



如何利用《金剛經》來修行(23-8)

--第二十品 離色離相分

釋善祥 阿闍黎 主講

(2009.05.17 講於 法爾禪修中心)

四、金剛經經文解釋

第二十品 離色離相分

(三)解釋名詞

5.諸相(續)

總括而言，無常等為其總相；別而言之，則又以性為物之本體，相則為可識可見之相狀。所謂六相即總相、別相、同相、異相、成相、壞相。《大乘起信論》言真如有體、相、用三大，所說相大者，謂真如之自體，有大智慧光明、遍照法界、真實識知等諸功德義，故稱為相大。此外，《大毘婆沙論》等稱，一切有為諸法皆具有生相、住相、異相、滅相等四種變化，稱為四相。《大乘起信論疏》卷中載，吾人從生至死之一期生命中，受報之相有四，稱大四相。即：(1)生相，指一念托胎，十月滿足，而生此身，稱為生相。(2)住相，既出胎已，住於世間，稱為住相。(3)異相，年少時顏紅體潤，年老則髮白面皺，稱為異相。(4)滅相，業盡命終，身亦壞滅，稱為滅相。

上一次講到這個總相、別相。總括而言，無常等為其總相，世間法都是無常，所以對我們也有好處，不如意事無常，就很快會過去；如意事無常，你也知道說不能永遠把握住。好事、壞事都會變化，不管時間多久都是無常。所以你這樣能夠觀對於世間相不用執著。好壞，時間過了總是會變化。這是總相。

個別言之，則又以每個物的自性而言，這個「性」是一切物的本體，因為你要發展成一個物或者一個果報體，事事物物都是有一個自性。我們會輪迴也是有這個自性。如果是自性應緣你不能夠覺知這是虛幻不實在的，就會認假為真，隨緣去受報。聖人之所謂聖人，祂對自己的心或者所看到的物，都能夠不執著。自性它會隨緣應化，一定會的，只要你不要執著為真，認知一下就好。修行要修到這個境界才不會迷糊，不然對我們自己的心認識不清楚，永遠都是沒有辦法把握住自己。

有的修行還沒有到認識心性，那修起來就很累。有的可以看到自性起滅，又不想去控制，或者你想要控制，控制不來，表示你的習氣重於你的自性的清淨，所以隨緣都是在造業。無知無覺是隨緣造作，有知有覺控制不了，愛莫能助，所以也沒有辦法。能夠妄想習氣減少、減少，才有辦法對外境能夠控制自己不隨緣

轉，對內心妄想習氣現起也能夠管制。自修的第一階段是這樣子。

這個「性」你把它分開來兩邊就是心跟生，或者生另外一邊是心，心生、生心，我常常講這兩個意思是不一樣。「心生」，這個是被動的，你的自性應緣而起了心，這是被動的，被動的你不會主動的去執著，所以這種人比較能夠控制自己。「生心」，就是你主動意念去生起你的心。心生、生心，都是自性的功能。聖人是心生，祂才有靈通力，才會知道很多事情。祂不生心，因為生心是有習氣才會生心，不然就是菩薩主動要度眾生所生的心變成有為法。所以心生、生心都是有為法，它的本體只有一個空。

那空性，心生、生心，這兩個功用起一切法，一切法起就有法相。「相則為可識可見之相狀」，性跟相這兩個，一個是能生一切法，一個是所生的法。所生的法就是法相，這法相包括心念，包括影像，過去世的、今生的，你所看過的、所接觸的人事物，這些影像都會再現，所以說凡走過必留痕跡，不會說滅失掉。我們的因果就是這樣，有深有淺的因緣，但都會有相在，所以說在別相之中你要修不受它影響，這是第一階段要修行的。第二階段你要行菩薩道，你可以從生心之中去化一切有相去度眾生，度完了又不能執著，放下，過了就算了，這就是別相。

那總相、別相是兩個大分別講，可以細分為六種相——「總相」還是總相，「別相」是個別的，別相之中又再分成後面四種：同相、異相、成相、壞相。所以總相也好，別相也好，一個法生起就是「成」，然後法在進展之間就是「住」，有為法永遠不會存在，因緣盡的話它就「滅」。成住壞，滅就是「壞」了。所以成相、壞相是法的過程。

那別相這裡面又分相同的、不相同的。同樣是人，人就有男、有女，有男、有女以外，還有心性相同的、心性不相同的，臭味相投的、臭味不相投的，所以這個同、異，都是我們在分別。「成、住、壞、空」是在講法的起滅。後面兩個，成相跟壞相。相壞了，沒有了，就是空。學佛法第一個從空相起一切法，就是我講這個自性生心或者心生，主動起心還是被動起心。

有幾位同學可以看自己的心起滅起滅，但這個念是外來的呢，還是自己的要搞清楚，不是所有的念都是你的。如果你心眼開，當然你的念就是你的，但是菩薩、這些諸天鬼神祂們起念，你雖然不知不覺，但你也會跟著起念。有一些不是你的念，因為你無知、不認識，把它當作你的念，所以你隨緣去造作。如果你懂了，分清楚這個念不是我的，要達到這種能力的人，定力就很強了。我從來不起心動念，別人起心動念我都知道，那表示說那個是外來的念，不是我的念，這主

賓能夠分清楚。

所以這個自性起法是自己起，還是外來因緣勾起你？修行人要到這個境界去分別，但是分別了以後你要隨緣造作。我們每一天無常，所以碰到好的事，因緣就好；碰到不好的事，就是因緣不好的。好也好、不好也好，都是要過日子，都是要去面對。所以你隨緣造作，完了就放下了，不要再去想過去，過去就過去了，執著就變成一種煩惱。

修行不是說不知不覺，有知有覺然後隨緣造作，然後最後都放下，自在就是這樣子！所以正因緣、逆因緣都好，發作你讓它發作，發作完了就過去了。如果沒有這種自在無礙的心的話，常常會後遺症，永遠不能夠化除，這個就修得不夠好。只要是人都有順逆、好壞等等的現象發生，每個人都有每個人的事，這叫別相。因為是無常，所以當成總相。那別相裡面有好的，相同是好的；有壞的，相同那就是壞的。所以這個同相、異相是在分別世間相，或者人或者是眾生裡面的無情類這些也是同相、異相的分別。其實本體來講只有分兩個，總相跟別相。後面成相跟壞相是講成住壞空。這裡沒有講到「住」，住就是居住、安住的住，就是法的進展過程之間，就是「住」。所以一般經典在解釋講六種相。

再看《大乘起信論》，「言真如有體、相、用三大」，什麼叫「真如」？我們簡單講就是真正如其本來它的心性有起作用的就真如。每一個自性都有它一個真如。凡夫有凡夫的真如，眼耳鼻舌身意這六根有六根的真如，這就是別相。這個動物，動物有動物的真如性，動物牠也有靈性，牠這個靈性是依真如而發揮，牠也知道肚子餓了要找東西吃，天氣冷了要往南方走去找比較溫暖的，這就是牠的自性。自性是依它的真如去發展，所以這個真如是有體。所謂真如就是要發揮自性的功用的就是真如。

好了，那天神有天神的真如性，天神的真如性就比較具有善心、慈悲心。色界天的天神，初禪、二禪、三禪、四禪，都有祂的真如性，所以產生它不同的功用。四空處定的天神，祂有心可以緣過去、未來、現在，可以緣無量的虛空，依祂的能力，真如的清淨、不清淨，所以有分別。只要有天眼通祂可以觀一千世界或者到三千大千世界。如果如來的真如，那就是遍虛空盡法界，祂無所不知，無所不能曉。這個真如同樣是真如，我們只會吃飯睡覺的真如，其它都沒有真如，現不起它的空性、它的解脫性、涅槃性。所以為什麼要修？就是要找回我們自己的真如。

那這個真如有體是空性，所現的一切法就是「相」，然後它有一個「用」。剛剛講六根你會用，面對六塵你會產生眼識、耳識、鼻識、舌識、身識。那我們

用真如來吃飯，時間到了想吃飯，打板了要吃飯，這也是真如的性用。如果是初禪天的天神，祂起碼可以知道心起心滅，所以你要修到自己可以看到自己的心起滅起滅，到底是對是錯，這要到初禪。所以不到初禪，修行都沒有一點樣子！而且初禪叫作未到地禪，也就是入不了定。你心起心滅雖然自己知道，真心看著妄想心起滅起滅，但沒有定啊！要到二禪，心起心滅不受它影響，才有一點定。如果世間禪就氣充滿身體，所以控制不了身體，這身體不是你的。一入定去的話雖然是靈覺靈知有，自己的心知道，外在的環境甚至於擴大到你真如可以看好遠，甚至於千世界、三千大千世界，這些都是真如的用。

等到你到佛的境界，真如就是如來藏，如其本來虛空有多少世界、有多少眾生，祂都能夠知道，這就如來藏性，這是如來的境界。如來為什麼祂能夠觀盡虛空一切世界，以及一切世界中的眾生？因為祂心完全清淨了，所以才能夠盡虛空遍法界的了知一切事。那大菩薩還沒成佛，比其他的人好一點，但是還有心病。因為有心病，所以所看的範圍，祂的真如性就受限制。這樣你去分別各個聖人或者眾生，他們的同相、別相，上面講的這幾個相，不是絕對的修行都一樣，不會！一百個人的修行有一百個人的境界不一樣，有的走快、有的走慢。你說同樣的不大可能，除非你到果位，果位就一個盡頭，一個盡頭就有同樣的。

你說你得到須陀洹果，須陀洹果的人就是去掉身見、去掉疑心病、去掉禁戒取見、瞋心滅了，這就須陀洹果。所以須陀洹果的人到一個階段，他當然有相同，是同相。但是如果須陀洹向，向就是我們迴向的向，向須陀洹，還沒有達到須陀洹。所以剛剛三結加一個瞋心，四個，你去掉多少？去掉一個，那就有四分之一，去掉二個就二分之一，去掉三個就四分之三，全部去掉，那就須陀洹。這裡面每個人的「用」是不一樣，所以每個人的同相有，異相也有，是很多，所以離不開上面所講六種相，這些都屬於無為跟有為的境界。

所以，真如有體、相、用這三大。你修行就是要認識這個真如，不要認識你那些習氣。認識習氣是要修把它斷掉，不要去執著你的習氣。所以這個清淨的心跟妄想習氣的心，這兩個要分得清楚。清淨的心是我們要追逐的，習氣毛病的心我們盡量要去掉的。這裡面也有同相，也有別相，離不開上面講這六種相。好，這體、相、用這三大。

「所說相大者，謂真如之自體」，這自體就是心性，可以產生一切法的就相大。那真如的極致就「有大智慧光明」。如來的真如為什麼祂能夠遍虛空盡法界都能夠清楚？因為祂有大智慧的光明，祂有遍照法界的能力，所以祂這個真如的自體擴展到極致。為什麼？因為祂沒有習氣毛病來蓋住祂，連一點點的污染的地方都沒有，所以祂當然能夠盡虛空遍法界。那我們為什麼沒有？我們只知道吃飯

睡覺這些非常微細跟動物沒有兩樣的本能真如，這是最基本的。不是說你懂得這個真如用就好了，因為懂是懂，在別相裡面、異相裡面，有很多不同層次的真如。

我們了解佛法，每個聖人祂的能力的大小就是依真如自體來發揮功用，我們找回我們自己的真如。你自己的真如，如果是正的、沒有煩惱的，對一切法能安住的，你多把握；讓你起煩惱的、起心不舒服的，就盡量要控制，不能讓它發展，一發展就沒完沒了。就是過去的業還沒有滅，今生的業又加了一大堆，所以怎麼解脫？越修就越退轉，修錯路，那是邪魔外道。你走對路了，又不認真去轉，那還是會加在你業力上。

本來是簡單數學，一百個業，你今生又加了二百個變三百個。修行有的倒過來是增加你的業力，不是在修行。修行是很大丈夫的行為，大刀闊斧說殺就斬，殺很大，你要殺很大，不是價錢殺很大，是你的習氣毛病殺很大，把它砍下來。捨不得砍它你就加上去，本來一百加二百就三百，不修還好，越修越堆越多！所以這個凡夫如果不懂就規規矩矩賺錢生活吃飯睡覺，了這一生也好；如果修行，懂了又不去做，那這個毛病越加越多。

回過來再講，這個相大，**真實識知**，真實的心能夠知道一切，這是我們的真如自體的能力。我們常常講，釋迦牟尼佛為什麼每一件事情都知道，眾生心悉知悉見，宇宙裡面的所有世界祂都能看到，裡面的眾生因果報應祂也都知道，這是真實的識知。我們有時候是知道，但是又是曖昧不明，知道有事，但什麼事又不知道。如果你能夠把這個事情真實的識知的話，最少最少的真如已經到阿那含的境界。

我們常常同學也好，會感覺心裡有問題，心裡有感覺好像不對，為什麼不對？哪一件事情在發展？不知道！等到過了才知道，哦，原來是這樣子！馬後砲。這樣也好，總是比不知不覺還好，但是不夠好，這是沒有真實的識知你的心。為什麼？因為我們光明不夠大，我們沒有遍照法界的能力，我們只會接收但是沒有完全清淨，所以才懂一點點，這個相是不大。但是不大總是比人好，有修一點總是比沒有修好。所以你看「相大」在講什麼？大智慧光明，能夠遍照法界一切相，能夠真正的如實的去知道什麼事、什麼事，有這些功德義。

所以修來修去要修真如無為的境界。你都知道了，到最後還要無為。你有大智慧光明可以遍照法界一切世界一切眾生，而且也能夠真實的去知道，這是你本身功德相所產生的能力。但是知道了要放下，如果知道了還在煩惱，懂得越多那不是越煩惱？有沒有這種人呢？有，心還不清淨的就會。或者有一些鬼神作弄，讓你有這個能力，可以知道一點事情，但是你那個習氣毛病，因為沒有慢慢修禪

定，沒有知道什麼斷煩惱，所以讓它自己去發作。這樣呢知道一件煩惱二件甚至於煩惱十件。為什麼？因為你的心太不清淨！所以不知不覺還好，如果沒有修禪定的人懂一點煩惱十點，懂二點煩惱二十點，那你不是天天搞得神經兮兮，天天要吃安眠藥才能睡覺，放不下！真正修行的人他是兩邊一起來，你的能力可以知道，但你也同時可以放下，所以一知一放這平衡沒有事。那你光知都不會放，或者光知然後更執著，那你不是污穢的點，一點加二點加三點再加上去？！

你知道說我心感覺誰對你不是很滿意，那你知道就好，你就放下；你不是，你把它罣礙，或者想他，我要讓他對我好，我要讓他轉變他的觀念，那已經兩點了，然後我要怎麼去巴結他，三點了，搞得神經兮兮，這是什麼修行啊？所以不管好的壞的，知道了放下、知道了放下；放不下，那就越修越糟糕，到最後真的要進去神經病院。這個就沒有禪定的力量，所以禪定很重要。

為什麼要叫禪定？禪就是心的動向。那什麼叫心的動向？就你心有靈知靈覺可以知道很多普通人不知道的事，但你要放下，你放不下就變神經病。所以修行人要嘛就成菩薩，要嘛就入精神病院，這兩條路。精神病院裡面這些都是過去世有修行的，為什麼有修行會落成這樣？都是被你過去的冤親債主，你過去傷人的心，人家現在來傷你的心，讓你心亂。這很可惜！所以說你能夠救這種人，讓他成為菩薩的話，比你那個剛開始修行還在腳痛，腿痛受不了，那個還差太遠。腳痛腿痛都還沒克服，那你這個心更不用去講修行，還沒有到修心的狀況，所以他的心沒有辦法去懂得很多事情，所以不懂，你當然是煩惱少一點。但是你本身，什麼真如、什麼性用、什麼佛教講的這些非常高的名詞你不懂。所以可惜就是說，你今生既然已經是可以接觸佛法了，為什麼不能好好趕緊的去體會？體會會縮短你未來走入邪道或者走入迷惑道，趕快轉回來。我們今生修行就在做這個事情。

所以我們知道如來的真如，這三點，你要知道它功用，祂的功德有多大。你在聽《解深密經》的話，已經講過，如來的功德相怎麼樣，阿羅漢功德相怎麼樣，菩薩的功德相又怎麼樣。其實你在修功德相，這功德不是說你去捐這個一百萬、一千萬、一億啦這種功德，那種不是功德，那種是福報。功德就是你心清淨了，能夠產生剛剛講的大智慧光明，能夠你的自性真如可以遍照一切法界，能夠真實的用心去知道無量無邊的大小事情，這才是功德相。所以釋迦牟尼佛有十二種功德相，法界、法性、虛空性、真如性…，等等十二種名字，都是在講祂修證到的功德相，這個《解深密經》裡面就講了。這些相就是有為嘛，有為才有相，所以以這一個真如之體所化出來的為最大。那我們只會知道肚子餓了要吃飯，身體冷了要穿衣，今天比較熱要脫衣服，這種真如也是啦，但是這個是動物的本能，不是真正的修行人的真如。

再來，此外，《大毘婆沙論》這些論說它說「一切有為諸法皆具有生相、住相、異相、滅相」，這剛剛我講的成、住、壞、空的意思一樣。我們每個人生活之間，每天所接觸到的因緣，就是要讓你生起一切法的基本。一切法無常都有一個「生相」，然後法生起來了，在過程之間就是「住相」。譬如說你今年五十歲，你在五十年前的再十個月以前來投胎，那投胎就是因緣，因緣投胎開始變胎兒，十個月懷胎，這個因緣已經開始生了，生了以後，十個月變成我們一個嬰兒，然後天天長，在長的時候就是「住」，如果五十年就死掉的話呢，住相有五十年。在一歲二歲三歲，這個相有沒有不一樣？當然不一樣。我們每一秒的身體的變化都不一樣，你知道嗎？所以我們有一個錯覺，跟你年齡相當的同學好像都沒有再老，你看的都一樣。尤其媽媽看兒子永遠都是小孩子一樣，好像長不大，因為她的錯誤的印象，其實每一秒鐘都在變化。

這個有學生化的人他就知道。譬如說，C-14（碳 14、放射性碳），用這個放射線把它標誌十四，主要有碳這個分子雷射，跟它標誌十四，然後給它吃下去食物裡面，它會跑到哪裡去？追蹤，一下子到肝臟，然後一下子又變肌肉，長到你的肌肉裡面去，或者到哪裡去，或者多久被代謝掉，它的每一秒鐘都在變化，這就異相。那我們用比較粗的來講就是你一歲跟二歲一定不一樣，二歲跟三歲是不一樣，這就是異相。到五十歲死了，一死就是又另外去投胎了，你的肉體就滅了。

我們的一切法都是生、住、異、滅，或者成、住、壞、空，這個名詞可以翻譯的不一樣。你生相、住相、異相、滅相，跟我講的成、住、壞、空，意思都一樣，都分出這四個階段。所以你去思惟，你一個念頭起來，修行人不能光看念頭起來，你要去看為什麼我要起這個念？這個念是正的、還是邪的？什麼叫正、什麼叫邪？如果不違犯戒律就是正，如果行為違犯戒律就是不正。你都不去分別的話，那怎麼修？那個智慧高的人，心眼打開了，只要起心動他都好像在打那個什麼地鼠，它冒出頭來就打下去，冒出頭來打下去，這樣怎麼會修不好？除非你這個地鼠冒來冒去，你從來就打不到一個，那你是很笨，笨之又笨，你這麼在這個範圍一公尺以內，它冒來冒去你連打一個都沒有，手腳很鈍，手腳很鈍就腦筋很鈍，腦筋很鈍就行為就不快，所以老是打不到它，它下去了你才打，它冒出來你又來不及打，這樣很累呢！你看到你的心要起不好的心態，你就要打死它了，還給它再去發展？！

你開始對一個人有不正常的心態，你就要把心打死掉，不要讓它第二念、第三念、第四念這麼去發展，坦蕩蕩的。如果你的念頭起來，你都不知道，譬如說我在氣某甲，這個念頭起來，你就抓住這個某甲，「哦真的呢我很氣他！」你沒有警覺，然後第二念呢，「他為什麼要講這一句話」，然後第三念又怎麼樣…，沒完沒了就一直下去，這種是修行的大忌，所以不能讓它動念。你為什麼控制不

了？你平時就不用禪修的方法去斷它！

我常常跟你們講，我在高中的時候自己打坐，我一支香四十分鐘，沒有冒三、四個念頭，而且三、四個念頭沒有給它完整過，只要起來，譬如說在罣礙哪一件事情，明天…，明天兩個字起來就打死了，不管它明天下去要講什麼！有的不是——「欸，明天要什麼事情？哦明天要遊行，遊行是誰要參加？遊行你要不要參加？遊行是怎麼樣？…」你沒有警覺就一直讓這個念頭去發展。只要你“明天”起來就打死掉，管它明天要幹什麼！你沒有這種魄力就修不好！

修行那麼難嗎？說難也是難，因為你沒有辦法控制。修行是難嗎？那難為什麼很多人都可以成為聖人？祂可以管住這個心。所以你在打坐之間不管四十分鐘或者一小時兩小時幾小時，起心動念就不要讓它去想，你還不是在想的時候。如果一個人心清淨了，想都是有利益眾生的。我太忙了沒有辦法想想你們各位，不然我想一想你們可能會乖一點，不會霧煞煞。所以有時候我是不是應該想一想，哪個人已經不大對勁我想一想。我們諸佛菩薩就是這樣，因為祂入定在觀十方虛空一切眾生，哪一個人有善根？哪一個人在想什麼？哪一個人應該叫他放下，不要胡思亂想？我們無形中受諸佛菩薩的教導是這樣，但是你不會知道。你以為說欸怎麼會有一個聲音叫我放下？你不知道誰在講。

你心眼開了，菩薩教你或者佛在指導你，祂不必來，不必有一個影像給你看，如果影像給你看，那已經你是很低淺的修行者。祂可以在無中之間，你根本看不到之間，給你一句話「放下」，放下你就馬上也放下。你要受佛的教導你自然要有那個基本的功夫、智慧。祂講一句放下，你不聽話，「我為什麼要放下？」哇！講的比祂還大聲，這樣祂怎麼教你？善根的人無形中給你一個放下，你真的就放下，你不會去想是誰在講？是誰在叫我放下？是周圍護法神、還是佛、還是菩薩？管祂是誰，這一句話是對的，叫你放下你就放下，你不要去想那些！

所以這麼順緣的教你們的話，不是修行很容易嗎？現在你沒有那麼好的功德去感召諸佛菩薩來教你，那你現在只有土法鍊鋼自己用功。我們講《金剛經》講那麼久你要用啊！對不對！那法生起的時候，要嘛你就看著它，要嘛就不理它，就是這麼兩條路而已啊！你看著它就不能出差錯，不能鑽牛角尖，不然你懂得越多越糟糕，心慌意亂。

所以修行呢，我們法的生起是這四相，我們第一階段生的時候就要特別管住它，不要讓它住，不要讓它變化來變化去，到最後它總會滅。這個滅，有的人三秒鐘、有的三天、有的三個月、有的三年、有的三十年還沒放下。所以我說你們吵架，我就觀哪個人幾天放下。如果打分數的話，超過一個禮拜還勉強可以接受，

超過一個禮拜以後就要打屁股，讓你的心窩裏到一個禮拜還在罣礙，哪裡有那麼多心情去搞這些，工作都來不及了，還去搞這些恩恩怨怨沒完沒了。上等智慧的人三秒鐘就轉了！

所以，你們如果心眼開，有的人修得不錯，你出去走路也會碰到因緣。虛空之間很多諸佛菩薩、毘那夜迦，善惡等等都有，看到這個人心有一點發光，身有一點發光，菩薩說跟他考驗考驗，這個壞的人，就跟他修理修理。所以人家就一個念頭丟給你，無知的人就抓住這個念頭在煩惱；如果有智慧的人啪一下三秒鐘轉了，它自討沒趣就走了！——哎呀，這個不簡單，不能去玩他！你們有的沒有辦法，那一接觸到的話，心抓住，然後心不行就身生病，然後就垮了，就這樣。

同樣在一個屋簷下，你可以感覺我當然也可以感覺，為什麼我會無所謂，你們就病倒在那裡唏哩嘩啦？這個不用功，講歸一句話就不用心。這法生起的時候，不知道怎麼脫黏，住在別人身上沒關係，不要住在我身體上。這個住，法的住，你住讓它住嘛，我不住。如果你的心抓住這個法，你當然要身體不舒服、心裡有病。心裡有病，每一天都變化、變化，變化就是異相。哪一天滅？三秒鐘也滅、三天也滅、三個月也滅、三年也滅、三十年都不滅也有，一生永遠都是有這個毛病。這成住壞空講起來很簡單，你有時候去思惟，修行之中離不開人事物的糾葛怎麼放下。所以一切有為法都是這種相。

上等智慧的人「生相」可以感覺，不要去理它，可以知道什麼事，不要去管它，那它自生又自滅了。講這四相有的人就解釋了，我把你修行也告訴怎麼修，你要去讓滅相早一點來，三秒鐘給它滅掉，不理它就滅了嘛！所以說因緣感受不到，不是感受不到，有覺沒有覺的問題。你感受到了，你有能力感受到；你說沒有感覺，但是你阿賴耶識也會感覺，這表現在你的身體跟心裡上。心就有點不舒服，為什麼不舒服？不知道；身又開始生病，血氣不通，然後喉嚨也痛，氣也不通，都來了。不管你有覺或沒覺，法來的話都要經過這四相，所以我們要盡量讓它早一點滅，修行在做這個事情！

《大乘起信論疏》，有人註疏，在演繹這個《大乘起信論》。吾人從生至死之一期生命中，受報之相有四個。(1)生相，就是你來投胎，我剛剛講的，托胎一念，十個月滿足，就生有此身，這就生相。那把它縮短到我們一個念頭起滅，就是阿羅漢的生滅。阿羅漢的意生就是阿羅漢身體已經不來受生，但是祂的心只要起一個念就是生了，祂出生一次，然後心滅了，祂又死一次，所以阿羅漢生死很快。四禪天的天神也一樣，祂在定中起了一個念就生了，念滅了就滅了。祂們這一生一滅多久？一萬年過去了！那我們凡夫呢，你一念無明感召，你父母在交合的時候，你淫欲心不斷，淫欲心不斷你會感召，沒有因緣的話感召不了。

這個業力很奇怪的，跟你有因緣的，你可以看得到，可以感召到這種欲望。不管你在美國或者在哪裡，聽說某個上人他投胎到台灣，為什麼美國要投胎到台灣，或者投胎到哪裡？這是因緣的關係。所以中陰身不是說有距離，它一念就到，這個世界跟那個世界，同樣的都是一念之間就到。

我們在講《解深密經》講到神足通，如來祂用念一起就到了。那次等的神通，把遠距離觀到目前，然後腳一跨就到了。或者把我的身用念觀想到很遠的美國，一踏，美國就到了。用自己的念觀想，就去到你要去的地方，或者把遠處觀在我的眼前，這種神足通啪一下就到了，這是第二等神通。那最差的神足通，就是用意念把我的身體提起來，就像鳥這麼飛，這是世間禪定裡面，或者比較修的低一點的阿那含的這種神通，就是這樣子。所以我們這個心力是很可怕的，你要能夠安住不去受胎，就要有阿羅漢的不相應的功夫。不然就是一念托胎，十月滿足以後就生了，那是生相，用人來講，剛剛我也講過了。

(2)住相，既出胎已，住於世間，幾十歲，這是住相。**(3)異相**，每年都不同的變化。年輕人你看了很喜歡，為什麼？因為你年紀大，體力不足，看到年輕人很羨慕，他體力很充足，每一天玩電腦可以玩十七、八小時都沒關係，你現在玩了五、六、七、八小時就累了，不行了，你不得不看年輕人就是財富，年老了就是一直在變化。年老頭髮白了，面皺了，除非你去做美容拉皮，但再怎麼拉，大家也知道你已經七老八十了。所以異相，雖然你把皺紋變成少一點，但是個體還是不一樣的。到最後滅，**(4)滅相，業盡命終，身亦壞滅**，這是身體的一期生滅。所以我們一切法都離不開這四個。

我剛剛講那個心的起滅，你要怎麼去安住，第一念之間不要有第二念。第一念是我們自己的覺知知道這個念，然後第二念是分別說這是什麼念，只能到這樣，不能有第三念，第三念就是你自己的心裡讓它去演變。最簡單，眼睛看到一個人，我知道這是人，然後我可以再說這個人是誰？認識、不認識？那如果認識，就打招呼，完了；不認識，也不必用心。如果是說已經走過去了，兩個人都交錯過去了，你還在想哎喲這個人怎麼樣好、怎麼樣不好，那是你第三念的習氣毛病在發作。所以善於動心意念的人，就是沒有辦法安住這個心，修起來就很累。看是看了，不要再去想其它的雜七雜八的事情。如果不是對著事情要去處理，不必去煩惱那些。不因為你多想幾個念頭，它會怎麼樣；不因為你胡思亂想，它就不會怎麼樣，這些都不必要。所以修行你要了解。

講這些總相跟別相，因為我們在講如來的色相，色身見，具足三十二相。這「相」花很多時間，講到這裡告一段落。如來的莊嚴相有三十二，再細分下去有

八十種隨好相，那要不要以色身見如來，這一段經文在講這樣，我們再把相稍微說明到這裡。

(四)如何用《金剛經》來修行

1.「須菩提！於意云何？佛可以具足色身見不？」「不也，世尊！如來不應以具足色身見。何以故？如來說具足色身，即非具足色身，是名具足色身。」

再來要怎麼用《金剛經》來修行。一般人就解釋《金剛經》，不講修行，或者講修行，沒有辦法貫徹在我們的這個行為上、心裡上、心念上，這樣就很可惜。我們六年來在講這個就注重這一部分，其實上面在講名相解釋也是在講修行。如果你聽得懂，你有上等智慧，只要來聽一次課就夠了，不要聽了五、六年做不到。有的人智慧高，吸收能力強，他一聽他就能夠觸類旁通，能夠用在心裡上。有的人聽聽聽，懂了，回去要用，用不上，使不上力，所以這個又回歸到基本面，就是你的因果報應的問題。累劫修智慧的人一聽他會用，然後有的聽懂了，要用的時候忘記了，忘記要拿出來用，先把我的習氣毛病先相應以後，然後再來後悔。我在罵人的時候，我生氣我不會後悔，我不會來佛堂這邊，「這個菩薩！懺悔、懺悔！」是隨順而去發，發作就發了，你大方的去發作。

罵人有罵人的道理，現在這個環境複雜，那隨緣罵人，罵人就是要修理人讓他改進一點。所以罵有很多的意思，你們被罵的要高興，睡覺的時候要偷偷的笑。我對他敬而遠之的那個，你倒要小心，怎麼沒有罵到我？還沒有把你放在心裡面。有的也不是這樣，有的是你太好一點了，所以不要我講被罵是很好，你說沒有罵到我，覺得很沮喪，沒有被照顧到。其實你有大習氣就要用大砭針去治療，大毛病就是需要修理的，其實都是要你們好的。你罵的大聲，我罵的比你更大聲。我不是佛，如果佛的話祂有靈力讓你發作不起來，然後說法說的讓你能夠開智慧，能夠轉變自己。

再插撥一下，你罵人可以學我，但你要學我後面那一個。你不要光學我罵人，我罵人以後對這個人是更愛他，你知道嗎？你不是，你罵完以後就更恨他，就不理他，這是哪門子修行人的罵？所以你不要學一半。我叫你說你個性不要憋著，你要罵你才不會內傷，罵完以後要更愛人家，不是罵完就不理人家，這一點你要學對呢！我剛剛要講下去，突然間想到這個，你們不要學半調子，你要學我全部，不要學一半。你哪一個被罵的，我第二天有沒有對你不好，還噓寒問暖怕你又睡不著覺，怕你這個三天三夜或三個月都放不下，我照顧你。這個就是你心沒有罣礙。對人是要改正你，對事是這件事情，當然道場隨時都在發生問題，尤其是我們要跨出去的時候，你要怎麼成就佛心決定相？我常常在想這個問題，網路上的

文章有時候很敏感，我常常在想這個要不要上去？這個上去就準備要被挑戰！挑戰我是無所謂，你們會遭殃，因為你們安不住。但是不出去呢，你佛心沒有決定，畏首畏尾，就是沒有真正覺悟。

所以《佛心經》裡面講的嘛，那一段經典是沒有出現，被人家砍掉了。其實我在菩提迦耶，我問世尊說這一點為什麼漏掉沒有翻譯出來？祂就唸給我聽。所以你要有能力降伏魔外，你才有佛心決定相。一般修行人沒有，「哎呀！不要理他啦，我們修自己就好，不要去管他！」這就是你還沒有能力降伏他。你要降伏人家，人家第一個要反應，護法神要來踢館，然後會作法的這些邪道的，你要有能力去克服這些。當然我可以克服，遭殃的是你們心不定的。

我常常講道場有事，都是那個修不好的在起鬨，所以你要反省，不要每一次都是你。幾年前我都罵了幾位，每一次道場有事情都是那幾個人，不然就老師我跟你建議，不然就老師又怎麼樣，都是他的意見，現在已經沒有意見了，沒有意見就是進步了！什麼叫作意見？就是隨因緣這麼在轉。你不被轉，就修得成功了。我還看不出要有什麼意見，修行的人做事情是隨緣在做，能順緣就做，碰到障礙就稍微停一下，就是這麼樣。你們建議可以做就做，不能做就放下。最好你們不用建議，有什麼事情要做，要做就去做；要玩，要玩就去玩。這個很微妙，上課歸上課，有時候講一些比較實際的給你們聽，不然你們這樣樣蠢呆蠢呆在修，你不知道我負多少責任在這裡，孤軍奮鬥。我現在跟你們講了，你們有能力稍微分攤一下，不要說只有這幾個人扛，希望你們多幾個人出來。好了，回到正題，講這個第一段。

還要再講，這一次的網站得罪多少人，那個十八歲小朋友提出幾個問題，都是牽涉到又是某某上人，又是某某大師，又是某某山頭，又是某某大德，五六個。這一次就給它上網去了，你們準備接招，如果有反彈回來的話，你們就去接。我看很多人都還沒上網去看。

上網，有時候某某人，我如果講這樣，她就想那樣。所以有時候你們講話出來，我說我會講這種話嗎？她說我叫她不要上網，也許你在亂逛什麼黃色的網路，我就叫你不要上網。你說法爾的網站不能上嗎？你來這邊是修行的，我叫你不上網？或者是這一期上網，你起碼去看一看到底有沒有錯。法毅上完以後我都要花一天去看一看有哪裡錯，到底有沒有障礙。我講東她想西，我說我會講這種話嗎？也許我講過，你要知道那個時空是在講你什麼事情，如果在緊要的關頭了，很忙了你還在看那些！常常在記那些跟我不一樣的。

你要知道我那時候為什麼叫你不要看，你要來這邊都要看，只要你有時間就

看。哪一個人八小時都是這麼在工作的，你的公務也很多，哪一個人不偷上網去看，你只要沒有罪惡感就好。剛開始我也是這樣，修自己，大修行的時候不要犯戒，已經修的超高的時候，不犯戒不行，為什麼？因為你還被戒管住了你知道嗎？這叫做戒禁取見。

為什麼《圓覺經》叫你，守戒亦不愛，毀戒亦不憎，要突破你那種境界。那我說為什麼第一階段修行要守戒？因為你隨時會被考，那被考你又沒有能力去分別對錯，所以就變成防線瓦解，瓦解就完了。如果你都不犯錯，斤斤計較的守戒，那一定不會被考倒。但是你修到一個境界以後，你守這個戒變成一種執著，《解深密經》就是——有為不住有為、無為不住無為，什麼法都不住，那這樣的話你自己心安。要怎麼讓心安，這個要很大的智慧。就是你做錯了事，你對這個念頭再現行的時候，你還是對它不動，要有這種能力，這個就是菩薩的境界，不然你怎麼去度眾生。

修自己很簡單，只要管自己管好就好了，你要度眾生起碼五十個、一百個、二百五十個，都跟著你在修行。釋迦牟尼佛當然他是佛，所以有形的起碼一千二百五十個。你今天誦《金剛經》嘛，那是過去跟他因緣很深的，他永遠跟在祂的旁邊，那其他隨緣聽然後悟道的，無量無邊。所以你本身不管你有度五十個人、一百個人的因緣，這五十個人不是每個都是聖人，都是要讓你提攜的，都是要讓你解決他們的問題的。有的個性習氣很壞的、有的很龜毛的、有的鑽牛角尖的、有的很乖的、有的捨不得跟他碰一下，各種人都有，那你要去應付每個人都能夠自在。你如果心不自在的話，怎麼去應付這些啊？該罵的罵完了你還哎喲來這裡(佛前)跪三天三夜跟佛懺悔，那你怎麼去度人啊？

所以為什麼大菩薩那個密教裡祂說，沒有什麼戒不戒，最重要你有沒有失去菩提心不度眾生。這個人實在是不堪救他了，但你不能放棄他，你放棄他就失了菩提心。所以有的人就是被罵了好幾次，我為什麼還要特別的來救他？因為我如果不理他的話，我失菩提心，不行。你未來要成佛就是要有這種，哪怕你怎麼樣，就是不能失菩提心。菩提心你在聽《金剛經》你知道嘛，第一個要發願度盡一切眾生，這就是你的菩提心。再來修心養性，修心養性修自己，再來度更多的人，如果未來成佛度盡無量無邊的眾生，這就菩提心戒。這個聲聞乘的比丘他是要成阿羅漢的，成阿羅漢就一定要守戒清淨才能夠心清淨解脫，所以祂就入涅槃，這跟菩薩是不一樣。

我們民國初年有一位大師他去受戒，受戒二百五十戒，一看，哎呀！我做不到，我還是做凡夫比丘好了。凡夫比丘講起來可以說菩薩比丘。菩薩不是心清淨的，菩薩是有智慧度眾生的。如果要心清淨要找阿羅漢，守戒嚴格，心地清淨，

光明無量，祂成阿羅漢果。如果是菩薩累劫未來要成佛的，所以增長智慧。你度眾生就增長智慧，善觀眾生因緣，給他對症下藥，該打就要打，該罵要罵，該哄一哄，都要用啊。菩薩為什麼要這麼善導善誘？因為祂就是要使每個人都能夠得度，是用這個智慧。怎麼用？你要用的自在，罵人罵完了，不要來這邊跪著懺悔，自在。你說下地獄去也好，為了罵人能下地獄，你也要很高興。不一定下地獄，你要有這個把握。為別人下地獄也很好，所以你們被我罵的話，你要高興，以後我下地獄你幫我拉一把。好了，回歸正傳，不要再講到別的了。

「須菩提！於意云何？佛可以具足色身見不？」「不也，世尊！如來不應以具足色身見。何以故？如來說具足色身，即非具足色身，是名具足色身。」這三段論又出現了。你看一個法可以看，但不要執著它，這就是這個法。我剛剛上面講，生起一切法相的時候，你知道這是一個法相，但是你不要受它影響，這就是所謂的這個法相。所以說具足色身，即非具足色身，是為具足色身，你有看沒有進，這就所謂的具足色身。所以你對修行上的這一個觀念就是抱著這種心，用空性看，看了以後有相，有相把它看成假相，假相就不會受它影響，不會受它影響這就是所謂的一個法相。你看到一個人好壞，看到一件事的好壞，如果沒有跟你直接關係的話，你就是簡單講，睜一隻眼閉一隻眼。有看嗎？有！看進去了嗎？沒有！因為一隻眼睛閉起來，所以沒看進去，這就是所謂看到了。這三段論就在講這個意思。

所以對一個人、對一件事，如果跟你沒關係，看是看了，然後不要看進去，這就是所謂你看到了。具足色身見，非具足色身見，就是所謂具足色身見。以天台宗來講就是空、有、假觀這三個，把它安在這裡面。所以不是說你不知不覺，你要知要覺，但是覺知以後不要去動心意念。

累劫修行，當然是要求具足色身，此是果德之報身，只有如來俱足圓滿。我們當勤修行斷諸惡行、惡習，當功德圓滿時，則能生諸善相，修一善一德成一善相，如佛修持功德圓滿，就成就三十二相、八十隨好，這是佛陀累劫無非修斷貪、瞋、癡、慢、疑、惡見等六種根本煩惱，又除盡忿、恨、覆、惱、嫉、慳、誑、諂、害、憍(十小)、無慚、無愧(二中)、掉舉、昏沈、不信、懈怠、放逸、失念、散亂、不正知(八大)等二十種隨煩惱等法。

累劫修行，你要修菩薩道不是一劫的問題，是三大阿僧祇劫的問題，所以累劫修菩薩道。你修一件功德，你的身體就會改進一點點，反應在色身上。所謂色身就是你的結果。你不偷人家的東西、不拿人家的東西，你這個手就長；你不去打你的父母，你說我怎麼會打父母？你哪一世無明會啊，你媽媽不給你錢去玩電動，你無明起來的時候拿刀子殺死都有。你有宿命通你觀觀看。

這五百比丘跟著釋迦牟尼佛，祂講這個小乘法《阿含經》，還沒有講到大乘經典的概念，每個人都已經有宿命通了！哇，看到過去都殺父母、殺阿羅漢、出佛身血、破和合僧，這五重罪都幹了，糟糕呢！這個都是地獄，那怎麼辦？每個人心慌意亂，所以你不是說過去我們都沒有造惡因，有！那造了怎麼辦？造了你現在學到密法了，《佛頂尊勝陀羅尼》趕快多唸！如果你有出現心不寧，或者你祖先感覺有墮入到地獄道，他在地獄受苦，你也會心慌意亂，身體不會安寧，這樣的話你真的要依經典講，從初一到十五每天一直唸，要唸滿一千遍，這樣才能夠脫離。所以你不怕造業，今生造業也好，過去世造業也好，我既然看到了《佛頂尊勝陀羅尼》這一部經，你只要狠下心來，好好的去十五天裡面不吃不睡，把它唸滿一千遍，經典一定會發揮它的威力。所以這個雜密的經典有好處就是讓我們現在的比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，犯了重戒、重罪，能夠超越的，這就陀羅尼。所以你身體不好，過去殺業太重，或者脾氣很壞，不行的，你要發心去好好修這個。

那我們現在三大咒語出來，都是非常好的。最近這兩天是碰到哪一個東西啊，不曉得怎麼來的，他們都垮了，我回去我頭就脹，頭脹我就知道又在灌氣了，然後我就去坐下來聽我的 CD 片裡面放什麼，剛好放一切如來心，好吧就聽一切如來心，聽聽聽...，也把它化解了。所以〈佛頂尊勝陀羅尼〉也好，〈一切如來心秘密全身舍利寶篋印陀羅尼〉也好，都是管用。那為什麼我說你要走江湖、要跨出去，要有佛心決定相？起碼有諸佛菩薩在當你的靠山，不然你怎麼去降伏這些魔外，每個人都比你壞，你不害人，人家來害你。

你覺得我們坦蕩蕩，我講這個話是在宣揚，是把真正的佛法告訴大眾。有一些人就不甘願，就要爭一口氣，就有這種他的護法神也好，他自己也好，都會有這種障礙。當然你們還沒有到那個時候，你說也有人比較熱心一點，這邊這個人有困難幫幫忙，那個人有困難幫幫忙，然後也惹了一身的障礙。其實這種可以看出一個人有沒有菩提心。有的人很怕事，有的人不想管事，有的人很熱心。熱心的人的人就比較會早成佛，不管事的只管自己的，當然就比較晚成佛，你的菩提心不夠強。

你如果菩薩的話，你的身跟人家的身是一體的，你的心跟人家的心是一體的。如果還不到這個境界，你不是真正的菩薩，雖然你受了菩薩戒。我們的身體常常會敏感到眾生的病，你要去承受。你如果是好了，起碼他也好了，就解決了。其他有什麼障礙，你都要先感覺，不要等到病倒了，才在那裡大家手忙腳亂的在跟你處理事情。風吹草動，你要行菩薩道，風開始吹，那個生相開始要發作的時候，你就要去預防了。你們都不是，等它成住一段時間了，已經快垮掉了，你才在處理！

我這個人是很喜歡吃藥，我只要不對，我就吃藥，沒有給它發作的機會。發作再來處理，你要加時間三倍五倍都救不回來，要花很多時間。開始覺得不對，你身體自己覺得不對不知道嗎？每天都是活蹦蹦的心情愉快，然後這個色身很自在的，哪一點點出差錯你就要知道。這一次比較沒有警覺，我很早就摸我的脈搏，為什麼摸不到？但是都不會去想那麼多。以前一摸的話就跳的蹦蹦跳啊，這很久前就摸了怎麼沒有心跳？因為沒有經驗，現在已經有經驗了，以後再來心臟病我就知道了，怎麼處理也知道了。所以這個經驗就變你的智慧，你的智慧就可以幫別人，幫自己以外還幫別人。

所以身體有稍微可以處理的話，譬如說有一點喉嚨痛要趕快吃這個抗生素，如果身體有一點懶洋洋，背部僵硬，那一定又是感冒來了，趕快吃感冒靈。你有吃就有好，沒有吃就一直惡化下去，很奇怪就這樣子！所以業力是不是要想吃藥？我以前的經驗是這樣，你只要吃藥就好，騙它。感冒藥、感冒糖漿，喝下去也好，你吃感冒靈也好，你不吃就不行，所以這是對症下藥，你身體一次兩次馬上就恢復正常。

你們自己要行走江湖要敏感一點，不要等到垮下去了才要來救，那要花好幾倍的時間去調理。當然你如果要練這種定力也好，但你要秤秤你的斤兩。我們這位大德他說：「我心慌意亂！」我說：「你 B12 有沒有吃？」「幾個月都沒吃了！」我知道他在練他的功夫，練功夫你要秤秤你到底幾個斤兩，不夠功夫你差不多試幾天一個禮拜就好了，你可以兩三個月都不吃 B12？你營養失去平衡，造成內臟發病，不是只有神經控制不了！這種不必試，行就行，不行就是不行。要用你的心去練，那營養夠，你才有心力量去應對這種困境。不是你解除武裝然後要跟敵人打仗，有這種人嗎？除非如來，如來祂的心是慈悲的，是真正的完全清淨，不管天魔派多少千萬億人來，祂都不動的！我們是算老幾啊？所以不要把自己太高估了，你要練定力可以，但是你先把武裝先穿好，然後要打來吧！基本的營養就是你基本的武裝。你心神不靈，你 B12、B6 不吃，你當然心慌意亂。心慌意亂你自己倒楣，別人也跟著你倒楣；你看不開，我們在你旁邊也覺得疙疙瘩瘩，不是只有你的問題，是整個道場的問題。所以我們不要因為我自己影響到別人，你盡量心放開，大家愉愉快快，都是要工作嘛，何必這麼痛苦的在工作！這個雖然是閒話，這也是佛法嘛，調整你的心就是在這樣子而已，如何管身、如何管心。

好，那回過來，累劫修行當然是要求具足色身。你做一件功德就長一個色身的好處。在我們三十二相解釋名詞已經講過了，釋迦牟尼佛修斷貪瞋痴慢疑種種的毛病，祂修哪一個毛病或者修布施增長什麼祂的色身的完美莊嚴，所以具足色身就是這麼來的。為什麼人可以長的高大，長的我們的手長於膝蓋，然後手腳都有輻輪。(佛堂牆壁上)那邊的那個腳，那是世尊的腳底，都有很多的圖案，是真的，

不是畫好玩的，你不要說那個是好玩的，是世尊的腳真的是這樣子，是祂累劫修哪一件功德慢慢這麼累積累積，祂的身體就變成這樣子。

所以調達，提婆達多，祂的堂弟嘛，他說佛有這種輻輪，他也要，他就去請工匠打鐵工匠去雕刻，然後把那個燒熱，在他的腳裡面把它印上去，他是這樣製造這個千輻輪。有人聽到了就去跟世尊講，世尊說：哎呀！這個人不是只有這一世才這樣子，過去世只要世尊有什麼好處，他就一定要學祂，都用這不正常的心去達到目的，不是去修你的功德圓滿產生你身體的這種好處。所以你要求具足色身，這果德的報身才會圓滿。那你累劫修不是說你要這個，但是你斷掉貪瞋痴慢疑種種習氣毛病的話，又加上修各種波羅蜜，你也會產生這種身體，這具足色身。

「我們當勤修行斷諸惡行、惡習」，現在你在這裡聽課，大惡行沒有，小惡行不斷。這耍小脾氣就是小惡行，你說大也大不了怎麼樣，但是就是不清淨。各個人的習氣很難斷，你們都知道我不喜歡吃麵，太執著不吃麵，其實沒有的話我也會吃。這跟過去世都有關係，你生長在哪一個地方，如果產稻米的一定是喜歡吃飯，如果你居住在這個東北或者是哪裡，你一定是喜歡吃麵，這是免不了。像這種講惡也不是惡，就變成一種習氣。其實我們修行嚴格一點也要斷這樣，如果斷這樣，不是成阿羅漢，就是成佛了。成佛還太早，成阿羅漢又有點不想，菩薩就有微習，就這樣子。那你要留一點，不然你不能來受生，你菩薩怎麼來受生，沒有因緣果報怎麼來受生，除非大菩薩祂自己願意來，祂來就來，祂不必經過母胎，祂化成一個人來了，寒山拾得是這麼來的，那是大菩薩。那我們都是投胎來的，投胎來你一定有微習才會來，這就是輪迴的，行菩薩道的一個根本，你沒有這個因，你怎麼來受生？

有時候菩薩不完全要求清淨，所以我講你們去做，我不一定要做，講給你們聽。因為我不想也不可能馬上成佛，所以留一些微習。所以你師母常常會罵：「別人我是不知道，但是你我都知道！」生活在一起當然習氣都很清楚。但習氣毛病沒關係，障礙來的時候，我說障礙來我都可以面對，你行嗎？我障礙來，我可以四兩撥千斤，你行嗎？我障礙來我倒不下去，我看醫生還是好漢一條，你行不行？所以不要看那些微習，生活上的微習每個人都有習慣。你要勉強去改它，要成為阿羅漢，很標準的心自在。菩薩就很隨緣，不是說一定怎麼樣，但是我們還是盡量斷惡行、惡習。

那有的做善事的呢？當然要隨喜讚嘆。你們有的守戒非常嚴格，斤斤計較的，我都很讚嘆沒有錯。牛奶不喝，為什麼？牛奶是葷的！這是婆羅門教的概念。既然他不喝，那我也不能講他，我讚嘆他嘛！但是你不要給我腳弄壞了，什麼膝蓋又退化了，又幹什麼了，你要自己有一套去調理你的身體，不要因為說喝不喝牛

奶造成骨質疏鬆、造成膝蓋退化、造成什麼毛病，那你守這個戒在幹嘛？這叫作禁戒取見。所以有一些戒你要知道它是在做什麼？功用在哪裡？

那惡行、惡習斷的話，功德圓滿，你就會生起種種的善相，**修一善一德成一善一相**，當然不是說你這一世不偷，你就多長半寸一寸，不是那麼絕對的，但是這慢慢增長、增長。世尊一生下來他的手就長於膝蓋，有的人生長很高，這種人一定不是一般人。你說他長得很高、很帥，但這一生也不是在修行啊？那是過去世的感召。如果像這種人不知道繼續修行的話是很可惜，只會來受果報，好的果報，沒有繼續修行，迷糊掉了，有的造業更多。所以我們知道說三十二相，不是我要這樣、我要這樣就會生，是你去修心養性，斷一個習氣就增長一分身體的莊嚴。所以我們要了解具足三十二相，不是用憑空想的，不是求佛如來可以成就的，是你去做。

如佛修持功德圓滿就可以成就三十二相，從頭頂到腳底都有，我們過去解釋名詞的三十二種相，還有八十種隨好，比較細的相，有的是隱藏的，有的是顯現的，這個我們解釋名詞三十二相是每一個都講了，八十隨好再講下去沒完沒了，我們只是把名相列出來。這是佛陀累劫修斷貪瞋痴慢疑邪見六根本煩惱，還要斷掉忿、恨、覆、惱、嫉、慳、誑、諂、害、憍這十小隨煩惱。「十小」隨煩惱你說小就是小嗎？不是，小就是大，是很粗的毛病。忿--忿恨，為什麼會忿恨？心不平；覆--有錯覆蓋；惱--惱怒眾生；嫉--嫉妒；慳--慳貪，一毛不拔；誑--說話都是誑惑人家，讓人家害怕；諂--諂媚；害--起害心，人家不如你意，你就想詛咒的心，讓他怎麼樣怎麼樣，這個你有沒有碰過？這個害心很可怕，你沒有功夫的話你是被欺負的。

像釋迦牟尼佛已經是菩薩，忍辱仙人，那個歌利王為了這嫉妒心割截他身體。如果有害心的人，他馬上發起一個神通或者變化一個什麼把他搞掉了，還讓你再拿刀來割我？有能力的人修忍辱法就這樣子，沒有害心，讓你去割吧。你以後有一點神通力、有一點能力、有一點心力可以怎麼樣，你碰到污辱你的人，你有沒有起不甘願的心詛咒他？在上班時這些人都阿貓阿狗的，開會中傷你，背後中傷你，心不平啊，心不平有時候會起這個念。如果你這個意念沒有規範好的話，越來越強、越來越強，他就會死掉，你知道嗎？你害人不必拿刀去殺人，你修到心開的時候，你起心動念都可以殺人，你不知道這個厲害！所以這個心很可怕！不能讓它有瞋心、害心、嫉妒心、…，都不能讓它有，盡量放空、放空，大修行就修這個。

六根本煩惱是最後要拿掉的，先拿掉這個十小，這是很粗的煩惱。二中，不大不小的。沒有慚愧心，做對做錯或者怎麼樣都沒有慚愧心。八大，就是微細的

習氣。為什麼叫大呢？因為它是修行境界比較高的人才會去碰到的事情。所以「掉舉」，你的心不是自己胡思亂想，如果修行開始在胡思亂想，那是幼稚園的。一定是你的心可以感召虛空眾生的心，然後你安不住就會掉舉，這個在阿那含還有這個毛病，阿羅漢還有這個毛病。等到阿羅漢真的把掉舉心安住了，祂已經眾生十方因緣都動不了祂，這樣祂才能真正入涅槃。阿羅漢講起來就是祂的心已經開了，所謂開就是隨時跟中陰身一樣可以感召世間一切因緣，祂可以懂很多事，可以懂很多事情在進展，但祂都不再七上八下，掉舉就七上八下。

「昏沈」，修行打坐的人會進入昏沈。「不信」，你說不信，剛開始信不信不是在講這個問題嗎？不是，是你修佛法修到碰到魔障的時候開始信不信，你的業力受報的時候，你說佛沒有在幫助你嗎？佛也不能因為你信佛，所以讓你的業力都不會靠上來，不可能！佛是冤親都平等的，你要來討債你去討吧！但是祂無形中保護你，讓你被討債的時候，要死也不會死掉，要活也不會活得很痛快，就這樣子。像你們有的人就陷在這裡面一樣，說修的好嘛也還沒完全好，修的不好嘛又有一點臭屁臭屁。這個時候你在受果報的時候，你會怨菩薩怎麼不幫我解決這問題？不解決是讓你磨練出來，讓冤親債主要甘願，只要你有信心，所以越修越高的時候你一定要抱著信心堅定。

你說大小事情佛菩薩都可以去做到了，為什麼這種小事情不做？不做就是要磨你啊，看你有沒有信心啊？如果你信心堅定的話，到最後都走出來。走出來，一方面是你自己走出來，二方面是祂暗中在幫你，祂不會讓你死掉，不會讓你真的垮掉！為什麼？因為你是正信的佛弟子的話，磨練你啊，你要擔當一個領導佛教裡面的中堅份子，是要經過磨練。而且講的都正法，講的都是解脫法，不是講那些做善事的法，都是直接可以破壞邪魔歪道的理論的！那你要有能力嘛，你沒有能力怎麼做到這樣？所以看你是要修到阿羅漢或者高級的菩薩的話，你就要這麼去磨練，自己打拚一片天地出來，不是人家牽著你的手一直往上走、往上走。所有有戰鬥能力的人都是經過一事、經過一件，這麼一直克服你的種種障礙走出來的。像這種人無形中對佛的信心、菩薩的信心是充滿的。

你看經典裡面，這個佛的神通力多大，哪裡的區區小小事情不能幫你？要你磨練啊，要你自己解脫出來！如果祂幫你的話，你坐高鐵有什麼用？高鐵一小時半到高雄，經過哪幾站？不知道！咻咻咻就過去了，怎麼會知道！也不知道到底竹南是什麼、苗栗是什麼，什麼是什麼，不知道！像你坐飛機不知道經過多少山、多少水，也不知道，坐在裡面然後就到了。你什麼事情自己磨出來的話你就知道。像那些行腳的，每一個村莊都走過，你問什麼他當然都可以跟你講。

所以，佛的威德力是很夠的，所以你不要失去信心，你一定要相信。在越高

的時候，這個你心能力越大，然後接觸的虛空的因緣越多，然後搞的心慌意亂，這個時候才會有信心危機。當然過去如果有善因緣的話，你今生開始信佛，皈依佛以後，就永遠不會什麼去信基督教、去信阿拉、去信什麼其它宗教，不可能的！除非剛剛開始在學走路的，要修善，他會各個宗教都會接觸。其他宗教不是不好，看你是什麼料子就走哪一條路。如果你要學佛法，是要求真正的聲聞乘或者是菩薩乘，就是這種料子的人才會有辦法來學這個佛法。

好，懈怠、放逸、失念、散亂、不正知，這個在講唯識的時候就講過了，這個稍微再把你要斷的內在的習氣大小根本，都把它寫在這邊，讓你回憶一下。如果你有興趣，這個網路上的文章我們都有講過，你可以去看一看。好，今天就停在這裡。