

苏罕教 讲述

唯 识 妙 法

宗教文化出版社

唯识妙法

苏军敬讲述

宗教文化出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

唯识妙法 / 苏军敬讲述 . -- 北京 : 宗教文化出版社 , 2016.12

ISBN 978-7-5188-0314-9

I . ①唯… II . ①苏… III . ①唯识论—通俗读物 IV . ① B946.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 302988 号

唯识妙法

苏军敬 讲述

出版发行：宗教文化出版社

地 址：北京市西城区后海北沿 44 号 （100009）

电 话：64095215（发行部） 64095265（编辑部）

责任编辑：王志宏

版式设计：武俊东

印 刷：北京信彩瑞禾印刷厂

版权专有 不得翻印

版本记录：880×1230 毫米 32 开 11.5 印张 200 千字

2016 年 12 月第 1 版 2016 年 12 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5188-0314-9

定 价：58.00 元

自序

识字的中国人当中，很少人不知道唐三藏西天取经的故事。但是，很少人知道唐三藏为什么在佛教早已在中国传播数百年之后还要去印度取经，更少有人知道他是为了什么经而去，他特别弘扬的唯识是什么内容。

玄奘法师为解决当时东土的佛教法义论争而西去，也为《十七地论》（即今之《瑜伽师地论》）而西去。到了印度后，他师从于戒贤法师与胜军居士而精研唯识义理。归国后，他译出了《解深密经》《瑜伽师地论》等，并以译述结合的方式推出了被视为其个人代表作的《成唯识论》。这些唯识经典所阐扬的微妙法意，在盛唐之后，只有极少数人才深入过其中意趣。近代以来，对唯识的参研，稍有复兴之势。可惜，大多是着眼于名相的

消化与义理的通贯。唯识依然因其名相义理的精深博大而被视为畏途。

如此精妙的唯识妙法，只有少数人才有缘接触，且又被视为畏途，岂非可惜！

唯识真的很难吗？如果把它视为一种理论体系，那么，其庞大繁复、缜密精深的名相体系，以及异域风格的话风，确实令人望而生畏。而如果将它视作一套引导生命觉悟的操作方法的“说明书”，那么，随文入观，学修并进，就有按图索骥、步移景换的兴乐。倘若已然信受奉行，那么，或难或易的判断实属多余。然而，如果能够突破名相梳理、逻辑推衍以及流派辨析的表述常轨，而对唯识作出提纲挈领的鲜活表达，那么，这将会成就一种不可思议的殊胜法缘。我们需要这样的尝试。

对古德最好的缅怀，不仅应该效仿其追求真理的心行与精神，更当致力于探求其所曾披露的真理本身。而倘若能与古德同心，当属对古德到位的礼赞！

在效仿古德而探索生命终极快乐的道路

上，末学秉着“禅宗体，华严相，唯识用”的宗旨而作前行。其中，唯识妙法为“藉教印心”与“禅教兼施”提供了大方便。近年以来，有一些同修前来同参共行，唯识妙法更属趁手器具，妙不可言。

因缘不可思议，好事诸方共成。应多位同参邀请，末学于2015年5月1日起，在一个微信群（“棉花台·唯识妙法”）中，以即兴的方式讲述对唯识妙法的个人学修体会。没有提纲，甚至没有腹稿，只是到时间就拿起手机开讲。之所以如此即兴讲，是希望能够尽可能地鲜活、灵动。有多位同修不嫌其中言谈粗陋，而将微信语音整理成文稿。洋洋洒洒，成十多万字。又有同修发心联络出版事宜，从而有付梓之缘。

本书呈现，亦是众缘和合之妙事。为此贡献了时间与精力的有：初始建议者许杰女士；语音文字稿的义务整理者许杰、高巍、蔡盛、刘昕、张朋、丛蕾、魏志强、罗珍、赵伟、朱盎等诸位人士；书稿的精校者许杰女士与杨琨女士。同时，本书能得以出版，离不开贾海珍女士的助缘。作者，即非作者，

是名作者，虽然如此，也须借此机会对诸位仁者的支持与关爱，致以衷心的感谢！

本书是一种探索，是对“鲜活的佛法”的一种探索，是基于个人学修唯识妙法的体会而作的表述。任何的批评与指正，都是关爱与激励，都将被完整地接纳并回报以诚挚的谢意。恭祝六时吉祥！

苏军敬

丙申深秋于北京如是精舍

目 录

自 序	1
唯识是什么？怎么用唯识？	1
唯识内容骨架	19
四加行	44
赖耶缘起	68
唯识观的确立	90
观修“依他起”	111
居士修行三保障及十重唯识	126
唯识空观八次第	151
细说种子	174
细说依他起	192
细说智慧	203
细说因缘	227

略说唯识与四重缘起	244
略说“转识成智”的“转”	269
细说阿赖耶识	286
略说唯识特别观修方法	300
应缘妙用	318
为什么要学唯识妙法	341
跋	355

唯识是什么？怎么用唯识？

（时间：2015年5月1日）

诸位吉祥！因缘所致，我们相聚在一起开始共同学习“唯识妙法”。

一般大家说到“唯识”都会说是“唯识学”，为什么我们称为“唯识妙法”呢？把“学”改为“妙法”，是由于我们要突出它的可操作性。也就是说，我们一起来学习的内容，每一个方面都要用以指导实修，这就是起名为“唯识妙法”的一个动机。

佛教、佛法、佛学，这三个词我们都经常听到，但很少有人去仔细感受里面内容的差异。在这里面我们要先梳理一下，这样便于弄清楚为什么我们要说“一定要入心”。

“佛”字，是觉悟的意思，是自觉、觉他、

觉行圆满的意思。这个本意我们不能含糊。佛是“觉”，所以，我们就知道佛教是觉悟的教法，觉悟的言教。这个“教”，本来是言教、教义的意思。后来，十八世纪英国的穆勒提出了“宗教学”，所以在社会的一般认知里，“教”本来的意思慢慢地被这个宗教学的“宗教”的含义给掩盖了。“宗教”这两个字，在我们中国本土历史上的含义是这样的，“宗”是心法，“教”是言教。所以在佛门里面有“宗下”“教下”两种不同的大类别。“宗下”，比如说禅宗、华严宗、天台宗，一般“宗”是指它讲究的是一种心法。当然，就禅宗来讲，它说的“宗下”是单指自己，是指禅宗是“宗下”，是直接讲心法的。而像华严宗、天台宗、三论宗、唯识宗这些宗，在禅宗的人看来，它们是讲言教的，所以说他们也是“教下”。“宗”和“教”这两个字，在中国古典典籍中，是分别指心法和言教。宗教的“教”字，是指一种言教，从这个角度去理解“佛教”，就会比较不太容易偏离。当然，我们所说的“广义的佛教”里，也包括佛教的心法，即“佛法”。所以这就引出了第二个词“佛法”。

佛法，是一种觉悟的方法。“佛法无边”是指，各种各样的方法，只要用对了，都可以引导人们走向觉悟。这就叫“佛法无边”。当然，“法”这个字还有另外的意思，但这个跟我们此时此刻的话题无关。

还有第三个词，“佛学”。“佛学”，是一种学术性的活动。另外，佛教里面内部人员对佛教的一些观点加以梳理、总结，也可以叫做“佛学”，当然，它不一定是按照现代的学术标准那么去做。另外，按照现在的学术标准所建立起来的围绕着佛教所开展的种种活动，所进行的学术研究，如佛教哲学、佛教历史、佛教艺术等，都可以称为“佛学”。

所以，大家仔细感受一下这三个概念，一个是“佛教”，一个是“佛法”，一个是“佛学”。核心是“佛法”。

广义的佛教跟狭义的佛教，当中是有差别的。广义的佛教，包括狭义的佛教、佛法，还有佛学。广义的佛教，就是“佛陀的教诲”，或者是“觉悟者的教诲”（这个就更宽了）。狭义的佛教，就是现在社会上通常所说的与道教等各种其它宗教并立的宗教意义上的佛教，

是以宗教方式、以宗教载体作为传播方式的佛教，就是“宗教佛教”，这是狭义的佛教。

佛教、佛学、佛法，这三者的关系，我们要把它理清楚。理清楚以后就会发现，其实很多人是把目光聚焦在了作为宗教的佛教（狭义佛教），而对于作为一种“方法”的佛法，却给予的关注不够。而对于佛学的关注，大家是天然的，因为只要受过教育的，只要在高校里面待过的，都会天然地感受到有一种学术性的内容存在。

搞清楚“佛教、佛法、佛学”这三者以后，我们再回过头来看，为什么有一种说法是“三宝（佛法僧）中以‘法’为中心”？为什么说“依法不依人”？为什么说佛教跟其他外道相比，其最核心的内容是在于“无为法”，在于“慧解脱”？因为，究竟而言，佛教的内容是要在“方法”上去阐述、去着眼。

所以，我们在学习唯识学的时候，就是要守着“方法”这个角度去看。这样我们也容易对“唯识学”有个清晰的定位、认识。唯识学在佛教（广义佛教，佛陀的教诲）当中，它是怎么个定位呢？在佛法当中，它又是什么样的角色呢？在佛学当

中，它又是怎么回事？

唯识学，就是刚才所说的，是佛教内部人员对佛陀教诲、觉者教诲所曾表达的一些观点加以梳理。为什么要加以梳理呢？一方面是要用来传承给后人，另一方面是为了弘扬佛法，用来跟各种各样修行法门做一个比较，乃至让佛法有一个生存的空间，所以有时候必要展开一些辩论，或应对一些挑战，因而要梳理一套义理系统出来。

从历史角度来说，一般认为有四大佛教理论体系，或有说是五大佛教理论体系。四大，是指经量部、有部、瑜伽行派也就是唯识学，还有中观。五部，是在这个基础上再加一个如来藏。我们在这里主要针对大乘里面的中观、唯识学，或者再加上一个如来藏，来说说，尝试梳理清楚这三者的关系。

因为，前面出的内容（前出的义理体系）能够被后面出的内容（后出的义理体系）所包含。从历史上来看，前面出的内容，有一些话题没有得到很清晰的阐述，所以，历史上后出的就包含了前面早期的理论体系的内容。比如，在历史上，瑜伽行（唯识）比中观晚出，所以，

唯识从一出来的时候就包含着中观学的思想。如来藏真正的成熟，是后来在中国成熟起来的。当然，在西藏也有从印度直接传过来的如来藏思想，他们也是后来慢慢地走向成熟。（这里所讲的成熟，也都是从一种表达体系的角度来说。所说的有几派、几派，也只是在“教理”上说的体系。）后出的如来藏，也包括了唯识学的思想，这就叫做后出的包含了前面的思想。很妙的是，后面新出的内容反过来又被前面这个学派的晚期继承者所吸收，（早出的义理系统的）继承者吸收了（后出的义理系统的内容）以后，又反过来批判后者的这些内容“有不到位的地方”，这样就会形成了论争。所以，中观跟唯识，在历史上这种无法厘清的各种各样的辩论，它的实质内容就是这样。包括宗喀巴大师对唯识的批判，也是同样的道理。

所以，我们对各种各样的论争，要去穿越它的表层面目，直接看到底下的骨架，看到本质。它的本质，一方面是要从历史上去看，更重要的一方面是从里面的内容去看。逐步深入内容以后，尤其是当自己走实修道路以后，慢慢地就会发现，能够得以澄清。很多的论争辩论，

其实上是一种表面上的现象。就像《菩提道次第广论》里面实修的方法当中，实际上大量都用的唯识内容，只不过他们自己草拟了一个“识是实有的”唯识理论，然后再对此加以批判。而实际上，真正的唯识不是那样的，唯识里并不认为识是实有的。

以上算是简单说唯识教理在佛教整体大环境下的一种定位。那什么是唯识呢？它的内容是什么呢？

唯识，从字面上来看，就是“只有识”。“唯”，唯有。“识”，就是了别功能。“识”不是一个实体，是一种功能，是一种能力，了别、了解、分别的能力，是了别、分别的状态。唯识，也就是“一切都是了解、分别，而不实际地存在”。

对于唯识，我们可以首先从这个角度去学习：唯识，首先是针对、就着单个个体生命而言，以单个个体生命为立足点，来展开阐述的。好比就是对你一个人而言（不是对群体而言），你的世界是基于你的意识的了别功能而呈现出来的。就一个个体生命而言，世界的呈现是基于自己的意识的分别而展开的。

“识”有八种。前面的是眼耳鼻舌身意，前六识，还有后面两种，第八识阿赖耶识和第七识末那识，这是修行者对“证量”的一种表达，就是修行到了一定的程度，就可以感受到有第八识和第七识。第八识就是阿赖耶识，就是最根本的、那个负责转世的“种子仓库”。当然，“仓库”的内容也是时时都在变化着的。第七识，就是发挥着“执持”作用力量的末那识。当修行到相当程度的时候，就可以直接地体会到、直接地看到感受到第七识、第八识的呈现。

唯识学的内容，还有佛教其他的义理内容，实际上都是源于大修行者对一种证量、对一种境界的直接描述。描述出来以后，后面跟上来了一些后来者，有的内容他们也自己体证到了，有的则没有体证到。他们在表达的时候，对于自己没有体证到的内容，就用世间的逻辑把它加以推导，所以，在这种理论体系当中，后来也有出现不同的提法，不同的提法可能是因为有着不同的角度，也有可能是由于“证量”的不同。所以，同一个教理体系里面有分歧，有不同的提法，可以从这两个角度去看：一个是证量不同，第二个是因缘不同，所以它会做