

# 修行者必要看破六塵境界

二〇〇六年六月九日

今天我所要講的題目是：「修行者必要看破六塵境界」。

這是對於了脫生死的重要認識；也是在唯識學裡面一個重要的部分。古德說：「一念不生全體現，六根忽動被雲遮。」如果六根都不起動的話，就不會被雲所遮住。什麼是六根？六根就是眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根。根就是依它而生的意思。就好像樹如果沒有根，就不能生出枝葉；房子如果沒有地基，就沒辦法

二層、三層的蓋上去。

六根也是我們的六個窗戶。眼根見色，我們的眼睛見到顏色而為顏色所動，這個顏色就稱為色塵，這個塵就是塵埃，也是染污的意思。我們的眼睛一見了色塵，我們的心就被染污了，不清淨了，就被這個塵所染。眼根見色塵，所看的就叫做見性。耳朵聽聲音而為聲音所動，這就叫做聞性。鼻根聞了香味而為香味所動，這就叫做嗅性。舌根吃到了食物而為味道所動，叫嚐性。身根就是身所接觸的而為觸所動，這叫做觸性或覺性。意根是緣法而為法所動，意根是念知慮性。如果能六根不動就化成六位護法，這六個護法就能夠保護我們的自性

。我們的自性不被所動，六根也就不被六塵所動，這個修行人就有大的定力。如果六根一動的話，就好像晴空佈滿了烏雲，遮蓋了我們每一個人的智慧光明。我們平時要多修習禪定。

在佛學講心識，心與識，其實兩者是一體而異名。一個修行的人如果悟道了就會轉識歸心，如果迷的話就轉心成識。這個識是生死變異之據，如果我們能夠破識的話，就能夠安然地了脫生死。心就是我們的靈知，靈知在佛學上來講就是識神，如果識神是靈知不昧就謂之「心」。一個修行人隨時妄起幻想分別的話，是靈知起了變化而分別執著，那麼就謂之「識」。一個修行的人

平時要把六根鎖住，古德也都說，從六根門頭上下功夫。如果六根功夫用得上，那麼六塵就不起作用，就不能夠起發六識，自然就能破識，所以六根對我們是非常重要的。

接下來講的就是所謂的「六塵」：色塵、聲塵、香塵、味塵、觸塵、法塵。我們會生死輪迴，也就是迷在六塵裡面。什麼叫做色塵？凡是有色相的都稱為塵；無色相的都稱為境。在物質上，你貪財色名食睡這都是屬於「塵」。對這些都不起迷惑的話，就保住了我們心王裡的清淨。色塵不破的話，沒辦法修到初果羅漢。所以色塵是解脫生死的一個重要關卡。

再來就是聲塵，我們耳朵聽了塵事，心就被染污了，自性就不清潔了。聽到人家罵我們，我們的心就起了不高興或想報復，這就是染污。一染污，我們的自性就不清淨了。所以聲塵也是我們解脫生死的關鍵所在。

第三就是香塵，人都喜歡噴香水，尤其是現在這個時代，男女都有噴香水的。這個香會把男女迷住，男女雙方就互相的欺騙、互相的利用。這個香，也是一個塵。其實每一個人的自性都是乾淨的，而我們拼命要把它弄髒。被這些香味觸動而發生男女之間的種種情意，這也是礙我們生死的解脫。

第四就是味塵，人都貪求好吃的味道。不合乎我們

口味的，就覺得這個不好。為了滿足我們口腹之欲望，就把我們的自性染成不清淨。

第五就是觸塵，我們的身體喜歡接觸一些滑膩的，這種接觸便生觸塵來。男女之間的接觸，也是在觸塵裡面，這也是我們不能了脫生死的關鍵。

第六就是法塵，我們心都在攀緣外面的法塵，使我們的自性不得清淨，這就是沒事找事幹。

道在於我們自己本身，對這個六塵是不是時時在觀照？使你的神識不起分別？這些六塵境界都是我們日常生活中所會接觸的，如果能夠注意，就能清淨我們的心。心不為六塵所染，就能現出智慧的光明，能夠玲瓏剔

透。

一般人往往不在切身問題上用功夫，而都向外追求，這是捨本逐末。如果我們眼見色，不為外塵所染，保持我們眼根的清淨，也就是見性的清淨，我們就可以得到眼通，就可以看天、看地、看十方方法界的一切。我們為什麼不能看得到？為什麼不能超越？因為我們被色塵所染，我們的眼根不清淨，沒得到眼通，所以我們只能見世間這些攀緣的事情，人與人之間、物與物之間的事情。

修行是很容易的，只要我們把「背覺合塵」轉為「背塵合覺」，就好像把我們的手掌反過來一樣，就是這

麼容易，差就差在我們要做或者不做而已。我們認賊做父，到頭來不是淹死就是被燒死。什麼是淹死？什麼是燒死？人如貪財被財產埋住，就好像被水淹住一樣，貪色就好像被火燒身一樣。

修行得道成就初果聖人，就不再被六塵所搖動，能使六根互用變成護法，這時候就不會被六賊所侵犯。如果有人打你的嘴巴，你不發脾氣，才是真正做得了主。平時能夠守住六根，不管眼睛看到什麼，耳朵聽到什麼，鼻子聞到香塵也好，吃到一切味塵也好，所接觸的觸塵也好，意識所觸發的法塵也好，我們的意識都不起作用，這樣才真正做了我們自己的主人，才是真正常住了。



我們的真性。

初果的羅漢名叫入流，它又分為初入和正入。初入是剛得到一點好的消息，明白六塵的緣因，對這些虛妄不實的緣因不去執著。對這色、香、聲、味、觸、法等六塵能夠斷，就入了聖人的法性流。初得道聖人的智慧叫初得，像這樣的初果羅漢的智慧還未強壯。要繼續地修行用功。初果羅漢仍要受七番生死，要來娑婆世界七次，生七次死七次，這樣才能斷三界，才斷八十八品的見惑，這叫做入學位。以禪來講要解脫生死，必須要斷見惑八十八品和思惑八十一品，在修行的過程中必須要經過三大阿僧祇劫。初果的羅漢要七番生死才能夠斷三

界，所以我們今生要了脫生死談何容易！

佛陀的慈悲，末法就是以淨土為解脫，以淨土橫超三界，才能今世了脫生死。要修正果，就要有正信。大家不要放不下、看不破，一天到晚都在迷魂陣裡面打轉。能不迷就是開悟，頓悟其理也是在心上用功。我們要時時刻刻地迴光返照，就像太陽的光一樣地照射，我們自性的光明自然就能顯露。我們人如果能夠迴光返照，煩惱就日日的減少，無明也能日日的減少，自己的本性就恢復清淨，本有的智慧就很快的會現前。

凡夫都是被六塵所侵蝕，都被六根六塵所左右。如果能夠從六塵裡面把它斷了，那麼我們就不生出六識。如

果不執著在這十八界裡，我們就能夠解脫生死的輪迴。所謂十八界就是六根、六塵和六識。

我們不能成就佛道，佛陀就舉出有兩種根本，這兩種根本是每一個人都具備的，就是真和幻。從無始劫以來，我們就是生生死死、死死生生。什麼是我們生死相繼的根本？皆因不知道常住我們的真心。我們如果能夠常住真心，我們的性境就明體了。我們都用攀緣的心而認為是我們的自性，要曉得攀緣心就是妄想心。世俗的人喜歡攀緣，攀緣就是交際，因一個不好意思就促成攀緣心，這就是妄想，認為攀緣心就是廣結善緣，好像是在交朋友一樣。一個修行的人事理要分明，事就是事，

理就是理，不會用妄想心而做攀緣。

我們因六識未破（六識就是眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識），終日被塵緣所遮蔽，執著我相，執著法相，分別心重，因此一切世間都成了顧慮的關係。如果我們能看破這些，能破識就能顯根，就會匯向歸性。在無邊的世界，就能夠融合一切的世界成為一真法界。我們對自己清淨的本性不認識，只在妄想上用工夫：認為誦誦經、拜拜佛就是在用功；或是說一天持什麼咒幾千遍，就認為自己在用功；有的一天念佛念了一萬聲，也是認為自己在用功。其實你有沒有觀照到：你是真正從你的心上去下功夫嗎？從你的六根門頭去下功夫嗎

？如果你會這樣用功，才是真正在下功夫。譬如修淨土，你只有嘴巴在念佛，但你的深信、切願、力行都沒有做到。信不堅，怎麼能夠啟發切願？你的願不切，那麼在持名方面就沒法下功夫！更妙的是有人怕死，說如果我念佛那麼早死太可惜了。為什麼可惜？因為太太還年輕，財產還有那麼多，兒女還沒成家，這樣死了太可惜了。我們有一切的習氣、毛病，這些毛病、習氣如果不斷，也是將來我們能否往生的大障礙。

每一個人的習氣都很重，尤其在國外，譬如禮拜六、禮拜天就睡懶覺，有人來吵就發脾氣，心裡就不高興，這都是習氣。還有更妙的有人怕電風扇、怕風，晚上

睡覺人家打鼾聲也睡不了覺，這都是有礙自己的習氣毛病。如果說你是在夏天往生的話（五臟最容易腐爛），人家必須把你放在冰箱，或用電風扇幫你扇。你剛斷氣時，神識還沒有離開你的身體，人家講什麼你都聽得到，如果把你送到殯儀館冰起來，你在那邊就會起無明，那不是一下子就掉下去了嗎？所以習氣不斷是障道，是往生的一大障礙。平時都要多注意自己的習氣毛病，把這些都改掉。其實自己本來是無病的，都是因為執著而形成的病。如果你看醫生吃藥、打針都沒有效，但你拜懺能夠好，那就證明：那是業障病。要靠你自己以虔誠懺悔的心來和你的冤業溝通，才能夠業障消除。

如果我們往深層研究，凡事都沒有好，也沒有壞。在大眾中不要分我和你、好和壞、是和非。我們都是被自己的意識（一般所講的識神）所害，本來我們沒有病，老是覺得這邊痛，那邊痛，這樣病就發生了。這就是我們的意識在作怪，這也是唯識所現，也是因果所現。我們要了解了這些都沒有什麼，就形成了不生不滅、不垢不淨、不增不減，如《般若心經》所講的，什麼煩惱都沒有了，我們如果能夠把心靜下來，慢慢的我們才能夠體會、認識。

修行的人要深入了解，日常所造的業和因是不相同的，業是造作的（身口意三業）：以口罵人，這叫做口業

，男女間不正的行為就是淫業，作善是善業，作惡是惡業。因是種的，種因不能說是作因。業是實實在在再作，因是種的。所謂種如是因得如是果，隨時造業是隨時受報。

我們不能常住真心，忘記了我們的主人翁是誰而被外境迷惑了我們的本真。把真心的自性丟了，就會顛倒行事，本來應做善事反而做惡事，背道而行。平時做事違理，認妄為真，認真為假，顛倒行事，所以我們的心和身就不能合作，就失去了我們真實的自性。錯認四大假合的幻身為自己，也就生出種種執著和迷。我們放不下、看不破，隨著我們身口意造種種的業，這就是我們



輪轉的主要原因。

我希望大家真為生死求解脫，要從六根門頭上下工夫。生死六道中是沒有休息的，不是別人給我們造做的，而是我們自做自受。希望大家對於這個十八界都能夠深入認識，也要對自己平時的行持上能夠進一層的多去認識和注意。