

子四、四種（分二科） 丑一、結前正顯

已說三種佛教所應知處，次說四種。

前面說了四十個三法，就是一個數目，以三個數目組成的一法一法的，一共有四十個。現在這底下第四科是「四種」，就是四個法組成為一個法門，用這樣的數字來說明佛法。這一科裡分兩科，第一科「結前正顯」，就是把前面的這個三法結束，用三法來顯示佛法，這一段文結束了。所以「已說三種佛教所應」該通達的境界，「次說四種」，這以下再宣說以四個數字，四個法組成的法門。

丑二、別廣宣說（分三十九科） 寅一、念住差別（分二科）

卯一、由攝一切所知及智（分二科） 辰一、標

謂有四法，能攝一切所知及智。

這是第二科「別廣宣說」，另外宣說這個四法。這底下一共有三十九科，第一科是「念住差別」，分兩科，第一科是「由攝一切所知及智」。又分兩科，第一科是「標」。

「謂有四法，能攝一切所知及智」，這由四個組成的法門，能統攝一切所應知的及智。這個「智」在這裏看，這是由凡夫到聖人的境界，那叫做「智」。這個「知」呢？就是凡夫的時候，凡夫的時候所知道的事，用我們現在的分別心所知道的，經過了修行以後，就變成了聖人的智慧了，所以叫做知和智。「能攝一切所知及智」，就是雖然只是四條，但是裏面含攝的倒是非常廣大，是這樣意思。這是「標」，底下是解「釋」，解釋裏面第一科是「舉身念住」。

辰二、釋（分二科） 巳一、舉身念住

謂身及聞思修增上念住以為依止，緣身境慧。

「謂身及聞思修增上念住」，這個增上向下念，「增上念住以為依止，緣身境慧」。這是四念住，第一個念住就是身念住，這是新的翻譯，玄奘法師翻的叫做念住，舊的翻譯叫念處，四念處。「謂身及聞思修增上念住」，這個「身」就是我們的這個生命體，這個四大組成的生理組織的這個身體，這個就是所知，我們所知道的這個所緣境。「及聞思修」，聞思修就是智了，就是由凡夫開始展轉的增上，展轉的進步，展轉的增長到了聖人的境界了，就成為聖人的智慧了。這叫聞所成慧、思所成慧、修所成慧，修所成慧是通於凡聖，「及聞思修」，聞思修是智。

「增上念住」以為依止，這個「增上」就是特別有力量的意思，有強大的力量叫增上。這個「念住」是什麼意思呢？這個「念」是明記不忘的意思。所以靜坐的時候，你不忘所緣境，這個所緣境在心裏面現前的時候，你一直的不忘記它，那麼這就是奢摩他了。那麼靜坐的時候，忘掉了所緣境的時候，就是打妄想了，再不然就是昏沈了，

那就沒有念了。所以若是有強大念力的時候，我們這個明了性的心，就安住在所緣境上不動了。這件事也是由初開始訓練，逐漸地得到定力的時候，那就叫做「念住」，就是成功了。「以為依止」，就是聞思修這個慧以增上念住為依止，為依止就是為住處，這個智慧在念住上活動，你不可以離開這個範圍的，所以叫「以為依止」。

這樣看出來我們用功修行的時候，不是散亂心，先一定是要寂靜住，而要把所緣境顯現出來，所以叫做「念」。由念的力量而成就定，定為智慧的依止處，智慧在這個念的境界裏邊去觀察。觀察這裏說身念住，就是「緣身境慧」，就是觀察身，這個身為所緣境，觀察這個身的境界的智慧，就是聞思修，這個智慧從聞、從思、從修來的，那麼這是第一個身念住。身念住這幾句話也應該說的很明白了，就是在寂靜住裏面，用聞思修的智慧去觀察這個身體，觀察這個身體的真實相。通常我們修四念住，第一個是觀身不淨，其實這是個方便，因為我們的欲心特別重，它障礙我們修學聖道，所以用這個不淨來破這個欲。破出去以後，就是觀察這個身是畢竟空的，是無我的，是無常的，就達到無為的境界，就得聖道了，這樣意思。

巳二、例餘念住

如身及緣身境慧，當知受心法及緣受心法境慧亦爾。

這底下是第二科「例餘念住」，其餘的念住也同於身念住這樣子。「如身」，像前面說這個身念住，及「緣身境」的聞思修的「慧」，是這樣子；「當知受心法及緣受心法境慧」，也是這樣子。那麼這個「受心法」為所緣境，也是用聞思修慧增上念住以為依止，緣受心法境的智慧也是這樣子，也是這樣觀察。這個四念住，這裏只是簡單的這麼說，到下面〈聲聞地〉裡面說的，會詳細解釋的。

卯二、由能對治執取等縛（分二科） 辰一、標列

復有差別，謂四種縛：一、執取縛，二、領受縛，三、了別縛，四、執著縛。

前面第一科是「由攝一切所知及智」。現在這底下第二科「由能對治執取等縛」，就是修這個四念住的時候，會有什麼作用呢？說這件事，就是它能對治，就是能消除去執取等的繫縛，就是滅除去這些煩惱才能得解脫的。這一科裏面分兩科，第一科是「標列」，標列這四種縛。

「復有差別」，這個這四念住裏邊還有不同的意思。什麼呢？「謂四種縛」，就是說我們這個凡夫有四種繫縛，所以要修四念住。那四種繫縛呢？「一、執取縛」，這個「縛」是繫縛，繫縛是什麼呢？就是我們的煩惱繫縛我們的心，使令我們的心不能清淨，不能自在，不能安樂，受諸苦惱。有這樣的縛，這是煩惱，是我們凡夫一個大患，

所以需要對治它。那四種縛呢？第一個是「執取縛」，第二個是「領受縛」，第三個是「了別縛」，第四個是「執著縛」，這四種縛。這是標列出來縛的名稱，底下第二科是「配釋」，配合這個四念住來解釋。

辰二、配釋

當知心於身，由執取縛所縛；於受，由內領受縛所縛；於色等境界相，由了別縛所縛。即於所說身等，由貪瞋等大小煩惱執著縛所縛，對治如是四種縛故，立四念住。

「當知心於身，由執取縛所縛」，第一個「執取縛」怎麼講呢？當知就是我們的心對我們的身體有執取這種繫縛，就是愛著這個身體，這就是愛。這個愛是由心發出來愛煩惱，但是有身體做所緣緣，由身體的引發，由內心的煩惱，內心裏面就出來這個愛煩惱。這個愛煩惱就是執著這個身體是可愛的，就是由「執取」執著它，心裏面一定是攀緣這個身體，就是愛煩惱在這樣作用的相貌，這個「執取」是愛煩惱的相貌。一有了愛的時候，我們的心就被愛煩惱所繫縛了，當然是因為身體的關係，所以這是身念住所破除的煩惱。

「於受，由內領受縛所縛」，這第二個領受縛。「領受縛」是怎麼回事呢？「於受」，受就是有苦受、有樂受、有不苦不樂受。那麼有樂受的時候，我們的眼耳鼻舌身意，色聲香味觸法，六根和六識接觸六境，我們就有受，觸緣受。受先是有樂受，有樂受就生貪心；苦受心裏面就憎惡，就是憤怒，那麼這是苦受；其他的就是不苦不樂受，也不感覺苦，也不感覺樂，這個時候也沒有貪愛心，也沒有瞋心，這個時候是一種平平的境界，平淡的境界，但這時候就是愚癡的境界，就是有愚癡的心理在活動。所以「於受，由內領受縛」，因為我們的心對於這三種受，也是有執著的關係，就生出來貪瞋癡的煩惱了。「由內領受」，內就是心，由心領受境界生出來貪瞋癡的煩惱，也是繫縛了，為這種繫縛所繫縛，為這樣的煩惱所繫縛，那麼這就是受念住所破除去的繫縛。

三是「了別縛」，了別縛怎麼講呢？「於色等境界相，由了別縛所縛」，就是於色受想行識等一切法相，這些境界做所緣相。「由了別縛」，就是我們內心接觸這一切境界的時候，心裏面去分別去了別它。了別它的時候，在四念住上說觀心是無常，主要就是我們在了別一切法的時候，在能了別的這裏，就顯示出來能了別的這一念心，這一念心的時候，就認為是常住不變的。這個心是沒有形相的，我們凡夫境界雖然是有心，但是不是十分明了，但是心在一切境界上了別的時候，心的作用就出來了。心的作用出來了的時候，「於色等境界相」，在了別的時候，心就出來了，心出來的時候，當然這又不是平常人，認為心是常恆住不變易的，是常住不變的，那麼這就是一個愚癡的境界了。

本來這個心接觸一切境界的時候，不是貪就是瞋，不是貪瞋就是愚癡，各式各樣的煩惱在變動。貪心過去了瞋心來了，瞋心過去了貪心來了，或是愚癡心來了，或是疑惑心，或是高慢心，各式各樣的煩惱這樣變動。本來應該說是無常的，但是偏執著是常住的，常住的這就是個愚癡，所以就是執著有我了，問題在這裏。這樣子，這就是一個繫縛，這個繫縛反倒是引起貪瞋各式各樣煩惱的一個根本，就是執著有我了。執著有我的時候，就會保護這個我，所以就生出貪煩惱，生出瞋煩惱，這反倒是微細了一點。這樣子，這個愚癡這也是一種繫縛，為這樣的繫縛所縛，這是心念住所破除去的繫縛煩惱。

「即於所說身等，由貪瞋等大小煩惱執著縛所縛」，這是第四個縛。第四個縛是「執著縛」，是觀法無我。「即於所說身等」，身、受、心、法，乃至到眼耳鼻舌身意，也還是一切法，心在一切法上活動的時候，當然有貪煩惱，有瞋煩惱，貪瞋癡等煩惱。有大煩惱就是根本的煩惱，小煩惱就是由根本煩惱衍生出來的這一切的煩惱，這些煩惱出現的時候，當然也還是執著有我。前面心念住所破除去的了別縛，這個了別縛是執著心是常住的，沒有用我的名字，但是那就是我的體性。在法念住觀法無我的時候，這是用我的名字，觀法無我這地方是什麼意思呢？也還是心的分別，在做種種事的時候，或者做善事，或者做惡事，認為這都是我做的。認為是我的，這樣子說出來，現在就是觀察，只是因緣和合的變化，有的時候是如意的，有的時候不如意的；有的時候是清淨的，有的時候是染汙的；有的時候受種種苦惱的事情，有的時候是快樂的。這種種因緣的變化，這其中並不是我在發生作用，所以這時候有這樣執著我的煩惱，由貪瞋等大小煩惱執著縛所繫縛，生出來種種執著是我的這些煩惱，這是法念住所破除的，是這樣意思。

「對治如是四種縛故，立四念住」，這是解釋了前面的四種縛。那麼為什麼要修這四念住呢？修四念住就是對治，對治就是消除，消除去這四種繫縛故，所以佛陀的慈悲安立這個四念住的法門，使令我們可以轉凡成聖。這個眼耳鼻舌身意和這個色聲香味觸法接觸的時候，使令它清淨，不要像凡夫那種境界，那麼就可以解脫生死大苦了，所以這叫做四念住。這個《披尋記》可以念一下。

《披尋記》四九九頁：

復有差別謂四種縛等者：當知此說四種顛倒，名四種縛。謂不淨計淨，是執取縛；於苦計樂，是領受縛；無常計常，是了別縛；無我計我，是執著縛。由為對治四顛倒故，立四念住；此說四縛，其義亦同。於所知境不隨所欲得如實知，是縛義故。

「復有差別謂四種縛等者：當知此說四種顛倒，名四種縛。謂不淨計淨」，就是我們這個身體是不清淨的，是臭穢的，但是我們執著它是很美，認為它很清淨很可愛，

這叫做顛倒，不淨計淨的顛倒，「是執取縛」，是這樣意思。「於苦計樂，是領受縛；無常計常，是了別縛」，一切法都是無常，心也是無常，但是我們執著心是常住的，「是了別縛」。「無我計我，是執著縛。由為對治四顛倒故，立四念住；此說四縛，其義亦同」，也就同於四念住。

「於所知境不隨所欲得如實知，是縛義故」，這裡解釋什麼叫做「縛」呢？「於所知境不隨所欲得如實知」。這個所知的一切境界是很廣泛的，若是修學佛法以後，聽信了佛陀的開示，我們應該知道一切法的真實相，這樣子才是對的。我們想要就是欲，欲就是我們想要認識諸法的真實相，但是現在不經過修行的時候，就達不到那裏。所以「不隨所欲」，不能夠隨順你的希望，能成就真實的智慧知道諸法真實相的，這就叫做「縛」，這個縛是這樣意思。

寅二、正勤差別

又有四種欲勤為先，觀察過患及與對治以為依止，能斷現行諸不善法，及斷彼繫，能得善法及能增長。

這是第二科是「正勤差別」，就是三十七道品的第二個四正勤。四正勤的意思，這個「正」其實就是善法，對於善法應該精進的去學習，去努力的創造，叫做「正勤」，也叫做四正斷，就是對於惡法要努力的去消滅它，修學善法斷除惡法，所以叫做四正勤，也叫做四正斷。

「又有四種」，又有四種法，這四種法是「欲勤為先」。這四種法先要有這兩個條件，就是你要有一個「欲」，就是你有一個願望想要得聖道，你要有這個願望，我不願意做凡夫。凡夫時時的心在浮動，遇見境界的時候，心隨境轉而不能自主，討厭這種境界，所以現在有一種出離的願望，有一種想要成為聖人的願望，「欲」是這個意思。這個「勤」，你有這個願望，不能只是有願望，你要有行動，這叫做勤，這個行動是精進不懈怠的意思。所以「欲勤為先」，這四種法之前，先要有這兩個條件，一個欲一個勤。「觀察過患及與對治」，也就是這個欲，什麼叫做「欲」？就是凡夫學習了佛法之後，知道自己有很多的問題，有很多的過失，有很多的苦惱，要觀察自己的這些錯誤，自己的身口意有很多的錯誤，有很多的染汙，要觀察自己的錯誤。「及與對治」，我覺悟到自己有錯誤，同時我也願意消除這些過患，你要有這種欲，你要有這樣的欲望。

在家居士，我又這樣說話了，在家居士也是佛教徒，我們出家人也是佛教徒，但是出家人特別重要。出了家以後，當然在家的時候，應該是學習過多少佛法，有了信心，然後我就要出家。出家的意思，就是全部的精神和時間來做這件事，不做其他世間上的榮華富貴，這些事我不做了，不要去搞這個事情，全部的精神要做這件事，所以要出家。出了家以後，就是我要消滅我身口意上的過患，要有這樣的願望，我再重

複一句，要有這樣的願望。不是出了家以後，沒有事情了，穿上了出家人的衣服，然後拜一個師父，受了三壇大戒，就沒有事了。不是，你要這個願望時時的在心裏面，我這身口意不清淨，我要採取行動消滅我的過失，要有這樣的願望。有這樣的願望，時時的不可以忘了，不可以忘了這個願望。「以為依止」，你有這樣的願望，你這個願望為依止，這個願望就會推動你，推動你要修四念處，就是這麼意思。修這四念處的時候，「以為依止，能斷現行諸不善法」，這底下就說出來四種四正勤。

「能斷現行諸不善法」，這就是採取行動了，就是勤。這四個法門，第一個就是「能斷現行諸不善法」，你有這樣的願望了以後，你就修四念處，修身受心法的四念處。修四念處的時候，「能斷現行諸不善法」，就表現在身口意的活動，這個現行，現就是顯現在身口意上的這些活動，什麼呢？「諸不善法」，各式各樣的殺、盜、淫、妄，各式各樣的說謊話，妄言、綺語、惡口、兩舌，內心裏的貪瞋癡，這些「諸不善法」。這「諸不善法」，這個地方有點事情，當然受了戒，在家居士也應該在內。受了戒，受了三歸，受了五戒十善法，就是由這個戒的律儀，就是毗奈耶受的戒，就把這些殺、盜、淫、妄這些都停下來了，這叫「能斷現行諸不善法」。你有這個願望，你有「觀察過患及與對治」，你有這樣的願望的時候，受了戒，就把現行的諸不善法都停下來了。停下來了，但是還有問題，這些惡法的種子還在，你內心裏面還有這個貪瞋癡的種子，也有貪瞋的這些煩惱，這些東西還在。

「及斷彼繫」，就是它還在你，很牢牢的在你心裏面，綁住了你，就是煩惱的種子，煩惱種子你還要斷它的。這樣說「能斷現行諸不善法」，就是已生的惡法令它不生；「及斷彼繫」，就是未生的惡法，那就是這一切煩惱種子，你要叫它不生，它現在沒有活動，叫它永遠也不要活動，就是「及斷彼繫」，那就是要消滅了種子才可以。消滅種子這件事，就是我們修學禪定，修學禪定的時候，心裏面得定了，得到初禪、二禪、三禪、四禪的時候，這欲界的煩惱就沒有了，但是欲界的煩惱種子還在，你就得了無色界的四空定也是一樣，欲界的煩惱種子還在，連色界、無色界的煩惱種子也都是在，都沒能斷。為什麼他們得那麼高深的禪定還不能斷煩惱種子呢？因為什麼？因為沒能見無為法，非要深入地見到無為法才能斷煩惱的種子，那才是聖人。所這個地方修四念住，就是不但能斷現行的惡不善法，同時也能夠消除煩惱的種子，「及斷彼繫」，這樣意思。

「能得善法及能增長」，這個「能得善法」是什麼？就是定慧，戒定慧，你常常的修這四念住，修四念住就是精進的修這四念住，精進修四念住就能成就無漏的戒、定、慧、解脫、解脫知見，這樣的善法。「能得善法」，就是未生的善法，令它生起；「及能增長」，已生的善法，令它增長廣大。這就是四，這一共是善法有兩個，滅除惡法也有兩個，加起來就是四正勤。四正勤是什麼呢？明白點說就是精進地去修學四念住，這叫做四正勤。但是你在修四念住的時候，是怎麼回事呢？修四念住的時候，當然一方

面修奢摩他，這個念住這兩句話，我們前面講過四念住。念住這兩個字，是以智慧為體性的，以智慧為主的。但是念住是什麼呢？

念住是止，止觀的止，就是由念使令你於所緣境明記不忘，念念地不忘，心就安住在那裏，就是破除去散亂的境界，那就是得了奢摩他的止了，這麼意思。你得了奢摩他的止，但是你的顛倒迷惑還沒有斷，所以要慧，用這個無常，不淨、苦、無常、無我的智慧去觀，觀而又觀，觀而又觀，就是不斷重複的觀察，就破除去顛倒的煩惱，就得聖道了。但是你這樣修的時候，你心裏面是怎麼回事？修的時候當然沒有去殺、盜、淫、妄，你在那裏靜坐修四念住，沒有做殺、盜、淫、妄的事，殺、盜、淫、妄這種粗顯的過失，就是受了戒以後已經破除去了。所以你在靜坐的時候，是出現什麼事情呢？只有兩件事是一種現行的不善法，就是一個昏沈、一個散亂，就是一個掉舉、一個昏沈，這是不善法。現在這裏面是斷這個現行的諸不善法，就是你靜坐的時候，你要破除去掉舉，破除去昏沈，諸不善法，那麼回事。

「及斷彼繫」，那就是微細的種子，所有一切煩惱的種子都斷掉。「能得善法」是什麼呢？你心裏面不昏沈、不掉舉，你修止觀，止成就了就是定，觀成就了就是慧，就是無漏的定慧，「能得善法」就是這麼回事。「及能增長」，就使令你成就的，最初是小小的止、小小的觀，你叫它不斷的增長，逐漸的廣大，就得到聖人的定慧了，就是這麼回事。事實上你在靜坐的時候，就是這麼境界。所以這上面說「又有四種欲勤為先，觀察過患及與對治以為依止，能斷現行諸不善法，及斷彼繫，能得善法及能增長」。我現在又說幾句閒話，從我開始在佛學院裏學習佛法，學了很久都不知道，這個「斷現行諸不善法」是指什麼說的？不知道，只是這麼說已生惡法令斷，未生惡法令不生，只是這麼講，但是究竟指什麼說的？不知道！這是四正勤。

寅三、神足差別

又有四種為欲住心為得勝定修方便者，心住如意能生長門：一、樂出離欲，二、受持讀誦悔過精進，三、能取賢善定相之心，四、住空間處觀察諸法。

我現在又說些閒話，佛在世的時候，這個出家人，隨佛出家的這些比丘，當然初開始出家的這些比丘，當然是拜佛為師。但是後來出家的，多數是拜阿羅漢做師父，拜舍利弗尊者，拜目犍連尊者，拜摩訶迦舍尊者，拜須菩提尊者，很多的大阿羅漢。像摩訶迦葉尊者領五百個弟子，舍利弗尊者、目犍連尊者也是領五百個弟子，都是很多很多的弟子。那個時候就是這樣修行，就是修四念住，我們讀阿含經，讀我們出家人的戒律，很明白的就是修這個法門。修這個法門，當然也就得阿羅漢果，得初果、得二果、得三果、得四果、得阿羅漢果，是這樣子。

我們現在的出家人幹什麼？出了家以後幹什麼？就是做這個事，學習唱念，學習

「南無」…，舉這個「南無」，各式各樣的讚頌、讚子，就這個，學會了就是會做兩堂功課，做這個。學習放焰口，還有就是打水陸，做這些事情，學會了，那麼一天就是做這個事。最近現時代還有一種，南無觀世音菩薩！就是我說這話都有過失了，學什麼？學燒飯、燒菜，把它學得好好的，然後學習怎麼招呼人，來了怎麼招呼人，然後學習來了辦什麼法會，學習登記發通知，學這個，然後都學好了派出去，你在這裡那裡，然後就是這樣子。然後就是你會招呼人，也會燒菜，來了人會燒好菜吃，我也願意吃好吃的，會燒菜，見人會說話，然後你不來的時候，我會發通知。這樣做當然福報很大，當然就是大有所得，然後修大廟，然後怎麼怎麼地，繼續做這個事，繼續有很多的人來出家，就是這樣子。當然這是一樣，也不全是這樣子，也有人歡喜念佛。

念佛是最好，我同意念佛最好，念陀羅尼我認為也好，這還是用功修行；或者是受持經論，歡喜讀《法華經》，也有人把《法華經》背下來，把《金剛經》背下來；或者也有把《無量壽經》背下來，專心念佛求生淨土。我認為在今天的佛教裏面，這是最殊勝的了。但是修四念住的人，我看很少，修四念住，我認為現代的人，就是今天我們佛教徒裏面，也能修四念住，修四念住就能得聖道。明白點說我的看法，你只要能修，你就能得聖道，當然一方面你修四念住的條件，就是你要學習佛法。你不可以去學燒菜、燒飯，不可以，就是完全沒有「觀察過患及與對治」的願，沒有這件事。最初要出家可能是還有這個想法，出家以後那個大環境不容許你這樣子做，那就是不可能的事情，那你還能得聖道？這是不可能的事情。

我說這話的意思是什麼呢？我們不要說，我業障重，我不能夠得聖道，我不相信這句話。我相信只要你肯努力學習佛法，你通達了四念住的道理，你就肯這樣用功，你一樣可以得聖道，一樣是可以的。不是不能，是能！就是你不做就不能，你不肯這樣做就不能。這個得聖道，說是我不想修四念住，我好好念佛也可以，也好，你好好念佛，我認為還是不能得聖道，但是能往生阿彌陀佛國也好，到阿彌陀佛國去，聽阿彌陀佛還是為你說四念住，還是三十七道品。佛佛道同，就是這麼一句話，也還是般若波羅蜜，也還是這些佛法，也是一樣，我認為也還是一樣說《華嚴經》，說《法華經》，說《大般若經》，還是說這些佛法。那麼說這些佛法，到那裏也還是聽佛說法，也還是這樣修行，也就得無生法忍了，也是好。

但是若是現在在這個世界學習佛法修行的時候，有可能你現在就得聖道了。得聖道的時候，你願意到阿彌陀佛國還是可以去的，並不妨礙你。並且我認為修了四念住，願生阿彌陀佛國，有可能更穩當一點，因為你修四念住，你現在就是在靜坐的時候，就是令心不顛倒。修四念住不是令心不顛倒嗎？不是這麼意思嗎？令心不顛倒，令心不散亂，令心不顛倒，今天也修，明天也修，一直這樣修。假設你三十歲出家，你可以修五十年到八十歲的時候，有五十年的時間做這修行的功夫，應該是不錯了，就算

是沒得聖道也不錯了，也應該不錯了。不要說是五十年，就是打禪七七天，七天的時候，專心這麼用功的時候，也感覺到清淨，就七天就感覺清淨，不要說是五十年，你想一想。和淨土法門無妨礙，並且能幫助你淨土法門的成就，因為心不顛倒，心不顛倒就是在生存的時候心不顛倒，臨命終的時候也心不顛倒。你有五十年的心不散亂，你臨命終的時候心會散亂嗎？心會顛倒？也不顛倒，這樣一念阿彌陀佛，阿彌陀佛就來接引了。

阿彌陀佛說是只要你願意到阿彌陀佛國，你讀大本的《無量壽經》，小本的《阿彌陀經》就是念阿彌陀佛的名號，執持名號一心不亂，但是大本的《阿彌陀經》還不是，大本的《阿彌陀經》說是你可以修六波羅蜜都可以，也是可以的。修這樣的法門，那就是這樣意思了，那麼你修這個四念住心不顛倒，但是你也願意，也不要忘了願生阿彌陀佛國，那麼這時候，你要往生阿彌陀佛國，我認為很容易就是上品上生，你看《觀無量壽佛經》，上品上生是沒有到蓮花化生，不是的，到那裏就是見佛，見佛就是得無生法忍了。不是這樣子嗎？那個上品上生為什麼能得無生法忍？就是你在娑婆世界的時候，修過四念住，已經接近得無生法忍的時候，所以到阿彌陀佛國很容易就得無法忍了，就是這麼回事。

這裏面還有一個好處，就是因為你常常觀身不淨，觀受是苦，觀心無常，觀法無我，觀法無我也是觀身受心法都是無我，觀身無我，觀受也是無我，觀心是無我，觀一切法都是無我。你若是讀《般若經》的時候，無我就是畢竟空的意思無差別，你常常這樣修的時候，就是現在隨時心裏面有煩惱的時候，這個我、我所出來，你就知道，唉呀我現在不對，我這個我、我所出來不對的，隨時由這個觀身受心法滅除貪瞋癡，隨時的就會認識到這裏。所以隨時和別人談話也好，辦什麼事也好，這個境界現前的時候，我這個貪心出來，我這個瞋心出來，立刻就知道。立刻就知道，你沈靜一下，把這個貪心調伏一下，把這個瞋心調伏一下，不用貪心同人說話，不要用瞋心同人講話，隨時能調伏煩惱，有這種好處。你若不修四念住，你不深入的學習佛法，我專心念佛，很好，但是你若辦事的時候，貪心會出來，瞋心也是會出來，我、我所也會出來，出來的時候，有的時候繼續我、我所，你不知道把這我、我所調，不能調，我認為也會有這個事情。所以修四念住有很多好處，如果不能，你好好念佛，好好念佛，我也同意。

所以說「又有四種欲勤為先，觀察過患及與對治」，這兩句話就是解釋這個欲的。什麼叫做欲？就是「觀察過患及與對治」，就是我這身口意不清淨。那有天然的佛呢？沒有那回事情，有天然的佛、有天然的彌勒菩薩，不是的，都是由自己努力修行才有的。努力修行，這就是感覺我現在不是佛，我現在是生死凡夫，要這樣子，生死凡夫我要知道，我身體有這個過患，要知道反省自己有這個過患，要想辦法對治，常常不

要忘了這個欲，這個願，這個清淨的願，不要忘了這件事，然後要採取行動。所以這段文很重要，這段文和四念住是一回事。

「又有四種為欲住心為得勝定修方便者」，這是第三科「神足差別」。「神足差別」這句話怎麼講？「神」就是神通，就是天眼通、天耳通、他心通、宿命通乃至漏盡通，一共是六種神通。這個「足」是什麼呢？足是定，你這個神通從什麼地方來的？要修學禪定，得了禪定，以禪定為依止才能夠有神通。這個「足」是依止的意思，這個神通要依止禪定才能出現的，所以叫做「神足」。這個「差別」，就是他所依止的禪定，這個禪定是怎麼來的呢？就是這底下這個欲、勤、心、觀這四種方法，要依這四種方法才能成就禪定，所以這個法門裏面有這麼多的差別。「又有四種為欲住心」，這也是四，「四種」是什麼呢？「唯欲住心」，就是譬如說我修四念住，修四念住的時候，觀身不淨，觀受是苦，觀心無常，觀法無我，這樣修，但是感覺到心裏面散亂，這個念住，憶念所緣境相續地明淨而住，這樣的功夫不夠，心裏面常常亂，那就妨礙了修四念住了。那怎麼辦呢？佛又說到這個法門，所以「唯欲住心」，就是你想要使令心安住下來不要亂，你有這樣的願望。

「為得勝定」，最初是住心，《瑜伽師地論》裏面說有九住心，但是這還不是勝定。若是「為得勝定」，要進一步去成就更殊勝的禪定，就是四禪八定了，就是這樣子。最初是想得住心，心裏面寂靜住，那就是欲界定、未到地定，「為得勝定」就是四禪八定。「修方便者」，就是你想要住心，想要得勝定，要怎麼辦法呢？就要修一種方便，或者這個方便當方法講，要有一種方法，依據那個方法來修行，才能住心，才能得勝定。那麼這個方便有兩個解釋，一個是方法的意思，一個是行動的意思。就是採取行動，欲住心，欲得勝定，這是願，只有願不行，你還要採取行動，就是修方便。這幾句話這是一段，底下「心住如意能生長門」，這又一句話。

「心住如意能生長門」，就是我們這個心安住在禪定裏面，能如意的現出種種神通，具足了種種的神通。「如意」指神通說，就是我願意用天眼通的時候，天眼通就來了，天耳通，我現在要用這個天耳通，那麼天耳通就來了，天眼通、天耳通、他心通、宿命通、神足通。「能生長門」，就是能生長出來禪定神通的門。那個「門」是什麼？就是前面這句話「修方便者」，和那句話一樣。從這個門裏面出來這麼多的功德，能出來神通，能出來禪定，從禪定是神通之門，現在是說初一步得禪定的門，也就是這四法。「又有四種」，這四種是什麼呢？是住心得勝定的修方便。這四種是什麼呢？是心住如意的能生長門，這個意思。前面是得定，住心得勝定是定，這四種是禪定的方便。這個「心住如意能生長門」，這是說神通，是神通的生長門，能生出來神通。這兩句話還是不一樣，這是說它的作用，這四法的作用，這兩句話是它的作用，究竟是那四法還沒說，這底下說出來。

「一、樂出離欲」，這是第一個法。「樂出離欲」，要得禪定，第一個條件你要出離欲，就是色聲香味觸這五欲，要解脫欲。我們有欲的人，這個心就是向外攀緣，向外攀緣它就亂，那就談不到禪定這件事，所以你想要得定，一定要出離這個欲，從這個色聲香味觸這個欲裏面解脫出來，你要有這樣的欲才可以。所以「樂出離欲」，你好樂，你歡喜，你有這樣的願望，「樂」也就是願望的意思，願望要從這個欲的境界解脫出來，不可以有欲，有欲是不能得定的。這是第一個，這個欲。那麼這個欲，「樂出離欲」，也等於是說想要得定，這個欲和定是不能夠共存的，有欲就沒有定，有定就沒有欲，欲能破壞定，定也能破壞欲，定也能破壞欲，欲也能破壞定。但是欲也好，定也好，都是你的一念心，那麼究竟誰破壞誰呢？究竟是欲破壞定，是定破壞欲？那就是你自己決定，是這麼回事。「樂出離欲」，就是你要有歡喜得定的意願，那也就是我要棄捨這個欲，我想要得定，你要有這個願。

「二、受持讀誦悔過精進」，第二個你要學習得定的方法，就是得定的這個法門，你要「受持讀誦」，你要一遍又一遍的學習才可以的，所以受持讀誦。「悔過」，還要悔過，因為修行的時候難免是有障礙，你要懺悔，你還要懺悔，所以有的人看見靜坐得定，我就光是靜坐，不是，光是靜坐未必成功，你也還要拜懺，要懺悔。而且還要「精進」的，這件事才可以成功的。這是第二個方法。

第三個「能取賢善定相之心」，這是開始修定了。第一個「樂出離欲」是願；第二個是破除障礙，「受持讀誦」是學習得定的方法，懺悔是破除得定的障礙；第三個是開始行動了，「能取賢善定相之心」。「賢善」是讚歎這個定相之心的，「定相之心」，心裏面不昏沈也不散亂，明靜而住，這是定相之心。你要拿到這個心，「取」就是能捉住，能把握得住，就把這個心，其實這個心，這個明靜而住的心，任何人都能辦得到，只是時間短就是了。你睡覺正常，睡眠正常，不要睡太多了也不行，不睡、少睡也不行，你心裏面，叫它心裏面明了，心裏面有個明了性，但是又不要有雜念，又不要有昏沈，使令它明而又靜。不昏沈、不散亂，不昏沈心裏就是明，不散亂心裏面就寂靜，所以這個明靜而住，這件事誰都能辦得到，不是難事。但是「能取」，就是你能把握住一直的明靜而住，相續不斷的明靜而住，你要做這件事。

「能取賢善定相之心」，一直的要把握住叫它不要亂，叫它不要昏沈也不要亂，你這樣努力，這是「能取賢善定相之心」。這個心相，這個明靜而住的這個心，它能夠相續地明靜而住，這件事也還是其中也有些微妙的地方。你在事實上打禪七的時候，有的人他也並不是靜坐幾十年，也不是，他也是才學習靜坐，但是他一坐，心裏就明靜而住，也就不昏沈，也不散亂，一坐幾個鐘頭，就是那樣子。但是有的人不可以，靜坐連五分鐘都辦不到，為什麼會有這樣關係呢？就是那個人他前生栽培過，他心裏面有這個明靜而住的種子，他前生這樣修過，現在正念一提，前生的種子就發生作用了，

所以就能明靜而住，時間很長，我們沒有那栽培就不行。所以「能取賢善定相之心」，裏邊還有這麼多的差別。

「四、住空閒處觀察諸法」，這件事也很重要。「住空閒處」，就是在這個不是鬧，不是喧鬧的地方，那個地方空，沒有人家，沒有聚落，而且是寂靜也沒有其他喧鬧的聲音，在那個地方住，你在那地方靜坐修禪。「觀察諸法」，「觀察諸法」是什麼意思呢？就是你學習了這靜坐的方法，你心裏面還要去觀察的，深入的去觀察思維。觀察思維有什麼好處呢？心裏面能斷除去一切的疑惑，並且也對修行的方法，能更深入地瞭解修禪定的方法。那麼你這樣子能斷除內心的一切無知，能斷除內心的一切疑惑，那麼這樣子你心裏面就決定，你的信心就加強了，心裏面就一點沒有疑問的，就這樣子決定的修行，也就容易得定。說你不要經過這一番的學習，你不經過這一番的觀察，忽然間靜坐的時候出了事情，那心裏面就疑惑，這是怎麼回事？也不知道是怎麼回事，心裏面疑疑惑惑的，那你有困難，你就有困難，所以這個觀察也是很重要。

這個我剛才說的這一段話，我先念觀世音菩薩，就表示我說這話不圓滿，有過失。有什麼過失呢？我說說我的過失，我也懺悔懺悔。我們現時代佛教的情況，也是很明顯的，你去現在發表拜懺，會有些人會來，我說我們現在宣佈要講《瑜伽師地論》，也有人來，但是和拜懺來的人少得很，拜懺來的人很多，若是我現在宣佈講經，來聽的人少。這就看出來什麼事情呢？拜懺也好，放焰口也好，打水陸也好，各式各樣的法會都好，因為會有很多人來栽培善根。說是暫時什麼事都不要做，我就光是講經，光是坐禪，大概有三個人，最後能剩三個人，已經很多了。所以這就看出，圓滿點說各司其事，都好，拜懺也好，放焰口也好，各式各樣的這些事都好。所以教唱念也不能說不對，教唱念也好，教廚房燒菜，燒得好好的給人吃也是好，所以都是好，不能說這些事是不對的，不能這麼說。但是我想我們學習佛法，學習經論，學習四念處，修四念處，這件事還是重要，也還是很重要的。所以說了老半天，還就是各司其事就好了，阿彌陀佛！