

大覺經

行武禪師著



毗卢行武 宣讲

《华藏毗卢大觉经》

卷一至卷三之 “三禅十八定”

现实当中，你所做的每一件事情，当然有对有错，有是有非，所以每个人都是在昏和醒之中交错，就必然受到某些外魔的干扰。以前你所伤害的一切生命，包括现世你吃的每一条鱼和一块肉，当你进入到中度关的时候，都有可能成为外魔，来干扰你的修为。基于这些原因，我先不跟你们说，就是让你们能够无所顾忌地去走应该走的这一段路——进入中度的这段路。在你们走这段路的过程当中，我会给你们设置很多保护圈。当你们进入到这个层次的时候再告诉你：你原来走过的路是多么多么的艰难，甚至是多么多么的危险。当你回过头一看也不用害怕，因为你的路已经走过来了。就象一个人在过独木桥一样，这个桥随时有塌下去的可能和危险，但我只能告诉你：没事，你走过去。这个时候，你本身有这个信心，在你的思维当中也不存在什么危险和不危险、可怕和不可怕这么一种分别念，你就顺利走过去了。当你走过去以后我才能够告诉你，你原来走的路是多么的危险，所以你会吓出一身汗。

对一个人来说，修持的过程即是一个成住坏空的过程。一个人的成住坏空过程也就是意味着一个人从原初，到续发，到演化的整个规律。一个人从何而来，最后你怎么样能够使自己成就，作为一个完整的人，由此，你的生命进行转换，去拥有完整和圆满的智慧，这个过程是一个规律。那么从个人来说是这么走的，从必然规律性来说，必须由你去认识你的生命本原这一时刻开始，然后遵循你的本原，最后去改变你本身的生命方程。到了整体，到了其它群体来说，比如一个单位，一个社会，它都遵循这一个规律。从客观规律上来说，成住坏空就是以三世而定。

佛家说三世，实际上我们现在来说，就是客观、主观和耦合。所谓客观就是我们现实所拥有的客观环境和我们客观的身体，各种条件，由此决定这个事物的发展方向和决定一个人从成长、到衰亡、到病死的客观规律性，在现有基础上可以得出他的客观走向。从主观规律性来说，即是由你自身去认识你现实、现有的规律，即是你去破译和了解你现在面临的环境，本身所拥有的现实环境当中各种条件的因素，你就能够很清楚地明白：哪一个是优的，哪一个是劣的；哪一方面是正确的，哪一方面又是错误的；哪一方面应该是大力地去激发和提高的，又有哪一方面应该去纠正，使它消亡的。所以，你一旦从主观上认识了这个规律以后，就立即可以改变这种现实规律。那就是说，比如当一个人明白自己得了什么病，它有一个先兆，你知道了，立

即在这个病发作之前就采取一系列的措施，这个病就绝对不可能恶化，最后你就趋于健康。对一个事物的发展，一个人面临的一种事业的选择，或者是一个局部，作为一个团体、一个公司、一个单位，它面临着它当时的现状、当时的社会地位、社会环境和它的业务走向，它应该有自己的优势和劣势，但不管他陷于任何一种困境和恶境之中，如果主导者能够去了解他当时客观环境的各种因素而防患于未然，这个时候，他必然会摆脱困境而走向光明。由此来说，一个整体、一个国家、人类乃至宇宙，都是同样的这么一个规律。

我去年就开始逐步地讲“三藏十二部”和“华藏觉学”，今年开始，跟你们讲它们相互之中的对应关系和转换关系，就意味着从你自身去破译你自身的现实拥有的客观条件。因为每个人都受现在的阅历、知识，和身体素质、家庭环境以至于社会地位的限制，就奠定了作为一个人，你扮演一个什么样的角色。当你明白了你现在所处的环境，从而分辨出它的优势和劣势，由此去破译出你现实的这种密码，然后改变你自身的环境，改变你自身的成住坏空的整个规律。当你把这个规律把握了以后，即可以依事依人，都同样一个道理，小到个人，大到人类社会，乃至整个虚空境，你都可以把握这个规律。这个时候，即是由主观去改变客观存在了，因为你破译了它，所以你即能够改变于它。

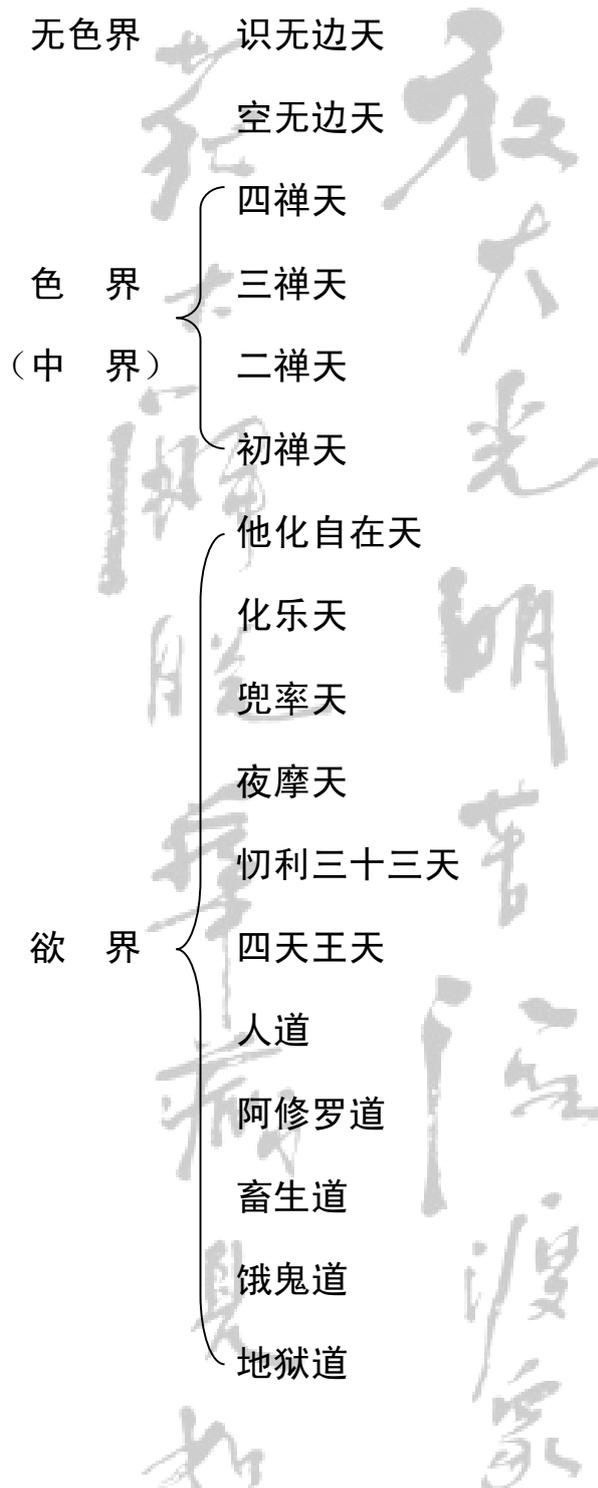
这么久才跟你们讲这些，是基于两个方面的原因，一个就是能够让你们在不知道危险的情况下往前走，因为我会帮你们作为保护圈，你绝对不会掉下去，所以这个时候你能够专心致志地往前走。第二个原因，从这个事业的发展来说，华藏本身也存在一个成住坏空的转换过程。我们从一个人七毛钱起家，到今天拥有了几千万人和广泛的涉及面，与这个社会各个层次的相互统一和相互转换，它也遵循这么一个规律。今天讲，也就是说：我们整个华藏系统的发展，也迈入了这么一个层次。由此让你们了解自我的同时，来了解这个对方。所以我们讲第一课，先来讲“三界六道”。

“三界六道”即是我们所说的“三禅十八定”。这个本意上和传统的经典有一些不同之处，你们从很多经典里面看，都是“四禅定”，而我们为什么说“三禅定”？下面我把三界的分别层次给你列出来，你就会明白：“四禅定”是什么，“三禅定”又是什么。

(板书：)

非想非非想处天

无所有处天



所谓的“三界”是：欲界、色界和无色界，这就是在佛法里面和佛经里面所谓说的“三界”。那么，我们且不说这种理论正确与否，正确与否现在由天文学家去研究了，这不是我们的任务。但作为一种学术探讨，且不说“色界”和“无色界”，我们单纯来说“欲界”，欲界它分别层次，作为我们人来说，你找一找，我们生活的空间，所谓的“三维物质世界”在哪里？在这里——“人道”。如果作为一种佛学的知识来说，作为一种开拓人们的思想境界，开拓人们思维的知识，它就给我们提供了除了我们生活的所谓“三维物质世界”之外，“人道”之外，以下还有——阿修罗、畜生、饿鬼、地狱道。

以上，这就是所谓的“六道”——天道、人道、修罗道、畜生道、饿鬼道、地狱道。“天道”就是——四天王天、忉利三十三天、夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天。在三界当中的下界称为“欲界”。我们人类生命所居住的层次在“四天王界”之下，我们以下还有阿修罗道、畜生道、饿鬼道和地狱道。作为一个人来说，以六道轮回往上走的话，意味着从最底层的这个维度，我们只是迈过了四个维度，进入了人道。我们从人道要到最后这一天（指：他化自在天），这个路子就这么长。

作为一种对于认识宇宙规律和认识事物的多层面认识来说，我们的认识，人类对自身的认识和自己的定位，仅局限在欲界当中非常狭小的一个部分，一个非常狭小的角落，是“人道”。以前，我们说宇宙是这个物质世界，它不以人的意志为转移，在时间上无穷无尽，在空间上无边无际。就是说，“四方上下谓之宇，古往今来谓之宙”，时空即是宇宙，而且把宇宙定为是物质世界。显然，从当今的学科发展来说，他们也已经承认这种定义是错误的。宇宙是一个多元世界，由肉眼能看得到的物质世界和肉眼看不到的多元世界所组成，就是虚和实当中所组成，称为一个宇宙世界。由此，实际上是向人们揭示了，在我们认识的局限性当中，还存在着很多在我们现行认识之外未知的天地。这个未知的天地即是真正的广泛空间，而我们所拥有的和所居住的只不过在欲界当中、最下界当中的偏下界。

我刚才说了，我们说的“三禅定”和某些说法的“四禅定”是不同的。所谓不同，你看在现在的诸多经典里面，就是说，修持由初禅进入三摩地，达到四禅就已经证得正等正觉，对不起，这个时候你是小乘罗汉果，因为“四禅天”还是色界。所以你如果依此而修，不管你是显宗和密宗，权教和实教，如果你依“四禅天”去修持，你就是到了最顶端，还没有脱离色界，你最顶端就是一个小乘圣者，阿罗汉果。所以构成了我们现实佛教界当中，修佛的人很多很多，但真正证果的人又非常非常地少。可以说，从传统的教义和现实认识上存在着这个误区，这个误区即是，《大日如来经》当中所阐述的“四禅天”，包括我们《阿弥陀经》所说的这个境界只在于“四禅天”，在色界。“四禅天”只是概括了“中界”当中——我们从欲界到无色界当中必须要经过的这个“中界”，也就是色界，必须要经过的——它只是描绘了“中界”当中存在的各种现象和从欲界进入色界的各种修证方法。所谓的“四禅地”，并不等于完完全全已经进入到无色界，不能进入涅槃境。所以传统的说法和现实的潮流认识的误区在于这里——所谓的传统上的“四禅天”是在色界的。

我们所谓的“三禅定”，实际上就是“三界定”。为什么把三禅分成十八定呢？“四禅天”是“四禅四定”，如果一说“三禅十八定”，他们会说“胡说八道，你看我们经典里面记载的是四禅天嘛，四禅天就是四禅四定嘛，哪有三禅十八定？还减掉一禅，还加了一个十四定。”

其实，“三禅十八定”中，“三禅”即是“三界”——无色界、色界和欲界。“十八定”，除了我们自身是人道之外，因为我们可以往下堕落，也可以往上升华，你已经是一个人了，你修与不修，你承认与否，因为你本身居住这个人道，你已经在人道当中，所以除了人道这一定，把人道去掉之外，你们数一数，三界的每一层是不是十八层？——欲界：一、二、三、四，（去除人道），五、六、七、八、九、十；色界：十一、十二、十三、十四；无色界：十五、十六、十七、十八。这就是我们的“十八定”。

我们这个“三禅十八定”，它不等同于在某些经典里所说的“四禅四定天”，这个“四禅四定天”只局限于在色界当中达到了小乘阿罗汉，称为“四禅天”。尽管你达到“四禅天”，从“大三元论”来说，你还有可能往下走，你唯有达到无色界，进入了“空无边天”的时候，才能够证得不生不灭，所以你永远不会往下坠。你进入到“四禅天”，在色界和无色界的衔接当中，你也有可能往下走，当然了，也有可能往上走。

那么从这个本意上，作为华藏法门来说，你们应该明白了，“三禅十八定”，“十八定”是代表什么？代表了三界当中十八个维度。现在我们所认识的是三维世界，把三维之外的统称为多维时空。其实我们所居住的并不是在“三维世界”，不过我现在还不想说这一点，说了以后会起哗然大波的。我们所谓说的三维世界，三维，在这里——畜生界。当然，在于三维、四维、五维，从欲界当中，除非直达天道之外，因为天道生命的存在形式和人道以下的存在形式不同，它们之间的这种生物功能也不同。我们现在所谓生活在人道的世界，以我们作为一个人的具体体现，对于人所拥有的各种生物功能和他的认识，他对天界的这一道，用肉眼看不到，就认为不存在。对于以下的维度，他视为肉眼能看到，所以它存在。他能看到什么呢？能看到畜生道。为什么说我们居住的并不等于是三维，因为你想啊，如果是三维，三维是畜生道，但是畜生道和我们人道是不是生在一起？猪、牛、狗、鸭，包括蚂蚁，这些都是畜生道，而畜生道和我们人道，如果是现代科学这种立论来说，三维，那畜生道是几维？修罗道是一切化生，成灵，成为修罗道，包括大树，那些百年古树，有些具有精灵的、灵气的，这些都称为是修罗道。所以，现实当中，以我们的认知和以认识物质世界的这种思维观念，可以认识到了天道、阿修罗道、畜生道，这种维度是连接的，是在一起的。那么由此而论，所谓我们生活在三维时空，这个值得探讨，起码来说不完全正确。那么，至于饿鬼道和地狱道，作为我来说我能看得很清楚，但作为某些人，他看不到，他认为是假的。那么我们将会从它们分别的含义和分别的相互关系，来向世人揭示出三界是一种什么关系，一种什么结构，它的形成怎么形成，消化又怎么消化，演化怎么演化。最后，从色界到欲界当中，这种层次怎么往下走和怎么往上走，这个时候我们把这个规律总结出来，然后展示给世人，同时也展示给佛教界。只是某一个方面，不是全部啊，但起码几乎是，尤其是在显教当中，几乎成为一种主流，就是把所谓“四禅定”

称为是直达究竟涅槃的境地。“四禅定”，现在我跟你们说，“四禅定”是色界，是小乘色界，没到无色界。

你们现在都已经知道了，“三禅”在我们华藏里面解释，它本来应该是：无色界、色界和欲界，称为“三禅”。也就是说，生命的转换和事物的转换必然要经过：欲界、色界，到无色界这三个层次。那么“十八定”，因为我们所处的已经在人道，不管你承认与否，反正你是一个人，在人间，那么，除了人道这一道，我们把人道，把自己这一道作为一个衔接，衔接口，你可能作为一个往上走的台阶，也可能往下坠的台阶。作为人道，作为衔接口之外，三界分别的各个维度，刚好十八层维度，那么，即“十八定”，“三禅十八定”。

而在我们华藏修持来说，“三禅十八定”是分别由你认识某一个维度的规律，然后去突破这个维度，最后以十八种方法直达到“非想非非想处天”，就是每一个层次的分别不同了。明白了没有？“三禅”是什么？

众：三界，无色界、色界、欲界。

师：那么“十八定”，除了人道之外，往下和往上的十八个维度，十八个维度。那“三禅十八定”在我们华藏修持来说就是“三步九法”。“三步”也就是中、高、低，实际上就是“三禅”了。“九法”是十八定当中分有两层次，就是两个维度，一个虚和实的相应加在一起，那么就称为九法。二九是不是十八？九法。因为每一步当中有一个静和一个动，有一个心和一个物，就是形和物，它都是紧密的；显和密，权与实都是非常紧密的。所以一个修为层次即为由两种方法——“心悟”和“行悟”的两种方法来达到突破你这个维度。把这两个方法，结合起来，就等于是九个层次，也就是“三步九法”。“三步九法”在这里就叫做“三禅十八定”，因为“九法”每一法当中有两个程度，那么二九十八，就是“十八定”。这就是华藏整个层次的分别。

所以现在从传统佛教，除了有两本经典之外，其它所有经典，可能是我们在汉传佛教传歪掉，也有可能啊，都是把“四禅天”称为是“究竟涅槃境”。那么“四禅天”，现在你们知道啦，“四禅天”只是色界，还没有达到最后无色界。所以就是使现代佛教人们的修持依照这种认识的误区去以“四禅天”作为最终究竟的修证，那么就构成了他们这种理解，和修持方法将构成现行佛教当中逐步走向了末法。所谓逐步走向末法就是说：得道者没有，真正证得佛果的没有，证得罗汉果的有，但是自成佛果。当他已经达到这种“四禅天”的时候，他已经要走了，那最多就是作为一个肉身，这个肉身还是死肉身啊，不是生肉身，象现在有六祖，还有很多这个僧尼，圆寂以后这个肉身不坏，金刚不坏的，实际上这个是称为达到“四禅天”，成为阿罗

汉果，他还不能够真正地了脱生与死。那么当他已经证得这个果位的时候，往色界他上不去了，他的认识局限在这里，他认为这里就是一个天地了，就是一个宇宙了，那么对于无色界，根本上他不存在那个概念，由此他就上不去了。那么他一旦进入到“四禅天”后，他必须要走的，因为你上也上不去呀，下你只能是，如果你不走，那你就往下走，因为你上不去嘛。修持就是象“逆水行舟”一样，非进即退。当你上不去的时候，你又不愿意往下走，这个时候你只能是涅槃，涅槃以后可以证得一个金刚不坏体，就是阿罗汉果，所谓的肉身祖。你们看啊，当他一旦进入到这个禅天（指：四禅天）的时候，在他不具备正等正觉、佛果和游戏神通的时刻，没有实行普渡，这个时候他本身自圆佛果，成就，就是所谓肉身和尚，就是在四禅天上。

那么作为华藏法门，毗卢座下，你们现在就应该要明白，所谓的“四禅天”是色界，而初禅到四禅并不等于作为一个人道直达到“非想非非想处天”的整个层次，他只是停留在中间这个层次。由此以后，佛教界可能也会有这个想法，当我们向世人揭示它分别的含义，从虚和实的相应上，我们有足够的理论和足够的实验方法来说明这十八个维度它确实是存在的，它存在又以什么形式存在，怎么转换，这是我们绝对可以向世人所揭示出来。

那么作为你们来说，从佛法的宣化上，你们就应该在有可能的情况下去进行法布施，让他们知道，所谓的“四禅天”的修持的四个层次，并不是所有，它只是在色界当中，而真正的应该是“三界定”，或者是“三禅定”。它是以十八个维度和十八个层次所组成，最后直达究竟。

接下来讲“三禅定”。也就是第一，“初禅欲界定”，在座的，几乎都已经走过了。当我给你讲完以后，由你这个认识，马上去结合你在这几年修持当中所遇到的任何一件事情，这个时候你会很快地找到这种和融统一点，这个时候封条你就可以自己打开了。

“初禅欲界定”，我们刚才所说的“欲界”就是六道，包括天道。那么，“初禅定”我们分为四个层次。所谓的“四念处”。这个“四念处”和我们身、受、心、法的“四念处”是等同的，而每一种禅定都是在四念处当中去规范和系统，但它的分别在于层次的分别。以“初禅欲界定”，也是通过身、受、心、法四个层次，最后达到了你超越六道。当你超越六道的时候，你要注意啊，意味着你将不受轮回，不往下走，你不可能成为畜生界、饿鬼界，你只有往上走的时候。那么，它和最后这个无色界的身、受、心、法也是相对应的，但那层次是不同的。这个层次不同是什么呢？因为它三界当中每一界都自成体系，而这个体系都是一个非常完整的体系，体系当中，它的最高形式表现和最低形式表现都是以一种相同等的存在形式，就是身、受、心、法在三界当中的分别，只是在层次给予界限，但是它的系统是一样的。“四念处”在欲界来说分为：

(板书：)

粗定 细定 欲定 未到地定

实际上呢，我们沿袭《大日（如来）经》的整个修佛过程的语言来讲，粗定、细定、欲定和未到地定实际上就是身念处、受念处、心念处、法念处。在修持上的分别含义就是，这个你们都已经走过了，我现在跟你们讲，你们就可以自己去对号入座。

“粗定”，从你们入门的那一天，告诉你，把你自己的思维，我们般若初禅当中的“摩阿般若多罗密”这七个字实际上它的根本含义是什么？叫“挂住断绳的马车”，它的根本含义是这样，就是把这个断绳的马车给挂住了。它这一句话就比喻着一个人的心神就象断绳的马车一样，你今天想这个，明天想那个，心无定处，老是乱窜。所以会随外在的环境，客观环境所牵引，使你的心不定，心不定也导致了身不定，所谓外在环境就是突然非常热闹，外面嚷嚷什么什么，这个时候你一听，外界的环境，这时候，你本来刚好在喝茶，在下棋，你一听，这时候你分神了。进一步的话，由于心不定导致身不定，你想出去看一看，但是走出去的时候，外面可能是火灾、水灾，或者是一个大石头从天上掉下来，或者造成车祸，也不一定，反正你已经把自己卷入那个是非圈了，不管你是不是当事者，只要你出去一看，你已经看到了，看的时候，由于外界的事要干扰你的神，所以这个时候你的神智也受它干扰，这个时候，你已经是作为当事人之一被卷进去。那么初定实际上是让你们什么呢，你们在修持华藏心法当中的每一个层次，它都有意念、手印和密咒。这种意念、手印、密咒实际上就是让你在一个时间内，把你的意念集中在一处，不要受外境太多的牵动，使这个断绳的马车能够把它收回来，不让它乱跑。这是“粗定”。每一个人他都经过这个层次，他都会经过，哎呀脚酸啦，腿麻啦，或者一打坐的时候，心里面在胡思乱想，他没办法入定，也没办法入静。这个时候是“粗定”。但就起码来说，你这个心智受外境影响以后，你的身不随，你在打坐的时候听到，因为你在打坐嘛，所以你不会跑出去，你一跑出去你就卷入这个是非圈了，这个时候你不可能跑出去，只是说，你受它的波动和干扰。就是说，这匹马它还想在外跑，但是呢，你这个绳已经把它给捆住了，这个时候，马车它就不会滑下去，你这个身就不会出去，这是“粗定”。你们都经历过了。

“细定”。“细定”就是到了，第一个就是身念处的对应。我刚才说了，是不是很形象了？

“身念处”就是说，使你的身体不受外境所牵引，能够自我主宰。而它的层次又非常非常的多，同时，层次高低也非常不同，由你这个“粗定”进入“细定”以后，也就是“身念处”实际上它最终达到什么呢？达到了你的身体不受寒、冷，然后呢，不受其它外界的感染，和你自身这个身体之外的其它足可以影响和破坏你整个整体系统的诸多信息，你都可以屏蔽，就是说你的身体不受外界很多不良的信息和物质的干扰。这个时候，身念处就是，第一个，直接的，你不可能生病了，因为你不会受细菌的感染，不会因为天气，或者是什么自然气候，或者是食物中

毒等等，导致你身体某一个局部失调，产生疾病，这时候你不可能生病了，但是你这个“粗定”的功夫还要到家，你如果你不到家，你的身体还是不行。由“粗定”到了“细定”这个时候，“粗定”，就是说你的身是定了，但是你的心还没定，但你起码你不会卷入那个是非圈，你起码你不会说，你外面听到一个什么声音你跑出去。你的心会受波动，但你的身已经用强制性的打坐、持咒、观想的方法已经强行地把这个“车”给框住了，给定住了，虽然马还在往外跑，但你的绳子已经勒得很紧，所以这个“马车”就不会跑下山坡了。

那么到了“细定”以后，就是要求到你的心和身都专注于一定。心和身专注于一定，就达到“细定”。“细定”就是说，你听到、看到，你的心都不会受外界信息的干扰和影响。同时呢，你又了了分明，因为虽然你听到一个声音，某某人来说你，来说一个是非，不管这个是非的动机如何，这个时候你能够达到“以不变应万变”，那么你这个时候就远离是非颠倒和善恶颠倒了。因为你这个时候心和身已经是定在一处，在一念之中。那你内外都不受波动和不受干扰，这就进入“细定”。那么它的体现呢？到了“细定”以后，就真正的到完成了“身念处”，你不受眼、耳、鼻、舌、身、意的干扰，你能够屏蔽外缘的眼、耳、鼻、舌、身、意的刺激，同时，你能够使自身的整个身与心、生物功能以你的这种思维功能不受你自身的眼、鼻、耳、舌、身、意的制约，不受这个制约。我们往往受的一个最大制约就是意和身的制约，意是最大，这个意和身的制约就是，意，我想的，我想飞出去，但是我这个身，它飞不起来，这时候就是意和身的制约了。那么当你进入到“细定”的时候，实际上就是以定生慧了，将近要达到生慧的境地。这时候呢，你就身和心一定要专注在一起。但是这种层次它是永远都停留在这个层次的啊，并不等于是，你经过了这一个层次以后就可以不经过了，以后到了无色界，就可以不经过了，你还是要经过的，只不过体现出来的这种层次和果地不同，就是“细定”的含义，实际上就是心定。身、受，“受”就是感受嘛，感觉。“身”就是身体，“受”是感受，身是外的，细是里的，受也是里的，所以就是内外的高度协调和高度统一。

由此，这个时候，你就将会出现了“宿命通”。“宿命通”就是说，你能够知道这个事物根本本原，由此你不会受轮回的牵制，因为你已经眼、鼻、耳、舌、身、意，不受相互之中的制约，进入到一种真如本地的时候，那么，第三个是“欲界定”，也叫“欲定”。

在初禅定中的“欲定”这一关，往往是会使人被打回到“粗定”还不如，就从“人道”一下子给打到修罗道，打到畜生道和饿鬼道都有可能的。“欲定”不管你前世是佛还是魔，不管你根器再怎么大，再怎么好，欲定任何人必须经过，而且必须经过这个魔考，叫“欲定”。

“欲定”是什么呢？也即是初禅的“中度关”。这个“欲定”它就是说，当你把这个身和受，到相当一定层次的时候，你会自然进入到“欲界定”，也叫“欲定”。“欲定”的体现呢？

那就是“中度”，“中度”实际上就是“魔障”，也就突破了“末那障识”。所谓这个“欲”就是欲望的意思，它有内和外之分。一个内，当你打坐入静的时候，第一个最体现的我执、我慢，由执生疑，由疑生慢。所谓“由执生疑”是什么呢？这种疑在信当中走过一步也称为疑，疑己和疑人是同样的概念。那么疑己就是我执，对自己怀疑，那么疑他就是我慢，疑他实际上是从我们现象上是疑，对他人怀疑实际上就是对他人的不信任，所以你自认为比他高，你才会去怀疑，自认为比他对，这时候就是我慢，疑他是我慢。所以由执生疑，由疑生慢。那么我执和我慢来自于，执着于你自己的各种感受，执着于你现在的地位，现在的生活方式，或者执着于你现在的这种逻辑思维，也执着于你现在的的是非观、人生观、宇宙观、思想行为，执着于以你自己的立场和观点来对别人和其他事产生怀疑和抵制，由此，我慢心起、高傲，这个时候，立堕修罗界。修罗界是我疑和我慢的最高体现。而这也称为中度的内魔，内魔是有我而做，由我执产生了我疑，由我疑产生了我慢，这个时候就是欲界的第一关。任何一个人，包括我在内，以前在修持的时候，我也必须经过这一关了，任何人必须要经过这一关。但你们比我要麻烦一点，跟你们说我过这一关，我只用六天时间我过了欲界关，六天时间。什么原因？这不是我的根基，就是我在四谛当中的染谛没有象你们这样严重。因为我从小就在山里面，在寺院里面长大，很小就离开了社会的纷争，什么人与人之间的恩恩怨怨、是是非非，没有，因为从小当我思想成型的时候就接受这种平等、真如的教育，那么在我的思维当中，就不可能、也没有存在着好与坏、对与错、真与假、虚和实，不存在，我自心的本心、现心的习性就比你们清静得多，所以我过这一关六天就过了。如果你这一个人，好，在人世间生活五十年，这五十年你都是在是非圈里面斗，然后还形成你这种争强斗胜，还认为自己很了不起的习性的时候，完蛋，你肯定很难很难过这一关。

在我的学生当中，有一位政要，他一直到退出政坛才过这个定关。因为他本身从人道上来说，经过了很多次的政治斗争，而且在政治斗争当中，他必然是步步获胜，他最后也拥有足够的智慧、谋略，和足够的处理人际关系的这种水平和胆略，他才有可能达到这样的地位。那么他这种思维模式已经建立起来了，他在过这个欲关的时候，那就是由执生疑，由疑生慢，都是在内魔里面过不去。直到什么？直至到他已经不用动用脑筋跟谁去争斗了，明争暗斗了，已经把提高到最紧张思维状况已经松懈的时候，静下来，现在我再不跟人家争了，争也没用，我也不想争了，已经到顶了，到头了，已经到年龄，已经该退休了。我说：“你现在你还争吗？”“啊，争也没用了。”“你如果还争，你还可以争，”我说，“如果你现在放下以后就会明白，你立即知道你的位置是什么位置。就是说，你最高高到什么，最低低到什么，你对自己的生命一目了然，你还有必要去争吗？没必要了，已经是这样。那么你要争呢，只不过争一个使你升华，而升华已经超越这个程度了，已经越过这个程度的升华，比如说，从人道的升华你只有往天道走，而你在人道还想争什么？你不争也存在，争也依然存在，只不过让你去知道这个位置以后，你可以去往上走，你不往下掉而已。”我说：“你现在还争吗？”他说：“不争了。”

我说：“不争？不争，好。你不争以后你这个内魔就破了。”所以这个时候，他也不会去看低别人，也不会去怀疑别人，也不会去疑心疑鬼，这个时候，就破了内魔。内魔就是，刚才说的就是归为这三点啦，由我执产生了我慢，由我慢产生了疑。那这个时候呢，就是所谓的内魔。

外魔，欲界的外魔。外魔是一个人从现实上，你遇到的任何一件事情，包括你做的任何一件亏心事，别人不知道的，你认为天知地知和你知，别人没有一个人知道。但你在进入定界的时候，在未那识当中，它会把你以往的记忆翻腾出来，一幕一幕给你翻腾出来，这个时候起码你作为一个人都会有良知，那你就很内疚，而这种内疚也就变成你的障碍，这是第一。第二呢，累世你所伤害的生命，这时候，它也会变成外魔，这种外魔呢，它体现在声闻。它可以跟你说一句话，你在打坐的时候它叫你“哎，某某，某某，你赶紧起来。”或者是“哎，我是佛。”跟你说话，然后呢，让你去跳楼，让你去杀人，都有可能。这时候，是由于累世所伤害的生命，或者是累世的债主，你还没有还清这个债的债主，作为外魔。那么这种外魔它用不同形式出现，以不同声音，就叫声闻，不同声音出现，但你看不到，但你能听见，你能感觉到，这个时候就是所谓的外魔了。

内，是由你本身的业障和习性。外魔是你累世的，也就是业障所产生的。那么当进入欲界的时候，中度，那就是惟有一个，第一，以平等心来融合于所有的人、事与物，平等心，你不比他高也不比他低的那种心态，以平等心。以清静心来达到不受外缘和内境的牵动，那么这个时候，“佛来斩佛，魔来斩魔”，由此而说，由此而出。你们看神话上《西游记》当中那个孙悟空到小西天的时候，他也是看到，啊，释迦牟尼，还有诸多佛像，当时那是魔变出来的，不是真佛。这个时候呢，你就不能执着于这个相了，你执着于这个相，那对不起，你就非常容易走火入魔，那时候入魔呢，你就是进入到修罗道，就是修罗了。这个时候，就是以你自身的清净和平等，达到了“佛来斩佛，魔来斩魔”。为什么说斩，不是让你去杀他，不是那回事，就是说你和佛、和魔平等；反过来说，你只是你自己，你一定要不受内和外的任何牵引，始终以一种清静心，只管走路，清净心。这是内魔和外魔，以突破这个“欲定”。

当“欲定”突破以后，到了“未到地定”，估计你们在座的每一个人都已经经历了。什么叫“未到地定”呢？就是说，你还没有到的意识，就是说你在打坐的时候，你看到了上海，你看到了西天，你看到了未来，你看到了三界当中的任何一界，你都看到了，你的意识都看到了，但是你的整个虚实还没有到，你知道，就叫未到，“未到定”，就是说你还没有到那个地方，这是一个含义。另外一个含义呢？你去了，看到一个江洋大海，注意，“未到地”就是你不要下去，就是你到这个海边看一下，行了，我知道了，这是一个海，你知道前面是一个海就行了，就回来，你没必要跳下去，如果你突然到了中阴界，到了地狱界，你一去，一看，啊，知道了，地狱是这样，中阴是这样，你知道了就行了，回来，你没必要进去，因为那不是你的“道”。

在这时候往往人们就执着了，以为到了未到地定就要追究，就是不要到那个尽头。“未到定”呢，这个时候作为“人道”当中你可以从“下五道”，或直接到“天道”的每一道你都可以看到，都能去，但你最后你还要修到“非想非非想处天”啊，你还要到最高啊，所以你不能把你自己定在那一道上。比如说，你现在到了天道，在打坐的时候，你神游出离到了天道，到了天道以后你去看一下，你知道，啊，天道是怎么回事就行，就必须回来，继续修，再往上走，因为你最后的终点不是天道，所以你千万别进去，你进去就把你框在天道里面了，你再也上不去了，这还算好。如果在修的当中，你神游地狱道或者饿鬼道，那岂不坏了？而你去了，看到以后，你还想进去，那你就进去了。因为这个时候，你已经能超越于三界制约，你想怎么样这个时候就即心即法了，你想自己变成怎么样就变成怎么样了。所以就是说，“未到地定”就是让你不要到那个极限去。那么你能在修持当中，你都会看到，看到哪一道，畜生道、饿鬼道、修罗道，也看到了天道，甚至到了色界的四禅天道，甚至到了无色界的“非想非非想处天”，你都能看到，也都能去，只不过是让你去认识一下路，认识自己应该走的这一条路，让你认识，让你知道它存在在哪里。比如说，实际上就相当于，在人道上来说，从北京到广州去，告诉你往南方向，然后呢，你往这个方向去那就到了，不管你是用什么工具，你如果你往北去，那就相反了，它只是告诉你，这个方向在这里，一个基本概况告诉你，然后你去了解一下，马上回来，千万别下去。所以严格说起来，到目前为止，修持能够突破这一定的，抛开我们自己“王婆卖瓜”，抛开我们下不说，能够到了这一定的，到目前来说是那是寥寥无几的，先不要说达到“四禅定”，到“未到地定”。所以争来争去，就是说，充其量你是一个“人道”，还有可能往下走。所以真正突破了“欲定”和“未到地定”的人寥寥无几，没有几个。

你们现在听，要注意啊，这个听，也可能会在现场当中闻法得法。我们只是不注重于形式，只是我这么简单给你们讲而已，而这些是人天大法。那么如果从现实来说，什么功什么派，什么胡吹八道，它如果是不按照这个规律走，那就很容易把人误入歧途了。现在有一个功派它就是这样，一下子还没有学，就“我们是第一，最大的，最好的，其他都是魔。”好，烧其他功派的经书，连释迦牟尼都藐视，你这个时候已经我疑、我慢生了，那你不是修罗道还能到哪里去啊？那你这个“欲定”还突不破，就不要说到“未到地定”了。

你们以后在走的时候就应该明白了，“欲定”就是：断却内魔和外魔。所谓内魔就是由我执生我慢，这个时候，那就变成了我慢障，心魔。外魔是你累世造的业障，使你进入声闻中度界，这种声闻中度界不管来自于真和假，你只需知道即可，不要内随外转动。这个时候你自然进入到了“未到地定”，而“未到地定”这一切都是真的了。欲界的时候有真有假，有佛也有魔，有佛跟你说，也有魔来跟你说，但他都以迎合你的这个心理所体现出来的相。如果你想啊，一个佛来，他就以一个佛来，想一个菩萨来，他就是一个菩萨来，迎合于你的需要而来的。这个时候当然会有真与假之分，但这个时候真假之中，那就是佛与魔以平等而待，平等和清静而

待。以前呢，修密法就是“佛来斩佛，魔来斩魔”。实际上就是到了一个中度，进入中度声闻界的时候那就是这样。唯有这样的時候，你不执着这个相了，那你马上进入“未到地定”。“未到地定”那你一切都知道了，这个时候，进入“未到地定”一般他都能达到了“宿命通”和“神足通”。所谓“宿命通”，应该什么呢，你什么事情你都能够看到，事情的原初、续发，整个过程你能够看得很清楚，那么此方和彼方你都能够一目了然地看到，那意味着你本身已经得到了这个“宿命通”。同时呢，“神足通”，就是说，你可以随时随地的想进去你就可以进去，你可以到地狱界，到畜生界，到饿鬼道，到天道，你都可以去，但去了以后你别忘了回来，因为你还不能在那里，就是叫“未到地”，不要到那个地上，你去看一遍就回来，这时候他必须具有“神足通”，这就是到了“未到地定”。

那么对于你们来说，“粗定”、“细定”这两定非常容易达到，因为这没有魔干扰，当然这出不了任何神通，只是身体好而已。到了“欲定”，那就是一个非常关键的一个关口。“欲定”的时候就应该明白有内魔和外魔的干扰，这个时候，内魔和外魔都是一切不受其左右，“佛来斩佛，魔来斩魔”，就是这样。当这一度一突破以后，到了“未到地定”这个时候，你就是得到的什么信息都是真的，绝对不是假的，都是真正的信息，也都是看到的真正图象，但你不要执着于它，看到以后要回来。看到一个大海，明明知道你去了，你到了太平洋去了，你在定当中你都可能去的，你就在那个岸上看一下，或者在半空看一下就行，千万别下去呀，你又不是鱼，下去干吗？你知道就行了，你回来，这个时候你就具有“神足通”。所以我平时在你们身上，这些我没有说的時候，我做，不跟你们讲道理，我这多年来，在你们周围所谓玩的一些小神通，你们应该明白是怎么回事。实际上，你如果是没有突破这个“未到地定”，你只是意到，还去不了。

那么初禅的四个层次，概括起来它是这么一个关系，当你达到了“欲定”，那就意味着你已经出离“人道”了，你将不受“人道”的因果、善恶和生老病死的制约。所以你在人道当中已经直接到了“四天王道”。一旦你突破“欲定”，意味着你已经不遵循作为一个人的生老病死的规律了，这个时候你已经往上走了。那么到了“未到地定”的时候，就是在整个“三十三天”当中，你可以随时去什么地方，随时回来，但你这个时候呢，你不能停留在那里，如果停留在那里你就回不来了。所以我经常万不得已的时候用神通的方法，你们某些人都很清楚，现在去一个什么地方，非常紧急，三分钟之后我必须要到，而我相距几千里，那怎么去呢？没办法，就用这个办法啦。意念一动，过去。当过去之后，我的过程实际上就是眼睛一闭，步一迈，实际上就是把那个地方就看在眼里，这一步你过去，虽然是一步过去，你会感觉到是一步过去，但其实这个过程非常复杂。因为我还必须从人道当中直越于这个“三十三天”，我才能把平面作为立体，站在最高最高，这个时候一步迈过来，所以往往在两、三分钟我可以几千里我过去了，但如果我迈过去的时候，停留在那个过程当中，那坏了，对不对？就是，停留在“未到地”

的过程那就坏了，我如果停留在那个过程，那我就没了。所谓没了，我就已经跑到天道去了，再回不来这个现实社会了。因为那个时候是把整个自己身体的四大分子完全分离掉，然后进行转换，实际上就是生命的转换。因为首先我必须超越于人道，我才能这样做，如果不超越人道，作为一个人，人的生物功能就是这样的，人不可能飞，你飞你也不可能那么快，坐火箭你也不可能那样，那你唯有超越于人道，你本身外表作为一个人的体现，但你的生物功能已经超越于人道了，这个时候你就可以一念之中就可以跑了。如果在那个过程当中我停留在那个过程，那我也就回不来了，因为我已经把作为一个人表现，把作为一个人的形象，外表已经把它分解掉了，直接作为一个天道的生命体存在了。我作为一个天道体的生命存在，我才能穿越时间和空间的障碍。我上一次从沈阳回北京之时，实际上以现在时间来计算是两秒钟不到，但我不能停，不能落在这点，我必须落在一个我当时从沈阳起来的那个点，落到于北京和它那个地方相对应的那个点，然后我才走过来，实际上，它整个时空过程实际就是几秒钟的过程，在这几秒钟我必须把我作为一个人的这种生物功能分解，然后重新组合成天道的生命态，由此我才能过来。但我过来的时候我停留在天道的过程当中，那就回不来了，就没有了，马上进入天道。当你达到“未到地定”的时候，实际上在欲界当中你已经超越了人道，已经作为一个人的体现，但是你本身的各种功能已经不受所谓的生老病死的制约了，已经超越了人道了，但你还寄生于人道，这个躯壳还寄生于人道。但这躯壳又可以随着你自己的变换，随之于你的需要，可以分解、再组合，分解、再组合，那就到了“未到地定”，你已经具备了“神足通”的过程。但这个“欲定”这一关一定要过的。

然后跟你们说，华藏法门“初禅定”的境界，就和他们所说的“四禅地”、“三摩地”一样。那你想一想，所谓的“三摩地”，其实我刚才说的传统的误区啊，就是“四禅天”并不是究竟，它是在“中界”当中的“色界天”而已，那如果是“四禅天”作为最终了脱生死轮回，那我们华藏初禅的“未到地定”就可以达到。

还要具体的，整个“三禅定”讲完可能要一个月，详细的。但对你们说，我不用说得太详细。

我们现在再说“二禅”。“二禅定”也称为“色界定”，三界当中的色界定。“色界定”，即是说，初禅、二禅、三禅、四禅，即称为色界，三界当中的中界——色界，那么“色界定”它就由“八触”、“十功德”和“五枝觉”所组成。

(觉皇墨宝)

(板书:)

*八 触: 动、痒、轻、重、凉、热、涩、滑

*十功德: 空、明、定、智、善心、柔软、欢喜、欢乐、解脱、见性

*五枝觉: 觉、观、喜、乐、一心

到了“二禅定”也就是“色界定”了。“色界定”其实就是说，你已经是由欲界的众生进入到色界的众生。因为欲界的众生呢，他还是受寄身的制约。所谓“寄身”就是受肉身和色身的制约，也就是“报身”的制约。你不管在人道，还是在天道，你都必须要有一个外在和外表，而且你的外表受你原来的这种果地的制约。所以这个时候，它也同样具有寿命，也有可能轮回。到了这个“色界定”以后，其实这个“色界定”实际上也就是概括了我们现在的这个密教当中所说的“四禅定”，也就是密教当中所概括的整个修持，当然，对我们来说，它是中间的一部分。

“二禅定”是“色界定”，“色界定”它体现“八触”，“八触”绝对不是象那些气功书解释的“八触”，那些“八触”的解释是胡说八道的，实际上是在误导众生的。它的字是一样的，但现在气功书就解释成身体的什么痒啊、疼啊，这种，那是胡说八道的“八触”，那已经超越过了。“八触”是动，也有痒、轻、重，凉，热、涩、滑。“十功德”，“八触十功德”，“十功德”是空、明、定、智、善心、柔软、欢喜、欢乐、解脱、见性，这称为“十功德”。然后呢，“五枝觉”是觉、观、喜、乐、一心，就是觉枝、观枝、喜枝、乐枝、一心枝，叫“五枝觉”。

对不起，二禅定要在十一点十五分才能讲，现在不讲。你们现在先把一禅定消化一下。

(休息)

今天我讲的这个叫什么？

这几个字现在还不能写，我们暂时执一执这个相，暂时忍耐十几二十分钟。

(板书) **华藏毗卢大觉经**

今天讲的是第一到第三卷。这是我们华藏再转法轮的第一部经。

我今天讲的这些，你们都可以分章在四方丛林里面广泛传播，尤其是扭转四禅和三禅的关系，广泛传播。

我刚开始讲的时候说，在很多气功书籍里面说“八触”，把“八触”说成是身体的八种体表和身体皮肉筋骨的八种反应，这个只是它微小的一部分。在色界当中，进入到色界，也即是说，超脱了在欲界当中的生命四大制约，即是地、水、火、风的四大制约。以这种四大制约，你超越了这四大制约以后，最终你才能进入到色界的初禅。色界初禅也就是说生命存在形式已经解脱于地水火风和生老病死的制约了，这个时候你的生命将获得在这个六道当中已经超脱了六道，那么也将意味着你将不受生老病死的制约。

“八触”分别是——动、痒是地；轻、重是水；凉、热是火；涩、滑是风，地、水、火、风。它们在对应上，作为一个人的，在整个社会，几乎都停留在身体的八种感觉，而其实这身体的八种感觉来源于你本身超脱于所谓的六道的地水火风制约之后，呈现出来的这种人天相应的感觉。

第一个——动。“动”，这个“地”，它即是说在修持上进入到“地分离境”。进入到“地分离境”的时候，在你坐的时候，第一个你将会从你自身的感觉上就非常非常的沉重。你们在法坛里面几乎人人都过这一关了，整个身体就非常非常沉重，就会觉得压力非常大。在这个情况下，使你自己的生物功能，尤其是你的感应和地心引力移位。这个时候，有些人就会出现天旋地转，有些人就会出现连呼吸都困难，有一种非常沉重的感觉。由于“地分离”的时候，它是从一种静态到了动态。这个“地”，我们都知道，形象来说它是一块土地，是非常凝固的，这个时候它是死的。当这个地要化活的时候，与天相应的时候，它必须动，就是地本身的结构分解，这个时候就由于地动而产生你的身动。这就可以给你们解释清楚了，打坐为什么有些人他会动起来、会有动作？那么你们要去除一种：他是不是故意？那个人故意乱晃？或者别人动的时候你们反感。其实你们动是必然，因为进入地分离他必然动，而他动的程度体现在地分离的彻底度达到什么样。由于地分离和他自身，人的组成也是地、水、火、风的分离，那么人与天是相应的，这个时候，他分离的时候必然出现由静止的地，到松动的地，产生到以动去化生。这时候他必然会从他坐下去的方向感应上，坐着坐着突然转一个方向，或者是没有天南地北之分，或者是突然非常高，非常低，产生他自己身体的某一个地方、某一个部分动，而这个部分动，身体的某一个部分动也取决于他地分离的层次，有些是内脏微微地动，有些是手动，有些是脚动，有些是头动。那么下一步我会讲，哪一方面动就说明他上一界是从哪一道来的。如果他是涌泉穴和脚先动，那他是从地狱道来的，对不对？那如果是他的头部先动，那他们起码是在色界来的。如果是心焦，非常的恐慌，或者害怕，或者是压迫，那他肯定是从畜生界来的。

中部动——人道。这个动取决于他自身的地分离，就是过去与现在，就是过去的、相对应的，他原来的前生。同时呢，以他现在的这种身体，心和性的感受，他动与静将体现出他这个地分离的层次不同，动作也有大小，也不同。这个过程每一个人有，你们认为别说，我打坐下来什么也不动，你外不动，你内也动，没有不动的，每个人他都要经过这个分离。这时候你将会发生由于地的表层和你自身的生物功能，从内核，表层，从深层意识到这个表层意识，从身体的骨髓到了皮肤，它整个由静到了分离、分解、重新组合的状态，这个时候呢，你就会感觉到心里面特别的难受，心里面发生一种说不是痒又是痒，但这个时候，动的时候和出现内外一种感触的时候，千万不要去执着于这个相。有些人在法坛之中在打坐的时候，好象是有虫子在鼻子里面爬，几乎有百分之六、七十都是忍不住，咬牙切齿，或者挠一挠，这一挠对不起，你还要重新开始走，给你挠回去了。动已出现到身体这种皮肤感觉的时候，就意味着它的程度大和小，意味着你地的分离程度怎么样。那么从内到外，从上到下，左和右，脚和手，意味着你的相对应的你今生与来世的相对应的度。

接下来，轻、重是“水分离”状况。轻、重呢，轻的时候可以使人觉得你整个人飘起来，甚至在平常你不打坐的时候会轻软无力，一点力气也没有，连动都懒得去动。那么重的时候同样，是从身体的这个各方面都感到非常沉重，也懒得动。水分离也同样，水分离取决于轻，就是说你本身，从你自身人体上，因为这个地你已经分离过了，分离过了已经那就说明你这个本原已经开始改变。到水分离的时候只是改变你自己的心和性的合一了。心性合一就是，以地、水、火、风构成我们这个身体的元素来说，水就说明我们里面所有的内分泌或者是血，当它分离的时候，第一个就是整个内分泌的调整和血压的调整。这个时候它忽然高和忽然低，由此以这个“水”来治“地”，使这个地的本质产生变化，由水来润它，产生变化，那么它必须以有别于你现行的水元素来促成你已经改变过的地的结构，产生这个地的变化，所以果地和地基由此产生。人家所谓说的果地，果和地，地是指你的本原，果是说你的境界。

那这个时候，尤其在“重”的时候，我自己曾经试过。当我在试重的时候，曾经有十一个人来抬我可抬不起来，因为我的体重最多会增加三百倍，按照正常来说，人的体重最多会增加三百倍的体重。“轻”就轻到就可以在打坐的时候突然飘起来，就出现这种感觉，那么它本意上是水的分离，它的相对应也是同样，就是说，你的心性和色界当中的这个代表水的易动的这种性质的东西，或者它的这一方面的元素，或者这一方面的事物产生合融的时候，或者是阴性的产生合融的时候，你这个时候将会以你的自身去感应整个色界的存在规律。那在身体上是这样一种表现，它本意上是在于整个色界的水分离导致你身体自身的水分离。

凉与热是“火分离”。火生就热，火熄就凉。而且凉和热是最关键的一关了。凉和热的时候，从身体的体现来说，进入到这个定境的时候，它将会出现全身开始冒冷汗，凉，冒冷汗，

然后血压下降，最严重的直至到休克，到人整个给休克过去了，或者是一个人突然打坐的时候倒下去了，半昏迷，没有知觉，这个第一它是这个过程，没有必要去恐慌。以前不了解的话，很多往往一倒下马上给送到医院去了。心火，也叫障火，业障的障，当它平息和下降的时候，第一个你刚开始体验会心非常的沉，非常的沉静，非常轻松，由此来带动你的身体的任何一个细胞，都会感觉到一种轻道和凉爽的感觉，然后随之于你本身的心火降低到最低最低，把火熄灭，把你原来这种魔火、障火熄灭的时候，你这个人就会产生将近要接近于快要死，或者断气、停止呼吸，然后冒凉汗，停止呼吸，到将近要断气了，就休克过去了，甚至是出现了昏迷状态。这时候就把你原来所有的障火，也叫魔火完全地平息下来，扑灭了。扑灭以后，立即进入第二阶段，第二阶段也叫神火，在修持上，道家称“火种”，或者称为“火候”，或者称“火丹”。在佛家来说，称为“舍利关”。当你把原来的心火和障火完全熄灭以后，这个时候你将会感觉到进入到将近要休克，这个时候突然开始温热，那就说明你这个神火“武火下降，文火上升”，那这个时候神火就开始复燃了。复燃这种热度呢，它就会从冷到开始有温，有体温的知觉、感觉，就一直热高到最高最高，高到你无法忍受，从内外的焦，这个时候往往就出现功能了。那就是武火已经平息了，而文火上升了，那就是说，魔火和障火已经平息，而神火已经开始点燃，到了最极点。那么即是凉和热是“火分离”。

到了“风分离”状的时候，第一个体现的是，你们有没有感觉到这个皮肤不敢摸，一触摸就好象摸到一块石头或一块树皮一样的粗糙。然后就是任何一个人去碰你一下你都会觉得非常难受。这个时候，是风分离的第一段，第一段是什么呢？是把这个相，把这个可以说是散出去“相”凝聚、集中起来，就相当于鼓风机一样，作为再进一步地激起这个文火的火种。

第一个“风分离”是“八风”的分离，八风的分离我们都把它称做是八种习障。八风分离的时候，因为苦、乐、生、死、喜、悲你全都已经经历过了。那这个时候进入到八风的分离，八风的分离那就是一切的是非、好坏、真假，包括你自身存在与否，你都会产生更深层次、非常深刻地去理悟和体悟它，由此它会从你身体的内部向外延，一个新生的生命，从生物功能上来说，由内到外，就象那个逐步地脱外壳一样，最后它把在你最深处的污垢一直往外挤，最终挤到你的体表。这时候你就会感觉到，包括其他门派它都会有的，练功、练功，突然整个皮肤特别的难看，起包啦，长疮啦，或者是越来越粗糙，这个就是由里向外地扩，就是从八风的开始分离。进入“滑”的阶段以后，由于一个新的从里面开始外延，脱到完全从外相上获得一个全新的新生命，这个时候，你就摸哪里都舒服，就象打麻将一样。这个时候你的神态，就是你本身内在的气质，由于地、水、火的三个从内在已经调整到你已经拥有一个全新的生命、全新的思维，那么一个人内在的气质和神韵就体现出来了。体现出来以后，由于风的分离以后，外表的庄严、柔软、高雅，这些也即形成了。

这时候，“八触”可以达到了人成！所以人们说，你看这个人就是不管他打扮得再怎么样，你就是越看越烦他，这就是他里面的东西不怎么样，所以他外表再怎么打扮都不行。一个人如果是他内在的心火、魔障已经平息，然后他自己的神明，神智已经开启，这个时候，他必然具有内质，以这种内质来衬托出他整个生命的神光和灵光。当他神光与灵光他从内在开始往外呈现的时候，那么这个时候你一看他，他将必然会具有一种让任何人一看都有一种庄严相。但庄严相并不是他看起来很凶，就是你不管从哪个角度看，他都有一种不卑不亢、不喜不乐、不好不坏、恰到好处的庄严相。然后，取决于他内在的这三个方面的组合，由此才产生一个人整个外表的变化。

这是“八触”分别的感觉和功用以及它的过程。不过只讲百分之三十，还有百分之七十。因为我从一卷开始讲，讲到“十八定”的时候，我还要分别对应着讲。那么它这种意义就远远不同于现在气功界的所谓什么身体的反应了，它是从内到外的相呼应的。

“三禅”除了“八触”之外，还有“十功德”。“十功德”必须经过“八触”以后进入“十功德境”。第一，“十功德”是“空”、“明”，“空”、“明”和“定”、“智”，两者是相依存的。“空”、“明”什么，进入到整个人的地、水、火、风完全重新组合，本身已经超越了生、老、病、死，这个时候你已经获得了人成，已经超越了，已经不受地、水、火、风和生、老、病、死的制约了，这个时候呢，你进入了一个空境，空寂。这种“空寂境”在心智上体现出来，就是说你会认为自己，不是从意识上和认识上了，是你真正达到了“其大无外，其小无里”的那么一种感觉，就是心智的量度。那你就你可以拥有一切但是你又一无所有，你可以做什么但是你又什么都不能做，就是空的境。空的境也就是空当中就是随，就是随境而用、随境而应。这个时候你就会感觉到你自己，我用“感觉”这个词，但其实不是“感觉”，而是你本来就可以达到这种心智的非常宽广，达到了一种“空明境”。

那么第一个“空境”就是说——我刚才强调的这一点——你会认为自己在清静、平等和慈悲的基础上，因为你已经达到了，那么你会认为你自己什么都是你，又什么都不是你，就是已经达到了“人格宇宙化”的概念。那么这个空，你只是已经达到这个境界而已，以你自己的能量和自己的心智，你会达到你和万物万象都是真如的，所以你的心量可以“大到无外，小到无里”，这个时候已经没有我又一切都是我，已经到了非我相、非众生相、非寿者相、非佛相，就是说，一切都是你又一切都不是你。那这个时候，你会进入一个意识的转换真空期，然后立即转入到“明”，到“明境”。到了明境和空境，进入“明境”那就是一个很大的飞跃了。空境你只是感觉到你什么都能又什么都不能，什么都是你又什么都不是你，没有什么分别了。到了明境的时候，那你就有一个绝对的，随之于缘起，就是绝对的是与非，回到了绝对的是与非，那就超越了相对是非，进入到绝对是非。绝对是非的时候，那么随之于你看到一个事情，看到一

个人，看到面临的一件事情，看到一个景象，你会立即明白它的过去和未来，然后同时立即调整你在这个位置、在这个空间的角色，达到了“真实理地”，一切无碍。空、明达到了一切无碍。

进入到“定”、“智”的时候，通过空体现出一切诸法为空相的妙境。当进入到一切万法为空相的妙用，就是——妙境是空，妙用是明。进入到定的时候，就是以你本身，这个时候已经悲心动了，这个时候以你本身的愿力和愿行，使你自身真正地去达到了为了某一件事情，为了某一个人，以你自身的愿力在定境中去无限度地扩大，然后去有所为。这个时候还有一个小我之执，达到有所为。而这个定，是由你自身，你完完全全地、彻底地从“二禅”进入“三摩地”，达到这个境地意味着你本身已经是获得大阿罗汉果。在定当中，由于你空和明，你知道万象的空境和万象的妙用的时候，你还会以心去生万象，由你这个定和智达到以心去生万象，以心去造万象。而以心去造万象就是“寻声救苦”，就是随之于众生需要而你能够去达到了“大布施位”，就是达到了智。这也就是我们说的“智慧度”这一关。

那么进入“智慧度”以后，接下来就是“善心”。这些实际上到了后面以后就是整个“佛觉”，或者作为大阿罗汉的某一种体现。比如说“善心”，大阿罗汉果，在七地，进入了“善心境”的时候，就是进了“寻声救苦境了”。这时候，虽然你顺应和顺缘，可以心造万物和心造万缘，但你都是以一种大量的慈悲，你本身具有好生之德，去爱护一切生命，去尊重一切的生命，同时也可以去创造一切的生命，但一切以悲和心为怀。这时候你的心智整个已经从自成了达到了自他兼济。

“柔软”，要从两个功用上体现出来。第一就是说，你一切的法度和一切的法相都是以一种顺、柔、和、贵体现，使人们一看到就欢喜。一看到就喜欢，而不是一看到就怕。一看到就喜欢，一看到就愿意去接近，那从你的各种处事方法上，包括从仪态外表上，你都充分体现出一种悲怀、悲念和悲举。那这时候如果是落在人事上和人相上就会体现出他的整个风范，整个佛界的风范或者是整个菩萨的风范，一种让人看起来非常地非常地说不出来的那种感觉，你们自己去想啊。

进入“欢喜”和“欢乐德”，欢喜，这由绝对的是非又到了一个无是无非。绝对是非就是说，好与坏，对与错、佛与魔、真与假，他能一目了然，而且能够止恶扬善，能够分辨一个对与错，而且从他的明智上到他的行为上都体现出一个真与假、善与恶的“分明境”。到了“柔软境”，实际上已经从他的心智上、心境上已经达到了佛与魔都是生命，他看到了善的和看到了恶的，他都能够去包容，他都能够去承受，也都能够去接近。那么“欢喜境”对自身而言，对自身量而言，也就是这个“乐枝”和这个“喜枝”，欢喜境这时候所谓的在修持上，在藏传

或者在本原修持上，它使你从自身的体现和整个虚空三界体现达到了善恶同源、阴阳同源、真假同源、是非同源，达到了一切无碍，都是以欢和喜来表现。

那这个“欢喜德”和“欢乐德”呢？“欢乐德”是相对于他而言，“欢喜”是对己而言。对他而言就是说，当你以本身的“十德”的布施度使对方能够达到了“悟前法喜”，就是开悟之前和了悟之前充满的真真实实的那种高兴和欢乐，就是欢喜是我相，欢乐是众生相。由于你有这个我相，你的慈悲达到了善、恶、佛、魔、阴、阳，达到了同源的时候，那么众生必然会达到了这个进入悟前“法喜境”。因为他随之于你的愿力的接引和加被以后，他将会意识到在他那个立场和在他那个角度，他能够接近和能够亲近；同时由于你的布施，他能够找到解脱和开悟的方法，就使他永远超脱于他原来沉迷的苦海，就是体现出悟前法喜。那么欢喜是对己而言，欢乐是对他而言。

“解脱”和“见性”。“解脱”，这已经是包含到己和他，已经进入到“同性解脱”了。由于他本身所证的和所获得的，和他本身的这种量、明、空和智，已经达到他可以顺应于众生的万千因缘，随之于众生当时的切身需要，然后以众生能够顺应和接受的因缘，使众生得以度化。那么这个时候，他自身也是以这种相随时获得解脱，那么众生也因这种相而获得解脱。这个解脱是双向的，而真正的双向解脱是已经达到了“涅槃境”，但“涅槃境”不是究竟。“涅槃境”和“究竟涅槃”本意是不同的，“涅槃境”是到了什么？到了“我即一切，一切即我”。实际上是从大概上应该这么说。

那么一旦从“解脱”进入到“见性定”，“见性定”你们都已经知道了。所谓“明心”，先在里面达到了“明心”，最终落到了“见性”。“见性”是所有众生过去、现在与未来的缘起，包括自身过去、现在、未来的缘起，在秋毫之中，可以了达一切。然后呢，在了达一切的过程，以你自身随之于现在与未来，众生的共缘、共业和你的悲心去决定你自身，你是立即成阿罗汉果，自了；还是寻声救苦，行菩萨道。行菩萨道的时候，因为这时候你明白了众生的共源、共性和共业，那么你本身行菩萨道的时候，这个时候就顺应于众生的万千因缘，然后去把众生引向你给众生所设计的路上。

在“十八定”没有相对应来讲的时候，就是分别以它们的一个方面的性质来跟你们讲。那么讲到“十八定”的时候呢，将会从另外一个角度来讲。

[佛历二五四二年十一月十四日戌时（西元 1999 年 1 月 1 日晚 8: 30）于北京开示]

[根据录音整理，未经本人审定]

大覺經

行武禪師著

世尊拈花 如同迦葉拈花
世尊之心 如同迦葉之心
何需傳 何需印 即心即法

