

二版序言

此次二版中，蒙陳上師將附錄二之〈法界大定詩輯〉重新編排次第，並加入其新作數十首，成爲一百二十餘首之詩輯。此詩輯包羅有關法界大定之各個層面的種種教授，學人極宜深入探討。

此外，答林鈺堂居士所問項中，又增兩箇問答。初版中之少數缺漏亦已一一補正。

林鈺堂謹序

一九八四年五月

一、法界大定歌訣

十方廣大無邊。

三世流通不盡。

於此無邊不盡上，自住、續住。

有妄想，回住。

無妄想，近往、伏住。

寂住；如有昏沉，立即提醒。

無昏沉，最寂住、專住、等住。

如是等住，自生、自顯、自然。

如是自然，息住、脈停、心休。

如是心休，外內凝然一球。

如是一球，充滿法界去！

如是法界，一念萬年去！

二、致沈家楨居士五封信

第一信

家兄慈照：

十月初九之習定，先行一試更好。弟雖日趨痊可，然對長距汽車兩頭共四小時，中間飛機共五小時，一連九小時之路程恐吃不消。擬先就附近幾個短距離的地方，來去飛機一連不到三小時者，先行一試。然後在今冬身體更健、膽量更大時，再行向兄報告；另由兄擇時日共修。今日先且遵命將實修詳法用信說明。大致在數封中，不能一封便了。先且寫第一封，請專案保存。

第一句

當觀第一句：十方廣大無邊。

心想在無雲晴空之外，別有一理想的法界。這個法界又廣大又圓徧，

不是與我相對的境。邊想其廣大之法界，邊想是此法界自己能夠了知其廣大自性；不應是我在其中插手的。隨時想把此能觀法界之我完全消失。想十方廣大無邊，就是十方廣大無邊，並非我想的十方廣大無邊。

第二句

當觀第二句：三世流通不盡。

當觀三世流通不盡，就從上想下。第一句或從左想右，或從右想左，是想橫的。這一句是想直的。過去一切並不見得已死了；現在一切並不單獨存在，總是搭前連後的；未來一切並不見得何處新生了。譬如說現在是中秋，然而才說中秋，秋已不中。一部分已過去，一部分正在，一部分正來。過去的多年的中秋，並無死相。未來的中秋，並無新生中秋之相。三世是一時，也是一劫，也是一季，也是一年。分別割裂有許多名詞。一時言之，就是一時。法界當前，即有十世；當體，即有十方。因為法界本身不是個人。他不會計算時間的。他的時間是無始無終的。所以說三世流通

不盡。

第三句、四句

觀想：於此無邊不盡上，自住、續住。有妄想，回住。

此處開始爲定。自住爲初次第定。普通蓋指定身中某一點，如二目間、鼻端、丹田等，其說不一而足。本法界大定即指法界本身自住。法界自住，也就是上述離于時空限制之法界要讓他自己去定，不應該由你想成他才是定。你自己應該要丟得乾乾淨淨。讓法界自己又廣大又無盡地自己定下去。你不要去管他。妄想一起，回到法界上去，即是回住。

下次再續。匆叩

佛安

（能做得這一步，已經很好了。）

第二信

健弟
頂禮九月廿二日

第五句

無妄想，近住、伏住。

如果沒有妄想呢？當然要讓法界本定（甲）自己接近法界本定（乙）（前法界本定（甲）為「修生」者，後法界本定（乙）為「本有」者）。此修生之法界本定要先努力把自我拋丟乾淨。拋丟之法即直觀最初二句。橫者，十方廣大無邊。直者，三世流通不盡。如是無邊不盡，便是修生的本有的本體，不雜有小我在內的。修生與本有略有不同者。修生者，正在作此定，想已接「近」本有。既接「近」已，就應該合一無二，修生、本有不再分別了。此為「近」住。能住多久算多久。如有間闕，立即將本有之兩個條件又提出：十方廣大無邊，三世流通不盡。十方想大到不能再大，努力向左右擴充。時間如流水小粒，滴到無有止境，下到不能再下。然而把修生的降「伏」到本有的法界上去，他已降「伏」了，二者又成爲一，不可分了。住的好久算好久。然後再進行下面第六句。

第六句

寂住；如有昏沉，立即提醒。

睜目、切齒、提肛、馴至要將小腹向後面背下貼緊，看昏沉程度深淺而定。小昏沉，睜目警心便可，不必其他。其他太多，可能發生毛病，如頭痛、眼紅、牙痛等。如有心臟病及高血壓更宜小心。寧可放下不坐，不可勉強破此昏沉而坐。總之修至寂住時，法界本定之修生身已疲倦。又其時既無妄想在内動搖，又無他人他物在外干擾，然而橫直過廣太長，易於疲厭，必致昏沉；必以心自警醒。讓修生的法界本定與本有的法界本定，融合無二，而自安住，而無安住的力用與疲勞，純之又純。如是能住多少時，算多少時，再進行第七句。

下次再寫。專叩

淨安

第三信

健弟頂禮 九月廿三日

第七句

無昏沉，最寂住、專住、等住。

假若這修生的法界大定，他沒有昏沉，那末很好，讓他自己繼續原有的寂住下去，變成更加寂住，故曰最寂住。寂住譬如燈已全熄，熄燈之後，心有小驚小疑，或小鼠干擾。最寂住時則這些都沒有了，又寂靜、又明瞭。本有、修生兩個法界，無法分別了。如是「專住」就在此無分別上，專一而住。即是整個法界都在住下了。普通的九次第定裏面的專住，就是專住在一點。這個專住，是一個整體圓滿的法界專住。如是隨他住下去，愈久愈好。忽生動搖時就進行觀想「等」。剛有「等」字出現，就要知道這所謂「等」，就是正等正覺之等。他是法界左右廣大擴充，每一微塵細點或單位都是同性質、同精神、同理趣、同意樂、同智慧、同三昧的。此就十方空間的據點言。就三世言，如同流水，也同覺海、同來源、同歸路、同航程、同載運、同悲心，滴滴皆濕。無分涇渭、三世、清濁、泛濫等，當前一并同時具足。此之謂法界本定之時間「等住」。不僅理

論，證量必有奇蹟出現，不必預期。

第八句

如是等住，自生、自顯、自然。

如上等住，果然能住。當知此能住，是法界本定自生而住。非是佛之創造，或由行者觀想所成。當其顯現更明白時，亦是法界本定自己久定更顯，并非有什麼天龍八部護持他來顯現。當其由顯明趨於自然，幾乎毫不費力，就是法界本定已入於無學位或無學道，離一切功用矣。讓他自己愈久住愈好。如果不能，先且把第一、第二句重溫。

健 廿四日

第四信

第九句

如是自然，息住、脈停、心休。

如是自然但指前句最後一詞，實則包括自生、自顯、自然三者。自然是前二之總成績，亦免除冗長故，但言如是自然，實指法界本定自然而然

地活現之時。這時行人的氣息已經由外息停止轉入內息，即是胎息。有時小腹時如小兒頂上梵穴輕輕收放，如呼吸然極其細軟靈活。兩鼻孔卻完全無息出入，不必用手自摸，自然自己知道。經過一段習定的時間後連這一個胎息也停止了。那時已由臍輪中心或密法臍輪中心完全趨入中脈。此時必有光明出現，即是中脈開發之相。中脈即是法界本定之中心。不過顯教不知道。其實六玄門之出生，即是由此開發後所發動者。脈停者，因為息住，所以脈停。新陳代謝完全停止；業劫病脈皆不能生；惟是由中脈發出之智慧脈起用。然此種智慧脈行時，外脈則必停止也。心休者，心之現行由于氣也。脈停、息止，故妄想之心行完全消失。其時體重亦必感覺完全消失，人如影子，而不僅如死屍也。智氣發、智慧開、無師智、神通，一切不可思議玄妙，皆由智慧現起，而非普通八識之心，故曰心休。此三者原屬本人及古德經驗，不必人人有之，不必每一次定中皆有之。切勿追想之，模擬之。只能一念便過，有則自顯，無則勿候；但當緩緩憶念「自然」一句。前一句自然到家時，息住境界自然也就來了。

第十句

如是心休，外內凝然一球。

如是心休，也是總結前三息住、脈停、心休三者。外內凝然這時修生的是內，外面更無盡更廣大的是本有的法界本定。兩個凝然圓融，如同一個水晶圓球一樣。從上方天空天頂到四邊天空，可以推知下方天空也是一樣的天頂到四邊，（一為凸上形，一為凹下形），如此則圓球矣。佛在教訓修五輪塔觀時亦謂本身觀成五大成一完全之塔，座下則如對海中倒影另外觀一尊五大塔倒置。吾人讀大手印、大圓滿，佛皆以無雲晴空為喻。依弟屢次經驗，此無雲晴空并不見有我。上下、左右、中央皆無雲晴空，故斷定為一圓球；特此圓球無有邊耳。如能有此一圓球真正顯現，則初步成功矣。

健頂禮 廿五日

第五信

第十一句

如是一球，充滿法界去。

這個球充滿法界去，就是法界修生的本定已經與法界本有的本定完全一致，無二無別。在這個上能定得愈久愈好。如果對此渺渺茫茫的抽象的法界根本無法想像。只好從頭再想第一第二兩句，最要緊。漸漸可以得個相似的抽象。不必追問他到底是不是的。只要你自己能丟得乾淨！

第十二句

如是法界，一念萬年去！

這個法界上雖只有一念去想像，然一萬年亦是一樣的繼續在想。不但一萬年，就無終不盡的萬萬年，都是一樣的法界，都是這一念，都是這一球，都是這一時。所以說一時通三世。過去的萬萬年也在裡面，并未死去。所以說法華一會未散。其實何止法華一會，阿含、華嚴、龍華諸會都未散、未新生。因為法界本定包括三世十方。行人如果是與法界本定合一了，也包括了三世十方。時間在當前，即有三世。空間在當體，即有十方。因為空間諸點，平等平等。時流諸滴，也平等平等。法住法位。成、住、壞、滅亦如是住；因果本末，亦如是住。是法住法位，世間相常住。

常住者即住此法界本定之位也。達到此句，可以證得不死矣。

注意：下座時務必從容。所觀廣大無邊，長拖于外，自當一一收回到心中一點命氣上，紅色，方不致脫陽、出汗等。如觀想不真切必無此流弊。

健頂禮 九月廿六日

三、宇宙必等量齊觀論

四方爲宇，三世爲宙。無邊擴展是空間之廣大，無量流注是時間之運轉。既無無時間之空間，亦無無空間之時間。科學家通常之空間以歐幾里德（Euclid）之二三坐標，長、寬、高、決定之；新科學家明可夫斯基（Minkowski）則加上一時間坐標，稱爲四度空間；如是時間變爲空間之附庸矣！故亦有人修法界大定歌訣第一、二句訣時，認爲修第一句較易想像，修第二句，則不知所措矣！以爲同屬空間，何必分爲兩句修耶？此其誤會在科學，而不在佛學也。茲略爲此點而依佛理說明之；非正式寫如何修習法界大定，宇宙等量齊觀之方法也（病癒不久，正在休養中；不暇聚精會神，撰一專論。抱歉之至）！

科學家研究事物，重分析解剖；哲學家研究宗教，則重體系、通則。雖時空各佔圓球之上下，然無頂無底，屬空間之上下；無始無終，屬時間

之上下。至于左右，二者雙融。

「如是我聞」，總標「真如」；「一時」先標其「宙」，即屬三世之精華，可見重要；「佛在」次標其「宇」，即屬空間之代表，以立教主。初在鹿野苑轉小乘法輪，即標三法印，諸行無常是第一法印，餘第二法印之無我，即受無常之影響，第三法印之涅槃，即是無常之結果。無常為入佛法之總門，雖密宗之成就者密勒惹巴亦如是說，足見時間之重要性矣！次于小乘阿含授九死觀，九死觀之次第，即是時間之過程也。再次授十二因緣法中，無論順觀、逆觀、不離「無明緣行」。「無明」即代表一切空間之物欲煩惱，「行」即代表一切煩惱之展轉昇沈變化之經歷，即屬時間也。大乘之修止觀，「數」、「隨」、屬時間，尚有何疑？「精進」一度，屬時間，尚有何慮？戒有戒臘、戒期、長齋、短齋，皆時間也。念佛有慧遠十二蓮花滴漏，以警策之。暮鼓晨鐘，不必蘇杭便有之，何處不見時間之痕跡？何時不聞時間之催促耶？古德修行，如逆水行舟，不進則

退！昔日孟子解析孔子之所以極讚水哉，饒有四德：一曰：「不舍晝夜」，讚其時間上之精進；二曰：「盈科而後進」，讚其利用時間，能守戒補闕也；三曰：「放乎四海」，讚其利用時間擴大範圍；四曰：「有本者如是」，讚其時間在山泉水清之有本源也。易、乾曰：「天行健，君子以自強不息」，「龍」喻「精進」，皆時間之妙用也。今吾人有身體為空間之代表，有氣息為時間之代表，苟一息不來，便成死屍矣！時間豈可忽哉？故發廣大之願者，必以十無盡而成就之，此十無盡者：

一、衆生界無盡——諸衆生皆依世界而住，世界無盡，故衆生無盡！
二、世間無盡——一切世界，依虛空而住；一切虛空無盡，故世界無盡！

三、虛空界無盡——虛空遍十方，而無有際限，是虛空無盡也。
四、法界無盡——稱于真如之法，而說無量之法，法界無盡也！
五、涅槃界無盡——無量之衆生，入于涅槃；涅槃界無盡也。

六、佛出現界無盡——佛出現而說法度生無盡也！

七、如來智界無盡——如來之智慧，能知自心所緣之法界無盡也！

八、心所緣無盡——如來之智所照之境無盡也！

九、佛智所入境界無盡——佛智所證之境界無盡也！

十、世間轉、法轉、智轉無盡——

A、世間轉者：展轉而攝入前之衆生界、世界、虛空界也！

B、法轉者：展轉而攝入前之法界、涅槃界、佛出現界也！

C、智轉者：展轉而攝于前之如來智界、心所緣界、佛智所入境界也。

如上世、法、智三種展轉含攝而無窮盡也！

此上僅就發大願而言之，即當有此十無盡觀；其他一切法數，莫不如此。莫論密宗，已有中脈之開發，則其氣息（時間）與法身光明等流，時間無限與空間無限雙融，無死瑜伽如掌上珠，特非本文短篇所可論之無盡時間耳！

四、向瑞妙法師介紹法界大定之重要性

講述及修訂 陳健民上師
筆記清稿 陳純真女居士

首先要把握一個重要的原則：「抽象的哲理，經過日久功深的定力的凝固，而變成具體的證量，這是絕對可能的。」這歌訣裡頭有些事情，好比「息住」、「脈停」、「心休」，我都曾經過，所以不是不可靠的。

由我的經驗解釋「無雲晴空」，並不是普通書上所述那樣：既不僅是頭上一個無雲晴空而已，更不是有一個「我」看見這個無雲晴空；乃是什麼都沒有，中邊四方整個的，到處都是無雲晴空。不僅是心中沒有我執，就是連身體也沒有了。這些都是由經驗確定的，不是著書的人，互相傳說或抄襲的。但是這經驗不容易永久相續，乃是因為不能時常這樣定住，凝

固之力不強。如果能時常這樣定住，便已證得了法身佛。所以這是個修持的總樞紐。假使你們能放棄一切，專修此法，一定不會走錯路，因為這是一條最靠得住的捷徑。大手印的明體就是它，大圓滿、禪宗的見地都是它，所謂首楞嚴定、法華三昧、華嚴玄門，也都是它；有了它，才能開出華嚴玄門，因為它是整體的，古人所謂「但得體，莫愁末。」有了這個體，天龍八部都要敬重你、保護你，他們曉得這是真正佛陀的精神。

你不必用咒來防避人家傷害你，當別人咒你時，藉著它可以把咒力翻轉回去。這就像打太極拳一樣，看起來好像軟軟的，然而它藉力打力，就打回去了。所以許多人不敢咒我。因此降伏、攝持都是靠著這個，得佛菩薩的加持，護法的守護也是這個。這個出世間的佛法，才是最高的佛法。出世間的護法，也只相信這個。世間的護法，只要有肉啊，紙錢啊便會相信你、護持你。出世間的護法，天龍八部，卻要能明白這個大體，他曉得這是真正的佛的精神，才會被你攝持而守護你。

所謂「神通功德」也是從這裡而來，即使現在不顯，將來還是會有。所謂玄門都由此來，因為有空才能有玄。你若能以法界為體，就沒有了私心，樣樣都是利他，你就不會害人。有空才能利他。有空就無我，不空怎能無我？無我，一切都是空，兩個其實是一物的兩面。以前講「空」的人，不曉得講「無我」，以為兩個不相關。其實這是一個東西。你曉得法界廣大，就不會執著小的私我；你明白三世，過去、現在、未來無盡，就不會只思想一時、一點。人若切斷一時來想事情，便有痛苦；若能把它延長或縮短，就不痛苦了。所以頭兩句就決定這個：「十方廣大無邊，三世流通不盡。」一定要先把這個做出來。你可以假想心中有一點，從那兒有一根橫線，讓它左右無邊的展佈，十方廣大無邊，其中沒有任何東西。三世流通不盡，在很多很多的過去中，看不到什麼是時間的死相；在很多很多未來中，也看不到什麼是時間的新生相。這根線的上下，也是無窮無盡，無始無終的。假若你是一個幾何家，你可以在這十字架上畫一個圓

球，這個圓球，就是你的法界。假想一下這個法界，它的寬廣無盡，多麼令人痛快、爽快。

你不要把時間切成一片段，當前就是一切，一切都在這裡。明天、後天的事，甚至死以後，死了一萬次以後的事，還有過去，以及現在的事，都在這裡。這就是說：「時間取當前，空間取當體。」不管它東西南北，今天、明天、這些方向、時間都是人訂出來的，你若切斷一時，或是執著一點，就是把這個大法界本體縮成一個小東西，就是作繭自縛了。若能把它放大回去，就自由、解脫、寬廣了。那就是無我的境界。一切都將是利他的。所以習此大定，先要把這兩句話想好。你不要想別的東西，光是想「無邊」，無邊以後還是無邊，雖然你所想的是一個相似的境界，然而藉此你就可以把私心移開，慢慢的就會和真的境界接近了。所以境界有兩種，一種是本有的，一種是修生的。但是修還是要修，因為本有的是證量本體。修生，才有證量的圓成。

我一生所用的心力、氣力，都集中在此，聞、思、修，一切精華亦在此；我從顯、密、法華、楞嚴、華嚴、禪宗、大手印、大圓滿中所得的經驗都在這裡頭。凡修行的人，都是依佛所指定的戒、定、慧三學。但這中間，有重修行的，其重在戒；有重知識的，其重在慧；卻少有人重在定，而得定功。所以幾千年來有成就的很少。雖然講「戒」的法師很多，如道安；把經說得圓滿的也不少，如太虛；但能把定功修得好的，就很少了。大家不注意這事，就連講「九次第定」都少有人提倡。殊不知三學中，定學才是最重要的。好此擔一個擔子，定學像是這擔子的中心支點，而這擔子的物質，都裝在兩頭，一頭擔著「戒」，一頭擔著「慧」。有定才能自然守戒而不辛苦。有些人勉強守戒，譬如那些守儒家禮教上的戒的。我聽人說有些寡婦，晚上睡不著覺，便起來散錢，散了又撿，撿了再散，直到天明倦了方能入睡。如此是十分辛苦而勉強的。若是有定守戒，就可以守得很自然了。因為定在「戒」上，便可得戒體。戒是有戒體的，普通人卻

只曉得戒相與戒用。有定的人才曉得有戒體；他有了戒體，就不在乎戒相，便能自然合乎戒相，而不爲之所苦了。這是就戒講。

講到慧，慧並不是看了三藏十二部就得著，也不是看了多種版本的藏經，或把各派、各宗的註釋、著書都看完了，便能得著。若把所有作品都看完背熟了，這只是「記問之學」——記著這書，預備來爲人所問。所謂「記問之學，不足爲人師」，是說靠記性來做人師父的，並不是個好師父。那麼智慧在那裡呢？它不是在文字上，也不是在詩詞歌賦，體裁佈局這些是屬文法。它是佛菩薩在三摩地中所證之真理。如果有人問你：「文佛在菩提伽耶悟的是什麼道？」「當時所證之無上正等正覺是什麼？」「假如你並不明瞭這十二句歌訣中所講的三摩地裡的東西，那麼稱得上什麼智慧呢？」

我先講這個大體，然後再詳細指出來；以上是專講三慧要以「定」爲主。

講到修行主要的工具。對於出家人來說，並不是三衣，也不是衣鉢。雖然釋迦牟尼的衣鉢，由迦葉看守要傳給彌勒，是一件很重要的事情，而那是一個宗教的傳統、家當的問題，與真正的修行沒有關係。修行並不是要有一個好的精舍或關房，也不是要有一個很好的山嶺、岩洞，還是排場，或是法、財、侶、地各種因緣合和。佛法是緣生的，樣樣講因緣，而其中更主要還是講「因」，「因」與「緣」有別。什麼是「因」呢？不是宿根好就是因好。並非活佛就修得好，宿根差就修不好。事實上，宿根差的也可修得好，宿根好的也可變壞。這裡有個例子：從前在重慶有個喇嘛活佛，生來滿身皮膚上都有很好的佛像，蔣介石曾經召見過他，獎勵他很多錢。他拿著這些錢，到處嫖，弄得滿身楊梅瘡。那些楊梅瘡長在佛像上，把滿身的佛像都爛盡了。

所以說修行的工具，不是要有好的精舍，好的師父，或道家提倡的所謂法、侶、財、地，這些都不重要，重要的是心，要拿穩我們的心，要了

解這個心來修。首先要瞭解「心」的意義。佛學上，出世間，還有世間上的心詞有很多，什麼是代表真理的心詞呢？經書上的「真如妙心」，「是心作佛」，「是心是佛」其中的心字，不能把它看作普通的心。而我們所說的法界本定裡，是以法界來代替心；法是一切法，心、物都包括在內。

在唐朝法順和尚時，中國還沒有修氣功、明點的密法，只有三大士修下三部的密宗，所以談不上「身」，都只是講「心」。法順就不同，他一開始就提到「身」，他的〈漩復頌〉頭兩句是「若人欲識真空理，身內真如還徧外。」他不用「心」，而用「身」，身是身體，是物。而普通講真如的，都只講心，而不知身心不二。就是法順以後的法師，講經還是只講「心」，其實身心都在法界裡，我們講真如妙心，便包括身在內。所以「情與無情共一體，處處皆同真法界。」唯識家只說：「三界唯心，萬法唯識。」其實法界裡的萬物，就連塵土都是佛。所以我們在修行的工具上，要把這個代表法界的心拿穩，了解法界便能放寬心量；隨著法界去

觀，才知道何為真如妙心。

本來所謂立德、立功、立言，身業（磕頭）、語業（讚嘆）、意業（觀想），還有八功德、七支這些修行路線，只有「心」能包括一切，是一個總樞紐。別的功夫，就如密宗裡的氣功，也是經不起病痛和死亡的考驗的。我們要把時間修行，就只有走我們現在所說的這條最短最快的路。其他路都要比這個長，就如大手印也要經過四瑜伽，若是得不到大圓滿見，則大圓滿和無死瑜伽都不能成就。現在，我把我的經驗說出來了。修行的人可以自己一步一步慢慢的去驗證。即使達不到即身成佛，至少也可以往生，它有消業往生的利益。那就是在最後觀完收的時候，先收到度母身上，再收到種子字，再收到「拉答」。不可不收，否則會有脫陽的危險。關於「收的方法」，以後會再講。可以收到觀音，或大勢至，或阿彌陀佛，只要是西方的本尊都有助往生。

「十方廣大無邊，三世流通不盡。」這是個基本，好像是法界的棟

樑。法界是無量的；宇（空間）、宙（時間）是沒有中心的。也可以說，點點都是中心。我們觀時，姑且先以自己的心為中心，修與收都是這個地方，但這只是個權巧方便，不要忘了我們所修的是一個「無我」的法界大定，要把自己忘得乾淨，不是自己在修定，而是法界自己把法界大定顯出來。所以「吾喪我」是確實有的境界。

當你把頭兩句話，沒有空間、時間限制的觀想，想到疲倦為止，覺得已經不能再高再遠了，然後進行第三句話：「於此無邊不盡上，自住、續住。」這個「自住」不是你自己去住，而是要讓法界自己住，這裡我們要曉得，修行有三個 Personalities，像是三個座標。第一個是真如法界，這個萬古常新的法界，是在佛菩薩沒有證得前就有的，謂之「本有」；第二個是修出來的法界，與真的法界是一模一樣的，謂之「修生」；第三是你自己本身，這個妄想是你首先要把它丟棄的。然後你要把修生的法界也化掉，讓本有的法界自己住。事實上，法界本定自生常住，而且是唯一的。

你無法修出第二個，你可以從修生的去認識本有的。但是修的似乎比原有的還多一個東西，多一重作用。

你若修一個阿彌陀佛，你這新本尊是要與老本尊合體的，並不能有一個阿彌陀佛。而事實上，心與心是可以相印，是合得起來的。所以《觀經》上說：「佛入衆生心，衆生入佛心。」因此這裡所謂自住的「自」是法界它自己，而它就是「十方廣大無邊，三世流通不盡。」

「續住」，就是這個自住印象在時間上的延續。當妄想升起時，你要回到法界本定上去，便謂之回住。所以第四句說：「有妄想，回住。」第五句：「無妄想，近住、伏住。」「近住」者，近乎此法界本定也。當你從妄想要回到法界本身時，近住要比回住更接近一點。「伏住」呢？不但是更接近一點，而對於在近住以後所起的妄想有調伏的功能，不必用力回住，便能馬上把它壓伏。這伏住並不是自己用力伏住，而是在近住時，你已看到法界本定的樣子，再要伏住時，一點點想動，你就看到法界本定愈

加明顯，妄想自己就消滅，調伏了。伏住持續一陣子後，便是寂住。寂住時感覺身體極輕安，好像沒有重量一般。經過寂住後，易有昏沈。這時就要提醒：眼睛鼓起，腦殼仰高，提起精神，有此三項便夠了。若不行，則提起肛門，咬緊牙齒，把肚皮向後縮至背上。再不行，則要下座經行、懺悔。假使這些提神方法引起眼、牙、肚疼，則寧可休息幾天，再繼續修此定。

如有寂住而無昏沈，便會趨入「最寂住」。它與「寂住」如何分別呢？寂住是本身的寂靜；最寂住則不但身體輕、靜。而且環境清涼。寂住好比是燈熄了，卻還有老鼠吱吱叫的小聲音；而最寂住則連這些小聲音都沒有了，就是天籟也沒有了。有些人喜歡聽天籟的聲音，這是不應該的，是會走入歧途的。最寂住之後是，專住、等住。「專住」是專住在整個法界之上。「等住」，是指你不必特別在那一點上去觀，即使身體動一動，或從任何方向、地帶都能觀成，即到處都是法界。因為時間、空間都是平

等的，三世都在法界裡，你便是住在這十方與三世裡，因此就沒有始終的道理，這好比水流，從無始流到無終，滴滴都是無終的，沒有分別的，就好像涇水流到渭水，渭流到涇，最後都在無邊大海裡，因此謂之平等，這就是所謂的正等正覺。

「如是等住，自生、自顯、自然。」你要深切地曉得這樣的等住是法界自己生、自己顯、自然而然的，是純乎其純的，不是你要他生、要他顯的。「如是自然，息住、脈停、心休。」這些完全是我自己的境界，我二十幾年前便有這經驗。「息住」是外息和內胎息都停了。當脈和心都停後，氣就到了中脈，中脈通法界。這時回來就要緊了，不能讓它一起散在外，若回不來，就是死了。

「如是心休，外內凝然一球。」會有外內一球的感覺，這就是法界。上下四方都是無雲晴空。「如是一球，充滿法界去！」「如是法界，一念萬年去！」當一念萬年時，便是成就無死了。這時間上的空更妙，不可思

議！

瑞妙法師問：虛雲和尚曾入定十幾天。此定與法界大定是否相同？

答：虛雲的那種定是小乘的定，是死水，是「止」，而不是法界本定。法界本定時，心還是清清楚楚的。

五、向田劉世綸、林鈺堂講解

講述及修訂 陳健民上師

筆記 田劉世綸女居士

錄音清稿 林鈺堂居士

密宗修無上瑜伽，依序須經四灌頂。惟甘布巴大師有傾瓶之法。貢噶師父曾向余介紹，實噶瑪降幢一派之特例。其法即不問有無條件，即先將大手印傳之。如不能修，然後依普通次序一一補足。其所著《摩尼寶莊嚴解脫論》(The Jewel Ornament of Liberation)本為一顯教要典。先由小乘介紹到大乘六度。到智度後立即講授六不教授之大手印。余曾著論批評其顯、密不分，蓋不知彼雜有此特別傳法也。

余赴匡廬依諾師求《仰兌》時，乃密宗中之最近似禪宗者，韓大載為余介紹，稱為第五度、為禪定。余否認之曰：「余求之禪那，乃禪宗，屬

智慧第六度。」諾師固知之，乃傳《仰兌》之口訣，囑余閉關修之。此亦不循普通四灌次序者也。惜乎當時韓大載爲首座不能辨之。

今此最高哲理，用最妙方法，使學人得到。縱然不能完全圓滿，亦可能摸到相似邊緣。今生不能成就，來世亦可繼續。否則如此渺茫大海，何處把撈？是故有宣示此「法界大定」之必要。其中何者屬大手印，何者屬大圓滿見，何者屬禪宗，講時當分別點出，此間暫略。

第一先要把握一個重大原則。無論何宗派皆重視把握原理原則。如密宗偏重觀想，唯識宗也重在五重唯識之觀。法界大定之能否成就，就是要把握這個原理原則：

「凡是一個最高哲理，必經過最嚴肅最深密之三摩地凝固力，即可由抽象的轉成爲具體的證量。」

所以本大定依然配修九次第定，務使三摩地凝固力能如法界增加之。一般修行乃在中脈上想住一點，必須三輪具備。但法界大定修法則不

然。初修即須三輪體空。其修法如下：

初住，須想十方廣大無邊。不是以自己為主去想，而是法界遍滿十方自想。須用空性無我去觀想。上座後，即將十方觀想至無窮盡，無邊無涯。此空間之無邊，全憑證得，非是看到。凡能看到，即有對象，便分主賓。法界確有，佛數數論及之。佛即在法界中，每一衆生皆有十法界。故《法華經》曰：「是法住法位，世間相常住。」即此之謂。觀想無邊十方，乃係向左右擴展，觀想三世流通不盡，乃係上下流通。時間亦無始、無終、無限。或謂時間即第四度空間，時間乃成爲空間之附庸。此乃世俗人科學家只重物質之故。實際上時間乃空間之生命。譬如我人之身體乃空間，呼吸即時間，故曰生死在呼吸間。無明緣行，此行亦是時間。所謂去後來先做主公，此來與去亦是時間。事實上無無時間之空間，亦無無空間之時間。故時間亦如空間，亦係圓的。非世俗所謂型體之圓，乃哲理之圓。物理之圓可以數計；哲理之圓非數目所能計，亦不能用數目理解。譬

如諸天所供奉文佛之獅子座以萬計。如《諸天讚》云：「八萬四千寶獅座，佛合爲一坐傳法」（見《曲肱齋讚頌集》）。此乃哲理之觀念，若依數計便無法解說。故法界之時間亦是無間的、無盡的。

空間指宇，上無頂、下無底、十方無邊；觀想初向左右擴展。時間指宙，初向上下觀想，上無始下亦無終。如飛來峯，何時飛來？來自何處？此即無始也。再如在山泉水清，出山泉水濁。此在山既無始，其出山故也無終。點滴水珠，綿綿不斷，不舍晝夜。是故空間是無雲晴空，時間是無邊大海，浪潮翻騰，無有終了。江淮河漢與海相融，不舍晝夜，輾轉漩復，週而復始，此皆是三世流通不盡之意也。

上面說能放，此後亦須能收。當知想此無我大法界，係法界自想。其無邊不盡，皆是法界法爾如是。如此想成，學人精神心態或逐漸不能荷負支持。此時便須收，收法如華嚴之主伴圓明功夫，收至本身法界中心，即左右放大之空間，上下放大之時間之座標。以此中心爲主，擴爲無邊無

盡，則可以達致無我空性，即是法爾之法界中心。

吾人當知修法界大定之方法，雖亦先觀想釋迦佛在頭頂上，對之恭敬祈求加持，然依法界觀同時也向十方諸佛祈求加持，也向三世諸佛，包括未來之彌勒佛，祈求加持。手結圓滿法界印，如平常定印，但使中間空處形成圓形。結手印之後也可將手分置兩腿上，指尖皆須觸腿（以後自見其功用）。目光或開或閉皆可。總之必須順其自然，不可做作。一切任隨之，不存好惡之情。如普通人習定，但求時長；此法但求如法，其長短順其自然。

十一月二日講第三句、第四句

於此無邊不盡上，自住、續住。有妄想，回住。

普通之九住定，乃用第六識，有能住、所住及住法（屬修「止」）。此法界大定則不同。在此左右無邊之廣大又廣大，至無可廣大；上下無盡至無可盡處自住。乃法界之自住，非能、非所、非法、亦非我自身。法界非能

住之主，亦非所住之賓，更非住法。亦非橫住、直住。乃整個無限之住，亦無客無主，亦客亦主，主客同體之住。

在此無邊不盡之住中，若感把握不住時，即須在不左不右不上不下之四圍中心上自住。此自住非此私我一身之自住，乃是在有動搖時假設一坐標而住於此，否則并無此中心。

此自住必須在聞思修方面有成就，係在聞思修之精華——正見上證得。此即真如、常寂光、圓覺、無上正等正覺……等。自住者，即法界自住，非我自想其住，已欲其住，或視爲住。非直住、橫住、或圓住。如了解〈漩復頌〉，便可說明其境界。到時便是「身內真如還徧外，情與無情共一體，處處還同真法界。」修此法界大定，必須把握此頌。

雖說自住，雖說是第三句，實際上第一及第二句皆是如是住。如此法界自住，則時間與空間皆無限。

此自住時間久暫無定。應隨時在法界中，自己與法界無二無別，亦即

第一句、第二句之總和。能如此便是證得果位。如密宗修行稱爲果位方便。顯教必須修至大乘之十八空。一如余所著之《遷識證量論》所說，有修頗瓦開頂者，有念佛開頂者，有未開頂而念佛往生者。雖第三者之成就不如前二者之果位，然亦已略知路程。果位必須能觀空成就，則本尊顯現，方是果位方便。故說修密宗較佳者在此。修法界大定當知即果位方便，所以自住非普通習定行人之自我住。

自住之不斷延續，便是續住。續住無特點，只是自住之繼續，只是必須時時檢查行者本心有無妄想。此種妄想亦與世俗妄想不同。世俗是關於我見及世事，法界大定行者自心之妄想，乃係觀察行者自心有無法界之想像，有則爲妄想，無則爲法界自住自續。此法界乃是廣大至高至下，無邊無盡，圓滿圓融，不由自己想出，乃由法界本身自顯。應由法界本身常將此大定保任即是法界自住，如是繼續便是續住。如失此法界之自行保任，而有其他想法，便是妄想，必須回住。回住者，回此法界而住。續住者，

續住在此法界之謂也。

法界向左右擴大至無邊，上下引伸至無盡，圓滿活動，如此而住。但是若感覺負荷沉重，可將此沉重拋下去，此為回住之另一意義，乃方便中之方便。法界大定之住，可在上下左右中任何一點住，因各處皆法界故。回住向下拋去，乃為對治疲倦。若疲倦消失，則又可回至圓法界之整體中，一如初住。須知初住與最後成就乃同在法界中。自初住及最後證量之成就，係一個整體。

如果精神有疲乏低沉，須加以調整。若發生動搖，則集中在此橫豎之交點上。此點非有何物，不過權作法界之一個支持點耳。

在法界大定中之妄想，乃是忘失法界，并非指其他妄念。世俗之妄想與法界無關。若世俗妄想不能去，則法界觀念不能提起，寧可下座經行。此法界大定必須以法界觀念為主基。

在法界大定修行中，到某種境界，智慧氣自來。來時不將迎、不抗

拒，任隨自然，總之務使與法界觀念相應。每個人之感應不同，故必須各人單住修行。如印度那爛陀修所，皆係單房禪床，修者各自單住。結夏亦係單住。平時則各自尋覓寂靜處所自住。今日之羣居修行，實為不當。因各人境界各異，個人感應不同，必須任其自然發生，必須使其不互相妨害，是故人俱應單居一室。

修至某種程度，氣相自發，將來自然發動，到時自知，莫懼怕，只要能把握法界之廣大無邊即可。如畢哇巴祖師得到六地境界大跳其舞，若有別人同室，豈不笑煞。有些人口水多，吞下作響，若有人同室聽了生厭，豈不妨害他人。所以習定一定各住各房才是。

十一月三日講第五句

無妄想，近住、伏住。

無妄想，不忘失法界之想相，即是近住。有無妄想，全視住法界之情形。如無動搖，則續住，可續至無限時間，甚至千萬年。如續住時心不在

法界大定上，即使短至一秒，便是妄想，即須回住，回至續住。然後通過上下直到最低停住。雖上下四方皆可回住，但以向下面較易。如上下寬廣皆圓滿時，則續住便可繼續。妄想消失便可向上提舉。此上下不僅是左右上下，乃係整個圓周之上下。以前所說第一句之左右，第二句之上下，皆為二度空間，乃係平面的。如此續住下去，則為圓周，逐漸更接近圓整法界，故稱近住。

近住者，乃接近法界之謂。

伏住：一般習定之伏住係用正念折伏世俗妄想。法界大定之伏住，乃是將法界更擴大高深，用以折伏幻像相似，冒充之近住法界。蓋近住之法界仍為暫時的、對立的，有如守門人向內報信，已接近法界。必須再擴充。須知法界有多層，層層轉深轉廣。愈高愈深，則愈廣愈大。使更深更廣之圓周法界，折伏初層淺近之法界，是為伏住。

寂住，乃是達到不可想像之法界。法界本身寂至不可想像思議，其廣

大亦不可想像。量之爲物，到達不可想像地步，乃因理想愈高，證量則愈深。

智生於法，悲出於智。智生於法者，所說法界大定乃從聞思修之結晶所得，法界大定包括《楞嚴》、《華嚴》、《法華》各經之精華。三藏十二部之精華亦在此。有法界大定，經可不必讀。因聞思一切修法皆在此中。智生於法，非由自己想出，乃由佛修證後所說之法而出。悲生於智者，憐憫衆生，乃憐其不能如法而住，非因人事關係或有其他原因而憐憫之。否則必著悲魔。必須記住，衆生本人仍各住法位，非不能成佛。如此則可以不著悲魔。故曰悲生於智，而非生於其他關係。

了解空，即知無我。了解無我，即知利他？無我利他。則悲智同時出生。了解法界，則知法位。知法位，則知成、住、壞、滅一一法位皆不可免。知成、住、壞、滅一一不可免，則不必著死急。早晚衆生皆成佛，又何必急。且世界宛然存在。滅後又生，十界宛然。衆生皆有法位，世間相

亦宛然，故曰：「是法住法位，世間相常住。」

十一月四日講第六句、第七句

寂住，如有昏沉，立即提醒。

無昏沉，最寂住、專住、等住。

在寂住中，若有昏沉，即提醒之。此昏沉非一般行人之昏沉，乃是法界本身經過續住、回住、無妄想，近住、伏住而到寂住，當法界本身自觀法界，逐漸疲於保持，不如初住、續住之清明，此乃法界大定之昏沉。此時便須加以提醒，非行者自我提醒之，乃法界之自行提醒。目上視、頭微仰，注視法界之上部，此為法界自然之提醒。法界一切極自然，來去取捨，皆極自然，無須行者注意。法界由此自然又回到寂住。若再昏沉，便另有其他自然方法對治之。如是再加提起，昏沉消失，而到最寂住。莫自我著想，如提肛、抵脊等，到時自然生起，是法界自然命之加以糾正。此事實為奇妙。當知自我之身、亦屬法界之一部分。

如無昏沉，乃更加擴大，而到最寂住。寂住如燈已滅，但仍聞雜聲。至最寂住時，即天籟之聲亦寂。俗人修定，耽於天籟、天樂，長此以往，便易入岐途。修本法果位法界大定至最寂住時，自始至終，天籟必寂。

「專住」則法界本身自然落於中心之一點，時間與空間合而為一。較前想像，更廣更泛者之範圍，似乎有一確實的法界本身，獨自坦露，然而並無其他能見之行者。此即由抽象漸成具體之感覺也。

「等住」則不僅在想像之法界中心，亦可在任何想像中之法界中心。此種境界極難獲致。

法界本身之無限空間，有無量無數之外、內、密、密密、四層。其中五大所含之微細單位，皆有其可想像之法界中心，皆是廣大，上無頂，下無底；各住法位。其無限時間亦復如是。如水之滴，水性陰軟，無始無終，滴滴下墜。大海所蒸發之氣，蒸蒸日上，上至不可名之飛來峯頂點，然後逐漸下滴而成江、淮、河、漢、海洋潮汐。水如是，火、風、地、

空，亦復如是。在此外、內、密、密密四層之層層包裹中，所有一切空間單位、時間單位皆有法界中心。非我亦非他。此一點可能為某甲，另一點可能為某乙，但皆是法界中心，無量無邊無數。凡修法界大定者皆有此中心，有此中心便有此法界。有此法界，便有法界總體；有法界總體，便有此法界據點。切不可私我割據此不割據之無我。任何據點皆可作主，餘可作伴。任何餘伴亦皆可作主。如是主伴重重，無我無他，此乃真實不虛。所謂專住便是專此而住，而非私我自己割據而住。

全體法界雖廣大無邊，與此中心并無大小之別，但使之住，隨任其住至何時。如有動搖即將此專住歸於法界中心。能于任何中心，皆住法界，即是「等住」。由此可了知正等正覺之理，乃是等量齊觀住。任何一點皆是中心，此是真等持，始可稱大總持。要證到時，自能了解。

十一月五日講第八句

如是等住，自生、自顯、自然。

必須注意者，如是等住，乃承接上述所有無昏沉之專住、等住。此自生、自顯、自然的三個「自」字皆代表法界自己，而非代表行者自己。

對於自生、自顯、自然三者之差別，必須了知。此三者乃蓮花生大士教授移喜錯嘉大圓滿時數數提及者，但蓮師對此并未詳加解釋。

以下說明乃基於自己修持之經驗。

自生乃就形狀言，自顯乃就色相而言，皆屬物理狀態；自然乃就無色之心理狀態而言。三者之分別有如三界。自生係指形狀，如長短方圓等幾何形體。自顯則為顯色，如五色。自然乃屬無色。自然本來無色。以七色板為例，如轉動快速時，只是白色，無其他色，此即自然無色。但其本身原有七色，是即顯色，乃為自顯。而此七色板之形狀則屬圓形，是為形色，則為自生。此三色同為一板正如法界同一體而有此三相。

法界之如是等住，乃法界本體令其如是。其自生，乃法界之無邊無盡之想相。自顯乃法界自己想相而自顯其森羅萬象。其一切動搖乃法界本體

令其自然然而然。此皆法體之自生、自顯、自然。一切皆莫管他，在最初只觀想其橫、直、圓球、并無其他觀想，何以有此自生、自顯、自然之差別？乃因等住繼續甚久後，法界自然而顯現圓滿。使其自然而然，較前更光輝，純乎其純。此亦非法界所造作。因法界有上、中、下不同之位置。如是等住時，法界仍擴大推廣其無盡無邊。自生乃想其高，自顯乃想其廣寬。有如人體，自生在頭頂高處，自顯到達腹部，自必寬廣。然後自然落在圓球之外之底端。此即法界自身亦不用功去想，自生定會推廣而到自顯，如圓球之中部寬廣，然後達到圓外之底，就表示全體已顯露完整矣。如是等住而有上、中、下位置之不同。修行到此時，自會感到。自生時一定自生，較等住更明顯。自顯時，則更廣大、更明顯。明顯到極明顯時，自然落于一個完滿整體矣。此三位置并無明顯之界限，乃自然發生。此皆證量，實不可思議，汝應自加體會。汝（指世綸）前日之報告，自翱翔而自然下降，乃是淺面的經驗。但因之可以略略體會此深層面之自生、自

顯、自然之升降也。

十一月六日講第九句

如是自然，息住、脈停、心休。

如是自然乃接上述之自然，而實包括上面之自生、自顯與自然三者，三自非僅自然而已。

得到該總體後，個人境界不同，而非人人盡同。現舉一例，乃係普通之現象，同固不必喜，不同亦不必懼。

如是自然顯現時，則息住、脈停、心休。息住係在法界息住。至此，世界宛然。此宛然世界亦包括在法界內。在法界總體內，一念三千界，三千界在一念中。須知息在輪迴中，亦在涅槃中；但很少人能體會之。法界乃包括時間無限及空間無限。息與時間無限更有密切關係。息之爲物，釋迦牟尼進入法界大定時，無法告訴，即吾人得此大定時，亦無法說起，因時空無限故。此即寒山所謂「教我如何說」也。

世間一般修行，對於息，皆教導囑咐觀看之，守之，數之，此乃指外息而言，非指法界整體之息，但亦不是非法界。法界無始亦無終，最初及最後之一息皆在此法界中。其中有最重要之樞紐即佛說唯人始能成佛，人自光音天來，能直立，故有中脈直生，畜類橫生，其中脈亦橫生，無法成佛。脈是有為法，而中脈卻為無為法。此皆不得已而建立者。其中有三個大樞紐。人修行必須先回到天身，再由天身到佛身。故人之修行必須先停外息。外息停而有胎息，即內息。胎息停而得到中脈息。中脈息即法界息，乃中脈的時間之宙與法界通。一切時間方面之生、老、病、死，成、住、壞、滅與新陳代謝，皆此宙之運轉。體、相、用、本末究竟皆由於宙之流轉運轉。如《無量義經》之生住異滅四如及《法華》所說之相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟，皆是此宙之息，亦即此中脈之息，亦是法界之息。乃橫通一切，無始無終。所謂息住，非法界之息停，乃息住法界本位。

開始時，息須細、須勻，然後外息住，而後得胎息。胎息與道家胎息相同，在臍部呼吸。胎息停則中脈息始。臍部乃中脈之口。中脈通，則與法界相合。

息住者，息住息位，息住本位，息住法界本位。此即法之生、住、異、滅如是，乃至《法華》之十如是，皆是動的，而非呆板不動。法界之息不僅有生、住、異、滅，且有新陳代謝，但皆以法界為主。得法界大定後，雖外形一切如常，但卻以法界為主，乃有不生不滅之境界，亦即無住涅槃之境界。

修息住，於觀息住時，須記住一點。如是自然，想像此整個法界落在圓球下面，乃法界息住。係用法界之眼注意肉體之鼻孔，可以體會此息住，獲致此息住，但不可期待之。此乃余由想像而證入之明境，非必人人如此。但修行者若能以如是法界，如是自然為主，稍加注意此肉體之鼻，乃修行之微細方便，但不可故意注意之。此時有機會使法界之氣回到法

界。雖回到法界，但仍須使用鼻息，必須借此門路走，只須稍稍注意之即可。如此時有甚多氣息進入，則盡量擴大，向法界擴大，此即法界之氣息進入，此乃金不換之經驗，極為珍貴。

修心須修到「心到氣亦到」。大手印之修行即如此，此即心氣不二。脈停。息住則脈停。脈停非中脈停，乃指脈搏停止。余於法界大定時，即有脈停之現象。停時，法界本身更清明、更廣大、更明顯。如有特殊之量，如身在水晶宮中，此與自顯相應。脈停時，此上、中、下之圓球，有如水晶宮之清涼、爽快、舒適、廣大，實不可思議。此時自然不能見到自己身體。在此以前，有時身體亦會消失，但至遲到此時身體一定不見。因此身乃總脈，息代表時間，身代表空間，總脈至此亦停止。

心休，此心非指肉團心，乃指法界之心，乃法界忘記法界。法界自己丟棄法界，此之謂心休。到此境界，以前對法界所感覺之寬廣、之累人、之疲乏，至此全無、全休。法界忘記法界，法界自休。故此心乃法界之

心，亦即真如妙心。至此全休、全了，此即無修瑜伽，此即清淨法身，亦即常寂光。說來容易，做起甚難。雖難，但非不可能，如響斯應。心休時亦即禪宗所說之了處。

十一月七日講第十句、第十一句、第十二句

如是心休，外內凝然一球。

如是一球，充滿法界去！

如是法界，一念萬年去！

如是心休，接上面所說息住、脈停、心休。既是法界，何以有外內之別？此心休屬內，乃自己本心，自然而然，純乎其純之法界。須知光有子、母二光，須使配合。子光乃自己修出之光，屬內。外乃法界本身之光，外光更寬更廣。如是心休，外內凝然一球，即內部心休之法界與外面法界凝固、固結，成爲一個整體不可分之球。

如是一球，充滿法界去。依此語，似乎另有一法界。如此說法似極爲

矛盾。須知過去所說法界，雖說觀想十方與三世之圓球，但實際上對空間法界觀想較時間法界為多。此凝成一球充滿之法界乃空間法界與時間法界合體之法界。二者雖能分別，但如用言語區分，極難說明。試以照相機為例。一般相機皆可照遠方，但照出後，雖遠卻似近。新式好相機，則可將遠方照得更顯遠些。時間法界與空間法界之不同，因空間法界有窒礙，不能十分輕鬆、活脫，若加上時間法界，使二者相合，始能活脫、圓融、清明、無礙。故有感覺更為遠大之像。

譬如地球之自轉與公轉，所謂公轉亦是地球之自轉，不過公轉較寬廣，以是而有一年之形成，此乃時間上之關係。故科學理論有時可以用來解釋哲學的理論。

如是一球，充滿法界去。此法界乃時空融合之法界，乃究竟法界，乃圓滿法界，乃時空無盡無邊之法界。雖說修此法界大定是從空間與時間起手，但初修時仍著重在無邊之空間法界，因此而將法界分判為時、空二

者。今日所分講兩法界，空間法界乃上無頂，下無底之空間；時間法界則爲上無始，下無終之時間。二者實在是同一法界，同一圓融究竟之法界。圓融充滿究竟之法界，始能說：「如是法界，一念萬年去。」

古人將一念、萬年皆作時間看。一念乃剎那。一念之間即有三千大千世界。其實此一念在心中，便是空間，即有座標。一念可以爲任何一點萬年去，亦即任何一法皆可萬年去。

所謂三世：過去并未死，因過去無死相，故有萬年長青之說。過去可以回憶，古代并未死。古代之化石，古代之礦物，現仍存在。未來并非新來。現在也不孤住。是故三世無限制。譬如現在說話，纔說便已成過去。三世皆是相對的。今日爲昨日之明日；今日也爲明日之昨日。故今日、明日、昨日皆非絕對；非絕對，便是空。

此時空相合之充滿法界，乃無限的、圓轉的、活潑的、有彈性的。所以余常用三F加以說明。此三F即 float 浮動。free 自由及 flexible 彈性。

此三F皆說明此圓球乃圓明的、圓滑的、圓活的、圓動的、圓滿的。此等皆爲此充滿法界之特性。其中時間較空間更活，蓋空間仍有三度之限制，而時間則全無限度。

是故一念萬年，萬年一念，一念萬劫，三世一念。所謂初發心即證菩提，蓋初發心與證菩提，二者皆在此法界中。此即是法住法位，真如常住，世間相常住。生、住、異、滅皆住此法界。生、住、異、滅皆如是生、住、異、滅。是以此法界好圓滿、好微妙。

必須先有凝然一球之修證基礎，始能充滿法界。凝然的功夫甚難。有如好照相機，必須能照遠、照清楚，須用科學加以說明。唯有修者將來見到空性時，自當明白。此法界較天空更清明，更廣大。上無頂下無底之空間法界可以無雲晴空比擬之。上無始下無終之時間法界則可以無涯大海比喻之。無邊大海，前後左右無涯。此水在過去自每莖小草每滴露珠蒸發而起，遇冷而降，逢塵混爲雨滴，化爲雲海，化爲潮汐，雖名稱不同，而皆

爲蒸發之水。因賅果海，果徹因源，乃係整個的，無始無終的。飛來之峯外更有峯，降下之海底更有底。

修此法界大定時，空間以點點爲座標，時間以滴滴爲準則。點滴相融，譬如落雨時，水中即有灰塵，此即如時空之相融。

以天喻空間，以海喻時間，其中有密宗之理，有陰陽交合之理，有軟有硬，有雙運之理。

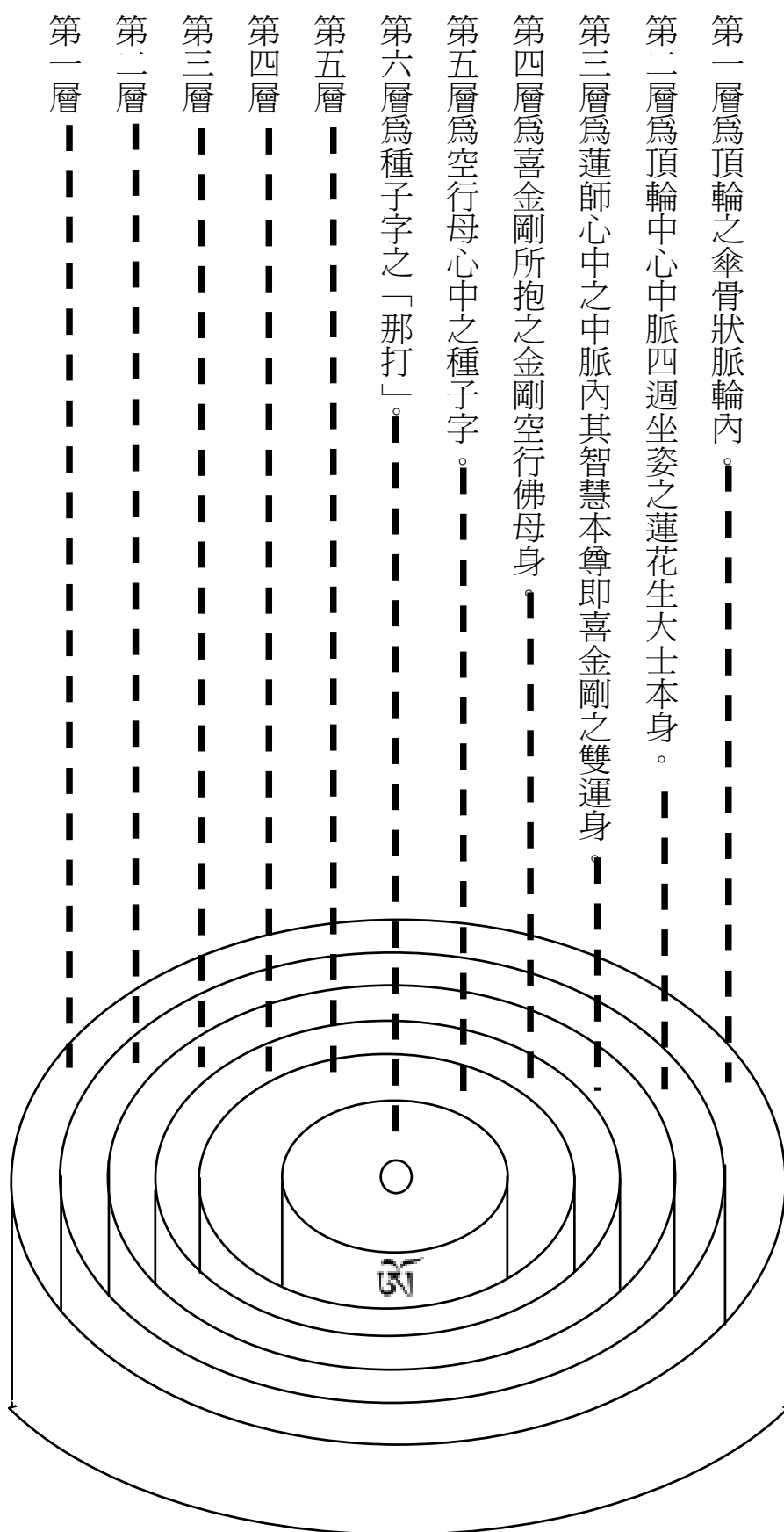
修時間不成就，則不能圓融。然如水滴石穿，終有一日成就，可以體會時空之圓融。

收法須看個人功夫而定。如有人只願收到修成之本尊而已，亦有人願收入無上部圓滿次第雙運之本尊。個人境界不同，今且照甘布巴大師之法，傾瓶說出，教示全部之收法。以後數日，即講收法。

十一月八日講收法

先看五輪收法表及五輪六層圖，圖表在次二頁：

神通	種子牢	五智	空行	金剛	上師	五輪
天眼通 天耳通 五眼通	爲一切天部神明頂戴敬禮之相、莊嚴相、首領相、頂光圈相、廣長舌相、能因、一切不可得之因、一摩地、橫生四喜、直生四小、大、密三乘一切功德。中含大拳之方口相、卅二相切聲字實相、五十一梵字喜之樞紐。中占多數。一切佛之身業。總、一切陀羅尼之母。一切佛之智慧。	大圓鏡	金剛部	喜	蓮師	頂
四無礙辯	爲一切空性種子、一切一切佛之三昧地、首楞一切佛之功德、之戒律。一運事業，如馬陰藏相及九陰、九陽山之變化及各家大成就之妙通等。除障力、延壽力、迴遮力、守護力、防範力。	妙觀察	蓮花部	大幻化	密勒日巴	喉
他心通	法界體性	金剛亥母	勝樂	薩迦巴	心	
宿命通	平等性	寶生部	密集	宗喀巴	臍	
神足通 無漏通	成所作	事業部	大威德	畢哇巴	密	



收之運用，在開始時只用簡單之方法，因為初修法界大定并不能真正做到放得很廣很大，則不需要收。

余之修法，係由無雲晴空修大手印，有大圓滿之見地。修大手印最後與無修瑜伽務須配合。不論其顯現與否，余即坐在無雲晴空上。但此無雲晴空不是由想像力與正定力放大而成的。

以後在參考顯教《華嚴》十玄觀、《法華》之如是觀及《首楞嚴》等之觀想上，常常尋覓其相似點。故修時皆根據此原有之三經。最近幾年所寫關於三經之論文，極為順手容易。幾乎一個早晨即可成篇。此三經乃中國最重要之經典。《法華經》最重要之學派為天台宗。《楞嚴經》無專門學派，但歷代國師，尤其唐朝之各位國師皆極重視之。但談「《華嚴》十玄」及論「《楞嚴》二十五圓通」者甚少。從無人曾明確指出楞嚴三昧地或楞嚴大定。著述雖多，不過輾轉抄襲，使後來之修楞嚴者摸不清頭緒。談到楞嚴之重要點，說出來則不值一文，其要點只是知各種陰魔如何而來，與證三

摩地無關也。

所寫關於《法華經》，論及天台諸大師，彼等所說皆是廢話，而非玄義。即智者大師其終生功夫皆在《六妙法門》及《摩訶止觀》。其編輯功夫甚大，雖有勞績，而無功績。因其並未指出《法華》之重點。亦未指出《法華經》與《無量義經》之關係。《無量義經》乃《法華經》之母。《無量義經》舉出四如，《法華經》所列舉之十如，係源於《無量義經》。然《法華》之十如，不僅包括體，且亦包括相、用、因果，乃兼時間之如。

必須先了知法界，始可修法界。不了知，如何能修？修無雲晴空，就修四種灌頂而言，乃第四灌中之子光與母光會合。此即法界，即我等所談之法界。我等所談說之法界乃本有法界。因法界大定乃修本生大法，若不知收回，則可能即此涅槃。余曾於修此大定時，幾乎死去。須收之理，即在此。余修頗瓦及氣功之五大，修至識、氣、五大集中持命明點時，見到死相現前，自己有將死之感覺。雖從無人對此有教示，當時卻能知機應

變，立即以遍行氣將此集中之明點分散手指、足趾上，而得不死。此皆由自心依法理推想出的，因命氣集中肉心，其放開，必借遍行氣散于五指及五趾。由此推出，故能救出。此本有法界發展至極致，便是涅槃境界，故必須收，否則便即涅槃去。

茲再將一念萬年加以補充。一念萬年之圓球，其無頂無底者，為無雲晴空。其無始無終之圓球，則為大海。每一點，每一滴皆是單位，皆可為坐標，皆是法位。此外、內、密、密密之四層，內外融合。左右為空間，有如天空；上下為時間，則為大海。每一點，每一滴，無一無法界之處，無一有我之處。我相、人相、衆生相、壽者相皆有，但皆是法界之四相。故自生、自顯亦法界之自生、自顯，非私我之法界。法界無私我。大與小皆是法界，是故大小可以互容，然皆無私我，因其性質皆空。然非無我之言說，如佛說我證如來，此乃佛之法身我，非其私我。每一點、每一滴皆相同，盡虛空，遍法界，皆是法界。故是法住法位，世間相常住。世間相

即是出世間相，皆得常住。過去、現在、未來，皆是此法界中三世。四相皆在法界中。

因開始修證者，即為果位證量，故修時先放至全法界，是以收時亦須自極遠，無邊之邊，無頂之頂，無底之底收回。如走路索地圖，必須看清楚，步步看清，步步逐漸走來。觀放時是向很遠、很高、很低各方面放大，如在鏡上呵氣，形成等呵等滿之圓膜。故收時，亦如鏡上氣膜之等縮漸消，故須等縮漸收。并無左右上下漸漸分別收回之相。生起次第之收回是普通逐一收回法，圓滿次第則如魚躍水面，乃全身頓然顯出，此是法界收回之代表，而非代表本人私我。如此則可瀟灑自如，放鬆四肢下座。此乃最簡單之收，詳細者何處收何者，以後再述。坐時最怕干擾，不可急收即下座，故寧可提前收若干時，然後座上休息若干時，然後下座。立收立下，必出毛病。收時不僅收拾自己之觀想，甚至可收攝法界之證量，要看收者定力如何！

十一月九日講廣大之收法

吾人先須將法界一詞了解清楚。法界乃包括十法界，乃無所不有。出入輪迴、成佛作祖皆在此；無明系統、明行系統亦在此；佛乘、大、小乘、一乘、密乘皆在此法界。所觀之法界既無所不有，所收之法界亦無所不收。

其中最重要之事有三：一、消極方面，須避免魔障，莫使入魔法。

二、佛之法界亦在其中。不僅釋迦法界、《法華》法界、《華嚴》法界在其中，即未來佛彌勒法界，過去古佛法界、一切古佛、一切未來佛法界皆在其中。三、如何利用此所有佛法界，攝持此諸佛法界，如何收此佛法界，得到明行系統，避免無明法界及魔障法界，而能清楚了解因、道、果之關係。

因時間法界、空間法界皆在此法界中，故皈依十方三世一切諸佛法界。每每有人懷疑何故皈依尚未成佛之未來佛，皆因不知「無盡」之道。

此十無盡：佛願無盡、衆生無盡、智慧無盡、佛法無盡等，皆建立於法界中。前所述之觀法皆已達到并包括此十無盡法界。其中空間如晴空之無爲法，時間如大海之無爲法。此無頂無底無始無終之時空法界，皆包括三世，無論已收未收皆在其中。每一點、每一坐標、每一法位皆有價值，皆相等，皆相引，皆相通。如科學講地心吸力、萬有引力，僅能舉出此爲牛頓所說，唯列出一些公式，但并未能說明此吸力、引力之來源及其理由。僅說明其互相吸引之現象，而不能說明其所以然，反斥責哲學爲迷信，實乃科學之迷信。哲學則可以論及萬法圓融，如海水，滴滴皆鹹，滴滴皆濕，萬法之相吸相引，乃點點皆是，滴滴皆是，此即《華嚴》之主伴重重、主伴圓明，平等平等。世間事則無如是之平等。其間無大小之別，必須相信：空間當體即是，即此十方，每一坐標，皆有衆生，皆有軌跡，皆有法性，皆有德相，皆有吸引，皆有法位。生、住、異、滅在此，相、性、體、力、作、因、緣、果、報、本末究竟、皆是如是。故曰：「是法住法

位，世間相常住。」時間則取當前；當前即是一切時間，當前即是三世。是故經云「一時佛在」者，此一時即一切時，亦即一念。一念照入於多劫，一一念劫收一切。時處帝網現重重，一切智通無罣碍。

時間之滴滴，空間之點點，此無限法界乃相互圓融、相互運轉，無始無終者也。所苦者，乃將私人我見加入補特伽羅其中。我見一加入法界，便多苦惱。法界之本身四相儼然，我相即法界之本身，人相即法界中之每一個體，衆生相即法界之團體，壽者相即法界之相續。四相儼然，四相如是在法界中。故曰：「是法住法位，世間相常住。」若將世俗之我見混入，則將法界錯解。無我見者無私人本身之私我之見、薩迦耶見，則知法界本身即是法界之我，即是法界，即不會有錯誤。

因此說大說小，皆是人說。觀想時唯恐其不大、不廣、不長、不久、不盡、不遠。但收時則唯恐其不小，亦不必怕其法界本身之我，蓋每點皆有法位。

此由最大變至最小，其間之變化，即是五大與五智。故須了知空間之五大，乃硬性的，點點皆是。時間之五大，乃軟性的，亦有五色，滴滴皆是。此軟性之時間與硬性之空間，互相融合，如蛋中蛋黃與蛋白之相抱合。

在此廣大之收法中，首要在將廣大之法界變為小點。先將五大變為紅、黃、藍、白、綠、五色之小點，一層一層，互相圓混。雖然修時不將此身存我見，但下座後，此身仍是一個坐標，仍是一個法位。雖不作私人之我見想，但仍須將此我作為一個法位看。必須知道了解此種微細差別。故釋迦說唯此一乘，而又說三乘。此三乘何人在乘？既說一乘，又何必說牛、說鹿、說羊、說露地白牛？天台宗各大師於此極少加以說明。雖說文言可以隨類而解，但當時未退席之羅漢雖了解一乘，其對三乘又是如何看法？此即見地上之最重要處，必須了解清清楚楚，無少許疑惑，則收時便有把握，便為可靠。

須知此點點即是牛車、羊車、鹿車，每點皆是法界，皆是露地白牛，皆是唯一乘。此天上天下唯我獨尊之我，亦即此一點。若有人將此獨尊之我視爲私人小我，即是謗佛，便會墮地獄。普通學者皆號稱二諦，但文殊以劍脅持佛，使說到底是一諦或二諦，文佛答以非一非二。然宗喀巴則力主有差別之說，故主張牛必有二角。幸臨終前曾懺悔破壞紅教大圓滿見之罪，始能於中陰身成就。宗喀巴所說牛有二角，不知此二角皆在牛之一頭上。此些微差別，皆可成誤解。故於見地上必須了解清楚。紅教之大圓滿見即法界本來清淨見也。

如知道點點皆是法界，則點點即可如是收回，則點點皆可得到，皆可收到，是即主伴相資，是即「是法住法位，世間相常住。」故十界宛然，十界乃一界。故佛度盡十界，十界依舊宛然。佛必須度盡十界，始能成佛。在度盡時，見衆生皆各在法位，各歸法位，俱在此法界中。輪迴如此，無明緣行如此，生老死如此，果報亦如此。不但可收五鈍使使之昇

華，亦可使五利使昇華，身見、邊見、邪見、見取見、等等見皆可使之昇華通達。



五輪之收法

收回：先收回點，先使法界成爲小點，與放大之觀想正相反，此小點愈小則愈佳。此乃收之基本原則。

我人之身體，即如此皮膚，依生理學家分解，便有數層。其各層之形狀、名稱、與作用，皆不相同。皮膚尙如此，更何況此臭皮囊？雖說不值幾文錢，但有其不可思議之奇妙。

密宗謂頭上有頂輪，三十二輻如傘蓋下覆，喉輪則有廿八（或謂三十）二輻仰承。密宗所說經典，皆報身佛所說；各本尊法，皆是本尊自說。顯教所說者名爲「經」，密教所說者稱爲「續」。一即 Sutra，一即 Tantra。「續」或係本尊自說，或從天降。下三部密法則爲龍樹開南天鐵塔請出。無上部，如蓮花生大士被迎入宮中時，空中雨《喜金剛》之經典。密法在印

度爲婆羅門教排斥，那爛陀寺即遭其咒語焚燬，因之寺內顯教經典全燬，唯有密宗無上部之《密集金剛續》，火不能焚。玄奘至印度時，未學密法，僅學得唯識。須知密宗無上部中諸本尊皆是報身佛。報身佛俱現居士相。釋迦乃化身佛，故有髮髻及著三衣。報身佛則天衣、綢裙、雲肩，著五佛冠或五骷髏冠。佛法傳統俱如是說。

密法所說生理上之身體，并非顯教《俱舍論》所講之生理情況。密法裡，頭部有頂輪，此頂輪有卅二輻，作傘蓋狀下覆，其中有中脈。中脈之內有極微細之物，種子字亦在中脈之中。「那打」（即  上端之 ）即種子字最上端一部分。

頂輪共有四層：一、最外層爲明空水泡，乃表空性。清明、透亮、空洞、并無肌肉。由於修大乘空性，又得密宗灌頂，始能知道修瓶灌時，始知修生起次第，始知此最外層由水泡做成。第二層乃卅二輻輪，此輪由中脈發出。此第二層乃在中脈以外。第三層爲中脈本身。第四層乃在中脈之

內。





收時觀想自己上師，如小白點結集成上師之形相，如拇指大，不可大於拇指，坐於卅二輻輪之內。以中脈為中心，但不在中脈內。中脈內則有外面所收入無上瑜伽之本尊大樂智慧身雙身相，更為微細，其所收之點，皆是白點。一般所收者多為喜金剛，藍色。在中脈中最微細之點即喜金剛之妻，及其種子字。其「那打」放出之光即大圓鏡智，其中有不動明點。明點在頭上共有十六個，八個是依序降下來的，八個是留在頭上不動，故稱不動明點，乃保持生命的，動則生命危險。如知保持此不動明點，則可長壽。是故觀喜金剛之妻之種子字，「那打」微細八明點，此即是生命。所放大圓鏡智之光，此即上行氣。由此保持生命，可以長壽。天眼通、天耳通皆在此頂輪發出。

十一月十日講五輪之收法


頭上之頂輪通，則餘輪俱通。此頂輪之種子字為



(噶)，乃總攬

一切諸佛之光明，諸佛之大體。由此輪發動，則可領帶一切佛法，乃有領導功能，故稱頭領、首領。其第二輪之功能為空性之總體，其種子字為  (阿)。「阿」為一切諸法不可思議，一切諸法之空性。「阿」乃佛之最高哲理，佛法除「阿」字外，無他。若欲知佛法之空性，必須知「阿」字之深義。五十一個梵字及四十二個梵字之哲理，及其「不可得」義，皆從此「阿」字出。得此「阿」字，則可以得到及把握全部佛法哲理。「阿彌陀佛」之「阿」乃不或無之義，亦由「阿」字出。短音「阿」即 ，長音「阿」則加「」字在下而成 。長音者為動詞，短音者為名詞。長音「阿」出于短音「阿」。

頂輪之十六明點，其中八點不動，其他八點順序每次二點分別落於初、二、三、四喜中。若不知節制，即脫陽而死。貽害甚大。故余自拉薩回到四川，應邀演講時，向聽眾勸告：「最好修淨土；若習密宗，極須謹慎。」

字在喉輪乃一切空性種字；一切諸佛哲理之中心在此；四無碍辯亦在此發通。

心輪爲命氣之所在，在心輪之「那打」中，即是八識所在處。成佛、流轉、往生、種子字之明點及諸佛之哲理皆在此輪中。此乃法界體性智之中心。此即一切佛之三昧地中心，亦爲《法華》、《華嚴》、《首楞嚴》諸經之三昧地。乃直生四喜、橫生四喜之樞紐。直生四喜者：拙火自海底至臍輪爲初喜，至心輪爲二喜，至喉輪爲三喜，至頂輪爲四喜。橫生四喜由外至內四層乃指女人而言。因密宗經典皆以男人爲主，極少談論女人之修行。心輪亦爲五輪脈結之中心，故心輪最難開。心輪若開，他輪則易開。心輪亦爲修心、修氣之最重要處。修心須三昧地修好；修氣則須將心之脈結打開。日後證法身佛，亦即經過此輪。

第四輪爲臍輪，係功德輪，主要在守戒。如台灣苑里無名大比丘尼，不食煙火已數十年，唯以大悲水佈施。其戒行與功德皆無與倫比，故可觀

想之於此臍輪。

功德之主要在守戒，無戒即無功德。大、小、密乘之戒皆須守。人或以為余修密，即不守戒，實則余極重視戒法，曾將《蘇婆呼童子請問經》及《蘇悉地經》中所教誡之文，加以整理編成戒條，已印行中、英文，日後將出戒律專冊。小、大乘有別解脫戒、饒益有情戒，攝善法戒。密乘除十四根本戒及八蒙母戒外，亦尚有五佛、五空行等戒。禪宗亦有戒。「無實、廣大、獨一、任運」，余認為即是禪宗之戒。念念皆須不忘此四要點，否則犯戒。各戒皆應知道清楚，始能生起功德。諸佛之功德皆在此輪。修時便修各乘功德。毗沙門天王及韋陀菩薩皆守護此輪。佛、菩薩之家當即在此，故釋迦說佛圓寂後，以戒為師。一切戒、一切功德皆在此輪。此輪為黃色者，密集金剛即在此輪。

第五輪為密輪，諸佛顯教之事業即在此輪。密法修事業手印亦在此。馬陰藏相、雙運事業、空行母之攝持、防範痛苦、防範魔障、防病及守護

身體皆在此輪。不空成就佛及佛母亦在此輪。

消災延壽亦屬佛事業。藥師佛之十二願王、十二神將，從全法界之每
一點，自十二個方向收回至此一輪，然後發至三脈，而後至廿四脈，而後
五輪，而後七萬二千毛孔，每一毛孔皆有十二神將守護，如此則不會受到
傷害；即使被咀咒，咒者將自受其害。

附：答田劉世綸、林陳琇瑩所問

解答

陳健民上師

筆錄

田劉世綸女居士

錄音清稿

林鈺堂居士

田劉世綸在十月卅一日下午如法修行，在理解上有三個問題發生。十一月一日向陳健民先生請示，蒙解示：

一、問：所謂凝固之想像，乃是收，而觀想十方廣大無邊，乃是放。此一收一放之間，如何調配？

示：此凝固之收，非一蹴可成，乃數十年之功力。所講授者，是此方法之原則，先修十方廣大。凝固之收，乃是證量，此與他宗之止觀相同。事實上，修第一句「十方廣大無邊」，亦是證量，此種修法亦可說果位方

便。

九住法非僅小乘修習，即外道亦修之，乃係修行共法。修此法界大定亦配用九住之故，蓋以一切修行，皆須從最初開始。如欲存鉅款，成爲鉅富，必須以一元爲單位，自一元開始，而後累積成萬億。但一元及萬億皆是錢。此共法之九住，與最高大法皆是法界，乃無始無終者，亦是全始全終者。乃因果不二者，因賅果海，果徹因源。此第一句係將法界想像爲無邊乃至圓成一球。此法界本身本自廣大，非我私人自想而成。故爲果位方便。

然後想第二句「三世流通不盡」。此乃直線的，與第一句所觀橫線交互處成一中心。此中心既非能觀，亦非所觀；既非我私人之自心，亦非他法界之自心。總之不可以第六識去揣度。譬如地球之自轉與公轉，何處是轉動之軸心中點？又如轉動七色板(Newton's disk)，轉時七色皆隱，唯顯白色；停時七色分明。又是如雷電，先見光閃，後聞雷聲，因音速較光速

爲慢，但事實上乃同時發生。而法界光波即是心光，則不行而到。故此第二句自無始至無終，乃上無頂，下無底，上下皆無限。

在空間言，當前中心，自東看爲西，自西看爲東。在時間言，今日乃昨日之明日，今日亦明日之昨日。此種理解皆當由修證實際出現，不可用第六識思量。譬如華嚴諸祖，除法順外，皆未見道。即法順亦只能見到事無礙，僅能解五鈍使。必須證到理理無礙，始能治五利使。從東望西，由理望事，故推出理無礙、事無礙、理事無礙、事事無礙，故能昇華五鈍使。余再從西望東，由事望理，推出事無礙、理無礙、事理無礙、然後理理無礙，故能昇華五利使，而法界之圓說完滿矣！

二、問：三世流通不盡，應如何觀想？

示：釋迦先講《無量義經》，然後講《法華經》。《無量義經》提出成、住、壞、空如是住，皆屬時間無限。《法華經》則講十如是住，包括時空。必須觀想：過去未過去，未來不新生，現在不孤住；三世宛然同在。

法華會未散，彌勒已降生。法界包含一切，有如吾人已到家，又何分別遠近之有？事實并無來去，即是三世流通不盡。運用流通，必定圓融，必定靈活，必富彈性。

三、問：觀想十方廣大時，每多境相。應如何處理之？

示：十方不夠廣大，故多境相。須再加擴大。袋子空大，則一切不顯。使萬物各住法位，法界即成圓空，其中無個體，無我無他，則境相自不起矣。

十一月三日講第五句時，田劉世綸、林陳琇瑩所問

一、田劉世綸問：初習此觀想時，向左右或上下皆感覺是平面發展，頗為不適。昨日上師指示〈漩復頌〉，始了解此法界大定與前年上師所授華嚴六玄門近似，彼時即曾作圓周觀，乃立即觀想十方圓周，立感順適。只是我見能所不能拋卻，隱約中在圓周中存在。此次聽了深覺要法界本身自己生顯才妙，不宜有我在中操持。

陳先生指示：此有我者乃是用第六識觀想，其圓僅在方寸間，必須加以擴大昇高。凡人說頂天立地，即高至九重天，尙不能了知其高度爲何，更遑論無見之頂耶？此無見之頂，雖八地菩薩亦不能到，不能知。唯成了佛始能到達。故法順倡言：由身至外，此身乃補特伽羅，必須使有情無情共一體，始能達到處處皆同真法界。與法界同體，而後能廣大遍滿。不可用第六識觀。須使法界自觀，使法界自圓。非意識觀想其圓，必須將意識丟開。此事當然須修有時日。

二、田劉世綸問：證得此法界，是否亦即觀自在？法界亦即自在？

陳先生答示：法界即自在，即五蘊皆空，即無上正等正覺。汝講心經無數遍，所說自在皆是理上皮毛。今能如此了解，已勝過無數學佛者矣！

三、林陳琇瑩問：昨日指示須檢討有無妄想，是否仍是主客相對？

陳先生答示：這是深一層的檢討淺一層的，與主客略異。譬如戲院查票，門口初查是主客相對，無票者不准進入。內面查位次多少，就不同。

坐錯位子了，說句對不起，仍然可回本位。就不是主客了。所以不可用第六識，如一般普通之檢討。須知在法界定中，必須由法界負責，將我見丟開，使一切歸諸法界。此點極為重要。必須用大魄力丟棄，盡量丟棄。人皆有此我見、第六識，必須摒棄之。佛來亦斬，魔來亦斬，必須放得下，撇得開。此事甚難，但須勉為其難。必須切實做到。應知初住便已是法界大定，能切實做，始能斷輪迴，了生死。

十一月十一日田劉世綸所問

一、問：為何將蓮花生大士收於頂輪時，其長度不能超於一拇指？

答示：本尊臨終時收為一肘，則五輪各為一拇指長。本尊臨終時亦有收為一拇指長者。最上者則化為虹光。且五輪各自收入更不可過份。

二、問：何以「唵」字乃諸佛之大體？

答示：意即為諸佛總領全體者，故稱大體，乃大圓鏡智。天人間「唵」字，即行跪拜。「唵」乃佛之代表。「唵」字有敬禮之義，故各咒

皆以「唵」領先。

三、問：「阿」字之深義如何得知？

答示：一切佛之空性、智慧、哲理皆在此梵文之五十一個字及四十二個字內。梵文字皆為不可得。不可得，或不可思議，故能出生無盡義。該字等皆自「阿」字出，分為各種之不可得。此不可得即為「阿」字之深義。每個字每個聲皆有實相。陀羅尼乃諸聲之結合。字形是字之脈，字聲是字之氣，字之拼合或構成，其所合理，即字之義，即是智慧。梵文由佛暗示梵天所造，故每個字形為脈，筆畫來往即是氣之路。此為形、聲，其義已如上述矣，是即是身、口、意，每一梵文字皆具有之。中文各字雖亦有形、聲、義，但其字之構成六法分彰，不如梵文字母之嚴密。觀想時必須觀想梵文，不可以英文或中文代替之。

四、問：十二神將自十二方向收回，一般通稱十方，何謂十二方？

答示：神將自排列之十二方位前來保護，乃排列之方位，非方向之

意。

五、問：請再賜示無始無終之時間修法。

答示：空間若無時間，即是死的；有時間往來，方是活的。始有生、住、異、滅，始有新陳代謝，始有春、夏、秋、冬。若無時間，則空間死寂。法界大定之觀想必須時時將過去、現在、未來觀想於空間之每一點上。功夫有進步，便是時間。使空間廣大，亦是時間。僧肇之「旋嵐偃嶽而常靜，江河競注而不流」乃是談體，是講根本智，而非後得智。必須得到根本智與後得智，始能起用。此即所謂「莫道無心便是道，無心猶隔一重山。」此僅是「見山不是山，見水不是水」之境界，必須達到心不為境轉時，則可體會「橋流水不流」矣！

以後須注意，凡見到寬廣境界時，若加上時間，便如好相機能將遠處亦照得清楚明白。有時間加入，則可攝取遠景。解脫自是不同，境界亦不同，此非無餘涅槃，將來自會了解，目前不必著急。

六、答林鈺堂居士所問

《法界大定教授彙總》補充材料

一、問：先後奉讀全文，每覺談到「我」及「法界」兩詞，其中各有函義，不易分辨。可否請一一詳細辨別之？

答：此問頗切實際困難。茲爲易於一覽比較辨別計，特分格排列專製四表。

由無明系統中五利使薩迦耶身見之我昇華到真如性空之法界本體及其過程詳細與全體資料對照觀之，必無淆混矣（見表一及表二）！

由無明系統當破之私我到達法界大定明行系統之真如無住涅槃之常住我之過程

先當了知遍計執性中之五利使薩迦耶見我

表一

遍計執性	依他起性	圓成實性
<p>五利使薩迦耶身見我配五重唯識觀</p> <p>1 配第一重遣虛存實觀：外境為虛，內識為實，遣我相。</p> <p>2 配第二重捨濫留純識：相分為濫、餘三（見分、證分、自證分）為純識。</p> <p>3 配第三重攝末歸本識：四相為末，歸於識體。遣自證分及證自證分。</p> <p>4 配第四重隱劣顯勝識：隱心所之劣，而留心王之勝。</p> <p>5 配第五重遣相證性識：泯相則五利使遍計執完全消除，證到空性則屬圓成實。</p>	<p>1 依藉初修生之法界我為能觀而破薩迦耶見之所觀。</p> <p>2 其後又須藉深修生之法界我為能觀破初修生法界我之所觀，不圓、不滿、不有證量現前。</p> <p>3 空間無限制及時間無限制必假設同一圓球。如地球之自轉及公轉為同一地球。</p>	<p>是時此初修生之法界我并非圓成實之法界我，然必假想有一法界本生之常住我背後作主，然不可即行誤認此法界本生之常住我是真正圓成實性之法界真如無時間、空間限制者。此真正者唯有最後圓成證得，必有圓滿證量，不許先知先覺等戲論。</p>

表二

法界大定中之我	普通之我	昇華與否
法界真如本身之我	根本定中獨有，普通定無	
法身我	顯教證空性得法身者	
法界大定本生我	就定者所觀之法界言	
法界大定初修生淺我	此初修淺我乃一能觀法界者而非九次第定之能觀者	
法界大定久修生深我	此久修能觀法界者又較初修之法界更廣更深，更非九次第定之第六識	必依法界觀為主而不以私人我為主
法界十界宛然人我	補特迦羅數取趣之人身我	必離薩迦耶見
六凡界之人道我	補特迦羅人我而不必有身見執著者	必離五利使之身見執
六種具煩惱業之人道二障業執我	補特迦羅再加薩迦耶見	必有薩迦耶見而未修法界觀者
生起次第本尊身（半外我）	依觀空後而起本尊外相，其內則不空	必先具小大乘各條件
圓滿次第本尊身	雖修心氣無二，修外內皆空，然亦未真正證得	必依雙運修空樂不二
大圓滿七日光明虹光身我	依黑關證得完全者則屬無死瑜伽身	必依妥噶、金剛鍊等修
羅漢十八變化無色界身偏空涅槃我	必將其餘無明細惑完全消融得無住涅槃我	

就天台判教中之「六即佛」分類，將先後所用法界名詞之深淺分別列入。藉此作為標準量尺與天台教義毫無關係（見表三及表四）。

天台判教六即佛，原有分配之證量表

天台認為《華嚴經》中之大乘菩薩之行位，十信、十住、十行、十回向、十地、等覺、妙覺之五十二位為別教，其圓教者則如下表：

表三

理即	<p>唯具佛性者 謂一切衆生皆具佛性，一色一香雖皆中道，然未聞者則不知之，故曰理即。</p>
名字即	<p>或從知識或于經卷了解一實菩提之道，知一切皆爲佛法，皆可成佛，故曰名字即。</p>
觀行即	<p>依教修行得《法華》所說六根漏之觀行隨喜誦讀等五品。</p>
相似即	<p>依上觀行修到六根無漏則爲十信位。</p>
分證即	<p>依相似觀力發真智斷一分無明，名發心住，以後九住乃至等覺，分破四十一品無明而分證四十一品位法性，包括十行、十回向、十地、乃至等覺。</p>
究竟即	<p>破四十二之元品無明，發究竟圓滿之覺智者，則爲妙覺位矣。</p>

就天台判教「六即」而分之法界，則如下說：
此「六即」雖與天台無關，然由此配合則易知各法界之深淺。

表四

理即	讀歌訣時對法界之信心越過三界唯心萬法唯識之見地而相信情與無情同一體者，不必有識而後成佛也。
名字即	唯解法界一詞為包括一切萬法者，則是法住法位，世間相常住，凡法皆佛也。
觀行即	雖用意識作觀，然能以能觀者為法界本身想力將本身之薩迦耶身見拋開。
相似即	即淺觀修生法界。
分證即	<ol style="list-style-type: none"> 1 即淺觀本生法界。 2 即深觀修生法界。 3 即深觀本生法界。 4 假設之真如本身之法界。
究竟即	真如本身之法界，非假想者，乃切實圓成者。

二、問：據老居士說并無能觀之行者，然有時又提到著眼之點不只一處。這又如何著法？其各點位置何在？可否請用圖分別指示之。

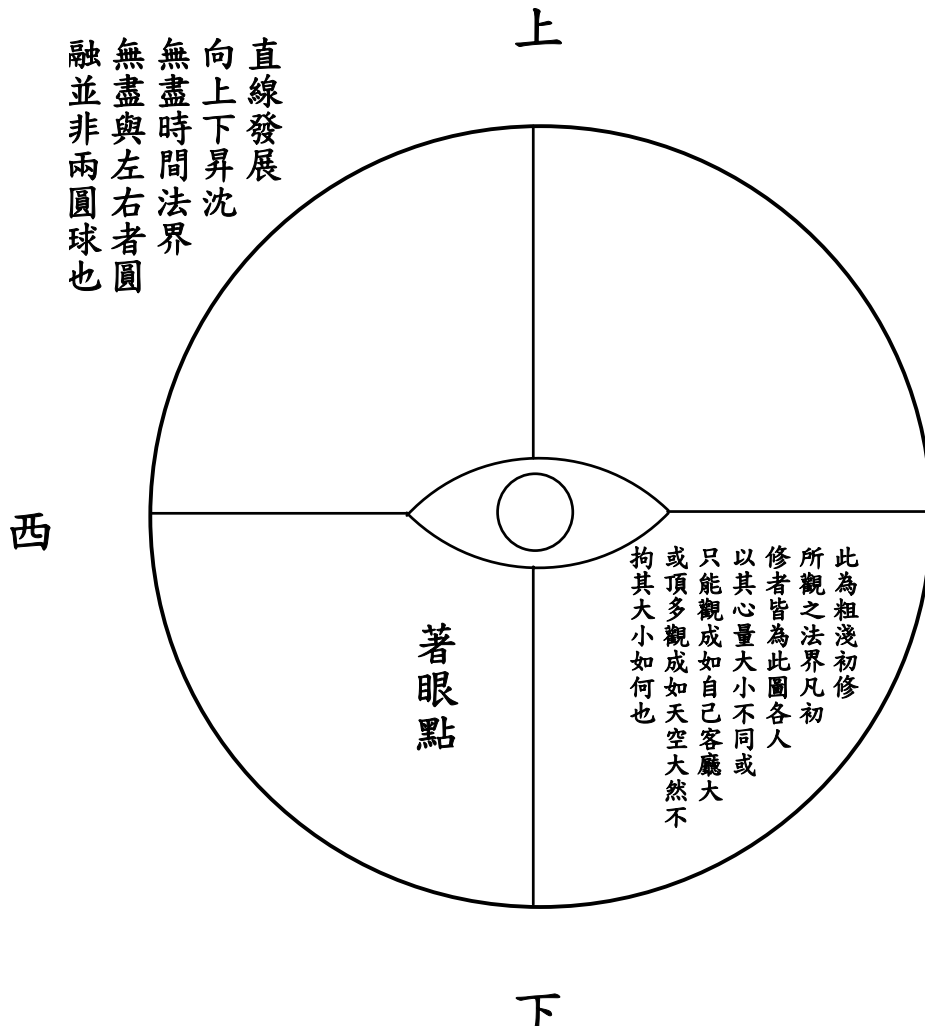
答：可。請看圖一至圖八。

圖一：
第一句：十方廣大無邊
第二句：三世流通不盡

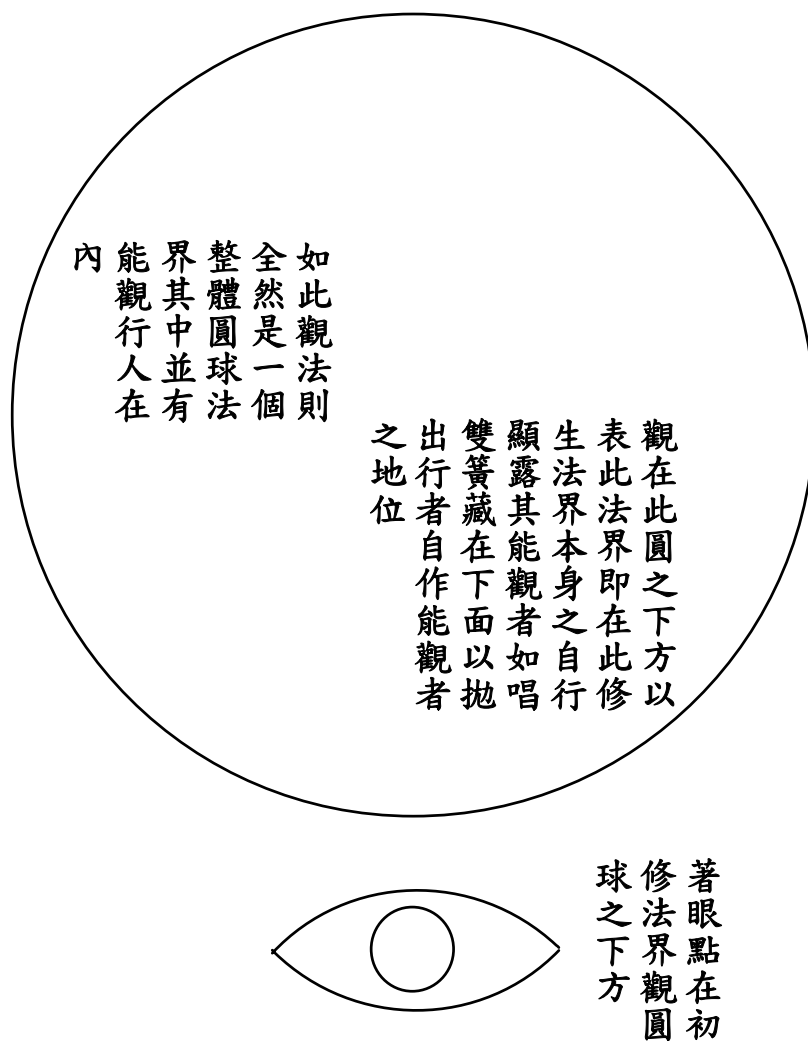
著眼點

東

橫線發展向左右擴大無邊與上下者圓融以表空間法界無限

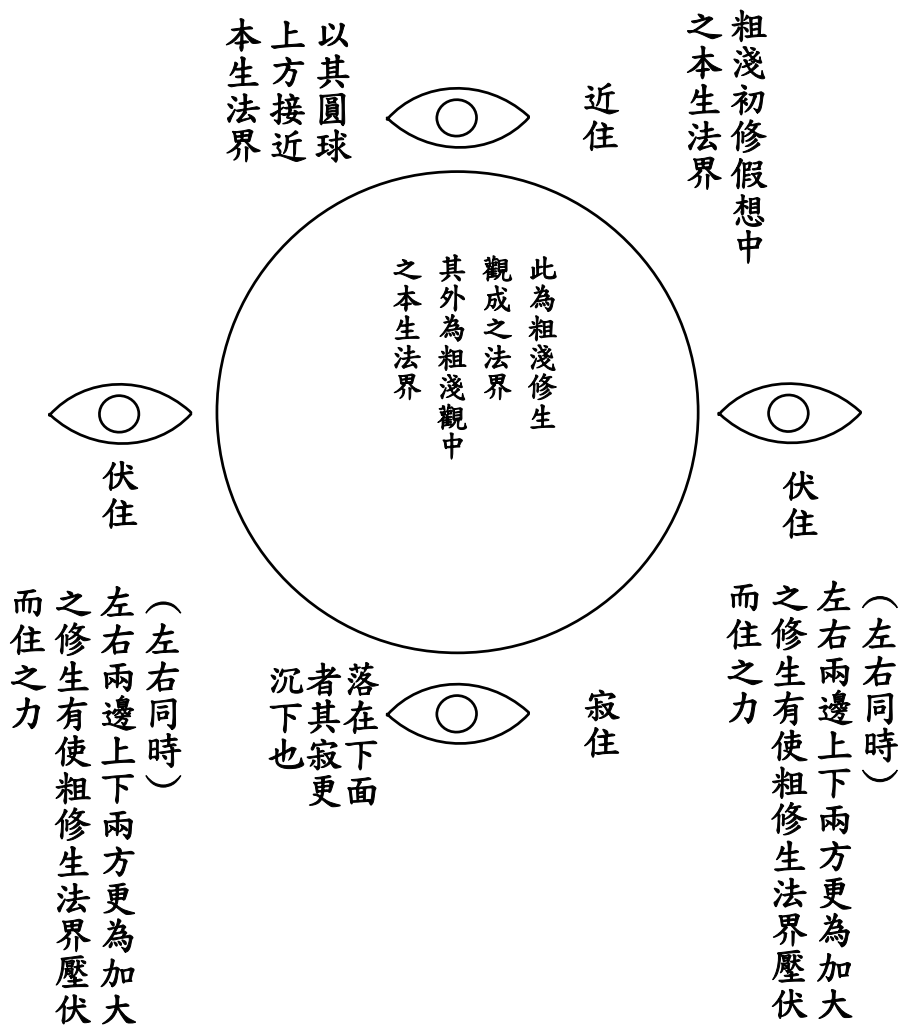


圖一：第四句有妄想、回住、著眼點



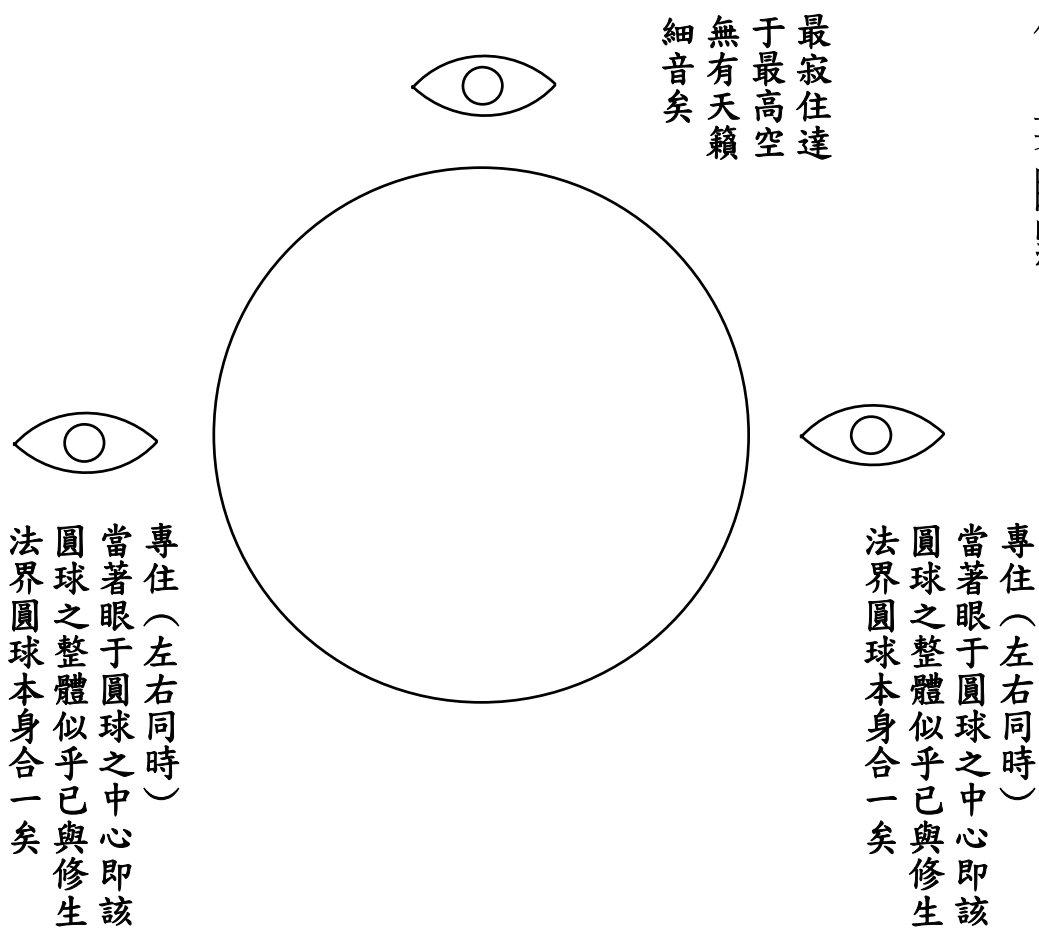
圖三：第五句

無妄想、近住、伏住、寂住、著眼點



圖四：第七句

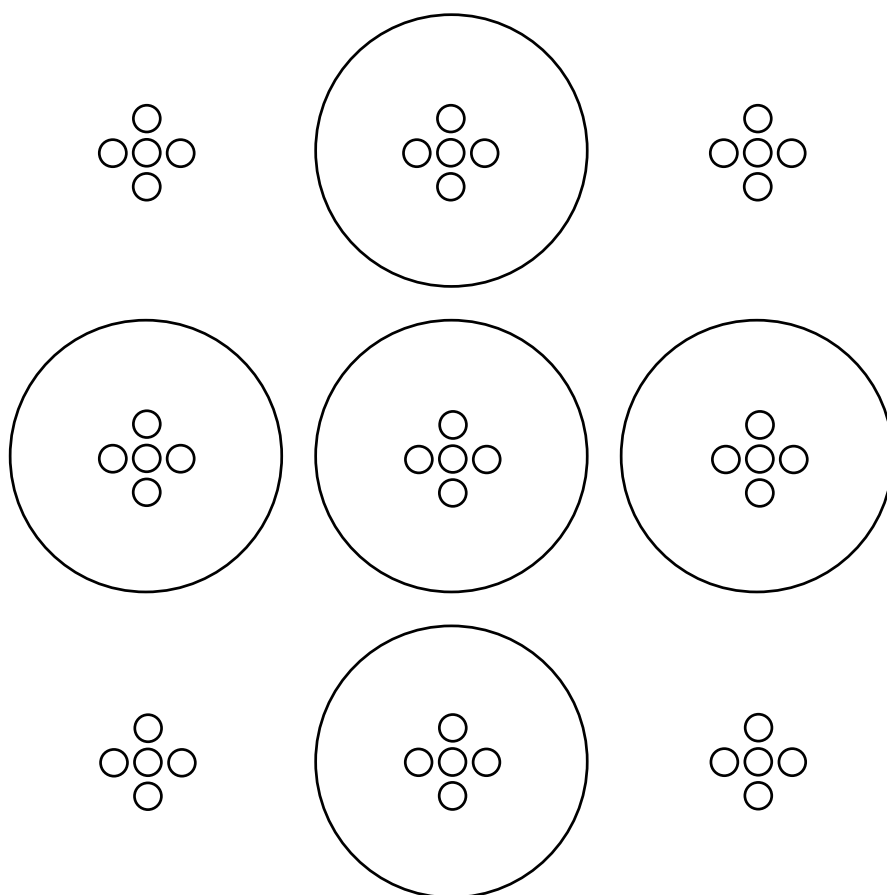
最寂住、專住、著眼點



圖五：第七句

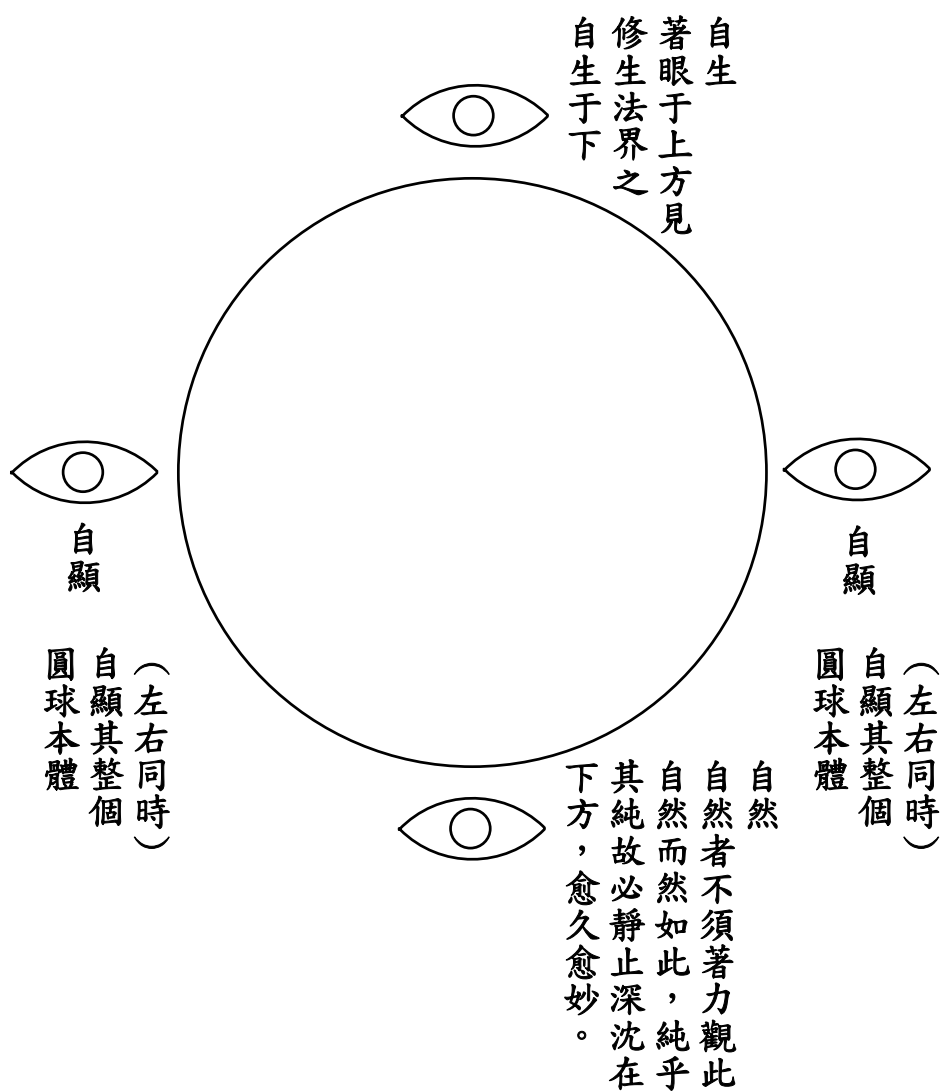
等住、著眼點

平等而住各法界。圖中各圈所代表皆是法界。等住者平等而住一一法界也。大法中有小法，小法中有大法。如玄門所云，皆屬法性，皆是法界。
因為法界是一通稱名詞，以上各圖並不大，此中之圖並不小。法界本性無有大小。一一法皆有法性，皆稱法界，皆可住之，故曰等住。

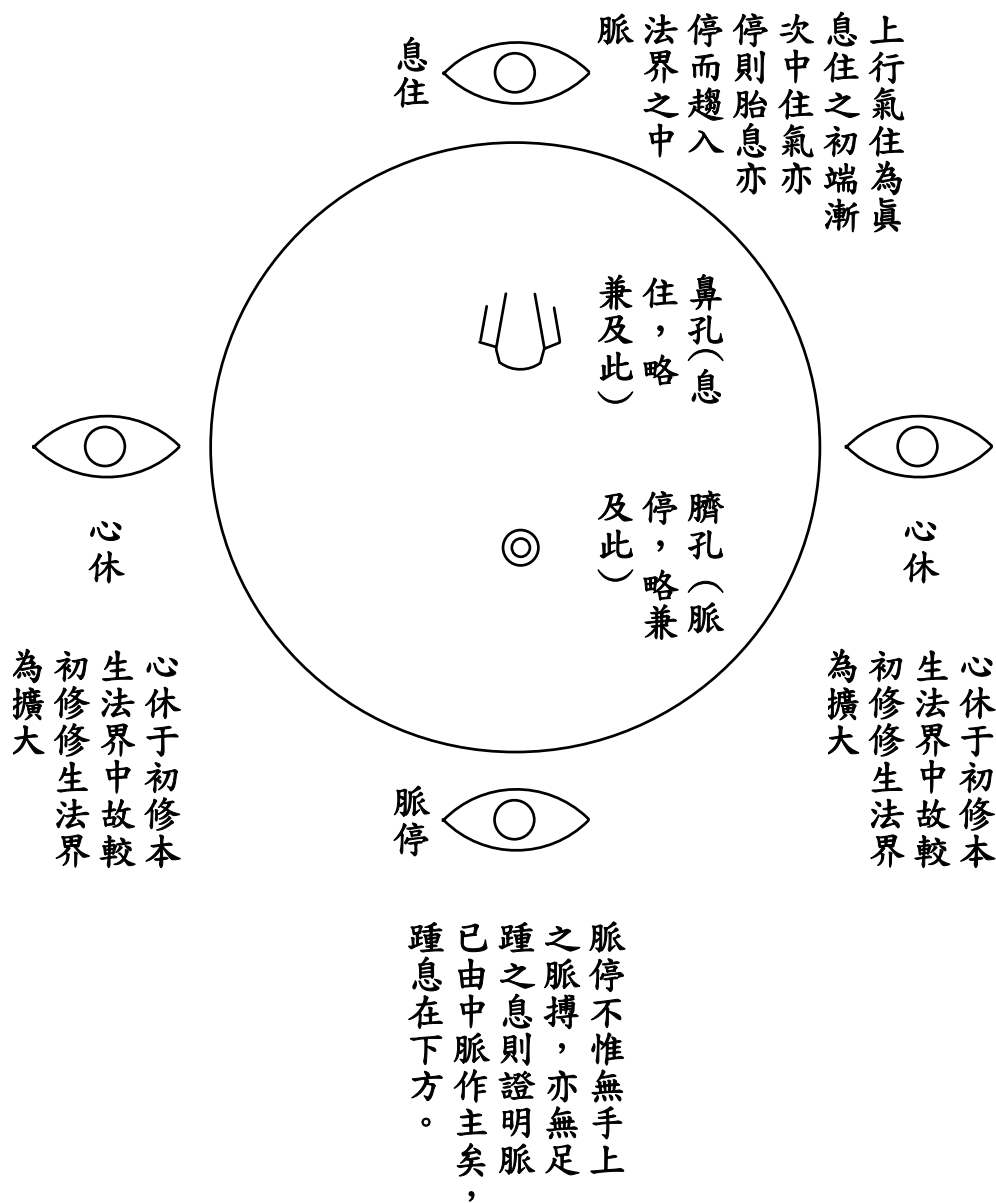


圖六：第八句

自生、自顯、自然、著眼點



圖七：第九句 息住、脈停、心休、著眼點



圖八：第十句 外內凝然一球



外、內兩圈其實同一位置
然皆非真正之真如法界也。以真如法界乃證量，非觀
想、非定力、非凝固。凝固定力所成者，特一「相似
即」法界也。然有此「相似即」即可進取「分證即」、
「究竟即」，不可一步登天也。請再溫六即表。

三、問：老居士常談法界如球或示法界圓形，又極贊圓教。然而天台判教之藏、通、別、圓，故以圓為最高哲理，而華嚴判五教為小、始、終、頓、圓，亦以圓為最高境界。老居士又自言曾經歷明體，六合皆無雲晴空，不只上方天空為圓形。是否法界也如地球圓形，然地球亦有新說為橢圓形。請將法界之圓詳細說明一下如何？

答：可。

1 就幾何言空間圓球以其哲理之圓成實條件。譬如圓之中心坐標，與圓周之軌跡各點相對者各引直線，其長度皆相等。正如《金剛經》「身」與「非身」相對，然其空性中道即「是名為身」。此中建立法界真如，法法平等，無論相成或相反，故惟圓則如是也。

2 惟圓則活動，能運轉，能循環，能無間，能無盡。

3 惟圓能平等發展無邊，不止上邊，六合皆圓，六合皆等量發展。

4 惟圓與圓能互相圓融大小、顯密、廣狹、隱顯、外內、淺深、久

暫、中邊。

5 惟圓能代表整體。

林復問：何以法界即含萬象，又何必是整體呢？既是整體又何能成萬象？且佛說法雖重圓形，禪家亦有圓相，然華嚴亦稱大方廣。然則法界何以必不是方形呢？且正等正覺是最上菩提果位，而正字亦含有方字之義。請恕多嘴，詳加解析。

答：佛之方等部，判教者亦認為低于圓頓部。凡方正形必有角。有角必有觸，所以不能圓活自在。且萬德莊嚴之卍字中心亦似十字架，則一縱一橫矣，與圓何涉？譬如中國之古錢外圓而內方，取其外流通財貨，內之廉介持正，非禮不取，非義不取，皆古人之用心也。至若何以法界不宜割裂以私我，而當廓然成大公，特別尊重整體者。良以此之整體並非拋棄枝末，法界空性，原屬整體，而真如緣起，所有萬象即此枝末。二者互融。如此互融，則成圓形。如是整體之方，亦有互融之圓，正如古錢也矣。整

體又能包容緣起，可由下列表五各喻體會之。
表五

喻	解析
如到九重之家	或由前門到，或由後門到，如係自家人一到任何門皆似已全到矣。是整體之妙也。
整票一萬元	如此一萬元整票易存不必分爲一萬張一元，反而易失也。
風琴之風箱	一個風琴一個風箱可通全體之音鍵。
收放整體	能知整體，當知放時在此中，收時也在此中，收則頗易收矣。
血統	譬如太子不必由步兵從鄉間徵募，一降生爲太子即在帝王家，便知帝王家事。
神經系統	神經系統如一部分壞了，其餘部分都不能如常活動。
消化系統	消化系統如水洩病，一切食物皆成水洩出則不化矣，故必在整個脾胃系統上調理。

四、本編已完全交付印刷後，林鈺堂居士閉關試修，又欲申問。出關後告曰：鈺有一疑不知應該請問與否？陳先生曰：孔子入大廟，每事問；兄之入法界定，亦可每事問。本來每一佛課，各有當機之衆，此衆必具備先決條件，然後方可承受此課，否則不能。如此情形下則有當問，有不當問。凡在先決條件內應知之事，則不當在受課之後再問也。今此大定，原屬傾瓶法，不拘根器，亦不規定先決條件，是以無有不當問者，請大膽問來。林曰：本人曾依教試修數次，每覺各住有不同著眼點，而此不同著眼點既前後無定處，何能使行者做到凝固之定力耶？陳先生曰：切實此問，可代一切修者之疑團，請靜聽我答。初回住著眼點在下方者，因此時有妄想，著眼點在下方，能令此妄想到下降之壓力，而有助於進行以後之觀力。其後近住在上方，鳥瞰修生之法界全體故。伏住在法界中心之左右，放大兩方部分，伏得其肯綮則易伏，左右夾之亦易伏。寂住在下方，則易寂靜，然易致昏沉，故在最寂住時，著眼點提至上方，以破昏沉。專住

者，當在其法界中心左右放大之兩方，同時也可注意到上下兩方，則將全部修生法界專心安住其整體矣。等住，無一定之著眼點者，以其平等而住本生之淺法界而望修生之淺法界，平等而觀之也。凡此所以移動者，不欲在行人本身上著眼，而欲假設在法界上著眼。這以修此觀者必先了知，乃法界為主，非行者第六意識與眼識為主；此凝固者，亦法界，故各著眼點皆在法界中。不可將著眼點又作自心也。此必先了知者也。且每一住必經過長期發生太多妄想然後再進行第二住。如此九住，隔離時間皆長，則無妨害，不可將此編作經書讀，隨口溜過了事。

上述著眼點在每一圖中形成一組，為一圓周。自近住、伏住寂住第一圓周起，前後共四個圓周，皆具上中下，亦皆屬同一法界，故三而一一而三者也。如「自生上」、「自顯中」、「自然下」亦屬一圓周，亦屬同一法界，特未述及耳。目的在使行者將自身私我觀點完全拋棄而專心著眼於此同一本生法界，觀此同一修生法界，故不致有不能凝固之流弊。同時

對修生法界之圓形及整體兩條件，亦能調練有素。日後在圓證之「究竟即」中純然自顯，更爲容易。此則不用方便之大方便也。故《大日經》曰：「方便爲究竟。」豈欺我乎！

五、林又問：設使試修法界大定，總覺不易入定，且覺較普通習定更無把柄，不知是否請陳老居士也就其他各種定功舉出一個較爲切近之先決條件，使其預先練習，然後開始豈不更妙？

答曰：法皆由緣而定，既有此要求，余亦不妨破先德之例，而試舉之：

譬如修法界定，屬密宗之大手印行者，則其先決條件必取得大手印「專一」之證量，即已見明體。

屬事業手印行者，則必取得「二灌氣入中脈之前十相某幾種」不必全十（如日、杵、陽、焰、月等）。

屬禪宗行者，則必取得「入」量，不必要出、用、了、其他三量。

屬無上智大圓勝慧行者，則必能將外境所見圓空光相，引入「體內」（自身體內）。在觀法界收入體內時，即照七日成就諸法，配合修諸光明，馴至不必七日，即可成就無死虹身也。

至若其各個先決條件，所由來之本法，亦各自有其更先決之各種條件。請就彼各書分別參看之。

六、林問：此十二句歌訣是否指一系列之境界要行人去達到？

答：法界大定其實無法言傳。此歌訣乃無方便中之方便，依實修親證之經驗而設之法。整個歌訣展示一個修的路線。但只是一個模擬的模型。初修者與久修者在修第一句時各人所觀即有不同。同是一人初上座時所觀之法界與將近座餘之時所觀之法界也可能不同，故並非有一定之境界爲此歌訣之所指，要在學者能遵循此歌訣所定之法則規範，每日不斷修習，則所觀之相似法界能漸擴充，再加定力凝固，終於親證圓滿法界而後已。

七、林問：修此大定時著眼點之位置可否無窮地向外擴展？譬如修回

住時，著眼點在下方，可否即以此著眼點為所觀法界之中心，將原觀法界擴大，而同時在此擴大之法界下方重新設一回住之著眼點，然後又重複上述之過程，如此則此著眼點可無窮盡地向下去，而所觀法界亦無盡地擴展？

答：可。此問實亦包括在前問之答案中矣！學者若能明確把握「法界」之觀念，則可靈活應用此歌訣之教授於修此大定上。

附錄

一、覆沈家楨居士論《圓覺經》廿五圓通次第之兩封信

一九八三年四月沈家楨大德致一函於陳先生，討論《圓覺經》中「居一切時不起妄念，於妄念心亦不息滅，住妄想境不加了知，於無了知不辨真實」句義。此下二簡即陳先生之回信。

(一)

家兄慈照：奉到大寶法王像，及其本寺消息，甚感。英文小叢書蒙擲下各廿冊，謝謝。關於《圓覺經》廿五圓通次第，弟之解析如次：

通常佛訓弟子，皆循正常次第，如《解深密經》¹等，必先習止，然後習觀。然《圓覺經》則將止觀、顯教止觀及禪家超出止觀之上之禪，三者

混在一種中。並分列二十五種先後中之次第，由菩薩自擇而修之。此屬特例。

此種特例，只適合於曾修通例、已得若干成就之人，再就此三選擇修之。弟固有圓周之說，此屬第二圓周。第一圓周則為每日每座皆先修止，後修觀，最後修止觀雙運。

此（《圓覺經》）中三者，一、奢摩他屬止；二、三摩鉢提屬觀；三、禪那屬止觀雙運之禪理悟境。分別單修者各一，為三輪。互換修者，共二十一輪。三行圓修者一輪。前後共二十五輪。皆菩薩隨其所好而為之，其原有第一周中之止觀次第周中已有調鍊，不怕昏沉、散亂、掉舉、失念等事。若初修人未經此周訓練，頓行第二周，只顧興趣，不顧次第者，必無效力，萬不可依。

已修第一周之次第者，對止中之昏、散、失念，皆已有把握，如在第二周再專修此奢摩他，則在第九住中，可以遇到《楞嚴》中所謂廣大之真

如境界。任何一點，皆可安住。本來清淨不亂之常住真心，不亦自然可顯矣乎！在《圓覺經》言，此種堅固之等住，不亦幾乎近於處處皆遇圓覺妙心乎！

就專修三摩鉢提言，既早有止力，又專修觀境，則觀境日見堅住凝靜矣。故居一切時，可以不起妄念矣。縱然有起，亦不必息滅矣。蓋明知妄念本體原是眞如，如雲在晴空，於空無礙也。然苟無第一周之修止，此處忽起妄念，勢必破之。否則何異凡夫！故曰初修人必斷妄念，久修人，妄念無妨。惠能曰：「惠能無伎倆，不斷百思想。」蓋指此處修觀，已能了知妄念本空也。

「住妄想境、不加了知」者，夫既知妄念本空，故雖住妄念，也必不以爲妄念也。非謂有妄而不知也。謂雖有，而能即空也。是皆禪那境界矣。是故講經者要在能指出何故別經多主先止後觀，而此經則可以先觀後止，也可先止後觀，亦可二者互換；此經爲菩薩說法；止觀分修先後次

第，係爲凡夫初步功夫說法。此中各有不同。所以要在當人能自知足跟落在何處。

弟 最近將舊詩刻一新章，如下曰：

1 得力平生解自憐

今人多自恃，而不自憐，太可惜也。

匆叩

佛安

健弟頂禮 四月十二日

1

(一一)

前函肯定《圓覺經》乃爲菩薩修行之法而設，廿五種活動輪蓋欲使菩薩之定功日見活用于六度萬行。當時手中未能清出此經，今日承林兄特取來證實，其中在開始講廿五輪之前，即曰：「若諸菩薩淨悟圓覺。」中則曰：「若諸菩薩唯觀如幻。」後則曰：「若諸菩薩以圓覺慧圓合一切」

等。每一輪中皆以菩薩冠首，其後勉勵衆生者則別加懺悔等句，並戒之曰：「非彼所聞境，畢竟不可取」；豈非詳加分別菩薩、凡夫之根器哉！

二、花岩處士陳上師「法界大定」詩輯

一 法界離戲論

纔言一是便成偏 含糊籠侗豈必圓
法界難容諸戲論 平湖秋月總天然

二 十如此四如

漫把十如比肆如 十如唯住四多餘
滅生兼管時空理 印月三潭兩不虛

（四者包括生、住、異、滅）

三 法華四如是（見《無量義經》）喻

華嚴宗多不配合圓云何哉？吾深恥之！

餐后飯如是出「生」 既消糞乃自然「住」
出恭屎亦如期「異」 沖水布施「滅」且去

四 孔子何以與點？

法界包括過去，豈不包括點也乎？

樂觀也覺有其偏 厭世焉能踵昔賢
點也詠歸風浴意 小童冠蓋兩隨緣

五 法界恆順盈科后晉

世人幾個豎經旒 開口存心財是謀
虛與委蛇恆順去 盈科后晉水長流

六 法界之光融化我執

休愁我執最頑強 且喜融和法界光
識否埋藏鯨黑鐵 到家火候煉成鋼

七 法界問行者之收放（參看第七一首）

爾放寄于何地去 今收豈別有藏處
家當整個試傳君 何地幾時同我語

八 依法界觀改東坡詩

橫看成嶺側成峯 遠近高低也大同
識得廬山真面目 端緣身渾此山中

九 法界嘆

奇哉法界絕圓弧 驕慢可曾充滿無
三世長流離心境 余之壽算可齊乎

一〇 法界玄妙才情必無激盪沈鬱之趣

偏激詞難達妙高 老莊無法寫〈離騷〉

回歌昔日驚人句 落在癡城走一遭

一一 四根本別有專供特期然于圓供無礙

因期建立有師傅 「別」裏能「圓」「圓」可偏

或圓或別隨緣供 當知十世在當前

一二 讀《龍王經》「諸法究竟無法界」一語有感

諸法本來無法界《龍王經》裏佛言明

因人偏喜用心字 萬物包羅安此名

一三 法界大定亦忌作止任滅

時間豈可讓他流忌任滅 萬法真如都共修忌滅

三世流通前後進忌止 十方圓滿更何求忌作

一四 法界平等切忌雜以笑謔

豬槽食與羅漢齋 諸天百味向空排

聖凡理事雖平等 何用如斯遣笑懷

一五 法界之中何故有染污緣？

何來法界染污緣 良莠雜生皆在田

勤者豐收猶不染 懶人耘草工難專

一六 孰主持？

那達悄然離垢後 天然顯露正如時

六方空曠原無物 一顆圓球孰主持

一七 風琴喻法界

愚者專迷彈唱工 智人琴下了通風

繁華法界雖紛亂 真如定裡好觀空

一八 法界一大家庭

當將法界作家庭 體會天然事事靈
梅影橫斜移瘦嶺 嫦娥幾見厭羣星

一九 從曲終遠曳之音后，展開寂靜之心，可悟忽然離垢之理

圓融法界本生成 若我除開整體明
嘗透忽然離垢味 如聞遠曳曲終聲

二〇 如何體會那打化空

那打歸空事若何 忽然離垢本無多
靜心體合情歌后 曲終人遠尾聲拖

（註：那打有時也譯作那達，此首與前首同義）

二一 法界豈有是非乎？

法界惟如離絕緻 積非權認持其志
從空檢舉盡成非 緘默若愚名佛智

二二 法界豈可自擾乎？

庸人自擾問如來 法界難安自作災
蒼狗白雲天不管 蜃樓海市讓他開

二三 法界定中易作平等觀

麟閣青樓貴賤差 同居法界不分家
行人絕我離遐邇 伽葉三衣未著花
(指微笑拈花案)

二四 法界觀中善行活運、自然不著
拂曉觀行也似忙 罷參忽憶松鼠糧
前生未必曾相欠 孰謂將來圖彼償

二五 答或問 佛說法四十九年其時何不安住法界當前一體之
觀？

二首之問、一

四九年華可示乎 當前未是一須濡（史非虞韻，然須史本譯音，故亦可作濡）
《法華》何故不先說 法界其時豈若無

二六 答或問 佛說法四十九年其時何不安住法界當前一體之
觀？

二首之答、二

割裂年華只是人 佛居法界本生身
因緣時節隨它說 世諦流通順俗陳

二七 當修同體大悲

且憐同病萬邦民 救護頻呼豈一人
法界真如誰不住 雖牽一髮動全身

二八 重前三灌以方便為究竟、反卑視圓滿之法界觀、詩以解之

方便既然為究竟 圓成處處能中正
彩霞縱許艷西方 法界紅顏隨自性

二九 戲勸法界觀好眠偷懶行人
汝如欲睡不眠乎 何不直觀屍體枯
爾若懶修眉宇態 孤明獨露不須伏

三〇 法界觀成能消難改之箇性
私人各有一模型 要在包容萬物靈
法界圓融能慣處 消磨稜角便惺惺

三一 誦〈諸天讚〉有感，口占此絕
奇哉三世本流通 活現諸天擁大雄
普願癡人隨我請 誰云佛在涅槃中

三二 入法界定如入寶山
千般享受自然頒 到此還如入寶山
不用操持焉用讓 依然空手住其間

三三 泛釋法界觀行人諸疑
玄觀正見最為先 三昧堅凝第一緣
證得早遲誰決定 十時無我盡當前

三四 法界大定易證佛果

天然證取建奇功 絕我還如兩袖風
念觀數量常充足 心氣玄門可暢通

三五 法界之中無戲論

三世十方總不孤 當前整體本無殊
圓拋此我能乾淨 誰在反三而舉隅

註：第一首通論無戲論。此首專就我執而論，更為深切。

三六 法界中雅俗任人自選

天網恢恢在此中 重重帝網也相通
聖凡法位皆如是 奧妙平庸順自攻

三七 法界嘆 此其一

無邊無內當體姿 萬物隨心任意馳
法界巍巍離主宰 誰人欲主便成癡

三八 法界定于一

法界由來定在一 時空奧妙惟斯密
平常是道「我」能拋 劫數雖超不放棄

三九 法界整體、時間但取當前、淺釋
老之將至不希求未來 回憶少年似在眸過去
任運逍遙馳眼底現在 三時盡向當前收

四〇 法界之中空有圓融

空性開玄門 緣起掌樞機

如珠活躍不離掌 法界之中雙蕩漿
空有互融神變多 玄門啟發帝王網

四一 法界善事多

休道三時修不盡 十方隨處露真誠
超幽昨日曾逢雨 拂曉月來可放生

四二 法界觀包括一切瑜伽

續命上師畢瓦巴 月光童子甘波爺
降低血壓提高杵 法界玄觀修到家

四三 法界之中空有圓融

空無緣起理難通 緣起無空事未融
善逝西方逍遙境 猶觀落日一輪紅

四四 佛慢中之慢王

法界之慢慢中王 諸尊證量一弓張
時空對象皆調伏 器境圓成大道場

四五 法界佛慢

過去無邊諸大雄 未來懸記佛陀功
當前整體圓成在 如斯法界正流通

四六 法界無死水定

休言定裏忌煩苛 巨浪還能起遠波
死水無魚何所用 化龍端在海關科

四七 不可以見地爲到家

真已到家豈地圖 單瓢飲水不模糊
如來返璞歸真後 豈有詩云者也乎

四八 七九修法界觀時露兒態

平生重法欲成器 直至衰殘難舍棄
七九年鄰佛涅槃 娛親略學小兒戲

四九 我執習氣當除

薰成習貫自纏身 背后長驅豈別人
此我如能拋得淨 無須法界望回春

五〇法界觀成則可實踐民胞物與
此身昔日似多餘 令日更多卻不除
誰說吾喪我一語 爭如說盡實皆虛

五一 三世流通當信受

同類萬端本互融 宿根何致不能通
承當法界無疑者 那在古今南北中

五二 莫愁證果在遙遠之未來，但念當前法界，包羅三時！
關口重重幾許灘 流通法界萬層山
鷺峯遠望嫌遙遠 一念三時便等閒

五三 法界觀中聖凡皆有玄門
蠶繭蜂房也可從 豈惟帝網說重重
蟻王太守同歸夢 只在當前一笑容

五四 何故空間取當體？
須彌入芥豈非玄 當體層層為整圓
心眼高飛窺法界 焉能坐井以觀天

五五 何故時間取當前？

剎那還同浩劫然 時間務必取當前
豫猶本是疑魔眷 一一須臾不可遷
(註：豫猶倒裝名詞)

五六 真如法界之問答 此其一、問

漫誇法界舒弘量 廣納窮通貴賤藏
如此寧非垃圾車 真如豈可成虛妄

五七 真如法界之問答 此其二、答

真如障蓋薩加耶 我見浮沉如眼花
請轉牛君七色版 台光一片更無差
(註：牛君指牛頓)

五八 偶感

情欲樂空豈兩邊 真如我盡也天然
從來此道原無事 太惜今人苦自鞭

五九 無我最便宜

無我本來最便宜 其「能」罷黜「所」當離
空空放曠誰憂惱 法界天然有主持

六〇 三世整體成佛喻

且看如龜跑到人 勤勞追兔也飛塵
操場團聚觀呼裏 都是尋常同學身

六一 誰居法界總操持？

幽嫺艷冶各丰姿 怪味清蒸腦及肢
食色禪和皆本性 誰居法界總操持

六二 舊金山途次口占有註

昔在西藏高原行旅，但見高原自行，而我未行。
今在美國鬧市經過，但見法界流通，而我忘形。

從無俗事罣心胸 無我是誰作主翁
曲徑高樓曾涉足 無非法界自流通

六三 東坡所謂取之不盡用之不竭是能了解法界者，惜乎彼未及專修耳

法界無終運易通 取之無始也無窮
如能破我除偏執 定奏玄微整體功

六四 無我良久后口占

此身非屬石膏人 卻覺淒清無感情
何處去兮從不問 終歸任運在風塵

六五 時間觀念

愁多一日便三秋 空透千年半瞬收
啟眼圓觀三世后 無終無始現前周

六六 候車口占

此車過去彼車來 三世流通第幾回
偶爾停留權引領 紙鳶挂柳又飛開

六七 街頭笑

人詢貴處在何方 又得街頭笑一場
往返東南西北地 無非法界老同鄉

六八 真如不可空談 其一

豈可真如信口呼 東籬一片綠蔬敷
趙州年老孤單齒 粒粒臨餐與道俱

六九 真如不可空談 其二

三省終身薄與深 休將偶爾當知音
孔明一次空城計 崗上常彈七線琴

七〇 修法界「三界流通不盡」使我性急改變

展緩三天不必忙 羈延數載也無妨
佩韋心急今拋棄 付與真如自主張

七一 法界豈有收放乎？

收回仍在放寬中 用舍行藏法界同
君子自欺方以法 放寬無我可輕鬆

七二 法界嘆 此其二

無事孰知是大事 三千載上有同志
千秋萬古一心謎 海角天涯難得器

七三 答友問法界觀中如何修忍辱

修持劣者 此其二

彌勒超人法位空 和光融化少年童
粗修法界猶存我 忍辱懺愆拜大雄

七四 答友問法界觀中如何修忍辱

修持好者 此其一

聖凡平等兩同儔 問隙既無孰怨尤
彌勒身旁童六七 有誰不向笑中休

七五 純字工夫最難

積久功深便可純 顏回三月不違仁
助他忘我離污染 悄悄地自然返一真

七六 法界大家當，誰敢承受？

戲問 其一

現前攝入諸尊有現在 祖師恩德更悠久過去
無間輻射閃諸方將來 如此家當誰敢受

七七 法界大家當，我敢承受。

戲答 其二

受此家當予最妥 心灰早已斷煙火
別無長物專居空 法界自身便是我

七八 答友人問 法界妙觀可否與文殊比劍
明有明無癡不痴 其中戲論欠支持
文殊枉費無師智 法界如聾不受之

七九 答友人問 常啼菩薩何故常啼？
粗緣法界太模糊 家計貧寒份外圖
菩薩痛傷空勸導 悲他不自見衣珠

八〇 答友問常不輕菩薩
菩薩何由常不輕 明知法界本平衡
六凡肆聖皆如是 箇箇法身自顯榮

八一 法界一詞，虛耶？實耶？

譬如本尊，各有史實；法界未免太抽象也！

萬般法界盡包羅 上至彌陀下及魔
史獻千秋萬古事 似實還虛像甚麼？

八二 枕上常作法界觀，不失眠否？

俗事真如不罣牽 心安理得自能眠
枯骸一具何分辨 獨露孤明萬古天

八三 法界觀有無特別戒條？

千般戒律都安妥 「定」穩「慧」融方證果
法界圓成絕守違 圓成未及戒私我

八四 答友問：何故法界爲圓形？其一
圓能活動善周旋 稜角方隅障礙連
頑固心城難轉變 故修無我最當先

八五 答友人問：何故法界爲圓形？其二
碧天雲海與諸輪 器械萬千齒白連
盛世權威弘法主 輪王掌握正宜圓

八六 法界大家當，誰當掌握？

此其一、首言家當之大

祖宗功德未曾終 脩位火光高且雄
果地圓明常顯現 當前十世在其中

八七 法界大家當，誰當掌握？

此其二、次言無我者得之

既無受者孰敢誇 試覓檀施也盡差
反省身心無主宰 全家子女卻呼爺

八八 孔子聞韶，三月不知肉味；法界之樂如何？

真如法界本通風 協韻停腔自奏功
作曲無須人湊巧 純乎不落七弦中

八九 真俗兩法界，皆當如幻觀

宛然法界說真如 演戲梨園豈步虛
識得因緣都是幻 還珠買櫝兩多餘

九〇 問：既已放大，何故又收回耶？

大球小點已分修 扁狹寬弘也共謀
道行凝固還如理 鎔化真如戈與矛

九一 法界觀當將「我」拋開

拋開九霄雲外去 讓他法界天然處
魔來滋擾也聽伊 「我」既拋開無遠慮

（第三句，理屬多餘，如張弓然，特為第四句取勢耳。）

九二 法界觀慢

高攀四聖為同體 擁抱明妃不礙禮
笑傲王侯常種花 陶潛早已辭官米

九三 法界之觀如發現微細思惑宜即吓出
一吓千端都不管 天霜地雪隨風散
老庵久挂鷺山圖 骨董收售博物館

九四 華嚴諸祖惟法順不被心字所迷
心字永迷今古人 正名法界始相親
玄門漩澗從身內 順祖堪稱有腳春

九五 心、真如、法界三詞比
心詞善於避紅塵 未若真如免識神
法界包羅心與物 圓融兩遣又回春

花岩處士陳健民評比，拙作中多以古德不辨心詞為憾。

九六 答友人問：原子戰爭爆發，修法界觀者應向何處避之？
原子戰爭各執持 明朝爆發有誰知
安全唯有蓮邦好 不死之人苦更滋

九七 法界一家
人間天上與龍宮 三處一家慶大同
十界玄觀如血統 此中無我逞英雄

九八 答友人問：法界觀有特別戒否？

一念私我，法界便失。

小乘垂戒在身口 菩薩條文無間守
密法懸巖勒馬危 一私沾位沈諸有

九九 法界大定顯密皆重

經題首印大方廣 法界疏修難想像
證德圓成等奧明 玄機轉變自標榜

一〇〇 法界大定與上師、本尊、空行、護法皆有密切關係

法界真如正見師 本尊中脈賴支持
空行運轉圓融樂 護法降魔皆仰之

一〇一 答友問：法界從智慧生否？

般若君常稱佛母 故詢智慧出生否
圓融萬德本無偏 法界空靈非寡耦

一〇二 答友人問：法界觀有特別戒否？ 此其二

半絲我執纖如柳 纏縛一生墮九有
餘戒嚴厲縱煩多 爭如此戒細難守

一〇三 法界大定豈可修得？

縱言八萬四千徑 我執當除始自寧
互古常新了此真 何須法界修禪定

一〇四 覺受當任其漸次凝固

雖然剎那契真如 頓覺三途二惑除
木斷石穿常晉取 玄門大事不空虛

一〇五 代法界答友人問上師

赤子何曾一點癡 凡夫大患在為師
蜂能釀蜜麋銜草 究是誰人教導之

一〇六 代法界答友問本尊

本末兩端同一根 性空平等布玄門
圓融活潑離軒輊 無我有誰獨自尊

一〇七 代法界答友問空行

圓無邊際滿無盈 豈是從中說空行
惟得笑渦纔一吻 難成雙運法妃明

一〇八 代法界答友問護法

一如十界莫非法 修已即身披鎧甲（鎧甲乃護法之威儀）
法外私求必落空 同心主伴自然洽

花岩處士陳健民代對，竊嘗謂護法走在我們之后。

一〇九 雖知法界本身無二，然不可執理廢事

法界由來充一身 身和法界也常春
荒岩燭罄存心點 鬧市檀香盡力陳

一一〇 氫彈戰起海枯石爛非不可能；佛教徒不可不發同體大

悲以預防之

緣生法界絕私情 執智離悲罪不輕
海枯石爛先代誓 氫彈活現是真盟

一一一 圓融法界是否有特出人才？

無邊法界也緣生 輾轉新奇任縱橫
才智十玄終不盡 凡庸一掌似天平

一一二 法界大定寂寂惺惺必歸真純，最難如量

窈窕還如賢淑女 加肥似豕瘦如鼠
心靈直注豈惺惺 漠漠無關也不許

一一三 敬讚法界之奇妙 六言

三時十界無邊 絕照離心萬緣

帝網光明輻射 自然變化六玄（華嚴宗十玄拙見攝為六玄）

花岩處士陳健民恭錄，時在一九八四，年近八旬，猶不知老之將至。

一一四 法界觀力

不用耽憂無後悔 明知自有青山在
砍柴挑水本生成 妙手空空離主宰

一一五 法界大定能攝三灌功能

凝固方為調伏力 圓融勝彼雙身德
昇沉散布更周詳 法界無邊舒極則

一一六 法界玄觀

盈科湧進後先推 無盡浪濤滾滾來
五彩雲霞施妙用 青天只為法身開

一一七 如何不受時空限制？

還是前二句無邊無盡上努力

三世無盡萬古同 常新日日也無窮
無邊境界無人我 不受時間限制攻

一一八 不知法界大定無由證取法身

縱令帝王是寡人 然非一箇單純我（飲食醫藥必與胎卵濕化結緣）
四生百體常糾纏 法界之身誰證果（請參看拙著《法界大定教授彙總》）

一一九 偶感

人人有份，莫自辜負。

宜隨大勢順天然 不必存心學少年
法界金剛空性裏 靈犀一點孰無緣

一二〇 常住法界法位，能謝、所謝一體圓融
正因鳴謝向神明 常課本尊更勝貞
法法緣生隨密願 從無半點俗人情

一二一 法界大定覺受舉隅
非惟萬法自安排 湊巧時間也善哉
恰似靈通新電腦 長空一碧號如來

一二二 雖知法位壞空之四如，難忘緣起善惡之諸戒
成住壞空本四如 休疑改善是多餘（四如見《無量義經》）
可憐未證涅槃者 加減再乘幾次除
花岩處士經驗警語



南無護法韋陀菩薩聖像