



七、《八识规矩颂》讲解

有同修提出，能否把《八识规矩颂》讲一下，正好申荷永教授办的一个心理学班上，有人要求讲这个颂。那今天我们大家就共同把这个颂学习一下。

《八识规矩颂》是法相唯识学一个非常重要的颂。注明是唐玄奘大师所造，但在玄奘大师的传里没有讲这个事，所以有人怀疑不是玄奘大师造的。宋元以来，大家都一直以为是玄奘大师造的，所以我们也还是把它当作是玄奘大师造的，而且除过玄奘大师，大概很少有人有水平做这个颂。颂的用语、行文风格，也与玄奘大师相符。

这个颂讲的是唯识学心理结构与转识成智的整体学说，这个学说最先是在无著菩萨的《瑜伽师地论》里面讲的。《瑜伽师地论》有 100 卷，不是一般人能看完的，为了方便一般人学习、记忆，无著菩萨的弟弟世亲菩萨就把《瑜伽师地论》里面关于八识及转识成智的内容概括为《唯识三十论颂》，一共三十个颂。

之后，解释《三十论颂》的人很多，在世亲门下和身后形成了以解释《三十论颂》为主的唯识十大论师，其中以护法菩萨影响最大。玄奘大师到印度去留学，就是跟着护法菩萨的大弟子戒贤论师学习，他接受的是护法这一系的学说。



其他的论师，在唯识学的有些问题上看法不一致。玄奘大师把这十大论师关于《唯识三十论颂》的解释和发挥糅合在一起，翻译为《成唯识论》十卷，叫作“糅译”，不是根据哪一个译本译的，而是以护法系唯识学为本，把多个译本糅合在一起。

《成唯识论》确实是一部水平非常高的唯识学著作，要完全把它学完，每天讲一讲，起码也要一个月时间。所以玄奘大师又把它概括为这么一个颂。

颂，梵语叫做叫 geita、gatuoma，按照唐代读音，音译为“伽陀”，当时应读“嘎打”或“给打”，与“吉他”的英语读音相近。又略译为偈，意译为颂，是十二部经里面的一种体裁，就是诗歌体，在梵语一般是押韵的。玄奘大师用汉语做的这个颂，也是押韵的。

印度佛学为什么要做这种颂呢？尤其在唯识学的后期，它的著作好多都是颂。最主要的原因，是因为古印度没有发明纸，用贝叶书写非常不方便。就跟我们的古汉语一样，在蔡伦发明纸之前，是用竹简和木简写的，因此要把文章做得非常简练，简练到用几个、十几个字表达一个完整的意思。古印度人也有同类方法，是把经书刻在铜牒（薄铜片）上，或者书写在贝叶上。这样，文字必须极其简练，所以偈颂大多非常难懂，必须要有解释。佛教中解释偈颂的人，是出家人里面的一种职称，叫教授师或论师。玄奘大师做的《八识规矩颂》也是这样，必须要解释，解释这个颂的，历代也不



少。《大正新修大藏经》里面，有明代普泰法师的《八识规矩补注》，主要是从《成唯识论》里面摘出相关的内容作注，现代太虚大师，还有其他一些人，都有解释。

《八识规矩颂》虽然讲的是佛教的心识或心理结构说，但它的出发点跟心理学不一样。心理学的出发点，主要是治疗心理疾病，完全是世俗性的，研究人的心理机制和心理结构，用的是心理学的方法、心理分析的方法，还有属于自然科学的心理实验方法。佛法的心理结构说，用的方法跟现代心理学不大一样，是通过佛法的修证，开发出超越性的智慧，以这种智慧直观人的深层心识结构。它通过直观看到的心识结构说，在古代东西方的其他学说里面都是没有的。直到近代，有弗洛伊德的深层心理学出来，有些地方接近佛法的心识结构说，但还是很不一样。佛法的深层心识说不是一个哲学学说，不是根据一般的意识思维对心识结构做出分析、解释，而是证得一切智和道种智的圣者，用他们证得的超越性智慧直观而描述出来的。心识结构本来很难用人类的语言将它说清楚，变成用语言表达的理论性的东西时，也不是只有一种说法，可以有不同的说法。而不同的说法间，又很难说哪一个是正确的，哪一个是错误的。玄奘大师学的只是护法这一系，他是以护法的说法为标准。我们今天从客观的研究视角去看的话，护法的说法也不一定百分百都完全准确。像安慧系的说法，有些跟护法不一样，也不一定就不正确。佛法里有一个鉴别真理的标准，就是说只有见道以上得了差别



智的圣者，他讲的佛法才是完全正确的。没有见道的，讲的就可能不是百分之百正确。造《唯识三十论颂》的世亲菩萨，据汉文大藏经里面的《世亲菩萨传》讲，他生前“位邻极喜”，就是说接近菩萨初地，但还未到菩萨初地。菩萨初地叫极喜地、欢喜地，到此才见道，世亲菩萨生前尚未证得初地，没有见道。我们汉传佛教有个传统，说没有见道的人所讲所作的，不一定百分之百准确，要拿批判的眼光去看。我听老和尚讲，汉传佛教界相传世亲菩萨的著作七分是蜜，三分是毒。玄奘大师，我听老一辈的高僧居士讲，是个三地菩萨，但三地菩萨的主要功德是四禅八定及五神通成就。玄奘大师自己讲，他的精力主要用在求法、翻译方面，禅定没有修好，他的传记里也没讲他有什么神通。拿三地菩萨的标准去衡量玄奘大师的话，也可能他是前世证到的，今生没有证到吧。

按照这个标准，《八识规矩颂》也不一定是百分百的准确，尤其是拿现代心理学和脑科学的一些知识去衡量它的话，有的地方也还是不圆满的。但是，大部分内容都是现代心理学所或缺的。

心理学的目的是为了治疗心理疾病，是为了解决人的现实问题。佛法呢，也解决现实问题，但不以解决现实问题为终极目的。它的根本的出发点，是解决人存在的根本悖论。西方一些思想家说，人存在的根本悖论，如基督教所说，人一半是天使，一半是畜生。我们的肉体跟动物没有多大差别，会得病会死亡。我们跟动物不一样的地方，是有理性思维，



能反省自己，能认识到自己的地位、自己的存在，可以认识到死亡是一个可悲的结局，这就使人类不得不思考这个问题。即使在意识层面没有思考这个问题，但对死亡的焦虑，一般来说，也会在人的无意识中盘旋。有西方思想家说，人类的一切行为，甚至发展科学技术、发展生产、发展经济，从事艺术创作，最根本的出发点和根源，是对死亡结局的抗拒。我觉得这个说法还是很有道理的。如果不把死亡焦虑这个精神上的根本矛盾解决的话，要完全治好心理疾病，应该说是不可可能的。我看过一本国际心理学会议论文集，文中说当代心理治疗的疗效只有百分之四十，精神分析疗法的疗效几乎是负的。荣格讲过，如果没有某种宗教世界观的支撑，要完全治好心理疾病是不可可能的。特别是存在性焦虑等心理疾病，就是关于自己存在的价值、意义的思考，现代西方因为这个问题的思考得不到解答而自杀的人有的是。如果不把死亡焦虑、人性中最深层的矛盾解决，这种存在性焦虑的心理疾病，是没办法治疗的。从心理学来说，佛法看得非常深，非常彻底。它达到的目的，是要解决因为生死而引生的一切痛苦，包括现实生活中的痛苦，尤其是轮回的痛苦，最终让心灵能够升华，或者如日本学者所说的，实现生命的自觉进化：从人进化到比人更高的存在状态，最高的存在状态就是成佛。所以《八识规矩颂》先讲心识的功能，然后讲在什么时候才能把心识转化为智慧，叫转识成智。如实认识我们心识结构的目的，是为了转识成智。唯识学把人类心识大体分



为八种识、三个层次，前六识是一个层次，第七识、第八识各为一个层次。我们就一个识一个识地学习。

先看前五识颂：

性境现量通三性，眼耳身三二地居，
遍行别境善十一，中二大八贪瞋痴。
五识同依净色根，九缘七八好相邻，
合三离二观尘世，愚者难分识与根。
变相观空唯后得，果中犹自不诤真，
圆明初发成无漏，三类分身息苦轮。

前五识，就是眼、耳、鼻、舌、身五种感知功能，大概相当于心理学所说的五种感觉器官的功能（五感），但跟感觉不完全一样。识，梵语的意思是“了别”，相当于汉语的“识别”。它识别的对象叫做“境”。我们一句一句来看。

第一句：性境、现量、通三性

前五识识别的境，是“性境”。唯识学把心识所了别的境分为三大类：第一类性境，“性”，在汉语中是本来的、天生如此的意思，在梵语中有实体的意思。性境，就是说此类境是实有的，起码相对于我们的心识，可以说是外在、实有的，并不是虚假的幻觉。前五识所对的性境是什么呢？眼耳鼻舌身五根，即五大感官，及色、声、香、味、触五境，也叫“五尘”，意谓它们像尘土一样会遮蔽我们的慧眼。眼识了别的性境是色，略当于物质，指有质碍的东西，分为形色、显色、表色、无表色、可见有对色、可见无对色、不可



见无对色等多种。颜色属于显色，形状属于形色，动作属于表色。眼睛所能看见的这些境都是实有的，不是虚假的，叫性境。修行者见道时以根本智所证真如，也是性境。

但肉眼不能看见的色，也未必是没有。唯识学把色法分为十一种，第十一种法处所摄色，只是第六意识所缘的境，前五识不能见。这种色有五种：第一、极略色，第二、极迥色，即分析物质的微观层次，达微观粒子乃至最小的粒子“极微”，虽然肉眼不可见，现在有些用仪器可见。第三、受所引色，又名无表色，指造了业以后在身内引发的物质变化，如淫乱导致的肾功能受损等，虽然实有而肉眼不可见。

现在发现，肉眼不见而实有的东西极多，如细菌、病毒、微观粒子、紫外线、X光等。肉耳不闻而实有的声音如次声、超声波等，也很多。这些虽然不为前五识所见，其实也是性境。

除了性境，心识了别的境还有带质境、独影境两种，这两种境皆非前五识所缘。

“现量”：唯识学、因明学说心识的功能有三种，叫三量：现量、比量、非量。“量”的意思，是真理的标准。在印度的因明学里有一门学问叫“量论”，相当于认识论，对人的认识，尤其是对于什么是真理进行深入的研究。这门学说在西藏佛学的因明学里是非常发达的。三量中第一现量的“现”，是不经过名言、概念的分别而直接显现于心中的意思。前五识的功能都是现量，不能形成一个概念：这是什么？



这个东西怎么样？形成概念是第六识的功能，前五识没有这个功能，它只是现量。比如我们看见对面走过来一个人，看得清清楚楚，这是现量。至于这个人怎么样，要经过意识的思考、分别，这就加上比量了，不是单纯的现量。

“通三性”：三性是三种不同的性质，心识和心识所了别的对象，都可以从伦理道德的角度分为三种性质。第一种是善，善的意思是对自、对他的今生、后世都有益无害。第二种不善，跟善相反，对自己、他人的今生、后世有害无益。很多东西对自己有利，但不一定对别人有利，这在佛法看来是不善的。如制造贩卖烟酒，自己可以赚钱，但其结果会有害于吸烟酗酒者。有些东西，对今生有利，但对后世有害。比如，以不正当的手段赚了钱，对今生现实生活肯定是有利的，但对后世不利，会以更糟糕的形式来还。所以，它是不善的。第三种捨，是非善非恶的意思，也称为无记，意谓不能作善或不善的判断。前五识跟它所了别的境，这三性都有。前五识了别境，有有害的，也有有益的，也有既无害也无益，既非善也非不善的。比如眼睛既可以看见令身心健康的绿树蓝天，也可以看见有损身心健康的垃圾脏物，也可以看见对身心既无利也无害的许多东西。耳识既可以听见对身心有益的音乐，也可以听见对身心有害的噪音。鼻识既可以嗅到对身心有益的花香等，也可以嗅到对身心有害的汽车尾气等等。

第二句：眼、耳、身三二地居

这个地方只讲了前五识中的三个：眼、耳、身。佛法把



众生存在的状态分为九个地，又称九有，即存在的九种不同类型或层次。第一五趣杂居地或欲界五趣地，有天、人、鬼、畜生、地狱，这五种众生杂居在一起，称为欲界。这一地众生的前五识，眼耳鼻舌身全部具足，当然只是讲人类一般都具有这五种识。在人中也有前五识不具足的，叫诸根不具，比如聋子没有耳识、瞎子没有眼识。至于动物呢，那就更复杂了。有的动物只有一种识，像蝙蝠用次声波来辨别，蛇辨识红外线等，一般来说都没有人类的五识那么全。

第二地初禅天，叫离生喜乐地，离，是指离欲界的欲，欲界有五种欲：色声香味触，或说有三种：食色睡——饮食、睡眠、性。初禅离这五种及三种欲，这些欲都是匮乏性的，就是必须有的需求，如人饥渴时必须要的饮食。离了这些匮乏性的欲或需求进入初禅，会产生一种喜乐。这种喜乐，有身体上感觉到的喜乐。智者大师讲，有八种触觉。我碰到过一些证到初禅的人，讲确实有八种，或者热、凉、或者涩、滑等，这是五脏气发动起来以后，强弱不一样，震荡频率不一样，刺激感觉神经，产生的触觉就不一样。大概初禅以凉的触觉居多，就像大热天进入到有空调的房间里那种很凉爽舒服的感觉。在离生喜乐地里，只有眼、耳、身这三种识，眼睛还能看见光，或者它观想的对象，耳朵还能听到声音，身体有触觉。但是，鼻、舌两种识没有了，鼻子闻不到气味，舌头也尝不到味道，鼻舌这两种识，只有欲界才有，即只在五趣杂居的欲界这一地。而眼、耳、身三识居于欲界、初禅



天二地。所以说“眼耳身三二地居”。第三地以上都没有前五识，只有第六意识。第三地指二禅天，称定生喜乐地；第四地三禅天，称离喜妙乐地；第五地四禅天，称捨念清净地；第六空无边处地、第七识无边处地、第八无所有处地、第九非想非非想处地，为四重无色界天，这些天界都没有前五识，只有意识。

第三句：遍行、别境、善十一

是说前五识所相应的心所法，识，只是最基本的了别功能，就像电脑通电，只是启动了，启动以后，电脑里有什么，要干什么工作，它还没有。心所，就是识遇到境以后产生反应，有了心理活动，也可以称为心理功能。心，是主人，心所，是属于它的东西，经论中比喻为日和日光，心识就是日，心所法就像太阳放出的光。前五识能够发起的心所法一共有遍行、别境各五种，善十一种，随烦恼中大者八种、中等二种，根本烦恼三种，总共 34 种。

第一遍行五种。遍行，是指所有心识发动时，都有这五种心所法发动，这五种就是触、作意、受、想、思。

触，意为接触，是心识的功能开放接触所了境。就像电脑打开，进入工作状态。人熟睡时心识就没有开放，没有触，醒时才开放，开放干什么？接触所了别的境界。

然后是作意，是注意的意思，主动了别境的意图或者心理趋向。

作意以后，会有受，领纳之意，接受外界某种刺激在内



心产生一种感受。

受之后有想，是“取相”的意思，指对所感受者分别而形成知觉，比如打针，针扎了我一下，这扎的一刹那就是受，注意这个受，有了知觉或认知：疼，叫做想。

之后是思，就是进行思量而形成确定性的认识：疼得很、这个护士打针真疼。

这五种心所法，八识只要发动都会有，所以叫做遍行。

第二别境，意谓不是所有的心识对境活动时都会有，只是了别个别境相时才会有，这种心所法有五种：欲、胜解、念、定、慧。

欲，主观的意欲。

胜解，确定的认识，如对佛法的准确理解。

念，是记忆、忆念的意思。

定，梵语三摩地，是专注的意思。

慧，梵语般若，辨别是非邪正的一种功能。

前五识与这五个别境心所法都相应，即从前五识都可以生起这五个心理活动。比如眼识开放的时候，看见面前这个屏幕，想去看时，叫欲；看到之后得到一个确定的认识，这上面写的是“遍行别境善十一”这句话，并且理解它的意思，叫胜解。之后还记得这句话，叫念。在一段时间里专注思考这句话，或看着屏幕心久久未动，叫定。形成一个确定认识：前五识肯定与这五种心所法相应，叫慧。

“善十一”，指十一种善心所法。《瑜伽师地论》把心

所法归纳为 51 种，实际上，我们仔细思考，再参考其他学说，人的心理功能、心所法应该不止 51 种。在《佛教心理学》里面，我把心所法增加到 160 种左右。唯识学所说的 51 种，主要是指与修行解脱、转识成智有关的。这种说法，也不是佛经里讲的，佛经里没有归纳有多少个心所法，这是无著菩萨讲的，小乘的论里面也有讲，数量、分类不完全一样。善心所法有 11 种，大小乘论典中所举基本上都差不多。唯识学所举不善的心所法烦恼、随烦恼，有 26 种，就是说我们人类天生的心理结构中，不善的、恶的部分要比善的部分起码数量要多。如果拿人性论来讲的话，我们人类的心理结构、人性，可以说是多恶少善，佛经里面讲是善恶等，善恶各半，实际上，应该是善少恶多。

11 种善心所法为：

（一）信，对正确、实有的东西能够确信，特别是对佛法僧三宝能够确信。

（二）惭，做了错事以后，自己内心感到惭愧。

（三）愧，做了错事以后，面对其他人而感到羞耻，想到别人会批评、嘲笑、轻视自己，自感羞愧，叫愧。现代汉语把惭跟愧合起来，叫做惭愧。

惭和愧这两个心所法，佛法特别重视，把它当做人与畜生的根本分别。人畜之辨，在基督教神学中，是一个非常重要、长期争论的问题，人和畜生的区别到底在哪个地方？好多佛经里讲，是惭愧。这两个心所法几乎所有的动物都没有。



你看各种动物，不穿裤子，当众公母交合，不知羞耻，而人要不穿裤子赤身裸体，就会感觉到羞耻，人在做爱时也忌讳别人看见。但是我观察到，有一些狗好像是有惭愧心的，如果你骂了它，它会有像人惭愧垂头丧气的那种表情。

（四）无贪，跟贪相反，没有贪心。

（五）无瞋，跟瞋相反，不发怒生气。

（六）无痴，跟痴相反，能够如实认知事和理。

（七）勤，又翻译为精进，一种做善事时的意志和毅力。

（八）轻安，是一种心理状态，身体感到轻快，叫轻，心里感到安定轻松，叫安。轻安，在禅定学里，专指证得初级禅定（奢摩他）时出现的效应，是禅定的重要功能之一。

（九）不放逸，与放逸相反，能够约束自己。佛经里讲，所有恶不善法的根本，就是放逸，放纵自己、不管束自己。

（十）行捨，这里的捨，本来是繁体字有提手旁的“捨”，意谓捨弃，有两种，一种是摄于想蕴的捨，意为不善不恶，一般单称捨；另一种是属于行蕴的捨，为了与属于想蕴的捨区别，称为行捨，意为捨弃紧张，是一种轻松的、放松的心理状态。现在西方人一般把它翻译为放松。

（十一）不害，不忍心损害众生。从正面说，大概相当于仁慈。

这 11 种善心所法，都与前五识相应，都可以在前五识生起时随之生起。如人看见庄严的佛像可以生起敬信，为信；见了佛像而未能尊敬时可以感到惭愧，为惭与愧；看见钱而



不起贪占之心，为无贪；等等。

第四句：中二、大八、贪、瞋、痴

是说与前五识相应、可以随前五识生起的心所法还有十三种。先讲后三种：贪瞋痴，是唯识学所举烦恼心所法中的前三种。烦恼的意思，跟现代汉语中的烦恼并不完全一样，在佛典中的原意，指能够扰乱人心，使心不能安定宁静的心理活动。唯识学列举有 6 种烦恼，称根本烦恼，也称“本惑”：贪、瞋、痴、慢、疑、恶见，其中只有前三种贪、瞋、痴与前五识相应，能从前五识生起。

贪，是对自己喜欢的东西的一种占有欲。如眼见美色起贪看之心，尝到美味时起贪吃之心等。

瞋，是对自己不喜欢的东西或者妨害自己利益的东西排斥破坏的一种心理。如眼见丑陋之人时自然不想看、起厌恶之心，听见邻居家发出的噪音起忿怒之心等。如果从阴阳来讲，贪属阴，瞋属阳。有个密教的经典就是这样讲的。

痴，意思跟无明一样，是对事和理不能如实知见。没有见道的人，前五识生起时一般都不能如实知见，认以为实，就是痴、无明。

这三种心所法叫做三毒，意谓它们是能使众生造作恶业、流转生死的最根本的根源，像毒药一样能毒死众生。

“中二、大八”，指随烦恼中的十种，随烦恼，又称“随惑”，是随着根本烦恼生起的、次要的烦恼，或者跟着六种根本烦恼后面生起的烦恼。唯识学列举的随烦恼有 20 种，



按其生起范围的大小，分为大中小三类。其中跟前五识相应的有 10 种，就是中二、大八。

中二，即两种中随烦恼，简称中随，就是生起的范围中等，一共有两种，叫做无惭、无愧，跟惭、愧相对，如看见美色起了贪心而不知惭愧羞耻。

大随烦恼的大，意谓普遍，很多心理活动生起时都可以同时生起，共有八种，叫做“大八”：

（一）掉举，现在或者翻译成浮躁。掉，是左右摇摆，举，是上下浮动。心摇摆不定，叫掉举。掉举在禅定里非常重要，它指的是不能抓住所要专注的那个目标，从那个目标引起各种各样的联想，使心不能专一。

（二）昏沉。在禅定里，昏与沉是两个不同的概念，有严格的标准。昏时，心不清明，昏昏欲睡，头低垂，心离开了要专注的目标，但跟睡着还不一样。沉，全称沉没，比昏要轻，头还没有低下来，心也尚未离开专注的目标，但是意识不是很清明。昏和沉合起来叫做昏沉。

（三）懈怠。懒惰，与勤、精进相反。

（四）不信，对实际有的东西，尤其是佛法僧三宝狐疑不信。

（五）放逸，就是放纵，不能管束自己。

（六）失念，忘记应该记住的东西。

（七）散乱，简称散，比较好理解，就是心是乱的，不能专注一境。在禅修时，散乱是最大的障碍。散乱与掉举有



所不同，散乱是心念乱动，完全离开要专注的目标，如念佛时想着工作上的事；掉举比散乱的程度要轻，是在所专注的目标上生起联想，如观想佛像时想起某个喜欢的明星。

（八）不正知。不正确的认知、知见。

这八种大随烦恼，都与前五识相应，能随前五识生起。如口念耳听佛号时，由声音联想到某歌手的歌声，为掉举；心昏暗不清明，为昏沉；不想念下去，为懈怠；对念佛号能消除业障怀疑，为不信；不约束自己专心念佛，为放逸；念佛时忘记了佛号，为失念；念佛时胡思乱想，为散乱；不知这样会障碍往生，为不正知。

烦恼、随烦恼依哪一识生起，或与哪一识相应，是部派佛学讨论的一个重要问题，有主张依前五识生起的，有主张依第六识才能生起的。从唯识学的生识九缘看，前五识生起的诸缘中都有一个分别缘，即第六意识，说明它实际上主张烦恼依第六意识生起，说烦恼依前五识生起，准确地说应该是依与前五识同时生起的“五俱意识”生起。这是在相或纯感觉上，安立了名，形成知觉，经过思，有了价值判断：这是可爱的、有用的还是可厌的、无用的，然后才生起贪或瞋等烦恼。据此，修行只要在依他所起相上，不起遍计所执，不起第六意识的名言分别，就是圆成实相，亦即见道或者明心见性。护法系唯识今学的学者一般是这样讲的。禅宗、大手印、大圆满都有这种方法，太虚大师说禅师见桃花、听见石头击竹子的声音而开悟，悟的就是于前五识上未起第六意



识分别时的本心。这种本心，在生活中一般不会注意，常人都明白了。因为纯粹的前五识发生的时间并不太多，第六意识马上就加进去分别了，几乎同时就生起五俱意识。大手印、大圆满法，都说修行不管前五识，它们是清淨的，只管第六意识。有偈说：“前之五识甚明显，第六意识不分别，即是等持之行相。”等持，意为禅定。打坐时听见什么、看见什么，都不要管，只管第六意识不起分别。

什么是我们生活中能生起烦恼的纯粹的前五识呢？比如吃东西时也不一定想着香不香，觉得它香就想多吃，显然是从味觉直接生起贪这个烦恼。还有听音乐，听声音，听时也不一定就有意识分别，好听的就是想听下去，噪音则马上反感。还有触觉，性生活中的快感，多分为纯粹的触觉，没有意识的分别，但会产生、滋长贪欲。吸毒上瘾的感觉也类似。所以《大乘密严经》偈说：“名为遍计执，相是依他起，名、相二俱遣，是为第一义。”与唯识今学学者们的一般说法明显不同，明言纯粹的前五识——依他起相，也非真如，是需要遣除的。《入菩萨行论》中也有同样的说法。禅宗、大圆满、大手印说于依他起相即纯粹感觉上明心，如大圆满法之看光，佛经里没有讲过这种方法，这样修，是一种明心的方便吧。颂中说前五识既然跟中二、大八、贪瞋痴这些烦恼、随烦恼相应，即是明言前五识可以直接生起烦恼。所以前五识上不起意识分别时，未必便是真心。

第五句：**五识同依净色根**



前五识是因缘所生法，不能单独生起，其生起必须要依能生起它的根，即眼、耳、鼻、舌、身五根，相当于五种感觉器官（五官）。根，是把感知器官比喻为植物的根，能够生长枝叶，从这些根能出生前五识。唯识学把前五识所依的根分为两种，眼耳鼻舌身叫做有色根，因为有物质实体，看得见摸得着。在身体内，还有肉眼看不见的感觉机制，它们也有物质性的结构，但肉眼看不见，佛法认为是一种清淨的物质结构，叫做净色根。现在有解释说，净色根指的就是大脑里面的五种感觉中枢。可以这样理解。

第六句：九缘七八好相邻

这讲的是根、尘、识三缘和合，前五识才能生起，不是只一个五根就能生起的，还需要其他的条件。前五识生起所需要的缘各有不同。眼识生起需要的缘最多，多达九种，即颂所言九缘：

（一）空，面前没有障碍；

（二）明，要有光，日光、月光或灯光。

（三）眼根，包括有色根及净色根；

（四）色，即眼识了别的对象，是有质碍、看得见的物质现象，叫色境，因为像灰尘一样能遮蔽本来面目，也叫色尘。

（五）作意，即注意，如果不注意，就会视而不见；

（六）分别依，就是第六意识，因为眼睛看见以后，要在内心形成视觉，必须要第六意识的同时运作。



（七）染净依，指第七末那识，它在第六意识层下工作，为第六意识生起的根，它是心灵被污染及清净的关键，所以叫做染净依。

（八）根本依，就是第八识阿赖耶识，它起着储藏、处理信息的作用。

（九）种子，阿赖耶识里面所储藏的能生起视觉的种子。

现在看来，眼识的生起应该不止这九缘，如距离，离得太远就看不见。能看见形成视觉的，还必须在人眼所能识别的光谱区域之内，这个区域之外的东西，如 X 光、紫外线等，虽然实有，但肉眼不能见。

眼识生起需要以上九缘，耳识生起则不需要光明这个缘，只要八个缘。鼻识、舌识、身识生起只要七个缘，不须空与明，就是“七八好相邻”，意谓所需要的缘，有的是共同的，有的是接近的，叫相邻。

第七句：合三离二观尘世

这是讲前五识生起的方式，有合跟离两种。合，意谓感觉器官（根）和感知对象（境）相合，紧密接触。“合三”，指前五识中的鼻、舌、身三种识，感官必须和感知对象相合才能发生。如鼻子所闻的气味（香尘），是感知对象散发出的分子的扩散，必须扩散到鼻腔里面，刺激到鼻腔里的细胞以后，才能产生鼻识，即嗅觉。舌识了别的味道，是溶解在口水、唾液里面的食物的分子，饮食必须吃到口里，才能产生舌识，即味觉。身识，主要是触觉，还包括空间感、方位



感等，必须要接触皮肤或身体，才能产生，即使是对外界气温冷暖的感觉，只有外界的空气接触身体以后才能感觉得到。这是“合三”。“离二”，意谓眼识、耳识这两种识，则不需要合，感官（根）与感知对象（境）分离，有一定距离，就可生起。眼睛要看见一个东西，耳朵要听一个声音，要有一定的距离，俗话讲距离产生美。离得太近，贴在眼睛上，就看不清楚。“观尘世”，是说前五识以根与境合与离两种方式生起，来观察尘世中的信息。今心理学说，人们获得的感觉，近百分之七十来自视觉，即眼识，近百分之三十来自听觉，即耳识。来自鼻舌身三识的只占百分之几。

第八句：愚者难分识与根

愚者，没有智慧的愚痴之人，这里主要指小乘人。当时的小乘部派佛学，比起大乘，是要粗浅一些，解释认识的时候，分不清识与根。有的部派认为，识与根是互相生起的，识怎么生起呢？是由根生起；根怎么生起的？因为有心识的活动，所以就有根了。我们现在的认知科学、心理学、脑科学等，基本上都是愚者，都不分根与识，认为只有根，就是大脑，诸识只是大脑的功能，不知道还有识这种最重要的功能。这大概是 19 世纪、20 世纪一直到当今，人类在认识自己时一个重大的错误，没有认识到宇宙里识这种功能，它是一种作用，未必是一个实体，是构成身心世界的种种因缘里最重要的一种。你把最重要的一个遗漏了，所以不可能弄清心识的实性，也就不可能弄清物质的实性。所以，从佛法看，



现代科学都是愚者。

第九句：变相观空唯后得

当与真实相应而见道时，能够如《心经》所讲“照见五蕴皆空”，空，即是诸法空相。照见诸法空相的智慧，唯识学分为根无分别本智、后得无分别智两种，简称根本智、后得智。中观学是不分的，小乘分，但名字叫得不一样。证得根本无分别智的时候，心完全跟真如或诸法空相一体，没有能证所证，所以没有相可以得。南传佛教讲，见道分为道心跟果心两个心，实际上这两个心时间上的差别也就是两秒，前念和后念之间。道心是不能回忆、不能言说描述的。证得根本无分别智的时候，可以体会到无余涅槃，但没办法说，因为它没有相，远离常人的一切感知。比喻说，根本智如人闭眼不见一切，后得智如人开目复见一切。前一刹那证得根本智之后，后一刹那就证得无分别后得智，这个后得智，也是无分别，指没有推理思维的分别，但是还是有一个现量的分别。这个现量的分别是空，空有一个相，是可以言说的。所以《心经》翻译为“是诸法空相”，而鸠摩罗什的译本翻为“诸法空性”。空相，就是说有个“空”的相，不是绝对没有相，只不过跟我们日常所见的相都不一样，说什么都不像，所以说无相。有的经论里面说，非相非非相。这个空相，后得智能以前五识“照见”，所照见的空相是不是诸法实相的本来面目呢？也不是，也是心识变现出来的。心识把真如、空相，变出一个空的影像，可以拿前五识去观。变，即唯识

学所言“变带”，心识见分带出一个所变相；相，指心识见分所缘的相分，即真如相。前五识中，主要是用眼识去观，那就是《涅槃经》所谓的眼见佛性，这种眼就是大乘经中所说五种眼里面的慧眼，《阿含经》所说“法眼净”的法眼。慧眼只看见诸法空相，而这种相也是心识变现的，并非实相的本来面目。我于 1992 年在广东云门寺闭关时，见到住在那里的龙山法师，他讲自己出家后在镇江金山寺参禅，听到开静的磬声而开悟，考功时回答说：“实相是有相的，不但有相，而且有声音。”得到印可。这大概就是以后得智眼见佛性、耳闻佛性吧。此事在禅门极为隐秘，绝不会轻易明说。

第十句：果中犹自不诤真

果，指是佛果，即使是成了佛，把八识完全转为智慧，佛的前五识，转为成所作智，也不能以成所作智直接见到实相的本来面目。后得智以慧眼所见的空相，也是心识变现出来的影像。所以《摩诃般若经》中说真如“五眼所不见”，不但慧眼不得见，佛眼也不得见。前五识永远不能直接见到诸法实相，诸法实相只能离却一切相去自内证。

第十一句：圆明初发成无漏

圆明，指成佛时，其第八识转为大圆镜智时，前五识同时转为成所作智。成所作智，就是前五识随意能够变现一切的功能，具体而言，眼识能随意变现任何境相，耳识能随意变现任何音声，鼻识能随意变现任何气味，舌识能随意变现任何味道，身识能随意变现任何触觉。合起来就是神变，能



随意变现一切，成就一切事业，随念即成，不用思考，所以叫做成所作智。这种智与凡夫的神变通不同，完全没有烦恼夹杂，不会贪着、执着所现境相，不会出于烦恼心去变现，所以说“成无漏”，无漏即无烦恼，“漏”为烦恼的别称，意谓这种活动就像一个容器有了漏洞，使外邪便于侵入，内在能量泄漏。

实际上，菩萨在三地以上证得神变通时，就可以在某种程度上随意变现，开始将前五识转为成所作智，不过不能完全转，不能完全随意变现而已。

第十二句：三类分身息苦轮

这一句是说当成佛、前五识转为成所作智时，可以从前五识化现出三类分身，即三类化身：大乘加行位以上菩萨所见者，为千丈庄严之身，如说《华严经》的佛，也称“胜应身”；大乘资粮位菩萨及二乘人、凡夫所见，为身高丈六的佛身，如当时一般人所见的释迦牟尼佛，也称“劣应身”；为度化利益众生而随机化现的各种化身，称“随类化身”，不仅化为男女老少各种人，也化现为畜生乃至山河大地、草木果蔬等。

“息苦轮”，指佛以三类化身来度在生死轮回中沉沦的众生，息灭他们的各种苦，皆令悉得安乐，乃至跳出三界苦海，证得涅槃常乐。

下面我们看第六意识，它是八识中最重要的。第六识颂：

三性三量通三境，三界轮时易可知，



相应心所五十一，善恶临时别配之。

性界受三恒转易，根随信等总相连，
动身发语独为最，引满能招业力牵。
发起初心欢喜地，俱生犹自现缠眠，
远行地后纯无漏，观察圆明照大千。

第一句：三性、三量、通三境

跟前面一样，先说第六识的三种属性：善、不善、无记（非善非恶），第六意识运作时，这三种性质都有。比如我现在思量如何利益他人，是善；思量贪取钱财，是不善；思量着衣吃饭，属于非善非恶的无记性。

其次，三量：现量、比量、非量，是因明学所说三种认知方法，这三量，第六意识都有。比方前面坐的这个人，任雅仙，我熟识的，不用思考分别，这是现量。比量，是推理，经过一定的大脑运作程序，就像电脑里面的运算程序一样，进行联想、比较、抽象、捨象、推理以后得出一个结论，正确的结论叫做正比量，错误的结论叫做非量，似是而非的结论，叫做似比量。现量，也有正现量、似现量之分，还有分为瑜伽现量、真现量的。如实所见没有错，比如说眼睛没有毛病，直接看见的，是正现量。如果是眼睛出了毛病，眼花时看见虚空中有花，叫似现量。正现量也好，似现量也好，所看见的都是色境，都是尘，都不是感知对象的本来面目、实相。所以还有个真现量，也叫瑜伽现量，就是经过修证，见道以上，能够以慧眼直接见到实相，这种现量也是第六意



识潜在的，或者被转化的功能。

通三境，是说意识对性境、带质境、独影境三种境通通都能了别。性境，指实有的认知对象，前五识唯了别此境。

带质境，虽然有它的实体，但这个实体是心识把它带起的，如果没有心识就没有。以心缘心，就是带质境。比如，我们反省自己的心理状态，佛教所说的观心，能观是一个心，所观的心是一个境，还有别人的内心世界，也是带质境。这种带质境叫真带质。还有，如物理学家观察电子，现在认为所见电子是观察带起的，随观察角度的不同，所见就不同，从另一个角度观察，见到的电子只是波。另有似带质者，意谓虽然意识中有，是由意识带起，而其实没有实质，如心中认为别人怎么想，其实并非那样。物理学家假设一种微观粒子，如灵子之类，不能被实验证实，那就是似带质境。太虚大师认为凡夫所了别的一切境相都是似带质境，因为其本质并不如凡夫所认为的那样。似带质境，也可以看作独影境的一种。

第三类境叫独影境，没有实体，而有心识所缘的形相、声音、境界、事件等，是心识独自所缘的影像，所以叫独影境。比如修禅定时观想一个境界，即便观想到能够看见，也只是在自己的意识里，或者说在大脑里。又如做梦，梦境并没有它的实体，但是在梦中觉得都是真实的。回忆过去，想象未来，都属于独影境。唯识学所说五种法处所摄色的第四遍计所起色，如海市蜃楼及幻视幻听等，及第五种定果色，

即禅定中所见相，如光、佛像等，都属于意识所缘的独影境。

带质境和独影境这两种境，唯是第六意识了别的对象。

第二句：三界轮时易可知

三界，指欲界、色界、无色界，佛法把众生存在的基本状态划分为这么三界，“界”有种类、界限意。欲界众生皆有食色睡等匮乏性的需求，或者欲望，故称欲界。欲界里除过地球人类，及地球上可见的许多种动物，还有其他种类的很多众生，如鬼神、欲界六重天等，其数量甚至比我们地球人类多得多，我们看不见。色界之色，指固定的物质身体，这一界共有十八重天，分为四禅，色界天人虽然还有固定形貌的身体，但超越了阴阳，也就超越了欲界众生对于食色睡等的匮乏性需求，住在甚深的禅定里安享禅定的快乐，不需饮食男女。修习禅定的人，功夫深者也可以深入色界禅定，虽然还是肉身，但可以不吃飯，不睡觉。死了以后，可以往生到色界天。无色界，意谓此界众生没有固定形态的物质身体，只有心识住在甚深禅定里，分为空无边处、识无边处、无所有处、非想非非想处四层天。所有的众生从无始以来，都在这三界中轮转升沉，叫做轮回。轮回于三界中时，都有第六意识，而且就是因为第六意识的运作产生烦恼，因烦恼造了业，受业力驱迫，轮转在三界中。三界众生也有没有意识的时候，如我们人类有熟睡及休克、昏迷、被麻醉等意识缺失状态，修禅定者若入于无想定及受想灭尽定，也没有了意识，犹如动物之冬眠。唯识学称为五无心位，无心，指没



有意识。易可知，是说轮回三界中都有意识，也因为都有意识，所以不难了知。

第三句：相应心所五十一

意识相应的心所有 51 个，唯识学所举心所法一共有 51 个，所有的心所法都跟意识相应，即意识运作的时候，51 个心所法全部都能发起。

五十一心所法中的善心所法 11 种、遍行心所法 5 种、别境心所法 5 种、6 种根本烦恼中的 3 种、10 种大随烦恼中的 8 种、中随烦恼 2 种，前面五识颂中已有解释，其他不与前五识相应而跟第六识相应的还有 17 种：

不定心所法 4 种：

（一）寻，寻思、推理、思考。指较粗的思考。

（二）伺，深度的、微细的思察。

（三）悔，也译恶作，后悔。

（四）眠，睡眠。

六根本烦恼中的后 3 种：

（四）慢，傲慢，按程度分为七种慢。

（五）疑，狭义的怀疑，指对佛法僧三宝及因果业报等真理狐疑不信。

（六）恶见，或作邪见，错谬颠倒、不正确的见解、世界观、人生观，略分为身见（萨迦耶见）、边见、见取见、戒禁取见、邪见五见，为见道时所断，也称见惑。身见，以五蕴为实我，或者认为身中有灵魂之类的实我。边见，指片



面、偏激的见解，如认为世界上只有物质，及认为人死永灭，或认为灵魂不死，皆属边见。见取见，执着自己所认为的某种未必正确的见解为绝对真理。戒禁取见，执着某种并非正确的戒律、禁忌为正确，如认为苦行是道，不得仰视日月星三光等禁忌，过去这种禁忌很多。邪见，主要指否认因果报应，是恶见中最恶的，会产生负面教化效果，使人堕于三恶道。

随烦恼中的小随烦恼，小，意谓生起的场合比较少，共有 10 种：

- （一）忿，暴怒。
- （二）恨，怨恨，即常言“怀恨在心”的恨。
- （三）恼，恼怒、仇恨。
- （四）嫉，嫉妒。
- （五）覆，掩盖、隐瞒过错。
- （六）悭，吝啬。
- （七）诳，欺骗。
- （八）谄，谄曲不直。
- （九）害，损害、伤害、毒害。
- （十）骄，骄傲自满。

第四句：善恶临时别配之

51 个心所法在发起的时候，性质或善或恶，或者不善不恶，是看其发起时面对的不同情境。如读佛经时欢喜信受，为善心所法“信”；听见别人毁谤自己时生起无明火，为不



善的根本烦恼瞋；看到别人的成功而嫉妒，为小随烦恼“嫉”；打坐时散乱昏沉，为大随烦恼掉举、昏沉、散乱；出错不知惭愧，为中随烦恼无惭、无愧。等等。

第五句：性、界、受三恒转易

性，指善、恶、无记三性。界，指三界、九界。九界也叫九地，欲界加上色界四天、无色界四天，一共九个层次，叫九界。受，即感受，为五蕴中的受蕴，一般分为苦、乐、不苦不乐三种，或者再加上捨、忧为五种，忧，相当于现在心理学所说的焦虑、忧郁。

第六意识发动的时候，经常与性、界、受三者相应，众生在轮转三界中，意识的活动或者属于善、恶、无记三性，或者属于九界，或者属于苦、乐、捨三种受，经常在不断变化，所以叫恒转易。我们的当下一念，便经常在三性、三界、三受中变易，有时思善，有时思恶，有时思饮食男女在欲界，有时进入正定在色界、无色界，有时苦，有时乐，更多时候是不苦也不乐。

第六句：根、随、信等总相连

根，指的是六根本烦恼，贪、瞋、痴、慢、疑、恶见。随，指随烦恼，一共有 20 种；信，则总摄以信为首的 11 种善心所。等，指根本烦恼、随烦恼、善心所之外的其他心所：遍行心所、别境心所、不定心所。所有心所法，总是与第六意识相连，在第六意识起用的时候，都可能生起。第六意识不会单独活动，总是与心所法一起运作，犹如太阳升起时就

一定有阳光。

第七句：动身发语独为最

第六意识在发起业，主要指身业、语业方面，最为有力，也只有它才能发起业。业，梵语羯磨，是造作之意，佛法解释为有意识的造作，分身、语、意三种。身体有所动作，叫做身业，开口讲话、写作等叫语业或口业，心里进行思考、盘算为意业。三种业，都只有第六意识进行了别，形成认知，进行“思”而作出价值判断之后，才能发起。思有三个程序：审虑思，认真考虑；决定思，形成决定认识；动发胜思，能够发动业的决意。到形成第三动发胜思，才能发起业。身、口二业，都由动发胜思发起，所以也叫做“思已业”。而思，属于意业。就本质而言，身、口二业，都是意业的外化，其实质都是意业。前五识也可以引起身口业，但前五识所起业，实际上多由与第六意识同时的“五俱意识”发起，第七、第八二识，都不能直接发起业，在八识中，只有第六意识造业的功能最强，所以说“独为最”。《成业论》将由内心的思发起身口二业，比喻为深潜于水底的鱼“鼓波而自表”。

第八句：引满能招业力牵

业又被分为两种，一种叫做引业，一种叫做满业。引业，意谓这种业能引向它的果报。满业，意谓这种业能令果报圆满。比喻国画的工笔画，先用线条勾勒出一个粗的轮廓，犹如引业，但这幅画还没完成，还要填上色彩，加以晕染，再以线条勾勒，才完成一幅画，犹如满业。比如我们今天这个



讲座，先要准备所有需用的器材，准备讲稿，为引业。但这个讲座还没有完，等我来以后才开始讲座，这叫满业。引业和满业，都由意识发起。发起以后，就必然使造业者被业力所牵引，承受果报。业一经造出，就具有一种力量，叫业力，佛法认为是世间最大的力量。它跟其他物理性的力一样，会按一定的规律运作，造成一定的结果，叫做业果、业报。业力是因，业报是果。因为我们所造的业不出三界，或者地球、太阳系乃至银河系，它就不能不受这一界的因果法则制约，跟这一界的一切物质运动莫不受物理规律制约一样。现代物理学说：亚原子（量子）层次以上的物质现象，皆受因果法则制约。但人们大多只承认科学所证实的物理规律、因果法则，不承认人心所造业也受因果法则的制约，这是因为身口意三业不像其他物质运动那样好测量，尤其是意业，看不见摸不着。殊不知心动则气动，气动即是力动、能量动，气动则导致物质层面的变动，业力与物理力并无太大差异，都是力，因此都遵循力学规律。众生就是因为意识造业，被业力所牵，不由自主地承受业报，才轮回于三界中，饱受诸苦。其罪魁祸首，就是自心，是自己的意识，若要超出生死，就必须从意识下手。

第九句：发起初心欢喜地

初心，指最初证得真如的心，也叫真心，这在入菩萨初地时，这一地叫欢喜地，为唯识学修证五位中的第三见道位。前二位为资粮位、加行位，是为见道准备资粮。见道，按唯



识学，就是初证真如，心与诸法无我的真实完全相应。见，是超越理性思维及主客二元的认知模式，现量现见真如，而无能见所见的对待，心与真如一体无别，叫做“证”，这种现量也不同于一般的现量，叫做真现量或瑜伽现量。

见道所见者，经中叫“未曾有法”，是我们常人从来都没有的一种经验或者心灵体验。这种经验，使人体会到涅槃，有了超出生死的保证，断除了种种疑惑，确立了对佛法的绝对正信，解决了人本性中的根本矛盾，获得现见法界体性的“一切智”。因此，菩萨见道的时候，会非常欢喜，甚至狂喜。有的会多日欢喜。我听说湖南有个画家闭关三年开悟以后，欢喜得在地上打滚，连续打了三天三夜。所以这一地叫欢喜地，也译极喜地。

见道用哪个心来见？这是佛学上一个不好回答的问题。按照中观学的说法，众生的心识都是妄识，分别都是戏论，不能见道。如来藏学认为以真心、自性清净心见道，道即是真心，那么真心究竟是哪个心？唯识学则说第六意识所缘的境有无为法，包括真如，是明确以意识来见道了。但意识及其心所法，都是因缘所生法、有为法，怎么能以因缘和合、根境相触的通常认知方式，去见不可以这种方式能见的真如呢？一次，有个很不简单的宁玛派老堪布来我家，提出这个问题。我只好回答：以第六意识见，他首肯。但这种回答，也不正确，正确的回答应该是：以第六意识所转的妙观察智来见。欢喜地把第六意识开始转为妙观察智。什么叫妙观察



智？它是一种用来观察一切的奇妙的智慧。唯识学把识和智分得很清楚。什么叫做识？因缘和合，根、境、识三缘和合所生的认知、认识叫识。智，不是因缘所生。《大宝积经》的一部经里，列举识与智的区别，有十几项。妙观察智跟一般的意识不一样，是一种超越语言及理性思维的奇妙直觉，它首先能证得真如，得根本无分别智、后得无分别智，简称根本智、后得智。根本无分别智可以证得真如、体会到无余涅槃，后得无分别智，据《成唯识论》讲，可以断烦恼，它在断烦恼或者转化烦恼上有巨大的力量，不像心理治疗的各种方法，无非是转移或者以智理情，不能根除负面情绪，不能根断烦恼，不能把烦恼转化为智慧。只有见道证得的这个无分别智，才可以永断烦恼或者转烦恼为智慧。《阿含经》里佛比喻说，智慧就像一堆大火，烦恼就像羽毛，一接近火聚马上就被烧焦了。实际上，根本智和后得智，都可以转、断烦恼。见道的人，也起烦恼，但起了之后，能够及时觉知，提起见到的道，就能把烦恼很快转化或者断掉。佛法就是这样从根本上改造自己的心理结构的，可以叫做情绪管理学，靠见道的智慧管理情绪。

初欢喜地菩萨所断的烦恼，与小乘初果须陀洹所断一样，只是“三结”：身见、疑、禁戒取见。身见，梵语萨迦耶见，认五蕴或者灵魂为实常自我的一种见解。见道时现量亲见无我的真实，以这种真切体验，可以永断身见，但所断只是分别所起的身见。一般将烦恼分为见道位所断见惑及修



道位所断思惑两种，唯识学分为分别所起惑及俱生惑两种，相当于见惑、思惑。分别所起惑、见惑，是后天经意识思维（分别），形成的不如实的见解，或世界观、人生观、价值观。菩萨见道时所断身见，仅仅是分别所起的身见，还不能断俱生身见，更不能断思惑。

初地所断三结中的疑，指对佛法僧三宝的疑惑不信。断疑的关键，是四谛中第三灭谛，即涅槃，若非亲证涅槃，要断疑，是不可能的。见道时由亲证真如体会到涅槃，会对以智慧断烦恼而证得涅槃、超出生死的佛法确信不疑，对说此法的佛确信不疑，对世上必有由此证得涅槃的圣僧确信不疑，对自己依此法将来必然证得涅槃确信不疑。见道时亲证正道，确信唯有佛法为正道，于此相违者必非正道，因此能断三结中的戒禁取见。按理，若断了三结，则见惑中的见取见、邪见也应能断。这种断是永断，即便再生于人天，也不会有身见等见惑。

欢喜地菩萨见道时转意识为妙观察智，这种智不仅有体证真如、体会涅槃、断除疑惑、转断烦恼的功用，还有讲经说法等大智慧。这种大智慧是一种直觉，不用思考，碰到任何问题都能随时解答，智慧是从自心自然涌现出来，不经过思考，所以叫做妙观察智。对世间的一切学说一切理论，只要一看，马上就明白是正还是邪，错，错在哪些地方。这是证得初地菩萨与否的一个标准，初地菩萨不一定有神通，不一定有禅定，但是有这种智慧，而且以这种智慧弘扬佛法，



度化利益广大众生，有巨大的社会影响乃至深远影响，如龙树菩萨，《楞伽经》说他登初地，他的著作，直到现在还指导着我们许多人。这是初地菩萨与小乘须陀洹果不同的地方。小乘人只得个人解脱，即便证得阿罗汉果，也未必都会讲经说法，也不一定有多大社会影响。

妙观察智在佛地的时候才能圆满，初地菩萨只是初次地证得了一分而已。

第十句：俱生犹自现缠眠

俱生，指唯识学所说分别所起、俱生两种烦恼中的俱生烦恼，俱生，意思是与“思”同时生起，也可以理解为与生俱来。心识对境，经触、作意（注意）、受、想而形成知觉，经“思”的运作而形成有价值判断的认知，俱生烦恼，就与这种认知同时生起。俱生烦恼又称思惑，包括根本烦恼中的贪瞋痴慢及多种随烦恼。初地菩萨只断分别所起的见惑，还未断各种俱生烦恼、思惑，断俱生烦恼、思惑，是初地以上修道位上的事。

缠，指烦恼的现行，即已经生起，成为当下的心理活动。因为像毒蛇、像绳子一样把人缠住不能自在，所以叫做缠。如听见别人毁谤自己马上生气（瞋），做得成功马上自满自傲（慢）等，对常人来说，这是天生的心理反应，心理学是这样看的。初地菩萨遇事时也仍然可能生起各种缠，使他有时看起来与常人无别。可以说，他还只是见地上的圣者，情绪上的凡夫。



随眠，简称眠，指潜伏的烦恼，虽然还未现行，但它在意识深层潜伏着，一遇到事情，就会成为现行。大略相当于心理学所说的潜意识、前意识。论中称“眠伏”，就是说它们是无意识的，就像人在睡眠。这种烦恼就更难断了，非初地所能断。

初地菩萨为什么不能断俱生烦恼，现行和潜伏的烦恼都会有？因为他不能任何时候跟见到的道相应，工夫不够。见道，一般只是在一个时刻，或者一两个小时，或者一个定中，甚至在一刹那间。南传佛教大师马哈希讲，见道有时短得不足一秒。见到后不能任何时候都保持。小乘讲只得八种忍而未得八种智，大乘讲悟无生忍，只是由亲证真如的体验确立了对佛法的胜解、正信，所以叫做忍，即完全认可，只解决信仰、世界观问题。而智，则具有了转、断烦恼的巨大力量。初地菩萨见道后，要修一行三昧，令所见道时常现前，逐渐伏断烦恼。禅宗开悟以后也是修一行三昧，叫保任。功夫纯熟，就可以从逐渐断现行烦恼缠，到能明见潜伏的烦恼随眠，在它刚要露头，乃至未成为现行之前就断掉，或者转化掉。

初地菩萨虽然还有俱生的烦恼现前，但以正见把持，不会以此烦恼造犯戒的恶业，一般只是烦恼的念头虽然冒出来，而不会发展成身业。他可能见某异性而生爱情甚至欲望，但不会成为现行而犯邪淫戒。唯识学因此说，初地伏欲界烦恼，伏，就是不让内心的烦恼念头变成行为。

第十一句：远行地后纯无漏



远行地，是菩萨的第七地，所断烦恼相当于小乘阿罗汉果所断。把现行烦恼缠乃至潜伏的烦恼随眠，全都断尽了。他的心去尽了烦恼的污垢，纯粹是一个清净不染的无漏心。将天生有烦恼的心理结构，改造成了自然没有烦恼，所谓修行，其实质就是心理结构的自我改造，或者叫自主其心、自净其心，这是佛法跟现代心理学不同的一个地方。心理学只是像医生治病一样修理出了故障的现有心理结构，而佛法，是要把天生的凡夫型心理结构完全改造为无漏的圣者型心理结构。心理学家认为，烦恼是人类心识本来就具有的功能，是不可能断的，只可以通过一些手段调节它，让它不至于发展为心理疾病、心理障碍。佛法则认为烦恼是因缘所生法，不是本有的，因此是可以断尽的，可以回复到本来没有烦恼的本原心性。

远行地菩萨虽然断尽三界烦恼，心恒无漏，但法执未断尽，还有堕于小乘，进入无余涅槃的危险，叫做“七地沉空难”。

第十二句：观察圆明照大千

观察，指意识所转妙观察智，从远行地开始，一直到八、九、十地，乃至佛地，妙观察智会不断增长，发展到极点，圆满，明朗，遍照三千大千世界。三千大千世界的一切，都可以妙观察智观察得明明白白。说遍照三千大千世界，也只是方便之说，这里的大千，应该理解为宇宙。七地以上菩萨的妙观察智，不仅能遍照一个大千世界，而是能遍照百千万



亿个大千世界，佛的妙观察智则可以遍照全法界一切。

第六意识非常重要，修行，只能拿第六意识修。南北朝时的地论师，及早期的天台宗，有的法师认为修行是要用第八识、第九识或者第七识修。窥基大师在他的《成唯识论述记》里，特别批判了这种看法，认为七、八、九三种心，都是无意识的，不能修行，只有第六意识，它是明明了了的，具有寻伺、疑、定、慧等多种心所法，用这几种心所法才可以修行。宋代以后，禅宗界说别的宗派都是在第六意识上修，只有禅宗是用第八识修。实际上，这种说法并不准确，因为第八识没办法修行，只能拿第六意识去修第八识，把第八识转为大圆镜智。

我们再看第七识颂：

带质有覆通情本，随缘执我量为非，
八大遍行别境慧，贪痴我见慢相随。
恒审思量我相随，有情日夜镇昏迷，
四惑八大相应起，六转呼为染净依。
极喜初心平等性，无功用行我恒摧，
如来现起他受用，十地菩萨所被机。

佛学所讲的第六意识，跟心理学所讲的意识，包括的范围并不完全一样，但是基本上差不多。第七识，则是现代心理学里都没讲的。第七识，梵语名末那识，意译思量，是一种意识层下的深度思量。

我们看第七识颂的第一句：带质有覆通情本



带质，是说第七识所缘的境，只是带质境，不缘性境，也不缘独影境。第七识所缘的带质境，是真带质，是它底层的阿赖耶识。而这种所缘境，是末那识带起的，唯识学说阿赖耶识与末那识互为根，如果没有末那识的执着带起，就没有阿赖耶识，或者说阿赖耶识就不是阿赖耶识，而是被转成了异熟识或大圆镜智。

有覆，是说末那识的性质是有覆的。佛法把属无记性的心识功能分为有覆跟无覆两种。有覆，全称有覆无记，虽然非善非恶，而能产生无明，覆蔽正智。通情本，意谓末那识是产生各种妄情的根本。什么叫情？第六识因为不能如实知见，滋生各种烦恼，叫做妄情，与正智相对。从现代心理学看，妄情大部分可以归到负面情绪一类。所有的妄情、负面情绪，都以第七识为根本。因为所有的烦恼，归根结底，无非以我执、自我中心的立场为其根源。

第二句：随缘执我量为非

随缘，是说末那识所缘的境，是内心深处的自我，它的功能只是执取内心深处有一个自我，不停地思量这个自我，而实际上，内心深处没有个自我，所以在三量里面，它只是非量，没有现量、比量。非量，意谓错误，似是而非，不是真实。

第三句：八大、遍行、别境慧

第三、四两句，讲末那识相应的心所法。

八大，前面前五识颂里解释过，指八种大随烦恼：掉举、



昏沉、懈怠、懒惰、不信、放逸、失念、散乱、不正知。我们可以体会，这八种心理活动的生起，可以说都是不由自主的，不由意识控制的，那么谁主使它们、控制它们呢？只能说是意识层下的无意识。哪个无意识？唯识学回答：第七末那识。比如修禅定时，意识明确地要去掉掉举、昏沉、散乱这些大障碍，但心并不听意识指挥，会不由自主地生起掉举、昏沉、散乱等禅障；学习、做事、修行，意识都会明确地要求精进，不懒惰懈怠，不放逸，不失念，但懒惰、懈怠、放逸、失念常会不由自主地生起。这指挥生起掉举等障碍的，只能是末那识。不信、不正知与末那识相应，说明它们是先天就有的，与之相反的正信、正知，是后天意识经过思考、学习、善知识影响等而建立的。

遍行，指五种遍行：触、作意、受、想、思，它们在所有心识生起时都有，所以叫遍行，末那识也不例外。但末那识的五遍行心所，都是无意识的。

别境慧，指在别境心所法中，末那识只有一种：慧。慧，梵语般若，分别是非邪正的功能，有正、邪之分。末那识的慧，是确认为内心深处有个自我、实我，属于邪慧。

第四句：贪、痴、我见、慢相随

末那识相应的心所法，还有贪、痴、我见、我慢四种，这四种称根本烦恼。末那识相应的贪，名我爱，爱的是内心深处所认的实我，它可以说是“命根”，因为这我爱，所以不但我们人类，即便低等的虫蛆，也有自我保护、保护



自己生命的本能，这种本能就是我爱。我痴，意谓没有智慧，不知自认为的那个实我实际上没有。我见，是一种认为内心深处有个自我的见解，这个我见跟第六意识的我见不一样，是无意识的。我慢，是因为自认为的实我，而产生的一种慢，总觉得内心深处自己了不起，自高自大、过度自尊。

这四种根本烦恼，又叫做四根本惑，总是紧跟末那识，只要还有染污末那，就有这四种烦恼，所以说相随。

第五句：恒审思量我相随

末那识的功能，叫做恒审思量。恒，意谓永远都在思量，任何时候都在思量，第六意识虽然思量，却非任何时候恒有，有熟眠等无意识的时候，唯识学归纳为五种无心位。末那识则不同，即使在熟睡、住胎、昏迷、被麻醉等无意识时，及修行者入四禅八定、无想定时，末那识也还在思量，只不过我们意识不到罢了。审，意思是一种深细的思量，前五识完全不审，没有思量，第六意识有深细的思量，也有浅度的思量，不是任何时候都有深细的审。只有第七识在恒常深细地思量，思量什么呢？思量内心深处有个实我。

第六句：四惑、八大相应起

四惑，就是指前面的贪、痴、我见、慢这四种根本烦恼。八大，即掉举等八种大随烦恼，它们都跟第七识的恒审思量相应，能随第七识恒审思量内心实我一起生起。误认内心深处有个实我，亦即自我中心的立场，是滋生一切烦恼的根源，叫做根本无明。

第七句：有情日夜镇昏迷

有情，梵语萨埵，泛指一切有情有识，既有感情情绪，又有心识的种类、存在，也翻作众生。镇，在古汉语里相当于整天的整，就是整日整夜的，日夜镇昏迷，是说所有众生任何时候都在昏迷中，昏迷什么呢？不知道第七识恒审思量内心深处有个实我这个命根，是一种非量，一种误认。

第八句：六转呼为染净依

这一句非常重要。六转，意谓将前六识转为智慧，唯识学叫做转依，转识为智。转识为智的关键是什么呢？是转第六意识，因为只有第六意识可以修行，但第六意识有一个根，就是第七识。第六意识所以有污染性，能产生烦恼，是因为第七识的四根本烦恼，特别是第七识执有内自我的我见。因为第七识恒常在内心深处体认有个内在自我，所以，第六意识也就会任何时候体认有一个自我，都会有我爱、我慢、我痴、我见四种烦恼及八大随烦恼。心受污染，令人生起烦恼、轮转生死的总根子，是染污末那。所以论中说：染污末那，为识所依，彼未灭时，不得解脱生死。

如果要解脱生死，净化自心，那么关键当然也是第七识这个生起烦恼的总根子。唯识学把第七识叫做“染净依”，意谓心被污染及净化的所依、根本、关键。见道、开悟的关键，就是打破染污末那的俱生我见。禅宗把七日闭关参禅叫做打七，是在七日内打死染污末那的意思。

实际上，末那识不仅是产生我执的根本，也是产生法执



的根本。它既然体认内心有个实我，就当然有与此实我相对的非我，它把本来是一体的法界或一心二元化为我与非我，是根本的无明。

第九句：极喜初心平等性

菩萨在登初欢喜地时，初转第六意识为妙观察智，同时带动它底层的意根末那识，开始将染污末那转为平等性智。极喜初心，即初地欢喜地，菩萨十地，又各分为入、住、出三个阶段，初地初心即初地的入心，为见道位。

平等性智，是明见一切众生都是平等的，没有高下、亲疏之分，没有佛跟众生之分，因为自我消失，则我与他的分别消失，亲见自己与众生、诸佛一体，同一法身。它是一种无意识的直觉，无意识的智慧。

第十句：无功用行我恒摧

然而，初地菩萨只是在见道时初转染污末那为平等性智，尚不能任何时候跟见到的道相应，不是任何时候都有平等性智。他所断的烦恼，只是第六意识的分别所起烦恼，还不能断六七二识的俱生烦恼，尤其不能永断第七识的俱生我见。虽然在理性上，世界观上，也确认一切众生平等，但第七识无意识的俱生我见还会生起，因此也就不能断尽以此为根的贪瞋等烦恼。

无功用行，指菩萨第八地，功夫纯熟，断尽三界烦恼，心识完全净化成一个自然不起烦恼的清净心，不用作意观修，自然恒常住于断尽我执的清净心中。染污末那的我见、

我慢、我痴、我爱四根本烦恼，永远被摧毁了，说为“我恒摧”。

第七识是修行的关键，是唯识学特别点明的，多数部派和大乘中观派都没讲到第七识，只是在第六识上修。第六识看不到无意识的第七识，如果仅仅是在理性认识、逻辑思维的层面上修，很难触及第七识，很难见道。比如宗喀巴大师的《菩提道次第广论》里面讲，见道的关键是打破俱生身见，但观修的方法，基本上都是在理性认识的层面。只是用那种方法观，是很难打破俱生身见而见道的。所以宗喀巴大师的传上讲，大师是在中阴境界成就的，也就是说生前没有见道。那他讲出来的东西，显然不够见道。佛典里讲到这一点的极少，所以修到这一步的时候，想要明白怎么能够见道，就成为一道难关，经论中的说法，都不够具体。只有禅宗是用疑情，即疑和伺心所法，调动所有心力，往“无明巢窟”意识深层攻，所以打破俱生身见的可能性比较大。

第十一句：如来现起他受用

八地菩萨虽然断尽第七识的我执，但尚未断尽第七识的法执。到成佛的时候，第七识才完全转为智，才把第七识的法执完全断尽，这时的第七识不但转为平等性智，而且能现为他受用的报身。报身，是佛历劫修持所感得圆满果报的有相的身体。唯识学把佛的报身分为自受用与他受用两种。自受用的报身，只有佛自己享用，自己看见，佛以下的菩萨、众生不能见。这种报身不仅具足各种相好庄严，而且极其高



大，如阿弥陀佛赞里所说：“白毫宛转五须弥，紺目澄清四大海”，就是佛的自受用报身，光是眉间的白毫就有五个须弥山那么大，起码有五个银河系大，大到我们很难想象。

第十二句：十地菩萨所被机

他受用报身，大概要比自受用报身小，也只是接近于佛的第十地菩萨所能受用，能看见，能亲近听法。第十地菩萨初得一切种智，接近于佛的功能，论中说：“住十地中当知如佛”，但与佛还是有差距。

这种他受用报身，人间可以说从来没有几个人看到过，所以多数大乘经中也不讲这回事，因为难以令人相信。人间出的菩萨，除了文殊、弥勒、维摩诘居士在十地以上，以后的菩萨，没有一个达到十地。如马鸣菩萨，传记讲是八地菩萨，龙树是初地菩萨，无著是三地菩萨，都没有达到十地。我们只有以信仰信受这种说法了。

最后，我们看第八识颂。

性唯无覆五遍行，界地随他业力生，
二乘不了因迷执，由此能兴论主诤。
浩浩三藏不可穷，渊深七浪境为风，
受熏持种根身器，去后来先作主公。
不动地前才舍藏，金刚道后异熟空，
大圆无垢同时发，普照十方尘刹中。

第一句：性唯无覆、五遍行

第八识名阿赖耶识，意译藏识，今有译为仓库意识的。

又有本识、阿陀那识、一切种子识等别称，其伦理属性，唯是无覆无记，是中性的，非善非恶，不直接产生烦恼，不覆蔽真如。不像第七识虽然不直接产生烦恼，非善非恶，而覆蔽真如，为有覆无记。

五遍行，是说第八识相应的心所法只有五种遍行：触、作意、受、想、思。但是这五遍行，跟我们理解的前六识的五遍行不一样，都是无意识的。它的触，我把它比喻就像一个电脑打开了，作意，是它开始进入工作状态，受，它开始接受信息，想，它开始辨别信息，思，是处理信息。这都是无意识的。

第二句：界、地随他业力生

界是三界，地是九地。众生随所造的业，被业力驱迫，轮转于三界或者九地，阿赖耶识任何时候都随逐他，从不捨离。也就是说，轮转于三界九地的每一众生，甚至微虫，都有自己的阿赖耶识。九地，指欲界、初禅、二禅、三禅、四禅、空无边处、识无边处、无所有处、非想非非想处九个层次。

第三句：二乘不了因迷执

二乘，就是声闻乘、缘觉乘，合称小乘，当然只是大乘这样讲，小乘自己不承认，当今南传佛教只承认他们是上座部。二乘人不能明了阿赖耶识，是因为他们只破了我执，未能破法执，迷执，应指法执。实际上，二乘的经典里，也不是没有说阿赖耶识，《增一阿含经》里就讲众生喜阿赖耶，



须断阿赖耶。在南传佛学文献中，有一首佛成道后所唱的歌，这首歌里面有一句，就是我永远地断了巢窟，巢窟，原语应是阿赖耶。阿赖耶，梵语、巴利语有巢窟意，什么是巢窟？我们众生本来以整个法界、整个宇宙为体，但我们不明了，要在法界里给自己找一个洞窟藏身，这就是无始无明。还有大众部的《阿笈摩经》说有根本识，为转识所依止，这根本识应即是阿赖耶识。上座部的《分别论》说有“有分心”，为诸识所依的心体，唯识学认为都是阿赖耶识的“密意说”，即方便的说法。《显扬圣教论》中说：三乘见道者“可容得见阿赖耶识”，意谓二乘的见道者也有可能见到阿赖耶识，但不能究竟明了。不仅二乘见道者，即入无色界识无边处定者，定中也唯见阿赖耶识无有边际。

实际上，不止二乘，大乘中观派也不明了阿赖耶识，不立阿赖耶识。

第四句：由此能兴论主诤

在有无阿赖耶识这个问题上，小乘曾经跟唯识学者争论了很长的时间，玄奘大师去的时候还在争论。他们的争论跟我们今天的学术辩论不一样，如果辩败了，要斩头相谢，或皈依对方，是一件极为严肃的事情。所以小乘学者挑战时，印度住有一万多大乘僧众的那烂陀寺，竟然没有一个人敢于应战，只有从中国大唐去的玄奘大师应战得胜，赢得了“大乘天”的称号。部派佛教之间在这个问题上也有论战。还有大乘中观派后学，与唯识学者在这个问题上也有争论。如月



称所造《入中论》，明确认为没有阿赖耶识也可以解释因果报应，他不承认有阿赖耶识。宗喀巴大师继承了他的这个说法。现在很多人都在学这个论，当年太虚大师就曾批判这个论水平很低。有多部大乘经讲阿赖耶，经中之王《华严经》里面就讲了。《瑜伽师地论》举出八条理由论证必有阿赖耶识，《成唯识论》引了九个经，列举十条理由，论证必有阿赖耶识，就是针对二乘与中观派后学的。今天西方的深层心理学，认为在意识层面下有无意识，而且运用于心理疾病治疗。荣格将无意识分为个体无意识和集体无意识两个层次，其内容相当于佛法所讲的阿赖耶识里面的一部分，是通过分析精神特别是精神病及治疗建立的。今天如果还讲没有第八识的话，显然是落后于心理学的。

第五句：浩浩三藏不可穷

这讲阿赖耶识的功能是三种藏，是储藏的藏而非唐三藏的“藏”：一是能藏，具有能储藏的功能，犹如仓库，所以叫藏识；二是所藏，所藏的东西是诸法的种子，所以阿赖耶识又叫做一切种子识。种子，又翻译为习气，不是一个实物，而是一种势能。三是执藏，第七识把它执为内在的自我。究竟是执整个的阿赖耶识为内在自我？还是执阿赖耶识见分为内在自我？这在唯识学界有争论，我认为是执整个的阿赖耶识为内在自我。这三藏，在今天看来，并不完全，应该还有一个摄藏，摄，有摄受、处理的意思，我们可以把阿赖耶识比喻为一个宇宙性的心灵电脑，它不仅有接收信息亦即能



藏的功能，还有处理所藏信息的功能。

这三藏的功能，广大无边，就像《解深密经》所比喻，如同浩浩荡荡的瀑流，从无始的过去流向无尽的未来，无穷无尽。只要你不成佛，不将阿赖耶识转依，它的运作就永远没有穷尽。

阿赖耶识所藏的种子，是以植物的种子作比喻，说它们能像种子出生植物一样，出生现行的根身器界。种子分为见分种子和相分种子两类，见分种子是一种心理势能，乃心识的活动的产物，每一心识活动，都会在阿赖耶识的田地里落下种子，成为再生起心识活动的因，就像植物在土地上落下种子。相分种子可以看作一种物理势能，可以造成心识所见的山河大地等相分。

第六句：渊深七浪境为风

《楞伽经》偈说：“藏识海常住，境界风所动”，将阿赖耶识比喻为海洋，被境界的大风吹动，海面上生起波浪。这种波浪极其渊深，有七种，就是前七识，叫做七转识，是不停地运转、转变之意。吹动七转识的大风，是境，即它们了别的境，或者尘。具体而言，眼识所了别的色，耳识所了别的声，鼻识所了别的香（气味），舌识所了别的味，身识所了别的触，意识所了别的法，末那识所了别的内自我，这七种尘境的鼓动，使阿赖耶识的大海上总是一片渊深翻动的波浪。

第七句：受熏、持种、根身、器



这里更具体地讲阿赖耶识的功能。受熏，是接受熏习的意思，接受什么熏呢？前七识，前七识在运作的时候，不但现前发生作用，而且就像植物繁殖一样，在心底层的第八识田地里落下种子，形成能生起现行的习气、势能，就像衣物被香气久久熏染，会染上香气，这叫熏习。众生的每一念，都在熏习阿赖耶识，给阿赖耶识中不断增添种子。所以，修行人要管好自己每一念，它不但现前发生作用，更重要的是它会在阿赖耶识里储藏种子，决定下一念或者将来心思怎么运作。

持种，是说阿赖耶识储藏、保存种子，使它不会消失。《成唯识论》说种子有六义，即六大性质，刹那灭，生后即灭，非常住的实体；果俱有，与所生的果同时存在；恒随转，相续不断，就像河里的波浪一样，一浪推一浪，永远不会消失；性决定，其有漏无漏、善恶无记的性质决定不变；待众缘，须因缘具足，方能生果；引自果，各个种子只能引生各自的果报。

根身、器，是说阿赖耶识的功能是变现根身和器界。根身，即众生禀受的具有眼耳鼻舌身意六根的身体，器界，指众生生存所依止的山河大地、日月星辰，又称器世间，意谓它是众生使用的器具。凡夫通常认为，世界跟我们众生没有关系，不知它是我们阿赖耶识所摄，是阿赖耶识的一部分，是由阿赖耶识变造、变现的。如何变造、变现？依众生所造的业，造业后形成的种子储藏在阿赖耶识里，阿赖耶识遵循



业力果报规律，对之进行处理、编码，将其中的相分种子变现为众生禀赋的根身和依止的器界。各个众生由所造业不同，感得的根，即感知器官、感知方式，身，身体，包括相貌，各自不同。大家所造同类的业，在阿赖耶识中落下共相种子，则感得同类的根身器界，如我们人类群体，所感得的根身、感知器官、感知方式及所对的世界基本相同。而共中又有不共，各人所造不共业，感得各自的根身器界各有不同，根身有诸根具足及不具足（残疾），有肤色、高矮、美丑之别，器界则各地的地貌、环境、气候等各有不同。

总之，众生禀赋的根身器界，是一种果报，佛法把生命的主体叫做正报，把生存环境器界叫做依报，依正二报，皆非主观意识所决定，是自己的阿赖耶识根据意识所造的业，遵循业力因果法则所变造，虽然似乎客观外在，其实终归是自心变现，所以佛法说万法唯心造。这种变现是顿现，与心识同时发生，所以难以觉察。阿赖耶识是所知的一切：身、心、世界的最终依据，所以叫做“所知依”。

佛法大讲万法唯心、依正不二，对处理人类与自然界的 关系，极其重要。

第八句：去后来先作主公

这是说众生轮回转世，入胎的时候，阿赖耶识先来，死的时候，阿赖耶识最后走，阿赖耶识可以说是轮回生死的主人公、主体。这样讲，从世俗谛来说，是一种方便，但严格而论，表达并不准确。如果把阿赖耶识理解为一个轮回主体，

就与婆罗门教等所立的轮回主体梵、神我或灵魂有混同之嫌了。佛法不承认有个固定不变的轮回主体，阿赖耶识并不是灵魂，非常住不变，而像汹涌的瀑流。“来先”，也讲得不太准确，来投胎的，也不能说就是阿赖耶识，而是具有五蕴的中有、中阴身，并没有一个纯粹的阿赖耶识来投胎，“去后”，死亡时，最后确实从身体里面出来一个东西，但是那也不是整个的阿赖耶识，整个的阿赖耶识还是根、身、器，最后离体的，只能说是阿赖耶识的见分。所以，这一句，引起过一些人的批评，它是为了押韵，随俗而说的。

第九句：不动地前才捨藏

不动地，为菩萨第八地，修行到这一地，其阿赖耶识才捨弃了藏识之名。唯识学说第八识有三位：在阿罗汉、八地菩萨以下的凡夫众生，其第八识是杂染的，有漏的，叫做阿赖耶识，意译“藏识”。到菩萨第八不动地，及小乘阿罗汉果、辟支佛，断尽了烦恼，其第八识便不叫藏识了，叫做异熟识，或译作果报识。异熟，意谓因所得的果报异时、异地、异类而成熟，不是现在就受报。异熟识不同于藏识的地方，是藏识储藏处理有漏种子，异熟识则不处理有漏种子，只是处理过去世杂染种子的业报及未来世无漏种子的业报。阿罗汉、辟支佛、八地以上菩萨断尽了烦恼，其第八识不再储存杂染种子，但是还处理他前世的业报，如果他前世杀了人，今生还是要还命债的，还可能被人杀死。如摩诃目犍连罗汉、狮子尊者等，就因前世的业报被人杀害。如果前世造的杀业



多，今生证到阿罗汉果或八地菩萨，可能多病。如果前世经常发怒，脾气、脸色不好，虽然证果，而相貌可能还很丑陋。这就是异熟识处理的结果。而现在造的善业、无漏业的种子，储藏在异熟识里，将来成熟，也是异熟识在处理。如八地菩萨、阿罗汉、辟支佛今生的无漏业，会感得他来世相貌、净土的庄严。

第十句：金刚道后异熟空

金刚道，指金刚喻定，又译作如金刚三昧。意谓这个定像金刚一样无坚不摧，能够摧碎一切烦恼、执着、障碍。小乘在证得阿罗汉果之前，须入金刚喻定，断尽三界烦恼。大乘则在成佛前要入金刚喻定，于定中断尽最后的一分法执。金刚道后，即成佛时，他的第八识就不能叫做异熟识了。

第十一句：大圆、无垢同时发

成佛时第八识完全转为阿摩罗识，意译无垢识，完全清净无染，有的经上也把它当作第九识。从一种心识的角度讲，叫无垢识，它的功能就转为大圆镜智，意谓它像一个无比巨大、包容全宇宙的大圆镜，能够映现一切。映现什么呢？佛果的庄严报身跟净土。第八识变现根身的功能，变现出庄严报身，变现器界的功能，变现出庄严净土。与众生的阿赖耶识顿变根身器界一样，佛的第八识变现庄严报身、庄严净土，也是顿变，在成佛的一刹那间，他的报身就突然出现，他的净土就立马成就。不是像我们人类建设世界一样，今天修一座大楼，明天植一棵树，要花一定的时间才能逐渐建成优美



的生存环境。大圆镜智与无垢识，本是一个，智是识的功用，是同时成就的，所以说大圆、无垢同时发。

第十二句：普照十方尘刹中

这是说，佛的大圆镜智普照十方微尘数世界。刹，为世界之意，佛经中常说微尘数佛刹，意谓宇宙无边，其中的世界就像十方世界的微尘数量一样多。现在讲宇宙有多大，只是就可观测的范围而言，其所知在宇宙里可能只是极小的一个微尘。《华严经》中对法界所包的宇宙，有具体的描述。四大洲绕一日月上覆六重欲界天、三重初禅天，为一小世界；一千个小世界上覆一二禅三重天，为一小千世界；一千个小千世界上覆一三禅三重天，为一中千世界；一千个中千世界上覆四禅九重天、无色界四重天，为一大千世界，称三千大千世界；无量三千大千世界为一世界种；无量世界种为一世界海，为一佛的净土。法界中有无量世界海，无量佛，其数量非人智可以思议。佛的大圆镜智，一刹那间可以普照这无量无边的世界海，于其中的一切无所不知，无所不见，叫做一切种智。

究竟阿赖耶识底层有没有一个第九识？在佛学界是一个长期争议的问题，今天还在争议。真谛一系唯识古学认为有第九识，乃本具的真心；唯识今学认为识只有八个，没有第九识，如果以阿摩罗识为第九识，它不是本有的，而是第八识转成的。唐密金刚界法采用九识说，认为第九阿摩罗识本有，在成佛时，此识转为法界体性智。藏密无上瑜伽部法



也采用九识说，说在凡夫位时，第九识真心包含在心轮处阿赖耶识之内，为一芥子大小的明点，成佛时，缠缚心轮的脉结被全部打开，芥子大的明点爆炸，扩大为遍满法界的离戏明点，即是法身、阿摩罗识、法界体性智。但这一经验，也可以理解为缠缚心轮的脉结被正智炸开后，本来具有的自性清净心显现，犹如遮蔽虚空的云雾被驱散后，虚空的本面显现。也可以解释为遮蔽真如的遍计所执破尽后，阿赖耶识转为无垢识。

对阿赖耶识的染净真妄，有杂染（妄）、清净（真）、染净和合（真妄和合）三种看法。唯识今学认为阿赖耶识是杂染的妄心，有《瑜伽师地论》等为证；古学有认为阿赖耶识本性清净，为真心者，《大乘密严经》等有此说；《起信论》等认为阿赖耶识是染净、真妄和合、生灭与不生灭和合的。

实际上，对第八识的各种说法，只是人为建立的不同，其实质并无太大差异，可以融通。如果认阿赖耶识为杂染的妄心，则其中寄附的无漏种子，特别是本性住无漏种子，相当于第九识，因此也可以建立为第九识。唯识今学说本性住无漏种子不是储藏而是寄附在阿赖耶识中，等于认为无漏种子是阿赖耶识之外的另一种种子，当然也可以立为另外的第九识了。这本性住无漏种子，可以看作藏密所说心轮处阿赖耶识中如芥子大小的明点，也称为本来心。当成佛时扩大遍满法界成为离戏明点时，也就是转识成智。如果说第八识是



清淨的真心，那只应就其体性而言，而就体性说，不仅第八识毕竟空故本来清淨，即五蕴、一切烦恼，皆毕竟空，本来清淨。说第八识染淨、真妄和合，在八地以下菩萨及阿罗汉、辟支佛、一切众生，应该也是比较圆满的说法。他们的第八识虽然杂染，而内含清淨的无漏种子，可以看作本觉、真性。

然而，第八识并不等于真如，真如乃第八识乃至一切法的体性。《楞伽经》明确说转依了的阿赖耶识才是真如。因此，只是见到第八识，并不等于见道。未见道而入识无边处定者，唯见阿赖耶识无边无际。我在 11 岁时有次忽然见自心分为三个层次，底层的心体无有边际，其中黑白色的小点刹那生灭，犹如一条从过去流向未来的大河，很像《解深密经》所说一切种子如瀑流的阿陀那识，后来知道那是宿世识无边处定境界的偶然发现，并非见道。而已见道者也未必都能见阿赖耶识，只是可能见，《显扬圣教论》中说，三乘见道者“可容得见阿赖耶识”，不是必然得见。将第八识儻侗地看作如来藏、佛性，并将其等同于真如，则会导致对真如、见道的误认。如来藏、佛性，在大乘佛学中是一个很不确定性的概念，不仅第八识可以看作如来藏、佛性，即五蕴、六识、慈悲、十二因缘、空性等，都可以看作如来藏、佛性，《大般涅槃经》《维摩经》中即有此说。

自宋代以来，禅宗中人多依《楞严经》破五阴之说，说打破识蕴即阿赖耶识，“掀翻八识巢窟”，方可开悟，大慧宗杲禅师说来为先锋去为殿后的不死，不得休歇。明代憨山



大师说：“忽然藏识迸裂，露出本来面目，谓之悟道。”太虚大师认为，初关破本参所见者，仅是阿赖耶识心体，是共外道境界，若以此为见性，则易落入外道；破重关打破染污末那时，所见为空性，为共二乘境界，若止于此，则易落入小乘；破末后牢关所见者，方为真正见佛性。如果说见到阿赖耶识即是开悟，或者打破阿赖耶识方得开悟，那只有见到第八识毕竟空及如实不空的体性、真如，才是见道、开悟。说见道打破阿赖耶识，准确地说，应该是见道打破染污末那的同时，暂时遏制了阿赖耶识中的人法二我见种子，修到菩萨八地或阿罗汉果，方才永灭阿赖耶识中的人我见种子，转阿赖耶识为异熟识。修到佛果位，才完全转阿赖耶识为大圆镜智。

阿赖耶识不仅是由分析心识结构而建立，是修行者依所证而亲见。藏密讲，阿赖耶识在凡夫位，是一个指头或黄豆大小的明点，位于心轮处，其中藏满刹那生灭的黑白色种子，各人明点的亮度、种子不同，可以清净天眼看见。死亡时这明点最后离体，即是“去后来先”的“去后”。具清净天眼的圣者，可以就所见阿赖耶识明点，判断此人烦恼大小、根器上下、开悟与否。南传佛学也说，心脏附近有“心所依处”，如明亮的镜子，大概即是所见的阿赖耶识。

这种体验，应该说是真实的。但说这即是阿赖耶识，也未必准确，这大概只是阿赖耶识见分的相，阿赖耶识应是场态的，没有界限，广大无边。至于其体性，就更非肉眼、天

七、《八识规矩颂》讲解

眼所能见了，只有以慧眼去见。所以经中说，凡夫、外道、二乘、菩萨，都不能究竟阿赖耶识，它非常非常微细，只有佛才能穷尽它的底蕴。

(2018 年 3 月讲于华严书院，任雅仙录音整理)