

# 薰法安心讀書會



# 薰法香心得

《靜思妙蓮華》 三明六通 具八解脫  
1047集-20151002開示



高明智(惟智)

2022年5月18日

三明 六通

具八解脫

第二 第三

第四 說法時

千萬億恆河沙

那由他等眾生

「那由他等眾生」

"of grains of sand of the Ganges..."

八解脫亦稱八背捨

此淨潔五欲

捨染著心

持八背捨

修繫念思惟

"We cultivate dwelling on and contemplating them"

發無漏智慧

斷三界見思惑煩惱

背捨無明

證羅漢果

轉名八解脫

"To do this is to attain the Eight Liberations"



八解脫亦稱八背捨

此淨潔五欲

捨染著心

持八背捨

修繫念思惟

"We cultivate dwelling on and contemplating them"

修八解脫又稱為  
八背捨，可以發  
無漏智慧，出生  
死，斷三界見思  
煩惱，證羅漢果



發無漏智慧

斷三界見思惑煩惱

背捨無明

證羅漢果

轉名八解脫

"To do this is to attain the Eight Liberations"



我們一段時間一直在說四諦、十二緣，我們更要了解十二緣，從一念無明生，就一直十二緣，緣到老死憂悲苦惱，不斷這樣輪迴，不斷這樣無明，也是不斷這樣憂悲苦惱。生、老、病、死，人間就是這樣過一生，過無量無數劫，這無量成劫以來就是這樣不斷輪轉。苦還是不苦呢？真是苦不堪。因為無始以來，生命就是這樣不斷在輪轉這個生死。

佛陀智慧透徹了解，要來向我們說，如何才能解脫生死輪迴，從由不得自己隨業牽引，一直到如何能再還滅回來，一切由我自己來主宰人間。主宰，就是由我自己來，不是由不得自己隨著業力轉。由我自己來，就如菩薩來人間，是為了要救度眾生，是他的覺性不忍眾生苦，他來的目的就是救度眾生。



你要救度眾生，必定要回歸自我的覺性，我們若是還有無明，永遠都無法回歸自己清淨的覺性。所以佛陀來人間的一大事，就是教育我們要如何回歸，要如何解脫，由不得自己的這個無明，需要解脫十二因緣，這叫做「還滅門」，再反回來。過去是由無明這樣牽引我們，現在我們要把它滅除，滅除這個緣，無明緣行。我們日常的生活中，就是在無明中，緣著這個無明在行動，所以因無明來行動，所造作的，十有八九都是錯誤。

我們的觀念、思惟，多數都是錯誤，這就是我們的人生，這個「無明」這樣緣「行」，我們一切行為的錯誤。要如何才能還滅回去？從憂悲苦惱向上再滅，滅除「有」，「有」要滅，因為有「愛」，就是「愛」，而「愛」就是因為感受來的，這樣再往上一一滅除，一直滅到「無明」源頭，我們也把它滅除了，滅除無明，才有辦法回歸我們清淨本性，這個時候才叫做解脫。

## 還滅門



這樣再往上一一滅除，一直滅到「無明」源頭，我們也把它滅除了，**滅除無明**，才有辦法**回歸我們清淨本性**，這個時候才叫做**解脫**。

八解脫亦稱八背捨  
此淨潔五欲

捨染著心，持八背捨

修繫念思惟  
發無漏智慧，斷三界見思惑煩惱

背捨無明，證羅漢果  
轉名八解脫

八解脫亦稱八背捨

此淨潔五欲

捨染著心，持八背捨

	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(原文)	境界	八解脫(白話)
1. 內有色想觀諸色解脫	背捨 五欲 清淨 四無 色定 無色 界四 天  滅受 想定	1. 物質思惟還在基本上看開了
2. 內無色想觀外色解脫		2. 內在外在完全看開了
3. 淨解脫身作證具足住		3. 真正清淨能做到了
4. 空無邊處解脫		4. 心量大到不受限了
5. 識無邊處解脫		5. 無我無分別心了
6. 無所有處解脫		6. 隨處自在不執著了
7. 非想非非想處解脫		7. 三界人事相一切放下了
8. 滅受想定身作證具足住		8. 五蘊皆空不起妄想能做到了

《靜思妙蓮華》 三明六通 具八解脫 1047集-20151002開示 (化城喻品第七)

惟思惟  
智慧  
惟思惟  
智慧  
斷三界見思惑煩惱

背捨無明，證羅漢果  
轉名八解脫



斷三界見思惑煩惱，證羅漢果

八解脫(原文)	境界	八解脫(白話)
1. 內有色想觀諸色解脫	背捨 五欲 清淨	1. 物質思惟還在基本上看開了
2. 內無色想觀外色解脫		2. 內在外在完全看開了
3. 淨解脫身作證具足住		3. 真正清淨能做到了
4. 空無邊處解脫	四無 色定 無色 界四 天	4. 心量大到不受限了
5. 識無邊處解脫		5. 無我無分別心了
6. 無所有處解脫		6. 隨處自在不執著了
7. 非想非非想處解脫		7. 三界人事相一切放下了
8. 滅受想定身作證具足住	滅受 想定	8. 五蘊皆空不起妄想能做到了

佛陀在世時，有一位叫做劫波比丘，有一天來問佛陀，說問說：「佛一直希望眾生的心要得善解脫，世尊！云何比丘心得善解脫呢？」

四念處  
身念處，觀身不淨  
受念處，觀受是苦  
心念處，觀心無常  
法念處，觀法無我

五蘊  
色受想行識



如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，有比丘名劫波，來詣佛所，頭面禮足，却住一面，白佛言：「如世尊說，比丘心得善解脫。世尊！云何比丘心得善解脫？」

爾時，世尊告劫波曰：「善哉，善哉，能問如來心善解脫。善哉，劫波！諦聽，諦聽，善思念之，當為汝說。劫波！當觀知諸所有色，若過去、若未來、若現在，若內、若外，若麤、若細，若好、若醜，若遠、若近，彼一切悉皆無常。正觀無常已，色愛即除。色愛除已，心善解脫。」

如是觀受、想、行、識，若過去、若未來、若現在，若內、若外、若麤、若細，若好、若醜，若遠、若近，**彼一切悉皆無常。正觀無常已，識愛即除。識愛除已，我說心善解脫。**劫波！如是，比丘心善解脫者，如來說名心善解脫。所以者何？**愛欲斷故。愛欲斷者，如來說名心善解脫。**」時，劫波比丘聞佛所說，心大歡喜，禮佛而退。爾時，劫波比丘受佛教已，**獨一靜處，專精思惟，不放逸住，乃至自知不受後有，心善解脫，成阿羅漢。**《雜阿含經》第22經

先說明兩個重要法義，思惟和繫念不亂。

**思惟**有三種層次：

1. 思念、想念、憶念。
2. 以各種知見，推求、判斷其義理，進而認識瞭解。
3. 透過智慧觀察。

**繫念不亂**也有三種意思：

1. 一直想沒有離開過。
2. 心得決定，不懷疑、不動搖。
3. 專念不散制心一處，乃至一心專念。

佛於天人大眾之中

說是法時

六百萬億那由他人

以不受一切法故

而於諸漏心得解脫

皆得深妙禪定

這當中就  
During this time,

三明 六通

具八解脫

第二 第三

第四說法時

千萬億恆河沙

那由他等眾生

「那由他等眾生」

"of grains of sand of the Ganges..."

宿命明、

天眼明、

漏盡明

以上三者

在阿羅漢叫做三明

在佛則叫做三達

「在阿羅漢叫做三明」

"In Arhats they are called the Three Insights"



六通：

三乘聖者

所得之神通

天眼通、天耳通

他心通、宿命通

神足通、漏盡通

「他心通 宿命通」

"the power of knowing past lives,"

八解脫亦名背捨

捨此淨潔五欲著心

發無漏智慧

斷三界見思惑盡

證羅漢果

即轉名八解脫

in the Three Realms,

淨潔五欲者：

若欲界：

色聲香味觸

即名粗弊五欲

名為不淨

若色界、無色界：

色聲香味觸

即名淨潔五欲

在人間這些五欲就是不淨  
In the world, these five desires are impure

無漏智慧者：

謂二乘等

由此智慧斷除惑業

不漏落生死

「斷除惑業」

"eliminate deluded karma,"

第二、第三、

第四說法時

千萬億恆河沙

那由他等眾生：

其數量之多

喻千萬億

恆沙數之多

聞法之眾

of grains of sand of the Ganges

初說四諦

十二緣法時

六百萬億

那由他得道

說是法時

聞法得悟者

轉多於前

「聞法得悟者」

"by listening to the Dharma"

但是佛陀的譬喻是塵沙劫。佛經中都是用塵沙劫，一塵一沙一劫，就是一塵，就是小小這樣很細的灰塵，與沙土，塵比沙還細叫做塵。塵，就像我們的椅子桌子幾天你沒擦，你用手摸一下，桌子出現一痕，手就沾了灰塵，那叫做塵。沙比塵粗一點，所以這要用塵沙來譬喻數字，實在是沒辦法。才會說「若算師，若算師弟子」，數不能盡。

所以這是佛陀要告訴我們，人人本具佛性，從無數劫、塵沙劫前，大通智勝佛人人本具。人人與大通智勝佛，大通智勝佛通我們現在的凡夫，凡夫心通大通智勝佛的心，「心、佛、眾生三無差別」。這麼多的法，到底我們要從何學起呢？就像八解脫，八解脫我們若透徹了解，八背捨無明完全背除，去除，若這樣我們就「還滅門」，就能回歸到佛清淨的本性。我們若好好用心，修行是在日常生活中，沒什麼困難，只要我們時時好好多用心！



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/>