

「中峰三時繫念法事全集」第七十五集的播出。諸位觀眾大家好，阿彌陀佛。上一集跟大家報告到煩惱濁，這一集接下來報告第四條「眾生濁」，「見思所感、粗弊五陰和合、假名眾生，非欣厭之行，必不能度」。眾生這個名詞的本義是眾緣和合而生起的現象，就叫做眾生。佛在經上常常稱我們為眾生，這個稱呼好，為什麼？從稱呼上提醒我們覺悟，讓我們了解事實真相。我們的身體是眾緣和合而生起的現象，說明它不是真的。眾緣和合，這個現象在，眾緣要分散了，這個現象就不在了。你不可以把它當真，你要把它當成真的就錯了。所以這是四大和合，這個假的身體是暫時的存在。

這個現象怎麼來的？我們為什麼有這個身體？第一句話說得好，「見思所感」，我們的見思煩惱所感召得到這個身體。見思就是《華嚴經》講的「唯識所變」，心意識變現的，也是大乘教裡常講的「一切法從心想生」。我們的身體也是從心想生，見思就是心想，就是識變。一切法都是從心想生，這是宇宙事實的真相，釋迦牟尼佛一語道破，讓我們明白，讓我們清醒過來。眾緣和合而生起的現象，不能說有，也不能說無。你說無，這個現象明明存在。你如果說無，這個現象存在，我們的見聞覺知你能感觸到。你要說它有，「當處出生，隨處滅盡」，就是我們這個身跟外面的萬物是剎那剎那在生滅，在起變化，念念不住。所以我們人老不是一下就老，它是一分一秒一直變一直變，說一分一秒這個時間比較長，經上講剎那剎那。你要說它有，它一直變化，前面這個滅，後面這個又生了，我們細胞不斷在換，新陳代謝，你要說它有，但是它是生滅的。

，時時刻刻在變化，所以不能說它有，也不能說它無，你得了解事實真相。

「粗弊五陰和合」，五陰是色受想行識。我們先把五陰簡單解釋一下，然後再講「假名眾生」。陰是覆蓋的意思，蓋覆。好像白天的陽光如果陰天有烏雲蓋住了，太陽的光明我們就見不到。我們的自性光明就好像陽光被烏雲蓋住了，陰天蓋住了，使我們見不到自己本來面目，不能見性，把我們的性障礙住了，也就是唯心所現，把心性障礙了。這五種障礙了我們的心性，我們迷在這五種裡頭，不了解這五種東西的真相，讓我們對於宇宙之間一切萬事萬法，產生錯誤的看法，錯誤的想法，所以這五種就把稱它作陰，五陰，色受想行識。

這五種第一個是「色」，色用我們現代話來講就是物質。四大，地水火風，這是物質。物質有這四種大特性，決定不能離開這四個性質，這是它的特性，所有一切物質不離開地水火風。地水火風這四個字都是形容、比喻。地，它是一個物體，有體積，我們看得到的，就是說物質；能夠摸得到，它很小，我們肉眼看不到，小到很小，這是微塵集合起來成為物質。佛說了，阿羅漢的天眼能見到微塵，但是微塵還不是物質最小的，還有比微塵更小的，色聚極微、極微之微，那就是物質最小的。極微之微，阿羅漢見不到，誰能見到？八地菩薩見到了，要證得八地菩薩，八地菩薩不動地能夠見到極微之微，那個比微塵還小，這是物質的根源，所有一切物質都是極微之微它合成的，它組合起來，所以這是物質裡最小最小的物質。

現在科學家也發現了，也講得很清楚、很明白。科學家是用分析的方法，把物質分成了分子。分子再分，分得更小，發現分子是原子組合的，再分下去變原子。原子再分，原來原子是原子核跟電

子合成的，變成原子。電子還可以再分，粒子，是粒子組合的，組成電子。粒子還可以分。這就是佛經裡面講的極微之微，這個粒子再分，現在科學家還沒發現到，還沒找到。但是現在科學已經知道有很小的物質，已經找到粒子，現在科學的顯微鏡還發現不到極微之微，還看不到。我們等待著科學再進步，看能不能發現佛在經上講的最小的物質，極微之微。

我們從最近科學的報導，科學家講宇宙的原點，好像假設我們人的一根頭髮，一根頭髮我們看起來很細。頭髮一根，假設一根頭髮長長的把它切斷，把一根頭髮切斷，這個平面的直徑，你看我們眼睛可以說看不到，一根頭髮那麼細，把它切斷的平面，平面是一個圓形的，圓形的直徑排列多少的微塵？排列極微之微這個微塵能排列多少個？一根頭髮切斷，那個橫的平面，細細的一條，能排一百萬億億億，一百萬後面再三個億這麼多的微塵。頭髮切斷的平面可以說眼睛都看不太清楚，但是那個當中有一百萬再三個億這麼小的微粒，一百萬三個億，這我們眼睛看不見的。科學家在理論上發現是這樣，推論，理論上發現。

這麼小的一個微粒，它有這四種現象。地，它是一個物質；水就是它有濕度；火就它的溫度，現在科學是講陰電、陽電，水是陰電，火是陽電；「風」就是說它是動態的，它不是靜止的。所以所有一切物質現象都在波動，都是一種波動，它不是靜在那邊都不動，它要不動就不能存在。這也是現代科學家發現，現在科學家說世界上沒有物質，物質是什麼？就是一種波動的現象。這個講法很有道理，跟佛經上講的相應。所以它是從波動當中產生的現象，這是講物質有這四個特性。

但是物質也是「唯心所現，唯識所變」，它決定不能離開心。心的特質也有四大，物有四大，心也有四大。心的四大是什麼？見

聞覺知，這是心的特性，它能見、能聞、能覺、能知，再小的物質它都不會喪失它的特性，在物質裡面稱之為法性，在動物裡面稱之為佛性，佛性跟法性是一個性不是兩個性，是同一個性，完全相同。性是真心，真心、本性都是一個意思，名詞不同，意思相同。我們有時候稱它作心性，心性所現，物質是心性所變現出來。它變成物質，就物質上有四大特性，就是地水火風。

所以對於什麼叫物質，我們要把它認識清楚，物質到底是什麼東西？它從最小，能夠組合成粒子，組成電子，組成原子，組成分子，再組成一切萬物。所有我們六根能接觸到的一切物質現象，一切動物、植物、礦物，乃至於虛空都是屬於物質現象。你要了解它的真相是什麼，你才不會被它迷惑。在物質現象裡面你不起貪瞋痴慢疑，明瞭這就不會起來。不明瞭，你一定起貪瞋痴慢疑，那你自性能現能變的性識被障礙了，這就稱之為陰，色陰。色陰跟大家簡單介紹出來，色是物質，我們對於色要有正確的認識。

現在我們看受，受想行識。受就是感受，受是前五識，眼耳鼻舌身。「領納五境」，用現在話來說，接受外面的境界。眼接受外面的色，耳接觸外面的聲音，鼻接受外面的氣味，舌接受外面的滋味，身接觸外面的冷暖寒熱、硬軟粗細，這是身體的接觸。這是講受，領納五境，這是說受的作用，就是我們現在講的感受、享受，都包括在受這裡面。在法相宗裡面講這是前五識，眼耳鼻舌身，前面五識。

想，人有思想，心裡起心動念是第六意識，第六意識「分別計度」。中峰禪師在這部經上為我們講開示，他說了三種心，緣慮心就是第六意識。頭一個講肉團心，就是身體裡面父母生的心臟。第二個就是緣慮心，第六意識，緣慮攀緣。能夠思惟、能夠思想，這個心屬於第六意識。它有分別的能力，它有計畫、度量，統統屬於

分別，在五陰裡叫做想。一切法從心想生，第六意識的功能很大！想過去、想現在、想未來，想很多很多無量無邊，這是想。

「行」是第七識，「恆審思量」。為什麼稱它作「行」？它不間斷，念念不間斷，堅固的執著。審就是審查，恆是恆常，從來不間斷。這裡面最重要的就是執著「我」。我有兩種，一種是人我，一種是法我。堅固的執著，執著我，這是錯誤的。實際上並沒有我，人我、法我都沒有，這是事實。

最後一條，「識」，識就是指第八識阿賴耶識，「執持不壞」。第八識是阿賴耶，第七是末那識，第六是意識，前面五識是眼識、耳識、鼻識、舌識、身識，這是從法相八識來說。第八識就是我們一般人講落印象，我們見色聞聲，六根接觸外面六塵的境界，一接觸就落印象，不斷落印象。你看到一個人，聽到一次音樂的演奏，你能夠記得起來，你能夠回憶。這個事情已經過去了，為什麼還能想得起來？比如說你認識一個人，曾經跟這個人見過面，下次再見面，或者沒見面的時候你想起這個人，為什麼你想得起來？這就是有個印象在，一般說落印象，印象就是第八識的作用。因為有這個印象落在第八識裡頭，第八識就像我們現在講的倉庫、資料室、檔案室，六識所有一切印象統統儲存在這個地方，都存在這個地方，而且它永遠不會失掉，執持不壞，好的壞的它都存起來，就像倉庫一樣。不但這一生你的見聞覺知這些事藏在這個裡面不會失去，你過去生中、再過去生中，無量劫之前，所有的印象全部藏在這裡面，這是第八識的作用。

這個事情我們可以從西方催眠術得到證明。我們曾經看到一個報告，有一個人接受深度的催眠，他能夠說他過去一世，過去生中再過去、再過去，好像講了八十四世。就是八十四世之前的事情在深度催眠當中，他也能說得出來。八十四世，算算時間有四千多年

。能夠說出那個時候的生活狀況，他叫什麼名字，他住在什麼地方，跟哪些人接觸，問他那個時候使用什麼貨幣，他都能說出來。這決不是欺騙人，決不是編造，這是說明阿賴耶識含藏的種子確實不滅。如果照佛經講，無量劫以前的種子都在。我們知道世間的催眠術是有限的，有個限度，能夠知道八十幾世之前的事情，這就非常不簡單了。

在佛法裡面講，禪定可以突破這個界限，甚深禪定。像阿羅漢的禪定能夠知道過去五百世，五百世，還知道未來五百世，過去五百世，未來五百世，阿羅漢有這個能力。菩薩的能力更大了，如來果地上是徹知，過去無量劫，未來無量劫，統統清楚，統統明瞭。為什麼？這個道理我們現在明瞭，因為見了性之後，我們平常講明心見性，圓教初住菩薩見了性之後，就入一真法界，入不二法門，入了不二法門，時間、空間等於零，沒有時間也沒有空間，無量劫以前的事也是都在面前，未來無量劫也是在面前。由此可知，阿賴耶這個資料庫裡面東西非常豐富。釋迦牟尼佛曾經說過，如果我們阿賴耶識含藏的這些種子，就是這些印象，如果它是物質，它有體積，縱然那個體積是再小再小的物質，佛告訴我們盡虛空遍法界都裝不下，好在它不是物質。

在深位的菩薩，見性也有淺深差別。法身菩薩有四十一個階級，這都是明心見性，他見的淺深廣狹有差別。深位菩薩，別人阿賴耶識裡面含藏的習氣種子，他能看到。就好像你的檔案庫、資料庫裡面，我可以調出來看，可以隨意調出來看，不但知道自己，也知道一切眾生，障礙就沒有了。你看在催眠，催眠這個方法，他能夠調出自己的資料檔案，他沒有辦法調別人的。甚深禪定可以見到一切眾生阿賴耶識裡面含藏的習氣種子。所以佛度眾生方便，為什麼？他對眾生的根性太了解，你過去生中生生世世，他沒有一樣不知

道。

受想行識屬於心法，佛法把一切法，最簡單的劃分，分為兩大類，一種是心法，一種是物質，色法就是物質，用現在話講就是精神跟物質，精神就是心法，物質就是色法。現在科學家也是這樣分法，分做物質跟精神，物質是色法，精神是心法。在佛法裡面講色法跟心法是一不是二，我們世間這些科學家、哲學家把它分做兩邊，好像物質不是精神，精神不是物質，都是獨立的，好像沒關係，其實佛說不是獨立的，它是同一體，不是二。心法是能生能變，色法是所生所變，能所是一不是二，這就是歐陽竟無先生所說的，佛法不是哲學，不是宗教。哲學裡面，能所是分開的，能不是所，所不是能，對立。佛法裡面講能所，有講能所，但是能所是統一的。嚴格來講，精神跟物質是決定分不開的。為什麼？物質有法性，法性的特色，前面我們講了，它也有四大，四大特性，那個四大特性就是見聞覺知。所以一切物質都有見聞覺知，現代科學才開始發現。

日本江本勝博士研究水結晶，這是發現的開端，知道物質有見聞覺知。但是佛經上講的，講了很久了，三千年前佛就說了。《華嚴經》是佛最初講的一部經，《華嚴》說「一切諸法，唯心所現，唯識所變」，這是最早講的。佛在楞嚴會上說得很清楚，「諸法所生，唯心所現，唯識所變」，《楞嚴經》說「諸法所生，唯心所現，一切因果，世界微塵，因心成體」，這就講得更清楚。心的體就是性，我們佛法講法性，植物、礦物是法性，連虛空也是法性。法性就有見聞覺知，中峰國師在這裡開示說「靈知心」，靈知心就是大乘經上講的佛性、法性，它四大特色就是見聞覺知。

我們現在對這些植物做實驗，細心觀察，真的。植物，我們以善意對它，每天三次，一次三分鐘就夠了。你對它說：你長得很好

，我很愛你，很感謝你，這個植物愈長愈好。像一般鄰家種盆栽，如果你很關心、很有愛心來照顧它，它就生長得愈來愈美，如果你都不理它就愈長愈醜。所以這個實驗就很明顯。另外一盆，你以惡的念頭對它，說我很討厭你，你長得很醜，我不喜歡你，一二個星期差不多就乾枯了，這就很明顯從植物也能做試驗，它真正能懂得人的意思。

現在許多人都在學習這個實驗，這個實驗可以說大家實驗都有成果出來，沒有一個失敗，證明植物有法性。礦物也是有法性，像江博士他研究水，水屬於礦物，水能知道人的意思，其他像石頭、沙，這都知道它能看、能聽、能覺、能知。為什麼？它的體是法性，法性有這四個特色。就好像色法裡頭有地水火風這四種特性。現在我們還沒有辦法來試驗，用科學儀器還沒做到試驗礦物，土、沙、石頭，我們在考慮進一步要怎麼樣來觀察這些東西也有見聞覺知的特性，佛法裡面所講的我們就能懂了。《華嚴》說的「情與無情，同圓種智」，這個問題我們解決了，不再疑惑。「一切法從心想生」，「境隨心轉」，這些問題就都證明了，這是非常重要的說明。

如果我們真正明白了，真正懂了，我們自己的色受想行識完全自己能做得了主。第一個，我們可以做什麼主？可以不老，可以不病，可以不死，真能做得了主。生死，這經論裡面講得太多了，那是一個轉變，因果的轉變，決定沒有死。為什麼？你的法性不生不滅。法性所變的法相，身體是相，整個宇宙一切現象是相，相有生滅，性沒有生滅。通達這樣一個事實真相，我們對於生老病死恐懼的念頭完全就消滅了，不再有恐怖，那是我們所變的。

能變的是我，這是真正的我，所變的這個不是我，這個意思不能錯會。所變的是我所變的，我是能變，能變是我。所以能變的是



靈知心，這個靈知變出來的，妄心都是所變，都不是我。所以講這八個識，八識不是我，八識是心理的作用，而且這個作用是錯誤的作用，不是正確的作用，迷了叫八識，覺悟了就不叫八識，叫四智。四智就是正確的作用。

所以我們現前是非常粗，非常不好，可以說是「粗惡五陰和合」，我們現在這個身。這個色身、色心和合的身相，「假名眾生」，眾緣和合而生；物質是地水火風，精神是受想行識。但是六道裡面眾生，無量劫以來都執著這個身體是自己，都執著受想行識是自己的心，錯了，於是在這裡面起惑造業，受輪迴的果報，生生世世頭出頭沒出不了六道輪迴。

大師在此地告訴我們「非欣厭之行，必不能度」。欣厭就是講淨土，只有嚮往西方極樂世界，厭離六道輪迴，厭離娑婆六道輪迴，你才能度，才能得度，這是淨土宗的方法，淨土對我們就非常有利益，因為這個法門，我們從前面一直看過來，這個法門方便、簡單、容易，這個法門是橫出不是直出。橫出是對劫濁講的，方便是對見濁講的，轉凡心為佛心是對煩惱濁講的，厭棄六道輪迴、嚮往極樂世界是對眾生濁講的。

再看後面這一條「命濁」，「因果並劣，壽命短促，非不費時劫，不勞勤苦之行，必不能度」。命是壽命，就是你的身體在這一世當中，你能夠相續多長的時間，你能夠支持多久的時間，絕大多數大概五六十歲就走了，五六十歲往生的人太多太多。十幾歲、二十幾歲走的也很多，我們去殯儀館看就看得到的，比比皆是。在古代唐朝時候杜甫，當時的一個詩人，他的詩句裡有一句話說「人生七十古來稀」，就是說人生活在這個世間能夠活到七十歲就很希有了，就不簡單了，這是唐朝那個時代的人講的。

因，我們的壽命，得來的壽命是過去生中所造的業因，這一生

得到的壽命是果報。健康長壽的業因，佛在經上給我們講得很清楚，無畏布施。你有慈悲心，勇於救苦救難，心地善良，多做善事，你才能得健康長壽。自私自利，損人利己，壽命就短促。中國世法裡頭所講的折福，你的福報折掉了，打了折扣。本來你能夠活一百歲，現在只能夠活到六七十歲，這是折福，福報折掉了。你要能夠捨己為人，念念為社會苦難眾生著想，行行真正能夠捨己為人，往往壽命增長，壽命延長，延年益壽。壽命延長不是享福，做什麼？為一切眾生服務。所以說因果並劣，為一切眾生服務。

在這個世間幾個人能夠活到一百歲？太少太少，不多。我們要在這一生當中修行證果，就必須要不費時劫，短時間能夠修成。還要什麼？不勞勤苦，要容易修。為什麼？這個世間貧苦人多，富貴人少。貧苦人天天要忙著賺錢維持生活，他沒有多餘的時間來修學，所以能夠找出一點空閒時間修行，這就可以了，這個法門他才能成就。

淨土宗符合這個條件，再忙碌的人也可以來修學，過去祖師教導的有十念法。早晨起來一天念十念，家裡有佛像對佛像拜三拜，合掌念阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛、阿彌陀佛，念十句，或是你中氣比較長要念比較多句也可以，中氣短念三句、五句都可以。一口氣叫一念，這樣念十口氣。佛的數字不限多少，這是一種，然後再拜三拜迴向，「願生西方淨土中，九品蓮花為父母，花開見佛悟無生，不退菩薩為伴侶」，念這首比較簡單，時間不用那麼長。或者念十句也可以，念十口氣或是十句都可以，這是古大德教我們的晨朝十念。

前幾年，家師有一次在馬來西亞吉隆坡講經，他也提倡十念的佛法，十念的念佛方法。這個十念，他是念十句阿彌陀佛，或者念「南無阿彌陀佛」都可以。這個念法一天念九遍，就是早晨起來，

有佛像對佛像，沒有佛像向西方合掌念十句，三餐吃飯前合掌念十句，早上上班還沒上班，開始上班之前念十句，中午下班午休再念十句，下午上班之前再念十句，下午下班再念十句。晚上要睡之前再念十句，這樣總共一天念九遍。每一遍時間不用超過三分鐘，雖然時間很短，但是很密集，不管你在什麼環境，從事什麼行業，都可以這樣念，非常的方便，這個方法也值得我們大家廣泛提倡，讓一些很忙碌的人可以修學念佛法門，這就很自在、很方便。如果你有固定的早晚課，十念法也可以當助修，非常非常好，如果你很忙，用一天九次的十念法也很好，如果工作很忙就用這個做正修，這是不費時劫，不勞勤苦之行，不用很長的時間，也不用很辛苦修行。所以淨宗怎麼能在五濁裡面超越生死輪迴，蕩益大師把這個道理給我們說出來了。

我們再看經文，看我們本師釋迦牟尼佛，我們接著看。上面我們曾經念到諸佛讚歎本師，在娑婆世界，五濁之中，成就阿耨多羅三藐三菩提，為眾生說是一切難信之法。我們接下來再看底下的經文：

【舍利弗。當知我於五濁惡世。行此難事。得阿耨多羅三藐三菩提。為一切世間說此難信之法。是為甚難。】

就是這一句，前面是諸佛讚歎世尊，這一段是世尊自己說出來。所以蕩益大師講釋迦牟尼佛修什麼法門成佛的？念佛成佛的，念阿彌陀佛成佛的。什麼經上說的？就是這一段經文說的。他告訴舍利弗，這就是告訴我們大家，說你應當要知道。我，我是釋迦牟尼佛自稱。『我於五濁惡世，行此難事』，這個難事就是念佛，念佛是難信之法，念佛成佛。他念阿彌陀佛，所以『得阿耨多羅三藐三菩提』。這一句是我們世俗人常講的得道了，「阿耨多羅三藐三菩提」就是無上佛道，無上的佛道。釋迦牟尼佛得成佛道是修念佛法

門，五濁惡世裡修念佛法門。

又『為一切世間說此難信之法』，「一切世間」是講九法界，為九法界眾生「說此難信之法」，就是念佛成佛之法。世尊講『是為甚難』，「甚難」是真的難信。所以真正能相信這個法門，這部經前面講得很好，「不可以少善根福德因緣，得生彼國」。你能信，能夠理解，能夠修這個法，就證明你過去生中生生世世，善根多、福德多、因緣多。這集的時間到了，我們就講到這裡，下面下一集再繼續向大家報告。謝謝大家的收看，阿彌陀佛。