



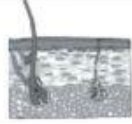






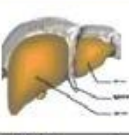

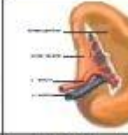





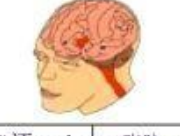
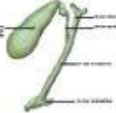













破色蕴的五个层次

法增比丘讲于南山寺，四川佛子笔录

我就解释一下，我们要破身见有五个层次，它一步比一步深的，这本书里没有提到，将来我会补充在这本书里面，你们记住，因为现在没有文字，但是在我的空间说说里面，我最近有指导一个学员，就是告诉他这五个层次。

三十二身分(dvattimsakaro)(小圖)

1)髮 kesa	2)毛 loma	3)爪 nakha	4)齒 danta	5)皮 taco	
					
6)肉 mamsam	7)筋 naharu	8)骨 atthi	9)髓 atthi-mibja	10)腎 vakkam	
					
11)心 hadayam	12)肝 yakanam	13)肋膜 kilomakam	14)脾 pihakam	15)肺 papphasam	
					
16)腸 antam	17)腸膜 antagullam	18)胃中物 udariyam	19)糞 karisam	20)腦 matthaluvgam	
					
21)膽汁 pittam	22)痰 semham	23)膿 pubbo	24)血 lohitam	25)汗 sedo	26)脂肪 medo
					
27)淚 assu	28)膏 vasa	29)唾液 khelo	30)涕 sivghanika	31)關節液 lasika	32)尿 muttam
					

破除色法乃至五蕴里的四名蕴有五个层次：

第一，破除整体想，什么叫破除整体想？我们看这个身体就看成是整块的，我们要怎么样破除这个是整体想？根据《大念处经》

（Mahasatipatthana sutta）佛陀所教的，就是你观身体里面的 32 身分，这边后面就有一张 32 身分的图表，20 个部分是属于地大，12 个部分是属于水大，所以这是第一个步骤，把整体破掉，就变成 32 块。怎么样看见一块一块？当你在走的时候，当你在感觉，通过感觉，你感觉到脚里面的肌肉，筋，骨头，你就已经通过感觉知道它里面有骨有筋有肉，就破除整体想了，这个不是靠想的，必须要通过感觉。所以破除整体想，然后你看到 32 身分。

第二，独立的。第二个步骤你就知道它里面是属于不同的部分，佛陀讲，你就通过知道它是个别的，它是独立的，这个很重要，我们会把个别的每一块，可能我们认为心脏是我，或者脑是我，我们还会执着的，对不对？我们把这个破掉了，认为这个不是我了，但是还会执着心脏是我，脑是我，结果又在那边执着，还没有放下。

第三个步骤，它是无思念的。每一个 32 身分，要看它是独立的，它跟别的没有关系，佛陀怎么形容它呢？他说：头发跟头皮，头发不知道下面是头皮，头皮不知道上面是头发，就好像外面的草，草跟泥土，草不知道下面长着泥土，泥土也不知道上面长着草。同样的，头皮就像泥土一样，头发就像草这样，头发不知道是长在头皮上，头皮也不知道上面长着头发。所以破除整体想，32 身分是独立，是无思

念的，它不会想的。那你说这不可能，我的心脏有感觉，我的头脑会想。不对，当它拼在一起的时候，有了命根（能量）它就会想，它会操作，就好像手机这样，你把它拼在一起的时候，有电池了，有了电，它就会操作了；你把电池拿开，它就不会操作了。你把心脏拿掉，头脑拿掉，这个身体就是一块肉而已。所以破除整体想，32身分，独立的，没有思念的。

第四，它是属于四界，地界、水界、火界、风界，怎么知道是地界、水界、火界、风界呢？火、风、地、水，你知道了，你通过自己的感觉，火和风是向上的，地和水重，所以是向下的，你就觉察到了，对不对？通过实修，这个不是通过想的，你不能够通过思想概念来证悟道果的，必须靠实修的，所以第四个步骤：觉知界。

第五个步骤，如果还是不能够破除，还是认为这个是“我”，有些人是这样，障碍很重，邪见很重，那么最后一步：观察它的因缘生，因缘灭。每个部位都是因缘生，因缘灭，头发也会因缘生因缘灭，指甲也会因缘生因缘灭，牙齿也会因缘生因缘灭，心脏坏了，换一个心脏，心脏也是因缘生因缘灭。现在全身都是可以换的。昨天看到一个新闻，那个小孩子全身被火烧了，结果那个医生说要给他植皮，用他自己的皮培养出皮来，再给它粘下去，一块块粘。昨天澳洲的医生以三度空间打造了下腿骨，给病人换了骨，这样右脚就不用锯掉。所以全部都可以换的，都是因缘生因缘灭。

所以记得这五个步骤，第一，破除整体想，觉知它的 32 块；第二，它是独立；第三，它是无思念的；第四，觉知它们的四界：地界、水界、火界、风界；第五，观察它们的因缘生，因缘灭。就可以把这个身体是我的邪见破掉。

这只是破身体，还有受、想、行、识还没有破除。你还要看受怎么生，怎么灭；想是怎么生，怎么灭；行是怎么生，怎么灭；识是怎么生怎么灭。它们都跟身体有关系，如果没有身体，这四个都不用说，清楚吗？这样的方法把整个五蕴解决的时候，就就能够破身见证初果（sotapanna）。

好了，这个解释就完了。

萨度，萨度，萨度！