

「中身、表身，變異身、不變異身，女身、男身、半擇迦身」：這是解釋身念住的「身」，一共有三十五。

現在這裡是「中身」：中身就是身體的內部，是不清淨的，自性不淨，叫中身。「表身」：就是身體的表面，相似的清淨。「變異身」：變異身是命終了的時候，青瘀、膿爛的變化出現了，叫變異身。「不變異身」：就是命終了，但是還沒到變異的時候，叫不變異身。「女身」、還有「男身」，還有「半擇迦身」：半擇迦身，中國話就是黃門，就是沒有根的人。「親友身、非親友身、中庸身」：和修行人有親屬關係的人，叫親友身；或者非親友身；或者是非親友非非親友，屬於中性的，叫中庸身。「劣身、中身、妙身」：這以前曾經解釋過，薄福德的人就是劣身，有大福德的人是妙身，中間性的叫中身。還有「幼身、少身、老身」。

「如是名為身相差別」：這一共是三十五種身。

身念住—云何於身住循身觀

住循身觀，略有三種：謂依身增上聞思修慧，由此慧故，於一切身、一切相正觀察、正推求，隨觀隨覺。

「住循身觀，略有三種」。前面回答了第一個問題，「云何為身？」第二個問題是「云何於身住循身觀？」解釋這個問題。循身觀這個「循」，當循環解釋；一次又一次地去觀察，叫循身觀。「略有三種」：這是解釋觀察者用什麼去觀察呢？簡略地說，有三種智慧。

「謂依身增上聞思修慧」：這三種智慧。「依身增上」：佛依據身體的不淨說出來的正法，此正法有增上的力量、有強大的力量，所以叫做增上。我們學習佛法的人，聽聞了這增上的教法得到的智慧，就是「聞」所成慧。又進一步地去專精思惟得到的智慧，叫做「思」所成慧。修學禪定又進一步地成就了智慧，叫做「修」所成慧。

用這三種智慧，「由此慧故，於一切身、一切相正觀察、正推求」：由聞思修的三種智慧，在前面這三十五種身的相，「正觀察、正推求」：正確地觀察這三十五種身的相，正推求其義，叫做正推求。推求就是更深細地去觀察。「隨觀隨覺」：「隨」也是循的意思，「循」也有隨順的意思；隨你這樣的觀察，也就隨意覺悟了，覺悟這個身體不淨的情況，這叫做「隨觀隨覺」。

這一段文說得含蓄了一點，在其他的經論裡面說得詳細。譬如說，觀察這個死屍，你睜開眼睛用眼識去觀察，能把死屍的不淨取到心裡面來，這是由眼識到意識。但是你若是在靜坐的時候，先修奢摩他，而後觀察的時候，就沒有眼識，只是第六意識。第六意識觀察的時候，只是觀察影像，就是由眼識取來的影像，在第六意識那裡。所

以，你靜坐的時候，內心裡面的觀察，不是觀察那個死屍不淨相的本身，而是取來的影像。這樣就可以知道有兩種身：一個是「本質身」，一個是「影像身」，有這麼兩種身的不同。這上面說「隨觀隨覺」，就是你觀察這個影像身，觀察如何如何的不淨，也隨即覺悟了本質身的不淨，因為它們是相似的，所以叫做「隨觀隨覺」，有這樣的意思。

這是說住循身觀，由聞思修的三種智慧去觀察、推求，隨觀隨覺，這就叫做循身觀。

身念住—云何爲念

念：謂依身增上受持正法、思惟法義、修習作證；於文於義修作證中，心無忘失。

「念：謂依身增上受持正法、思惟法義、修習作證」：這是回答第三個問題，「云何爲念？」這四念住，云何爲念？「念」在這裡是什麼意義呢？

「謂依身增上受持正法」：學習不淨觀、修不淨觀這個人，他是依據「身增上」的教法，能夠發心「受持」，他受持依身增上的「正法」。看這個文的意思，先是閱讀、而後能夠受持，就有背誦下來的意思。常常地溫習，常常地誦，把這個正法、四念住的文，要常常地閱讀，常常地讀誦，天天地溫習，要受持不忘，有這種意思；這裡是表示聞思修三慧的聞慧。「思惟法義」：這是思慧；思惟法所表達的義，就是佛說那個正法裡面的義，要思惟。「修習作證」：這是修慧；你不斷地修習，長時期地修習，你就「作證」，就真實地覺悟這個不淨的情況了。這是聞思修三慧。

「於文於義修作證中，心無忘失」：這個念是什麼？就是聞思修三慧在用功的時候，對於佛說的這個文，就是法，對於法裡面的義，你能夠「修作證中」——就是聞思修裡邊，由聞乃至作證，一直地都是「心無忘失」的，文、義都是不忘失。在不忘失這一面說，就叫做「念」。聞所成慧裡面有念，思所成慧裡面也有念，修習作證的修慧裡面也有念，這個念包括這麼多的意思在內，一直地是有明記不忘的意思在裡面的。這也可見這個念，隨聞思修三慧的深淺，也有深淺的念，一直是明記不忘的。因為明記不忘，你才能夠去修習、你才能夠觀察。

身念住—云何爲念住

若審思惟：我於正法，為正受持，為不爾耶？於彼彼義，慧善了達，為不爾耶？善能觸證彼彼解脫，為不爾耶？如是審諦，安住其念，名為念住。

「若審思惟：我於正法，為正受持，為不爾耶？」這以下是答第四個問，第四個問是「云何念住？」究竟怎麼叫做念住？念住是什麼意思？

「若審思惟：我於正法，為正受持，為不爾耶」：就是自己檢查自己，「審」：審實地、真實地、很認真地去反省自己，思惟自己。「我於正法，為正受持，為不爾耶？」我對於佛所說的四念住的正法，我是不是認真地受持了？「為不爾耶？」為沒有那樣受持呢？這樣反省自己。

「於彼彼義，慧善了達，為不爾耶」：於彼彼文所詮顯的彼彼義，一樣一樣的義，「慧善了達」：我由聞而思、由思而修的智慧，這個智慧是不是能夠明了彼彼文義呢？為不爾耶？這樣反省自己。

「善能觸證彼彼解脫，為不爾耶」：我不怕辛苦、也不怕腿疼，長時期地修奢摩他、毘鉢舍那，我是不是徒勞了、白辛苦了呢？我是能夠觸證彼彼解脫了呢？我的心處處地不知道是不淨，我生了貪心，為貪心所繫縛；我經過了奢摩他、毘鉢舍那這樣子用功的時候，「善能觸證」，觸是接觸，與那個解脫的境界相接觸了。我現在經過長時期的修行，沒有白辛苦，我心不貪欲，沒有貪心，不生貪欲心了，那就是「觸證彼彼解脫」，一切時、一切處、遇見一切的境界，沒有貪心，我沒有生貪欲心；「善能觸證彼彼解脫，為不爾耶」：我還是有貪心，為貪心所繫縛，沒得解脫呢？這樣子反省自己。

「如是審諦，安住其念，名為念住」：就是這樣子檢查自己，自己不斷地用功修行，還不斷地檢查自己，這叫做「審諦」，很認真地去觀察，真實地去用功觀察自己。「安住其念」：安住自己的這個明記不忘的心情，這一念清淨心；這就叫做念住。由念住心，由慧觀察，因此而能觸證彼彼解脫，這叫做念住；現在是說身念住，身念住是這樣子。

又為守護念、為於境無染、為安住所緣，名為念住。

「又為守護念、為於境無染、為安住所緣，名為念住」：前面把念住的義解釋了一遍，現在又第二番的解釋，又重新解釋念住的意思。這又重解釋，怎麼叫做念住呢？「為守護」這個「念」，叫念住；「為於境無染」，這叫做念住；「為安住所緣」，這叫做念住，用這三句話來解釋念住。這幾句話是標出來。

為守護念者：謂如說言，先守護念，若常委念。

「為守護念者：謂如說言，先守護念，若常委念」：這底下解釋，先解釋第一句，「為守護念」。怎麼叫做守護這個念呢？

「謂如說言」：像前面《瑜伽師地論》的第二十三卷那裡曾經說過，「先守護念」：先要這樣用功修行，來守護這個念。「念」就是明記不忘，於文於義都要明記，記得清清楚楚的。你用功的時候，文和義很分明地顯現在心裡面，然後你才能夠去觀察；如

果忘掉了，還觀察什麼呢？沒有可觀察的了。所以，這個「念」在用功修行上說，倒是非常重要的。

這個「念」要怎麼樣來修，使令它成就呢？「先守護念」，你要保護這個念，叫它出現，不要失掉了。我們的見聞覺知和一切境界接觸的時候，你一定不要忘掉正法，要能達到這個程度才可以。守護這個念，怎麼樣守護法呢？「若常委念」：「常」就是不間斷地把這個念現前，叫它時時地現前，這個念時時地現前；委念這個「委」，是詳細地、深細地現前，要詳細地、深細地現前。

譬如說這個文和義，你從聞思修，當然初開始是聞，聽聞佛的法和義；這個法和義，你不能粗略地顯現在心裡面，要微細地、要詳細地顯現在心裡面。譬如說你把《華嚴經》背下來了，假設，或者是《法華經》背下來了，你背誦的時候，要一個字、一個字清清楚楚地背，一句一句地、很分明地在心裡面過一遍。你不能說是粗略的，背這一段經的時候，一下子就背過去了，很快很快的；你這個明了性的心和那一個字、一個字不大明了就過去了，這樣是不行的，這樣「委」這個字的義就不具足了，一定是很清清楚楚的。現在學習四念住，也是！若文、若義，你要清清楚楚地，一個字、一個字地，裡面的文、裡面的義都很分明地顯現出來。我這是舉這麼一個例。

「若常委念」：你常常這樣訓練自己，這個念就守護住了，你這個念的力量就加強了。「先守護念」：怎麼樣守護法呢？「若常委念」：若常念、若委念，若這樣子，你這個念就保護住了，要這樣訓練自己，這也叫做念住。這是初開始第一段的用功。

為於境無染者：謂如說言，念守護心，行平等位，不取其相、不取隨好，廣說乃至守護意根，修意根律儀。

現在第二句，「為於境無染者」：什麼叫做念住？於境無染叫做念住。「謂如說言」：也還是《瑜伽師地論》第二十三卷一開始的那一大段，謂如前面的一段文所說的，「念守護心，行平等位，不取其相、不取隨好，廣說乃至守護意根，修意根律儀」，這叫做念住。

「念守護心」：心是心王，念是心所，念的心所能守護心，能令心清淨；但是心又能去守護這個念，就是互相合作的意思。現在說，念能守護這一念靈明的心，叫它不要犯過失。

「行平等位」：行於平等位。「平等位」，有兩種不同的意思。一種是不苦不樂的境界：苦惱的境界出現的時候，心裡面憤怒，心也不清淨，瞋恨心來了；自己歡喜的境界、自己所愛的境界出現的時候，貪心就來了，也是不清淨；也不苦、也不樂的這個境界，這個時候，貪心也沒有、也沒有瞋心，這個煩惱不出現，這個時候叫平等位。

這種平等位，是用功修行人初開始的初一步的境界，這是第一個平等位。再進一步，有成就了，用功修行的人有成就了，就是修四念住有成就了的時候，心裡面沒有貪心、沒有瞋心、沒有愚癡心、沒有一切煩惱，那是有了多少的道力，使令煩惱不動了。現在當然不是說入聖位，但是也不是一般的凡夫的境界；心裡面有多少道力，煩惱被控制住了，正念一提起來，煩惱不能動，無貪、無瞋、無癡，這個時候的境界就叫做平等位。有與道相應的正念，棄捨一切雜染法，保持住清淨的境界的時候，那叫做平等位。這和我們一般的沒有修行的人，偶然的心裡面不苦、不樂、不貪、不瞋的境界不同，不一樣的。

「念守護心，行平等位」的時候，「於境無染」，這個時候「念守護心，行平等位」，不是說和貪的境界不相應，沒有接觸貪的境界、沒有接觸瞋的境界，那時候心是無記性的，這是一般不修行的人也是會有的。這裡說，「念守護心，行平等位」，是說就在能令你生貪心的境界、能令你生瞋心的境界裡面，因為你的正念的守護，你心「行平等位」，不貪、也不瞋，沒有一切煩惱，這叫做行平等位。

「不取其相、不取隨好」，這個時候因為你有正念，你不取那可愛的形相、可愛的境界，你心裡不執著那個境界，不取其相。「相」和「隨好」：「相」是大的部位，「隨好」是微細的部位，就是心裡面種種的分別，分別這個好、那個好這些微細的境界。現在修四念住、修身念住這個人，「行平等位」這個境界的時候，不去執著（取者，著也），不著於相、也不著於隨好，不著。

「廣說乃至守護意根」：這是什麼意思呢？「不取其相、不取隨好」：取相、取隨好是眼識，先由眼識開始，眼識接觸到相、接觸到隨好，一剎那間第六意識就活動了；第六意識和眼識同時地去取相、取隨好，生貪心、生瞋心的時候，這種不平等位的境界。現在「念守護心」的時候，與眼識同時活動的第六意識，不取相、也不取隨好，「行平等位」。眼識這樣，耳識聽見什麼聲音，一剎那間第六意識就活動了，耳識、鼻識、舌識、身識，也都是這樣子，不取其相、不取隨好。所以，「廣說乃至」就是把耳識、鼻識、舌識、身識略過去了。

「守護意根，修意根律儀」，前五識在活動的時候，第六意識同時也活動，這是你沒有靜坐的時候、沒有入定的時候，是這樣子。「守護意根，修意根律儀」，前面是眼根的律儀、耳、鼻、舌、身，前五根的律儀，就是不犯過失，因為「念守護心，行平等位」，所以前五根都是合於律儀、不犯過失，都是清淨的。「律儀」：就是消除了一切染污的過失，就叫做律儀。若是你盤腿坐下來、入定了，靜坐的時候，如果你的四念住修得不對勁，染污心出現了，意根也是取相、取隨好，生了貪心、生了瞋心，起一些不律儀的過失。現在不是；「念守護心，行平等位」，第六意根發第六意識的時候，

不取其相、不取隨好，心裡面還是清淨的。「於境無染」：於色聲香味觸法這六種境界，心裡面都是清淨的，「修意根律儀」，這叫做「為於境無染」。

就是道力增長，達到了一個程度，會是什麼樣呢？就是心裡面將要生起不律儀的過失的時候，立刻地正念一提起來，就清淨了，就不生貪心、也不生瞋心，不生一切煩惱。若是初開始用功，道力不夠的時候，已經生起不律儀了，覺悟了，「哎呀，我不對了！」就把這心又收回來、又調整過來。若是道力增長了的時候，就是要生起的時候，就制止它不起了。所以，「念守護心，行平等位，不取其相、不取隨好」，眼耳鼻舌身意六根的律儀，都是這樣清淨的。這個時候，叫做「於境無染」，心能夠不染污，這叫做念住；由念住心，由慧觀察，這叫「於境無染」。

為安住所緣者：謂如說言，於四所緣，安住其念。謂於遍滿所緣、淨行所緣、善巧所緣、淨惑所緣。

「為安住所緣」，這是第三句，「為安住所緣者」，安住所緣怎麼講呢？「謂如說言，於四所緣，安住其念」。前面第一句「為守護念」，第二句「為於境無染」。第一句裡面說到保護念的方法，常常現前，但是說得簡略。現在第三句，是最具體地說出來，說出來你要這樣用功修行，你才能夠「於境無染」、才能「守護念」的。

「於四所緣，安住其念」：就是四種所緣境界，安住其念。這個「念」在四種所緣境界上安住。第一種是什麼呢？謂於「遍滿所緣」，這是一個所緣境界；第二種是「淨行所緣」；第三種是「善巧所緣」；第四種是「淨惑所緣」。安住這四種所緣境界來修行，你才能夠於境無染的。

第一個是「遍滿所緣」，遍滿所緣是什麼意思呢？在《解深密經·分別瑜伽品》裡面解釋過，遍滿毘鉢舍那、遍滿奢摩他、遍滿一切事、一切理的修行，這個境界是很廣大的。也就是用奢摩他來修行，學習奢摩他、學習毘鉢舍那，在一切緣起法上修奢摩他、毘鉢舍那，在一切真如法性上修奢摩他、毘鉢舍那，或者成就世間的四禪八定，或者成就出世間的無漏三昧、真如三昧，這都叫做遍滿所緣。

「淨行所緣」：淨行所緣是什麼呢？我們凡夫雖然什麼煩惱都有，但是又不是完全一樣。有的人貪煩惱重，叫做貪行者；有的人叫瞋行者，瞋心特別重，貪心不重，瞋心特別重，瞋行者；愚癡的行者，不相信有因果、生死輪迴，世出世間的道理不相信，叫愚癡行者，癡行者；乃至我慢的行者；或者尋行者，就是散亂心很強的人。各式各樣的煩惱，偏於這種煩惱特別重，各有所偏。

這些「行」，就是這些煩惱的活動特別重的人，各別的煩惱特別重的人，他要怎麼樣去用功修行呢？貪行者要修不淨觀；瞋行者要修慈愍觀；愚癡行者要修緣起觀；我

慢、高慢心特別強的人修界分別觀；尋行者，散亂心特別強的人修持息念，修數息觀。這五種叫做「淨行所緣」，就是來清淨你的煩惱心，把你的煩惱心清淨。我們通常說，這叫做「五停心」。這五種修行方法，是開始修行的時候的方法，才開始用功修行的人，先把自己特別強的煩惱對治一下，所以叫做「淨行所緣」。

「善巧所緣」：有蘊善巧，色受想行識五蘊；蘊善巧、界善巧、處善巧、緣起善巧、處非處善巧，一共有五種善巧：蘊、界、處、緣起、處非處，這有五種善巧。有的地方也有說是七種善巧的。「善巧」是什麼意思呢？善巧就是通達的意思。

蘊善巧：你通達了五蘊的道理，就不會再有我執、我見了，就不會執著有我，只是五蘊而已，裡面沒有常恆住、不變易的我。叫做蘊善巧。

界善巧：就是十八界，六根、六塵、六識這十八界。十八界這個善巧，在《瑜伽師地論》上也好、《顯揚聖教論》也提過，不善巧十八界的人，認為諸法是由梵天創造的，或者是無因緣而有的，就是不善巧。佛說十八界一切法各有各的因緣，沒有不平等因或者無因的這種錯誤、不善巧的事情。所以，若通達了界善巧，就可以對治這樣的過失。

處善巧：就是十二處，六根、六境（六塵）。對於十二處不善巧的人，執著有一個「我」，這個我依止這個身體去攀緣一切境界，這是不善巧。佛說十二處，只是一個意處，只是一念心，依止於六根，攀緣色聲香味觸法六種境界而已，這叫做處善巧。

緣起善巧：就是十二因緣，流轉生死是這樣子。

處非處善巧：就是計我論者認為「我」能造一切業，或者是造染污業、或者是造清淨業，或者流轉生死、或者得涅槃，「我」得涅槃了。佛說處非處善巧，不是這個意思，沒有我！誰得解脫？解脫者不可得！流轉生死？流轉者不可得！那就叫做處非處善巧。

「善巧所緣」：就是你學習佛法，由聞思修所成的智慧，去觀察五蘊、觀察十八界、觀察十二處、觀察緣起這一切法的時候，能夠與聖境的無我義相應，那就叫做善巧所緣。

「淨惑所緣」：淨惑所緣有兩種。一種是修色界的四禪，它能清淨欲界的煩惱，所以叫做淨惑所緣，這是一種淨惑所緣。第二種，是學習苦集滅道的四諦，能淨除、能清除、能除遣一切愛煩惱、見煩惱，得成聖道。這兩種都叫做淨惑所緣。

這叫做「於四所緣，安住其念」，這是包括了一切的修行法門，你能這樣子安住去修行，你就成就了。「為守護念、為於境無染、為安住所緣」，就得成聖道了。這樣說，這四念住是通於淺、也通於深的，也是非常廣大的。

由此三相善住其念，故名念住。

「由此三相善住其念，故名念住」：「由此三相」就是「爲守護念、爲於境無染、爲安住所緣」。由此三相「善住其念」：能安住我們的正念，這就叫做「念住」。念住的大意是這樣的意思。

到這裡，身念住講完了。

受念住—云何爲受

云何爲受？謂樂受、苦受、不苦不樂受；樂身受、苦身受、不苦不樂身受，如說身受，心受亦爾；樂有愛味受、苦有愛味受、不苦不樂有愛味受，無愛味受、依耽嗜受，當知亦爾；樂依出離受、苦依出離受、不苦不樂依出離受。如是總有二十一受，或九種受。

「云何爲受？謂樂受、苦受、不苦不樂受」：這以下一共有二十一受，這二十一受這裡只是標出來，下文還有解釋。「謂樂受」：就是自己滿意的一種感覺；或者「苦」痛的一種感受；或者「不苦不樂」的覺受。這是三種受。

「樂身受、苦身受、不苦不樂身受；如說身受，心受亦爾」：前面這個樂受、苦受、不苦不樂受是總說的，這以下分成身受和心受，各有三種，加起來就是九種。「身受」就是前五識；「心受」就是第六意識。身受也分成苦、樂、捨，不苦不樂就是捨受；心受也分這三種。所以，叫做「樂身受、苦身受、不苦不樂身受」，這是前五識；如說身受是這樣子，心受也是這樣子。這樣子，身、心各有三受，就是六受；六受加上前面的「樂受、苦受、不苦不樂受」，加三就是九受。

「樂有愛味受、苦有愛味受、不苦不樂有愛味受」：這個愛味受怎麼講呢？下文有解釋，就是我們有愛煩惱的人、有見煩惱的人，我們這樣的人，有的時候受樂、有的時候受苦、有的時候受不苦不樂受，這又是三種受。

「無愛味受」：無愛味受就是聖人了。就是原來是個凡夫，現在遇見三寶，修學聖道，得無生法忍了，得到六地、七地、八地以上的境界，或者得初果、二果、三果、四果阿羅漢果了，這種聖人「無愛味受」。這種聖人，因爲這個身體是父母所生身，他還和凡夫同在一處住，也要吃飯、也有行住坐臥這些事情，所以他也是有樂的無愛味受、苦的無愛味受、不苦不樂的無愛味受，他若不入定，也有這些受；但是，若他的正念提起來，能無受，不受一切法，達到那個最高的境界了。這也是有三種受的，有愛味受、無愛味受各有三種，就是六種；六種加前面的九種，就是十五種。

「依耽嗜受，當知亦爾」：這個「耽」也就是愛著的意思，和「嗜」字是一樣的。這主要是指欲界的五欲來說，愛著五欲。愛著五欲的人、愛著欲樂的人，他有的時候也有樂受、也有苦受、也有不苦不樂受，當知亦爾。

「樂依出離受、苦依出離受、不苦不樂依出離受」：「出離受」就是對前面這個「耽嗜受」說的。出離了欲樂，就是得了色界定、無色界定的人，他沒有欲了；但是他也有苦受、樂受、不苦不樂受。

這樣子，總加起來，「如是總有二十一受」，二十一種受。「或九種受」：前面這個數，或者說是九種受，就把它合起來；前面的「樂受、苦受、不苦不樂受」這三受是三個；底下那個身受和心受不要開成三，身受一個、心受一個，是兩個；加三受就是五受。第六個就是有愛味受，第七是無愛味受，第八是耽嗜受，第九是出離受。後面幾個都不開，加起來就是九種受。這是說到受，這只是解釋有多少種受，至於怎麼樣觀，在後邊才提，這裡沒提。

心念住—云何為心

云何為心？謂有貪心、離貪心，有瞋心、離瞋心，有癡心、離癡心，略心、散心，下心、舉心，掉心、不掉心，寂靜心、不寂靜心，定心、不定心，善修心、不善修心，善解脫心、不善解脫心。如是總有二十種心。

「云何為心」：說心念住，心有什麼心呢？

「謂有貪心、離貪心，有瞋心、離瞋心，有癡心、離癡心，略心、散心，下心、舉心，掉心、不掉心，寂靜心、不寂靜心，定心、不定心，善修心、不善修心，善解脫心、不善解脫心。如是總有二十種心。」這下面都有解釋，這裡不說了。這是心，心的差別，這底下說法。

法念住—云何為法

云何為法？謂若貪、貪毘奈耶法，若瞋、瞋毘奈耶法，若癡、癡毘奈耶法，若略、若散法，若下、若舉法，若掉、不掉法，若寂靜、不寂靜法，若定、不定法，若善修、不善修法，若善解脫、不善解脫法。如是當知建立黑品、白品、染品、淨品二十種法。

法念住的這個法，究竟指什麼說的呢？「謂若貪、貪毘奈耶法，若瞋、瞋毘奈耶法，若癡、癡毘奈耶法」：這個法和前面的心，數目是一樣的。有心就是要有法；有法也一定是有心的。

「謂若貪」：在心裡面有個貪心；「貪毘奈耶法」：就是來對治貪的那個無貪的法。「毘奈耶」，翻個滅，貪滅了，滅貪的這種法；或者說，翻個調伏，毘奈耶翻個調伏，調伏貪的法，也就是無貪。若貪、若無貪的法。「若瞋、瞋毘奈耶法，若癡、癡毘奈耶法」：佛教裡面說癡，主要是說不通達緣起、不通達第一義諦，名之為癡。若貪、若離貪，若瞋、若離瞋，若癡、若離癡這一切法。

「若略、若散法，若下、若舉法，若掉、不掉法，若寂靜、不寂靜法，若定、不定法，若善修、不善修法，若善解脫、不善解脫法」：下面都有解釋，這只是標出來。「如是當知建立黑品、白品、染品、淨品二十種法」：「黑品」，就是不善法，不善法叫做黑，用黑來表示不善法。「白品」，就是有漏的善法叫白品。「染品」，三界以內一切有繫縛的，都名之為染污法。「淨品」，就是出離三界的一切無漏的清淨法。這合起來也是二十種法。

這底下解釋受。前面受、心、法，把它的類別標出來，這底下解釋。

受念住—解釋云何為受

又樂受者，謂順樂受觸為緣所生平等受、受所攝，是名樂受。此若五識相應，名身受；若意識相應，名心受。

「又樂受者，謂順樂受觸為緣所生平等受、受所攝，是名樂受」：這底下解釋。「謂順樂受觸」：就是我們的心依止於根有所接觸的時候、有所觸對的時候，而這個觸對是順於樂受的，它隨順樂受的生起，隨順如意的這種心情的生起，所生起的「平等受」，這就叫做樂受。經論上稱「樂受」為「平等受」，但是沒有看見怎麼樣解釋，為什麼樂受稱為平等受？沒有看見解釋。或者說，佛教徒應該有這樣的心情，若是樂受的時候，願意別人和我一樣都有樂受，就叫做平等受，或者這樣解釋。「受所攝」：此樂受所攝的這一切，譬如或者是身，或者身語，發出語言，和樂受有關聯的這一切的因緣，那就叫做受所攝。樂受出現的時候，它不是孤獨的，一定有觸，其中也會有念心所，有其他的種種的心所，所以也叫做受所攝，都包括在一起，「是名樂受」。

「此若五識相應，名身受」：前面「樂身受、苦身受、不苦不樂身受」，那個身受，就是五識（眼識、耳識、鼻識、舌識、身識），五識相應的「順樂受觸為緣所生平等受」，這就名之為身受。「若意識相應，名心受」：第六意識相應的這種樂受，叫做心受。就是把樂受分成兩類：一個身受、一個心受。

如順樂受觸，如是順苦受觸、順不苦不樂受觸為緣所生不平等受、受所攝、非平等非不平等受、受所攝，是名苦受、不苦不樂受。此若五識相應，名身受；若意識相應，名心受。

「如順樂受觸，如是順苦受觸、順不苦不樂受觸為緣所生不平等受、受所攝、非平等非不平等受、受所攝，是名苦受、不苦不樂受。」這上面講，苦受名為不平等受；樂受名為平等受。若是按一般凡夫的心情來說，這個不苦不樂，心情是平靜的，比較平靜，應該稱為平等受；樂受和苦受，心是激動的，應該是非平等受。但是，這地方不是這樣講：樂受是平等受，苦受叫做不平等受。或者說，苦受是一種果報，果報是由於不平等心發出來的，你做了一種傷害他人的事情，就是心裡面不平等。心若平等的時候，就不會做傷害別人的事情。因為傷害別人的時候，若是平等地去觀察：「哎呀！若別人也同樣的行為來傷害我，我同意不同意呢？我也不同意！」己所不欲，勿施於人，就是平等；但是，我沒能這樣子，己所不欲的，我要施於人，那就是不平等。因不平等，所以果也不平等，叫做不平等受，或者這樣解釋。

「此若五識相應，名身受；若意識相應，名心受」，這也和以前的意思相同的。

如是諸受，若隨順涅槃，隨順決擇，畢竟出離，畢竟離垢，畢竟能令梵行圓滿，名無愛味受。若墮於界，名有愛味受。

「如是諸受，若隨順涅槃，隨順決擇，畢竟出離，畢竟離垢，畢竟能令梵行圓滿，名無愛味受」：前面列出來受的名字，其中有個無愛味受。「無愛味受」究竟怎麼講呢？就是前面說這麼多的受，「若隨順涅槃」：這是指佛教徒、修行人，在這麼多的受裡面，有四念住的修行的時候，這個受能幫助你向於涅槃，能向於涅槃的。這就是還沒得聖道，還沒有得聖道之前，就是沒得涅槃之前，或者是沒得初果之前，或是沒得四果之前，都包括在內；你在這些受上，有四念住的道力相應的時候，它就向於涅槃那邊去，向於聖道，向於真如法性那邊去，所以叫做隨順涅槃。

「涅槃」：是不生不滅、離一切相的境界。我們現在的佛教徒用功修行，或者是念佛求生阿彌陀佛國，心都是在有相的境界上活動；或者是我們念念經，從文句上讀一讀，《金剛經》讀一遍，就是我修行的功課，那麼，心還是在有相上活動，也都是有相上活動；說我念咒，念咒或者也有觀想，還都是在有相上活動。若修四念住，修身念住、受、心、法念住，觀心無常、觀法無我，最後，是達到無相的境界的。

修身念住，如果修不淨觀還是有相，但是這時候是破愛煩惱，破愛欲的煩惱，為無相觀的前方便。如果你進一步，「可以身相見如來不？不也！世尊！不可以身相得見如來。何以故？」「凡所有相，皆是虛妄，若見諸相非相」，你這樣修身念住，就是隨

順涅槃，就不同了。你讀《金剛經》，就是四念住！讀《大般若經》、讀《中觀論》、讀《華嚴經》、《法華經》，觀一切法實相，都是向於無相的境界，都是隨順涅槃！你自己用功修行的時候這樣學習，你睜開眼睛、不入定，接觸到一切境界的時候，也是作如是觀，也是向於無相，也是隨順涅槃！成功了的時候，就是得無生法忍了！就是聖人了。

聖人的時候是沒有受的，也沒有樂受、也沒有苦受、也沒有不苦不樂受，連捨受都沒有了。我們說四禪八定，初禪、二禪、三禪還都是樂受，他們沒有苦受、憂受都沒有，是樂受。到第四禪以上都是捨受，那個修行人的心裡面的境界，不苦亦不樂，都是捨受的境界。若超過了四禪八定、超過非非想定，到滅受想定以上，就是沒有受，那個聖人的境界，心是不受的，不受一切法。「隨順涅槃」，也就是向於不受的境界、沒有受的境界去了。當然，初果以上、初得無生法忍以上的人，他一切時、一切處，這正念一提起來，他就隨順涅槃，他不取一切法，隨順涅槃的。

「隨順決擇」：「隨順涅槃」是在理性上說，「隨順決擇」是在智慧上說的。「決擇」，是聖人的智慧境界。「決」者，斷也，決斷，斷一切疑，也就是斷一切相、斷一切受，達到那種無分別的境界。「擇」就是揀擇，就是智慧的觀察。但是，聖人有根本智、也有後得智。後得智是能擇的，也知道什麼是好、什麼是壞、什麼是善、什麼是惡、什麼是世間法、什麼是出世間法的，比我們凡夫的分別心是更多、更微細的，但是，是正確的、沒有錯誤。我們凡夫有時候分別，分別錯了。聖人也有分別心，但是分別的是恰到好處，所以叫做「擇」，他也能揀擇，能觀察、思惟、分別的。聖人並不是木頭，不懂得分別，不是。說「你不要分別！」這是說我們不要虛妄分別，佛法是重視智慧的。「若隨順涅槃，隨順決擇」，聖人才有決擇的智慧；凡夫學習佛法，如果深入地學習，只能有點相似的決擇而已，不是真實的。

「畢竟出離」：前面是「隨順」，還沒有出離，就是你功德還沒有圓滿；「畢竟出離」是究竟地出離了，出離了一切繫縛，出離了一切苦。「畢竟離垢」：究竟地遠離了一切的染污（就是煩惱）。「畢竟能令梵行圓滿」：究竟地能令你的聖道（梵者，淨也，清淨），這個清淨的聖道能夠得圓滿。這也是聖人的境界，當然要比前面的「隨順」更高，就是到了無學的境界、或到了佛的境界。「名無愛味受」：「隨順涅槃」、「隨順決擇」的時候，也叫做無愛味受。「畢竟出離、畢竟離垢、畢竟能令梵行圓滿」，也名為無愛味受。這是解釋前面那個無愛味受，無愛味受究竟怎麼講？這裡講的是這樣很高的境界了。

「若墮於界，名有愛味受」：若是你一念的虛妄分別心，一分別、執著，就墮落於界了，墮落到欲界、色界、無色界裡面，那叫做有愛味受，你有執著，一有一點分別就不對了。永明壽禪師四料簡說：「陰境若現前，瞥爾隨他去」，是說中陰身的境界現

前的時候，我們平常修四念住一點兒也沒有成功的人，中陰身現前，一下子就是受胎了，就是隨業受報了。一有分別心，就不得了。「若墮於界，名有愛味受」。

若色無色界繫，若隨順離欲，名依出離受。若欲界繫，若不順離欲，名依耽嗜受。

「若色無色界繫，若隨順離欲，名依出離受」：依出離受的境界淺一點。「若色」界繫、若「無色界繫」，若是你修學禪定，成就了色界四禪、成就了無色界天的四空定；「繫」，繫者，屬也，你屬於這兩個世界的範圍內，也就是你有那兩個界的煩惱，你就屬於那兩個世界，那叫做「依出離受」。「若隨順離欲」：說是我現在還沒有成就色界定，也沒能成就無色界定，但是我時常地修定、學習定、我離欲，能隨順離欲的境界，也就是能調伏欲，調伏欲界的五欲，使令心不愛著，同它遠離，那叫做「依出離受」。

「若欲界繫，若不順離欲，名依耽嗜受」：若是我們日常的生活、舉心動念，常在欲裡面生活，這個欲的煩惱常常動，那就是把你綁在欲界裡面，你跑不出去的。「若不順離欲」：你不能隨順離欲的境界、離欲的法門，與離欲的境界相違反，那就叫做「依耽嗜受」。依就是心；這個心常是依於欲，就叫做「耽嗜受」。你這個心常是依於出離受，常在出離欲的境界上活動，就叫做「依出離受」。

心念住—解釋云何為心

又有貪心者：謂於可愛所緣境事，貪纏所纏；離貪心者：謂即遠離如是貪纏。有瞋心者：謂於可憎所緣境事，瞋纏所纏；離瞋心者：謂即遠離如是瞋纏。有癡心者：謂於可愚可緣境事，癡纏所纏；離癡心者：謂即遠離如是癡纏。如是六心，當知皆是行時所起三煩惱品，及此三品對治差別。

「又有貪心者：謂於可愛所緣境事。」前面列名，這底下解釋受；受解釋完了，就解釋心。心，第一個就是「有貪心」，有貪心怎麼講呢？「謂於可愛所緣境事，貪纏所纏」：在可愛的境界上，以可愛的境界作自己的所緣境，心常在可愛的境界上來來回回地這樣子分別、思惟。「事」就指那個境界說的，各式各樣的形相叫做事。「貪纏所纏」：在可愛的境界上活動，我們的心就被貪煩惱纏繞著。我們自己不感覺是纏，但是，沒有貪的聖人看凡夫的境界的時候，「這個凡夫他為貪煩惱纏繞著不放，就像有個毒蛇把他纏住了」，貪纏所纏。所以，聖人給凡夫立一個名字：「貪纏所纏」。

「離貪心者：謂即遠離如是貪纏」：離貪心者，就是遠離這樣的貪纏。或者修不淨觀破壞這個貪心，就是遠離這樣的貪煩惱。

「有瞋心者：謂於可憎所緣境事，瞋纏所纏；離瞋心者：謂即遠離如是瞋纏」：這個貪煩惱不容易斷，瞋煩惱也不是容易斷的，也不是容易，非要加以對治才可以。而佛法，佛的確是開示我們，有遠離瞋煩惱的法門的，你常常這樣修習，就會有效。

「有癡心者：謂於可愚可緣境事，癡纏所纏」：謂於可愚可緣境事，世間上一切的因緣生法，在我們沒有接觸佛法的人、沒得聖道的人來說，它都是能令我們愚癡的。這可愛的境界，我們生愛心，也就是我們愚癡了；乃至到可瞋的境界都是一樣。我們心在這樣的境界去攀緣、思惟的時候，愚癡的煩惱就纏繞著我們；我們不明白那個境界是虛妄不真實的，不知道那是空無所有的，一執著就被它纏住了，癡纏所纏。「離癡心者：謂即遠離如是癡纏」：那就是得要修緣起觀，愚癡心才能漸漸地薄，漸漸地就沒有了。

「如是六心」：貪、瞋、癡三種心，遠離貪、遠離瞋、遠離癡又是三種心，加起來就是六心。「如是六心，當知皆是行時所起三煩惱品，及此三品對治差別」：這句話是解釋前面這六種心。「當知皆是行時所起三煩惱品」：貪、瞋、癡這三種心，都是修行人他沒有入定的時候，這個正念不現前的時候，所生起的三種煩惱品，屬於煩惱這一類的。離貪、瞋、癡那三種心，那三品，是對治差別，是貪瞋癡三品的對治差別，用無貪、無瞋、無癡這三種法門來對治那個貪瞋癡。一個所對治，一個能對治，加起來就是六種心。

略心者：謂由止行，於內所緣繫縛其心；散心者：謂於外五妙欲，隨順流散。下心者：謂昏沉睡眠俱行；舉心者：謂於淨妙所緣，明了顯現。掉心者：謂太舉故，掉纏所掉；不掉心者：謂於舉時及於略時，得平等捨。寂靜心者：謂從諸蓋已得解脫；不寂靜心者：謂從諸蓋未得解脫。定心者：謂從諸蓋得解脫已，復能證入根本靜慮；不定心者：謂未能入。善修心者：謂於此定，長時串習，得隨所欲，得無艱難，得無梗澀，速能證入；不善修心者：與此相違，應知其相。善解脫心者：謂從一切究竟解脫；不善解脫心者：謂不從一切究竟解脫。如是十四種心，當知皆是住時所起。

「略心者：謂由止行，於內所緣繫縛其心」：什麼叫做「略心」？「略」，我們通常用這個字，說「忽略了」，忽略了就是對那件事沒有注意。現在這裡用這個字來形容修行人，用那個「止行」：就是奢摩他的法門，「於內所緣繫縛其心」：把這個心繫縛在內裡面的所緣境。這個時候這個心對於外面的境界就不去分別、不去攀緣了，這時候叫做「略」。這樣說，這是個修行人的境界；這是初開始修奢摩他的時候叫做「略」。「繫

縛其心」，表示它不容易安住，你要努力地把它綁在那裡才可以。那就是用念心所，把這個散亂心綁住不動。念，就是念這個所緣境，就是把心綁在這裡了。

「散心者：謂於外五妙欲，隨順流散」：這叫做散心，這叫做散亂心；像那個水似的，它就是一定要流動，只要不平，它就非流不可。

「下心者：謂昏沉睡眠俱行」：昏沉和睡眠有什麼不同呢？如果從動機上說，我心裡想要睡覺，就臥在那裡或者坐在那裡睡，那叫做睡眠。睡眠當然是前五識都不動了。得定的人也是前五識不動，但是第六意識是明靜而住的。睡眠的人前五識不動，如果不做夢，第六意識也是不動的；若是做夢，第六識就活動，第六識活動也還是糊糊塗塗的。有意的要去休息、睡覺，那叫做睡眠。昏沉，是沒有心睡眠，是想要修行的，但是心裡面不明了了，所緣境不分明了，叫做昏沉。從動機上去分別它們兩個名字的差別。若是昏沉和睡眠的相貌來說，是一樣的。你在那兒靜坐，一昏沉的時候，前五識、第六意識也是糊塗了，相貌沒有什麼不同。所以，在昏沉、睡眠的時候，叫做下心，心沉下了、不動了，但是這並不是修行的境界。「俱行」：就是同時地活動，和心同時地活動；前五識不動，那麼就是和第八識在一起活動，應該這麼說。

「舉心者：謂於淨妙所緣，明了顯現」，叫做舉心。這個舉心是來對治那個下心的。舉，就是把它動起來；下心，就是不動了。譬如說，你修毘鉢舍那觀，這個心是在奢摩他上在動，去觀察所緣境，要動；但是它不能動，它不動了，這昏沉一來了，心就是不能觀、也不能止，所以叫做下。現在要對治下心，把它動起來，怎麼辦呢？「謂於淨妙所緣，明了顯現」：譬如說觀佛像，相好光明的境界，這是淨妙所緣。這個時候這個所緣境特別的顯著，很容易令你心安住在那裡，對你的吸引的力量很強，昏沉、睡眠就沒有了，所以叫做淨妙所緣。這在《菩提道次第廣論》上的奢摩他那一段裡面，特別提到這件事。「謂於淨妙所緣，明了顯現」：當然，這個「淨妙所緣」，各有各的淨妙所緣，我認為不淨妙，你認為是淨妙，那也可以說是淨妙所緣，當然這是屬於清淨這一面說的。

「掉心者：謂太舉故，掉纏所掉」：我們凡夫修行的困難就是在這裡，本來是昏沉、睡眠，用舉心的方法調過來，但是調過頭了。「謂太舉故，掉纏所掉」，心裡面有掉動的煩惱，纏繞其心，「掉纏所掉」，心裡還是動，就又有其他的妄想了，那叫做掉，其實就是掉舉。

「不掉心者：謂於舉時及於略時，得平等捨」：這是最合適的了，沒有掉，舉而不掉。「謂於舉時」的時候，「及於略時，得平等捨」：舉的時候也好，於略的時候也好，心裡面有平等捨，正相應的一個捨，就是也不昏沉、也不掉舉，叫做平等。這是在用功修行的時候，心裡面沒有其他的雜念，但是也沒有昏沉，止也是相應的、觀也是相

應的，這個時候叫做不掉心。「捨」這個字，在念、擇、進、喜、輕安、定、捨這七覺支裡面有這個捨；在《瑜伽師地論·菩薩地·真實義品》裡面也提到這個捨。這個「捨」，那是聖人的境界、是佛的境界用這個字，那是很深的境界。現在用這個字，是形容我們初開始修行的人，有的時候也會有這個捨的境界，那就是不掉心的時候叫做捨。

「寂靜心者：謂從諸蓋已得解脫」：謂從「諸蓋」，就是五蓋，貪欲蓋、瞋恚蓋、昏沉睡眠蓋、掉悔蓋、疑蓋；從這五蓋已經得解脫了。因為這個五蓋若沒有破除去，沒有破除去的時候，你的心就常常有這五種蓋來煩惱你，你心不得寂靜；若破除這個蓋，你心就寂靜了。那要到什麼時候？要到未到地定，到未到地定的時候，就破除去。欲界定最後這個等持，也應該說是沒有諸蓋了；但是欲界定很容易就破壞了，靠不住。未到地定稍微好一點，這個時候沒有蓋了，從蓋得解脫，那時候心寂靜了。

問：想請教老和尚修不淨觀的問題。不淨觀可以對治貪欲，它在修的過程，一再的厭離，會不會造成一種現象，它固然貪欲除掉了，可是，它是不是也會把善法欲也一併都去掉？這是第一個問題。還有一個就是在戒律，佛陀制不殺生戒的時候的背景，因為那群比丘修不淨觀，所以到最後自殺。在這種情況，佛陀只是去制不殺生戒，所以在這種情況，要請教老和尚，修不淨觀是不是會把善法欲也去掉？第二個，它會造成這種甚至會自殺的後果，請教老和尚這個怎麼辦？

答：善法欲是不應該去掉的，應該增強、應該加強它才對。不淨觀，佛是在五停心裡面安排說了這個法門。五停心，我剛才說過，是我們初開始用功的人，佛對我們開示，我們那一個煩惱偏重、偏強，就用那一個法門來對治。假設我們欲的煩惱重，就用不淨觀來調、來對治它。如果我們欲的煩惱不重，就不須要修不淨觀，佛是有這樣的意思。說我的瞋心重，我欲煩惱不重，就是瞋心重，那就不要修不淨觀，可以修慈愍觀，修其他的法門，佛是有這樣的安排，是這樣的意思。

我們出家人的戒律上也的確說到這件事，有的比丘修不淨觀，厭離心特別強，就自殺了，有這個事情；對這個身體的臭穢厭離，所以要棄捨、要捨身，有這個事情。這在《大毘婆沙論》（《[薩婆多毘尼毘婆沙](#)》）上有解釋這件事，因為那六十個比丘，他們有特別的因果關係，就在這個時候，這種罪業出現時，就自殺了，《大毘婆沙論》（《[薩婆多毘尼毘婆沙](#)》）上有解釋。如果沒有那個因果關係，就不會有這件事。因為修不淨觀，而同時善法欲也消失了，這是不合適的，是不對的，善法欲不應該消失。

所以我們用功修行的人，應該在修行之前，先要學習佛法，要得到佛法的正意，最低限度要明白修不淨觀是怎麼回事，它是在什麼位置上面，到什麼時候就

是應該修無我觀了。因為用不淨觀使令心平靜了，平靜了這時候，修無我觀的時候沒有障礙，用意是這樣子。同時，《俱舍論》上也提到，修不淨觀不能斷煩惱，只能制伏。制伏煩惱、沒有斷，修行人不應該停留在這裡，所以應該繼續修無我觀。如果說修不淨觀不能斷煩惱，你還是再繼續修，就是不對了。它能夠把欲制伏，就是到此為止，就應該修無我觀了，是這樣的意思。所以，我當初也看見戒律上面的不殺戒那一條，「哎呀！修不淨觀會有這麼嚴重的變化！」心情上也感覺到不舒服，也就會引起了其他的分別、一些分別心，後來看見《大毘婆沙論》（《[薩婆多毘尼毘婆沙](#)》）上有解釋，原來他們六十個比丘本身有問題，有其他的問題。所以，善法欲不應該取消。

修不淨觀，制伏了欲心之後，應該修無常觀、無我觀，還有其他的三個念住，觀受是苦、觀心無常、觀法無我，而不應該繼續地修不淨觀。並且，如果修不淨觀，最後應該修骨鎖觀，修骨鎖觀的時候，應該那個厭離心不至於像九想觀那樣的強，也不至於引起自殺的事情。修不淨觀，到了白骨觀的時候，它順於無我觀。所以也是順於得聖道，能隨順涅槃。

問：師父，有一個問題，剛剛講到受，可以分為身受與心受。在凡夫還沒有到達初禪境界的時候，他的身受是不是同時應該也引起心受，所以身受不能與心受全然的斷截分開來講？

答：身受只是前五識，但是前五識一剎那間就過去了，一定是心受，所以也不應該分開。但是，是有這個差別，是有身受和心受的差別。沒有到初禪的人、有欲的生活的人，是這樣子；但是若到聖人的境界，在這個地方是有不同，就是身受是苦，但是心受不一定是苦。就是前五識一剎那間感覺到苦，但是若是聖人，一剎那間過去，第六意識一動的時候，他的正念提起來就不苦。所以，身受是苦，心受不一定是苦。

佛這樣開導我們，我們佛教徒也應該警覺自己，正念要常常地保持得住。所以我們在苦惱的境界，保持正念的時候，苦就減輕了。所以，身受與心受不一定是一致的，它會變，到心受的時候就變了。如果我們不提高我們的正念，身受是苦，心受也一定是苦，就不能改變自己。所以，佛菩薩告訴我們，有身受、又有心受，是我們警覺自己的一個機會。

問：如果按照一識說和多識說的話，身受、心受是不是就有差別？我的意思是說，以凡夫未得初禪的境界來說的話。

答：初禪的境界，他如果是不入定的時候，假設他是非佛教徒的話，他身受是苦，心受也可能還是苦，不過，究竟他是有功夫的人，也就會輕一點，除非他入定了。但是，在《大毘婆沙論》上也說，《涅槃經》上也有提到，長病的人，就是長期有病痛的人，禪定會退。這裡面告訴我們一件事，有病的人有時候不能入定；他不能入定，就是身受的苦使他心不自在，不能入定，有這種事情。

問：有一個問題，就是沒有禪定的凡夫來講的話，如果以一識與多識論來講的話，身識跟心識是不是可以斷然地劃分清楚，這兩種情況有什麼不同的說法？

答：前一剎那，如果一意識的意思，前五識也就是第六意識，不能分開；就是前一剎那就是眼識，第二剎那就是意識。按照六識分開來說，多意識的人，主張多識論者來說，和一意識的說法，如果會合來講，就是前一剎那是眼識、耳識、鼻識、舌識、身識，第二剎那就是第六意識。若是一意識的說法，就是第六意識，前一剎那是前五識，第二剎那就是第六識。若是多識論者，就是分開來，前一剎那是眼識，不是第六意識。就是這樣分別。

問：第二個問題，剛剛師父提到本質身與影像身，本質身是遍計執還是依他起？

答：本質身是依他起，不是遍計執。影像身，如果你不執著，也是依他起；你若執著它是真實的，就是遍計執。現在修不淨觀的人，這是從緣起上觀察，你在修不淨觀的時候，你修奢摩他，然後再修毘鉢舍那，觀察種種的不淨，這一定是影像身，而不是本質身。因為你修奢摩他以後，假設是入定，你前五識不活動，沒有同前面的境界接觸，只是這個獨頭意識（第六意識）在那兒動，所以不可能是去觀本質身。不是觀本質身，那麼就是通過前五識取來的影像，由第六識來觀察，所以是影像身。可是影像身和本質身是相似的，在自己的觀察下，本質身也是這樣子，所以，「隨觀隨覺」。

問：師父，請問西方極樂世界是在三界之外嗎？

答：是的。

問：如果說我們凡夫還有耽著受的話，去得了嗎？

答：因為臨命終的時候，你沒有耽著受，你有願生阿彌陀佛國的願，信願行具足，臨命終的時候，信願行具足，正念分明，阿彌陀佛就能接引你去，能去得了。

問：這有可能嗎？平常都是耽著受，在臨命終那一剎那會不耽著受嗎？

答：平常耽著受，有可能會有影響。因為你平常耽著受，你信願行的修行就會受影響，那麼臨命終的時候，正念可能不明白了，有可能不能往生。所以，的確是，修行

不管是修四念住也好、修念佛也好，一定要放下多少。不能完全放下，你也要放下多少才可以，不然你沒有時間修行。

問：西方極樂世界是凡聖同居土，是凡夫帶業往生，

答：是的！

問：所以它不應該是已經出了三界。

答：你說的也是對，也是對。但是，西方極樂世界是佛菩薩的無漏的誓願所成，無漏的願力所成、功德所成，不是有漏的。但是，我們凡夫沒得聖道的人也能往生，往生到那裡，所以名之為凡聖同居土。但是，它又不是三界，因為欲界是欲的境界，都是世間上染著的境界，到那裡是大家熏習佛法，所以你也不能說它就是三界。可是，我們去的人，又不能說都是聖人，那麼為什麼又說它不是有漏的世界呢？

這裡有一個譬喻，這個譬喻就是，我很窮，我是一個貧苦的人，我和你是朋友，你是一個大富貴的人，我和你做朋友，你請我到你家吃飯去，就是可以這樣譬喻。阿彌陀佛國都是聖人的境界，但是阿彌陀佛有這樣的願，可以請凡夫到那兒去。有這麼一個區域，就是凡聖同居土這麼一個區域，讓你暫時地在那裡熏習、修學，慢慢你就是得聖道了。就是好像是開個特別班，這個補習班，開個特別班，暫時地這樣子。當然這也就是阿彌陀佛、觀世音菩薩大慈悲的一個特別的方便的施設。

所以，你說它決定不是三界，但是凡夫也可以在那裡；你說是三界，但是那是阿彌陀佛無漏的清淨願力所成，而且到那裡，不是凡夫這個顛倒境界，而是向於涅槃、隨順涅槃的境界。所以在《大智度論》上也說，你說它是欲界吧，它沒有欲，你不能說是欲界；你說是色界、無色界，也不是，也不是色界天、也不是無色界天，因為也在地面上，所以不是三界。

從法相上去觀察它的分際，凡夫往生的阿彌陀佛國，還是應該說是屬於有漏的，還是應該這樣說，是屬於有漏的。但是，那個有漏和我們娑婆世界的有漏不同，我們娑婆世界這個有漏的境界是顛倒、繼續地流轉生死的境界，阿彌陀佛國那個凡聖同居土的有漏，是向於無漏的，它不顛倒，還是有點差別，或者就是這樣說。