

本會所提供之電子檔，皆可免費下載。
但不得擅自加註、修改、增刪、販售。



楞严经讲记

【上净下界法师主讲】



《大佛顶如来密因修证了义诸菩萨万行首楞严经》讲记 067

目录

【824】 修首楞严王三昧的二十五个方便，用一句话来作一个总持，就是“方便有多门，归元无二路”	2
【825】 迦叶尊者如何而成就了圣果？	4
【826】 迦叶尊者所悟的理是什么？	5
【827】 阿那律陀翻成中文叫作无贫，为什么呢？	5
【828】 阿那律尊者“乐见照明”这个见，是用眼根来见吗？	7
【829】 回光返照，正念真如，这两句话你要记住！	8
【830】 周利槃特迦尊者为什么以鼻根当所观境？	9
【831】 周利槃特迦尊者是怎么修而得大无碍？	10
【832】 周利槃特迦的修学成功给我们的启示	11
【833】 憍梵钵提牛舐病的缘由	13
【834】 依止舌根来修观，要怎么修呢？	14
【835】 这个止观，你要能够掌握它的方法、技巧，对临命终时候的正念非常有用	16

【824】修首楞严王三昧的二十五个方便，用一句话来作一个总持，就是“方便有多门，归元无二路”

请大家打开讲义第一百四十九页。壬六，迦叶观法。

这一大科是讲到《楞严经》的二十五圆通法门，这当中等于是说明了我们在修首楞严王三昧的二十五个方便。在这二十五个法门当中，我们可以用一句话来作一个总持，就是“方便有多门，归元无二路”。

“方便有多门”是指的我们在正念真如的时候，它的所缘境是特别广大的，可以说是整个因缘所生法。也就是说，我们日常生活当中的根尘识，都



是我们的所观境。我们身为一个有情众生，由过去的业力而变现了一个六根、六尘、六识。我们依止六根来攀缘六尘，而产生六识的分别。大概一个众生一生的生命当中，身心世界的活动就没有一个人离开十八界，所以这整个日常生活都是《楞严经》的所观境。这一点是跟一般的三昧不太一样。你看我们念佛或者持咒，我们一定要远离外在的因缘，说“都摄六根”，一定要把外在的因缘放下，另外提起佛号，另外提起咒语。《楞严经》不必，你平常经常打妄想的地方，你平常经常起烦恼的地方，就是你生起观照的地方。《楞严经》的特色就是“就路还家”，你平常熟悉的地方就是你修行的地方，你不必再改变地方。所以它的特色是“方便有多门”。

第二个，归元无二路。虽然方便有多门，但是它真正观照的智慧其实是相通的。你看二十五圆通的观照智慧，都是空假中三观。你不管遇到什么境，第一个最重要的就是空观。空观就是一种回光返照、正念真如。我们前面三卷半的经文经常强调，你看到事情，首先第一句话你要问它，你从什么地方来？你不要被物质的假相所迷惑，要看到这个假相的背后到底它的本来面目是什么。所以，一个人经常会回光返照“你从什么地方来”，就不容易起颠倒了。我们会看到一个我空法空相应的、“清净本然周遍法界”的如来藏妙真如性的本体。这就是我们刚开始第一步要做的从假入空，从身心世界的根尘识的因缘法，回归到一个整体的、不生不灭的清净本性。

那么假观，又开始从空出假，从一个不生不灭的本性，回到我们现在的身心世界。我们现在的因缘有它的一个假名假相假用，我们要找到我们的定位，我们怎么利用我们今生的根尘识来积功累德。所以这个假观就是说，你也不能否定你今生的因缘，人身难得。

所以，我们在从假入空的时候，破除我们的我法二执；但是，当我们从空出假的时候，依止的是一种大悲的愿力，我们假借今生的根尘识来积功累德，来求生净土。当我们把这个整体的真如观跟个体生命的因缘观达到平衡



的时候，那么这个就是中观了。空假中三观就是这样操作的。不过，我们从本经来看，初学者是偏重在空观的，就是偏重在从根尘识的这些假相，回归到我空法空相应的真如本性。这个空观是一个重点，从解脱道的角度这是个重点。你能够掌握这个以六根、六尘、六识为所缘境而生起空假中三观，你大概就能够掌握整个二十五圆通的纲要。

【825】迦叶尊者如何而成就了圣果？

这个地方我们讲到“观法得果”，这是迦叶尊者观察法尘而成就了圣果。

我观世间六尘变坏，唯以空寂，修于灭尽，身心乃能度百千劫，犹如弹指，我以空法成阿罗汉。

这个地方讲到迦叶尊者今生的迹门。迦叶尊者在选择所观境的时候，是观察这一切世间的六尘的生灭变坏。这个地方的六尘其实指的就是法尘。那为什么叫六尘呢？因为它是前五识攀缘五尘而落谢到心中的一个影像。换句话说，这个六尘其实是过去曾经所发生过的，他所见闻过的事情。迦叶尊者在修止观的时候，就回忆过去前五识攀缘五尘所落谢的影像。而这个影像，他观察它是生灭变坏，所以从这个地方他发明了我空的真如。他知道这个五阴身心没有真实的自我，所以他就依止这个我空的空寂之理来修习灭尽定。这个灭尽定就是在灭除我们身心世界的第六意识的受、想两个心所，还有第七意识染污分的这一部分的心所，所以他的心是特别的微细，只有第八识跟第七意识的清净分现前。

那么，他的身心多么微细呢？你看下一段就知道了。他的身心世界能够在禅定当中经过百千劫的时间，就好像一弹指的短暂时间。所以你看迦叶尊者，身为禅宗的初祖，他现在在鸡足山入定，等待弥勒菩萨的降世，把释迦牟尼佛的法衣交给他。他入的就是灭尽定。那么当然，他这个灭尽定为什么那么久呢？这跟他空观的智慧有关系，以空寂的智慧来修禅定，所以他这个禅定的力量就加深。



所以他作一个总结，我以空法而成就阿罗汉，我就是以我空的智慧来照见我空的真如理，而成就阿罗汉果。

这个地方，按照藕益大师的解释，这是他今生的迹门。

【826】迦叶尊者所悟的理是什么？

再看下一段，讲到他过去的本门。

世尊说我头陀为最，妙法开明，销灭诸漏。

佛问圆通，如我所证，法因为上。

世尊经常赞叹，在诸弟子当中迦叶尊者是“头陀为最”。头陀，我们翻成中文叫抖擞，就是我们说的苦行，依止苦行来抖擞我们的精神。迦叶尊者所悟的理其实是下面这一段：妙法开明，销灭诸漏。这个“妙法”，指的是他第六意识的法尘。他能够通达这个法尘其实当下是即空即假即中的，当下就是如来藏妙真如性。前面他是发明了法尘是我空的，这个地方他同时看到法尘有不空的因缘，空假不二的道理，而空假不二当下就是我们众生本具的如来藏妙真如性。那么依止这个中道的实相理，灭除心中的无明，而证得清净法身，位置在圆教的初住。所以佛问圆通的法门，正如我所修所证，我是以法尘为所观境，最为殊胜无上。

我们看大小乘的修学止观，一般小乘修止观一定先修无常、无我的，因为他要先破见思烦恼，对治止观。所以，在二十五圆通当中，凡是小乘示现的迹门，他一定先修我空观，然后再修空假中三观，悟入中道实相。他是有迹本两种的差别。这个地方要把它分清楚。下面的普贤菩萨，后面会讲到普贤菩萨，就直接进入中道实相，这个对治止观就不谈了。

【827】阿那律陀翻成中文叫作无贫，为什么呢？

辛二、观五根 分五：壬一、阿那律观眼；壬二、继道观鼻；壬三、牛呴观舌；壬四、余习观身；壬五、须菩提观意

这五根，其实是把耳根放在最后面。因为耳根是娑婆世界最为契机的法



门，佛陀要详细地说明，所以把耳根拿掉，剩下五根。这当中有五科：一阿那律观眼，二继道观鼻，三牛呌观舌，四余习观身，五须菩提观意。

壬一、阿那律观眼

精勤失明	— 阿那律陀，即从座起，顶礼佛足，而白佛言：“我初出家，常乐睡眠，如来诃我为畜生类。我闻佛诃，啼泣自责，七日不眠，失其双目。
成就心眼	— 世尊示我，乐见照明金刚三昧，我不因眼，观见十方，精真洞然，如观掌果。
蒙佛印证	— 如来印我成阿罗汉。
结答圆通	— 佛问圆通，如我所证，旋见循元，斯为第一。”

阿那律尊者他这个观，这个“观”指的是能观的智慧。我们前面说过了，整个《楞严经》的妙观察智所依止的就是一心三观。这个“观”指的是一心三观，这个“眼”指的他的所观境是眼根。这个地方值得我们说明，这个眼根是指的胜义根，它是一个色心的和合。但是在这个地方的“根”，特别指的是心法这一部分，也就是我们说的见闻嗅尝觉知这一部分，不谈色法，谈的是心法这一部分。到了经文你就很清楚。

阿那律陀，即从座起，顶礼佛足，而白佛言：我初出家，常乐睡眠，如来诃我为畜生类。我闻佛诃，啼泣自责，七日不眠，失其双目。

这个地方先讲阿那律尊者所发生的因缘。我们讲到《楞严经》的修学，就在你日常生活中所发生的事情当中来修学。你不必离开你的因缘，就是你平常很熟悉的因缘，可能是好因缘，也可能是不好因缘，顺逆皆方便。

阿那律陀翻成中文叫作无贫。为什么呢？因为他过去生曾经做一个农夫，他去田里耕田的时候，就带一碗饭到田里去，准备中午吃。在山上住了一个辟支佛，这辟支佛平常入定，但是他七天会下来托钵一次。这一天下来托钵，要回到山上的时候，竟然是空钵而回。这个农夫看到这种情况，起大怜悯心，就把他唯一的一碗饭供养给这个辟支佛。因为能布施的心非常的虔



诚，所布施的田又是一个辟支佛，所以他招感九十一劫的时间不受贫穷之苦。

这是阿那律陀。他是佛陀的堂弟，大概在阿罗汉里面他的福报是相当大的。你看经典上说，阿那律他去托钵，不管是贫穷人给他多么粗糙的饮食到这个钵中，只要入阿那律的钵，一定变成甘露味，不管是什么东西。他那个福德力这么强！他吃剩下的，从这个钵倒给别人，又恢复原状。他那个善业力特别强，所以他有资格称为无贫。

【828】阿那律尊者“乐见照明”这个见，是用眼根来见吗？

这个尊者就从座位站起来，来说明他修学的一个过程。他说，我刚出家的时候，当然他是八王子出家，带有贵气，有一个毛病就是“常乐睡眠”。这个睡眠他也不是一次两次，他是经常性地在佛陀说法的时候睡觉。后来有一次佛陀实在是忍不住了，就诃责阿那律说，你经常在我说法的时候睡觉，你未来的果报是变成一个畜生，蛤蚧一类的动物。阿那律尊者听到佛陀的诃责以后，可以说是啼泪悲泣，深自诃责。他如是思惟，听法的目的是明白道理，明白道理依理起观，才能够破除心中的颠倒，这是一个解脱之门；既然我在这个地方睡觉，这个过失很重！所以他依止大惭愧心，后来就七日七夜不睡觉。因为眼睛过度地疲惫，就失去双目而生大苦恼。这个地方就说明他过去的一段过失产生的因缘。这个因缘也启动他一个生命中的转机，我们看下一段就清楚了。

世尊示我乐见照明金刚三昧，我不因眼，观见十方，精真洞然，如观掌果。

大慈悲的佛陀看到阿那律尊者失去双目，生大苦恼，就教他修学“乐见照明金刚三昧”。这个“乐”就是喜乐；这个“见”呢，这个“见”值得我们注意了。我们一般的“见”叫作因缘所生法的见，一般的因缘所生法的见要用眼根来见，眼根攀缘色尘产生眼识，所以我们一般的生死众生都是在十



八界里面造成一种轮回相续的力量。但是这个见是一种心性的见，就是我们讲的见性，它不必依止眼根的，它已经超越眼根，所以这个见是见性。依止这个见性来“照明”，来照了我们本性的光明智慧，产生一个不可破坏的犹如金刚的三昧。

也就是说，这个三昧的特色是“我不因眼，观见十方”，所以我从今以后不必假借眼根。眼根败坏了，但见性没有败坏。你看，眼睛败坏了，可你还是看得到啊，你看得到暗相。如果我们问那个瞎眼的人，说你看到什么？他说我看到前面一片黑暗。前面一片黑暗，就是你看到了。见到光明、见到黑暗，都叫作见。所以他这个时候已经不必再假借眼根就能够照见十方（这个十方是包括整个三千大千世界），如观掌中菴摩罗果，而且当时的情况是“精真洞然”。也就是说，他所依止的是一种精纯的见性，而迥脱根尘，灵光独耀，清楚分明，能够照见十方整个三千大千世界。他这个时候叫作半头天眼，前半段的头看得到，后半段的头看不到。这是讲到阿那律尊者在眼根败坏的过程当中，已经不必依止眼根就能够看到物质。

如来印我成阿罗汉。佛问圆通，如我所证，旋见循元，斯为第一。

从迹门来说，佛陀就亲自印证他已经成就阿罗汉果了。现在佛陀问我圆通，正如我所修所证，我所悟的真理是什么呢？“旋见循元”。这个“见”就是我们能见的功能，我现在这个能见的见分能够不向外攀缘，而回光返照开显我内在的见性，而证得我空法空的真如法性。我们一般人是用眼睛看，阿那律尊者是用心来看。他用那一念“清净本然周遍法界”的一念心性来观察世界，那是无障碍的境界。这个是讲到他的本门，他所觉悟的真如理。

【829】回光返照，正念真如，这两句话你要记住！

大概整个《楞严经》的圆通法门都是要破根尘识。我们以眼睛来说，你看，眼根攀缘色尘就产生眼识，那么这个方向是什么？向外攀缘。《楞严经》就是怎么样呢？它叫“破和合识，断相续心”，就破那个根尘的和合。我们



在刚开始的时候是依止眼耳鼻舌身意，依止色声香味触法而产生六识的分别，而《楞严经》的想法就是，你要能够到达无眼耳鼻舌身意、无色声香味触法、无眼界乃至无意识界。它的方向是回光返照。“你从什么地方来”？你去找你的最初的本来面目，你不要老是去被这个假相所迷惑。所以它这是两个方向：你从这边出去，那就是根尘识的境界；你回光返照，那你就是到达无眼耳鼻舌身意、无色声香味触法。这两个方向大家要弄清楚。就是我们常说的，《楞严经》的修学，两句话：回光返照，正念真如。这两句话你要经常记住！

【830】周利槃特迦尊者为什么以鼻根当所观境？

壬二、继道观鼻

继道尊者所观的是鼻根嗅的功能。我们看他过去的因缘，就知道他为什么以鼻根当所观境。看经文就清楚。

周利槃特迦，即从座起，顶礼佛足，而白佛言：我阙诵持，无多闻性，最初值佛，闻法出家，忆持如来一句伽陀，于一百日，得前遗后，得后遗前。

讲到周利槃特迦过去的因缘。周利槃特迦翻成中文叫继道。古代印度，她们女众生产不能在自己的家，要回到娘家去。继道尊者的母亲在回家之前，因为事情的忙碌，来不及回家，所以快要生的时候才匆匆忙忙地赶回

- | | |
|------|--|
| 因缺诵持 | — 周利槃特迦，即从座起，顶礼佛足，而白佛言：“我阙诵持，无多闻性，最初值佛，闻法出家，忆持如来一句伽陀，于一百日，得前遗后，得后遗前。 |
| 奉教调息 | — 佛愍我愚，教我安居，调出入息；我时观息，微细穷尽，生住异灭，诸行刹那。 |
| 开悟得果 | — 其心豁然得大无碍，乃至漏尽成阿罗汉，住佛座下印成无学。 |
| 结答圆通 | — 佛问圆通，如我所证，反息循空，斯为第一。” |

去。他就在这道路的小道的旁边出生，就叫作继道，是这个因缘。

继道尊者出家以后是怎么回事呢？



“我阙诵持，无多闻性。”也就是说他的本性是愚痴暗钝，没有忆持诸法的功能，没有这种多闻强记的功能。周利槃特迦过去生在迦叶佛时代是三藏法师，但是他在教导弟子的时候，因为怪法的关系，对佛法有所保留，所以招感生生世世的愚痴。到释迦牟尼佛出世的时候，这种业报还没有结束，所以说他是缺乏这种忆持的功能。

“最初值佛，闻法出家。”我最初看到佛欢喜，也听闻佛法。他毕竟是有善根，生欢喜心而出家。佛陀曾经要他受持一句伽陀，一个偈颂，就是四句偈。这个地方藕益大师讲到说，是什么四句偈呢？“身语意业不造恶，不恼世间诸有情，正念观知欲境空，无益之苦当远离。”就是包括戒定慧。尊者对这个偈颂，只有四句的偈颂，在一百天当中，就是记到前面一句就忘了后面一句，记到后面一句又忘了前面一句。可以说他的那个念力，唯识学说那个念力，“心于所缘明记不忘”的那个念力，非常的薄弱。所以他哥哥（他哥哥也出家），就非常地恼恨，就责令他回家还俗。

【831】周利槃特迦尊者是怎么修而得大无碍？

周利槃特迦在回家的过程当中，走到半路遇到了大慈悲的佛陀。佛陀当然明知故问说，你要干什么呢？周利槃特迦就如是如是地报告。佛陀说你不要回去了，我来教你一个修学的方法。**佛愍我愚**（佛陀怜悯尊者的愚钝），**“教我安居，调出入息”**。说你现在这个念力这么薄弱，没关系，修行的方法多的是。这个根尘识，你这个部分弱，没关系，你找你强的部分出来。这个时候他说，你现在先把万缘都放下，你要安居静处，找一个闲静的地方住下来，然后调和你的出息跟入息，修随息观。

他怎么修呢？

我时观息，微细穷尽，生住异灭，诸行刹那。

这个时候，周利槃特迦因为念力薄弱，就不能用念力来修学了。那怎么



办？佛陀说，你就注意你的呼吸。这个地方就是随息，数、随、止、观、还、净。不是数息，是随息，就是知道而已，知息出、知息入，你知道你的气息从鼻端到丹田，又从丹田到鼻端，你知道它进、知道它出。就经常地有事没事就注意自己气息的活动，慢慢地使令内心达到微细禅定的境界。

那么禅定现前的时候是怎么回事呢？穷尽“生住异灭，诸行刹那”。他可以看到他的内心的世界那种生住异灭的四种相状，他的念头生起、相续、变化、消失。他这个时候看到诸行，这“诸行”指的是前面的生住异灭这四种相状，这种刹那刹那生灭的相状。当然到这个地方只是说明尊者成就了禅定，还没有说他成就智慧，但是他已经至少把心静下来了。

第三段是关键了。

其心豁然得大无碍，乃至漏尽成阿罗汉，住佛座下印成无学。

佛问圆通，如我所证，反息循空，斯为第一。

“其心豁然”，这个豁然就是指的开启他心中的智慧。因为他心静下来，他看到他内心世界的生住异灭这种种的变化，就体悟到我们内心是一个无常无我的道理。因为它生灭变化，所以没有常一主宰的我，所以他成就一种大无碍的智慧。依止这个无碍的智慧，就断除三界的见思，成就阿罗汉果。那么安住在佛的座下，“住佛座下”就是指他成为佛陀的常随众，而成就小乘的无学。现在您老人家问我圆通的法门，正如我自己所修所证，“反息循空，斯为第一”。我就是在观察我鼻根的出息跟入息当中，而我回光返照，观察这个出入息，我问它一句话，你从什么地方来？我不随这个出入息的相状而转，我们讲“摄相归性”，从外表的假相而找到它一个不生不灭的嗅性，那个见闻嗅尝觉知的嗅性。这个对我来说是最为殊胜无上。

【832】周利槃特迦的修学成功给我们的启示

我们在回光返照的时候，正念真如。你看周利槃特迦给我们一个启示。我们过去的业力是不完整的，我们曾经造了很多很多的善业，但是也造了一



些恶业，所以每一个人都有他的优点跟缺点。所以，在整个修学的假观当中，这个假观最重要的就是找到你的定位。你看我们中国最高的哲学的书，叫《易经》。整部《易经》就是在讲这个定位的问题。人生的趋吉避凶，就是你的位置，你找到你的位置没有。当然这个位置是变化的，你二十岁的时候有你二十岁的位置；你现在刚出家有刚出家的位置；你出家了十年你有你的定位；到了二十年你又有你的位置；出家到了五十年，到老和尚了，你又有你的位置，有些话你都不应该再讲。找到定位你才知道什么事该做，什么事不该做，才不会进退失守。

你看周利槃特迦，他念力很薄弱，你一天到晚要他背东西，他越背越没有信心，这个门过不去嘛。过不去你硬要过，你今生就是空过了，到最后一定要还俗，一条路而已！你看佛陀说，没关系，转个弯。你不能够背东西，就注意你的呼吸。欸，从这个地方，方便有多门，他成就圣道了。

我讲实在话，世间上没有所谓的利根跟钝根的差别。你觉得你很钝根，那表示你那个“门”还没有找到，你那个最有力的门没有找到。每一个人都有他的特点。你看周利槃特迦，他四句偈一百天背不起来，但是他找到他的定位以后，很快地成就禅定，很快地证得我空，最后变成一个三明六通八解脱的大阿罗汉。

所以，首先了解自己是很重要的，你应该做什么事。我们讲“就路还家”，就是你适合做什么，解门、行门、事务门，你就做什么。我们不能够抛弃过去的束缚，因为你过去生当中串习产生一定的力量。为什么有现在呢？有过去才有现在。你怎么会有今天呢？因为有昨天嘛。你看唯识学，阿赖耶识“恒转如暴流”，生命就是一个水流。我们因为有很多的过去，才有现在。你不能够说把过去一刀两断，全部否定过去。你否定过去，你就没有现在，也就没有未来。

诸位你看看二十五圆通，他都有一段过去，然后他跟什么因缘特别熟，



佛陀就教他怎么修行，这个叫作顺势而为。你的过去这方面特别厉害，你就从这边下手。没关系，方便虽然有多门，目标是一样，结果是一样的。这个地方周利槃特迦的修学值得我们深思，找到自己的定位，比你的努力更重要。你找到你的定位，你的努力才有效果。

【833】 憍梵钵提牛舐病的缘由

口业招报	— 憍梵钵提，即从座起，顶礼佛足，而白佛言：“我有口业，于过去劫轻弄沙门，生生有牛舐病。
教修止观	— 如来示我一味清净心地法门，我得灭心入三摩地，观味之知，非体非物。
超离得果	— 应念得超世间诸漏，内脱身心，外遗世界，远离三有，如鸟出笼，离垢销尘，法眼清净，成阿罗汉，如来亲印登无学道。
结答圆通	— 佛问圆通，如我所证，还味旋知，斯为第一。”

壬三、牛舐观舌

这个地方的所观境是舌根的尝，见闻嗅尝的尝，从这个尝当中而悟入了如来藏妙真如性。

憍梵钵提，即从座起，顶礼佛足，而白佛言：我有口业，于过去劫轻弄沙门，生生有牛舐病。

憍梵钵提翻成中文叫牛舐。什么叫牛舐？因为他过去的罪业，他从小，吃饱饭以后，他那个嘴巴就会不由自主在那边空嚼，嘴巴就是动来动去地空嚼，养成习惯了。乃至证得阿罗汉果，都经常保持这种空嚼的习惯。佛陀看他这个样子，害怕众生毁谤，请他到天上去，因为天人都有神通，不敢毁谤他。

尊者就从座位而起，顶礼佛足，告诉佛陀说，我有口业，我过去生口业很重，特别是恶口跟绮语，过去生特别重。这当中指的一个重要的，就是“于过去劫轻弄沙门”。他过去生曾经出家，做一个小沙弥的时候，他看到一个老比丘。这老比丘没有牙齿，所以他吃饭的时候在那个地方嚼来嚼去。他就



讥嫌他说，你这个老比丘，吃饭就像牛在吃草一样，非常没有威仪。这个老比丘就跟他讲说，你要赶快忏悔，你这样毁谤我。我是一个大阿罗汉啊。这个沙弥听到以后，非常恐怖，当下跟他忏悔。虽然忏悔的力量灭除了地狱的果报，但是他有剩余的果报，就是堕入五百世的牛的果报。他做五百世的牛，出世以后，还有这种咀嚼的习气，所以叫牛舐。他脱离了牛的果报，今得人身，在世生生当中，仍然有嘴巴空嚼的习惯。这是他讲到他过去的业报。

【834】依止舌根来修观，要怎么修呢？

当然，这个业报也启动他一个修行的转机。因为他经常咀嚼，他就注意他的嘴巴。注意他的嘴巴，欸，这个就有希望了。一个人开始注意某一个东西的时候，就是他回家的时候。看经文就清楚。

如来示我一味清净心地法门，我得灭心入三摩地，观味之知，非体非物。

因为他嘴巴经常嚼来嚼去，他很自然就会注意他的嘴巴。所以佛陀就使令他就路还家，说你过去依止舌根造恶业，现在还是依止舌根来修观。要怎么修呢？修一味清净的心地法门。这个“一味清净”怎么说？我们的舌根去接触食物的时候，是很多滋味的，酸甜苦辣很多滋味，但是很多滋味是你向外攀缘的时候你有很多滋味。当你回光返照的时候，你问这个舌根的“尝”，你从什么地方来？为什么你有这么多的滋味呢？你为什么能够吃到这么多滋味呢？这个时候他回光返照，那个能尝的尝性，那是一个一味的清净的，一个心地的观照法门。所以“我得灭心”，这个“灭”就是他灭除了根尘的障碍。你看我们一般人，六根一定要跟六尘相结合，那个力量是拔不开的。根尘一结合就完了，这个识就产生；识一产生，颠倒的心、造业的心就出来了。所以他这个地方，“一味清净”的回光返照，就灭除了根尘的结合；而因为灭除根尘而入了法性，依止这个法性的智慧来修三摩地。

在三摩地当中，“观味之知，非体非物”。这个时候他观察我能够尝味的这种功能，我怎么会知道这个酸甜苦辣呢？这个酸甜苦辣非从根有，也不从



尘出。你说根会产生酸甜苦辣吗？当然不可能。也不是从尘——色尘而有，所以这个时候迥脱根尘而证得我空的真理，它是“非体非物”。非体，就是说它不是从根而有；非物，也不是从外面的尘而有。这个时候他把根尘的障碍破坏掉了，破坏根尘的和合。

应念得超世间诸漏，内脱身心，外遗世界，远离三有，如鸟出笼，离垢销尘，法眼清净，成阿罗汉，如来亲印登无学道。

这个时候，依止这一念我空法空的正念，就超越了世间的见思烦恼，向内脱离了身心（这个身心包括了六根跟六识），外面遣除了六尘，所以，远离三界业力的系缚，如鸟出笼。笼子的意思就是说，我们这个明了的心本来是无障碍的，它“清净本然，周遍法界”。但是我们一念颠倒的无明以后，就产生十二因缘，无明缘行，行缘识，识缘名色……就产生了根尘识，所以我们这一念心是被根尘识所障碍。你看，你眼睛看到一个色，你很自然就心光外泄，就跑出去了；耳朵听到声音，你也习惯地心随境转。所以，我们平常的问题就是被这个六根、六尘、六识给障碍住。

那么尊者他一回光返照，你从什么地方来？这个时候脱离了身心世界内在的根跟识，也脱离了外在的六尘，“离垢销尘”，远离根识的污垢，也消灭了对外尘的执着，所以法眼清净。法眼是空观的智慧，他能够了知一切法，了了分明，但是不为一切法所系缚，内心是一味的清净，而成就阿罗汉果。如来亲自印证我成就小乘的无学道。

佛问圆通，如我所证，还味旋知，斯为第一。

现在佛陀问我圆通法门，正如我所修所证，“还味旋知”。这个“味”就是指他的味觉。他内心的这个舌根接触滋味的时候，他不随外面的酸甜苦辣的滋味所转，而回光返照这个能知的是谁。说为什么我能够知道酸甜苦辣呢？知道酸甜苦辣的是谁？这个时候，他问到这个“谁”的时候，他的心本来是向外，现在开始向内。向内以后，这个时候就悟到了清净本然周遍法界、



众生本具诸佛所证的如来藏妙真如性。他依止这样的一个法门，“斯为第一”。

【835】这个止观，你要能够掌握它的方法、技巧，对临命终时候的正念非常有用

其实《楞严经》就是在破根尘识，因为所有的问题都从这个地方来。六根跟六尘一接触的时候，一碰撞的时候，就把六识创造出来。你看唯识学是怎么样？唯识学是事后才处理。唯识学是六根跟六尘接触了，已经产生六识了，那我再来对治。你把问题创造出来了，我把问题再慢慢收拾起来。垃圾已经创造出来了，我把这个垃圾好好扫干净。你再创造，我就再扫一次，“时时勤拂拭，莫使惹尘埃”。唯识的观念就是这样，它是从识来对治。《楞严经》就是“本来无一物，何处惹尘埃”。就是说，你把垃圾创造出来，那你垃圾为什么会出来？它看问题看得更加地深入。唯识学是根尘碰撞以后产生了六识，六识里面带动了我执法执，创造了烦恼，所以它从六识当中去对治。

《楞严经》是从根本，在根尘碰撞的时候，它就把根尘破坏掉，连识都没有出现。你看他的圆顿止观是从这个地方下手。这个止观，你要能够掌握它的方法，掌握它的技巧，对临命终时候的正念非常有用，非常有帮助。

回向

愿以此功德，庄严佛净土。

上报四重恩，下济三涂苦。

若有见闻者，悉发菩提心。

尽此一报身，同生极乐国。

净土教观学苑 版权所有

欢迎各方免费流通，若有转载请注明出处。请勿用于商业盈利。

Copyright © masterchingche.org All rights reserved.

官方网址：<http://www.masterchingche.org/>

信箱：info@masterchingche.org

净土教观学苑微信平台（一）：jtjgxy 昵称：净土教观学苑

净土教观学苑微信平台（二）：sjxjfs 昵称：净界和尚