



有漏的世界又是苦，「苦苦」也是苦，「樂」又是苦，是嗎？「行」、這個、這個不苦不樂也是苦，一切都是苦，有漏的世界，有漏的人生。這樣涅槃呢？就不是，因為有漏世界每樣都是相對的，涅槃是 absolute，絕對的，絕對是沒有樂於它相對，沒有苦與它相對。既然沒有苦與它相對，亦無所謂「樂」，是嗎？絕對的，那是絕對的樂，絕對的無苦無樂的境界，即是超越了苦樂的境界，那些才是真的樂。所以又有「樂德」，即是入涅槃就有這種「德」，「樂德」。如果你證小乘，證了涅槃也有「樂德」。但是樂亦有兩種，一種就是本身的樂，二是再入世的時候，世間雖然是苦，但是他是不苦的。

因為你是一個無漏的菩薩，無漏界的菩薩，你入這個五濁惡世，你見到他被火燒，但實際上是燒不到他的，換言之，即是你見到釋迦牟尼佛好像要死了，在雙林入滅，要死了，臨死之前就說他肩血，又說他肩痲(痲疾)，你以為他肩痲(痲疾)，但其實釋迦佛根本就沒有出世。他在大悲大定裏面加被你們這些眾生，令你們眾生集體見到有一個佛出世。他〔既然〕沒有出世，他哪裡有肩痲(痲疾)呢？世間的苦不能夠沾染他的，所以他亦有「樂德」。這個大乘經是有的，涅槃有「樂德」，常樂。「我德」、本來一切法都無「我」，一到了你證了涅槃無處不是，這是本體來的，這是 reality，到處，即是說什麼？到處都是你，沒有一個不是你的，沒有一個他人來與你相對，是絕對的你，絕對的「我德」。

還有，一到了涅槃的時候，生死以自己的智慧為主宰，我們有漏的生死是隨業流轉，他就以大悲與大定來到驅策、來到指導而入生死來救度眾生，所以有主宰，所以變成了「我德」。入了涅槃之後，涅槃本身怎樣？哪裡有不淨？他是無形無相的，是嗎？「淨」了。還有，他入世的時候，你以為他污糟邋遢；是嗎？你以為他滿身污垢，污糟邋遢，其實他不過是一種示現，他本身是淨的，有「淨德」。所以涅槃具備了四德。明白了嗎？

「得念住(的)能治」，「能治」就是能對付的，能對付四種顛倒的「四念住」，「所治」即是那四種顛倒，所治就是「苦諦」，能治就是「道諦」。「得念住相故」就是「集諦」，他沒有另外提出來講這個「滅諦」了。因為何解？你用「能治」完全治了「所治」就是「滅諦」了，所以就沒有特別講了。好了，「得念住修故」，怎樣去修「念住」呢？他是清清楚楚怎樣修了，他已經是過來人，他修成功了，還有，「得念住未生令生故」，一個人修行的時候，未有那種功德，你要修到令那種功德生起，未修念住的人，對於「念住」的智慧未生，它又能夠令他生。

「得念住生已堅住不忘倍修增廣故」，他又能夠做到，能夠成功地做到，對於「四念住」生了以後，「已」即之後，「堅住」即不會散亂，不會散失，「不忘倍修」，不會忘記並加倍加倍地進步修行的，一路「增廣」的，他已經做到這樣的地位，他就是執著住這樣，來支配他的見解，「記別」他的見解，識了嗎？識了嗎？有沒有問題？沒有問題？沒有問題，沒有問題就講「四正斷」了。

本來一般舊譯就譯做「四正勤」，依照梵文的原意是「四正斷」，「斷」者，就是斬斷，勤力地做事就能夠斬斷煩惱，所以這種叫做「正斷」。「正斷」因為都是勤力來的，所以將它來意譯，所以就譯做「正勤」，「四正勤」是怎樣的？這是很難講的，「四正斷」很難倒人講的，四種、這種四種，修這種四種行是可以斷除煩惱的，所以叫做「正斷」。但這四種「正斷」的本質是什麼？就是我們的精進的心，叫做「勤」。所以又叫做「四正勤」。

怎樣叫做「四正勤」呢？已生的惡法，這個「惡法」指什麼？指煩惱，指什麼？因為「四正斷」都是正在修禪定的，修禪定的時候這些煩惱起，「貪、瞋、癡」的煩惱起，即是什麼？執不淨為淨的「四顛倒」，這個惡法指「四顛倒」，當你正在打坐的時候，正在修的時候，忽然那四種顛倒心起的時候，你即刻剷除它，「已生」起了，剷除它，「斷」，這種「斷」你要靠勤的，都是修定的，是指修定時候的狀態，

你們修小乘一定是這樣修的，這就叫做第一個「正斷」。

「未生」，還未生，我們現在坐得很好，那些念，那些惡的念頭，煩惱都未起，好的，等一會它會起的，你看著它，不要給它起，這就是未生的惡法令它不生。就是這樣簡單，是嗎？我們不需要將它解到玄之又玄，聽不聽得明白？善法指什麼？指那些「四念住」等一切善的智慧，這個不是指戒律的「善」，是指修定的時候的那種智慧。那些「四念住」的那種智慧還未生起的，你快些想，觀，令它生。是嗎？如果生了又怎樣？那種智慧生了就好極了！令它增長。

更純熟、更增長，就是這麼簡單。所謂「善法」以「四念住」為主，再將它擴大一些，所謂「惡法」就以「四顛倒」為主，再將它擴大些，即是修「四念住」，明不明白？即是修「四念住」修得更到家一些。所以說難講就是這樣，你要讀小乘《俱舍》那些就要讀得過，看得多小乘經，看得多然後才可以。現在的人只是看大乘經不看小乘經，講到這裏他就跳過了，他漏了費事講，這些小乘的內容他就懶得講了，其實他不識講。識不識解？

聽眾：羅教授，不是指一些人的行為？是指禪定？

羅公：是，指修禪定。

聽眾：不是指行為？

羅公：不是！你問那些人，他當然是指一切惡法，那些人不懂得，你不要理他，你聽我講就對了。指修定的時候，因為「三十七覺支」都是指修禪定的事來的，至於出外面去行走又如何？那些是指戒律的事，你明不明白？這是定慧的事，你明不明白？

聽眾：即是這樣分別，「惡法」與「惡業」是不同解的？「惡業」是指所做的惡事？
惡法……

羅公：不是，「惡業」都是「惡法」，不過「惡法」不一定是「惡業」，不過這裏是指惡，不過我現在省略了，「已生惡不善法令斷」，梵文很囉嗦，惡法就惡法了，它還說要「惡不善法」，你有沒有見過這樣的文字？

這是指修禪定的時候，那些煩惱，什麼煩惱？四顛倒等煩惱。明白了嗎？很簡單，我們讀文，讀完這段文再享受那個 break。庚七，釋正斷等五，「如有一類得念住故，復有一類，得正斷故，得神足故，得諸根故，得諸力故，得覺支故，當知亦爾。」這個經，這個經結集的時候就太簡單了，是嗎？

我們簡單，所以我的標題就說「得正斷等五種」東西，五種東西是什麼？「正斷」、「神足」、「五根」、「五力」、「覺支」、就是這五種內容，五個 group，先講「念住」，不是，先講「正斷」，「如有一類」，例如又有一類，那些比丘，有一類比丘，「得念住故」，他修「念住」修成就了，好似修「念住」修成就一樣，他進一步，「復有一類，得正斷故」，修「四正斷」不能夠，不是，他不只是學初學那樣修一下，他是能夠很勤力地去修，修到未生惡法令斷，不是！「已生惡法令斷，未生惡法令生」等。能夠這樣去精勤地去修的，「得正斷故」，講到這裏了，是嗎？這樣之後，先講一些，「得神足故」，「神足」又是怎樣？一會就講了，我只是講這四種給你們聽。都是修「四念住」，你不要以為〔很複雜〕，原來小乘搞來搞去都是修「四念住」，不要以為很複雜。

那麼修「四念住」修了什麼？神足，有些人解「神足」，有兩個解法，第一，「神足」者，神通也，當解神通解，第二，「神足」者，「神」者就是神妙，「足」就是基礎，basic，一個 base，基礎，base 不就是基礎？神妙的基礎，神妙是什麼？「神妙」者，智慧，指那種一種無漏智，智慧，「足」就是基礎，人的基礎在腳那裡的，基礎，神妙的基礎是什麼來的？神妙也包括神通在內，指那些無漏的神通智慧等叫做「神」，「足」就是基礎。記住，無漏的智慧要在定中出現，出定以外無漏智是不起的，記住。

第二，神通也是要入定才有的，如果不入定那些不是正式的神通，不入定而有神通的那是什麼？那是靠邪術那些，靠那些祖師加被、鬼神加被，神打的那一類，第二

(三)，靠咒術，密宗那些，念、念、念，念咒，其實密宗那些念咒已經就是在定來的。所以定是一切神妙的基礎，就這樣解。四種「神足」，「四神足」有兩種，一種叫做「欲神足」，一種是「勤神足」，即是「精進神足」，一種叫做「觀神足」，一種叫做「心神足」，「欲」、「勤」、「觀」、「心」就是「四神足」，一會才講。

都是修「四念住」來的，這裡修「四念住」指什麼？初時修都是修「四念住」，是嗎？但是你修「四念住」修到相當到家，能夠真的很勤，心不亂了，那時就叫做什麼？「四正斷」了，就是「四正斷」了。你們如果修的時候，你們也可以學很快就由「四念住」變成了「四正斷」的，「四正斷」者，就是將「四念住」勤修，勤修得相當純熟就變成了「四正斷」，又當你修到相當純熟的時候，又變成了什麼？「四神足」了，在定中修，入定入得很深了，在定裡修觀，觀得很透徹了，這些就是將來一切神妙的基礎。在定裡面幾乎心已是一心不亂的，能夠做到就是神足了！都是修「四念住」而已。

這些你查《佛學大辭典》是查不到的，查不到，那就要聽老師講了，《佛學大辭典》只是解給你聽，「神」者，「神足」，「神」者就是神妙，「足」者，基礎，指定。就是這樣講。那麼在定中修什麼？原來就是修「四念住」。好了，我們歇一會。「神足」就是修定修到家了，已經有資格能夠做神妙的基礎了，這就叫做「神足」，那麼在定裡面又修什麼？修「四念住」，你會問，修別的可以嗎？可以，譬如你修「五蘊」的，你修「五蘊空」都得。你把它套進空觀也可以，是嗎？好了，講到這裡，我用念佛可以嗎？也可以，你念佛一樣是，即是念佛的人就是念阿彌陀佛，或者念彌勒佛來代替了修「四念住」那樣解，是嗎？你在定中所謂念佛、念佛，在定中念，就不要用口念出聲音來，最多是聲帶微微震動就好了，不然的話你會傷氣的，是嗎？你坐的時候。

最好是連聲帶都不動的，用心來念的，因為念佛、念咒是有三級的，一種叫做佛部念，佛部的念，念出聲的，譬如你念六字大明咒，「唵嘛呢叭咪吽，唵嘛呢叭咪吽」那樣，一句一句的，這些叫做佛念，第二種叫做「蓮花念」，蓮花部的念，只是

舌頭動，震動，口是看不到他動的，「唵嘛呢叭咪吽，唵嘛呢叭咪吽，唵嘛呢叭咪吽，」不出聲的，第三種連舌頭都不動的，只是聲帶微微震動，這樣聲帶微微震動，舌頭都不動的，這樣靜來念是很難的，於是那些喇嘛，那些西藏的喇嘛就想了一個辦法，那些密宗的大師就想了一個辦法，怎樣想？

想他自己的心口裡面有一朵白色的八葉蓮花在那裡，蓮花上面鋪一個 cushion，這個月光的 cushion，好像一個月亮那樣鋪在上面，上面有一個字，一個字母，那個字母，那個字母，譬如你是念唵嘛呢叭咪吽，觀音菩薩，觀音有一個(hrīḥ)字，觀音菩薩，不一定是這個的，如果你念釋迦佛就是(ā)字，如果你念觀音六字大明咒，就是那個什麼 hrīḥ 字？hrīḥ，這個字。西藏人，東密就讀(rī)，西藏密宗就讀(se)了，(se)字紅白色的，觀音菩薩在那朵蓮花上的那個字，這個字之後又怎樣？來到這裡有兩個辦法，一個辦法就好像什麼？

就像播音，那些電波播放出來那樣，播出那些聲音出來，播出那些聲音：唵嘛呢叭咪吽(om maṇi padme hūṃ)！唵嘛呢叭咪吽(om maṇi padme hūṃ)！就像播音，那個播音，那些字就好像播音的那條杵，好像有些音波，跟著那些光明，那些音波，光明、光明的，一路一路地播，播到有多遠就播那麼遠，初時播倒幾尺遠，漸漸充滿整間屋，漸漸地整個多倫多充滿；漸漸地整個世界充滿，漸漸地十方世界都播到充滿。

我這個播的音波不用自己念，我心裡(rī)這個字，播音飛些音出來，漸漸地自己就忘記了自己，亦忘記那一句咒語，那時就怎樣？那時入了「神足」了。是嗎？「四神足」。初時那時就代替「四念住」了，修的時候間中有心亂，亂就是惡不善法嘛！都斷除了，心都不亂了，你那裡會亂？你想著那句咒，你想亂都亂不成的！那時就已經是「正斷」了。

漸漸地連自己都忘記了，什麼都沒有了，全部都剩下播音那樣，那就「神足」

了，很簡單的！資糧位就是修這三種，得成就即是說成就了這三件事。這樣，如果你不是用播音又怎樣？你就辛苦了，怎樣呢？一個個 cushion，月亮也是 cushion(墊)中間就是一個(rī)字，你最好就觀它是金色的，或者你觀粉紅色也好金色也好，中間一個，旁邊繞著圈有有四個繞著的，有五個字繞著，中間是一個(rī)字，旁邊是唵嘛呢叭咪吽，唵嘛呢叭咪吽，那五個字豎在那裡，一起的，轉的，一路轉向右轉動，一路轉，一路聲音播出來：唵嘛呢叭咪吽、唵嘛呢叭咪吽、一路轉，很辛苦的，很緊張的，是嗎？

不過緊張是緊張，但是你的心想亂也沒得亂，密宗的方法就是用一種很強制式，轉動的也可以，你們念準提咒也是這樣的，轉的。你說我想念準提咒，那幾個字又怎樣？你可以買一個準提鏡，你們有沒有準提鏡？可惜我的大準提鏡在香港沒有拿過來，如果你們想整一個準提鏡，我可以，我有一個給了我老婆，我可以借她的出來，讓你套一個來照做，很便宜，照打，打幾十個。

聽眾：可以買，台灣有，

羅公：台灣有的賣嗎？

聽眾：台灣好像兩百塊錢一個，

羅公：二百塊台幣一個，這麼貴嗎？

聽眾：二百塊錢台幣。

羅公：二百塊錢大概等於多少錢加幣？那就去台灣買三幾十個回來，台幣很便宜，一千塊錢買五個，二千塊錢買十個，用來布施給別人。

準提鏡可以配的，護身的，準提鏡是以鏡為壇，不用另外設壇，不用安準提像，當你念的時候，你把進拿出來對著鏡念就行了。念完之後就放進袋子裡可以了。準提以鏡為壇，準提法。又是這樣，這樣我就主張不停地只是一個放光，放聲音出來，很簡單，最好是連那個字都不用想，想著準提菩薩，想著觀音，一路他放光照著你，照著你，那些光中有些聲音，這樣就不用出聲了，這樣那種聲音都不用發出的那叫「金

剛念」，最高的，念佛也是這樣，念阿彌陀佛也是這樣，念阿彌陀佛，你不修「四念住」，將觀阿彌陀佛來代替了「四念住」，是嗎？但是你做到很勤，一點亂、惡念都不起，一點煩惱都不起那就是「四正斷」了，一路觀，觀到定到很深，那就是「四神足」了！

就是這麼簡單的，有什麼特別玄妙的？世界上凡是合理的事，都是很清清楚楚有條理的，不會奧妙到人家都不懂的，這是騙人的，是嗎？明白了嗎？有一類是「得四正斷」，修「四念住」修到能夠斷除惡法，增加善法了，所謂「惡法」是指什麼？「四顛倒」等煩惱，善法就是「四念住」等的那些善心，這是指意念來講，不是指出了定，那些不計，出了定是屬戒律的範圍，聽不聽得明白？你問那些人，他們一定不肯這樣講，他想一想豈不是很兒戲？不是，你聽我講，如果將來你不信的話，你就找一本《俱舍論》來讀一下，你就知道了，讀一下《俱舍論》你就知道了

聽眾：我看到有些將「四神足」譯為「四如意足」，對不對？

羅公：四如意足？神妙就是如意了。

聽眾：亦一樣？

羅公：意譯，是的，「四如意足」即是「四神足」。如果你修「四念住」，修到「四正斷」都可以了，惡念已經完全不起了，是嗎？那個定也已經很深了，這時候進一步就得「五根」了，「五根」了，「五根」者……。

聽眾：羅教授，你可不可以解一下「四神足」的「心神足」？

羅公：啊！未解是嗎？「心」即是修止，concentration，「心」即是修止，記住，concentration即是定，這個「心」當「定」來解的，所以你說，有些人說我每一個字都識，我識這麼多文字，看佛經就看得懂了，那就發噏瘋(亂講)！你看到「心」就以為心，其實範圍是很闊的，原來這個「心」當什麼？當concentration來解，當意念集中。

「戒」、「定」、「慧」的「定」，「心三摩地」，即是說什麼？當我們，「三

摩地」就是定，當我們入定的時候，我的意念是集中都不散的了。這就叫做，這就是，能夠這樣是一切神妙智慧的基礎來的，就是「心三摩地」。「心三摩地」成就的「神足」，「心三摩地」成就「神足」。第二，「勤三摩地」，譬如說，我有時候很懶不想，不會的！一點都不會，很想的，不會忽然間覺得，真是麻煩了，一點都不會這樣的。做到這樣，「勤三摩地成就神足」，「觀三摩地」，觀這個「四念住」，「觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、」觀的時候明明朗朗，一點都不牽強，「觀三摩地」成就，在定裡「觀三摩地」，「欲」，很歡喜的，很想的，又「勤」，這四種。能夠做到就叫做「四神足」了，就這麼簡單，你說我修大乘，要修念佛，你們就修成這樣了！

「欲三摩地成就神足」，我都不知幾喜歡去極樂世界的，我一聽見別人念佛就很高興了，一提到念佛到極樂世界我就想去了，「欲三摩地」成就，在定中也是這樣，不會有雜念的，「勤三摩地」，我現在很勤修，「勤三摩地成就神足」。「心三摩地」，即是意念很集中的，「觀三摩地」，譬如你觀，有些人修念佛觀，觀極樂世界的境界，觀「十六觀心」之類，「欲」、「勤」、「觀」、「心」，這四「三摩地」成就。你用空觀套進去也可以的，即是指這個修定的程度。這樣，一到「五根」、「五力」就已經入定入得很深了。何解呢？到「四神足」止，資糧位修定境界，你是資糧位的話，你的境界是差不多上下了，「四神足」。

如果到了加行位，就是「五根」、「五力」，「五根」、「五力」，即是說也是修「四念住」，修「四念住」修到好像種花、種樹種到生起了根一樣，那棵樹拔不去的，就叫做「根」，根有五種根，有些人整天念《阿彌陀經》的，誰能講出來？「五根」、「五力」，「七菩提分」，「八聖道分」，來，你整天念《阿彌陀經》的，「五根」，你只是一味念經，你不識解不行的！要識解才行！「五根」，哪「五根」？糟了！這樣是撞板的！「信根」，有一種很清淨的信，信仰修，信，信是一切的根本，來！第二個？怎麼這樣糊塗？

聽眾：「信、勤、念、定、慧」。

羅公：「勤」，即是精進，「勤」又名叫做精進，是嗎？

即是精進，正譯應該譯作精進，意譯譯作「勤」，精進譯得好些，不過句句都是五個字，要寫多一個字就沒那麼好，「念」，「念」就是清清楚楚的，一念當前，記憶很明瞭，後一念不會忘記了前一念的內容，「念」；「定」就是「三摩地」，「定」即是那個「心三摩地」了；「慧」，智慧起了，觀是用智慧的，這幾種就像生根一樣，不移動，不能移動了，這個「定」是很深的定，斷不會是，大概起碼入到第四禪，可以入到第四禪，初禪、二禪都是資糧位的事，一進到「加行位」就起碼入到第四禪，如果第四禪都入不到的，就不能叫做「加行位」，「加行位」都還是凡夫，「加行位」是加功修行那樣解，修什麼？加功修行止觀。

一到「加行位」在定中，那個信念就很純粹的，不會像普通資糧位那樣，不知是不是的？這樣的「信」就不夠純粹了，要很純粹，真正勤，念，一念當前，不會忽然間又想到了別處，後一念，即後一個剎那起，不會忘記前一剎那念，譬如我觀阿彌陀佛的像，後一念不會忘記前一念，前一念觀阿彌陀佛正在放光，後一念卻觀了去別處，不會，念。

定，知不知道？集中，入定一心不亂，很難的，這個定，這是加行位的三、四禪，「慧」，在定裡，「信」、「勤」、「念」、「定」、「慧」五根。用「慧」來觀，觀什麼？觀「四念住」，都是「四念住」，教來教去都是「四念住」，如果你說我不觀「四念住」，我觀「空」，將它來套進去就行了，觀空了。「五根」，有些修「五根」修到成就的，那些加行位的，他呢，「得諸根故」，「得諸根」「五根」已經好了，但是不會發生很大的效力，未必。自己的根基穩固了，但是效力還是未夠，再進一步是「五力」了，「五力」是什麼？亦即是「信」、「勤」、「念」、「定」、「慧」。

這「五根」發生很大的影響力，這種「五力」，這種「五根」、「五力」的人，

一點點神通這些人是有的，其實入到第四禪，就誰都有少少神通了，那麼「五力」是什麼力？即是「四念住」的力，是嗎？好了，修「五根」、「五力」，「五力」之後，在「加行位」裡，「慧」，那個「加行慧」再進一步就見道了，見道的時候是怎樣的？見道的時候有七種現象一齊起，在第四禪裡面七支一齊起，「七覺支」，你看我那裡，看不看得到？第一支，我們心裡面有七種東西在那裡一齊起的，好似七彩套色的，一齊跳出來的，是無漏的，記住，無漏的，這七支，以前的都是有漏的，「四神足」、「五根」、「五力」都是有漏的。「七覺支」的時候就無漏了，無漏智起了。

第一支是「擇法覺支」，「擇」者、決擇，「決」是決定，決定那些是是，那些是非，決定、判斷，即決定、判斷，擇是選擇，選擇，善者選擇，不善的排除，那種力量，那種決擇的力就叫做「慧」，「慧」有兩種，一種是無漏的，不與煩惱相結合的；一種是有漏的，與煩惱相結合的，現在這種有漏慧就不叫它作擇法的。「擇」，「決」就是決定善惡的法，「擇」就是選擇善法排除惡法，所以叫做「擇法」。「擇法覺支」，用無漏慧排除、斷除了那些有漏的東西，住在這個無漏的境，就是什麼？用無漏智住在那裡？「無常」、「苦」、「空」、「無我」即是四不顛倒，那個什麼？不淨處，用無漏的智住在「不淨」、「苦」、「無常」、「無我」這樣的境，擇法。這就是第一支，無漏的智慧。

所以有些人教人修定，尤其是外道，以為整天觀著那些氣兩頭走就夠了，其實那些有「定」無「慧」，永遠無效的，永遠無效。這樣，要擇法，所以，有人說定好像睡覺那樣，睡覺不如服安眠藥？定中擇法的時候是特別清楚的。「擇法覺支」。第二，「精進覺支」，那時是無漏的精進，這個不是有漏的精進，是無漏的精進。「喜覺支」，很歡喜，無憂愁的，一片歡喜心的，「喜覺支」；「輕安覺支」，輕安怎樣？大氣磅礴充滿一身，如果你、當你在加行，不是，在資糧位的時候修，已經是修得什麼？

修定，將近入初禪的時候，首先，現在道教徒叫做「氣」，氣功、氣功的

「氣」，佛家不講「氣」字，那些叫做「輕安觸」，直接叫它做輕安，輕安。輕安是怎樣的？道教徒多數在丹田起的，在額頭起也有，在鼻起也有，在脊骨起都有。佛教徒修定，因為他們很少守丹田，多數，多數而已，有些是在別處起的，正常在頭頂起，當你的精神很集中的時候，精神全部 concentrate 的時候，在這裡好像覺得暖暖的，重重的，痺痺的，有些這樣的感覺，有沒有？

一點點在這裡，忽然間又會不見了，等一會不為意時它又再起，再起的時候，今天起了，起了一會，明天繼續修，後天繼續修，過了一、兩天，又再起了，再起的時候又厲害一些，整塊的，會動的，在那裡蕩啊蕩，再過幾天，日日都起了，凡坐下來，十五分鐘，一坐下來十五分鐘就起了，初起的時候要四十分鐘後才起，普通正常，起了多次以後，十五分鐘左右就起了，不會一坐就起，很少的，最低限度我就不行，我問過很多人，都說要十五分鐘左右才起，因為初時氣還未的順，怎會起輕安？到你的呼吸很順了，坐得很靜了，就起了，每，經過，日日是這樣不要斷，最好一天坐兩次，那時就很快了，一坐下去十五分鐘左右就起了，起，起，過了幾天就擴大了，擴大了，整塊餅那樣，就像一個 hot cake 那樣，那麼吃的那些，那麼大個，一個 hot cake 那樣，會動的，很爽的，比按摩還爽，漸漸地，你如果很好很好那樣，你就會不見了，太歡喜過頭就不見了，一緊張就沒有了。

你試過沒有？一緊張就沒有了，它走了，你現在試一下，試一下，回去試一下，再繼續下去來試，繼續這樣，不要斷，這樣就會好像一條小蛇那樣，在額頭那裡鑽來鑽去，再漸漸就像一頂帽子一樣蓋下來在你頭上，整個人兩截的，下面是龐重的，這一節整個很輕靈的，還有時覺得很輕靈，好像全部沒有了那樣，「輕」者，輕靈，「安」者，很安樂那樣。漸漸地，一路日子有功，一路一路整個頭好像戴上坐電單車(摩托車)戴的帽那樣，再不斷的一截，再罩到肚臍，上半截整個沒有了重量，記住，沒有了重量那樣的，再漸漸地全身連手指尖、腳趾尖都沒有了，沒有了重量那樣，沒有了重量，同時他會覺得什麼？

有一種很舒服的，像水一樣，你說它是水也像，你說它是氣也像，你說它是電也像，滿身到處走，走，就是現在講的那些，就是「氣」了，現在那些氣功的「氣」，走，你說他作為這樣走，運轉河車，其實未到家，如果真正是到家的，充滿全身的每一個毛孔，整個身好像，彌勒菩薩那樣講給我們聽，好像充滿著身體，好像水充滿了身，快要瀉出來了，輕安充滿一身，當你全身充滿的時候，那還驚什麼？當你全身將近充滿，又未充滿的時候，充滿的時候，那還驚什麼？當你全身將近充滿，又未充滿的時候，你不要驚慌，記住，你如果修到這樣，你會好像觸電那樣，劈劈啪啪地跳、震動，那時候，你應該有心理準備，你告訴自己，這是我的輕安起，很快就過了。

我現在都是精神初起輕安而精神緊張而已，過一會我舒暢了就沒有了，那時你就要放鬆，好像那些外國人教瑜伽，relax、relax、一味relax，全身的身心放鬆一陣，不跳了，不顫了，這樣不顫的時候，全身就像沒有了重量那樣，這樣就叫做「輕安充滿」，當輕安未充滿而滿身走的時候，那就叫做，你們學定的人，你要識得這個名詞，叫做「未到地定」，已經定得不錯，但是未到入定的階段，叫做「未到地定」，一定先入「未到地定」，就在「未到地定」時「劈哩啪勒」的，「未到地定」，你們試過嗎？有些人以為……

聽眾：會跳起。

羅公：什麼？

聽眾：即是他坐著坐著真的會跳起來，手腳都動起來的，離開他的位置。

羅公：是呀。會這樣的，是的。

聽眾：這樣？這樣好不好？

羅公：有時見到整個人一路脹、脹，肺部那些空氣一路進來，脹、脹、脹，脹到後來好像沒有氣，又像縮小了一樣，要先有心裡準備，我現在是未到地定。

聽眾：有些人一坐就是這樣的。

羅公：是，有些人是一坐下去，但是他，這些人一路一路的修，懂得這種道理就很快入初禪的，但是最怕他不識，以為……。

聽眾：有些人是有聲音的，抽泣的。

羅公：滿屋跳又有，抽泣又也有，哈哈笑也有，我見過，

聽眾：實際上這些不是好現象。

羅公：不是好現象。

聽眾：不好的現象。

羅公：剛好將近入未到地定的時候，他就在那裡起了一種邪執。

聽眾：是呀！是呀。

羅公：所以學定的人一定要通教理，不通教理很危險，反而，所以不通教理的，我叫他不如你念阿彌陀佛不要搞那麼多，最穩陣，你如果沒有經教底，你來到這裡，劈劈啪啪以為是好事，忽然覺得肚子塞滿了虛空那樣的，我見過，我自己試過塞滿了，我與宇宙一體了！真是笑話了。這是幻覺而已！覺得脹，「未到地定」。有時候就是縮，覺得自己的身縮到像針鼻(眼)那樣小，有時候好像坐火箭似的一路走上去，又倒著摔下來！如果你不懂教理你會害怕會發精神病的！害怕嘛！害怕會發神經的！不要搞，你如果，你現在知道，這是「未到地定」，如果你害怕，請觀自在菩薩加持我，即刻念觀自在菩薩，心就定了，什麼事都沒有。有些人，我的朋友陳湛銓，他在上海修定，見到一個兇神惡煞想吃他，血盤大口，咬向他處。好在他到底還是讀書的人，嘿！他說：我不怕的！我這是正氣！不怕的，我用正氣頂著你！真是頂住？幻覺而已，那裡會有血盤那樣的口？你知道，它不能靠近你的，如果你念佛，好像一個金鐘罩那樣罩住它，幾尺以內它能不能過來的。不能過來的，你念佛。

聽眾：是不是如果你剛剛坐的時候，就一定有這樣的境界？

羅公：有的，不一定有，有時候有些鬼神會搞你的，鬼神會搞你的，那些惡鬼它專門整你的！嚇你，整你。

聽眾：那是不是要閉上眼睛？

羅公：不用，半合眼，漸漸你看不到東西的，到那個時候你看不到的，半合眼都看不到東西的，試過停，不停也不要緊。別理他。

聽眾：半合眼漸漸地自然會眼睛合起來。

羅公：漸漸地它會自然合上眼的，由得它合起來，為什麼一定要半合眼？初時即是怕打瞌睡那樣，漸漸地它會合上眼的，如果完全不合起來，睜大雙眼，那些塵會

走進去的，不妥的。如果你害怕鬼來搞你，你入定的時候，你就想觀自在菩薩，或者想阿彌陀佛坐在你的頭上，你頭有朵蓮花，他坐在你頭上，他放光照著你，什麼鬼你都不怕。你住鬼屋都不怕，我去鬼屋處住過，我和人家打賭，我坐，我坐幾個鐘頭(小時)給你看，哪有鬼？三更天，我就是去過，鬼什麼鬼？影子都沒有！還不是就是那樣！觀想觀自在菩薩在那裡，那些人又說，早上起來，發現整個人在床底下，以前的人睡床板，我的老師叫做朱子範，他的舅爺，睡的時候在上面，第二天早上起來，一起身，砰！撞到床板上，不知怎樣，可能半夜他自己離魂，鑽到床底下去了，不過人家說這間屋是有鬼的，總是抬人下去的。

聽眾：不過鬼可能真是有的。

羅公：是，會有的。

聽眾：是會有的，真的會抬人落地下的。

羅公：我見到的人就是這樣，他就是落到地下，有沒有人抬他就不知道，他早上確實
在地下。我就和他打賭，我說我試一下，三更天嗎？我坐兩個小時給你看。我坐在那裡，念四臂觀音，都不見的。

聽眾：可能你不念就抬起你了！

羅公：那也是，可能它抬我也不知，不怕的！即是說，這一套是有用的，你讓佛坐在
頭上，這樣是使得的！

這樣，講到「未到地定」，「未到地定」之後就全身舒暢了，輕安充滿全身，記住，你的身體好像一個橡皮人那樣，那些暖水灌滿橡皮人一樣，好像快要流出來，快要流出來，全身都輕鬆，輕快，安穩，那時心不亂的，一得了輕安心就不亂的，你不用怕，心不亂的，一得輕安心就不亂的，就這樣，輕安一起，這樣，一得到輕安，就不是叫做「未到地定」，就叫做「初禪」了，獲得「初禪」就叫做「獲得奢摩他」，成就「奢摩他」，「奢摩他」，śamatha，「奢摩他」，定，「三摩地」，入「三摩地」，那時就是入了「三摩地」了。就是這樣。

你問：這麼簡單？就是這樣簡單，世界的事是很簡單，你不要以為莫測高深那樣，沒有的！凡是道理的事一定是人人可以懂的。這樣「七覺支」就一定在定中，一定在加行位修的這個「五根」、「五力」就已經在第三、四禪了，一到「七覺支」就一定到第四禪了，記住，第四禪。

在第四禪裡面，第一有一個「擇法覺支」無漏智起，第二是無漏的精進起，第三，無漏的喜悅，歡喜心起，第四無漏的輕安起，與以前的輕安不同，那是無漏的輕安來的。還有一個「念覺支」，一念了了分明，不會像吃了安眠藥那樣，一念連續，了了分明的。好像現在的禪宗的人整天講什麼？「了了分明一念當前」，就是這樣的「念覺支」。「定覺支」，即是定，精神集中，「捨覺支」又怎樣？不覺苦，也不覺樂，不……

聽眾：不苦不樂。

羅公：不苦不樂。怎樣叫做「捨」？

不是施捨錢那樣解，香港曾經鬧過一件笑話，那個馮公夏在香港海蓮社，辦了一家念慈小學，要寫一個校訓，校訓，那個校長叫做梁隱盒就問我，什麼校訓好。我說：整什麼校訓？慈悲喜捨吧！本來很好，慈悲喜捨，有一個不懂得紳士，那些紳士是有錢人，所以我很看不起這些人，黃允畋，現在在香港，黃允畋，不懂的，整天講三教合一，黃大仙的主席，佛聯會副會長，所以我說佛教徒不爭氣！不長進，選這個人做副會長！選這個三教合一的黃大仙主持做副會長！

聽眾：有錢嘛！

羅公：有錢有什麼了不起！李嘉誠更有錢，選李嘉誠不是更好？

李嘉誠也皈依的！李嘉誠皈依洗塵(法師)的。他說：嘿呀！「慈悲喜捨」，叫人家「捨」，「捨」有什麼好？開口叫人「捨」，閉口叫人「捨」。這樣，梁隱盒就對

馮公夏講。馮公夏說：你問一下羅先生好才好，之前你讓他寫，改了就不好了！梁隱齋就走來問我，我說：混他的賬！要不就不要用我的，我說，他想怎樣？他說；不如改成勇猛精進？我說，蠢材！勇猛精進？勇猛不就是精進？是嗎？勇猛就等於精進了！那你不如說關門閉戶？關門就是閉戶！是嗎？我說，他為何那麼蠢的？他都不讀書的，亂搞！「捨」字他不識解，又亂搞！梁隱齋回去告訴馮公夏知，他說，不要動它！不要動它！「捨」字是怎樣？「捨」字者，西方人就翻譯成「不動心」，即是孟子說，「我四十不動心」（《孟子·公孫醜上》），孟子，孟子說我修養的結果，到我四十歲那年我已經做到不動心了，怎樣叫不動心？

「富貴不能淫，貧賤不能移，威武不能屈」，這種叫做「不動心」，什麼樣的富貴來引誘我，我不能被引誘；「貧賤不能移」，我現在窮，窮就是窮了，我不因為窮就諂媚別人，去為非作歹的，「威武不能屈」，拿槍指著你，最多是死，你要我做壞事我拒絕，「威武不能屈」，那一類，心不動就叫做「捨」，這樣不好，所以我不主張人譯做白話，「捨」就是捨，「捨」什麼？「捨」即是捨棄貪、瞋、癡這些念，叫做「捨」。這樣，當我們修行的時候，如果時時修無貪、無瞋、無癡的時候，這種無貪，「無貪」者，即是很廉潔，就是無貪，「無瞋」者就是慈，慈悲的「慈」，「無癡」就是智慧，如果我們時時修無貪、無瞋、無癡，就會發生。

再勤些修，精進這四種，無貪，一是無貪，二是無瞋，「瞋」是惱怒，三是無癡，四是精進，我們時時保存這四種心，這四種心會發生一種力量出來，這種力量會怎樣？令我們的心平等的，怎樣平等？前一念起善念，後一念不會走去起惡念，連續不斷，叫做「平等」，控制住，連續不斷，「心平等」；第二，「正直」，不用怎樣十分控制，輕輕的控制一下，自然心就一路不會散亂的。

「無功用」，都不用控制的，我們的心自然不會起貪心，不會起瞋心，不會起癡心，無功用而住，這樣就叫做「捨」，這樣就是說捨有三個階段，第一個階段就叫做「心平等性」，用控制力，令我們的心不要散，不要散，不起惡念，即是未生惡法令

不生，未生惡法，「未生惡法令不生，已生惡法令斷」。那樣令心平等的延續下去，要控制的，「心正直性」是怎樣？稍微撥一撥，稍微控制一下就行了，輕輕控制就可以了，「心正直」。

「心無功用性」，「無功用」就是 naturally，不用控制的，直情心就是不起惡、煩惱，那種狀態，明不明白？心，「捨」是三個階段。第一、心平等性，第二、心正直性，第三、心無功用性，三步曲。到了見道的時候，「七覺支」，有一個無漏的捨，無漏的捨即是，何解要有無漏的捨？「無貪」，那時當然不貪的，是嗎？都見道了。第二「無瞋」，「無瞋」即是慈心、慈祥。「無癡」就是智慧，「無癡」就是「擇法覺支」。還有一個就是「精進覺支」，幾種混合，自然發生一種「捨」的力量，這樣就有了一個「捨覺支」。

「七支」，即當你見道的時候，你的心理狀態就可以分析成七種〔狀態〕，叫做「七覺支」，「支」是怎樣？「支」就是分段，將它來分類，分成一段段，分成七段，分開七份那樣解，這樣就見道了。當你入定在第四禪那裡，「七覺支」起的時候，你就叫做證得「預流果」了，如果大乘就「見性」了，這樣就「見性」，見道了，「七覺支」，見道，無漏的、見道的。「七覺支」之後，我「八正道」也講了。

「七覺支」起的時候，那就是「根本智」，如果大乘就分「根本智」、「後得智」，「根本智」起，就覺得一切皆空的，一切皆空之後，「根本智」起了之後，「後得智」起，就去修行了，入觀了，在修行之前就先入觀了。這樣就「八正道」了，這個「八正道」包括什麼？在修完了「七覺支」見了道之後，見完性以後，跟著就起「後得智」，起「後得智」之後，就有「八正道」的八種東西，八種，有哪八種？不止在定中有這八種，出定以後還有這八種東西，本來叫做「八聖道」，也叫做「八正道」，在梵文裡，聖字與正是一樣的解釋的，「聖」，聖人的「聖」，與正式的「正」是同樣的解法，「八正道」，應該叫做，我們現在能修到嗎？

你學修就可以，你怎可以修到聖道？「聖」是見道以後的，無漏的。是嗎？所以那些外國人講小乘佛教就說一修就「八正道」就行了，「正」什麼「道」？「正道」就是「聖道」，是「見道」之後才能夠修的，你現在說我學修「八正道」，可以，學習做佛都可以，「八正道」是什麼？記不記得？我都不記得，江漢林，你記得你講給我聽。

聽眾：正業。

羅公：什麼？

聽眾：正業。

羅公：正業！正業是什麼？一切職業，不是，動作 action，behavior，一切行為，一切身體的動作，行、住、坐、臥等等的「業」都要正的，受無漏智指導的，正業；正什麼？

聽眾：正命。

羅公：正命，「命」者、活命，即是我，人是不能夠不求活命的，有職業的，要正的職業，不正的不要，職業，正命，正什麼？

聽眾：正見。

羅公：「見」就是智慧，時時有一個後得智指導住我們的行為，正見，還有呢？

聽眾：正思維。

羅公：什麼？正思維，這個「思維」當意志解，will，意志，我們的意志驅使我們做事的時候，常常都要正的，正思維，四個了，是嗎？還有呢？

聽眾：正念。

羅公：什麼？

聽眾：正念。

羅公：正念，記憶，時時都念好的東西，不念那些古靈精怪的東西，正念，正什麼？

聽眾：正語。

羅公：正語，講話，不合理的東西不講，正語。六個。

聽眾：正精進。

羅公：正精進，勤，是正的勤，不是邪的勤，還有什麼？

聽眾：正信。

聽眾：正定。

聽眾：正定。

羅公：正定，正定，不是正信。正定，修定不是修邪定，正定，那八個，見了道之後，然後才正式修那「八正道」，就不是消極的，一切正的事都可以做的，那就叫「八正道」。這樣就講過了。我們讀先這一段。

聽眾：「八正道」是不是最重要是正見呢？

羅公：是！一切最重要是正見。

聽眾：統攝了七正道？

羅公：是。「得覺支故」已經解釋了，「七覺支」就見道了，他們小乘人雖得「覺支」但仍然是執著，以為覺支那樣就是勝義諦了，當知也是一樣，好了，現在庚八了，「得聖道」即是得八正道了。

「復有一類得八支聖道」，那八條「聖道」了，「得八支聖道」，這是總講，「得八支聖道相故」，「相」是因，得聖道的原因，「因」，這是與「集諦」相反了，是嗎？「得八支聖道能治所治故」，「能治」即是「道諦」，「所治」是與「道諦」相反的「苦諦」了，「得八支聖道修故」，「道諦」，修道嘛！「得八支聖道未生令生故」，「得八支聖道生(了之後)已堅住不忘倍修增廣故」，這即是一路擴大，他雖然能夠做得到，但是他仍然起執著，就用他做到的東西來控制他見解，「記別」他的見解，影響、控制叫做「記別」。這樣就「三十七覺支」，已經解釋了。

「三十七覺支」你可以，小乘就用「四念住」，大乘怎樣？你觀空、觀唯識，你代進去就行了，這樣，當「七覺支」起的時候是怎樣的？那個「擇法覺支」起的時候是怎樣的？就是這樣的，如果你修「四諦」的觀，你就有這樣的，修「四念住」，修四諦你會有這樣的情況，十六，很快的，如果你修小乘的，見道的時候你的「擇法覺支」起，連續十六個心起的，怎樣連續十六個心起？第一，已經講過了，記不記得？十六個心，所謂十六個心，就是「八忍」、「八智」，八個叫做「忍」，八個叫做「智」，這個「忍」與「智」有什麼分別？記不記得？我講過的，你們當時，講《金

剛經》時你們沒有留意？是嗎？

現在有用，「八忍」，「八智」，見道的時候是這樣的，譬如你本來人是很貪的，現在我不貪了，我用智慧令我不貪了，我在定中洗淨那些貪心，當你洗的時候，你有三個歷程，第一個歷程，叫做「加行」，「道」字當智慧解，要「加行道」，我現在要很努力的，我要斷煩惱，我要斷煩惱，我現在要修觀，我要斷煩惱，這樣就加行，加功在那裡修行，在定中，加行的時候要不要智慧？陳太太，你講給我聽。要。加行的時候那種智慧叫做「加行道」，是嗎？「加行道」，「加行道」，相道，如果你日日修，未必「加行道」，今天又「加行道」，明天「加行道」，加來加去都加不出樣子，十年八年都說不定的，那是你閣下的事了，有些人加幾天就得都說不定，這是他前生的宿慧了，這些沒有得講了，是嗎？

「加行道」一起就觀了，很懇切地觀，觀的時候，由「加行道」引起的叫「無間道」，「加行道」之後，中間沒有東西隔住的，馬上起了一種智慧，那種「無間道」將你的煩惱斬斷的，「無間道」，革命性的掃蕩，掃蕩煩惱的「無間道」，是不是有這樣？我不想的！當初，我怎樣？為什麼不想？於是舉出個理由，不想、不想，不想，撇除它，撇除它，那時好像有一種掃蕩的情況，那時覺不覺？那時叫做「無間道」。「無間道」又有一個名叫做「忍」，「忍」者「印」也，清清楚楚的好像一個印蓋上去那樣的，「印」，「印」者忍也，印象非常清楚，「印」。

八，有八個，不要理那個「八」字，「加行道」就到「無間道」，那個「無間道」來掃蕩它，譬如我想剷除貪的煩惱，掃蕩，掃蕩的結果，掃蕩了，真的「貪」不起了，那時就好像很舒服，好像有一種解脫的自由自在的情況那樣，那時享受這種自由自在的境界的時候就叫做「解脫道」，一樣是智慧的定境，智慧就叫做「智」，這個「智」字又可以這樣解的，當你見道的時候，那「七覺支」之中，決擇，「擇法覺支」即是正見來的，最初由「加行道」做基礎，就起一個「無間道」掃蕩煩惱，然後「解脫道」，啊！

我現在覺得沒有煩惱了！這樣，來到這裡，豈不是我今晚修，修了個「無間道」一起，就完全沒有了貪，沒有煩惱了？不是，貪有多種，有高級的貪，有低級的貪，是嗎？有些〔人〕見到什麼他都貪，是嗎？見到別人穿的靚些他又貪，見到別人擦香水香一些又貪，有些人是無所不貪的，有些人是這樣；有些人不貪，只是貪錢，有些人連錢也不是很貪，他貪什麼？貪長命，或者別的什麼，越來越小，越高級〔貪〕越〔微小〕的，這即是說，貪也有很多種，要逐種斷的。

當你初期斷一些很粗的貪的時候，就是由「無間道」，「加行道」的，「無間道」，一個「解脫道」又搞少一些，漸漸修，不斷起「加行道」，「無間道」、「解脫道」，不斷不斷起，漸漸地，你見到人家擦香水他都不貪了，漸漸地見到別人食肉他也不貪了，逐種斷，每次斷一定是先「加行道」到「無間道」，一個「解脫道」，明白了嗎？

這樣，當這個見道的時候，「擇法覺支」那個「無間道」起的時候，有八個「無間道」起，有八個「解脫道」起，叫做「八忍」、「八智」，總共十六個剎那，這樣十六個剎那記不記得？你們如果要記，敏智法師勸你們要讀《俱舍》？記這些記到你怕，但是我經過這樣我就隨時可以講得出來，隨時寫的出來，「八忍」、「八智」，這個「八忍」、「八智」不過是一個 model(模式)而已，不一定是這樣的，你看看，觀這個「苦諦」，即是用「擇法覺支」在那個第四禪裡觀這個世界是苦的；人生是苦的，觀這個「苦諦」。

第一段，初時由「加行道」引起，對於佛所講的「苦法」，「法」即是經教，那些經裡面講的那些道理，「苦」的道理，對於佛經裡講的「苦」，人生是苦的，那種道理，那些「苦法」，真是覺得是了！就是「苦法忍」了，「苦法忍」起就掃蕩那些什麼？那些執著苦的人生，苦的世界卻認為是好的，掃蕩了這些煩惱了，得到「苦法忍」了，明白嗎？這是「加行道」，不是！不是！是「無間道」！「無間道」。由「無間道」引出什麼？

聽眾：「解脫道」。

羅公：「解脫道」了，「苦法智」了，是嗎？佛經裡面所講的人生是苦，世界是苦，是苦的了，我貪著這個苦的世界，苦的人生的這種心我沒有了，現在我的心很平靜，很平安了，「苦法智」了。

「欲界」的人是這樣，如果我生在「色界」又如何？是否很爽呢？跟著，「色界」也是一樣是苦？對「色界」起貪一樣是煩惱的，不要！又掃蕩對「色界」的貪，「無色界」又如何？「色界」與「無色界」，「無色界」一樣是苦的！

「色界」與「無色界」的苦與我欲界是一樣的，一類也，同是一類而已，這樣一類就連到「色界」、「無色界」的貪都沒有了，得到「無間道」了，就是「苦類忍」了，對「色界」、「無色界」，這樣「色界」與無「色界」的煩惱都掃蕩了，就不戀著了，於是又得到一個「解脫道」了，「苦類智」了，四個心，一個剎那一個心，一個剎那一個心，四個心一齊，記住，這只是一個 model 而已，不一定是這樣的，等於買屋，你不一定買一間這樣的，你可以改間隔的，是嗎？

不過你因為你剛剛初學，什麼都守住一個 model 穩陣一些，好像細路哥(孩童)寫字，是要寫字格好些，但不是將來要照字格一樣，不過你初學就要這樣，四個心了，四個心剎那了，一個剎那是很長的，心一段，一個剎那好像放了，縮到很小，這樣就四個，經過這樣，對於佛所講的這個「苦諦」就明明瞭瞭了，這樣第三就再觀「集諦」了，一樣，「集法忍」，「集」者，苦的原因，這個苦的人生，苦的世界的原因是什麼？一是煩惱，二是業，是嗎？煩惱與有漏的業是苦的原因，「集」即是招集苦的原因，招集苦的世界，「集法忍」，對於佛經所講的那些「集煩惱」與「業」的這種道理清清楚楚了。「苦法忍」包括十二因緣裡邊的什麼？

「識」，「名色」、「六處」、「觸」、「受」、「生」、「老死」。是嗎？這

就是「苦」。「集」是什麼？「無明」、「行」、到什麼？「愛」、「取」、「有」，這是「集」，「集」了，是嗎？全部包括了，互相通的，對於「集」，佛所講的「集法」得到很深刻的印象，很清楚能夠掃蕩煩惱了，即是不會認為世界以及人生是無起源的，白白的(無緣故的)，亦不會永恆地〔就〕是這樣的，不會執著了，「集法忍」了。接著，你講吧！江漢林，你講。

聽眾：「集法智」，

羅公：「集法智」，來，講吧！

聽眾：「集類忍」。

羅公：「集類忍」，「類」字即是我現在身在欲界是如此，「色界」、無「色界」不也是一樣！同一類也，「集類忍」，跟著呢？

聽眾：「集類智」，

羅公：「集類智」了。八個剎那了。跟著，觀「滅諦」了，是嗎？觀滅諦了，「滅諦」應該怎樣？不用寫了，你能講到嗎？麻煩你講，鍾先生？

聽眾：「滅法忍」。

羅公：是，「滅法忍」，佛講涅槃的。

聽眾：「滅法智」。

羅公：「滅法智」，「滅類忍」、「滅類智」。這樣又四個剎那。最後了，觀「道諦」，我們修道，不是不修可以得的，「道諦」怎樣？「道法忍」、「道法智」，「道類忍」、「道類智」。

好了，這樣十六個剎那了，這裡要聽，前面的十五個剎那，普通就叫做「預流向」，向「預流」而已，未得果，到第十六個剎那完結了，叫做「預流果」，第十六個剎那叫做「預流果」。前十五剎那叫做「預流向」，那麼十六個剎那之前又怎樣？兩個解釋，兩個說法，一說根本不入流，一說是也是算是「預流向」，即是說十六個剎那心，前十五個仍然是「向」，「預流向」，第十六完成了，然後就叫做「預流果」了。

一到證了「預流果」就叫做聖人了，由證「預流果」起，小乘就叫做聖人，「預流向」都仍然是凡人，不過「預流向」跟著一定是「預流果」的，因為他同一座在那裡一路這樣去的，最怕「預流向」正觀著那一頭「鈴」鐘響要你出定，這些真是！每次都這樣就一世都「預流向」了。是嗎？沒有辦法，這即是說你的福不夠，福不夠就會這樣的。小乘見道就是這樣，大乘見道你可以照它一樣，就一定要加三種，加，加什麼？

一定要空觀的，大乘見道，大乘見道，見道要「相見道」，真見道是無相的，無相的，無形相的，「相見道」是有形相的，這樣太籠統了，什麼叫做「無形相」、「有形相」？記住，真見道是沒有概念的，無名相、無概念的，「相見道」是有名相有概念的，很容易，有 concept、無 concept，真見道的智慧叫做「根本智」，「相見道」的智慧叫做「後得智」了，就是怎樣？「一心見道」，怎樣叫做「一心見道」？當你修空觀，在定中，又是在第四禪，在第四禪裡做很深切的空觀，觀一切法空，觀到成熟的時候，就起了一個「加行」，由「加行道」，先到「加行道」，到「加行道」觀到很懇切的時候，一下「加行道」，「加行道」是什麼？

「煖」、「頂」，記不記得？「忍」、「世第一法」，「加行道」，經過這四個「加行道」之後，「加行道」都是有漏的，沉沒了，一沉沒的時候，好像月溪法師那樣，「啪」的一聲，突如其來，所謂「頓」，「頓」，突然間那個「根本智」一起，那個無漏的「根本智」起，無漏的「根本智」起那時就覺得「本來無一物」，完全沒有了概念，那時就一心，沒有先後的，怎樣？一剎那一切皆空，連「空」也是空那樣的。「一心見道」，不分階段的，「一心見道」，真見道是「一心見道」。「相見道」呢？主要是「三心見道」，怎樣叫做「三心」？第一是修空觀，一樣是叫什麼？模仿「真見道」，「真見道」之後來一個「相見道」，模仿，先怎樣？

「煖」、「頂」、「忍」、「世第一法」起，起了之後，有漏智沉沒了，然後無漏智起，模仿，模仿無漏智起，先觀所了解的境，所取的境，所觀的境，所取的境

空，一心了，所取的一切五蘊、十二處、十八界，山河大地，日月星辰，統統空，所取的空，所取的空，然後跟著第二個「心」，第二個「心」，能取的心空，能夠瞭解事情的心、智也空，這是第二「心」了，所取空是空了物，能取空是空了「我」，那個「物我」，先空物後空我，跟著能取的心與所取的境一剎那都覺得是無的，都是空的，第三個「心」真正見道了，如果是「根本智」是沒有三段的，先觀所取空、能取空，然後一起空，沒有那些東西的，沒有概念的，因為有概念就有次序了，所以叫做「三剎那心見道」，空觀就這麼簡單。好了，是不是後得智這樣就了？有些人如果他是先修小(大)乘的，他就補修「小乘十六諦」，即是按照剛才說的那樣，又再來，不止證大乘果，連小乘果都照做一趟了，如果你們各位只是修「空觀」，不是修「四諦」的，大可以沒有了這一段，修到這裡就見道了。

談就是這麼容易了，怎樣見呢？修這個大乘見道時有無「七覺支」？一樣有，一樣有這七種，所以大、小乘的理沒有什麼分別，好了，我們今天看的「八聖道」就完了，「八聖道」，是嗎？「八聖道」講完了，已經敘述了那些人執著了，有些人執著「八聖道」了，這樣就講完了「三十七道支」，還有什麼？大乘的「一心見道」、「三心見道」都已經講了，你想將來出去講，想去說法，你們一定要記得。是嗎？

-完-