

唯識十八界

二〇〇八年八月十七日

唯識學一門相當重要的佛教教理，尤其是我們修行的，對唯識學要很了解。這裡面有提到五十種陰魔，你要了解，不然會走錯路。在西方大家都很喜欢學禪、坐禪，為什麼會出問題？一般教禪的人沒有把有關五蘊方面的細節講出來。如果講出來，我相信很少人敢打坐。以前在叢林，禪不是隨便教的，禪祖師他要看學習者各方面的情況如何。我遇到高人指點，他說：「修禪沒有辦法一生了脫生死。最捷徑還是要

修淨土，才能夠今生脫生死。」所以我才深入淨土的經典，才了解淨土是佛法中大乘之大乘。古代高僧大德與禪師，有很多都放棄修禪，而專修淨土。

我們今生已經得到人身，這個人體是得來不易，如果沒有好好把握，走錯了路，不但今生沒辦法了生死，還會墮落在輪迴裡面。墮落下去，來生是不是還能得到人身是很渺茫。《梁皇懺》裡面有說：「羊死為人，人死為羊。」由此可見要得人身之不易啊！唯識學裡面有關五蘊等，三天都講不完，所以我只講重點，讓你們自己用智慧去思考分析。

《般若心經》裡面說五蘊皆空。很多人就問：「

五蘊怎麼皆空？」空是最難修的，重點在那個「空」字。五蘊又有個名稱叫做五陰。五蘊是什麼？這要從十八界開始談起。什麼是十八界？就是六根、六塵，再加上六識。六根（就是眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根）對六塵（就是色塵、聲塵、香塵、味塵、觸塵、法塵）產生六識（眼見色，就是眼的意識，再來就是耳意識、鼻意識、舌意識、身意識、意意識），這就是十八界。十八界裡面什麼最重要？根最重要。有塵沒有根，則無法分別。好像把眼睛蓋起來，眼所見的是黑的一片，任你看不到什麼顏色。所以眼根、耳根、鼻根要有色塵來分別、瞭解，才產生意識

。平常講意識，即包含眼、耳、鼻、舌、身、意識。修行的重點就是要把六根攝住，沒有六根是無法成就道業。六根能成就你，也能讓你墮落，所以六根對修行者相當重要。

所謂空呢，就是眼根接受到色塵，而不著在色塵裡面。能夠空，才是真正大學問，也是真正的道。在五蘊裏面，每一個蘊有十種魔。色蘊裏面有十種魔，受、想、行、識也都是一樣，有十種的魔在裏面現法。蘊就是積聚的意思，因為六根集聚了平常許多同一性質的物質跟心靈活動，我們都把它歸成一類，這叫做蘊。五陰的陰，是覆蓋的意思，把色塵給覆蓋掉，

我們修行就是在修這些。由於五蘊的因緣和合，而「有情世間」就成有情識、情見的眾生。我們人所依賴的，就是這樣的物質世界。這個世間的生起與存在，都是靠五蘊。

先說色蘊：色蘊就是色的意思。色即物質。色蘊的內容，是地、水、火、風四種元素，所指的就是堅、濕、溫、動四種性質而構成了宇宙萬物，包括我們物質性的身體在內。所以我們講「色身」，我們的身體是地、水、火、風組成。地是堅固的堅，水是潮濕的濕，火就是溫，風就是動的意思。

人斷氣了，不算是死，斷氣三天半至第四天後，

他的中陰身才會離開肉體。人斷氣了經過四天以後，就可以從頭頂一直摸，看他的溫度（熱度）在什麼地方。如果是在腳底中心，就是下地獄了；如果是在膝蓋，就是入了畜生道；如果在肚子，就是進了餓鬼道；如果是胸部，就是人道；如果在眼睛就是天道；在人的頭頂，這叫做佛果。

要斷色蘊，不是那麼容易。有人身體稍微生病、或被刀割了就受不了，永遠沒有辦法脫離色蘊。把自己的身體看得很重要，稍微一冷就拿帽子戴在頭頂，這就養成習慣，習慣就變成習氣，習氣就變成業障，將來就會阻礙你。修行人就是要脫離習慣。比如說你

喜歡吃好的、穿好的、喜歡享受，等你氣一斷，中陰身一出來，這些習氣的業力都會現前，所以沒有辦法了脫，這一關是一個大問題。我常常講，不要養成那習慣，動不動嘛圍巾拿來就往脖子一圍，這就是習氣。這種習氣就是習業，就是惑業，我們修行要斷見思兩惑，都包括在這裏面。我想請問你們如何一生了脫？這是我們修行的重點：平時要注意各方面的習氣。

第二就是受蘊，受蘊就是我們人的感官接觸外境所生起的感受。什麼是感官？眼耳鼻舌身意就是我們

的感官。好像我們這個色身，外境溫度降，你就感覺冷，這個受蘊就接受了。因為感官接觸色蘊（外境所來的），就是感受。快樂的時候就是樂受，不愉快的時候就是苦受，如果也沒有快樂或不快樂，這叫做捨受。其實這都是我們感情的作用，色身感情的作用，你色蘊能斷的話就能入聖流，受蘊跟色蘊有關係。

第三就是想蘊，想蘊是一種知覺的作用，就是人的感覺器官接觸外境，在心識上生起的分別跟幻想認識的作用，這也是從受蘊而來的。

第四就是行蘊，行蘊是我們人的意志活動，有前面的色、受、想，而形成了你的了解，引起你意志的

活動。比方看到一個漂亮的女孩子，你心就在想，這個想蘊就起來了。感官受到外境的影響，你的意識就生起了分別以及認識，你一有意了，就會引起你的意志活動，這個就是行蘊。這是心識中「思心所」的作
用。思心所作了決定：「我要搶到她，我要得到她。」這就是行蘊中，思心所所作的決定，由身動作，口
(語言)去執行。這就是身行、口行、意行，三種行。
行就是行為，從想蘊來。所以行為，行動也叫造作，
也叫造業，三種業也因此而形成。我們能一生了脫嗎
？能把五蘊都洗乾淨、都空掉？不是那麼簡單，也不
是一世就能夠作到。

第五就是識蘊，識蘊是於所緣境，了別為性。識蘊它要了解一切（也就是前四種緣境），才能夠了別。事實上，人的主體就在識蘊裡面，也就是心識。

在小乘時代，唯識只講到六識。小乘佛教屬於南傳，就是緬甸、寮國、泰國這些國家，以前說是原始佛教，我們現在把它稱為小乘佛教。其實我們不必有這種分別，大乘跟小乘，其實都是在我們的心而已。佛教沒有小乘跟大乘之別，小乘法也能讓你成就，讓你能了脫，所以不要起分別。小乘唯識只有講到六識，六識就是眼意識、耳意識、鼻意識、舌意識、身意識、意意識這六種識。

北傳佛教，一般稱為大乘佛教，發展為八識。六識之後，發展出來的第七識就是末那識，第八識叫做阿賴耶識，這在唯識學上，稱為「八識心王」。佛法上常有人講心，有人講心識，其實心跟識是一體，只是異名而已。識就是分別；起了妄想、分別，這就是識。

八識裡面的第六意識，我在此再強調說明。意識有一種是叫「獨頭意識」，是單獨升起的意識。「獨頭意識」也叫做緣慮，是一種法境，一種法的變化。「獨頭意識」分作四種，第一種是「夢中獨頭意識」：人在睡眠中，緣了夢中的境界所引起的意識。平常

會做夢大部份是因為白天所接觸的外境，晚上睡覺就生起了意識的作用，所以我們不必為夢境困惑。有人修行說我在夢中看到什麼，以為是好，其實這個不是真正的，不要被這所困惑、困住。很多人夢到好的就很高興，其實這個不是真正的。第二種就是「定中獨頭意識」：坐禪坐到定的時候，緣了定中的境界生起了這個意識，全部都是意識所現化。有人坐禪的時候看到什麼，這些都容易出問題，這種都不要去執著，也不要把它當成真的，你如果當成真的，就會發生問題。第三就是「散位獨頭意識」：這散位獨頭意識不在夢，也不在定中，就在平常情況下，你因有散亂心

起，打妄想啦，這就引起散位獨頭意識的形成。第四就是「狂亂獨頭意識」：這是在平時顛倒狂亂、精神錯亂、自言自語或是比手畫腳，或是加強語勢。這都是他的意識所緣的外境是非量，不是真的。所以我們修禪坐禪的人，如果平時精神不集中，絕對不能打坐，一打坐就出問題。平時我們都要很小心注意，如果沒有注意就容易出問題。

剛才所講的識是主觀的，我們能認識主體就是由識起的。有這個主體起來就有一個「我」的觀念，就是一個「我」為主觀，認識的主體就是我。我們常講的「我」就是因為這個起的。識是心的一種別名，心

識也就是我們常講的意識，也是人精神活動的主體。我們平時都因色、受、想、行客觀所認識的對象而產生主觀的了別。

剛才講的十八界，所包括的六識、七識、八識，這全部都包含在我們的第八識阿賴耶識裏面，我們如果修行成就道業，第八識阿賴耶識就變成如來藏識，如果你道業沒成就，還是脫不了生死。十八界是識的八個層次，也是說八個部份，除非你能得道，今生成就道業，你才能得「滅盡定」。色蘊空了，也就能把行蘊轉過來。如果把行蘊轉過來，識蘊才沒有疑點，如果沒有把行蘊轉過來，還是無法逃出輪迴。所以

色、受、想、行都要把它轉過來，不然你前面所作的一切的業，都是積存在識蘊裏面，我們說轉識成智，就是這個道理。要轉空，就要以般若的智慧來轉。

我們平時打坐，能夠思想，能夠把眼耳鼻舌身意的感受綜合起來而起分別作用，能夠講一些邏輯，這都是屬於第六識分別心的作用，也是我們一般人所講的意識的作用。第六意識的名稱有好種，有獨影意識，也叫做獨頭意識。你不要認為第六意識是個別的，它要起作用需要配合前五識，就是眼、耳、鼻、舌、身識。比如我們看書，就有思想作為，了解一切，這都是意識的作用，是意識在操作我們。所以修行人要

把意識認清楚，不要讓它隨便的起分別，這對於我們修行是很重要的。

打坐參禪，要懂得佛學的教理。真正修持過禪定的人，才能夠看清這些。修禪的人要知道道空的道理，要知道把念頭空掉，凡是你接觸的，都不能留一點影子在裡面。人的意識觀念，也可以給人治病所謂治病，並不是說可以把病根治好，而是幫忙對方在某種情形下產生一種意念，也叫做氣功的治病方法。我們要了解，有些人修行到某種程度，給人家治病、加持，但對方的業力、對方的病會跑到他那邊。依禪宗來講，空的道理是最難懂的，如果能知道空的道理，空能

破一切法，也能生一切萬法，就不會被五蘊所控制，就能自如了。

今天我就講到這個地方，也讓你們了解，修行不是只靠單方面，還是要念佛。釋迦如來講淨土法門是不請而說，而且連續講了兩次。我們聽了之後，大家可以針對自己作深入的思考：我對五蘊是不是能夠一一地突破，一一地把它空呢？希望大家能了解修行的路是怎麼走，不要在外面徘徊，把時間白白地空過，浪費自己的時間。如果了解唯識學這些理論，我相信對你們在修行上有莫大的幫助，今後也不會茫茫摸不著路。現在是末法時期，學佛難，修行難，要成道更

難，因為真正的善知識高僧大德都已經離我們而去。
在末法時期，我們要以般若的智慧來修行，才是究竟。