘊論》講「謂施相違，心吝為性。」它與布施相違，布施是六度的第一度，是修行上非常重要的一環。首先要瞭解，布施為什麼重要呢？因為眾生對於世間的圓滿有強烈的貪著，一

切都放不下。由於放不下，因而造成一輩子都在辛苦地追求，對於準備來世這方面的修行，會造成很大的影響。所以，修行的時候，第一個要放下的就是對於今生的貪著。為了要放下這部分的緣故，必須修持六度中的布施度。然而，現在講的慳吝，正好與布施相反。慳吝的心會讓人無法修成布施，就好像修道上的第一道門就卡住了，擋住了我們。慳吝心可說是個非常大的障礙。《大乘五蘊論》談到它與布施相違，所以，要瞭解，擋住修行的第一扇門就是它。世間的行善，也是從布施慢慢開始，之後，行善部分能做得更大更廣。所以，應從去除慳吝心開始做起。

《集論》講到，慳吝是從六根本煩惱中的貪煩惱生起的。當貪煩惱生起時，眾生對財富、物質非常放不下。在放不下的情況下，就無法做利他的事。從這裡就卡住了，對任何事物，都一直要，永遠放不下，完全不會想到去分給別人。故 《集論》談到，「不捨所依為業」。他會捨不得給人。「慳」的根是六根本煩惱裡面的貪，行者要注意應如何去除它，這點非常重要。小時候就開始訓練，先布施一點點給外面的乞丐，之後慢慢地串習，當長大後，就會做更大的布施。

2. 誑

《大乘五蘊論》：云何爲誑？謂爲誑他，詐現不實事爲性。

《集論》：何等爲誑。謂耽著利養貪癡一分。詐現不實功德爲體。邪命所依爲業。

誑是騙的意思。是怎麼樣騙呢？實際上，自己並沒有真正的功德，而聲稱自己有功德。比如，有些人可能會說：「我見到佛菩

薩，我能跟佛菩薩溝通。」而實際上並不能，這就是騙人。講這種話時，這是誑。誑與後面第八個諂有關係。

「諂」是將自己的缺點藏起來，自身的缺點不讓別人知道。誑是自己沒有優點，沒有功德，但是故意說自己有功德。這兩個來說，一個是自己的缺點，藏在裡面不讓人知道，這是「諂」。一個是自己沒有功德，假裝有功德的樣子。比如一個出家人，實際上沒什麼修行，也沒什麼學問，學和修都沒有，但是當遇到在家人，就會說我有學問，我有修行，修到什麼的程度，這就叫誑。雖然出家了，卻沒有好好清淨修行，後面會有各種缺點產生。當缺點被別人知道時，還將它隱藏下去，不讓人知道，這就是諂。「誑」及「諂」兩個心所的目標都有貪心的意樂，都想從那邊得到尊敬，得到供養等。在家人也是，希望他人對自己，有良好的印象或非常尊敬。所以，誑跟諂是我們平常都有的，而且常常會做，因為大家都喜歡被人讚美，都不喜歡令自己的缺點讓別人知道，這就是誑跟諂。

一天二十四個小時，我們一直都會做誑及諂的事。我們可能有一點點優點，但是講出來的時候，就將它誇大兩三倍，這就是誑。當別人講到自己缺點的時候，就會避開它，將它藏下去，所以這兩方面我們都常會犯的。《大乘五蘊論》與《集論》講的內容有些差別，《集論》講到它的因，也提到它的作業。比如說，誑是從「謂耽著利養貪癡一分」。

這裡藏文和中文有點對不起來。中文版是「詐現不實功德為體。邪命所依為業」，可能中文和藏文有點差距，不過沒有關係。現在這樣理解，耽著利養，是貪著恭敬與供養，耽著利養是它的因，它的來源是貪心，它是從貪心來的。所以，不管前面的嫉妒，慳，誑，乃至第八個諂，都是從六根煩惱中貪心產生的。現在講

的耽著利養是從貪心那邊產生的。但是就它自己本性來說，有貪也有癡。耽著利養是它的因。後面講「貪癡一分」就是它的體性有貪的部分，也有癡的部分，故是「貪癡一分」。現在講的，與「慳」有點不同。慳的體性是貪心，它的因也是貪心，故慳是貪之一分，而誑心所的因是貪心，但是它的體性有貪也有癡。因為貪心是從前面的因接下來而產生的，它前面的因是癡的部分，比如說不太相信業因果，所以他就敢做。因為對於業因果上，他無知或不相信、不瞭解、不明白，而造成他敢造作這個誑。所以，誑的體性有貪的部分，也有癡的部分，故是「貪癡一分」。自己實際上完全沒有什麼了不起的功德，但是卻在他人面前表現得很有功德的樣子，這就叫誑。

它有什麼作業呢？就是「邪命所依為業」。《廣論》曾經談過五邪命[12]。當我們供養時，供養物要清淨，不可是髒的或以邪命方式而取得的。邪命有五種，其中有一種就是假裝。實際上，自己沒有真正的守戒，但是表現得好像很有修行，守戒蠻清淨的樣子。這樣表現而騙人，為了要得到供養，這就是誑。所以先是造作誑，後面接著就有邪命，誑是邪命的所依，所以「邪命所依為業」。

3. 諂

《大乘五蘊論》：云何爲諂？謂爲覆藏自過，方便所攝，心**曲爲性。**

12. 比丘營不如法事而為之生活，謂之邪命。有五種：1）詐現異相，於世俗之人詐現奇特之相，以求利養者。2）自說功能，說自己功德，以求利養者。3）占相吉凶，學占卜而說人之吉凶，以求利養者。4）調聲現威，大言莊語而現威勢，以求利養者。5）說所得利以動人心，於彼得利，則於此稱說之，於此得利，則於彼稱說之，以求利養者。

《集論》：何等爲諂。謂耽著利養貪癡一分矯設方便隱實過惡爲體。障正教授**爲業。**

《大乘五蘊論》裡面「諂」是，「為覆藏自過，方便所攝」，也就是自己有什麼過失，想將它覆藏起來，「方便所攝，心曲為性」，為了藏住自己的過失，想要避開問題，而不老實的講東講西。「諂」即心是扭曲的意思。在大眾中，當他人談到自己的缺點時，就想閃開。

也不必然在大眾中，可能是一兩個人談話時，當談到一些缺點時，就會避開，這方面就叫諂。《集論》先講它的因，它的因是耽著利養，它的體性是「貪癡一分矯設方便隱實過惡為體」，然後它的作業是「障正教授為業」。為什麼它會有這樣的作業呢？首先要瞭解教授的意思是什麼。教授是非常有力量，可以去除或引導出離我們的毛病及過失者。我們不願意讓自己的問題、缺點被人提出來、說出來，這樣的行為就是諂。

若繼續做的話，無論是今生或來世，自己會得不到教授。比如說，有些人被老師點破問題時，就跑了，下次就不來上課了。若行者心裡「諂」很嚴重的話，就會得不到教授。得不到教授，意思是老師不敢指出你的問題，因為老師一指出你的問題，你就跑了，這就完全沒有教授。所以，障礙教授是諂的作業。

4. 憍

《大乘五蘊論》：云何爲憍？謂於自盛事，染著倨傲，心**恃爲性。**

《集論》：何等爲憍。謂或依少年無病長壽之相。或得隨一有漏榮利之事。貪之一分。令心**悅豫爲體。一**切**煩惱及隨煩惱所依爲業。**

一般說，一個生活富有的人，不太可能會想修行佛法，為什麼？因為心裡恆時有「憍」，有了憍就會認為「我不需要什麼修行，我不需要什麼改變」。因為他自己有一些財或名氣，就會心生驕傲，好像自己是最圓滿的，所以不可能想做什麼改變。所以《大乘五蘊論》講到「謂於自盛事，染著倨傲，心恃為性」。無論是物質上面或世間哪方面，他會非常憍，非常執著自己的殊勝。《集論》提到它的作業是「一切煩惱及隨煩惱所依為業」，因為他對世間方面非常貪著、驕傲，心會產生各種煩惱。因為他所驕傲的是世間有漏的法，在有漏的法上越貪著、越驕傲，結果他的煩惱就越來越嚴重。不論是根本煩惱或隨煩惱，都會增長。所以這裡講到一切煩惱，也就是根本煩惱及隨煩惱所依為業，這是它的作業。它的本性是「貪之一分令心悅豫為體」。

有些世間的心理的引導方法，會講到要喜悅自己的生命，要歡喜，要快樂。剛剛看到「悅」這個字，想到「憍」確實會有短暫的快樂，但是若心裡一直產生憍，實際上，心裡會產生煩惱，它不是究竟的方法。所以，若要喜悅，最後真的遇到大問題，則會認識到這個喜悅過不去了，這個喜悅是騙人的。所以必須瞭解，在佛教對於世間常常談喜悅，會認定它是一個過失，是煩惱的、不好的，這就是憍。在《廣論》講修習軌理的段落，提到下座時，要守護根門，飲食及睡眠該如何？當中有引了龍樹菩薩說的偈子 — 《親友書》云：應知飲食如醫藥，無貪瞋癡而近習，非為憍故非慢故，非壯唯為住其身 — 吃飯時要唸這四句。其中就說到不是為憍，不是為驕傲。吃飯時，內心若這麼想：「吃了之後，身體會很莊嚴，氣色會很好，我可以驕傲地行走在眾人中，讓他人看到我的好氣色。」這就是享受的憍，享受氣色好。行者應這麼想：我不是為了享受這種憍才吃飯的。非為憍故非慢故，就是這個意思。所以，要瞭解憍是不好的。

5. 害

《大乘五蘊論》：云何爲害？謂於諸有情，損惱爲性。

《集論》：何等爲害。謂瞋之一分。無哀無悲無愍爲體。損惱有情爲業。

《集論》將害的體性分為三個：無哀、無悲、無愍。無哀是什麼意思呢？當我們面對境，快要傷害他，可以傷害他時，心裡若沒有愛心，就會直接想傷害他，這就是無哀。無悲就是當他人想傷害他時，我們還鼓勵他人，「要傷害他，要殺他！」當他人傷害眾生時，我們沒有悲心，這就是無悲。我們心裡非常願意，又好像鼓勵他人，「你要傷害他，你要對他怎麼樣」這種沒有想要保護他，就是沒有悲心的意思。「無哀」是我們直接對他傷害的意思。「無悲」是他人傷害眾生的時候，我們心裡沒有悲心，心裡還特別鼓勵他人，你要害他，這樣做就稱為「無悲」。第三「無愍」意思是，他人傷害眾生的事情，我們聽到時，心裡沒有「不應該做」，沒有一個正面的想法，而是負面的想法，心裡還隨喜他人的行為：「這樣做太好了！」生起這種心態，就稱為「無愍」。這三種心的任何一種，都稱為害。這有點像造業時有自做、教他做、見做隨喜，就是無哀、無悲、無愍為本性。它的作業是若有這樣的心就會做出「損惱有情為業」，會做出傷害到眾生的行為，就是「害」。

生：在《大乘五蘊論》裡面是「於諸有情，損惱為性」。《集論》裡面講的是「損惱有情為業」，原來的版本就是這樣嗎？

師：它是一個意樂，《大乘五蘊論》講的時候，是以未來的角度講的，《集論》講的是將未來放在作業上面。比方說，中文的

「去」，未來去也是去，現在去也是去，過去去也是去，「去」這個字現在過去未來都可以用，《大乘五蘊論》是以未來的方式講。

6. 無慚

《大乘五蘊論》：云何無慚？謂於所做罪，不自羞恥爲性。

《集論》：何等無慚。謂貪瞋癡分。於諸過惡不自羞爲體。一切煩惱及隨煩惱助伴爲業。

無慚這部分，首先要與前面的善心所對照，慚與愧是什麼意思呢？慚與愧主要是在果報上的考慮 — 自己會有什麼果報。慚來說，對自己將來會受到果報，比如說來世有什麼樣異熟果等。愧來說，就是今生好，來世也好，佛菩薩或那些高證量的大成就者面前，感到非常丟臉就是愧。我不太清楚「愧」這個字的意思是什麼？藏文是 Xian Gi Te Or 這就是他人會對你有些看不起，另一方面又覺得「你是那麼差勁的人！這種行為也做得出來」，這就是愧。剛剛文句裡面用「羞」，這有點被動的樣子，藏文講的是從他人那邊主動的字，這是愧。比如說，我用藏文的字 Xian Gi Je Yi ，這是動詞，一個動作，好像別人會對你羞羞臉。藏文的字 Xian Gi Je Yi 意思，就是若我們不好好做的話，別人會這樣 Xian Gi Je Yi 我。藏文的「愧」與這個字一樣，所以藏文的愧是動詞。重點是要瞭解，藏文的愧是動詞，它是別人羞辱我們的動作，我們瞭解的時候，就叫 Je Yue，當我們在意，這個就稱為 Je Yue。所以這也是以果報上說的，對於果報我們要在意。所以不管慚或愧，都是對果報非常在意。

以慚和愧來說，這兩個在十一個善心所裡，對於果的部分要在意。接著，慚與愧的後面是無貪、無瞋、無癡，這些是更進一步的，不只在意果報，連因的階段都要對治。所以無貪、無瞋、無癡是更進一步的階段。慚跟愧是在果報的階段說，無貪、無瞋、無癡是在因的階段，當生起煩惱這個階段，心中就覺察到告訴自己：我不應該接受，我要對治這些煩惱。

慚和愧及後面無貪無瞋無癡，是不同階段的意思。要了解，這裡談的是無慚，無愧，在《集論》裡特別談到兩個的作業是「一切煩惱及隨煩惱助伴為業」。後面貪瞋癡時，也談到這樣的作業，所以作業是相同的。但是這些作業因的階段就不同了，當人心裡不在意果報時，心裡會產生煩惱，無論六根本煩惱或隨煩惱會一直增長。心裡會一直生起煩惱，不只煩惱上不在意，連造業也不在意。因為無慚無愧是對果報不在意，對果報不在意時，當然會造惡業。所以，一個無慚無愧的人，他完全不會在意生起煩惱，不用說生起煩惱，連造業也不在意，很敢做。所以，無慚無愧的作業是「一切煩惱及隨煩惱助伴為業」。它的本性有貪瞋癡，什麼都有，無論貪的情況，瞋的情況或癡的情況，都不會在意，不在意自己將來感什麼果，這方面不在意是貪瞋癡都會有的。六根本煩惱來說，它的因是貪瞋癡三個都會有的。又，當它生起時，前面的因會一直留在它的本性中。所以，它的本性貪瞋癡都有，因也是三個都有。它的作業是「一切煩惱及隨煩惱助伴為業」。

7. 無愧

《大乘五蘊論》：云何無愧？謂於所做罪，不羞恥他爲性。

《集論》：何等無愧。謂貪瞋癡分。於諸過惡不羞他爲體。一切煩惱及隨煩惱助伴爲業。

剛剛講到的今生或來世，我造這樣的惡業或我不好好修行，一直做壞事，在這種情況下，我心裡並不在意佛菩薩，或是僧眾或護法，他們會笑我，會羞辱我們。中文會說佛菩薩會羞辱我們？不會的話，藏文就不能直接翻譯！藏文的意思是，佛菩薩也會羞辱我們。藏文的愧就是這個意思。剛剛羞辱，或許不是正確的翻譯。比如說「他出家了，具學佛的表相，但是實際上，他做的是壞事」。佛菩薩會不高興我們的行為，這樣的行為，藏文就叫愧。若連這個也不在意，就稱為無愧。若在意，佛菩薩會這樣想，同學也會這樣想，就叫做有愧。

無愧不只他人對我們，連佛菩薩對我們也是。所以，今生或來世，佛菩薩看到我們或想到我們，「哎，這人怎麼這麼差」，他們會有這樣的印象。若連這方面都不在意，就稱為無愧。在不在意的情況下，我們敢做惡業。比如說，四力懺悔時，當做了遮止力，我們再犯戒時，若對佛菩薩不感覺不好意思。佛菩薩會以另一種眼光看我們，這時候我們心裡應該是「唉呀，真不好意思，我不可再這樣做！」若是這樣，就是有愧。若不這樣想，就是無愧。這就是《入行論》所說的「佛及菩薩眾，無礙見一切；故無諸言行，必現彼等前」，佛菩薩隨時隨處，都看著我們，要有這樣的信心，如此我們的心裡就會有愧，這樣的遮止力才能真的做下去，能夠遮止。若心裡沒有愧，也不想「佛菩薩隨時隨處，都看著我們」，若沒有這樣的信心，接著就沒有愧，遮止力就無法做到，遮止力也無法真正遮止。無法遮止就會演變成一直犯戒，一直破戒，一直做壞事。所以，沒有愧，會增長人的惡行，人心裡的煩惱也會增長。所以，它的作業是「一切煩惱及隨煩惱助伴為業」。

8. 惛沉

《大乘五蘊論》：云何惛沉？謂心不調暢，無所堪能，蒙昧為性。

《集論》：何等惛沉。謂愚癡分。心無堪任為體。障毘缽舍那為業。

修行時，若要能繼續下去，當然要有精進，但是只有精進還是做不下去，還需要有輕安的幫助。輕安的幫助，意思是身心有一種享受的感覺，快樂的感覺。若有快樂的感覺，才能繼續做下去。沒有快樂的感覺，只靠精進，很難撐得下去。所以前面十一個善心所裡面，精進之後就講到輕安，所以輕安也很重要。輕安是身心堪能，若身心不堪能，就是現在講的沉。沉就是身心不輕安。不輕安的這部分，造作的心所，是剛剛講的沉。沉的本性是「心無堪任為體」，心沒有堪能的本性，所以，心無堪能造作的。若心堪能，身體也會堪能，它的因果就是這樣。在講說奢摩他時曾說過，修持奢摩他時會先生起心輕安，然後生起身輕安，接著生起身輕安樂，然後從身輕安樂又會生起心輕安樂。其次序是這樣。所以，心的輕不輕安，會影響到身體輕不輕安。剛剛講的沉，就是心不輕安，或是心無堪能的本性。因為心無堪能，當然身也會無堪能。所以，沉就是心沒有精神，沒有堪能，好像要讓他起來，起不來的感覺，好像它一直懶惰地躺在那邊，心起不來的情況，就稱為沉。所以心無堪能的這個本性就稱為沉。

心無堪能是在哪方面呢？不是在煩惱上，在煩惱上它是很堪能的，他很有精神。心無堪能是在善法上面，叫不動他。好像早上太陽出來，也叫不動的這種人。心無堪能的人，在做善方面，怎麼叫都叫不動。這樣的狀態就稱為沉。於六根本煩惱中，它是從癡煩惱生起的。所以，這裡說到癡分，然後，心無堪能為本性。它會影響行者對善的方面就像睡覺一樣，叫不動的，叫不動的同時他就休息。然而，當面對煩惱境時，卻又很有精神，所以煩惱

會增長廣大。所以，前面有沉，後面的煩惱會增長。它的作業是「障毘缽舍那為業」。

這裡與藏文對不起來，藏文與前面的一樣，是「一切煩惱及隨煩惱助伴為業」，藏文裡並沒有「障毘缽舍那為業」。障毘缽舍那為業，若這裡這樣講的話，就要看後面「掉」的中文怎麼講。掉的作用是障奢摩他為業，藏文也確實是「障奢摩他為業」。但是，「沉」的部分藏文版不是用「障毘缽舍那為業」。可能是藏文版不對，也可能是中文版不對。這裡也不能說不對，也是可以這麼講，當然會障礙毘缽舍那。也就是毘缽舍那是善的對境上非常有精神、非常有智慧，但是「沉」是完全沒有精神。所以說，障礙毘缽舍那也沒有錯。但是中藏對照的話，前面無法對得起來，後面掉的部分則可對起來。

心類學 -22

- 調伏意樂

怎麼樣調伏意樂呢？不論是發心或是皈依，法都非常重要。皈依時，皈依法是最重要的；發心也是自己修，要發起菩提心，從意樂開始調伏，然後也改變行為。主要的意思是，自己修行佛法是最可靠的。

自己修行佛法，是怎樣學習呢？主要是去除內心不好的、不正確的想法，如無明或煩惱。正確的想法，如心類學裡面的比量、現量，比量中有很多正確的想法，自己就生起比量。從那邊更堅固的話，就是修慧。從修慧一直調伏、改變自己的心，一直修善的部分，善的部分越來越增長，這樣就可以說是修學佛法。

所以，真正的皈依、真正的發心，也跟學習心類學非常有關係。現在講到心類學最後心王跟心所的部分。心所共分為六類，即五遍行、五別境、十一個善心所、六根本煩惱、二十隨煩惱與不定心所。現在講到隨煩惱的部分。

這六類之間有什麼關係呢？可以這樣理解：前兩個 — 五遍行跟五別境 — 沒有什麼特別善或不善的區別，所有善或不善都會跟隨它們。若區分善跟不善的話，善的就是十一個善心所，其餘則不是善的。雖然它們不是善的，但是不是善的不一定就是惡。第三、第四就是煩惱。煩惱分根煩惱跟隨煩惱：根的部分是六根煩惱；隨的部分是二十隨煩惱。煩惱跟十一個善心所，這兩個部分，行者應好好取捨。最後，第六個是不定心所，不定指的是它不一定是善，不一定是惡，兩種可能性都有。所以，也要瞭解不定這

部分。對於怎麼樣做善的部分，怎麼樣去除不善的部分，也要善巧。要透過這樣修學佛法。現在講二十隨煩惱中的第十四個。

1. 掉舉

《大乘五蘊論》：云何掉舉？謂心不寂靜爲性。

《集論》：何等掉舉。謂貪欲分。隨念淨相，心不寂靜爲體。障奢摩他爲業。

掉舉的體性，《大乘五蘊論》講是：心不寂靜為性。心不寂靜剛好跟奢摩他相反。以奢摩他來說，是整個心安定下來，心變成非常不亂，一直安定下來、一直寂靜。所以，掉舉的體性跟奢摩他相違。

《集論》講得更細，「何等掉舉。謂貪欲分。隨念淨相，心不寂靜為體。」它的體性是貪欲的一部分，意思是六根煩惱中的貪就是掉舉的根煩惱，從貪那邊產生掉舉的隨煩惱。掉舉的對境是過去已生起貪欲的對境，這裡說「隨念」，意思是過去生起貪欲這樣的對境，所以隨念淨相。然後，不寂靜為體，它是從六根煩惱裡面的貪煩惱那邊產生的不寂靜的狀況，這就是掉舉的體性。所以，不寂靜是不讓心寂靜，特別讓心散亂的體性。所以，不寂靜跟寂靜相違。

掉舉的作業是「障奢摩他為業」，障礙奢摩他。掉舉常會跟第二十個隨煩惱「散亂」混在一起。散亂跟掉舉不同，二者有什麼樣的差別呢？散亂，不一定有貪，貪瞋癡六根煩惱裡面，什麼煩惱都會造成散亂。而掉舉就必須以六根煩惱裡面的貪欲當根，

然後生起，它是特別把過去生起的一個非常喜歡的貪的對境回憶起來，這樣的狀態就叫掉舉。

生：剛剛講掉舉跟散亂的差別，掉舉基本上是對過去生起貪欲之境，比如說通常嘗試禪坐時，腦筋裡會想的是，計畫之後會發生的事，我們會想，明天怎麼樣，後天怎麼樣，應該要做什麼事？看起來不是對過去的事產生貪欲！所以它就不算掉舉？

師：一般說，掉舉跟散亂這兩個，散亂的範圍比較廣，掉舉的範圍比較小。剛剛講過，以掉舉來說，它只有貪。以散亂來說，貪瞋癡都會造成散亂。修奢摩他時，心被對境拉走，是六根煩惱裡面什麼煩惱呢？是貪煩惱為主。其他的煩惱也會讓人散亂，但是讓人散亂，最有力的是貪。而貪的煩惱裡面，又是自己經驗過的；自己已經在這方面經驗過的這種，更有力量把心拉走。

你的問題好像是：我們未來要做什麼，但是這也是跟過去有關的另一個貪。不一定限於要對過去的那個境上貪，而是把過去的經驗當理由，然後，還要什麼。「要這個」，當然是未來，但是，這也是跟過去有關的另一個貪，所以，還是掉舉。

2. 不信

《大乘五蘊論》：云何不信？謂信所對治，於業果等，不正信順，心不清淨爲性。

《集論》：何等不信。謂愚癡分。於諸善法，心不忍可，心不清淨，心不希望爲體。懈怠所依爲業。

前面善心所，已經學過信，現在是跟它相反 — 不信。善心所那邊，信分三個清淨信、相信的信心、欲樂信。不信也是，《大乘五蘊論》講，它的對境是「於業果等」；藏文裡面沒有等字，直接把業果、四聖諦、三寶列出來；中文於業果等的「等」就包括這些。

所以，相信的信心，是對於「有沒有」業果上面，你相不相信的信心。對四聖諦上面，瞭解苦諦集諦之後，對於「我能夠脫離輪迴」這方面有沒有信心。然後，學習滅諦道諦之後，對於「我能不能證得解脫的果位」這方面有沒有信心，這是對四聖諦上的一個欲樂信。然後，對於三寶，我們思惟三寶的功德時，有沒有感覺心非常地清淨，這樣的信，就叫清淨信。

「不信」與這三個信相違，比如說對業果上面，我不覺得有業果，那就是不相信。然後，對苦諦集諦想一想之後，自己好像沒有什麼信心；然後滅諦道諦，也是人家給我們開示，或我們看書，但是內心怎麼樣看滅諦道諦呢？心裡完全不會有「自己有能力證得解脫果位」的這種信心，完全沒有自信；而是相反的不信、完全沒有自信，這就是跟信相違。然後，別人或從書上看到或聽到三寶功德時，心就非常清淨；而我們怎麼聽、怎麼看，都不會清淨，這就是相違，是相反的。

信的善心所有三個，所以，跟它相反的不信也有三個。以前講過，信心分三種：「有沒有」，「能不能」，還有「功德」；對這些上面，生起不同的信。這三種信是修什麼階段都會有的，比如說，下士道的階段，中士道的階段，上士道的階段，或者是還未進入下士、中士、上士道之前。現在我們完全未進入，只是學習這些下士、中士、上士的階段而已，還不算是進入下士道，或已入中士道。現在是學習的階段，也有這三種信心。比如說，學習

時，自己覺得：能夠學下去嗎？你能不能？這也是一個信心所。還有，學習之後，進入下士道，下士道有下士道的境界，中士道有中士道的境界，上士道有一個境界；我們心裡對於這些境界，對這樣非常殊勝的功德，沒有什麼信心的話，就是沒有清淨的信心。然後，就「有沒有」來說，這個佛法是過去那些大成就的佛菩薩開示的嗎？他們真的有成就嗎？心裏對「有沒有」這方面沒有信心，也是一種「不信」。所以，不管什麼階段，都有該生起的不同程度的三種信心所。不信的部分，一樣有不同程度的三種不信。所以，其範圍很廣。

《集論》裡面講「不信」的體性比較清楚一點。它的根是六根煩惱裡面貪瞋癡的癡煩惱，所以，「謂愚癡分」。然後，對境是什麼呢？就是善的法，諸善法這裡面，就包括三種：業果，四聖諦，三寶。對這方面的不信有三種：心不忍可，心不清淨，心不希望。

「希望」這個詞，好像是自己有希望，有信心。這裡是不希望；藏文好像有點我完全沒有希望，我完全沒有自信。如菩提心有兩種欲求心 — 利他跟自利，「希望」即欲求心，藏文是用這個詞，就是完全沒有自信，對於我「能不能」這方面，好像覺得「完全沒有信心」，可以說，完全沒有希望。

前面《集論》講善心所時，信分為三個，它用的詞是，忍可、清淨、希望為體。一樣，前面用「希望」，這裡用「不希望」。希望展現在「能不能」上面，我能做到！平常講希望，似乎比「能」弱一點。例如，我雖然有希望，但是我不確定。感覺上，希望比能的自信更弱一點。這裡是講，真的有信心，我能做到！比如說，我思惟苦諦集諦後，我能去除苦諦，因為我已找到苦諦的因。我已經知道苦諦怎麼去除 . 苦諦是從因 — 煩惱無明 —

這邊去除，所以自己非常有信心。然後，滅諦如何證得呢？因為滅諦前面有道諦，所以我非常有信心，我可以證得滅諦，因為它有方法 — 就是有道諦。從滅諦道諦這裡，生起「我能證得滅諦」的自信。所以，四聖諦給行者帶來希望或自信。

然後，不信的業是「懈怠所依為業。」由前面信心所就可理解，信會帶來欲，欲會帶來精進。《廣論》奢摩他引《辨中邊論》談到，先生起信，然後生起欲，再生起精進，再生起輕安，這樣就能對治懈怠。三種信都具備的話，後面的欲就會非常強。欲心所強了之後，精進心就會增強。持續地精進，後面就會產生輕安。透過這四個，能去除所有的懈怠。

這裡講的是負面的不信。信沒有生起的話，就無法去除懈怠。懈怠無法去除，就變成會帶來懈怠。《辨中邊論》講八種對治跟五種過失，五種過失裡面，有一個是懈怠。懈怠的過失要怎樣對治呢？懈怠的對治有四個：信、欲、精進、輕安。所以剛剛講到，不信 — 信心沒有生起，就一直會產生懈怠，故云「懈怠為業」。各位可參考《廣論》，就比較知道剛剛講的這些。總之，不信會帶來懈怠。

3. 懈怠

《大乘五蘊論》：云何懈怠？謂精進所治，於諸善品，心不勇猛為性。

《集論》：何等懈怠。謂愚癡分。依著睡眠倚臥為樂心不策勵為體。障修方便善品為業。

按《大乘五蘊論》的講法，懈怠剛好跟精進相違。懈怠就是「精進所治，於諸善品，心不勇猛為性」。對善法，心非常勇猛，就是精進。現在剛好相反，對善法不勇猛，這是懈怠。懈怠也包括對不善的非常勇猛。比如說，對煩惱的事、對造惡業，非常勇猛，這就包括在對善的不勇猛裡面。懈怠的體性，剛好跟精進相違。

《集論》講的比較細，懈怠的根，是六根煩惱裡面的癡，從癡煩惱那邊產生的。從那邊產生，意思是跟前面不信有關係，不信就會帶來懈怠。沒有智慧就會變成不信，不信會帶來懈怠。同理，懈怠的因裡面就有愚癡、不信。所以，從六根煩惱裡面找懈怠的根，它的根就是愚癡。

懈怠的體性是「依著睡眠倚臥為樂，心不策勵為體。」比如說，我們比較喜歡今生的享受，比較不相信來世。從「不相信來世」這裡，造成不在意它，變成重視現世的享受。重視現世享受，做事情就會懈怠。懈怠的意思是，雖然我們為來世準備，種了一點善根，但是不夠力，不夠精進。這是什麼原因呢？原因在於太喜歡享受現世的快樂！像睡眠等這樣的樂，所以，心不策勵為體。

懈怠的作業是什麼呢？障礙修方便善品為業。它會障礙善這方面。會障礙是什麼意思呢？他對善這方面不相信，因為剛剛講，它的根煩惱是愚癡。愚癡是對於「造這個善會感什麼果、感什麼快樂，」這方面不相信。或說對「現在造這個惡業，後面會感什麼樣痛苦，」這方面不相信，所以，敢做現在這個惡業等，因此講它障礙修善。也可以說，修善比較難，不是那麼容易做到，一定會有一點辛苦。懈怠的人不想辛苦，比較喜歡享受，那就做不到，所以就是「障礙修方便善品為業」。

4. 放逸

《大乘五蘊論》：云何放逸？謂即由貪、瞋、癡、懈怠故，於諸煩惱，心不防護，於諸善品，不能修習爲性。

《集論》：何等放逸。謂依懈怠及貪瞋癡不修善法。於有漏法心不防護爲體。增惡損善所依爲業。

前面善心所有不放逸，放逸剛好跟它相反。由跟它相反，就可以理解，不放逸時有談到，信心、慚、愧、無貪、無瞋、無癡，對這方面，心裡策勵：我二十四個小時都要這樣做。比如說，我心裡一直要保持：信、慚、愧，無貪、無瞋、無癡等，完全不能生起任何負面的，如不信、無慚、無愧等。這樣，心裡就有個策勵：自己二十四小時內，不可做任何負面的；對這方面會注意，就叫不放逸。

這裡談，放逸跟不放逸相反，這裡講什麼呢？放逸是：即由貪、瞋、癡、懈怠故。懈怠的意思，就是跟前面講的無貪、無瞋、無癡、精進等，剛好相反，而是貪、瞋、癡，懈怠。心依著這些，然後就完全不在意，「我二十四小時都要做善，不可造任何惡業」，這樣的想法就完全破壞了。心裡沒有「我二十四小時都要認真」的準備，這種信心已被破壞了，就叫放逸。就變成「我無所謂了」的心。所以，「於諸煩惱，心不防護，」心就完全不防護。「於諸善品，不能修習為性。」是它的作業，對於善法不放逸時，能夠修習，會認真。放逸是對善法，完全無法修習，不能修習，就是它的作業。

生：放逸和懈怠，兩個的關係是什麼？差別是什麼？哪個更嚴重？您在講所依，那依懈怠表示說好像是它有一個因果，因為是懈怠，所以產生放逸，還是因為放逸所以產生懈怠？

師：十一個善心所裡，先講信，然後講慚、愧，然後講無貪、無瞋、無癡、精進，然後輕安，再來是不放逸。意思是，雖然前面已經講了精進，現在再講不放逸。你的問題，可能有人會想，放逸跟懈怠似乎重複了，或精進跟不放逸重複了。

其實不是，我們感覺，精進跟不放逸很接近，放逸跟懈怠也很接近。但是不可以說這兩個完全是一個。為什麼？懈怠跟精進相對，放逸跟不放逸相對。比如說，不放逸的對境就是心裡：「我一定要精進」，把精進當成它的對境。「我一定要精進，無貪、無瞋、無癡，我一定要好好修這些善心所，我要二十四小時一直在這些法的範圍裡。」心裡這樣鼓勵自己，好像對自己有一個交代：「我不應該做什麼，該做什麼」，這叫不放逸。所以，不放逸的對境就是前面的信、慚、愧等。一樣的，放逸就是「我對這些都不在意」。

自己好像給自己一個功課或規矩 — 該做的是什麼，不該做的是什麼，然後心非常謹慎，守這個規矩。這樣的心態，就是不放逸。所以，放逸好像是整體 — 我不在意無貪、無瞋、無癡、精進等。我不在意這些，我就跟隨貪、跟隨瞋、跟隨癡、跟隨懈怠。不在意不貪、不瞋、不癡、精進，就變成放逸了。所以放逸跟懈怠的差別，就在這裡。

5. 失念

《大乘五蘊論》：云何失念？謂染污念，於諸善法，不能明記爲性。

《集論》：何等忘念。謂諸煩惱相應念爲體。散亂所依爲業。

失念不是完全沒有念，而是有念。前面五別境裡，也有講念，所以，它是有念，但是這個念很弱。很弱就是它不穩定。什麼念會穩定呢？善的念就會穩定。煩惱的念，就不穩定。為什麼它不穩定呢？因為煩惱的想法是錯誤的；它的想法錯誤，所以一定會不穩定。因為，真諦就會穩定，假的就不穩定。所以煩惱的念，就會變成不穩定。

應該這樣說，一個修行人，心裡煩惱比較少，講話也老實，想法也正；這樣的人，他的念不會失去，會慢慢增加。另一個不修行的人，人不老實，煩惱一直起起伏伏，心一直變來變去。這種人，年紀越大，念或記憶力就越弱。記憶力越弱就是剛剛講的「失念」增長。失念增長是什麼？就是一輩子都是煩惱的緣故，失念就會增長；失念增長，記憶力就會弱。比如說，有的人，不老實，常常打妄語。講了之後，人家問他，他自己講的話也不記得，因為講了太多妄語，連自己也不知道講了什麼。因為他沒有自己真正的位置，有時講東，有時講西，前後沒有固定，自己講的話都不記得。像這樣的個性，心裡完全不穩定，會帶來什麼呢？自己的心會無法想起來或回憶起來堅固的東西，因為他一直變。所以，「失念」就是這樣，煩惱越多，「失念」就越會增長。

失念就是煩惱的念、染污念，「染污念」的意思是念很弱。然後他對善的部分或者堅固的部分，就完全沒有，就變成馬馬虎虎；好像心越來越不會走善的法、善的境上面，然後就一直模糊。所以，這裡說，「於諸善法，不能明記為性。」

《集論》說，它的體性是「諸煩惱相應念為體。」它的作業是「散亂所依為業。」散亂所依為業，意思是剛才講的，這個念很弱 — 它沒有穩定的對境；沒有穩定的對境，心就會慌，會散亂。然而，修行人有個穩定的對境；越修，越有自己可依靠的、越有信心；越修，心就不散亂、就會穩定，不會有慌的感覺。

以修下士道、修中士道、修上士道的人來說，他們的心穩定的程度不同。修下士道的人，他好像有一個來世跟這個中間比較可靠的樣子。修中士道的人，他準備好面對整個生死輪迴，心更穩定。修上士道的人，對於無始無終的心續，所追求的是最圓滿的離苦得樂 — 佛果位，在追求佛果位上有個計畫。他的計畫還更廣，是最圓滿的，所以，他的心更穩定。學佛本身就是這樣，一個學佛的人，修得越來越好時，心就越來越穩定，越來越有平靜的安樂。不會有失念，失念會慢慢減少。同樣地，散亂、心慌的這部分，也會越來越減少。

6. 散亂

《大乘五蘊論》：云何散亂？謂貪瞋癡分，心流蕩爲性。

《集論》：何等散亂。謂貪瞋癡分心流散爲體。此復六種。謂自性散亂、外散亂、內散亂、相散亂、麤重散亂、作意散亂。

云何自性散亂。謂五識身。

云何外散亂。謂正修善時於五妙欲其心馳散。

云何內散亂。謂正修善時沉掉味著。

云何相散亂。謂爲他歸信矯示修善。

云何麤重散亂。謂依我我所執。及我慢品麤重力故。修善法時於已生起所有諸受起我我所。及與我慢執受間雜取相。

云何作意散亂。謂依餘乘餘定若依若入。

所有流散能障離欲爲業。

《大乘五蘊論》跟 《集論》對散亂的解釋有點不同。《集論》裡面，特別分類為六個，看得出來，它講的範圍很廣；《大乘五蘊論》就不像這樣。比如說，《集論》分六個裡頭，第二個是外散亂，而 《大乘五蘊論》只指出來 《集論》講的外散亂而已，所以這二個對散亂的解釋有很大的差別。

為什麼有這樣的差別呢？因為 《集論》講的散亂，不一定是隨煩惱，其餘五個裡面也有善的。《大乘五蘊論》講的，是煩惱的這種散亂、不是善的散亂。散亂不一定是不善，或不一定是煩惱。宗喀巴大師在 《廣論》裡有講，比如說修奢摩他階段，若該要修的對境是這個法，心卻跑到這個法之外的其他善法上，雖然是在善法上，還是叫散亂。所以散亂不一定都是煩惱，善法上也會變成散亂，所以散亂也有善的。《集論》分六個的時候，煩惱、非煩惱都混在一起。

《集論》中第一個散亂是自性散亂。自性散亂就是五根識，五根識本身就是一種散亂。因為禪修時，不可產生五根識；五根識一出現，禪定就跑掉了。所以五根識本身是散亂，但是五根識散亂不是煩惱！五根識是心王，不可說它是煩惱。「自性散亂」的意

思是，它一生起就叫散亂。所以，自性散亂就是五根識，但這不是真正的隨煩惱。

隨煩惱是第二個外散亂，「云何外散亂，」外散亂就是想修善時，心跑掉了，跑到欲界美妙的色聲香味觸上，就叫外散亂，所以，「正修善時，於五妙欲其心馳散」，這是真正的散亂。

第三個內散亂也是真正的散亂。「云何內散亂，」內散亂是「謂正修善時沉掉味著。」它屬於散亂，但是，現在隨煩惱講的散亂，就是第二個外散亂。內散亂是不是散亂？是！但能說它是隨煩惱裡面的散亂，因為這個是講掉舉。前面已經有掉舉了。所以，掉舉或沉，都是心沒有好好修善法，所以就叫散亂。

為什麼叫「內」呢？因為它是禪定時會出現的。禪定時，五根識沒有出來，五根識一出現就是禪定的外面，所以就叫外散亂。當五根識一出現，就已經從禪定那邊出來、出定了，所以就叫外散亂。講沉跟掉時，是在禪定的同時出現的，所以叫內散亂，「內」是禪定的階段當中還存在，這個叫內散亂。

再來，云何相散亂。相散亂，比如一個人要去閉關，他心想：我去閉關是為了人家尊敬我，或讓很多人知道我有修行。以這個目標去閉關，為了外面的名聲等，為這些相上面散亂，所以叫相散亂。相散亂也有善的，但是它還是散亂。

麤重散亂也有善的，麤重散亂是什麼樣子呢？行者修行時，心平靜，會產生一種樂受。當這些產生時，心就更執著，執著「我已經變成什麼樣」、「我現在修到什麼樣」。這樣更執著時，就叫麤重散亂。比如，初禪的行者生起樂受時，會對樂受生貪！

然後，定力就會消滅。像這樣，出現這種樂受、出現一種成就感，又更執著，這個執著就叫麤重散亂。

作意散亂即「謂依餘乘餘定若依若入。」有時候行者修到一個好的定力，比如修到第四禪。但是這個人不繼續修這個，而跳到另外一個，如修三禪的定，這個就叫作意散亂。或不修難的，就修容易的；比較高的就比較難，就不修它，只選比較容易的修，這就是作意散亂。這個也是善的。

所以，總共六個散亂，這六個裡面，只有外散亂是真正的隨煩惱裡面的散亂；內散亂是煩惱。佛典裡會用「散亂」這個詞，但是真正的隨煩惱裡面的散亂，就只有外散亂。內散亂是不是煩惱？是。是不是散亂？是，沒錯！但是不能說它是隨煩惱裡面的散亂。

生：懈怠的作用是，障修方便善品為業。在善品前面為何要加方便的界定呢？

師：方便應該是方面，善的方面。藏文是方面，對修善的方面，就會有障礙。

生：這個問題是攝類學上的，您在攝類學第十二講，講到第三體法，您曾舉了一個例子，就是說，以物總不是物總。對於這個例子，不知道怎麼理解？現在同學討論時，就有兩個概念，就是說物總不是物總的話，第一個物總是講有為法，第二個物總是講的名言，是常法。有的同學說，第一個物總是講大概念，第二個物總是講的小概念。所以不能夠確認，請開示。

師：物總不是物總，這個很簡單，物總不是物總，先簡單來說，比如，有為法跟虛空，若問：有為法是不是虛空的總？你們怎麼回答呢？不是虛空的總吧！虛空跟有為法，不是總別的關係啊？虛空是別，有為法是總，不是這樣！這整個是相違！虛空跟有為法來說，不可說「有為法是總，虛空是別，」虛空是無為法。先簡單說，有為法是不是虛空的總呢？不是。

若它是虛空的總，那就要變成「虛空就是它」。所以，任一個法是虛空的總的話，虛空要變成它。同理，任何法是物的總，就要變成「物就是它」。所以「物總」是不是物的總呢？不是！若它是物的總，那麼「物要變成它」。物要變成它的話，物就會變成物總，但是物不是物總。就這樣講來講去而已，它沒什有麼難的。

生：《集論》的內散亂，其解釋是：正修善時沉掉味著。味著是什麼意思？

師：味著就是喜歡，喜歡它的樂受。執著它的味。味就是樂受的味道，對這上面執著。著就是很喜歡，貪著這個樂。

心類學 -23

心類學的課蠻重要的，因為，要成辦一切離苦得樂的追求，而我們會不會成辦？要靠我們的行為。行為做得正不正確？要靠前面的動機。動機跟意樂，完全都是心裡面好的、正確的心帶來。所以心裡要區分：哪個是正確的？哪個是好的？然後，培養心裡面好的部分。怎麼培養呢？透過學習：要去除心裡面哪個心所？要培養哪個心所？然後，心就能培養出正確的想法，這些是修行人必須要注意、要學習的地方。修行的意思，就是要得到將來堅固、圓滿的快樂，而找圓滿快樂的因、找它的源頭，就是靠心裡正確的想法、善的心。怎麼樣培養正確的想法，及善的、好的心呢？就要好好學習心類學。所以，心類學可說是離苦得樂最主要的緣，它是一門基本的課。

認識心類學有這樣的作用，透過學習，慢慢地，修行修得好，自己在輪迴裡面不會那麼痛苦，也不會損害眾生，漸漸地就可修到能對一切眾生利益的菩薩行。然後再漸漸可以成佛。這是我們的目標，應以這樣的意樂，來學習心類學。

二十個隨煩惱，已把散亂講完了，現在剩下不正知。

20. 不正知

《大乘五蘊論》：云何不正知。謂於身、語、意、現前行中，不正依住爲性。

《集論》：何等不正知。謂諸煩惱相應慧爲體。由此慧故起不正知，身語心行毀所依爲業。

《大乘五蘊論》跟 《集論》講不正知的體性，內容差不多。《集論》多講了它的作業。先要了解，正知是什麼情況？正知屬於智慧，這種智慧是觀察自己放逸或不放逸。在不放逸的基礎上，有正念跟正知一起，我們就在修行了。在不放逸的情況下，正念跟正知怎麼修呢？「正念」是，心一直想修行的方法或心一直記著過去學過的法，沒有忘掉。「沒有忘掉」的意思是一直沒有離開、一直在這個想法裡面，這就叫憶念或正念。比如說，剛剛我去附近一些地方玩，去的時候，我的五根怎麼樣避開煩惱境呢？我們有一些讓六根避開煩惱境的方法，我沒有忘掉這些方法，當時我心裡有一個不放逸，又有一個正念，我的心一直在這個方法上，沒有離開，這就是正念。

我的心沒有離開這個方法的情況下，另外一邊，我的智慧就觀察：我有沒有如我記得的這個方法做？我有沒有做到？有沒有漏掉東西？我做得有沒有圓滿？會這樣觀察自己，就叫「正知」。有憶念基礎才有正知，在憶念這個方法的情況下，然後就觀察自己，這個就叫正知。

現在是講「不正知」，不正知是什麼情況呢？就是對於「自己的身語行為有沒有如法」這方面，完全沒有觀察。完全沒有觀察，就變成放逸。以我們來說，放逸的情況下肯定是煩惱，沒有一個是沒有煩惱的。所以就變成跟煩惱一起的一種智慧。跟煩惱一起的智慧，意思就是，對煩惱上很聰明。他的行為跟著煩惱就很有精神，「我怎麼樣跟隨煩惱，我做得多好，」這方面非常有智慧，所以這種智慧就叫做不正知。

正知，是在「我的行為怎麼樣能夠對善上面做到如法，」這方面努力的智慧。反之，把「我怎樣跟隨煩惱，把惡行做得多好，」這方面有智慧的話，就變成不正知。所以，不正知剛好跟

正知相反：一個是對善的、行善這部分，有沒有真的做得清淨，這方面努力地觀察。另一個是，我惡行上做得多好或做得多惡、做得多壞。或者，一邊可以講做得多壞，一邊可以講，我怎樣能完全做到跟隨煩惱。煩惱講什麼，我就要做什麼。平常有人會說，「我心裡好像有一個聲音」，一般說，這沒有什麼好的聲音，都是煩惱的聲音。有時我們心裡好像有一個聲音：「我覺得，好像這樣做得不對」，或者講這些時，我心裡想：「這是講什麼話，這是什麼聲音啊？」實際上，有沒有好的聲音呢？很難！所以，若我們有一些好的、善的聲音的話，那我們聽它的，是不錯的。但是這種情形比較少，我們大部分是自己無始以來的習氣 — 自讚、毀謗或是自私，對他人就想怎麼樣捨棄、損害 — 這方面的習氣很重，所以我們心裡的聲音差不多是這種，沒有什麼好的聲音。

現在就瞭解不正知跟正知。另外一個聲音是正知，就是好的，要我們好的聲音：「你這裡不對，應該要這樣做才會好！」不好的、不正確的聲音就是不正知，它也會給我們引導：「你應該做這樣，才會跟隨煩惱；你沒有這樣做，不會跟隨煩惱。」這樣點我們的，就是不正知的智慧；所以，我們無始以來，就對這種煩惱上不需要什麼不放逸，放逸的時候，就完全進入煩惱裡面了。

十一個善心所裡面，雖然沒有講正知，但是不放逸裡面就包括正知。還有，前面也有談到智慧，以智慧的本性來說，它是五別境中的一個，所以十一個善心所裡面就沒有特別談。

《集論》講不正知的作業，「謂諸煩惱相應慧為體，由此慧故起不正知，身語心行毀所依為業。」這裡沒有特別談到「墮」。菩薩戒「十八個根本墮」，裡面用「墮」字。藏文裡面談到不正知，後面就會做墮的罪。比如說，別解脫戒，菩薩戒，密乘戒，

很多戒都用「墮」字 — 若不守戒，然後犯戒或破戒，後面就會有墮三惡趣、墮地獄這樣的惡業。

正知跟不正知，是前面有憶念一個規矩或方法，然後就記得，後面有「如這樣的一個方法，我有沒有做到」的智慧，這就叫正知。相反的，我沒有做到這個正知，就變成不正知。在不正知的情況下，又剛好沒有注意時，就變成無法遵守規矩或方法。無法遵守時，就有「墮」。所以，藏文裡面，它的作業是後面會出現跟持戒相反的墮。

0.0.0.1 四不定

到此已把二十隨煩惱講完了，現在進入四個不定。四不定的意思是，有的心所沒有特別善，也不是特別讓人煩惱，這些心所的本性不確定。它的本性不確定，所以我們可以改變它、固定它，讓它變成善！

它沒有固定的體性，在不注意的情況下，有時它會變成惡。因為它本性不定，我們就可讓它固定或讓它變成善。比如說，我讓今天的睡眠變成確定、變成善。所以，這四個「不定」，是我們有機會的意思。在座間未修的階段，連睡眠也可做到善，所以在未修階段也可以修行。

1. 惡作

《大乘五蘊論》：云何惡作？謂心變悔為性。

《集論》：何等惡作。謂依樂作不樂作應作不應作。是愚癡分心追悔爲體。或善或不善或無記。或時或非時。或應爾或不應爾。能障心住爲業。

《大乘五蘊論》跟 《集論》講四不定的次序有點不同。《大乘五蘊論》先講惡作，《集論》先講睡眠。

各位應該聽過五障吧？五障就是五蓋，即貪欲、瞋恚、昏睡、掉悔、疑。「掉悔」中的 「悔」就是惡作的意思，惡作是五障之一。但是要瞭解，這裡講的跟五障講的，有點不同。五障裡面的惡作、悔，是不善的。這裡講的是它的本性沒有固定，沒有說它善，也沒有說它惡。

五蓋是修戒定慧的障礙，比如說，貪欲跟瞋恚是戒定慧裡面「戒」的障礙，昏、睡、掉、悔分開來是四個。連在一起的話，昏跟睡一個，掉跟悔一個。昏睡、掉悔，是 「定」的障礙。然後，疑是 「慧」的障礙。五蓋對我們有什麼樣障礙呢？戒的障礙，定的障礙，慧的障礙。所以，平常寫的時候，其次序就是：貪欲，瞋恚，昏睡，掉悔，疑。《廣論》裡面有講。

以 「惡作」來說，我們的心有點恐慌，不覺得滿足，好像缺了什麼，後悔自己過去做的事，這時候，心裏就有一點沒有信心，然後心就有一種慌的感覺，無法定，所以它是定的障礙。

不論是惡作或掉舉，都是心無法降下來，心好像膨脹起來，快要飛走了，或是心無法安定，這就是定的障礙。所以講，惡作的體性是這樣。《集論》講它的作業，是 「能障心住為業」，意思是我們的心無法安住，它是定的一個障礙。

我們後悔的是，「或善或不善或無記。或時或非時。或應爾或不應爾」，這裡談到或時、或非時，或應該、或不應該，這是什麼意思呢？「時」跟「非時」，是來得及跟來不及。比如我們現在後悔還來得及，還沒有太晚，這是「時」。若後悔太晚，已經來不及了，這個後悔沒有用了，這時候後悔的話，就叫「非時」。

再來，應該、不應該。在還來得及的時候後悔，這是應該的，或說，這個時間是對的。「該」的意思是，果報還沒產生之前，就應該要後悔；果報已經開始了，如《入行論》說，若我們可以改變的話，我們傷心有作用；若無法改變的話，不用傷心難過，傷心也沒有什麼幫助。跟這個意思一樣，果報已經開始了，就沒有什麼該要後悔，或該要傷心的。但是我們還是會傷心。有時候，該傷心的時候，沒有傷心，不該傷心的時候又傷心，這都會有的。現在是講，該的時候也有傷心，不該的時候也傷心。

所以，「或時」跟「非時」，與後面「該」跟「不該」有點連接。該跟不該，是以果報「有沒有開始」為主。「時」跟「非時」，就比如說，有時候我們遇到一個老師，遇到一個非常好的機會，那時候是我懺悔的時間。「時」跟「非時」大概是這樣，與「該」跟「不該」有一點接近。

它的體性有時有善，有時有不善，有時候有無記。還有，它的體性，有點接近愚癡。這個愚癡的意思是，心有點慌，沒有觀察力，就叫愚癡。

2. 睡眠

《大乘五蘊論》：云何睡眠？謂不自在轉，心極昧略為性。

《集論》：何等睡眠。謂依睡眠因緣。是愚癡分心略爲體。或善或不善或無記。或時或非時。或應爾或不應爾。越失可作所依爲業。

《大乘五蘊論》講「謂不自在轉，心極昧略為性」，意思是心沒有自在，或沒有自己的力量，沒有精神。它的力量就縮，所以是心極昧略為性，大家都有睡眠這種感覺，就講這個。

《集論》講「何等睡眠。謂依睡眠因緣。是愚癡分心略為體。或善或不善或無記。或時或非時」，跟前面一樣，然後或應該或不應該，「越失可作所依為業」。以剛剛講的戒定慧來說，睡眠是定的蓋。剛剛講的昏、睡，掉、悔，都是定的障礙。

《廣論》講奢摩他的部分，有區分沉沒跟昏沉。行者修奢摩他時有兩個障礙，是掉舉跟沉沒。二十隨煩惱裡面的是昏沉，《廣論》談的就是沉沒。昏沉跟沉沒不一樣，因為五蓋裡沒有講沉沒，講的是隨煩惱中的昏沉，跟「不定」裡面的睡眠，還有掉舉跟後悔，所以是掉悔跟昏睡。

現在是講昏睡，睡跟昏這兩個，都是我們心縮回來；心的力量縮回來，它就會很低，然後心沒有精神，昏跟睡都是這樣。掉舉跟悔這兩個，讓心無法降下來，心有點離開境。昏跟睡這兩個不是離開境，心可能安住在境上，但是沒有精神，力量萎縮的狀態。所以，一個是沒有精神；一個是有精神，但是心沒有安住，一直離開境。所以，兩個都不對，都是奢摩他的障礙，定的障礙。

心有精神，但是好像一直走，一直離開境，這種狀態是奢摩他的障礙。心沒有離開境，但是它變得完全沒精神，力量萎縮，這也是奢摩他的障礙。五蓋裡面講定的障礙是：昏睡，太低沉了；掉悔，太高舉了，所以二者都是禪定的障礙。

睡眠的本性有善、不善，無記，所以沒有固定。它是愚癡；對於對境的法，沒有觀察、分析的力量。再講到：時跟非時，以及該跟不該，這些跟惡作的差不多。時跟非時，《廣論》談的是，白天及晚上，把晚上分初中後的初、後時段都是非時，不該睡眠；中間 — 中夜 — 是可以睡的時間。所以，有時候，可以睡的時間我們有睡；有時候，不可以睡的時間，我們也有睡。也就是，時跟非時，我們都有睡。而「該」跟「不該」，跟「時跟非時」的道理有點接近。因為，用「該跟不該」這個詞，它是從果的角度、從「對修行上有沒有幫助、有沒有影響」的角度講的。它的作業也可以理解。

生：越失可作所依為業是什麼？

師：主要講的是心的作業，心可以做一些事：心可以想，可以思考。現在是，心失去思考、失去想的力量，這種現象就叫「越失可作所依為業」。這是從哪裡來的呢？從睡眠這裡來的，這就是越失可作所依為業。

生：剛剛在談昏沉和掉舉時，講障奢摩他的兩個障礙，《廣論》用沉沒，《集論》隨煩惱用的是昏沉。昏沉和沉沒有差別嗎？它是同一件事嗎？

師：《廣論》對昏沉跟沉沒分得很清楚，以前有講過。它提到，昏沉是沉沒的因，所以這兩個以因跟果來說，昧為沉之因。昧是昏昧，昏昧的後面就有沉沒，所以，意思是二十隨煩惱的昏沉或昏昧，是沉沒的因。當然，沉沒的因不只它，比如說，睡眠也是沉沒的因。沉沒的因有幾個，其中之一是昏沉或昏昧。還有，沉沒有善的，而昏昧昏沉一定是煩惱，一定是惡的，它沒有善的。所以有這些區別。沉沒的來源很多，「因」很多，昏

昧是其中之一。所以，昏昧跟沉沒有因果關係。從體性說，昏沉或昏昧必是隨煩惱；沉沒不一定是煩惱。二者有這樣的區別。

生：這句話 — 昏昧為沉沒之因 — 我一直都不懂。尤其是剛剛也說，睡眠也是沉沒的因。聽到睡眠時，這人已經睡著了，可是感覺上沉沒可能人還醒著。對我來講，好像開始時，人因為恍神，想睡覺，所以沉沒產生，然後才會有睡眠。為什麼它們之間，昏昧卻是沉之因？這個因果關係是真的因果關係嗎？

師：有。先這樣理解，剛剛講到沉沒的因有很多。因很多的意思，比如說，木有很多種，有橡木、樟木、檀木等，各種木都可以是火的因。但是，有火不一定非是檀木或橡木，檀木也可當火的因。一般說，它是火的因。因為有它，後面會有火，所以它就叫火的因。同理，昏沉睡眠都是沉沒的因。所以沉沒是果，比如說，睡眠跟昏昧那些是因，然後，後面就有一個果 — 心好像已沉在裡面，這個果的狀態，就是沉沒。所以，《修次中篇》裡講到三個狀態：一個是沒有眼睛，一個是進入暗室中，一個是眼睛閉著，有這些不同的狀態，然後後面就產生沉沒。所以，沉沒是後面果的階段。

睡眠的後面有沉沒，但是不可以說「已經睡著了，怎麼會有沉沒呢？」有！心已經沉下去了，就有沉沒。所以，沉沒不是一定要在坐禪中。不要認為「心還沒有變成睡眠，心沒有那麼清淨，這時才叫沉沒」。沉沒的範圍很廣，心沒有什麼精神，然後，沉下去的感覺，都叫沉沒，它是果的階段。

生：所以，若有睡眠，一定有沉沒，是這樣解釋這個因？

師：對。

生：五蓋中，有掉悔蓋。《廣論》在談奢摩他時，只討論沉掉這兩件事情。為什麼宗大師談奢摩他時，沒有談悔這件事？它既然是五蓋，應是很嚴重的蓋障。

師：這個以前講過，心散亂或心離開境，主要是因為過去享受過的貪的對境，然後，心被這個打動，被拉走，這就叫「掉」。所以，掉舉是心被另一個對境拉走，而且掉舉是「能拉走」裡面最有力的。所以就把它舉出來，不須列舉所有的。行者若能對治掉舉，其他的就都能對治，不須特別對治悔。一樣，比如昏跟睡這些，昏也好睡也好，主要是，這些後面有一個影響，就是沉，所以我們不讓沉顯現。沉沒的範圍比較大，它什麼地方都會出現。所以把所要對治的沉沒舉出來，就不須一一地對治昏昧、對治睡眠，直接對治沉沒就可以了。所以，把掉舉沉沒兩個指出來，就不須特別把其他的都講出來。

生：《集論》的睡眠中，講到「是愚癡分，心略為體」。什麼是心略為體？

師：心略為體就是心萎縮或收攝。略就是收，心收攝的意思。

生：若是心收攝，應該比較專注，怎麼會是睡眠呢？

師：把心的思考、想的力量回收、收攝的意思。

生：收攝不是專注嗎？是收攝還是萎縮？是萎縮嗎？

師：應是萎縮吧！

生：再澄清一下，是不是說，心被愚癡所收攝？還是說心力萎縮了？

師：是心力萎縮。

生：是不是對於「時非時，該不該」，心已經沒有力量了，所以心萎縮，對嗎？

師：不可以連接「時不時，該不該」上面是講收攝萎縮，現在是講該收攝萎縮的時間。比如說，一個晚上分三個時段，中夜就是該收攝、可以收攝的時間。那個時候的收攝是收攝，非時的階段收攝也是收攝。所以，按你的解釋，就是不管可以收攝的時間或不可以收攝的時間，心的力量都會收攝。可以收攝的時間，心的力量收攝，不可以收攝的時間也收攝。睡眠本身就有心收攝萎縮的作用。所以跟愚癡有關，是因為愚癡才這樣。心有智慧的話，它有分析的力量、思考的力量。沒有分析的力量，心的力量就萎縮，就叫愚癡。

生：《集論》講到「與諸煩惱相應慧」，經典常出現這句話 — 諸煩惱相應慧。為什麼要用慧這個字？

師：用「慧」這個詞沒有錯，平常說是染污慧，薩迦耶見等所有見煩惱都是染污慧，也用慧這個字。但是，慧不代表是正確的，有的是用在不正確的事情上。有時候，人們會講「小聰明」！意思是，你不是大聰明，有問題的意思。就像這種意思，染污慧就有點小聰明的意思。

3. 尋

《大乘五蘊論》：云何爲尋？謂能尋求意言分別，思慧差別，令心麤爲性。

《集論》：何等爲尋。謂或依思或依慧。尋求意言令心麤轉爲體。

4. 伺

《大乘五蘊論》：云何爲伺？謂能伺察意言分別，思慧差別，令心細爲性。

《集論》：何等爲伺。謂或依思或依慧。伺察意言令心細轉爲體。如是二種。安不安住所依爲業。

尋跟伺都屬於智慧。但是，尋是粗糙的、大略的觀察。伺不是廣的、大略的，而是把每個細的部分分析觀察。所以，不論是尋或是伺，都是智慧。不管是善的或惡的，都會出現這兩種智慧。

一般說，欲界及初禪以下有尋伺；二禪以上就沒有尋伺。意思是，心比較粗糙時，就有尋伺的狀態。二禪以上，心比較細，沒有那麼粗糙，所以就沒有尋伺。尋伺雖是智慧，這兩個智慧的作用，會讓心比較粗糙、不那麼穩定。

《集論》在尋的地方沒有講它的作業，但是伺的後面就講「安不安住所依為業」。所以，應把「安不安住所依為業」連接到前面的尋，因為尋也講這個道理。尋伺有時讓心比較有問題；以前在地道的課裡講過這點。總之，尋伺兩個的作業，有時對修行有幫助，有時對修行沒有幫助。它對安住有幫助，對不安住也有幫助。善的話，對安住就有幫助；不善的話，對不安住就有幫助。故云「安不安住所依為業」。

區分尋跟伺，要在心比較粗糙的狀態中才能區分。心很細的時候，尋伺沒有什麼差別。比如，以善的對境來說，對《廣論》大略的主題，透過科判分析觀察，就有點尋的意思，分析、思惟每個細節就是伺。或者，對空性這個主題想的時候，就叫尋。然後，空性裡面，它是用什麼邏輯？它的所破是什麼？在「生」上面或在「滅」上面？無生無滅這些等，在哪個上面分析的話，就是伺。

以煩惱來說，我對一個人生氣時，我有「把他看成是壞人」這樣的想法及判斷。這樣判斷時，有尋的部分，也有伺的部分。尋的部分包括，這個人是壞人，這樣大略地判斷。伺的部分則包括他這個部分壞，那個部分壞，一個個分析。尋伺大概是這樣的意思。

不管是煩惱的階段或是善的階段，尋伺會增加一些智慧。然後，做善的或不善的行為，也會加強一點。剛剛講過，尋或伺可能對善的有幫助，但不是那麼究竟的幫助。有尋伺就無法去二禪以上，只有初禪以下。因為它對人還是有負面的影響 — 讓心變成不平靜。到此算是把不定心所講完了。

生：在那十二緣起裡面，有一個觸，在遍行心所裡面，觸屬於心法，但它又屬於色法裡面的一個。我搞不清楚，十二緣起裡面的觸，有沒有色法的能生功能呢？就是無明緣行名色，六入，觸的「觸」是屬於心法，還是屬於色法裡面兩個都有啊？

師：緣起裡面的這些，完全是輪迴中心續所攝的。名色，入，觸，受，現在問題是受前面的觸，受前面的觸當然是心所 — 五遍行裡面的觸。為什麼？先要瞭解，不可把它當對境的、外面的

法。首先要瞭解，十二緣起都是情世間上的東西，跟器世間沒有關係。所以十二緣起是情世間的，是心續所攝的法。

再者，關於異熟果，《俱舍論》講異熟果，其定義是，有情心續所攝的，才叫異熟果。所以，外面器世間不可以說是異熟果，那是增上果。異熟果一定要是心續所攝的。所以，十二緣起談的果，是異熟果。比如說，名色，六入，觸，受，還有生，老死，都是異熟果。

另外一個要瞭解的是，雖然這個觸是心續所攝的，但是講觸的時候，它跟外面是有關係的。根、識、境這三個接觸時，才有觸。所以雖然這個觸是心續所攝的，但是這個觸怎麼出現的？那就跟根、識、境都有關，所以境也連在一起。根、識、境接觸，這個接觸是在身上得到，但是境是在外面。而境跟我接觸，就是我身上的東西，境就連在一起。所以，平常跟各位講的時候，比如，我接觸到這個人，我到這個地方，這些都屬於觸。但是各位可能會想「外面遇到的境本身是觸」，不是這個意思。「我遇到這個」就是觸，但是「我遇到這個」不是所遇到的這個東西的意思。「我遇到、我碰到」這個境，本身就是觸。碰到什麼身上呢？我的身上！這個就是觸。

附錄一：如何學習心類學

因為白啟光在這邊有帶大家一起研討 《心類學》，今天就以我理解的角度，講講學 《心類學》時，要抓到什麼重點，比較能得到收獲，對各位會比較有幫助。

在內道與外道之間，佛教常被稱為內道。從這裡可以理解，佛教主張不管自己的苦樂、好或不好的世界，這些是怎麼來的呢？它的源頭不在外面，主要是從內心來的。從內心改變起，一切都可以改變。佛教的觀念是，從改變內心，來改變一切。所以，《心類學》應該是最應學習的一門課。從它的名字看，也可以理解《心類學》是我們要學的。

這顆心蠻奇怪的，當裡面的執著、煩惱，一旦淨化時，整個外面的輪迴就不見了。當心中正面的菩提心、空正見不斷地成長、累積，最後整個就變成不可思議的圓滿。當意圓滿後，身、語也變成圓滿，外面整個世界也變得圓滿，他的身語意的事業也圓滿。像講到佛陀的功德時，沒有一處不令人驚訝，他整個內外世界就是這麼妙和不可思議，這都是因他內心不斷地改變，到越來越好時，最後就出現這麼妙的結果，所以心法是關鍵所在。總之，學習心類學非常重要。

四部宗義心類學的學習次第

以學習的次第來說，目前學習所用的論典是以無著菩薩、世親菩薩造的論典為主，這些論典以唯識宗跟經部宗的立場來解釋內心。先依這樣的論典來學，等到對這些內容了解得比較深入和清楚後，就要作些改變與修正。這時再依中觀的立場來看那些部分是要糾正的。比如依經部宗、唯識的立場所解釋的，依中觀的

角度那裡有不對，就把這些地方修正。再進一步學習從中觀宗的角度是怎麼樣。不過，這方面的書一般比較少，也沒有必要馬上要學到這一層。

為什麼？經部宗、唯識宗講的心理的東西，也是要學的。為什麼？當念傳承上師祈請文時，就會知道彌勒、無著傳下來的就是廣行的法，以初修者來說，他無法馬上就依空正見來修，還是要先由緣起的腳步，讓智慧慢慢成長，最後才能修最深奧的空性的道理。還是先由廣行的腳步，有講實有的來修比較好。以我們的程度來說，若什麼都空，心裡好像沒有一股往前走的氣、讓自己改變往前走的力量不足，所以還是依緣起，不講空的道理，講緣起的同時，諸法的施設義都可以找得到，依這樣的立場去解釋緣起還可以，所以當學習廣行的法時，還是依唯識或經部宗的立場來學習比較恰當。廣行的法是從無著菩薩那邊傳下來，或者是依唯識的立場去解釋，這蠻有道理。一樣，學 《心類學》這部分，沒有必要馬上走到中觀的立場。若這樣學，我們所學的，和廣行的法配不起來。廣行的法是依唯識跟經部的立場，若學的《心類學》是依中觀的立場，這樣配不起來。學 《心類學》的腳步，還是和廣行的法一樣，先依唯識跟經部的立場學比較好。

祖師的書也是這麼寫的，所以同學們也不用擔心，有的人問，《心類學》學了半天，最後說這是唯識、經部宗的見解，中觀宗不認同。其實不用擔心，智慧成長必須要經這樣的過程。由唯識而中觀，這是一個次第，智慧的程度先到唯識，再慢慢地轉成中觀，這是一個次第，連月稱在 《入中論》也是這麼開示的。他說若想正確的了解中觀，要先學唯識。雖然月稱菩薩一直否定唯識，但對弟子開示學習次第時，他說要先學唯識。所以，這方面大家不用擔心，自己這樣學，若依中觀的立場來看對或不對，這不是重點，先依唯識和經部宗的立場來學習就可以了。就唯識和經部二

者來說，還是先學經部的立場比較好。對初學者來說，唯識的道理有點深，所以還是先按經部宗的角度學 《心類學》比較好。

心法四種分類的意義

《心類學》講到心法有四種分法，第一種是量識、非量識。第二種是以共相為顯現境的分別心，和以自相為顯現境的無分別心。換句話說，以分別心及無分別心的角度來分。第三種是自證、他證。第四種是心王、心所。這麼多的分法中，主要是以第六意識為主，五根識不是重點。我們主要要學的是調心，這是在第六意識上調的，主要要了解的是，它上面有四種的角色。那怎麼了解呢？

2.1 修行即培養量心，去除非量心

人們常說，聽聽自己心裡的話。現在是什麼樣的心裡的話？心裡的話那一種是可以聽的？那一種是不該聽的？在這地方要會分辨，比如第六意識這邊有量跟非量。意思是量心就可以跟著它，若是非量，就不要跟著它，不是所有心裡的話都要聽。心裡若是量心的這部分，這是應該要聽的。若它不是量，就不應聽。這方面，若多讀法稱論師的 《釋量論》，他用了一個較強的語詞講量跟非量，他說一切直到成佛的內心的證量，都是依量而來的。一切煩惱、惡業、不好的造作，都是依非量而來。

比如行者常念的「三大義祈請文」,[13] 在兜率上師相應法的儀軌中，念完供養曼達，有這些話：

13. 三大義祈求：1）唯願加持：從不恭敬善知識起，乃至執著二種我相，所有一切顛倒分別，速當滅除。2）從敬善知識乃至通達無我真實，所有一切無顛倒心，速當發起。3）及其內外一切障緣，悉當寂滅。

禮敬皈依上師三寶尊！祈請您等加持我心相續！我及一切母有情，從不恭敬善知識起，迄至明增近得三者之微細二顯間，所有顛倒心，祈請加持迅速遮除。從恭敬善知識起，迄至所有無顛倒心，祈請加持順利生起。祈請加持止息一切內外障礙違緣。

歸依上師珍貴三寶尊，惟願加持我心相續，我和一切母有情，心相續中從不恭敬善知識起，乃至密乘講的顯增得的障礙，一切的顛倒心都能去除。另外，從恭敬善知識起，乃至無學雙運都能生起。總的講，所有證量就講到無顛倒心，意思是所有的證量，無顛倒就是量，所有負面的 — 不恭敬善知識、不歸依、不信業果、貪著輪迴的受用、強大的我愛執、密乘的凡夫顯現 — 都屬於顛倒心。總的說，就是「一切顛倒心」和「一切無顛倒心」，一切證量都是依無顛倒心而來，所有負面、不對的，都是由顛倒心而來。

要了解，怎麼分量和非量呢？它的意思是，量是可靠的，無論怎麼量，它還是對，完全不會有錯，所以可以信任、依賴，可以聽從。心法所以分量和非量，它的作用是要讓我們認出那些心裡的話是要聽的，那些是不要聽的。

不單只是聽，進一步，用它當理由可以成立好的果的就是正確的，用這個量來當理由，再成立一個道理，它會帶來好的果。把它當理由，又成立另一個時，又產生另一個好的果。可以一直這麼推。以四聖諦的道理來說，以苦諦推集諦，集諦推滅諦，滅諦推道諦。道諦時，人就已改變，他的路就已轉了。量與非量有點這樣的意思，由量正面的力量，一直推，人就越來越好。理解道理時也是，由無常推理苦，苦推理空，空推理無我，這些都是依量而推出來的。很厲害的推理者像龍樹菩薩，他看到非常粗的緣起，就推到空性，當推的力量越來越強時，就會以量推量推到這些。

修十二緣起時，由無明就知道後面一定有行，由行一定有識，由識一定有名色，最後一定有生死輪迴。了解無明，由了解的這個量推，肯定有生死。一直這麼練習，當推的力量很強時，可以推到很遙遠。一樣，由無明盡可以推到老死盡，也是像這樣的推法。當知道無明盡的這個量成立時，從那裡就可以推到老死盡。就是由量可以再推出其他的量，輾轉一直推下去。

內心智慧的成長是這樣，修行的道的改變也是這樣。因此，法稱論師在《釋量論》講，從資糧道、加行道、見道到十地的功德，乃至最後佛的功德，這一切都叫「量果」。反之，往下走的，比如在輪迴裡越來越差，三惡道一直流轉，時間越來越長，一直不停地往下走，這一切都是「非量果」。往上走的叫「量果」，往下走的叫「非量果」。怎麼認出量跟非量，跟著量走的話會有什麼結果？跟著非量走的話會有什麼結果？確定會有這麼大的影響，那麼，要不要認識心中的量和非量？那是非常關鍵的，好好認識量跟非量，實際上是有這樣的功能的。

初開始學量的定義是什麼？非量的定義是什麼？一一分析，初學時，不會馬上有這種感覺。等整個學完，就會看得到，就如爬山，直到爬到山頂，才會全面看得到。同理，當你整個學完，整體的架構就看得出來。在一步步學的時候，肯定還看不出來。各位不用急，要耐心慢慢地學。

首先，量跟非量的這種分析，是非常關鍵的，它有這樣的作用。所以「聽聽心裡的話」，要分清楚心裡的話什麼是該聽的？什麼是不該聽的。我們很深層的心有可能是煩惱，所以聽的話，煩惱的聲音就會比較聽得到。量跟非量的作用大概是這樣。

另外，量跟非量也顯示出一個道理，所有的非量可以改變成量的道理。所有的非量慢慢調，調到有一天就變成量。比如由顛倒識調到疑、由疑調到伺察意、由伺察意調到比量。比量就是量，而量裡面又更高級的，可以調到現量。比如我對那個人，初開始沒有了解，可能對他很執著，起各種非理作意及顛倒識。這些顛倒識肯定是可以慢慢改變的，慢慢它就變成疑了。再慢慢的改變，它就變成伺察意。再慢慢的改變，它就變成比量。就是就了解它的真相，然後慢慢的就現量。所以，任何非量都可以改變成量。所以量跟非量，同時教所有非量都能改變成量。這樣的道理有點佛性的意思，不管什麼樣的不對都可以改變。總結就是這個，所有非量都可以改變成量，而且改到變成現量。這樣一講，心裡就會有點信心，因不管怎麼不對，還是可以改變的，量、非量還有這樣的道理。

2.2 心的品質決定於心所的善惡

另外要講的是心王跟心所，這部分教我們什麼呢？未學《心類學》時，不知道一顆心同時有很多心所與它同俱，這些心所會影響心的品質，會使這顆心變成好的、或不好的。心所有這樣的影響，我們平常不是那麼理解。心王跟心所有這樣的關係，這也是我們要了解的。比如剛才講的非量，對一個人或一件事，若心完全非理作意，處於顛倒的狀態，這顆心是怎麼變成正確的？或變成這麼不對的呢？是因它的心所有些東西染污了它。行者就要面對那些負面的心所，並且去除它。另外有些正面、好的心所，這些好的心所行者要取。若沒有的話，應讓它生起。心所若是壞的，心王就很慘了。若把壞的心所整個去掉，好的心所一個個地建立起來，心王它就會慢慢提升。當說到怎麼把非量變成量，就要認識一個個的心所，它們分別是什麼樣的品質？能了解這些，我們調心的方法就更豐富了。

比如在了解空性時，了解空性的是一個心，但我們不了解這顆心的周圍要有其他如信、無貪、無瞋等善心所。這些善心所應令它齊備起來。若齊備了，這個了悟空性的心的品質就會更提升。知道要補那個善心所，要提升那種善心所。若不了解這點，缺乏這種認知，就不知怎麼令心變得更好。另外，若分析心的了解或辨別功能時，可分出五個 — 欲、勝解、念、定、慧，這就是五別境心所。當有點了解這些心所的功能時，就知道提升心的品質的方法。現在那個比較弱，那方面應該加強。若知道加強這些別境心所，「別」的方面加強了，「總」的了悟的功能就會更強。了解心王的旁邊該具備什麼樣的心所，了解心王跟心所中間有什麼的關係，提升心王的方法，就算懂了很多了。這方面懂得很多，對修行會有很大的幫助。

五別境最後的兩個心所是「定」和「慧」，定跟慧是了解、了別時最好的工具，是五別境中最究竟的。行者要修定、修慧、修止觀，其原因就在此。若提升這兩個心所的功能，了解的品質會更好、更深。五別境心所之間是有次第的，有欲就有勝解、有勝解就會有憶念、有憶念就會有定、有定就會有慧。「就會有」的意思，不是說它自然就會有，而是有了前面的基礎，就會有機會有下一個的意思。因為有這樣的關鍵，定、慧是了解方面最高品質的工具，這兩個心所是這麼重要，這就是行者要修止觀的原因。

說到修止觀，若有人問：止觀的「止」是否為定心所、「觀」是否為慧心所？是的！若問：定跟慧心所為何那麼重要？就要說，五個別境心所的次第裡面，定跟慧是最上面的。別境的「別」，按藏文，別是 you-e，是「了解」的意思。不知在中文中，別是什麼意思？別是辨別。若是這樣，中藏文的意思是一樣的，若作「個別」的解釋那就不同了。當心投入去了解或悟一個境時，有個

品質成長的過程，那就是 — 欲、勝解、念、定、慧。修行人特別重視定跟慧的原因在此。

上面所說五別境僅是個舉例，用來說明心王旁邊的心所，對它有什麼影響。善心所會影響使心王變成善的，煩惱心所會使這個心王煩，而五別境心所會讓心在了解法上有幫助。知道這些後，對於怎麼改變心的品質，在方法上會豐富些，這就是要學心王跟心所的理由，因為它對修行有幫助。如前所說，當看到不好的心、或心處於非量的階段，就會知道不是心本身不對，是心所不對。去除這些不好的心所，然後把好的心所齊備起來，心王的品質就會越來越好。它就會由顛倒變成疑、由疑變成伺察意、由伺察意變成比量、由比量變成現量。心的轉變有一個這樣的歷程。知道這些，對行者會有很大的幫助。

2.3 分別心與無分別心的對境

心的另一種分類是分別心跟無分別心。從這種分類可以學到什麼呢？可以學到好幾種。先說第一種，當解釋分別心這個名字時，說到把義共相當顯現境的就是分別心，所以分別心完全碰不上自相，完全碰不上真正的對境，所緣的完全是自己的影像、自己的意思。知道這點對修行有什麼幫助呢？它的意思是，所有的分別心都沒有直接碰上真正的法，沒有了解到真相。這樣一講，分別心不就是活在自己的世界裡，不是那邊真正的境。聽到這句話，對於自己平常起的執著心，就好似在火上潑了涼水，會想「自己幹嘛這麼不高興、這麼抱怨這個人或那個事？」實際上，那完全是在自己的幻覺裡，全只是自己給「它」安立的？為什麼？因為分別心永遠碰不上那個對境。分別心的體性就是這樣。一旦知道分別心的體性，心裡對自己的分別心馬上換成另一種評價。原來是相信它、完全跟著它走，現在覺得分別心是完全處於幻覺

裡。一旦能這麼認清分別心，我們就有點跳出來，無法再跟著它走了，這時馬上就會有這種幫助。所以先要了解分別心永遠碰不上真相，永遠碰不上真正的境，這就是分別心的體性，認知這點對我們會有很大的幫助。

另外也要了解，分別心雖然碰不上真相，碰不上的意思是直接碰不上，若說「碰」的話，那肯定是直接的對境或是顯現境，所以分別心的顯現境那邊沒有一個真正是對境上的法。但「趣入境」就會有真正的東西，趣入境裡面若有真正的東西，那肯定分別心沒有直接碰上。從趣入的角度說，分別心還是有對的地方。從顯現的角度說，它有很多不對的地方。若趣入的角度有很多對的地方，從這裡要了解的就是像比量。所有的比量都是分別心，有沒有碰到真正的法？沒有！雖然分別心都是經過自己的影像認識的，但還是有了解這個境，比量就是這種狀態。就比量來說，它的顯現方面不對，但趣入境是對的。

2.4 顯現境與趣入境

《心類學》中分辨顯現境跟趣入境，對學習有很大的幫助，比如宗喀巴大師講的《中觀正見教授》，對「怎麼認出所應破」這點，是怎麼說的呢？他說當我們第一剎那想我的時候，它的顯現境錯，但趣入境沒有錯。到第二剎那時，把第一剎那的顯現境當趣入境，變成執著心就出來了，那時趣入境也錯了。如果能分辨出顯現境跟趣入境，名言的我是第一剎那的趣入境，另一個所應破的我是第二剎那的帶有我執的趣入境，二者就有點分辨出來。能這樣分辨，對我們會有很大的幫助。所以，學會區分顯現境跟趣入境是非常重要的。總之，在比量的階段，顯現境有錯，趣入境沒有錯。

顯現境錯了，不用在意；但緊接著對它生起執著心，那就錯了。我們的問題幾乎都是這樣。顯現境錯了之後，馬上帶來後面第二剎那，那時執著心就會出來，這就是我們不對的地方。比如我初看到某個人，分別心生起那一剎那顯現境裡就有些不對，第一剎那的顯現境就是我的影像。第二剎那馬上把這個影像看成和外面的人一樣，而起執著。顯現境跟趣入境來說，第一剎那的趣入境是對的，是實際存在的，顯現境就有一些不合理的成分。在第二剎那，對此不合理的影像，馬上生起它就是實際趣入境、與它完全結合的執著，這就是第二剎那變成執著。第二剎那的執著對我們的影響，就是這麼一回事。要會分辨顯現境跟趣入境，這點很重要。

比量的階段是什麼情形呢？比量的趣入境是對的。慢慢地由伺察意到了解 — 即比量，這是一條必須要走的路。我們對空性的了解，不可能馬上變成現證。必須先經比量的階段，才可以現證。在這部分，可以學到什麼呢？以什麼角度講分別心呢？它直接碰不到對境的就叫分別心，直接碰到對境的就叫無分別心，所以是以直接碰到或碰不到為標準。分別心雖直接的碰不到，但間接的還是有了解。雖直接所碰到的還是他的幻覺，但間接來說，它還是抓到那個境。間接的有抓到，直接的還是在幻覺裡。不過，間接抓到的這個階段，我們還是要走，因為我們不可能馬上就直接地抓到，間接的階段是必須要走的。了解空性時，必須要先間接抓到它，後面才能直接抓到它。這是必須要走的一個過程。

若這是必須要走的過程，從這個點就可以解決一些問題。比如不少人有這樣的觀念，覺得一生起證悟時，馬上就變成現證空性的這種證悟。然而這是要怎麼做到呢？他就是想我不要分別，我若都無分別的話，現量就出來，同時也證悟空性了，確實不少人有這種想法，認為不要分別，當下就是不執著，而且認為當自

己有一種好像不分別的感受時，那完全就是現證空性的狀態，很多人有這種想法。

當了解這些道理後，比如我們的執著心是怎麼來的？就是當我認知時，在第一剎那的顯現境那邊有個錯誤，第二剎那時，把這個顯現境當如實、真的在那裡的外境，這樣執著心就冒出來了。當用正理來破這個執著時，按實際上的道理來說，知道這個執著心是完全不對的。這樣的了解，從有沒有現證的角度來說，它不是從現證的角度了解的，還是依自己的意思，用邏輯、理由推比，以自己的立場而破的，所以自己的意思肯定是在的，所以顯現境、義共相肯定是一直存在的。在比量的階段，從顯現的角度，不可能直接就碰上空性。肯定是先依邏輯推理，依自己的意思，或透過義共相的角度，間接地抓到空性。這是一個過程。比量是怎麼生起的？對這點有點了解後，心裡會非常確定，若心中什麼都不想，這是絕不可能現證空性的。空性是怎麼生起的？是我們跟執著心辯論、要思考理由，找到它問題的所在，這肯定是要經分辨的歷程，不是一個什麼都不想的階段，這點是可以理解的。

「你這樣的執著是不對的，真正的道理是那樣子」，這個道理，起先我們只是從邏輯的角度抓，不是從現量的角度抓的。馬上就現證空性，這種事是不可能的。行者必須先經邏輯推理的過程，必須以自己的意思推，然後生起比量。知道這些，清楚了悟空性原來是由這樣來的。若什麼都不想，就要證空性，這是不可能的。證悟空性本身就是先要跟執著心辯論，然後看到法的真相及其中的道理。初時肯定是以自己的邏輯推理，不可能是現前的。好好了解比量是怎麼生起，就會知道一生起證量、馬上現證空性，是不可能的，在道理上是不通的。對於心中有這種想法的同學，以上說的這些，應該對去除這些不正確的想法會有幫助。

另外對同學也有幫助的是，顯現境是一個境，這點對我們會有些幫助，唯識派在《解深密經》中講的依他起、遍計所執、圓成實，其中的遍計所執其實就是分別心的顯現境。若好好了解分別心的顯現境，抓到當中的意思，才能理解《解深密經》裡面唯識的道理。比如就這個杯子來說，無分別心的眼根識跟它接觸時，有對境跟有境；分別心跟它接觸時，也有一個對境跟有境。兩方面都有一個外境在那裡，都有這樣的執著。在辨認這樣的執著時，從分別心的角度有一個外境，從無分別心的角度也有一個外境，二個並非同一件事。若要解釋什麼是分別心的外境？那就是顯現境。所以《解深密經》講的三性中的遍計所執，就是顯現境的這部分。好好了解顯現境，對唯識的解釋就會比較通了。

若不是這樣，分別心的顯現境跟無分別心的顯現境，若把兩個境完全變成一，變成一樣，那麼對《解深密經》講的三性，是無法解釋，完全就不懂了。所以，《心類學》經部宗所說的顯現境，跟唯識三性的解釋，有非常大的關係。了解這點，對學習會有很大幫助。

2.5 自證與他證

第四種分類是自證跟他證，這點中觀宗當然是不認同的。這句話一說出來，中觀宗馬上說，沒有！完全是他證，沒有什麼是自證。其他的分法，如心王跟心所、量跟非量、分別心跟無分別心，中觀宗都認同。唯獨對分為自證、他證這點，中觀完全不認同。解釋自證、他證時，完全是按經部宗或唯識宗的觀念。唯識的部分在《入行論》第九品有講到。唯識這部分是怎麼解釋的？唯識說外面的萬法，都是心投射出去的，沒有一個真正的外境。若問是誰把心投射出去的？是它自己投射自己，沒有一個外面的投射它。好像它自己投射自己，自己造自己，這就是叫自證，就

是自證分的意思。對此中觀宗認為，這麼講，等於心自己成立自己，心自己造自己。外面的境，那邊沒有，都是心這邊射出去的。至於誰把內心投射出去？是它自己投射自己，是自己讓自己成立。對於唯識這樣的解釋，中觀宗肯定不認同，因為自證這麼一講，這等於是自己成立自己，因此中觀就不認同。當然，唯識有講他的道理。對於自證分，就彼此的觀念或經部宗的觀念，大概了解就可以了，因這本身是完全不對的，不是那麼重要的。只是從這裡，可以理解唯識跟中觀不同的看法，這樣了解就夠了。在修行上，它根本就是沒有用的。若本身不存在，修行上怎麼用？以上說的就是 《心類學》的四個分法。

境的解析

另外要提出來說的是，《心類學》一開始講到對境，這個也要了解。一般認識心法，是從三個角度來認識它，宗喀巴大師在《廣論》中解釋煩惱時，他引用 《集論》來解釋。《集論》就講三個角度，宗喀巴大師也是用這三個角度來解釋。這三個角度，一是心它的對境，二是心的行相，三是此心法的功能、作用。從這三個角度來認識心法。所以，對境也蠻重要的。心法不像色法，有個具體的實體 — 如大小等 — 讓人認識它。心只能從它想的或緣的是什麼？從它想的內容，來認識這個心，一定是從心的對境 — 這顆心是想這個、那顆心想那個，從對境才有點抓得到。心本身沒有形狀、沒有顏色、大小，所以只能從它對境的角度來安立它。比如這個心法是緣空性的，這個心法的境是這個，那顆心法的境是那個，從這樣的角度去認它，所以境也蠻重要的。

心的境若認得越細，對心就認得越清楚。舉例說，很多人對大悲心認得不是很清楚，若大悲心認得不是那麼清楚，對於大悲心跟慈心中間的關係，也不會很清楚。七因果裡說的悅意慈、大

悲心、增上意樂、菩提心。大悲心的境是什麼？說到境，必定先要分所緣境、趣入境。於此先對趣入境做個解釋。

2.6 趣入境與所緣境

所有的心法，必須要有趣入境。趣入境是它所投入的一個對境，比如有人會說：「我什麼都不想」，雖什麼都不想，這時他有沒有投入的境？還是有！因「不想」就是它投入的境。任何心法肯定有它自己投入的境，這就是趣入境。比如我心裡想「這是杯子」或「杯子在這裡」，不管「是杯子」或「杯子在這裡」，前面一定會有「什麼」、或「那一個」，後面會有「是杯子」。有兩個，後面的「是杯子」叫趣入境，前面的「什麼」就是所緣境。有趣入境，肯定有所緣境，因為趣入或投入時，一定有一個它所依的地方，這就是叫「所緣境」。解釋趣入境時，趣入境跟所緣境是連在一起的，有趣入境，肯定要有所緣境。總之，這是杯子中，「是杯子」是趣入境，「這」是所緣境。

從這裡可以理解，每個心不管分別心、無分別心，都一定有趣入境跟所緣境，這是肯定的。《心類學》解釋量、非量時，講到非量的階段有顛倒、疑、伺察意，然後量的階段有比量、現量。這些都是趣入境上的變化，比如原來的趣入境並不是常法 — 比如趣入「聲是常法」，這樣的趣入的是不正確的，「聲音是常法」，聲音不是常法，但趣入的「是常法」，那就叫顛倒識；然後趣入境是非一半一半的趣入就是疑，再來對於「聲不是常法」這上面有信心，這樣的趣入就叫伺察意，然後對於「聲不是常法」，透由邏輯、正因，非常決定時就是比量，再來不用透過邏輯，不用依自己的意思推理，心裡完全是一種現量時就是現量。這些都是趣入境上的變化。趣入境是「聲音是常法」的階段的顛倒識，趣入境「聲是常法？聲不是常法？」不是很清楚，一半一半的階段

是疑，再來就是伺察意。到比量跟現量的階段時，趣入境上沒有變，但有沒有碰上趣入境，這上面有變化。現量時碰上趣入境了，比量時沒有碰到趣入境，所碰到的是以自己的意思。兩個都是量，但比量是透過自己的意思，以邏輯推理，所以比量跟現量兩個的趣入境一樣，不同之處是一個是直接的當作趣入境，一個是間接的趣入境。解釋心識的成長時，都是從趣入境上面來作解釋。所以趣入境是非常重要的。

剛才講比量跟現量間的差異，一個是直接碰上，一個是沒有直接碰上。比量沒有直接碰上趣入境，它直接碰上的是它的義共相。現量時，中間的義共相不見了，自己的意思就沒有了。這個沒有了，那就直接碰上了，這就是現量。比量跟現量中間的差異，就現量來說，它的趣入境就變成顯現境，而比量的趣入境還未變成顯現境，還沒有碰上顯現境。碰上就是直接碰上顯現境。所以顯現境或直接的對境是趣入境，這個就是現量或無分別心。趣入境之外，另還有一個顯現境，這個就是分別心。趣入境之外，解釋顯現境時，就要了解剛才講的這樣的道理。

當然顯現境還有一些別的意思，比如以我的眼睛看這個杯子時，我的眼根識的趣入境是這個杯子。杯子周圍其他物品，是不是也是眼根識的趣入境呢？不是！因它投入的是杯子，沒有投入周圍的物品，因此周圍的物品都不是我的眼識的趣入境，唯這個杯子是趣入境。是不是趣入境，要這樣區分。

那杯子是不是我的眼根識的顯現境？是！杯子周圍的物品，是不是我的眼根識的顯現境？是！「顯現」有點被動的樣子，「趣入」有點主動的樣子。現在杯子跟周圍的物品，有沒有顯現？有！但若「趣入」來說，杯子有趣入，周圍的物品沒有趣入。顯

現境在無分別心上，要這樣理解。無分別心的趣入境就是顯現境。它的顯現境是不是趣入境？不周遍是，有是的，也有不是的。

若問：分別心的趣入境是什麼？它的顯現境是什麼？應這麼回答：就分別心來說，它的顯現境跟趣入境，肯定不是同一個，肯定是有差別，因為趣入境是分別心透過顯現境抓到的。如果抓到的東西變成顯現境，它就變成無分別心了。對分別心來說，趣入境永遠不可能是顯現境，這是完全確定的。分別心的顯現境，它的範圍是什麼樣子？分別心的顯現境有很多。它們是什麼樣子呢？比如他的意思中出現的杯子、杯子是有自性的也顯現了、杯子是能取所取二也顯現了，就是平常對杯子的執著心，比如唯識法我執的執著心，中觀的法我執。

唯識的法我執是什麼呢？杯子是在那裡，唯識認為杯子不是在外面，它是唯識、是內心的體性。以唯識來說，「杯子是在那裡」就是法我執。以中觀來說，杯子在心外，這不是重點，但若是在施設義上找得到，這才是問題，跟內外沒有關係。若是於施設義上有一個找得到的，不管於內、還是外，都一樣的，這個就有問題。就中觀來說，有自性成立或於施設義上找得到，這種的執著就是叫法我執。不管是中觀講的法我執或唯識講的法我執，兩個都是執著心。第六意識對杯子的分別心生起時，這些執著心會不會影響到它？會！當看這個杯子時，就第六意識對杯子的了解來說，因第六意識本身是分別心，肯定會受義共相的影響，加上執著心也對它有影響。若執著心對它有影響，唯識的法我執對它會有影響、中觀的法我執對它也會有影響。若是唯識的法我執影響它，那會給它一種顯現。若是受中觀宗的法我執的影響，也會給它一個顯現。在趣入境上是不可以影響的，因若對趣入境上產生影響，那就變成是顛倒識。現在說的不是顛倒識，是就了解杯子的分別心。了解杯子的分別心不是顛倒識，它只是顯現境上

有問題而已，趣入境上沒有問題。分別心的趣入境上還是正確的，不可以說趣入境上被法我執影響。

法我執影響那個部分呢？影響顯現境，此即剛才講的就持杯子的分別心的顯現境來說，因它是分別心，因此會受義共相的影響，另外受兩個法我執的影響 — 會有杯子在那裡的顯現，杯子是自性成立的顯現。

宗喀巴大師在 《中觀正見教授》中說，當第六意識第一剎那想「我」時，它是不是分別心？是！此第一剎那想「我」的分別心，它的趣入境有沒有問題？沒有問題。而它的顯現境有沒有問題？有！說它有問題，是不是針對義共相說的？不是！《中觀正見教授》講的不是針對講義共相，而是被執著心影響的顯現境這部分。執著心影響的是那一部分呢？我是自性成立，有這樣的顯現，論中說的是這方面有問題。第一剎那的顯現境所顯的，第二剎那視為完全合理、是對的，這樣的念頭一出來，執著心馬上就出來了，這是 《中觀正見教授》講的。這同剛剛講杯子的例子一樣，就執杯子的分別心來說，它的顯現境那邊有杯子是有自性的顯現，也有杯子在那裡，從外境那邊成立的顯現，同時也有自己的意思的杯子的顯現，所以有三種的顯現。執杯子分別心的顯現境有好幾種 — 杯子的義共相、杯子是外境成立、杯子是自性有。所以它的顯現境就有這麼多種，這些應充分了解。

生：執杯子的分別心的趣入境，是沒有錯的，這是僅指第一剎那而已嗎？第二剎那就變成錯的了，因為執著的原因？

師：說第二剎那的意思是，與第二剎那同時會生起執著，不是它轉成執著心，《中觀正見教授》講，想我的這個分別心，第一剎那時，它的顯現境有錯，然後就它自己續流的第二剎那來

說，肯定不是執著心，它還是一個名言量的分別心。比如想我的分別心的第一剎那，它的趣入境是對的，這個對的分別心沒有滅、會繼續在，這個對的趣入境的續流第二剎那時也還在。但與此同時，會冒出另一個執著心，這並不是說原來第一剎那的分別心轉成執著心。而是第二剎那時，就生起執著心，應該這麼了解。執著心生起時，它把前面第一剎那分別心的顯現境（第一剎那分別心的趣入境是緣名言量的我，是正確的）當趣入境，這種心生出來，所以應該說第二剎那的時候生起的，不能說第二剎那時轉成執著心。杯子的情形也是一樣。

生：《攝類學》講到同質跟同體，為什麼要學這些？了解這兩個名相有什麼幫助？

師：若問比量跟現量是否同體？或問分別心跟無分別心是否同體？一般會覺它們完全是兩回事，也就是說，比量跟現量，分別心跟無分別心，二個完全是不同的。怎可說它們是同體？怎可說它們是同質？

現階段要了解的是，用邏輯推，它們二者間還是可以有同體的關係，這個道理是可以理解的。為什麼？首先要了解，有總別關係的都是同體，然後再從這個邏輯推過去。總別叫同體或體性一，首先要知道，講同體或體性一時，肯定不是講它們完全是一。比如無常跟杯子，無常到處都有，萬物都是無常，而杯子只是其中的一個。說「杯子跟無常是體性一」是什麼意思？意思是，這兩個一定有一個關係，比如說它變成無常的體性，就是它是無常，二者間有個交接處，它是無常的體性，它的體性是無常的體性，二者中間有這樣一個接起來的地方。這時候，就稱它們是體性一。若是這樣，為什麼是叫體性一？因為體性一意思是它們不是完全是一。那是什麼意思呢？那是從否定的

角度來了解，一般說不是一，就變成是異，若變成異，那麼二者就沒有關係。現在不是異，所以是體性一是這個意思。若說異，那變成二者完全沒有關係。所以體性一是否定二者完全沒有關係，這個否定就變成體性一的意思。說體性一的意思是什麼呢？不是完全沒有關係，就叫體性一，就是否定完全沒有關係。體性一就是講不是完全是一，但否定完全不是一。把這個否定的結果就叫體性一。先這麼理解，體性一不是一的意思，總別都可以說是體性一。

若了解這個道理，就容易了解下面要說的。若問現量跟比量是否體性一？是！那是怎麼推理的呢？現量跟比量的自證現量是體性一，因每個心都有它的自證。就比量的自證現量來說，它的自證現量是不是現量？是！所以比量的自證現量跟現量是不是總別的關係？所以現量跟比量是體性一，因為它跟比量的自證現量是體性一。若這麼講那就對了，因比量的自證現量，就等於比量裡面的東西。當解釋自證時，就會說到每個分別心裡面都有無分別心，比如比量的自證現量。比量是分別心，但它自己了解自己的這部分（自證）是現量。所以比量中也有現量，包括執著心也有它的自證現量，所以非量的一部分，以對自己來說還是量，所以當問比量是否與現量是體性一，那就可以成立了。同理，無分別心是不是與分別心體性一？是！因無分別心與分別心的自證現量體性一，那就等於跟分別心是體性一，《心類學》裡面會講到這部分。

生：非量可以轉變成現量，從顛倒識到疑，再到伺察識、比量、現量。在這個過程中，趣入境是存在的，到最後現量時，能達到真相，趣入境完全跟顯現境一樣。但您又說顯現境受到三種因素的影響 — 執著境是自性成立、義共相、對外境的執著，

請問若分別心還受這麼多因素的影響，到最後顯現境變成和趣入境一樣時，為何會變成現量？

師：剛才是從義共相的有無來說它是不是分別心，並沒有講是從是否執有自性的角度來界定它是否是分別心。以中觀或唯識的立場來說，現量也有錯誤的。從顛倒識、疑一直成長到現量，若就世俗的道理，或世俗的法的體性的角度來說，就這麼走到現量，那沒有關係，世俗的法還是要現量。然而，世俗的法再怎麼現量，以勝義的角度來看，它是有自性的顯現的，這些問題還在，這沒有辦法，這個必須要修空性才能對治，只修世俗諦還是不行。不管唯識或中觀的角度，還是要修勝義諦。一樣，了解勝義諦也有它的過程，直至勝義諦的現量時，自性顯現的問題就沒有了，到勝義諦上的現量時才完全沒有錯誤，世俗諦上面的現量還是有錯誤。

到勝義諦的現量上才完全沒有錯誤，因經長時串習的結果，其他世俗諦上的量的顯現，就慢慢地去除。比如像十地菩薩現證空性的量都沒有錯，但十地菩薩心續中無常等世俗諦，所有的現量還是有錯誤。這是指那方面的錯誤呢？有自性顯現這方面的錯誤。有自性的顯現是怎麼來的？因為還未斷除習氣，所以一直冒出來。怎麼斷除習氣呢？須長時不斷串習現證空性的現量，慢慢地斷了有自性的執著心的習氣，了解世俗諦的現量的顯現，這方面就不會冒出來，那就變成成佛。那時變成一心二諦同時都是現量。

生：剛剛分別心講到它有第一剎那、第二剎那，時間其實非常短，要如何去修？

師：認的方法是，在執著心非常強、非常猛的事發生後，回憶這樣的情形，拿它來和平常心平氣和時的情形對照，分辨二者對名言量的我的認知，當二者相比時，會看得出來當時內心生起時，就是這樣，剛開始時就是名言量的階段，然後第二剎那馬上就冒出執著心。兩相對比，大概就可以看得出來。

生：但那樣的時間很短暫。

師：沒錯，但起碼剛開始時是什麼樣的念頭，跟後面生起的念頭，還是有點不同。不用太考量後面是什麼時候生起，沒有必要一定要認出時間是多長，是不是半秒？本身後面起來的感覺跟第一個起的念頭，一定有區別，這麼認就可以了。

生：剛才說量、非量，分別心和無分別心等有同體性的關係。對於不承許自證分的宗派來說，他們也承許它們是同體性嗎？

師：中觀應成在《略論》毗婆舍那處，講到四個綱要處，周遍這些都有講到。另外《中論》、《入中論》也講到邏輯正因，所以正因及四理的推理是大家公認的。推理靠觀待理，四理即觀待道理、作用道理、證成道理、法爾道理。推理是推這個法和那個法中間有什麼關係？可以用這個關係來推，這個關係是大家公認的。解釋關係時，就有同體相屬、彼生（從生）相屬兩種。

同體相屬一詞，中觀也認同，但同體相屬的「體」，並不是指有自性、有自體，所以這點還是要有區分。名言中也是有體性存在的，比如火有火的體性、水有水的體性，名言中這是存在的。同體相屬的「體」指的是名言有的體性是存在的，就從這樣的體性的角度，看它們是不是異？是不是有關係？就這方面

可以做解釋。所以中觀對同體相屬等都要認同的。這包括二十空性中的性空，講「性空」的意思是對於前面的「性」是承許的。講「內空」時，前面的「內」是承許的，「內」是施設處，後面的「空」，是就施設處上的空性。解釋「性空」時，「性」是承許的，然後在「性」上解釋空性。但這是否承許自性有？當然不承許，自性有的意思指它是以自己方面存在的。它是如何存在的？以自己方面存在的，若這麼說就不對了。依他而存在，那就對。所以以自己而存在，就變成有自性。現在不講怎麼存在，它有性沒有問題。說怎麼存在時，那找不到。沒有找的時候它在，這就叫表面上是存在的，名言中是存在的。深入追的時候找不到，就是這種意思。名言中還是有的層面，就是現在講的體性、或同體。

生：剛剛講由非量到量的心識，中間經疑、伺察不同的階段，那各個過程中的心識的所緣境是一樣，但它們的趣入境是會變化，是嗎？

師：對。剛才講的，比如「聲是常法」，聲是所緣境，這一直沒有變，但後面的趣入境就變了，原來是不對的，那就一直變，變到最後是完全正確的。

生：趣入境認得越精準，顯現境就會越清晰，剛才舉大悲心為例，可否把它講完？

師：這一段沒有講完，中間岔到那裡去了？大悲心的所緣境是眾生，一般是這麼認的。那它的趣入境是，我應把眾生從痛苦那邊救出來，這就是它所趣入的 — 我要救拔令眾生離苦及苦因，一心就是想要把眾生從苦那邊救出來，這事是我要做的，背後有一個確定的心意，這就是趣入境。

剛才說，眾生是大悲心的所緣境，其實這樣講還不夠精準。應該是說，修悅意慈的結果，視眾生是非常悅意的那種眾生，以修悅意慈之後的眼光看，一切眾生都是非常悅意的。若只是講眾生，就缺了這種味道，大悲心的眼光裡的眾生不是這樣的。若要形容大悲心所緣的眾生有何不同，那就是修悅意慈後所生起的對眾生的一種看法的眾生，這就是大悲心的所緣。

為什麼要修悅意慈？為了取出大悲心的眼光裡的眾生是什麼樣的眾生，這樣的要先取出來。修悅意慈與大悲心的趣入境沒有關係，大悲心的趣入境與什麼有關係呢？跟修中士道的出離心有關係。修出離心的階段，在自己身上徹底體會到輪迴的苦是這麼可怕，在深度、廣度上，對這樣的苦有透徹的理解。修了悅意慈之後，心中視眾生就變成跟自己一樣。原來只修出離心時，只有自己一個人，現在修了悅意慈，一切有情變成比自己更重要、是最悅意的感覺。這樣在緣眾生修出離心時，容易把自己強烈感受到輪迴苦，要離開輪迴苦的想法套上來，這樣套上來的就是大悲心的趣入境，所以大悲心的趣入境跟出離心有關係，大悲心的所緣境跟悅意慈有關係。

宗喀巴大師 《入中論善顯密意疏》有講到，為了生起悅意慈，有兩種方法，無著傳下來的七因果及寂天菩薩傳下來的自他交換。二者都是為了加強視眾生如自己一樣，甚至比自己更重要，都是為了把這樣的悅意慈建立起來，因此而有這兩個方法，所以悅意慈跟大悲心的所緣境有關係，所以在修大悲心的前面要修悅意慈。它是什麼樣的一個心念，要從它的所緣境和趣入境那邊去認，因大悲心的所緣境有這樣的一個層面，所以不得不修悅意慈。若大悲心的所緣境只是簡單的講是眾生，那就沒有必要修悅意慈了。真的把大悲心的所緣境認出來，從這裡可以理解悅意慈是必須要修的，二者中間有這麼關係。我要

說的是，不管宗大師或無著菩薩，都說要從境那邊去認識這個心法。大悲心的所緣境是這樣，趣入境是那樣。從境去認識大悲心時，就會感覺大悲心是這麼一回事，所以前面不得不修悅意慈，不得不修出離心，這種心就會生起。

附錄二：心類學問答

生：心類學目前學到心所，對於五遍行，感覺很困難從自己的經驗去感覺到它們的運作方式，尤其像作意、思這二個心所，無法真正把二者的作用區別清楚。

師：如何認識作意跟思呢？「思」不單是第一次想，它有深入再想的意思，就是過去已經想了，現在再重複地想。作意完全沒有再次想的意思，它是第一次想的意思。心原來沒有朝這個方向或對這個境，現在把它對上這個境，就是讓這個「意」轉它的對境，如把手電筒轉向東邊，轉到上面、轉到下面，「作意」就是讓它轉。

宗喀巴大師在 < 毗婆舍那 > 章，講到五個過失跟八斷行，在八斷行說到，當心沒有沈跟掉時，不要再繼續強迫心去「作意」。若沈掉出現，那時就要「作意」，作什麼意？譬如若心沈沒時，要想這裡有光，這就是「作意」的意思。

為了把沈沒去除，就讓心轉不同的對境，那時就要修「作意」，譬如修光的作意、或修暇滿讓自己珍惜，而修對境這些道理的作意，那情形就用「作意」這個詞。讓心特別轉到某些歡喜或光的對境，就好比當某人睡覺時，有人用燈光照他的眼睛，這個人就會醒過來。和這樣的作用一樣，當沈沒時，觀想這邊有很大的光，就無法再睡了。這種情形也是用「作意」一詞，這就是五遍行中「作意」的意思。

初禪前的近分定也講六個、七個、八個作意，這些作意都是指那時故意讓心想某個對境。《廣論》< 奢摩他 > 章講到「攝樂作意」，心沒有開朗時，叫它開朗，或很散亂時，讓它收回

來。總之，在近分定不同的階段，讓心故意去想某個對境，作意就是心原來並沒有想什麼，現在故意讓它去想。所以剛開始時，讓心向那個方向轉，這就是叫「作意」。

五遍行的第一個心所法就叫「作意」，先讓它轉，然後「觸」就會出來。先講作意，然後講觸，然後受，然後想，最後是思，五遍行的次第就是這樣的過程。從五遍行的次第可以看出來，作意是第一個，思是第五最後那個，以理解，它們的功能，一個是剛開始想，另一個是後面再想的心所。

平常講造業的是思心所，意思是剛開始時，不可能心一想，馬上就造業，而是想到轉出一個力量，那個就是叫造業，所以思心所時才會造業，前面的作意、觸、受、想，慢慢往造業的方向走，到思時具備相當的力量就造業了。為何思心所放在最後，也有這個意思。作意、思二心所應這麼區分。

生：五遍行是遍行心所，照理說，心王和心所有五相應，這五個心所應是同時生起。照剛剛說的，它們是前後剎那的心所，不是五遍行同時生起的？

師：它們雖是同時生起的，但就它們的力量發出來來說，是有點次第的，它們的特性是已經存在了，但就力量真的發出來說，還是有具有前後次第的。

生：一般說的「起心動念」，它和作意的意思相近嗎？起心動念，念頭一起來，不就已經到思了嗎？

師：起心動念指的應是第一個開頭的作意心所，藏文沒有「起心動念」這樣的詞，它是漢文中常用的詞，藏文類似詞是「動

機」，若要直接翻譯成藏文的話，找不到「起心動念」直接相對的詞。

生：剛剛說的動機，是否就是心念的啟動？意樂、動機是一樣的嗎？

師：用「作意」這個詞，中藏可以直接對得起來，「起心動念」和「作意」好像可以對得起來，但若就翻譯的角度看，它是對不起來的，「起心動念」與「作意」完全是不同的意思。「念」有一種意念再想的感覺，「動念」的「念」是「憶念」的「念」的意思嗎？若一一把它抓出來，意思就不是那麼清楚。一般說「起心動念」好像就是「作意」的感覺。

生：《大乘五蘊論》中，善心所講了 11 個，《隨念三寶經》講的跟皈依法有關係，若要歸類，在 11 個善心所中，皈依要歸那一個或不僅其中一個？

師：辯經時，一定要先講出定義，再依此來辯，譬如菩提心是什麼？是心王。先把菩提心的標準、定義準確地講出來。一樣，皈依是什麼？是信心所，是 11 個善心所裡面的信，在生起信之前，肯定要思惟很多東西，內心才會接受，前面一定先要有一個過程。沒有這些過程，怎麼會相信它？前面的這些過程當然是有，但前面的過程不叫「信」，信心所是後面才冒出的那個新的心所。

之前已讀過，信心所含對三寶、業果、四聖諦的信，分別是在清淨功德、有沒有、能力三方面的信。皈依主要是「德」方面的信，《隨念三寶經》一直講三寶的功德，心中生起一種清淨的感覺時，這就叫「信」，它不是它存不存在這方面的信，當中也是有三寶有沒有這方面的信，但對三寶有沒有的信，不是

皈依的這部分，而是指思惟三寶的功德之後，心裡會帶來清淨的這種的信。

生：大悲心算什麼心所呢？

師：不害心所。

生：若這麼說，大悲心跟悲心，分不開來，是不用分嗎？

師：要分。雖同屬一個心所的範圍，但就其力量、大小來說，二者要分開來說。像出離心、菩提心，二者一樣都是心王，然出離心是下決心自己要解脫，而菩提心則是於一切有情上，我要走什麼路的決定。二者雖同是心王，但二者間有很大的差別。同樣，悲心跟大悲心，或聲聞跟獨覺修的四無量心中的悲無量心，跟大乘菩提心生起之前的大悲心，二者雖同屬心所，但力量不一樣。能夠引發出增上意樂的這種悲心就叫大悲心，它的功能就是在力量、大小這裡來判斷。若僅是心中一個悲心，無法引發增上意樂，沒有發出來最高意樂者 — 完全的投入、把自己完全貢獻出來，就是悲心。

生：那大悲心跟菩提心又如何區分，大悲心在增上意樂以後，不就叫菩提心？

師：不是！「我要承擔」就是增上意樂的意思，清楚如何承擔之後，內心確定我要追這個目標、要走這條路，才是菩提心。

生：為何悲心是屬不害心所，而慈心是屬無瞋心所？

師：11 個善心所間有一個成長的過程。瞋一般不是指對外面或是與他人的關係，主要是自己內心裡就是氣的。譬如聲聞跟獨

覺，不會讓自己起瞋心，把自己的心保護得特別好，不會讓瞋心來擾亂自己，但對他人是有害、或不害，他不太在意，重點是自己不要生起瞋恨心。若關心到這對他人是有害或有利，這就是大乘的事，二者還是不一樣。把不害放在 11 個善心所中的最後一個，就是有這個意思 — 它是最高的。「不害」含有能否定「害」的這個功能，單單我沒有害不叫不害，它包括對一切能令「害」生起的機會，都有一能夠擋的力量，那是對他人有一個愛的力量，才有辦法擋。

生：悲心的行相是離苦，而慈心是希望與樂，就不害來講，感覺上，不管你希望與他樂或離苦，都是可以的，但您說慈心歸在無瞋，悲心歸在不害，因《集論》說無瞋以慈為體。照剛剛說的，小乘以防護自己的瞋心為主，這要把它解釋成慈？或悲？這當中的區分有點不懂。

師：不害是悲心，這很容易理解，悲是他人身處苦境、受苦時，對他悲心的感覺就生出來了，當下就會有不能接受、悲的一種心情。而他人快樂時，我們不會說我悲心吧？悲心肯定和他人受苦有關係，「害」是他人受害、得到苦，所以「不害」和悲心是可以連接的。

不害跟慈心有點難以連接，慈心是願意對方得樂，我抱他、親他、對他很好，就如平常念的「願一切有情得樂及樂因」，慈心中有從我這邊，要給他多少的樂和愛的含意，因此無法用不害來解釋。不害是把害否定掉，害是對方有受苦的階段，所以它無法直接連上慈心。瞋心雖然是自己內心的一種情緒，但其中還是有因某人而生起瞋心的因素，慈心令我對此不能接受，想排除之，想包容他、接受他，這樣慈心跟無瞋就是完全接得起來。

生：七種慢中的「我慢」，書中說它是依薩迦耶見而生起的，大家對「我慢」的行相不是很懂。

師：薩迦耶見增強的結果，就會生起「我是更大」、「我的存在是超越別人的一種存在」的想法。自居這樣的角色，對別人就會一種看不起，或覺他們不重要的慢心。不可以說我慢完全就是薩迦耶見，它不是薩迦耶見，但它是由薩迦耶見所帶來的，就是覺自己比誰都大，他人不怎麼重要的這種心態。

生：法王講，一旦有我執，就會生起對我的貪心，以自我為中心，感覺自己是最重要的。若是這樣，它跟對我的貪有什麼關係？我執接下來就是我愛執，我愛執的行相是我比較重要，所有的事都是先考慮自己，此和上面說的「我慢」，我比較大、比較重要，二者怎麼區分？

師：我認為法王講的，比較偏向我愛執的意思。感覺我比較重要，這和我愛執比較有關，不是和我執有關。我執不講誰比較重要，而是指它自己就可以存在，它的力量很足，不需靠什麼。當然，凡夫階段我執跟我愛執都是互動的，我愛執會幫助我執，我執會幫助我愛執。二者的特質，我比較重要，這是我愛執的意思。跟重不重要沒有關係，跟它怎麼存在這方面有關係的是我執。

譬如我執跟空性有關係，而我愛執跟空性沒有關係。「沒有關係」的意思是，空性不會對治我愛執，聲聞、獨覺一邊修空性，一邊修我愛執，或者說一邊我愛執還存在，而我執跟空性是有相對抗的。若說我是怎麼存在的，這就跟我執有關係。我怎麼存在的？就是什麼都不用依靠，世界上好像就只有他一個人存在，他遍滿一切，這種的感覺就是我執。這樣的我執就是

薩迦耶見，這樣的我執愈強大時，會變成好像只有他存在，其他人都不存在的心態，那就是「我慢」心。譬如一進來佛堂，什麼都看不到，好像就只有我一個人。

生：只要薩迦耶見存在，我慢就會存在。

師：應該是這樣。

生：空性可以對治我執，但無法對治我愛執，那能對治我愛執的是什麼？

師：若是無邊正理的空性，那就跟我愛執有關係，可以對治它。也可以說無邊正理的空性，等於就是緣起很廣，緣起很廣才有無邊正理的空性。緣起觀想得很廣時，肯定就能對治我愛執。緣起很廣等於就是菩提心。當緣起觀得很廣時，根本就沒有一個「誰是重要」的，《入行論》第八品用空性的道理破我愛執，應該不可以說直接完全用空性的意思，主要它是以無邊正理的空性的立場來說，那就是可以對治的。

生：唯明唯知是「心」世俗諦的定義，若心的勝義諦的定義就是空性。在「基位三身建立」處，講到子光明跟母光明。子光明跟母光明是否是屬於心的勝義諦的部分？想了解心的空性、勝義諦的部分是怎麼樣？

師：密乘講的肯定是有境的心，有境的心肯定不是對境的空性，所以還是世俗諦，對境的空性才會變成勝義諦。怎麼解釋有境的心的光明，都還是世俗諦的。當然這樣的心是不是了悟對境空性的空正見？是！且是很高的空正見，力量最強的空正見，所以密乘講的光明，還是屬於顯教講的心的體性唯明唯知的這一面，說的是它世俗諦真正的相。真的要解釋唯明唯知，還是

以密乘裡說的光明的心，比較清楚。因為我們的心就是一直地變，其他的心一直變，而光明心是無始以來至未來成佛，恆時在的，它確實是永不變的一個性，從這裡就可以理解為何心是唯明唯知的。

生：是否只要談到心的空性，都只能談到心的空性智。

師：對！般若八事七十義「正行之所依」中講到「自性住種性」，修時怎麼依靠心的空性呢？意思是修時，一直認識心自己的空性，一直認識，一直了解，心自己會清淨，會慢慢提升。當真的溶入心自己的空性，那就成佛了。心依靠所依處的「自性住種性」，一直依到最後，就變成佛了。「正行之所依」的「正行」就是菩薩內心修行的證量，這些量要依靠誰呢？就是「自性住種性」，怎麼依呢？就是要了解、要修的意思。這樣一直修，最後就成佛了。等於心了解自己的本性，然後就一直入，入到最後就完全不出來，那就成佛了。

生：心了解自己的本性，是要透過心對境的空性去了解嗎？

師：不是！相對來說，心自己的空性就是對境，然後一直修它。時間久了，心自己就變成光明、成佛了。這是格魯派或佛教基本的道理，但其他教派說這個時，所用的詞好像心變成空性了。照宗大師清楚的解釋，不可以這麼解釋。它是「入」，不可以說心「變成」空性。不應這麼解釋。

生：如何將心類學實際用在修行上？當境來時，心就起煩惱，要如何及時看到心怎麼運作？是否應分析同時有多少心所在運作，導致這樣的反應？還是要去看心的前、前剎那，到底是什麼因素，導致現在的樣子？總之，應如何下手？

師：心所這部分有兩個東西。一者是先看到它是錯亂的心，然後了解它是怎麼錯。它不對的地方怎麼去破它，這是一個修的方法，它叫「修所緣行相」。意思是破「煩惱的所緣」，然後把智慧的所緣抓起來，這是一種。另外就是修「行相」。就像是剛剛說的信，有時對境已經了解了，但有境這邊，譬如對法的體會、感受愈來愈增加。這些若沒有提升，只有了解對境，有境這方面沒注意，沒讓它成長、培養，這樣也無法成長，這也是要注意的。

以五根、五力來說，它們的對境是一樣的，五根的對境就是五力的對境，五力的對境就是五根的對境。為什麼五根的後面再修五力？意思是把有境的五個心所的力量培養到一個量，就變成五力。修行相就是修有境的意思。

在《廣論》裡，宗大師就用「修所緣行相」這個詞。修所緣除相上面講的，要破這些。另外若從聞思修的層面來說，聞思的階段修所緣，修的階段修行相。當然，不管什麼煩惱，對治時，一定是從聞、思、修這麼來的。聞、思的力量肯定要修，但雖有了聞思修，你肯定還是改不了多少，有可能知道它不對，但沒有深入、全面性的知道，那時就把攝類學裡面說的，各種應成論式、正因論式的邏輯，拿來多加應用，這樣也會有些改變。

噶當派說，聞跟思有沒有做好，從身行、語行上有沒有調柔，從這裡可以看得出來。言行雖然很美，但心還是另一件事，聞思修的「修」有沒有修好？誰清楚，只有自己清楚，外面誰都看不清楚。有句話說：聞思的代表，就是身語的言行非常圓滿，修的代表是內心沒有煩惱。這是外面看不出來的。聞思有沒有修好，是從外面可以看得出來。對治每個煩惱，都有它的

過程。聞思的階段時，煩惱在他的言行不會看得到，若從他的言行看得到，那麼他的聞思還是不對，聞思沒有打好。若言行看不出來，但內心裡還是有很多的東西，那這要在修的層面，才可以對治。

生：這些都是要先好好努力、下功夫，才能做到的，問題是現在常常遇到境，比較粗的煩惱就會起來了，那已經來不及了，沒辦法再好好的聞思。在這種情況下，到底要怎樣應用心類學的方法去調伏它呢？

師：心類學僅是教怎麼認有境的心，心類學並沒有講到怎麼破煩惱，剛剛講的透過聞思，用邏輯破每個煩惱的錯誤點，心類學只是先認出有這麼多的煩惱，修的過程還沒有講到，只是先認識而已。

生：煩惱境來時，就不清楚了，那時要怎麼幫助自己清楚？

師：關於這方面，尊者說的蠻有道理的。凡夫對自己的健康很執著，對於心情跟健康有關係很重視，反觀我們自己也是，看到煩惱情緒帶來心情不好、導致身體生各種病，於此不單字面上的了解，在自己身心上馬上會有這種感受。心情不好時，身體馬上會有感受，由此再推，若病再惡化時會怎麼樣，從自己身心的體會，有點認出來。於是就會注意不要再這樣子煩惱、那樣子煩惱。有了這樣的注意，起碼就會遠離煩惱的境，因會怕，我再這樣就活不下去了，暫時的解決之道就是遠離這個境。另外修行這些，也會慢慢注意，確實當下要有聞思來不及，但起碼要遠離煩惱的境。另外我們一定會想出暫時遠離的方法。時下修的內觀，我覺得那是暫時的解決方法，雖沒有很

多的聞思，但暫時會培養一些定力也是有用的。這是不是究竟呢？不可能！真的面對煩惱時，也一樣會倒。

生：五遍行 — 觸、作意、受、想、思，要如何認出它們？我曾觀察自己，看會不會有什麼感覺。可否舉生活上的例子，實際說明要如何認它們？我覺得現代人很多外表言行上看起來很好、很溫和，但心情都不好，這可能會生病。請問我應先在身、語圓滿上努力，還是直接表現我自己？

師：你問的是實際的問題。世間人為面子，言行上假裝溫和，但剛才講的不是裝出來的，是透由聞思智慧的力量，在自己的言行上可以有把握，不會做出那麼離譜言行。剛才說的是由聞思力量所產生的結果，就是以自己聞思智慧的力量，改變自己的言行，不是強裝或壓抑的。有聞思的力量，確實可以智慧的力量，讓言行上不會造次。但心方面呢？依我們的標準，若心有煩惱，言行上就已經現出來了，但修行人的要求，言行沒有煩惱，但心裡面還是有，這就是很細微的，譬如阿羅漢，依我們看，他已是這麼受尊敬的對象，但其實他心裡還是有些不平靜。要對治像這種的煩惱，得靠長期、非常嚴格串習修行的功夫，那是在見道、修道非常高的定力下修的。這麼細微處，我們很難理解，因看不到，然等我們到達這種程度時，還是會看得到的，不用擔心。等自己到達一個程度時，對自己的要求會愈來愈高，對自己心裡的感受，也認識得愈來愈細，那時就會看得到。前面講的，以聞思的力量產生言行上的改變。你所問的，我不想為讓言行這麼美，一直壓仰自己，最後會得病，然而在有這種的言行之前，根本還沒有聞思智慧的力量在裡面。

若真的透由聞思慧力而導致言行上的改變的話，以我們的標準來說，這人已經感覺很舒服、很快樂了，他已經是幸福美滿

了，他的內心是這樣的狀況。我們欣賞的是這種透由聞思改變的境界，真正要達到的是這樣的目的。這可以說是佛法裡面，聞思層面最基本的要求。是最基本的改變，及所帶來的幸福。

若不用聞思，也不用修，但問要怎麼改變？這問題就很難回答。尊者常說，他學習那爛陀寺祖師的著作，雖然所懂的只是一點點，無法跟龍樹、無著菩薩相比。縱使僅懂一點點，但是對他的改變就很大。我們沒修上師是佛，但我們可以看出來，以這麼一點智慧，對他內心的修行，幫助是這麼大。一樣，只要我們認真學習，內心的煩惱，肯定是會改變的。聞思的這條路肯定是要走，它可以帶來幸福和徹底的改變。

雖無法修得這麼多，僅是學他的百分之一，有時也可以用世間一些短暫的方法，譬如找願意傾聽的人，跟他講一下，發洩自己的情緒，或自己畫畫也行。總之，就是佛教中講的，想法把身體內負面的情緒，所帶來不堪能，不舒服排除掉。做氣功、畫畫、運動、吶喊等，這些當然都是短暫，沒什麼大作用，但短時內還是有用。究竟來說，還是以聞思是最重要的。世間的方法，偶爾用一用、學學、了解一下。因聞思時間要很長，一時來不及，世間的方法容易，不過要清楚，這些確實是沒什麼大作用的，僅是短暫的改變而已。真正重要的還是聞思。

如同學剛才說的，不要一直壓仰，如 < 奢摩他 > 章講的，堪能的話，身心起好的循環，譬如心調得好，對身體會帶來好的影響；身體好，也有助於調心，這是良性的循環。惡性循環也是，體內不好的東西沒有排出去，會帶來內心緊繃、想不開；不好的心又會影響到身體，這是惡性的循環，也是會存在。不要讓它變成惡性循環，若不舒服、壓得快要病出來了，這是很吃虧的，還是要趕快尋求排除之道。我覺這也是要做的。

至於五遍行的例子，譬如要去看電影、餐廳，會有這樣的過程；去前先有「我要去」的想法，這想法就是作意。「我要去」的想法，把心帶到境那邊，與境好好碰一下，這就是叫「觸」，與人或境，好好接觸。碰了之後，後面肯定會啟發出感受。受之後，接著會有一個覺「這很好」、或「這很不好」，對它會有一個判斷的想法，若不好的話，心裡會有一個「我不要再看了」、「不要再見了」。好的話，「我要再接觸」。對好、不好方面會有一個再判斷的思考，這就是叫思心所。剛剛是就它的功能發出來時講的。

實際上，一個心觸境時，裡面這些功能是在的。心開始朝那方向、觸、然後有一感受、有一想、然後對它要、不要、遠離，這些特質是在的，此乃從功能的角度說這五遍行。但不代表每一次，這五個都出現，其特質肯定都是在的。剛剛講的，是它若表現出來，明顯時就是這樣子，但不見得每次都明顯地表現出來，有時是還沒有現行，但它的特質、功能是在的。

生：無漏心時，會講五遍行嗎？

師：會。

生：但無漏就不會造業了，但五遍行的思心所就是業了？

師：關於業，有三種說法：這一種，佛也有業，依這種說法，業太廣了。第二種，佛沒有業，但淨土有業，八地菩薩也有業，阿羅漢有業，輪迴中當然有業，成佛才沒有業。第三種，只有輪迴才有業，脫離輪迴就沒有業了。

若把思心所、業，視為等同，那佛就有業。若不把業變成與思心所等同，把業理解成它就是要有努力，不是任運，那時才叫

業，不透過努力的，任運的，就不叫業，佛就沒有業，因佛完全任運自在，沒有努力。這樣的話，眾生包括八、九、十地菩薩，他們也都有努力，所以他們也是有業。這樣說的話，脫離輪迴的那些業，就叫無漏的業。第三種指的是輪迴裡面業因果的業，這樣的業就只有輪迴裡面的業。

「無漏時有沒有業？」若思心所與業等同，那就有業了，另從無漏業的角度來說，無漏時也是有業。若把業完全解釋成輪迴裡面的，那無漏就沒有業了。大部分人的說法，佛沒有業，無漏是有業的，輪迴不用說，當然是有業。

生：阿羅漢不在心類學說的範圍裡面？因阿羅漢是解脫境界的心所 .....

師：不清楚這樣的說法是從那裡來的？講大因果時，也講到滅諦、離繫果，我不認為是這樣。

人名索引

五畫

世親菩薩

其見解本來是毘婆沙宗，再來是經部宗，後來又變成唯識 212

造《大乘五蘊論》180

七畫

克主傑

宗大師二大弟子之一 17

於賈曹傑圓寂後，繼續擔當宗大師的事業 17

八畫

宗喀巴大師

造《中觀正見教授》343

法稱和陳那

其論著常被中觀師如月稱及獅子賢引用 141

法稱論師

造《釋量論》271

金洲大師

不承許補特伽羅無自性，他依著補特伽羅的自性，可修出菩提心，可見，有些法執不礙修法 79

十一畫

陳那論師

在《集量論》中稱佛為士夫量 112

十二畫

普覺強巴仁波切

《理路幻鑰》的作者 2

第十三世法王的老師 2

十三畫

賈曹傑

宗大師圓寂後，先由他擔起宗大師的事業 17

主題索引

Symbols

《百法明門論》

在藏傳佛教裡，有人認為他是世親造的，有人認為它是世親弟子法護造的 212

《辨中邊論》

先生起信，然後生起欲，再生起精進，再生起輕安，這樣就能對治懈怠 310

《大乘五蘊論》

沒有特別講作業，它講的以體性為主 220

是世親菩薩變成唯識宗義者之後寫的 180

先詳細說明五蘊，再來大略地講述十二處、十八界，最後講說十八界的差別 165

《大乘五蘊論》譯文校勘

不可說受和想以外的一切 「心法」，應改成「一切心所法」比較正確 168

不可用 「餘」，應該說 「云何名為心所法 168

藏文裡面沒有等字，直接把業果、四聖諦、三寶，都講出來 308

可能中文藏文有出入，想蘊可分為小、中、大 167

說不定這裡也跟 《集論》一樣，是實事，不是善事 270

用三摩地不曉得對不對，因為定心所較廣。應該不能用三摩地，用定心所比較好 187

云何名為諸餘心法，這裡也應用心所法，168

《集量論》

陳那論師造 112

《集論》

因為將心所的體性及作業講出來，故對行者的幫助較大 217

《集論》譯文校勘

藏文不會講中行出離，而是講在中觀上生起定解 259

藏文裡並沒有 「障毘缽舍那為業」 304

藏文裡面談到，不正知，後面就會做墮的罪 323

藏文是方面，不是方便 318

應把 「安不安住所依為業」連接到前面的尋 332

用 「希望」這個詞，感覺有點弱 216

在藏文版是將 「精進」放在後面 232

這裡藏文與中文的排序似乎顛倒 223

《俱舍論》

提到有二十二根，根的範圍很廣 74

《理路幻鑰》譯文校勘

「將無見為有作為所執境」應改為「將無作為所執境」126, 138

此處用 「意現量」是不對的，應改成 「意現前」93

應該不可以用現量，這裡用錯了應該用現前已決智 66

《入中論善顯密意疏》

解釋十四種無記 274

《釋量論》

列舉戒禁取例子時，提到燃指的行為 271

《四百論》
講到利根者是從疑而進入學佛、修行 79
《五蘊差別論》
即 《大乘五蘊論》163
《用我執修菩提心》
金洲大師造 290
「我要承擔」就是增上意樂的意思 362

Numerics

1) 觀察所緣行相，如破煩惱的所緣 367
1) 廣義的，佛也有業 371
2) 佛沒有業，但淨土有業，八地菩薩也有業，阿羅漢有業，輪迴中當然有業，成佛才沒有業。這樣說的話，脫離輪迴的那些業，就叫無漏的業 371
2) 修行相，有時對境已經了解了，但有境這邊，譬如對法的體會、感受愈來愈增加 367
3) 只有輪迴才有業，脫離輪迴就沒有業了 371
謗作用
重點是在不在意的這個部分，如孝順父母 270
卑慢
承認自己比較差，但雖然差別懸殊，但卻以為只差一點 237
比量
比就是對比，對比就是推理 69
透過推理而生起的量 23
完全依靠現量，因為有現量，所以後面才會能夠生得起比量 98
以分別心修 47
在資糧道和加行道時要修持的 61
比量的定義
據自依正確因，直接新生，非欺誑之執著了別 49
比量的自證現量
不是比量，是自證現量，但是還是一體 120
比量分為三種
物力比量，世許比量，信仰比量 49
比量跟現量
兩個的趣入境一樣，不同之處是一個是直接的當作趣入境，一個是間接的趣入境 349
比量後面生起的現量
是瑜伽現量 98
比量前面的現量
是根現量和自證現量 98
比量與現量
比量的趣入境還沒有變成顯現境，還沒有碰上 349
就現量來說，它的趣入境就變成顯現境 349
邊執見
邊就有太偏的意思，不是認為是常，就是認為是斷 256
不論落入斷或常，都受到薩迦耶見的影響 257
不論是斷常，都以薩迦耶見為根本 256
邊執見的對境
是 「我」或是五蘊 257
辯經次第
先講破他宗，然後再講立自宗，接著講斷諍論 72
別解脫戒
行為都是色法。能夠擋住這種色法的，就是別解脫戒 177

別境心所
「別」是「了解」的意思 341
補特伽羅我執
粗細的分別是除掉一個後，還存在的另一個，故前者為粗，後者為細 45
不瞋或不貪或不癡的作用
惡行不轉所依為業 222
不承許自證
中觀宗認為，自證這麼一講，這等於是自己成立自己 347
不單是第一次想，它有深入再想的意思 359
不放逸
隨時都有無貪，無瞋，無癡及精進的心所 198
猶如打仗時所穿戴的盔甲，對斷惡修善，時時有準備 198
不放逸的作業
成滿一切世出世福為業 232
不放逸與正知
不放逸裡面就包括正知 323
不害
不只是自己修行，也要關心別人 199
善心所中最後一個，它有一點連到大乘的樣子 199
不害的作用
不損惱為業 234
不害心所 363
不寂靜
跟寂靜相違 306
是不讓心寂靜，特別讓心散亂的體性 306
不可以說我慢完全就是薩迦耶見，它不是薩迦耶見，但它是由薩迦耶見所帶來的 364
不退精進
要繼續做下去，不要停 226
不下精進
下就是心衰退，不讓心力衰退，也是一種精進 226
不信的業
懈怠所依為業 310
不自在過失和無身過失
不自在還有自己，只是受另一個控制。無身時，連身心都不屬於自己 276
慚
考慮的不是其他人如何看待我，而是作這件事，我自己會得怎樣的果 217
行者在意的是自己道德的尺度及業因果的法則，以這些當理由，約束自己不做這些事 191
於諸過惡自羞為體，主要以自己為理由 217
慚的作用
惡行止息所依為業 217
慚與愧
二心所的差別在於其理由 191
主要是在果報上的考慮 300
諂
不願意讓自己的問題、缺點被人提出來、說出來，這樣的行為 297
諂的體性
貪癡一分矯設方便隱實過惡為體 297
諂的作業
障礙教授 297

常一自在
不需要依賴因的常、沒有部分的一、不依賴蘊的自在 44
跟蘊異體的看法 44
瞋的對境
對有情、苦、苦具 221
可分為有情，苦，苦具 236
瞋的作業
當下是心無法安穩，接著是造惡行 236
沉的本性
心無堪任為體 303
沉沒
其範圍很廣，心沒有什麼精神，然後，沉下去的感覺 329
沉沒與昏昧
沉沒有善的，而昏昧昏沉一定是煩惱，一定是惡的 328
出離心與菩提心 362
觸的定義
謂三和合分別為性，不只三個要出現，同時要呈顯其各個作用才算 171
觸的作用
受的所依 206
串習事
念心所的對境 187
指對境上熟悉的部分 187
伺
不是廣的、大略的，而是把每個細的部分分析觀察 332
伺察意
一定是分別心的 83
粗細分補特伽羅我
自續派以下看法相同 43
粗重
作善時身心不順，作惡時，身心就非常順 227
麤重散亂
也是善的 317
執著修行上的樂受或勝境 317
大悲心的所緣
修悅意慈後所生起的對眾生的一種看法的眾生 357
大藏經
是言詮法寶，不是真的法寶 101
大地法
指的是遍一切心王 183
大地十法
《俱舍論》認為所有心王都有十個同俱的心所，即五遍行與五別境 188
單執
單表示它不是心王，也不是心所。執著有能取的意思，不代表是執著 33
的作用
量是可靠的，非量則反之 338
第六意識
不一定是意根，例如慈心、悲心 75
跟意根不一樣 75
裡面所有的心所，都是第六意識，但不是意根 75
第六意識與意根
第六意識不一定是意根，意根也不一定是第六意識 75
顛倒
他自己境上面的想法跟實際上對境

的情況不符合 69
顛倒識
包含所有的煩惱障 69
分二類，一個是分別邪智，一個是無分別邪智。行者主要是處理分別者 72
跟現量完全相違 60
謂對自之執著境錯亂之了別 69
顛倒識轉向量的過程
由顛倒識慢慢變成無意義之疑，再來是等分疑，接著是有意義之疑 79
顛倒邪智和疑
先將無始以來累積的有分別顛倒轉成疑 80
在探討時注意點不同，顛倒是看它是不是存在，而疑則探索其造作者 78
掉舉的對境
是過去已生起貪欲的對境 306
掉舉的體性
跟奢摩他相違 306
定心所的作用與行相
令心一境不散為性 189
定心所跟三摩地
定心所範圍很大，《俱舍論》認為它與一切心王同在 187
定心所和三摩地
差別很大，定心所任何眾生都有，三摩地則須透過修止才能得到 188
對法的追求不是貪
對佛法上心越歡喜、越跟隨、越追它，是值得的，佛法可滿我們的願 220
對境
有自相跟共相二種，故有現量與比量 114
對境成就的次第
先有士夫量，後有聖言量 113
惡作
《集論》中的惡作其本性沒有固定，沒有說它善，也沒有說它惡 325
五蓋中掉悔的 「悔」就是惡作的意思 325
二者一樣都是心王 362
法我
其中的我指的是法能自己方面成立，不須依賴其他的因緣，有一個自己方面成立 245
煩惱
都可歸類於貪瞋癡裡面，煩惱是受到它們的干擾而起 219
放逸
好像是整體對無貪，無瞋，無癡，精進都不在意 313
非見煩惱
即貪、瞋、慢、無明、疑 204
非量
非新生不欺誑 (正確) 之了別 59
沒有那麼可靠、不是那麼正確的心 16
非量有五種
已決智、伺察識 (分別意)、見而未定、疑、顛倒識 59
分別邪智有兩種
一是從過去多生累積所帶來的，一是暫時產生出來的 73
分別心

把境跟分別心的想像或顯像混在一起 132
把印象或總義作為所執境的心法 128
煩惱共同的問題是把自己的影像跟境混在一起 134
好像有兩個，一個是執著，另一個是執著了別，二個都是分別心 83
就是對境和心之間有隔著自己的印象，自己的想法，也就是先有自己的想法，再來看這個境 89
其所執境或顯現境，沒有有為法，因為都是印象 143
是把印象變成所執境的一個心 127
所執境是影像，不是法本身 130
所執境完全是它的印象 127
所執境只有印象，不是有為法 128
總義作為所執境 133
總義作為所執境之分別 129
分別心的問題
有影像的錯亂跟不存在的錯亂連在一起的。也有把存在的跟影像混在一起的 135
分別心的顯現境
1）義共相 350
2）有自性的顯現 350
3）能取所取二的顯現 350
分別心的性相
可將聲義混合而緣之執著了別 133
分別心分法
聲總、義總、緣聲義俱 135
分別心共同的問題
1）把所執境或影像，跟對境本身混在一起 134
2）有「境那裡存不存在」的問題 135
分別意
好像與分別心差不多，但是二者不同 59
分別與無分別
以直接碰到或碰不到為標準 344
分類方式
透過不同的分類方式，可以清楚地了解法的體性 14
忿的對境
現前不饒益事 285
佛性
自性性佛性和增長性佛性 18
符順的信心
對自己能解脫的自信 190
根
前五根是色法，第六意根就不是色法，意根是心法 35
依成為自己不共增上緣有色根所起 35
根識
根指的是有色根，就是五根 74
依靠五根隨一，而產生出來的認知 74
根現覺
只具備根和現，但不具量 36
根現覺分為三種
1）成為根現覺之量，謂如執色根現覺之第一剎那 36
2）成為根現覺之已決智，謂如執色根現覺之第二剎那 36
3）成為根現覺之見而未定之 (知)，謂如對悅耳之音樂極貪戀者相續中之執色根現覺 36

根現量和意現量
根現量為因，意現量為果 28
了解的是對境 27
了解的是對境，是外面的，是他證 27
共相
如說空性、補特伽羅無我 90
無法現證 116
指它沒有一個真正的自己的位置 90
廣分別
就是在講差別 201
果的階段有兩種圓滿
自利跟他利都圓滿 112
恨的對境
不是現前的，它是過去的，心裡繼續有一個結 285
壞聚見
「壞」就是薩迦耶見是錯誤的意思 283
因為薩迦耶見所想的五蘊是堅固不壞的，壞字表示薩迦耶見是錯誤 278
幻鑰
建立法的標準，之後聽法或學習時，就能將法分得很清楚 70
毀謗的對境
有因，有果，有現在我們看得到的不是講因跟果的，也有另一個存在的 269
毀謗果
不相信作了某事之後，將來會有果報 269
毀謗善事
以為沒有阿羅漢，沒有菩薩，沒有佛 269
毀謗因
認為沒有什麼因 269
毀謗作用
對現在該作的如孝順父母，求世界和平，都不認同 269
慧心所的作用
除疑 189
斷除疑惑 208
分析得很細 189
慧心所的作用和行相
是擇法 189
昏沉與沉沒
昏沉或昏昧必是隨煩惱，沉沒不一定是煩惱 329
基礎課程
第二個階段 — 心類、因明 13
第三個階段 — 四部宗義、般若七十義、地道 13
第一個階段 — 小理路、中理路、大理路 13
小理路、中理路、大理路，心類、因明、四部宗義、般若七十義、地道 13
整體稱為幻鑰 13
總共有八門 13
極正的信心
對業因果及前後世，相信它是存在的 190
加行精進
開始作時，歡喜地作 226
見而未定
肯定是無分別心 89
謂既是變為自所取境明見自相。但

對自所取境之自相變為不能引生定解相符事之了別 89
只有顯現，並沒有了解對境 46
見而未定識
無法變成比量 88
見而未定無法修持
因為它完全是五根識或跟著五根識後面產生的認知 89
見而未定有兩個重點
1）有「明見」它的所取境 90
2）不能引生定解 90
見煩惱
即薩迦耶見、邊見、見取、戒禁取及邪見 204
它雖然有煩惱，但是有慧心所的體性 246
見取
將一些不正確的或顛倒的見，當成是要取的、是最好的 266
見取和戒禁取
在法上增益第一和增益清淨 273
見取見的對境
一、薩迦耶見，二、邊執見，三、邪見 266
見取見的作用
執不正見所依為業 267
建立
將五蘊、十二處、十八界解釋得很細，就是建立 200
講到補特伽羅時
所講的是五蘊，不是五取蘊 279
教授
非常有力量，可以去除或引導出離我們的毛病及過失者 297
戒禁
禁即非常努力辛苦，精進的修行行為 268
在戒的規定下，極端的修行行為 268
戒禁取
不論是戒或是禁，都是不正確的 267
其中「取」的意思，就是將它看作是最好的 267
戒禁取的作用
讓人受到無意義的勞累，且最後沒有結果 268
戒禁取來源
邪見、見取 271
戒體
就是無表色的色法 167
戒一定是色法
應成派認為戒是色法，才能擋住粗糙的身語行為 176
精進
不是指所有的努力，而是勇於行善之心 193
心於善品勇悍，懈怠的對治 223
精進的作用
成滿善品為業 226
俱作緣
協助同類因者 25
決定事
勝解的對境 187
鎧甲精進
未開始之前，先把全面想好，作好心理準備 226
可愛事
是欲心所的對境 186
空正見的自證分

是空正見自己的部分 110
一定要了解空正見，否則空正見也無法了解空性 110
苦具
即苦的來源、工具 240
誑諂
二者都有貪的意樂 295
誑的作業
邪命所依為業 296
愧
對於世人對他的批評，他很在意，故不敢做 191
樂欲所依
三種信心都具足，所生的樂欲就是圓滿的，若不全部具足，只具足少分，對樂欲也會有幫助 216
了別
不一定是真正的已經瞭解 20
了別他
就是他證 42
了別相
「相」的意思是心王可以表示是什麼樣子 157
理由未定之伺察識
未定即未周遍的意思 84
利他
是最好的自利，這點若沒搞清楚，則無法去除小乘的心 290
量
必須要它自己主動了解 22
可分兩個他定解及自定解 103
可依靠的、不會騙人的心 16
能夠產生疑的，也有量，如由他引生之定解量 108
是新起非欺誑了別 49
量的定義
新起、非欺誑、了別 20
量的性相具三特色
新起、非欺誑、了別 20
量跟非量
所有的非量可以改變成量的道理 340
往上走的叫「量果」，往下走的叫「非量果」339
量士夫
對行者解脫這方面能有幫助，這樣的說宗義者 113
範圍比較廣，佛也有，眾生也有 111
範圍廣，它與佛不是相等關係 111
量依言詮門分
士夫量、聖言量不是真的，心識量是真的 111
量與非量
都是趣入境上的變化 348
量可以再推出其他的量 339
量與所量
所量有兩個，故量也有兩個 114
一切法的相有世俗諦、勝義諦，因為能量的心有名言量與勝義量二個 115
令心不忘
念心所的作用 187
六道
只有欲界裡有惡趣，色界和無色界沒有惡趣 242
六根
前五根是色法，意根不是色法 14
六識
都是意根 74

裡面不全是心王，因為第六意識裡面有心所，那些不是心王 75
慢心的作業
不敬與苦 243
慢心的作用
一是不敬，二是苦生所依為業 243
明記為性
念心所的行相 187
明見
意思是中間沒有隔著分別心 89
明了
明即清楚地顯現，了則是主動詞，可以區別了解對境 16
內道
當內心的執著、煩惱，一旦淨化時，整個外面的輪迴就不見了 335
佛教的觀念是，從改變內心，來改變一切 335
內散亂
稱為內，因為它是禪定時會出現的 317
掉舉或沉，都是心沒有好好修善法，所以就叫散亂 317
講沉跟掉時，是在禪定的同時出現的，所以叫內散亂，「內」的意思是禪定的階段當中還存在的 317
念心所的作用
不散亂 207
菩提心 362
七慢
慢，過慢，慢過慢，我慢，增上慢，卑慢，邪慢 236
七種心法
二個量心，五個非量心 60
已決識在量的後面生起。其他的四個非量是在量生起之前 60
清楚如何承擔之後，內心確定我要追這個目標、要走這條路 362
輕安
才能達成所追求的果，否則行者易落入不堪能 193
是身體方面的輕安跟心方面的輕安 227
趨入境
趨入的意思，是他的心完全投入在那裡 131
取五蘊
取既是因，又是果，這就表示沒有結束，變成輪迴 278
取相
為什麼稱它們為五蘊、十八界、十二處，近取就是取相的意思 200
取蘊
取字有時解釋為所取，有時為能取 277
趣入境
任何心法肯定有它自己投入的境 348
聲音不是常法，但趣入的「是常法」，那就叫顛倒識 348
是非一半一半的趣入就是疑 348
心識的成長時，都是從趣入境上面來作解釋 349
趣入境與所緣境
每個心一定有趣入境跟所緣境 348
有趣入境，肯定有所緣境，因為趣入或投入時，一定有一個它所依的地方，這就是叫「所緣境」 348

這是杯子，後面的 「是杯子」叫趣入境，前面的 「什麼」就是所緣境 348
趣入境與顯現境
「顯現」有點是被動的樣子，「趣入」有點是主動的樣子 349
無分別心的趣入境就是顯現境 350
燃指
不可說所有的燃指都不正確，若其作用可使人淨化除障，就不是戒禁取 271
染污的煩惱
其對境一定是錯誤的 257
染污慧
是雜染的智慧 246
有點小聰明的意思 331
染污念
意思是念很弱 314
忍可的信心
在有沒有上講的 215
忍欲覺觀見
不只接受還很喜歡，這就是欲 258
觀的意思是觀察 246
見是很有精神，一直看著的意思 258
覺的意思是對法的道理，更深入地了解、覺悟 246
覺是對境上面覺得自己有辨別能力，或有很多理由的感覺 258
覺是自認為很有智慧，自認為已經有成就，或已經很明白的一種覺悟的感覺 258
忍是能夠接受 258
忍是有辦法分析難的部分，能分析細的部分 246
忍欲覺觀見用
欲的意思是心有精神 246
認識心
了解屬於世俗諦心的體性及其勝義的實相 17
認識心的對境是修所緣，提升有境的品質就是修行相 367
認識心所
行者調心的方法就更豐富了 340
若把思心所、業，視為等同，那佛就有業 371
若不把業變成與思心所等同，把業理解成它就是要有努力，不是任運，那時才叫業，不透過努力的，任運的，就不叫業，佛就沒有業 371
薩迦耶見
錯認我跟五蘊中間的關係，這種錯誤見解即是 278
對於我，將它看成是能獨立實質有 256
分為兩個，執我、執我所的薩迦耶見 245
是輪迴的根本 277
是一個我能獨立實質有的執著 237
又名壞聚見，聚即五蘊，壞者將它視為堅固，不易壞之意 278
薩迦耶見的作用
一切見趣所依為業 246
薩迦耶見和邊執見
在所知上，增益自性和增益差別 273
三不善根
指的是欲界的貪、欲界的癡，還有瞋 242
三大阿僧祇劫分為三個階段
八地到十地為第三大阿僧祇劫 46

初地到七地為第二大阿僧祇劫 46
資糧道、加行道為第一大阿僧祇劫 46
三毒
瞋恨心就只有欲界，上二界已沒有瞋心 242
欲界的癡是不善的根，但是色界、無色界的癡不可說是不善根 242
欲界的貪可稱為毒，但是色界、無色界的貪不可稱為毒，因為它不是惡的根 242
三摩地的作用
智所依止為業 207
三種信心
對三寶上面是 「心淨」的信 190
對四聖諦或二諦上面是 「符順」的信 190
對業果上面為 「極正」的信 190
相信信、淨信、欲樂信 191
一個是有沒有，一個是能不能，一個是心很清淨 191
三種信心所
一種是在有沒有上面，一種是在功德上面，一種是在能不能上面 215
散亂
不一定是不善，或不一定是煩惱 316
散亂與掉舉
掉舉必須以六根煩惱裡面的貪欲當根，然後生起 306
散亂不一定有貪，貪瞋癡六根煩惱裡面，什麼煩惱都會造成散亂 306
散亂的範圍比較廣，掉舉的範圍比較小 307
色界、無色界的貪
不屬於不善根 242
色界所攝貪
在色界定力還存在的情況下，還存在的貪 262
色蘊
分成因的階段和果的階段 167
分二，1、四大種，2、四大種所造諸色 166
因的階段就是四大種，果的階段就是四大種所造出的色法 167
善根
若沒有出離心或空正見，所有善根都會變成輪迴的因 231
上士道的無瞋
不棄捨佛果，不貪著涅槃 249
捨
就是讓已上道的修法順著走，不要干擾它 199
無貪、無瞋、無癡，精進，當它們繼續走的時候，就讓它自然運行 199
攝類學
「攝」是從法稱、陳那的論典內容來「攝」141
聲總
依聲音或名言，想這個東西 133
勝解的作用
不可引轉 207
勝解的作用及行相
如所了印可為性 187
勝解心所的行相及作用
抓著是它的行相，不捨棄、不會放棄是它的作用 187

勝義諦的現量
到勝義諦上的現量時才完全沒有錯誤 354
聖言量
佛講的語，佛經 112
縱使言詞本身不是量，因為真正的密意是存在的、是對的，故仍是聖言量 114
失念
煩惱的念，就不穩定，真諦就會穩定 314
煩惱越多，失念就越會增長 314
十大地法
世親菩薩沒有用五遍行與五別境之詞，而用此名相含括此十個心所 183
十二處和十八界
二者範圍一樣大 38
十二緣起
行支的行是引業的意思 116
十個心所跟著心王
乃至在忘掉時，憶念變成很弱，而變成忘掉，此時不能說是沒有憶念 183
十四種無記
跟前際有關係的有四個，跟後際有關係的有四個，與涅槃有關的也有四個，還有跟身和命有關的有兩個 274
世尊不回答的問題共有十四個 274
因為聽眾內心已有一個見解，故世尊不回答 274
士夫量
只有佛 111
世俗諦的現量
世俗諦上面的現量還是有錯誤 354
世許比量
謂如以存在於分別之上為因，而瞭解將兔說為月之比量 49
識與了別相
若要清楚表達「識」的意思，那就是了別相 159
受
可分為有漏的受、無漏的受 185
六根識，每種又有苦樂捨三種，故共有十八種受 185
思
根據判斷，一再地想，甚至行動出來 185
思心所 359, 360
其對境有樂、苦、捨，此處用功德、過失、俱相違 173
是造業的意思 173
是造業的作用者 173
思心所的定義
謂於功德過失及俱相違，令心造作意業為性 172
思業
還未造作出來，思的時間沒那麼長 173
思已業
思的時間久，後面接著就是造的階段 — 從身語的行為中表現出來 173
四部對現量的看法
以中觀或唯識的立場來說，現量也有錯誤的 354
四大種所造諸色
內色六個，外色五個 166

四句關係
意根和根識 160
意識和意 160
智和意識 161
四理
即觀待道理、作用道理、證成道理、法爾道理 355
四聖諦的信心
不在外面，而是自己能不能解脫，是一種自信 190
四種現量
有些凡夫會具有意現量，不過這不是斷煩惱的意現量 26
瑜伽現量必須藉由修行才能具有 26
雖是同時生起的，但就它們的力量發出來來說，是有點次第的 360
隨煩惱
都源自根本煩惱 285
隨煩惱講的散亂
是外散亂 317
只有外散亂 318
所觀事
定心所的對境 188
所見境
所見的「見」，就是中間沒有隔，所執境也是中間沒有隔的意思 137
所量
就是存在的意思 86
所量與有
法存不存在，從「量」有沒有量解到它來判斷 114
所執境
境跟有境中間沒有隔的意思 127
它直接抓到的意思，想兔角的分別心沒有直接接觸到，而是透過這個影像抓這個兔角 131
他引生
意思是後面需要靠其他人，讓他理解自己想要理解的事，他自己無法理解 102
他證
是了解的是外面的境，不是了解自己的心 27
貪
在輪迴的法中追求，以它不能滿足我們，所以稱它為貪 220
貪不善根
只有欲界的貪，不是所有的貪 242
貪瞋癡
指欲纏的貪，欲纏的無明，還有瞋恨心 242
貪的對境
五蘊或五取蘊 234
只有輪迴的法 220
只有輪迴的法，因為它上面不存在眾生所想追求的快樂 235
貪的對境及作業
貪是對輪迴很執著，對輪迴執著，結果一定是惡行 221
貪的對治
生起厭患，然後就不執著 220
貪的作用
生眾苦為業 235
探索心法的三個角度
所緣、行相、作用 347
體性一
在此情況下有四個執著 280

天眼通
不是眼根，而是第六意識，也是意現量 40
同義詞
覺和心法 15
了別他和他證 144
了別自和自證 144
菩提心跟世俗菩提心 102
士夫量，佛 111
識蘊，意根 74
所見境、所執境 137
所執境，照了境，顯現境 127
無分別的錯亂跟無分別的顛倒 138
無分別無錯亂識，現知覺，現識，現覺 137
顯現境、所見境，所執境 137
現識和現覺 132
邪智，顛倒識 69
心和心王 156
心識量跟量 112
心王，意根 74
心王、心、意、識 140, 158
心王和識蘊 180
有、所量、境、所知 114
有為法和自相 （經部見）90
知覺和認知 16
自相，有為法 129
自相、有為法、無常、所作性、勝義諦、實質有、諦實成立 （經部宗）115
總義、義總、印象 128
同質
不是完全同，而是不是完全不同 119
質的意思是材料或體性 119
外散亂
正修善時，於五妙欲其心馳散，真正隨煩惱 317
完全沒有再次想的意思，它是第一次想的意思 359
未定
是沒有周遍的意思 86
未抉擇
意思是它還沒有到這個階段 87
為出離
透過戒禁的行為，能脫離輪迴 268
為解脫
它去除的不只惡業，還有惡業的來源 — 煩惱 268
為清淨
意思是它可以去除惡業 268
為什麼戒禁取是煩惱
因為在四個見煩惱之後，產生出來的規矩，都是不正確的 267
謂於有有具
有是輪迴本身，有具是跟輪迴一起的東西 220
聞思的代表，就是身語的言行非常圓滿，修的代表是內心沒有煩惱 367
聞思的階段修所緣，修的階段修行相 367
聞思修 367
聞是培養所緣，思和修是培養行相，修行相 209
我
是依於五蘊上假名安立的，不是有真正自性而存在 278
我的薩迦耶見

有一個，即色蘊是我 282
我及我所
先有執我的薩迦耶見，接著就產生執我所的薩迦耶見 234
我慢
是薩迦耶見後面的一種慢心，以為自己不須靠其他的，那種膨脹的感覺 237
我執、薩迦耶見引起的慢 237
於五取蘊隨觀為我或為我所，心高舉為性 237
我慢與薩迦耶見 364
我所的薩迦耶見
有三個 282
我執的五種過失
1）異相過失即它跟法的實相完全不符合 275
2）跟隨它之後，最後是失敗，即無常過失 275
3）跟隨它之後，就會完全不自在，被它控制，為不自在過失 275
4）身心都不是自己的，好像被它利用，為無身過失 275
5）它若是正確的，符合實相的，所有眾生就解脫了，這是不由功用解脫 275
謂異相過失。無常過失。不自在過失。無身過失。不由功用解脫過失 275
我執與我愛執
凡夫階段我執跟我愛執都是互動的，我愛執會幫助我執，我執會幫助我愛執 364
感覺我比較重要，這和我愛執比較有關，不是和我執有關 364
我執不講誰比較重要，而是指它自己就可以存在，它的力量很足，不需靠什麼 364
我執與我慢 365
我執與五取蘊有關係
如同我執與輪迴有關係一樣 278
無哀
當面對境，快要傷害他，可以傷害他時，心裡若沒有愛心 299
是我們直接對他傷害的意思 299
無悲
就是當他人想傷害他的時候，我們還鼓勵他人 299
無表
即不能表示的作用，表示某人的動機 176
無表色
《俱舍論》說具五個特色 176
不能推知某人的動機或想法的色法 176
從有表色和三摩地那邊產生出來的色法 167
無常的過失
無論如何，最終是失敗 276
無瞋
是對治瞋的意思 192
無癡
是對治癡的意思 192
無錯亂的無分別心
把自相作為所執境 130
無分別
佛的心也有五遍行，都是無分別的，眾生也有，只是分別心的習氣太強故不察覺 175

無分別錯亂
分為二，就是有根識跟意識 138
無分別的意現
不是要修的 40
無分別無錯亂的定義
自所見境不錯亂之具明見識 137
無分別心
不代表是完全沒有錯亂，如根錯亂或意錯亂 143
它所想、所取的，只有有為法，只有自相 （經部宗）90
無分別有錯亂的心
不存在的東西，把它變成所執境、顯現境 143
無見無對
無法看見，也無法面對 167
無漏的樂
心生歡喜，是值得追求的 177
無愍
意思是，他人傷害眾生的事情，當我們聽到時，心裡還隨喜他人的行為 299
無明
會讓人生起煩惱而不造善業，而造惡業，這種不知道才是 240
令人無法生起三種信心的 241
無明的本性
不是無明，是明瞭 21
無明的作業
會有疑或有煩惱產生 243
是對法產生邪或是疑 243
無明與疑
因無明，而會產生疑 244
無貪
對治貪的一種心所 193
可以包括整個下士，中士，上士道 248
是對治貪的意思 192
無貪的作用
惡行不轉所依為業 221
無足精進
不只是繼續做，還要覺得做得不夠好，不夠圓滿，心裡一直想往前走 226
五遍行 360
可知心本身好像存在著輪迴的體性 163
每個心王的旁邊都會有這五個心所 162
其次第應該是作意為先 162
五別境
不會跟著一切心王跑，因為有時人會忘念，那時就沒有念心所 183
它將對境裡個別的部分抓出來 186
五別境心所
前後之間有次第的關係 341
五蓋
裡面的惡作、悔，是不善的 325
是修戒定慧的障礙 325
五蓋與三學
昏睡、掉悔，是「定」的障礙 325
貪欲跟瞋恚是戒的障礙 325
疑是「慧」的障礙 325
五個伺察意
1）謂無理由伺察識 84
2）謂與理由相違之伺察識 84
3）謂理由未定之伺察識 84
4）謂理由不成立之伺察識 84

5）謂雖有理由但未抉擇之伺察識 84
五個見煩惱
邪見以毀謗的緣故是減損見，其餘四個都是增益見 273
五取蘊
是輪迴裡面的 279
業跟煩惱造出來的五蘊，就稱為所取 277
有漏五蘊有一種體性，它會不停地再給眾生有漏的五蘊，或不停地讓眾生生煩惱並造惡、造業，故是能取 278
五蘊與五取蘊
五蘊一直會在，而五取蘊是會結束的 280
物力比量
謂如以所作性為因，瞭解聲音無常之比量 49
下士道的無瞋
對來世不可放棄或不在乎 248
顯現境
不存在的認知只有無分別心，它是無分別心裡面的有錯亂的無分別心 143
好好了解顯現境，對唯識的解釋就會比較通了 346
顯現境與趣入境
對分別心來說，趣入境永遠不可能是顯現境 350
就分別心來說，它的顯現境跟趣入境，肯定不是同一個 350
顯現境與唯識見
經部宗所說的顯現境，跟唯識三性的解釋，有非常大的關係 346
現量
不需要推理就直接在眼前或直接經驗 23
有兩層意義。一個是離分別，另一個是新起非欺誑之了別 28
現量比量
經部宗以為一切的有為法是現量的顯現境，無為法是分別心的顯現境 118
現量的性相
離分別新起非欺誑之了別 23
現前已決智
1）謂根現。如執青色根現量之第二剎那 67
2）意現，如他心通之現量第二剎那 67
3）自證現，如驗受眼識等自證現量之第二剎那 67
4）瑜伽現，如見道無間道之第二剎那 67
5）非上述四種任何一種之現量已決智。如現量之第二剎那 67
現證
經部所現證的不是補特伽羅無我，而是非常純淨的一個行蘊，故所現證的仍是自相，仍是有為法，不是共相 116
相散亂
為名聲故修善行，要別人知道自己有修行 317
也有善的，但是它還是散亂 317
相應或不相應
是跟「心」相不相應的意思 204
相應行
又名心相應行 204

相應因
互相依靠、相應影響 182
心所一定跟心王走，心王一定要有心所 182
這兩個完全是永遠一起的，所以也就會一直互相影響 182
想
對感受作判斷 185
想蘊
可分為小、中、大，代表三界 167
邪見的來源
薩迦耶見和邊執見 267
邪見的作用
斷善根為業、不善根堅固所依為業、不善生起為業、善不生起為業 270
邪慢
不管是世間或出世間法，只要他認定的功德是不對的，都屬於這類 239
將不是功德的認為是功德 239
明明不是功德，卻認為是，進而生慢心 238
懈怠
對善法不勇猛 311
也包括對不善的上面非常勇猛 311
正好跟精進相違 311
懈怠的根
是六根煩惱裡面的癡 311
懈怠的體性
從癡那邊產生，所以跟前面不信有關係，不信就會帶來懈怠 311
心不相應行
或稱為不相應行 168
心的定義
明而了別 16
心的勝義諦
即自性性佛性，將來會變成自性法身 18
其體性是心上面的空性，這個將來會轉變成自性法身 18
心的世俗諦
其體性是明而了別，這個是增長性佛性，是將來智慧法身的因 18
心的本性是明而了別，是增長性佛性，是將來智慧法身的因 18
心法
所有的心法都有明而了別的作用 17
心法第二種分類的意義
1）心可分成分別、無分別 144
2）分別心、無分別心直接的所執境不同，從那裡也可分出它是分別或無分別 144
心法都有趣入境
所有的心法，必須要有趣入境。趣入境是它所投入的一個對境 348
心淨的信心
對於三寶的功德，心會感到很清淨 190
心類學
包含在攝類學的課程內容 141
心類學的學習次第
當學習廣行的法時，還是依唯識或經部宗的立場來學習比較恰當 336
就唯識和經部二者來說，還是先學經部的立場，因為唯識派的道理對初學者還是太深 336
沒有必要馬上走到中觀的立場，若

這樣學，我們所學的，和廣行的法配不起來 336
先由廣行的腳步，有講實有的來修比較好 336
心類學和 《大乘五蘊論》的關係
心王心所的部分是二者所共 180
心類學四種分類方式
1）量知覺和非量知覺 14
2）敍述將總義作為所執境之分別（心），敍述將自相作為所執境無分別不錯亂識，敍述將無見為有作為所執境之無分別錯亂識 15
3）自證和他證，或是用了別自和了別他 15
4）心王和心所 15
心類學譯文校勘
「由自定解之量」應該是 「由自引生定解之量」20
不能說 「不正確」，因為它是符合事實的 81
將自證現量放到第三個位置 27
五根現量，藏文並沒有 「五」這個字 23
應該不可以用意識，若用意識的話，意 （根）與意識，它們沒有四句關係 158
心所
各個心所有各別的作用 139
是心法，但不是心 156
心所的定義
謂彼諸法與心相應 168
緣自境隨一差別法，複為自相應心王隨一之眷屬俱起了別 157
心所在修行上的應用 367
心王
從執自境體性 140
謂從執自境體性而立之主要了別相 156
一個人的想法或這人的行為，由心王判斷 157
整體了解的，但心所不是 139
心王和心所
是相應因 161
心王決定補特伽羅的好壞及苦樂，而心所影響心王的好壞與善惡 277
心王若是非量，則心所也是非量 175
心王若是分別的話，旁邊的心所也是分別心的心所 175
心王若是量，則心所也是量 175
心王若是無分別心的話，旁邊的五遍行也會變成無分別心 175
心王是看整體的，心所有它特別的一些功能 182
心王緣境的整體，心所緣境的一部分 157
心王心所五相應
它的所緣、它的行相、它的所依、它的時間、它的質 161
心原來並沒有想什麼，現在故意讓它去想 360
心原來沒有朝這個方向或對這個境，現在把它對上這個境，如將手電筒轉向境 359
新起
並不是新舊的新，它是有一點自己主動了解的意思，不是藉由過去的量了解的影響 146
信慚愧
三個是修行初開始時最基本的善 219

是最基本的三個善心所 197
有了信心所，後面才會有慚、愧 219
信心所
一切善的基礎 219
信心有三種
「有沒有」方面的，「功德」方面的，「能不能」方面的 215
信仰比量
謂如以經過三種觀察訂正之教典為因。瞭解 「施致財富，守法安樂」教典所顯示之意義是非欺誑之比量 49
行蘊
包括相應行與不相應行 204
範圍很廣，除了色、受、想、識，這四個以外的一切有為法，都是行蘊 116
修所緣
對境要越來越深入地了解，要越來越明白 209
修所緣行相 367
修行的程序
將顛倒識慢慢變成疑，疑再變成伺察意，伺察意慢慢變成比量！再將比量慢慢培養到瑜伽現量 60
修行相
在有境的心所方面，要培養各種心所 209
學習心王和心所的作用
將壞的心改變，變成平等、再慢慢變好。那些好的和平等的心，能夠越來越好 154
學習者的次第
先要了解聖言量，再了解士夫量 113
尋
是粗糙的、大略的觀察 332
尋伺
雖是智慧，這兩個智慧的作用，會讓心比較粗糙、不那麼穩定 332
尋伺的範圍
欲界及初禪以下，二禪以上沒有 332
尋伺的作業
安不安住所依為業，對善對惡都有幫助 332
眼處和眼界
二者還是不一樣 38
眼根識
了解剎那剎那變化的，它就是有量 37
整體了解的這部分，就是已決智 37
業 371
業的說法有三 371
一分多
邪見是減損見，邊執見中的斷邊亦是，故說一分多 273
一個是剛開始想，另一個是後面再想的心所 360
疑
謂由自力對兩邊猶豫之了別（認識） 77
疑的對境
和無明的對境一樣 244
疑的作業
令人對於善品無法隨順地造作 244
善品不生所依為業 244
疑煩惱與修行
有正住的疑，可推動人聞思修 80
疑可分三個
1）負面的想法比較多一點 60

2）平等的 60
3）正面的想法比較多一點 60
疑心所
必須是以自力而懷疑的，不需要靠其他而懷疑 78
疑心所分為三種
有意義之疑、無意義之疑、等分疑 79
已決可分為兩個
現前已決，分別已決 68
已決智
謂瞭解已瞭解之了別 (認識) 66
現前已決智及分別已決智 66
在現量或比量生起後接著生起的都是 60
異生
「異」是非常執著，各執各的 93
意根
「意」不是第六意識，而是 「心」的意思 38
意識
「意」就是心王 14
意現
「意」是依靠意根而生起 39
意現覺包括
1）量，2）已決智，3）見而未定覺 39
意現覺分為三種
1）成為意現覺之量，謂如他心通 (即瞭解對方心思之認識) 之第一剎那 39
2）成為意現覺之已決智，謂如他心通之第二剎那 39
3）成為意現覺之見而未定之覺，謂如對美麗之色極貪戀者相續 (心流) 中之執聲意現覺 39
意現量
比較普遍的意根 40
義總
藏文的解釋，不是 「在外面的東西有沒有出現」的意思，而是 「自己的概念」的意思 128
想意義方面的一個影像 133
憶念與正知
有憶念基礎才有正知 322
因果關係
同類因跟等流果 26
由他引生定解
其中有量的部分，也有疑的部分 104
由他引生定解量
只有根現量有由他引生定解量，其他的現量都沒有由他引生定解量 111
由他引生定解之量
了解對境的一部分，但是還未圓滿 100
由自引生定解之量
量已經了解想要了解的，是圓滿的階段 100
有表色
能推知某人的動機或想法的色法 176
有表色無表色
從有表的色法之後產生無表的色法 171
有分別與無分別
想境的時候，以自己的意思為主，就叫分別心。沒有自己的意思，就叫無分別 132

有漏的色蘊為何會結束
行者不斷厭離，外面的五塵乃至內心的感受都被棄捨，故會達到暫時沒有外塵及色身的階段 284
有漏的受
一定會造惡業 177
有能否定 「害」的這個功能 363
有為法
都有自相，好像可以指出來 （經部見）90
瑜伽
雙連就是止觀雙連 41
心和對境連在一起，或是止和觀連在一起，但瑜伽現量專指止觀雙運 41
依成為自己不共增上緣止觀雙運禪定 41
瑜伽現覺
一定是了解對境的 46
瑜伽現覺分為二種
1）成為瑜伽現覺之量 45
2）成為瑜伽現覺之已決智 45
瑜伽現量
對境是無常等法，因為唯有聖人方能現證故 42
入空性的根本定而現證空性，它是意現量，但是它不稱為意現量，而稱為瑜伽現量 40
所依的意根是特別的，是止觀雙運的意根 40
謂依成為自己不共增上緣止觀雙運禪定生起之一，聖者相續中離分別複無錯亂了別他之智 41
現證無常及粗、細補特伽羅無我等任何一種 41
圓滿的意樂
對三寶有信心，對一切眾生有愛心 65
悅意慈的趣入境
與大悲心的趣入境沒有關係，大悲心的趣入境與出離心有關 357
再決識
本身沒有力量量解對境，因為受到「以前面的量為對境」的影響 146
佛的心續中，沒有再決識，完全都是量 146
造作意業為性
此處意業不是身語意業之意業，而是心裡的意思，尚未行諸於外的意思 173
增上慢
不管是世間或出世間法，只要他認定的功德是對的，都屬於這類 239
未得謂得，未證謂證，自以為得到功德 237
增上意樂 362
增上緣
能夠掌握後面的根識要不要生起 36
是它非常具有權力的意思 35
正念
心一直想修行的方法或心一直記著過去學過的法，沒有忘掉 322
正確的因
具三項，宗法、後遍、遣遍 55
正確的因有三種類型
一種是用物力的推理，一種是世許上面的推理，一種是信仰的推理 49

正確因的條件
必須了解若是所作性，肯定是無常，這就是後遍 56
若不是無常的話，肯定不會是所作性，這就是遣遍 56
宗法，如必須要了解聲音是所作性 56
正因論式
不能用應是無常 97
正知
是在 「我的行為怎樣能對善上面做到如法，」這方面努力的智慧 322
證悟空性
本身就是先要跟執著心辯論，然後看到法的真相 345
證自證分
講它的理由是自證分本身也是心法，所以它上面也要有自證分 109
知
可包括心王與心所 139
執杯子分別心的顯現境
杯子的義共相、杯子是外境成立的、杯子是自性有 351
執我的薩迦耶見
先有我、你、他的這個我，在這個上面有另一個，它是不須依賴其他的因緣，它自己方面獨立的執著 245
執我所的薩迦耶見
對境是五蘊 235
如認為這是我的身，我的受，我的想法，我的事情，我的心 245
執因心
「執」是它能進來，能抓的意思，執因即正確的因 55
執著了別
是分別心的意思 49, 83
執著心
因為它後面有錯，所以它是錯 62
只要薩迦耶見存在，我慢就會存在 365
智慧的來源
有四，一是由果報，三是今生。今生的三個是透過教，透過理，透過修證 223
中士道無瞋
去除不要解脫的心 249
中行出離心
用空正見生起出離心 259
資糧道加行道
一大阿僧祇劫都在修比量 46
自相
就是有為法、事物的意思 （經部宗）143
就是自己方面能夠成立的這種體性 129
自性散亂
即五根識，但這不是真正的隨煩惱 317
就是五根識，它一出現，禪定就失了 316
自證
所了解的是自己的心 27
自證的定義
要分兩個，一個是唯向內緣，另一個是成為單執 29
自證分
「分」的意思是，它自己的部分，能夠了解自己 110

大部分會了解對境，不了解對境的很少 34
肯定不是分別心，若是分別心，肯定是他證 145
它既不是心王也不是心所 29
無明上面的自證分會了解無明 34
自證分了解境
見分是量，自證分就能了解境 110
自證分沒有了解它
它也不能了解對境 110
自證分現覺
僅具備自證和現覺兩個特色 33
一個是有量的，一個是已決智，一個是見而未定覺 34
自證分與了解心法
若該心法是量的話，其自證分就一定了解它 109
自證量
完全是由自引生定解量，不可能是由他引生定解量 111
自證現量
必須具備三個部分，1. 自證，2. 現，3. 量 33
了解的是有境 27
所了解的是根現量和意現量，是自證 27
完全放在由自引生定解量，它沒有由他引生定解量 111
自證現量的定義
謂唯向內緣成為單執離分別新起複非欺誑之了別 34
宗法，後遍，遣遍
不是宗、因、喻 55
作意
令心發悟為性，讓心醒過來，令心啟動 172
作意、觸、受、想，慢慢往造業的方向走，到思時具備相當的力量就造業了 360
作意散亂
難的高的法不修，而選擇容易修的 318
作意心所 359, 360
作意心所與思心所 360

名相性相表

知覺之性相：了別 15

識 (認識) 之性相：明而了別 15

心的性相：明而了別 17

量的性相：新起非欺誑之了別 20

現量的性相：離分別新起非欺誑之了別 23

自證現量的性相：謂唯向內緣成為單執離分別新起複非欺誑之了別 29

自證分的性相：謂能持相 33

自證分現覺的性相：謂離分別複無錯亂之能持相 33

五根現量的性相：謂依成為自己不共增上緣有色根所起離分別新起複非欺誑之了別 35

意現量的性相：依成為自己不共增上緣意根所起離分別新起複非欺誑之了別 37

瑜伽現量的性相：謂依成為自己不共增上緣止觀雙運禪定生起之一，聖者相續中離分別複無錯亂了別他之智 41

比量的性相：據自依正確因，直接新生，非欺誑之執著了別 49

非量識的性相：非新生不欺誑 (正確) 之了別 59

已決智的性相：謂瞭解已瞭解之了別 (認識) 66

顛倒識的性相：謂對自之執著境錯亂之了別 69

疑的性相：謂由自力對兩邊猶豫之了別 (認識) 77

伺察識的性相：謂於自境執著之欺誑 (不正確) 符合事實之執者了別 (認識) 80

見而未定知覺的性相：謂既是變為自所取境明見自相。但對自所取境之自相變為不能引生定解相符事之了別 (認識) 89

由自身定解量的性相：為量之一、自所量 (事物) 體性於境 (客觀) 上若無，則自身不會生起，而由自身之力能引生者 100

由他引生定解量的性相：為量之一，自所量 (事物) 體性於境上若無，則自身不會生起，須由他力引生定解者 100

分別的性相：謂可將聲義混合而緣之執著了別 132

無分別不錯亂識的性相：謂於自所見境不錯亂之具明見識 137

無分別錯亂識的性相：謂於自所見境錯亂之具明見識 138

心王的性相：謂從執自境體性而立之主要了別相 139