

圖解

佛教八識

洪朝吉 著

你知道西方有心理學，但是你知道佛教的心理學更廣博精細嗎？

你聽過佛教的八識，但是你知道八識的涵義嗎？

我們每天照鏡子，但是我們認識自己的內心嗎？



淺顯的文字與大量的彩色圖表，
清楚解說佛教所說的八種識，以及常見的佛學名詞。

內容包含

心理學：探討人類及眾生的心理現象、精神功能及行為

宇宙論：研究宇宙的本體是什麼，以及宇宙萬有的起源

轉識成智：說明轉眾生八識成為佛五智的方法與步驟

圖解

佛

教

八

識



◆
洪朝吉
著

圖解佛學系列 JL0002

圖解佛教八識

作者／洪朝吉
副主編／劉芸蓁
行銷／顏宏紋、李君宜

總編輯／張嘉芳
出版／橡樹林文化

城邦文化事業股份有限公司
台北市民生東路二段 141 號 5 樓
電話：(02)25007696 傳真：(02)25001951

發行／英屬蓋曼群島家庭傳媒股份有限公司城邦分公司
台北市民生東路二段 141 號 2 樓
書虫客服服務專線：(02)25007718；(02)25007719
24 小時傳真專線：(02)25001990；(02)25001991
服務時間：週一至週五上午 09:30～12:00；下午 1:30～17:00
劃撥帳號：19863813；戶名：書虫股份有限公司
讀者服務信箱：service@readingclub.com.tw
城邦讀書花園網址：www.cite.com.tw

香港發行所／城邦（香港）出版集團有限公司
香港灣仔駱克道 193 號東超商業中心 1 樓
電話：(852)25086231 傳真：(852)25789337
E-mail：hkcite@biznetvigator.com

馬新發行所／城邦（馬新）出版集團
Cite (M) Sdn Bhd
41, Jalan Radin Anum, Bandar Baru Sri Petaling,
57000 Kuala Lumpur, Malaysia.
Tel: (603) 90578822
Fax: (603) 90576622
email: cite@cite.com.my

版面構成／歐陽碧智
封面設計／周家瑤
印刷／中原造像股份有限公司

初版一刷／2013 年 12 月
初版二刷／2014 年 3 月
ISBN / 978-986-6409-66-0
定價 / 260 元

城邦讀書花園
www.cite.com.tw

版權所有·翻印必究 (Printed in Taiwan)
缺頁或破損請寄回更換

國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

圖解佛教八識 / 洪朝吉著. -- 初版. -- 臺北市：
橡樹林文化，城邦文化出版：家庭傳媒城邦分
公司發行，2013.12
面：公分. -- (圖解佛學系列：JL0002)
ISBN 978-986-6409-66-0 (平裝)

1. 佛教教理 2. 佛教修持

220.1

102023372

目 錄

作者序 4

第一章 導論 8

- 第一節 宇宙萬有的顯現 9
- 第二節 識的生起與活動 13
- 第三節 識的功能 20
- 第四節 心的結構與功能 31

第二章 身體、世界與前五識 33

- 第一節 身體與世界 34
- 第二節 境、根與識 40
- 第三節 前五識的生起 47
- 第四節 前五識的功能 52

第三章 第六識 56

- 第一節 第六識的生起 57
- 第二節 五俱意識與獨頭意識 64
- 第三節 第六識的功能 70

第四章 第七識 78

- 第一節 第七識的生起 79
- 第二節 第七識的功能 81

第五章 第八識 86

- 第一節 第八識 87
- 第二節 第八識的功能 89
- 第三節 在第八識的種子 92

第六章 唯識的人生觀與宇宙觀 98

- 第一節 法與法執 99
- 第二節 唯識的人生觀 101
- 第三節 唯識的宇宙觀 107
- 第四節 神通的故事 111

第七章 轉識成智 114

- 第一節 學佛的快樂 115
- 第二節 轉識成智 119

附 錄 善、煩惱與不定心所 131

- 第一節 善心所 132
- 第二節 煩惱心所 135
- 第三節 不定心所 146

總迴向 149

圖解

佛

教

八

識



◆
洪朝吉
著

目 錄

作者序 4

第一章 導論 8

- 第一節 宇宙萬有的顯現 9
- 第二節 識的生起與活動 13
- 第三節 識的功能 20
- 第四節 心的結構與功能 31

第二章 身體、世界與前五識 33

- 第一節 身體與世界 34
- 第二節 境、根與識 40
- 第三節 前五識的生起 47
- 第四節 前五識的功能 52

第三章 第六識 56

- 第一節 第六識的生起 57
- 第二節 五俱意識與獨頭意識 64
- 第三節 第六識的功能 70

第四章 第七識 78

- 第一節 第七識的生起 79
- 第二節 第七識的功能 81

第五章 第八識 86

- 第一節 第八識 87
- 第二節 第八識的功能 89
- 第三節 在第八識的種子 92

第六章 唯識的人生觀與宇宙觀 98

- 第一節 法與法執 99
- 第二節 唯識的人生觀 101
- 第三節 唯識的宇宙觀 107
- 第四節 神通的故事 111

第七章 轉識成智 114

- 第一節 學佛的快樂 115
- 第二節 轉識成智 119

附 錄 善、煩惱與不定心所 131

- 第一節 善心所 132
- 第二節 煩惱心所 135
- 第三節 不定心所 146

總迴向 149

作者序

大約三千年前，釋迦牟尼佛講解了放牧牛群的口訣、夫妻相處之道、升天成神的方法……、乃至解脫輪迴與成佛的法門，無數的經典包含了幫助眾生^❶的一切學問，這也就是後代流傳、實用的「佛學」；後來彌勒菩薩與很多菩薩們再講述與整理佛學中，有關於心理、物質與業力的教法，而成爲現在佛學的一個支脈，亦即「唯識學」。

唯識學盛行至今約一千六百年，認爲眾生的心具有八種不同的作用，因此定義心的結構包含了八種「識」，而宇宙萬有都是由識所顯現與認知，這也就是「唯識」兩字的意義；它有別於唯心論所說的「心是宇宙中唯一的實體，身體的一切行爲只是心理功能的顯現」，也相異於唯物論主張的「身體是宇宙中唯一的實體，心的精神作用只是腦的生理功能」。

如果從哲學家的觀點來看，你也可以說唯識學是一種哲學或心理學，但是有一點不同，就是它跟任何佛法一樣，只要認識並且實修，一定會得到有用的收穫；若能依照佛法和善知識的引導，實修實證就可以成就解脫；如果認爲它只是一門學問，那就是入寶山空手而回了！

❶ 衆生有六種，依照生活的快樂與痛苦不同，分爲天道、人道、修羅道、鬼道、畜生道、地獄道；天道最快樂，人道苦樂參半，地獄道最痛苦。



釋迦牟尼佛

一般哲學家思辨的結果，都無法超出八識中前六識的範疇，因為人類的智慧與思想範圍有限，只能到達人的程度，除非他學習並實行佛陀的教導，實際證悟佛性，已認清無窮盡的過去、現在與未來的宇宙。佛學是使人成佛的方法，不同於神學——神學清楚的劃分人與神是兩個截然不同的存在，本質上無法轉變，也無法超越。

宇宙中有無數的佛與眾生，佛的理智、情感與能力都已達到最圓滿的境地，佛清楚的告訴我們：「佛法的目的，只是希望一切的人、神與眾生都能回歸本來的真性，跟他一樣成佛，得到永遠的快樂。」佛俱足大智、大慈與大能，但佛並非全能，不同於神學所講的全能的神，佛不能判決我們上天堂或下地獄，只有你自己的所做所為，才能決定你以後要到哪裡。

爲了認清這些道理，中國唐朝時的玄奘法師就專程到印度去研究唯識學，並翻譯及編著了很多有名的佛教經論，《西遊記》這本世界著名的小說，即改編自他從中國到印度學習佛法的故事，雖然書中沒有如實描述玄奘法師高尚堅忍的人格與行爲，但是書中的主角孫悟空，就顯示出人類的心理狀態——心猿意馬，這裡說的「心」即第六識，像猿猴跳躍，起伏不定；「意」即第七識，如馬奔騰，永不停止的思量執著自我。

傳統的唯識經論有六經十一論^②，以及本書的主要依據《成唯識論》^③，這些典籍即使是修習佛法的行者，初讀之下，仍如進入迷宮，因爲文義包羅萬象，很難明白。所以本書用淺顯的文字，配合簡單的圖解，有系統的介紹人類的八識，與唯識學的部分教理和佛學名詞，對學佛的行者會有相當的幫助；尤其是注重實修的禪宗與密宗，能藉此知道自己的修行方法所根據的理論。

② 例如《華嚴經》、《解深密經》、《瑜伽師地論》與《顯揚聖教論》等等。

③ 玄奘法師編著，是唯識學的精要，其中詳述六道眾生的八識；本書只著重在人類的八識。

眾所皆知，漢傳佛教的禪宗與藏密寧瑪派的「大圓滿法」，都來自印度佛教的同一淵源，禪宗從達摩祖師到六祖慧能之前，以解說如來藏^④的《楞伽經》為印心依據；寧瑪派則認為《楞伽經》是真實「中觀」^⑤的根本經典，而《楞伽經》更是唯識學的經論當中，調和唯識與如來藏思想的重要經典。所以說參禪或修密的行者，對於八識的法相若有基本認識，更能解行並重！

現代人多以追求男女情愛與物質享受為人生的目標，卻不知幸福快樂的起源，來自於心及行為的轉變，因此我們希望把佛學的智慧介紹給更多人，期盼能破除虛妄，讓人們認識自己的心與宇宙人生的真相，得到永遠與真正的快樂。

最後，我們建議閱讀本書時，由於第一章的十幾個佛學名詞較不常見，先看過理解就好，於後面的章節會再次使用與大概說明，只要如此，就會像看圖畫書一樣的有趣。

④ 在任何眾生的心中，都藏有被煩惱隱覆的佛性，含攝了諸佛的無量功德。

⑤ 詳見第七章第二節「轉識成智」。

| 第一章 |

導 論

第一節 | 宇宙萬有的顯現

佛經說：「一切眾生從無始以來，因為住於根本無明——從生來就有的愚癡，妄念流轉而造成如今的心、身體與世界，由於貪戀這些，所以眾生輪迴生死。」佛曾經也作過天人、人或動物，甚至曾是地獄的眾生，因為修習佛法，結果現在成佛，住於佛性之中，永享無窮的快樂；佛的無明已轉化成智慧，用來引導幫助世界上的眾生，解脫痛苦與輪迴。



因為有根本無明，使本來清淨的佛性中，現出了宇宙萬有；這就好像我們的眼睛生病有眼翳，就會看見清淨的晴空裡有種種幻相。宇宙萬有如同晴空中的幻相，本來就不真實，只要消除眼翳，亦即根本無明，就可以看見宇宙的真相。

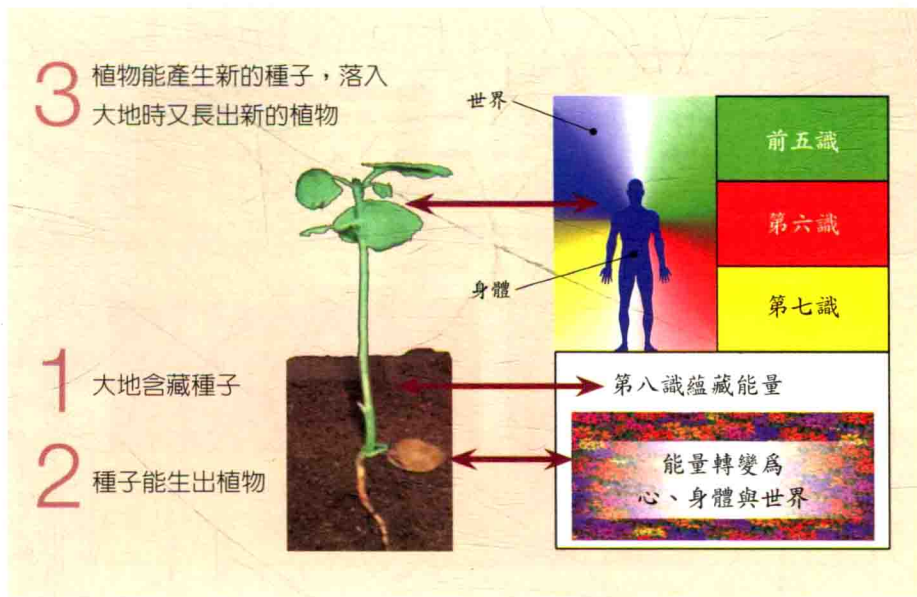
而宇宙萬有是如何顯現？需從眾生的心開始說明：

心基本上可分成八種不同作用，因此定義心包含有八種識。第八識從無始以來就存在著，永遠不會消失或停止作用，要一直修行到成佛，才會轉變為智慧。眾生接近死亡時，要等到第八識離開身體，生命才算結束。而當父、母的精子、卵子結合成受精卵的同時，第八識就進入受精卵，此時是一個生命的開始，因此可稱第八識是許多宗教所說的靈魂。

第八識生來就蘊藏有一種無形相、無窮盡的能量，這種能量源自包含一切的佛性，因為眾生的執著，能量會轉變成心、身體與世界，其中，心的前七識與身體可在世界上造作種種行為，這將熏習第八識再產生新的能量，如此反覆不斷，就使眾生在世界裡，生死輪迴無法停止。

這就像大地、種子與植物的循環關係，可以比喻說：「第八識好比大地，其蘊藏的能量就如植物的種子，而心、身體與世界就像種子所生出的植物。」也就是識產生了宇宙萬有，因此佛經說：「識就是一切。」

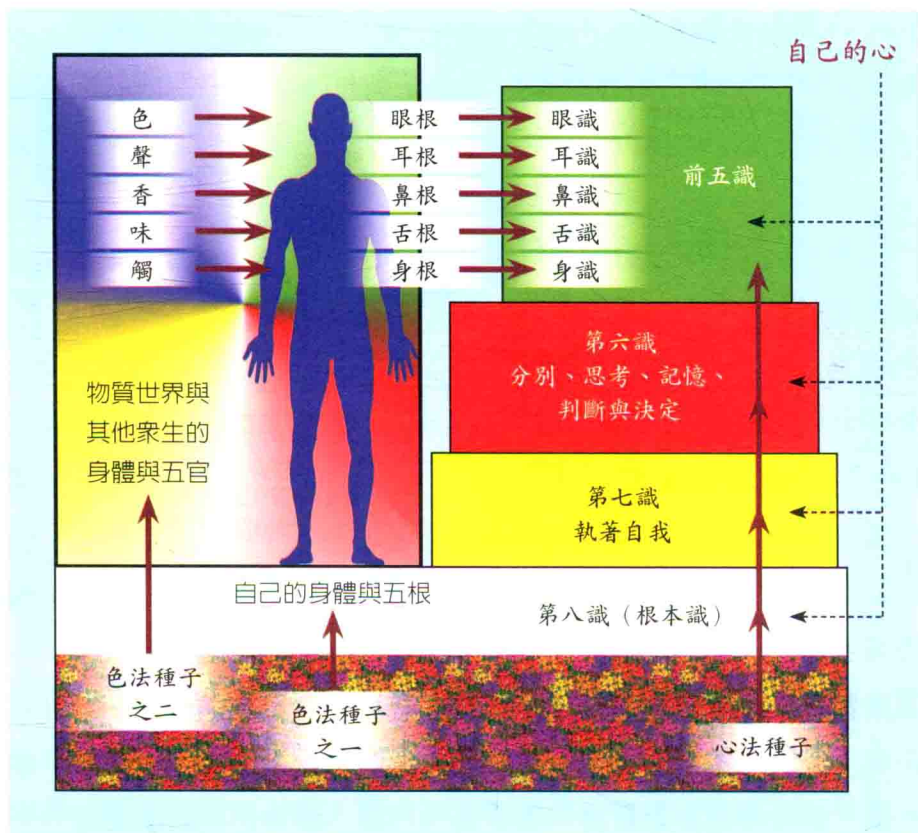
唯識學將儲存在第八識的能量也命名為種子，並分為心法種子與色法種子兩種。心法種子能產生心——八種識，產生的先後順序是第八識、第七識與前六識；色法種子能形成色法，也就是物



質——五根、身體與世界。

下頁圖顯示宇宙萬有都是由識所現出，再由識來認知。其中第八識是前七識與物質世界的基礎，所以第八識也稱為根本識。有相的物質世界與自己無形的心，就如圖中的各個矩形，而且必須要位於下方的實線矩形存在時，其上方的實線矩形才能生起。

第七識持續不停的思量執著「自我」的存在；然後根據「自我」的存在，第六識才能產生分別、思考、記憶、判斷與決定等等的作用；前五識是由不同的五根——眼、耳、鼻、舌與身根，接觸物質世界，個別產生的識，它們沒有分析的能力，必須由第六識做統合、分析、判斷或推論，所以必須依靠第六識才能生起。醫學上所說的意識，亦即腦部的思考作用也屬於第六識。



物質世界與一切眾生的種種活動會產生五境——色、聲、香、味與觸境，五境再分別由個人的五根所接受，就會在個人的八識中產生作用，這就是色法與心法大概的關係，詳細的說明於以下各章。