

薰法安心讀書會



薰法香心得

《靜思妙蓮華》 三明六通 住八解脫
957集-20150606開示



高明智(惟智)

2022年1月5日

諸聲聞眾

不可稱數

皆得三明

具六神通

住八解脫

有大威德

過現未來

明自他宿世事

知自他身

明來世生死相

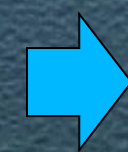
漏盡煩惱

明斷見惑無明

八解脫

行入無邊虛空定

過現未來：明自他宿世事
知自他身：明來世生死相
漏盡煩惱：明斷見惑無明
八解脫：行入無邊虛空定



宿命明
天眼明
漏盡明
八解脫



無漏慧



得滅盡定



證得二乘涅槃



出三界



破五蘊魔



修行成佛過程

過現未來
明自他宿世事
知自他身
明來世生死相
漏盡煩惱
明斷見惑無明
八解脫
行入無邊虛空定

這是三明與八解脫，宿命明，天眼明，漏盡明。修八解脫可以行入無邊虛空定

靜思妙蓮華



這就是一個心理的境界，我們修行，心理，到底我們的心理無明有沒有去除？我們若是有去除煩惱，我們的思考會很清淨，這是我們平時要思惟修，進入了靜寂清澄的境界，這是我們要好好用功了。「三明六通道品發」（《無量義經·德行品》）。過去我們已經說了「三明」，三明，「宿命明、天眼明、漏盡明」，宿命明就是我們知道過去。我們知過去造什麼因、結什麼緣，我們來生此世，我們所得到的果、報，明明歷歷，很清楚，這叫做明，是「宿命明」。

明白自己的過去，更加明白他人，我們與他之間，今生此世，大家在一起是歡喜，是互相嫉妒、彼此對立，或者是感恩啊！善知識或逆增上緣，我們都很清楚，這是過去生我與他的因緣，今生這樣的果報，這是宿命明。我們的生命中，過去、現在，所以這自他宿世事，我們都很清楚。要能清楚過去與現在，心若沒有很清明，我們昨天的事情說不定就忘記了。怎哪有可能還記得前世的事情呢？當世的前世，我們更是不清楚了。所以我們的心還是要時時去除煩惱、無明，減一分的無明，就增加一分的清楚。

再來就是說「**知自他身，明來世生死相**」，這就是「**天眼明**」。我們現在，今生此世，我們要如何修行？過去既然就是這樣的無明，造成了我們今生此世種種煩惱果報。**現在我就要好好修，修得我們來生世，所以「明來世生死相」。**我知道這輩子要好好修行，過去的，我們要放下過去了，我們不要再惹來來生世的糾纏。「**欲知今世果，那就是前生作者是**」，過去生的造作，所以我們今生有這樣的果。若要知道如何來生，今生所造作的，就是來生的果。**這我們若都清楚，來世的生死相，我們要依報、正報在哪裡呢？要出生在什麼樣的國家？**

他的生態是好的、富有的國家？或者是不好的、貧窮困難的國家？是很多善知識共聚的地方？或者是充滿了無明、煩惱覆蔽的眷屬？到底未來我們是什麼樣呢？唯有要有這種天眼通，我們才能明白來世生死的國土、眷屬、時代、社會、人群的形象。所以我們要修行，法要好好用心，貫耳，法要從耳根入，入得牢牢住在我們的心，很堅定、很牢固，注入我們的心地來。我們才能了解過去的宿命，我們才能明白未來的生死。所以，宿命通、天眼通，都在我們靜思惟中，心要靜，要思惟修。每天的生活，舉止動作、待人接物等等，時時都要提高警覺，一點點態度的錯誤都不可以。

兩位比丘，一人走前面，一人走後面，前面的比丘遇到一女人在哭，「妳為什麼哭呢？」這樣問那個女人。這個女人見到比丘也是很恭敬，就說：「我怎麼會命這樣不好，生生往生，我含苦辛勞養育孩子，家庭貧困，用心撫養我的孩子長大，我的孩子現在忽然間又死了，我苦啊！」這位出家人就說：「生死有命，本來就是這樣，不用哭，哭什麼呢？」就向前走了。

後面這位比丘來到這女人面前，很柔軟地跟她說：「妳為何在哭呢？」這個女人就同樣的話重覆說，這位比丘聽了，這位比丘說：「真的感到悲苦啊！能體會你的心。」一條手帕拿來，「來，妳將臉擦乾淨，停止妳的眼淚吧，人生本來就是這樣，自然法則，因緣就是這樣，不要哭了，好好保重自己。」這樣就再向前走了。這位婦女，女人想：後面這位比丘這樣的溫柔，拿手帕給我擦，還給我安慰，我若是將來我願意跟這位出家人修行。

佛陀說到這裡就說：「唉，前面那位出家人，很慚愧就是我。後面那位出家人，那就是現在的阿難。阿難的柔軟心，過去生中與這位貧婆結了這分緣。那時候，走前面的比丘用理智，知道這是自然的法則，自然的法則既然是這樣，何必哭呢？少了那一分同心理的心。阿難就能對她說，妳的悲苦我了解了。但是前面那比丘，因緣就是如此，哭什麼呢？」這樣就過去了，就是缺了那一分柔軟，缺了那一分同理心。大悲，缺這一分心

所以，我們在修行，這也是佛陀教育我們的一段譬喻故事，也是他生活中，在人、事、物間的過程，也是在生活中。這一生的貧婆，見佛不起歡喜心，看見阿難，她就這樣願意跟他走、聽他的話。這就是對我們的教育，我們對任何一個人，我們都要態度柔和，對人說話要有同理心。這樣在人群中才能化善緣，我們讓他看見，他歡喜，我們看見他，我們也是能付出柔軟的心。



若是現在非洲，在莫三比克每個月的發放，他們就每個月舉行洗腳，年輕人為老人洗腳，孩子為父母洗腳，那是在莫三比克。現在他們每個月在發放，那個次序就安排的很整齊，先帶動念佛、繞佛，然後就很整齊，長者，就是說年紀大的人，父親、母親坐下來。有孩子的，孩子就去為他的父母洗腳；沒有孩子的，同樣也有一群年輕人，去為那些沒有孩子的老人洗腳，這就是在非洲開始提倡。

所以說，我們今生此世，人與人之間要如何與人互動呢？你用你溫柔的態度，這個人跟你有關係、沒關係，都不要緊。「無緣大慈」，我們看到人，我們就要給人歡喜心，一個微笑也是布施，一句柔軟的話也是愛語布施。這種愛不斷累積在人群中，這就是結善緣。所以，我們不論是過去生何種的因緣，今生何種的環境，我們全都要好好累積，累積善緣。

我們要時時提高警覺，要如何去除煩惱、無明。這是我們佛法要落實在日常生活中，我們無明煩惱要漏盡，我們要將它漏盡，那些煩惱都要漏盡，煩惱若去除，法才能牢固。所以漏盡，漏盡就是煩惱都去除了，佛法清心在我們心中。這戒、定、慧，「三明六通道品發」，這必定要漏盡煩惱。所有的煩惱都將它去除，去除了煩惱，法才能入心來。

這樣才能「明斷見惑無明」，我們才能很清楚，煩惱離開了，我們這個心，我們的智慧才能開朗，斷除見思惑。我們的見解、我們的思考、我們的無明不會再來迷惑我們的心。這我們要一一斷除，漏盡煩惱了，才有辦法斷除了見，見濁，煩惱濁、無明濁，我們才能完全去除。能這樣，我們才能慢慢「三明六通」，進入了解脫，「八解脫，行入無邊虛空定」，我們才能慢慢通達「六通三明」，才能「八解脫」，後面再向大家大概解釋。

佛於其中
度無量眾
其佛法中
多諸菩薩
皆悉利根
轉不退輪
彼國常以
菩薩莊嚴

諸聲聞眾

不可稱數

皆得三明

具六神通

住八解脫

有大威德

諸聲聞眾

不可稱數

皆得三明

具六神通：

其數亦多

三明六神通：

聲聞果也

三明：

在佛曰三達

在羅漢曰三明

因智之知法顯了

謂之明

又曰智明

證智之境

而顯了分明

六通：

三乘聖者

所得之神通

即天眼通明、

天耳通、他心通、

宿命通明、

神足通、漏盡通明

亦稱六神通

住八解脫

有大威德：

八解脫

又名八背捨

背惡向善

背麤向細

背捨三界之煩惱

而捨離之

八解脫：

一、內有色相

外觀色

二、內無色相

外觀色

三、淨背捨身作證

四、虛空處背捨

五、識處背捨

六、無所有處背捨

七、非有想

非無想處背捨

八、滅受想背捨

| | 八背捨 | 八解脫 | 心境簡單譬喻形容 | 破 |
|---|-----------|------------|----------|----|
| 1 | 內有色相外觀色 | 內有色想觀諸色解脫 | 還有欲但看開了 | 色 |
| 2 | 內無色相外觀色 | 內無色想觀外色解脫 | 內外完全看開了 | 色 |
| 3 | 淨背捨身作證 | 淨解脫身作證具足住 | 身，真正清淨了 | 受 |
| 4 | 虛空處背捨 | 空無邊處解脫 | 心，不受限了 | 想 |
| 5 | 識處背捨 | 識無邊處解脫 | 識，無分別心 | 識 |
| 6 | 無所有處背捨 | 無所有處解脫 | 時空人，不執著了 | 行 |
| 7 | 非有想非無想處背捨 | 非想非非想處解脫 | 無色，一切放下了 | 想識 |
| 8 | 滅受想背捨 | 滅受想定身作證具足住 | 身心念，不起妄想 | 受想 |

八解脫第一、

內有色相外觀色：

謂行人先觀

自己色身

壞爛不淨

不可愛樂

一心靜定

八解脫第二、

內無色相外觀色：

又為欲界貪欲難斷

故觀外不淨之相

令生厭惡

以求斷除

故云外觀色

八解脫第三、

淨背捨身作證：

淨即緣於淨相

謂除棄外色

不淨之相

清淨皎潔

猶如殊妙寶室

心既明淨樂漸增長

八解脫第四、

虛空處背捨：

除棄自身不淨之色

又除棄外身

一切不淨之色

若心捨色一心緣空

與空相應

即入無邊虛空處定

八解脫第五、

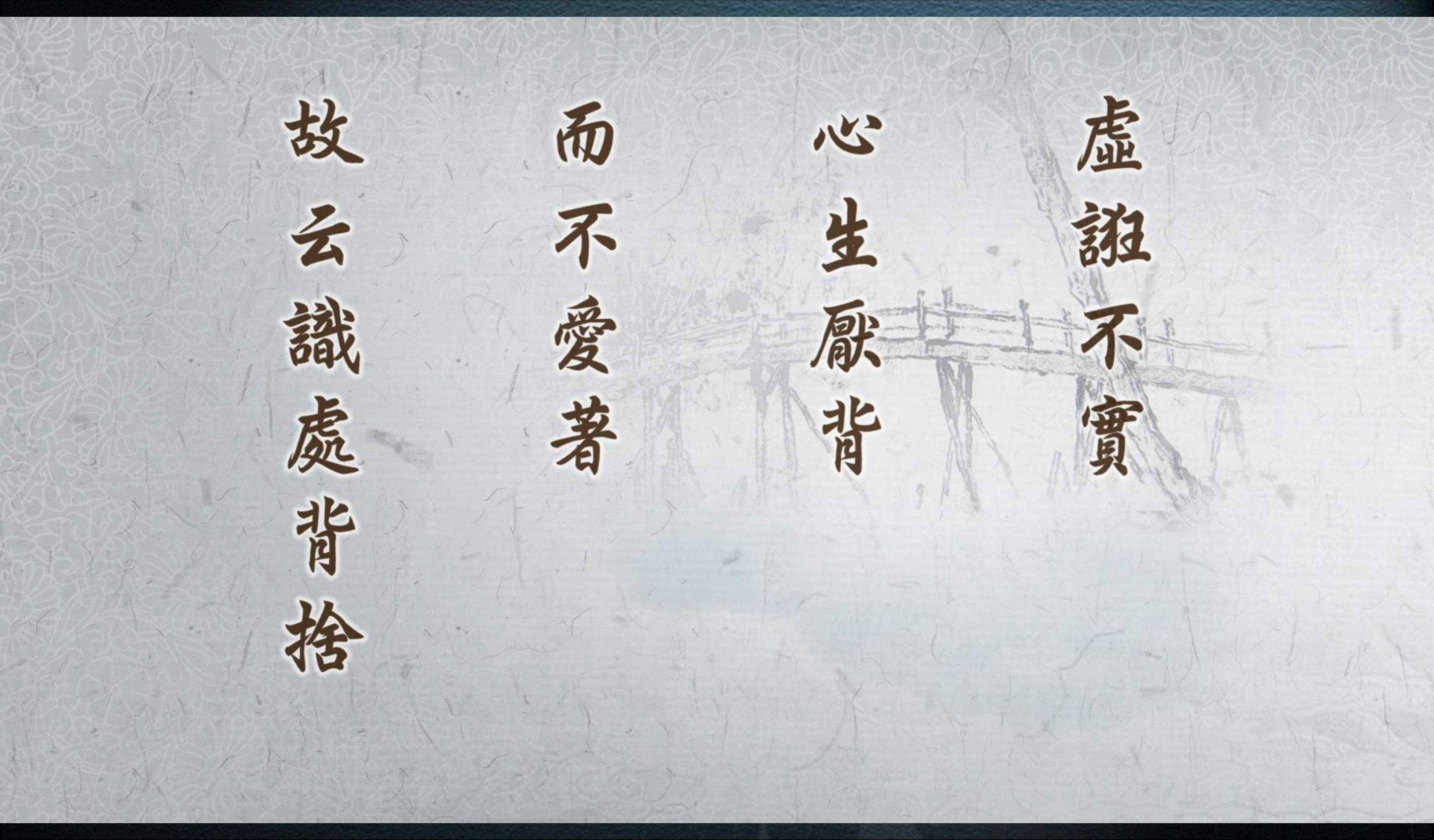
識處背捨：

一心緣識

依五陰等

悉皆無常、

苦、空、無我



虛誑不實

心生厭背

而不愛著

故云識處背捨

八解脫第六、

無所有處背捨：

依五陰等

悉皆無常、

苦、空、無我

虛誑不實

心生背捨而不愛著

故名無所有處背捨

八解脫第七、

非有想

非無想處背捨：

一心緣非有非無想

即觀諦理

八解脫第七、

非有想

非無想處背捨：

一心緣非有非無想

即觀諦理

依五陰等

悉皆無常、

苦、空、無我

虛誑不實

故名非有想

非無想背捨

八解脫第八、

滅受想背捨：

受即領納

想即思想

即五陰中受想想心



謂行人厭患

此心散亂

故背滅受想諸心

是名滅受想背捨

依無漏慧

滅前六識心王心所

斷盡見思惑

所得滅盡定

即二乘涅槃



有大威德：

善能降伏内外怨魔

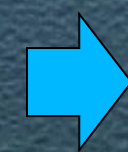
有威可畏

有德可敬

修行，我們就是把握在剎那間清淨心，不斷延續下去，就是不必去執著，這叫做第八「滅受想背捨」。我們若能依這樣修，就是無漏慧，到了這樣，那就是智慧無漏了，滅除了前六識的心王心所，斷盡了見思惑，所得的「滅盡定」，這就是二乘涅槃。所以若能這樣，就「有大威德，善能降伏內外怨魔，有威可畏，有德可敬」。

這是不是有比較深呢？都是在我們的心。修行，最重要的，不必去執著外境，外面的境界，我們要好好思惟。最簡單的，是從我們自己的生活來想。東西，貪啊、吃啊，過程，排泄出來，看看外面的污濁等等，世間是這樣，還有什麼好執著呢？所以，三明六通八解脫，都是這樣的過程，深的法要很用心。背粗向細，粗重的煩惱去除，我們要很微細，細得就如我們回歸於空一樣，所以沒有執著。要時時多用心啊！

過現未來：明自他宿世事
知自他身：明來世生死相
漏盡煩惱：明斷見惑無明
八解脫：行入無邊虛空定



宿命達



天眼達



漏盡達



八解脫

→ 無漏慧



得滅盡定



證得二乘涅槃

→ 出三界



破五蘊魔



修行成佛過程

| | 八背捨 | 八解脫 | 心境簡單譬喻形容 | 破 |
|---|-----------|------------|----------|----|
| 1 | 內有色相外觀色 | 內有色想觀諸色解脫 | 內有欲但看開了 | 色 |
| 2 | 內無色相外觀色 | 內無色想觀外色解脫 | 內外完全看開了 | 色 |
| 3 | 淨背捨身作證 | 淨解脫身作證具足住 | 身，真正清淨了 | 受 |
| 4 | 虛空處背捨 | 空無邊處解脫 | 心，不受限了 | 想 |
| 5 | 識處背捨 | 識無邊處解脫 | 識，無分別心 | 識 |
| 6 | 無所有處背捨 | 無所有處解脫 | 時空人，不執著了 | 行 |
| 7 | 非有想非無想處背捨 | 非想非非想處解脫 | 無色，一切放下了 | 想識 |
| 8 | 滅受想背捨 | 滅受想定身作證具足住 | 身心念，不起妄想 | 受想 |

願作上人的助教，廣傳靜思妙蓮華

感恩

Thank You

奈普敦智慧平台

<https://www.neptune-it.com/>