

四界差别观

2017 年法增长老讲于福鼎 170427-1358 福州妙化笔录

目录

分辨四界

生法、灭法、与生灭法

《法聚论》的论点

每一蕴里的四种我执

观察四界

解牛的比喻

概念与真相

破除密集

我们大家一起合掌。一起念赞佛。

礼敬世尊、阿罗汉、正自觉者。

礼敬世尊、阿罗汉、正自觉者。

礼敬世尊、阿罗汉、正自觉者。

分辨四界

今天下午，我要补充一点早上没有提到的四界差别。请你们翻开第 125 页四界差别观的部分。四界差别观是怎么样的呢？它是通过觉知身体的四种物质的特征来知道的。在佛灭之后，我们的这些修法，因为有《阿毗达摩》跟其他的那些修行证悟人的那些经验，所以在这

方面的教理非常完善，并有着很详细的教导。但是以《阿毗达摩》里面分析的部分，跟原来佛陀经里面教导的还是相差很远的。佛陀在《大念处经》里面教导说：“比丘们，比丘应该从界的存在，如志向而观察此身，（志向是指界的分类和特征）而知道这个身体里面有地界、水界、火界和风界。”他说：“好像一个很熟练的屠牛者跟他的徒弟，在十字路口杀牛。他把那个牛杀了，把牛分解。那么可以分辨，这个身体里面哪部分是地界，哪部分是水界等等。”因此从观察牛的全身，观察牛的每一个部位，就可以分辨那些骨头，牛的蹄，牛的角这些都是硬的部分，而观察到地界。那么水界，从观察它里面的那些血液，身上的液体，胃中的糜烂物，膀胱里面的尿等等，而观察到是水界。从牛的肌肉里的温度而观察到火界等等。他说：因此在修行的时候，我们观察自己身体里面，观身而住。我们再观察外头的身体，（就是任何一个人的身体）观身而住。观那个人的身体而住，就是分辨。住，是指你的心住于那个境界。那么你去分辨身体里面的地界、水界、火界或风界。由内外身看里面看外面的观身而住。

生法、灭法、与生灭法

那么观察的结果，你对这个身体，看见它的生法；你对这个身体看见它的灭法；你也对这个身体看见它的生灭法。那么尚又智识所成，智识，就是我们用的慧来分辨。忆念所成，就是从知道这个东西开始，我们对它的认识，是属于忆念，因为那不是属于分辨。智识所成是属于分辨的，分辨它有什么特征，怎么样等等。那么你认为它只是一个身体而已，那么你的心就无所依。怎么讲有所依？（nissita）

是有所依 (anissita) 无所依。我们通过观察，结果发现这个身体只是身体，心再也没有依。依，是指你的心对它有所挂碍，你的心态放不下，所以还有所依。当你的心对你所看的境界无所依，就是没有再依赖它，没有再依靠它的时候，你的心就自由了，就解脱了。

这个四界跟我们早上所说的三十二身分是有很密切的关联的。所以我们不只是一定要观察三十二身分。我们观察三十二身分中的二十个的地大是主要的部分，十二部分的水大相对次要，那么四个部分的火大，六个部分的风大是越来越次要。你不会执着风是你吧？对不对？你也不会执着温度是你吧？所以那些是比较次要的东西。我们比较严重地执着的就是那些色相，就是对于那些色法。

《法聚论》的论点

这些内容在后来的《阿毗达磨》的论里面。我制作了一张表，在第 127 页。这个表是帕奥禅师在《如实知见》里面所用的表。当时我并不知道这个表是来自于了一本叫做《法聚论》的书中。《法聚论》是属于《阿比达摩》论的之一里索引出来的，明白吗？当时引用这个表，我是从帕奥禅师的这本书里拿出来的，因为这是我最早接触的时候我所知道的内容是这样的。后来我再继续看的时候，就发现他的这个表是源自于《法聚论》，因此就表示是比他的《如实知见》更前的那个资料。明白吗？它在这里就把二十个部位是分属于地大，十二个部分属于水大，那么火大有四个部分，风大有六个部分。因此在另外一部经，第 126 页的《大象迹喻经》里面，佛陀比喻说：什么是身体的地界？他就把这二十个部分讲出来。你对着身体里面的坚固态，就是硬

的意思，坚固态而执取为我，我所。执取为我就是指：我们以心脏来说，就是心脏是我，心脏是我所拥有的。那是不同的意思，对不对？再加上两个，我在心脏里面，心脏在一个无形的我里面，这就是四种‘我’。

每一蕴里的四种我执

每一个部位我们都会产生这四种执着。就是每个部位都认为是‘我’，每一个部位我都认为是我所拥有的，是被我所拥有的。就好像我们买了一部车子，那么我们把车停在外面，过了几分钟你就出来看一下，啊，我这车很美，是新车。你就告诉你的朋友：“你看我这部新车美不美？”他就只好赞成你嘛。因为他没有钱买车，你有钱买车，他不是就只好赞成喽。他就说：“对，你的车很美，好看。”因为你对这个车有执着，而且你也要别人认同你嘛。对不对？这样的人多的是，因为我也经过这样的阶段。当时我在澳大利亚读完书之后，我回去做工，因为我一下子做到了比较高的职位，所以就有钱买车了。于是我拿了薪水，就开始买车。但是买车需要很多的钱，不可能一下子就付清款，必须要去银行贷款。对不对？贷了款就每个月还贷供车嘛。虽然讲是买车，其实无形中已经变成了车奴，车的奴隶一样嘛。

就象现在那些人，认为他的房子，其实他还没有完全拥有这房子。还长喽，可能还要还贷款 20 年，他已经变成房奴了嘛。对不对？一样的道理。结果我们心中就想：你看，这是我的房子，然后请朋友来他家里。同样买了车也是，你看，我这车怎么样，好不好？请他们坐进车里面出去走走。几乎大多数人都是这样，都经过这种阶段。他

不知道自己的心事，不知道已经被这些东西所控制住，就是有所依，就是你被它拥有了嘛。车是我的，车是属于我，我在车里面，车在我里面。一样的，对一切的物质都是这样，我们都产生了这样的邪见，这样的执着，然后我们心中就有所依了。对不对？但是如果你看见它的真相，怎么样？你把车的四个轮子拆掉，结果这车是坐在铁板上；再把这挡风玻璃拿走，把发动机调出来，两排椅子拿走，结果剩下一团废铁，不管你是什么宝马还是什么路虎，都成了一团废铁。

好几年前，山东有位开发商请我去他开发的地方，他要在那里建一座寺院。请我去时他驾的就是路虎来的。你们叫路虎的，就是马路的老虎，它是吃人的老虎，把你的钱全部吞掉。那位开发商说：“师父，你看我这部路虎好不好？”我说：“很好。”他说：“你知道吗？我花了500万买的。”“哇！”我说：“太贵了！”五百万哪，不懂他哪里搞来的钱，那个地方都还没有开发好，就先把钱投资在路虎上面，钱就给那个老虎吃掉了。那寺院都还没办法盖起来嘛。很奇怪，这些人颠三倒四的，（手指脑袋）这里面不清静嘛，明白吗？总是你心里面有贪、嗔、痴的话，你做任何事情都是出问题的。因为那个我很重，结果你就不能够正思惟。然后你做事情就做得不好，就是颠三倒四的。这就因为他的心中有污染，心中有所依。那你看这个路虎，他把它看成是车啊，他不会看成我所看的这样：四个轮子跟一个车壳，还有那个发动机和两排椅子。把那块挡风玻璃拆掉，哪里需要五百万？我看，我最多只肯给他5万块钱，全部的材料最多值这个价钱而已。结果他花了五百倍的钱去买那个东西，大笨蛋来的。

水界，身体里面的水界。你看，所有的胆汁、痰、脓、血、汗等等，你观察，它是流动的液体，没有东西了。你观察的结果就是液体。所有的火界，你看这是佛所讲的话：“内之火界自身之火，身体里面的温度，火态被执取为我，我所者。令热、令老、令燃烧、令食、饮、噉、味等物善消化者。”这边讲了四种火，令热就是它会发热；令老，就是老化的火；令燃烧，是指发热，感冒发烧的意思；然后令食、饮、噉、味等物善消化者，这就是消化的火。这四种火就跟这边所讲的一样，127页，跟下面的表格中那四个部分是一样的。

然后再讲第四种风，自身之风，风被执取为我，我所者。上行风，打呃；下行风，从肠内跑下去的风；腹内风、腹外风；肢体循环风。昨天的视频是最好的，昨天你看那个视频，它那根脑干神经是怎么样从中枢神经连接脑的松果体，又一直随着脊椎骨中间连接到脚的大拇指。神经就配合你的肌肉，那么神经会发动，它就是一种电流而已，肌肉通过电流的刺激就开始动。肌肉怎么动？它有东西推动它嘛，那就是要靠压力。医生也在解释，他的肌肉是从脚的上腿一直接到腹部肌肉的，我们腹部这边肌肉是很特别的。那肌肉连到上腿，上腿又连到了下腿，再连到脚的大拇指去，大拇指就会动了。为什么我们腹部的肌肉能够牵动腿和脚，因为腹部里有风，胸部的风影响腹部的风，所以是风界。还有肢体循环风和入息出息，这边共有六种。就是后面这表中所说的。其实这张《如实知见》的表，如果你要追它的根源，不只是帕奥禅师的《如实知见》，你再追上去是《法聚论》，你再追上去，你就追到《大象迹喻经》，就是这个经里面所讲的，是原来佛陀

所说的。

观察四界

我们在观察四界的时候，我们应该观察身体的四界，就只有四界找不到身体、有情、有生命、有我。比如观察头发的时候，知道头发长在头上，它就好象是一个蚁丘上面生的草。（就是蚂蚁的窝，在这边的野外可能看不到，要是到澳大利亚，到处都是这种蚂蚁窝。因为那边的天气很干燥，那个蚂蚁窝造的象一座小山丘一样这么高，里面的蚂蚁上千上万了，算不完的，很多很多蚂蚁住在里面）然后上面长着草，那个蚂蚁丘，就像头这样，有很多洞，眼睛两个洞，鼻子两个洞，嘴巴一个洞，耳朵两个洞，就好像蚂蚁窝这样，很多东西在爬进爬出。草就长在蚂蚁窝的上面，那么蚂蚁窝不知道上面长的草，草也不知道它下面就是蚂蚁窝。同样的，我们在观察骨头跟肉，就好像是路边的凉亭上边樑上面的尘土，屋子的横梁上面被一层尘土粘着，尘土不知道它粘在屋梁上。屋樑，就是指骨头，屋樑也不知道它上面粘着尘土。同样的，我们的身体也是这样。我们的骨头上面，就像我的锁骨，我放横的就象屋樑这样，手骨上面粘着肉，肉不知道下面有骨头一样的。要是你把脚伸出来直直的，你就把那个脚当成樑，骨头不知道上面有长着肉，肉也不知道下面是骨头。一样的道理，表示它是无思念的，没有意识的。我们这样观察的结果得到结论：地就是地界，它是只是坚硬的地界，它没有思念，无记、空、非有情。其它的界也是一样，其它的界也是这样观察。

解牛的比喻

在 128 页，佛陀做了这样的比喻：他说“比如一个屠夫，他要去买一头牛，他拿了钱带着他的徒弟，还带了一根绳子。他到了那个养牛人的牛场，对他说：“我要买这头牛。”那么价钱谈好后，他给了钱，他就用绳子穿过牛的鼻子，然后就把牛拉回来了。他的徒弟在后面手里拿着鞭子，他的师傅屠牛师在前面牵着绳子拉着那条牛。牛不愿意走，牛知道它会死的。牛很大只，但是它又没有力反抗的，很奇怪那些牛。我在澳大利亚，我的寺院就盖在养牛场的边上。隔壁那个农夫养的牛上千头以上，一年都会卖两次的牛。他卖牛的时候，第一天下午就把要卖的牛全部赶到牛圈子里面去，那个圈子就像这禅堂这么大，用这么高的木，牛要从下面钻出去也是可以的。但是那些牛傻傻的，都不懂得从下面钻出来，那些牛一条一条的这么笨哪，身体这么大完全没有用，长了一大堆肉，但是都是没头脑的。结果那些在圈子里面的牛都知道，它们明天要走了。牛圈子那边有两个更窄的栏杆，放着一块板斜斜的伸上去，是要让牛从那里走到车上用的。第二天早上大卡车来了，卡车后退把车的尾部朝着那个可以走上去斜斜的板前停下，农夫手里拿着鞭子赶，圈子里的牛一只只乖乖就走上去了，它一边往上走一边在哭，其实当天晚上那些牛就在外面哭了，圈子里面牛的跟圈子外面牛都在哭，它知道这是生离死别时。他一下子可以卖一百多条牛。它整千头牛卖一百条牛是小事，但他的牛一年可以繁殖两三百只小牛。当母牛一生了小牛，主人就把那些雄的牛全部阉割掉了。知道吗？因为阉割后雄牛就不会去想母牛嘛。结果那些牛就拼命吃，就长了很多肉。不用两年的时间，大概 18 个月的时间，至少一

千公斤以上。而且每一只的牛大概可以卖当时的澳大利亚钱八百到九百块钱。结果这些笨牛呢，晚上就开始哭，第二天早上车来的时候也在哭，全部的牛都围过来都在哭。牛哭起来也是很凄惨的。我曾经在这个微信上看到，在国内，好像是在山东。他有两头牛，一头牛就被屠夫就在街口杀了。杀了就被拆掉了，全部变成肉跟皮，趟在地上不动了。另外一头牛过来站在它边上哭。视频拍出来，我看了，哎呀，心里也很辛苦，有什么办法？畜牲就是这样，这就是苦来的嘛。

概念与真相

然后屠夫把牛拉回来了，他徒弟在后面抽着鞭子，牛不跑他就打，那牛就乖乖跑了。屠夫把牛拉回来的时候，屠夫想我买了一头牛，徒弟想我在赶牛，两个人的观念都是牛啊。到了他的档口，他的档口就摆在十字路口，那只是两个脚跟一块板而已。现在没有牛肉，但明天就有牛肉了。到了十字路口屠夫就开始杀牛了，牛是乖乖给他杀，很容易的，我曾经见过。怎么杀你知道吗？他就把牛的鼻子绑定在那个柱子那边，但牛乖乖的不会动的，很笨的，真得是很笨的动物。牛就站在那边，两个眼睛看着你。那时候我们是大学生，就围过去看那个人怎么杀牛。他拿着一把细细薄薄这么长刀，就像我们所说的柳叶刀，是扁扁薄薄的刀。他就把手放在牛的颈项那边一直摸摸摸，当他摸到知道就是那个地方了，刀一下子就下去了，根本不用切的，就是这样一刀下去，那个牛的头就“砰”的一声掉到柱子上了，接着身体也是这样“砰”的一下倒了下去。倒下去之后我跑去看了一下，那个牛的眼睛这样开合，一分钟之后就不动了，然后我看它流出眼泪来，

真的是流出眼泪了。它在最后一个念头在想：“噢，我被杀了，我被杀了。”它不会观照啊，所以它又再回来做牛了。就是这样，屠夫跟那个徒弟就把牛杀了，把牛分解了。现在全部的牛肉、牛骨、牛头、牛肚、牛胃还有牛肾都摆在桌子上。那现在你想，他是在卖牛肉还是在卖牛？他是在卖牛肉了，那个牛的观念没有了。他不会在档口喊：“哎，我在卖牛。我在卖牛。”错了。你这样讲是错误的，你的语法不对。他在那时候的观念就改了，我现在在卖牛肉，我卖的是牛肉、牛尾巴、牛胃、牛心等等。对不对？

一样的道理。当我们看整个人的时候，我们都是一个人的观念，都被那张皮包着美美的。对不对？然后当我们用心去看它的时候，分解那个人，破除整体想，把它看成个别的部位，破除整体想。看它是：没有关联的，跟隔壁没有关联的。那些部位，骨头是骨头，肉是肉，发是发，头皮是头皮，它们个别有界限是没有关联的。因此就会帮助你把整体想破除它。如果你认为有关联，它就整个连起来就又是个人了，所以它是非常重要的。第一，你必须要破除整体想。第二，你必须要破除它会连在一起的那种作用，破除它的关联。第三，你要看它是无思念的，就是没有意识，一步比一步厉害，然后就整个把它解决。我们对这个身体的邪见就解决了。然后你再看到地、水、火、风四界。如果还是不能够解决，你再看它的因缘生因缘灭，彻底解决了。就再也没有一个人存在，人就破掉了。这就是用四界分别观的方法来破除它。

破除密集

在《阿毗达摩》里面又分，说：我们要看这个东西要破除它的密集，密集就是整块的，不能够分割的。密集有三种相继的密集，相继就是，比如说今晚我们回到寮房去睡觉，躺下去睡着了，我们是整体的，我们认为我们是整体的。对吗？是一个整块的，是一个人被皮包装的美美的，然后我们盖着被子很温暖就睡着了。第二天一醒来，我们就认为这个是我，昨天是我，今天是我这叫相继。知道吗？组合，就是我们认为，这全部合起来就是我，这叫组合。那么还要看它的作用，作用的密集。就是要看到里面，我们认为每个部分都是我，然后你要看它有什么作用，你看它里面是有多少种合起来东西。你看它里面是八法聚还是十法聚，然后就整个人就彻底被破除掉。所以这个是非常好的，这是在阿毗达摩里面这样说的。

我们要观察每一个色法的特相、作用、现起和近因。地界的特相是硬、软。作用是它的作为其他的因素的立足处。现起是接受。近因也叫做足处，是其它三种元素。要能够彻底的观察到究竟的色法，就要把这三种密集破除。观察内身、外身和内外身；生法、灭法和生灭法的时候，就是观照身体的内外各个色法都是无常，是苦和无我，以及观照这些名色法的因和缘都是无常、苦和无我。然后观照这些行法的生灭以及坏灭都是无常、苦和无我。最后因为我们的观智成熟，就能够消除我们对它（身体）的执着而通过道智达到果智。这就是四界差别观的部分。

有没有问题？四界差别观的部分就讲到这里为止。有没有问题？没有，好我们接下来就说第二个课题。

萨度！萨度！萨度！

2017-5-23