

意根與意識

——解構根與識

生如法師 著

目 錄

| | |
|---------------------------|-----|
| 前言 | 1 |
| 第一章 意根與意識的區別 | 3 |
| 第二章 意根與意識在具體身口意上的區別 | 28 |
| 第三章 意根與意識在了別境界上的差別 | 50 |
| 第四章 意根與意識的關聯 | 68 |
| 第五章 意識與意根的溝通方式 | 106 |
| 第六章 意根與前六識的區別和聯系 | 113 |
| 第七章 意識與意根的互熏 | 123 |
| 第八章 現行熏種子種子熏現行 | 146 |
| 結語 | 170 |

前 言

心、意、識三者中，心代表第八識，意代表意根，識代表意識。前二者比較深細隱秘，很難證得和觀察到，一般人只能觀察到意識，還不是很細致，觀察不到意根和第八識。意根的運作極其深細，比意識深細不知多少倍，所以很多講法者只能講個六識論，講不了意根，也有可能講不了第八識，因為對第七識和第八識無法實證到，更無法觀察二者的運作，世界上到處都是六識論，就是這個原因。

一般的學佛人往往都把第六識的功能作用當作第七識或者是第八識的，反過來，又把第七識和第八識的功能作用當作第六識的，互相混淆不清，現在看來，也就不奇怪了。因為第七識第八識太難實證到了，善根福德智慧定力都不足，修行就到不了這個程度。而證得和觀察第六識就很容易，有人稍微一指導就行了，不需要多少福德定力和智慧，意識比較淺故。

本書把意根與意識的區別和聯系進行了深入細緻的解析，便於大家在具體事用處分辨出意根和意識的各自體性，不再混淆不清。把意根和意識的體性分清了，就能容易證得意根，進而能實際觀察意根，才能真正了解自心、降伏自心、改造自心，獲得大智慧和解脫。從理論上得來的知識終究是非常淺薄的，實際觀行得來的，才是真正的智慧，觀行能實證，實證能成佛。而理論終究是理論，理論來自於佛陀的正教量或者是其他人的論著，不是自己親自證得的，實證出來的才屬於自己的智慧結果。

學佛這條路走得長一點以後，每個人之間的距離就拉開了，眾生究竟走在哪個位置上就看得很清楚了。資深的裁判員，從運動員起跑前的狀態，和槍聲響起時的一剎那顯現出來的氣勢，就能判斷出運動員的實力，如果跑了一段路，就更能判斷出運動員的實力了。希望所有學佛者都能修到意根這裏，都能讓意根實證一切法，都能有效的降伏和改造意根，讓意根破除一切無明，轉識成智，究竟成佛。

第一章 意根與意識的區別

一、初學佛的人，很難分清六七識，因為兩個識都對應和分別同一個法塵，連接的又非常緊密，又都是識心，體性比較接近，功能作用相似，很多人或者說無數人都把兩個識混淆在一起分不清楚，往往把意根的功能作用當成是意識的功能作用，因為不識意根真面目的緣故。第七識這個識很特殊，既是根也是識，既屬於六根當中的根，也屬於識心當中的識，有根的作用也有識的作用。

六、七兩個識的體性很微細，比前五識的體性微細得多，所以不容易明了，需要我們多學二者的體性，然後再去細心觀察體會，才能初步掌握六七識體性，從而增長智慧。六七識體性有很多差別，作用也不相同，第六識是對法塵的了知、分析、判斷、思惟、觀行、觀察、推理、憶念、回想等等的一切心識活動，第七識能對一切法做總體的考量和認知，是能緣一切法，隨時隨地做主宰做決定的識心，是出生六識的根本緣。

二、分清意根與意識各自的功能作用，各自的影響力，是完全可以做得到的，關鍵是何種人能做得到，做到什麼程度，什麼人做不到，這就在於每個人的智慧程度了。而智慧的程度也受制於煩惱的輕重程度和習氣的輕重程度，也在於禪定的深淺程度。智慧、禪定和心的清淨程度，這三者息息相關，緊密相聯，不可分割。

意識的體性、功能作用，也許相對於意根的體性和第八識的體性比較容易掌握一些，但是極大多數人仍然無法把捉，仍然處於懵懵懂

懂狀態。為什麼會如此呢？主要是這些法還是比較深細的，如果對佛理了解的不深透，知見不足，內心浮躁，缺少禪定，那就無法細心思惟觀行意識本身的運作，沒有現量觀察智慧，因此比較粗淺的意識體性也觀察不清楚。

這其中也有煩惱遮障的原因，說到煩惱，一般人都認同貪和嗔，不知道愚癡無明也是煩惱的一部分，而且是最主要的部分，是煩惱的根本。愚癡就是心地不明，沒有智慧，沒有正知見，其根本原因也是福德不足所致。如果沒有煩惱的遮障，智慧就很廣大了，意識就能轉識成智，能明了更多佛法之理，能現量觀察很多法的運行，其智慧無法具體言說，又深又廣又細，凡人無法想象。

意根的功能體性，一般人如果沒有過來人引導都不能現量觀察，因為意根的運行行相太隱秘，太深細，初地以上菩薩能現量觀察到一小部分，地前菩薩依善知識教導也許能比較充分的理解，也許能體會到一點點。未開悟者依善知識教導也能證得意根，了解到意根的極少部分功能作用，也能有一些體會，但是可能還談不到現量觀察。

地前菩薩很難現量觀察到所有法在運作過程中，意根與意識是如何協調一致互相緊密合作的；很難分清各種法在運作中，哪些是意識的功能作用，哪些是意根的功能作用；很難分清對於法的了別作用到底是意根的還是意識的，對於法的思量抉擇作用到底是意根的還是意識的，很難分清各個心所的作用到底是意根的還是意識的，更不能分清意根的心所法都有哪些，分不清每個眾生的心所法都有什麼樣的差

別，不同階段的修行人的心所法都有什麼差別。如果地前菩薩煩惱輕微，遮障小，智慧較為深廣，可以依靠善知識的教導，分清意根和意識的一部分體性，煩惱重和無明重的人就無可奈何了。

三、每位意根首長得到的情報信息，他自己還需要思考分析斟酌否？還需要研究加工否？還需要從戰略戰策上作以安排部署否？即使完全同意六識參謀的意見和建議，他是否也要經過自己的思考、研究、分析、判斷，有自己的心思活動，最後才能同意和抉擇？參謀下屬和首長，是否需要各自的心理活動、各自的智慧計謀、各自的手段、各自的經驗等等？當然是需要的，互相之間不能代替，各有各的思想觀點和抉擇，意根和六識也是如此。

外人只能看到下屬參謀的調研工作，看不到首長在決策之前對情報的思考加工過程，於是就說這些決策以及決策之前的工作都是下屬參謀做的，首長並沒有實際做什麼，只是拍板而已。這樣說是否實際情況？我們百分之九十九的人，甚至比這還要多的人，只能看到下屬的工作業績，根本看不到首長的辛苦，因為接觸不到首長，看不到首長工作決策的過程，就認為一切工作都是下屬參謀完成的，首長只不過同意點頭決策而已。

學佛之人往往都是對於自己不知不證的法加以否定，看不見就說沒有，只信自己，不信自己智慧的不足，這是普遍現象，謗法就是這樣造成的。六識論者在娑婆世界遍地都是，因為證不得第八識，證不得意根，觀察不了這兩個能變識的功能作用，就加以否定。還有一些

人，雖然相信有第八識，或者是稍微證得了第八識，但是因為不能證得意根，不能現前觀察意根的運行，就否定意根的各種功能作用，成為七識論者，這也很成問題。

四、問：意根有慧心所，雖然較劣（尺有所短），但是有意識作為其所驅使的工具後（寸有所長），兩相結合，盡可揮灑人生，遊戲於法界，十分的伶俐。這期間能不能分清誰在決策，誰在思惟分析，誰比誰在決策中的作用更大，誰在其中影響支配結果？

答：在世俗界裏，尤其是在六識所接觸得到的六塵境界裏，對於六塵境界的了別和造作作用，除了第八識之外，幾乎都是第七識和第六識和合運作出來的，而且二者體性接近，聯系過於緊密，難舍難分，對於二者的功能作用很難劃分清楚，往往要張冠李戴。但是如果禪定功夫好，思路清晰，也能把兩個識的功能作用分清楚一些。

八個識都能在各自的了別範圍內做決策，決策是思心所的作用，八個識都有各自的思心所，由於分管的範圍不同，抉擇決策的內容就不同，權力大小也不同。六七識的決策作用究竟誰大誰小是不一定的，總體來說、一般來說、大多數時候都是意根的決策權大，意根多數時候有絕對的決策權，不容意識分說；只有在意根沒有經驗拿不定主意的時候，或者是意識的智慧很高有說服力的時候，意根才聽從意識的決策和主張，再作最後的權衡和決策，最後的決策權永遠在意根手裏，祂總是大權在握。

意根沒有經歷過的事情就無法抉擇，很多時候了別六塵的智慧不

足，同樣無法作決策，這時候就要依靠意識了別的結果，進行總體權衡思量，然後再決策。因為意識了別一切法細致入微，有細致分析思考的能力，有推理判斷的能力，有想象思惟的能力，邏輯性強，對六塵境界掌握的信息就比較準確，意根就要依靠意識這種能力，掌握一切法的細節和全貌，再作以總體的全方面全局性的思量，可以叫作高瞻遠矚，最後做出決策，六識就要執行。從這裏可以看出，意識能影響支配一切法的運行和結果，意根本來的固有的習慣和經驗也能影響一切法的運行和結果。至於說影響力哪個大，這是不一定的，要看具體情況而定。

五、定中出現什麼境界都屬於六塵中的法塵境界，都是意識了別的內容。心裏現出一個境界相，識心就知道了，這是獨頭意識的知。因為這個境界相和外邊的六塵境界沒有關係，屬於獨影境，所以只有獨頭意識能了別。

意根也知也了別，而且是先知先了別。但是意根不能具體而細致的了別，況且意根了別了境界，究竟祂了別了什麼內容，我們也就是意識還是不知，了解不了祂到底了別到了什麼情況。如果意根能獨自處理任何境界，也就不需要意識來了別六塵境界，如果意根能夠細致了別，知道具體內容，意識就沒有必要出生了。但是當意識轉識成智以後，就能逐漸的觀察和了知到意根的思想 and 了別內容。

現在我們知道一個總原則，就是意根能知道很多法，知道的可能不細，比較粗略，知道一個大概大體，但是不管祂怎麼知，意識由於

無明的遮障還是不知，那就是我們不知。我們學佛修行一方面就是讓意識轉識成智有大智慧，把意根所知的法全部挖掘出來，我們就能有智慧知一切法。如果意識能知一切法，那我們就能夠很好的處理任何境界，那時候於法就無礙了，生活在世間就會很自在。

六、意根與意識，幾乎黏在一起，不好分開，要證得意根觀察意根，就非常不容易，也許比觀察第八識還要困難一些，愚者難分根與識，就是這個道理。八個識，都是從作用處證得，因為都是無形無相的識心，所以五識不能發現這些識心的功能作用，只能是意識發現和證得，繼而意根隨同意識也能證得這些法，意識要從八個識運作的行相上來證得八個識、觀察八個識。

任何一個法的運作裏，都有意根和意識的現行，二者形影不離，有意識必有意根，意識在前臺工作，意根在幕後垂簾聽政做指揮；意識處明，意根處暗；意識專門搞觀察統計分析，意根最後拍板定案；意根直接從如來藏那裏取得信息，意識間接享用如來藏的信息；意識是意根的助手和同謀，意根是意識的靠山和依賴；意識是意根的觀察使，意根提供意識信息源。二者密切配合既能上天，又能入地；既能坐佛寶座，也能睡地獄鐵床。

七、俱生我執是意根的還是意識的

意識是否有俱生我執？俱生，就是與生俱來。意識剛剛出現時，不辨東西南北，一無所知，當然更不知道所謂的我，也不知父母兄弟姐妹，所以沒有我執。嬰兒意識所表現出來的，全部是意根教導和熏

習的，所以意根才有俱生我執，意根也不用再出生。環境和父母暫時還熏習不了嬰兒，意識需要逐漸被教導，才能漸漸懂得一切法、所有法，不管是被自己的意根教導也好，還是被他人教導也好，還是被環境熏染也好，反正意識對於一切法都要一一學習，沒有先天就會的，也包括對自我的認知。

意識最初都是被意根教導和熏染的，生出來時，就是被意根調教出來的，祂必須受意根支配，沒有任何原則和主見。意識在母胎裏的所有表現，更是全部隨順於意根，沒有一絲毫自我主張。出生以後的意識，也是完全隨順意根的意志和習氣，沒有一絲毫自我主張。直至後來被環境熏染，被他人教導以後，才能有一些認知，才有一些自我主張。

孩子的天真就在於，完全是自我內心（意根）的表現，沒有虛假，沒有偽裝，沒有意識的遮掩，是意根的直性和率性而為，意識不會控制意根，不會偽裝意根。從孩子身上能直接發現意根的特性，孩子天生就有貪心，那是意根的貪，天生就會生氣，那是意根的嗔，天生就是愚癡，那是意根的愚癡。孩子天生聰慧過人，那就是意根的智慧，天生的就有某種特長，那就是意根才能。凡是天生的，不用後天特意學的，都是意根的。

當我們實在分不清意根和意識的時候，就要考慮沒有意識是什麼情況，意識作用微弱時是什麼情況，意識剛剛出現和即將滅去是什麼情況？這些情況全部都是意根特性的表現。

八、一念相續是意識心的還是意根的

二者同時都在起用，意識心一念相續時，是一種定境，心住一個境界，少於分別，傳遞給意根的信息就少，這時意根的攀緣就少了弱了，祂的注意力就能稍微集中一些，分別的慧力就強一些，同時祂的思量性也增強一些。如果以這種定力參禪和觀行佛法，意根的作用就增強了，實證佛法就容易些。意識要一念相續，必須意根也要長時間的緣於這一念，否則意識就要消失，無法相續。凡是意根不緣的法，意識沒有理由單獨緣，因為根本就不能有意識。

九、意識有知性，意根也有知性，自知，就是自己知道自己的對錯，這就是證自證分。這是在說意根，是意根把第八識的功能和六個識的功能，都當作是意根自己的功能。意識的自知性，就是意識對自己的觀察，是意識了別意識，這個比較容易。而意識了別意根的知性，比較困難，意識不容易了別意根的知性，而意根了別自己，也不太容易。只有意識和意根煩惱消除、遮障消除，轉識成智，都有大智慧時，意識才能觀察到意根的運作，了知意根越來越多的性質和運行規則。

十、意識和意根在了別業種上的區別，比如自己今世與冤家相見，一定要報復冤家，是自己的意根想報復還是意識想報復呢？最開始一定是意根想報復，因為意根經歷了前世的事情，與業種相應，了知自己與冤家的因緣，所以一定是意根要報復。意識並不知道自己（意根）為什麼仇恨冤家，但順從於意根也想報復時，就要想報復的辦法，付諸於行動。

意識有時有理智，有時無理智，有時想勸說意根，有時就自動當意根的幫凶。具體的報復措施由意識施設，辦法由意識思惟，手段由意識設計，最後由意根決定，一切行動由意根作主推動。如果意根不拍板，意識就不能採取報復的行動，意識的運作從來就沒有離開意根一絲毫，二者緊密相連，互相依靠。

十一、在了別業種時，如果意識能了別到，那是意識心隨著意根了別的，意根是依靠於如來藏了知的，但必須在意識入深定以後才行。意根對業種的了知表達不出來，意識了別業種以後就能描述出來，說不清道不明的是意根的了別，能詳細述說出來的是意識的了別。如果想要自己有大智慧，能清楚的了別業種，就要努力降伏煩惱，煩惱越輕微，遮障越小，智慧就越深利，六七識就能轉識成智，二者和合就能了知更多的法。

轉識成智是斷除煩惱以後的事情，在斷我見和明心見性，獲得初禪定以後的事情，轉識成智以後，意根意識的功能就得到很大程度的開發。修到無漏無煩惱，才能出生甚深的種子智慧；有煩惱時，心就有漏有遮障，智慧就低劣，看不清楚事實真相，看不透人事物理的本質。

十二、有重大的事情要發生，身心會提前出現各種反應是怎麼回事

意根能了別業種，根據業種知道要發生重大的事情，於是色身就會出現異常反應，但是祂沒有名言，不能用語言文字明確表示出來，

也沒有思想讓意識知道，意識就無法確切知道有什麼事，也就不能採取具體的措施和對策，只能任由事情的發生，直到事情發生了，意識才了別到是怎麼回事，還有提前一年就有預兆的，意識都不知道到底有什麼事情要發生。

意識能具體了別六塵境界，而意識不能直接清楚了別業種，業種還沒有完全現行時，還不屬於六塵境界，因此意識無法清楚了別。意根了別將要現行的業種，只能發出模糊不確切的信號，如身體的異常反應，內心的喜悅或者是恐慌不安，意識如果有智慧就能以此信號解讀出這些信息的內涵，但是一般人的意識比較愚木不伶俐，往往是解讀不出來的。

意根了別將要現行的業種以後，為什麼會引發身心上的反應，比如說感覺胸悶煩躁、坐臥不寧等等徵兆呢？因為意根執身，祂有心理反應時就控制大腦神經元能直接牽動身體，讓身體出現各種變化。意根在腦部活動，了別大腦中的全部法塵，包括六塵的信息，祂的識心一動，就能直接牽動腦部的神經系統，神經系統再同時快速的擴散到全身，全身就會出現反應。

意根的識心認知不同，感受和情緒就不同，觸動著大腦的神經系統就出現不同的反應，身體的反應和活動就不同。有佛力加持時，意識不知道，而意根知道，就會促使身體出現各種反應，有麻酥酥的感覺，內心喜悅，淚水直湧。念佛念經念咒時出現的感應，都是意根感應出來的，意識卻不知道。當我們打坐坐到心裏非常靜時，就能體會

到心裏只要有反應有情緒，腦部的神經就跳動起來，幾乎同時身體就有各種反應，這說明意根一直在調控著色身。

十三、意根思量與意識思惟的區別

二者思惟量度，一個（意根）籠統，一個（意識）細致；一個（意根）深，一個（意識）淺；一個（意根）可連續不斷，一個（意識）斷續；一個（意根）更有是全局總體性的，一個（意識）是片面局部性的；一個（意根）與前世經驗經歷能連接起來，一個（意識）最多能帶有當世的經驗；一個（意根）快速伶俐，一個（意識）需要一定的時間。因為意根需要掌握人事物理的全局和概貌，貫通古往今來，具有總體的決策權作主權，因此祂的思量不可能深入細致到事理的細微處，這需要意識做參謀和助手，依靠意識的細心了別和分析思惟才能清楚。而意識作為意根了別六塵境界的工具，只能配合意根，彌補意根的不足，為意根提供詳細的資料，滿足意根所需，因此思惟就要很細密和具體。

意根了別六塵境界的智慧不強，由其所處的領導地位來決定，因為意根能見一切法，默容一切法，需要思量管理一切法的全貌和總體，導致祂對於塵境不能再做具體而細致的了別思量，而且這部分有意識可以分擔和佐助，二者配合一下就可以了。而意識相對於意根，了別的內容相對就少些，而且還可以專注了別，因此就能了別清楚和透徹，局部智慧力就強。

意根的恒審思量性永不停息，只要第八識能變現出的法塵，意根

都可以緣到，然後就能思量。而意識的思惟就斷斷續續的，要受許多條件限制，條件不具足，意識就不能出現，或者不能思惟。

十四、意根在定中定外都不能代替意識作推理分析思惟，意根的思量與意識的思惟有一定的差別。推理、分析、思惟是意識的功能體性，這是很明顯的，意識與語言文字覺觀相應，意根不能作推理分析這樣細膩的思惟活動。意根那種特殊的思量、量度、度量方式，意識也不容易發現和掌握，即使證得了意根，了別了意根的運作，意根的那種思量方式，也很難觀察和掌握。

意根不一定比意識更有智慧，這要看在哪方面，在了別六塵境界方面，意根沒有意識有智慧，沒有意識有細致入微的了別性，沒有意識了別更清晰更透徹。但是意根由於無始劫以來沒有滅過，經歷過無窮無盡的事件，其經驗和智慧也非常豐富，有時了別重大問題要比意識更有智慧性，是經驗老道的原因。

一切法都是由意根作主抉擇的，意根又相信現量觀察，只能相信自己的思量性，那麼要想實證某些法，就要想辦法讓意根自己親自思量，親自參與其中，其思量的結果，意根就直接認可了，不用經過其它程序，比較快捷。

十五、每個人都應該多磨礪一下自己的頭腦，少磨嘴皮子。動腦總比動嘴強得多，因為有一個強有力的頭腦，才能獲得智慧和福德。大腦的功能以意根為主，嘴皮子是意識的功夫，哪個功能更強大，更能解決問題？動腦子很累，動嘴皮子不費勁，很多人就不動腦子，只

動嘴皮子。動嘴皮子能解決什麼問題？思惟深邃者言語少，話多之人思惟淺，一個是意根用的多，一個是意識用的多。意根與意識的關係就是如此，此消彼長，一個深，一個淺。是深好還是淺好？

十六、佛說：汝意不可信，慎勿信汝意，證阿羅漢果才能信汝意。

信，分為深信和淺信，真信和假信。深信和真信就是意根內心深處的相信，淺信和假信就是意識層面的膚淺的相信，意識故意裝信而意根並不相信。意，一個是意根內心深處的知見、觀點、看法和主張；一個是意識的知見、觀點、看法和主張。

相信自己的意思，有不同層次的區別：一、意識相信意根的知見、觀點、看法和主張。二、意根相信意識的知見、觀點、看法和主張。三、意識相信意識自己的知見、觀點、看法和主張。四、意根相信意根自己的知見、觀點、看法和主張。這是意根的證自證分功能。再加上，意識相信時，意根並不相信，意根相信時，意識卻不相信等等諸多情況。

因為意根有根深蒂固的無明和染汙，有根深蒂固的我見和邪見，無始無明與生俱來，不可扭轉；可是因為無明，眾生的意根卻深深的相信自己的邪見，不肯受化，以至於生生世世主導意識具有邪見，造作無明業染汙業，生死輪回不斷。世尊為度此類眾生，讓眾生回光返照自己的無明煩惱，就告誡眾生，不要相信自己固有的知見，等修證到四果阿羅漢，斷盡我見我執，心得清淨，智慧解脫時，才能相信自己的知見和觀點。在此之前，由於煩惱的遮障，智慧不足，知見不正，

如果對自己的知見深信不疑的話，就無法出離無明坑，得以解脫生死。

十七、意根因為有遍計所執性，也有自己獨特的思量性，當意識不起用時，意根可能還在獨自不斷的思量著，不斷的執取著，不肯放棄，到一定時候，意識就可能突然明白某件事情、某個道理，突然就想起了某些人事物，這是意根執取思量的結果。比如說，接觸到某個問題，意識心沒有想明白就放棄了，也可能不想了，可是不知道什麼時候，意識心突然就明白了，原來是這麼回事。這是誰的作用呢？這是意根的作用，祂在背後暗暗的思量著，並沒有與意識一起放棄，最後終於思量出結果，意識就明白了。

再比如有時好多年前的事情，意識根本不想了，早已忘了，可是在某個瞬間，意識卻突然想起來了，意識從來沒有思惟過，沒有惦念過，這是怎麼想起來的呢？原來是意根一直攀緣這件事，遇緣就把這個信息丟給意識了別，是意根在背後暗暗的執取出來的。還有在打坐時，意識靜下來，幾乎不思惟，沒有了心念，可是突然就能想起兒時的不重要的事情，這是誰弄出來的？是意根執取攀緣出來的。

意根因為沒有降伏自心，還在到處攀緣作意，不肯停歇，不懂得萬法虛妄的道理，什麼法都會執著和執取，六識就會很繁亂，不寂靜，身口意就不清淨。只有用萬法虛妄之理不斷的熏染意根，意根才能逐漸的消除其遍計所執性，少於攀緣作意，身口意就清淨了。學佛思惟觀行佛法，要深入到意根，多利用意根的優勢，多發揮意根的功能作用，多深入到意根，所有的佛法就能很快的實證，就能獲得大智慧。

十八、不信佛的那些人，也跟著喊無我，好像真知道無我似的，其實根本什麼也不懂，那個意識心，顯得特別虛假，非常不實在，其實心裏時時處處都是我。這種人口是心非，心口不一，意識與意根嚴重不一致。

心口不一，口是心非的意思，口業是意識的功能作用；心，指意根，有些時候，意識與意根不一致，意識是浮淺的表面作用，意根是深層次的心理作用。口裏說是，心裏不認為是，意識是浮淺的口行，意根是深層次的心行。那麼看一個人是敷衍塞責，還是真誠以待，就知道此人說話是停留在意識表面層次，還是來自於深層次的意根。中國漢字詞語的組合，也反應出了心理學，還是非常有道理的，也有符合佛法道理的。

十九、問：俗話說，一心不能二用，指的是意識，意識不能同時思考或進行兩件事。但是意根遍緣一切法，或者是一個法尚未攀緣完，又攀緣另一個法，因為間隔時間為剎那，時間太短；也可以理解為同時攀緣多法，在這其中是否就是區分意識和意根的好時機？

答：世俗法裏講的一心不能二用，意思是一心如果是二用多用，用的就不好，精力分散，心就粗燥，了別不細致不清楚，思惟不清楚，不能出智慧。實際上意識六識是可以二用、三用和多用的，因為普通人的定力很差，慧力也很差，精力稍微分散，對六塵境界就了別不清楚，考慮問題就不細致不周密，表現為粗枝大葉、馬馬虎虎、稀裏糊塗、不知所以然，智慧比較低劣。

意識心沒有禪定的訓練時，要想思量考慮好某個事情，必須專一思惟，否則就考慮不清楚。當意識有訓練定力好時，可以一心多用，同時緣幾個法，有些時候也能做得好，而定力非常較好時，時時都能一心多用。比如世俗法中所說的眼觀六路耳聽八方就是這樣，只是不能太細思惟，在總體上都能安排好。比如說有的人在大事臨頭時，往往表現很鎮靜，此時所有的精力能力都調動發揮了出來，各種事情考慮安排得很周密，大腦高度旋轉，工作速度驚人。世俗人做工作時有時也是這樣，各人的精力能力大不相同，定慧就有區別。

意根同時能攀緣很多個法，並且也能剎那連續、相繼不斷的攀緣多個法。如果祂要攀緣六塵上的法，意識必然隨之了別，所以意識也是能攀緣多個法。區別意識和意根，還是要在作主性上、作決定上區分比較容易，在習氣、慣性作用上容易區分，在突然間發生事情時，容易區別意識和意根的作用，在淺層次的心理作用和深層次的心理作用上比較容易區分意識和意根。

二十、感應的事，還是意根的事，意根隨如來藏無所不知，只是意識不知而已。當意根知道某些特別的事情，就有色身或者情緒上的反應，渾身毛骨悚然，莫名其妙的喜悅，內心焦躁不安，內心惶惶，神情肅然等等。人們所做的一切秘密事，能瞞得了意識，瞞不了意根和如來藏，因此未來都有果報。人們之間不知不覺的疏遠和不知不覺的親近，就是因為意識所不知道的某些事情。所以我們要善於守攝自心，不犯絲毫，心地清淨，業種清淨，果報就清淨。

二十一、意根做主宰，一方面也要聽從意識的分析判斷和決定，然後再加以思量抉擇，作主作決定，指揮六識的身口意行。比如當貪嗔癡煩惱現前時，意識能理智的思惟說：這樣煩惱很不好，修行人不該有貪嗔癡煩惱，趕快冷靜的降伏自己，這一想法傳遞給意根，意根就會思量說：是不好，那就不要再有這樣的心行了，於是在身口意行上就有所收斂。

起思惟、分析、判斷的是意識心，意識有反觀力，能反觀到自心煩惱，意根很難反觀自心的心行，因此就要依賴意識的理智來暗示和督促自己，然後再小心的作主作決定。意根也是第八識輸送識種子生出來的，自己不能決定自己的存在，不能自主，因此也沒有自性。

意識學佛明理以後再熏意根，意根受熏就決定改變自己。第六識和第七識這兩個識，雖然都是識，面對的內相分法塵是一樣的，可是體性卻有很多不同，多細心思惟二者的區別，慢慢就能把二者區分開，不再混淆不清了。

二十二、有人說：給意根什麼暗示，意根就會實現什麼，不管是正面的或是反面的，意根沒有道德認知，沒有對錯感覺，只有慣性習性。意識有道德約束，有羞恥心，有責任感，所有這一切，意根都不具備，也無法具備。意根是直心，祂積累了無始劫來的所作所為的痕跡，只要當機，就去實施，當中沒有任何對錯、高低、責任、榮譽、所失、所得等的價值約束。本能、直覺、率性等等都是意根的體性，祂不掩飾、不妝扮自己，沒有虛情假意，沒有功利成份。這些說得都

對。

意根主要是無記性的，不知善惡觀念，沒有是非判斷力，從這點上看，祂的了別慧劣。意根屬於最原始性的，原始性的也單純，也愚癡，也直性，也渾厚，也深沉，也智慧，也伶俐，看祂從前和現在熏習了什麼，是否被熏習成就而論。

意識狡猾，聰明智慧，心不直；但也正直，也純潔無瑕，也坦誠，這也要看從前和現在熏習了什麼。意識也善也惡，惡時，也許比意根惡，能教唆意根；善時比意根善，能引導意根。意識愚癡時可能比意根愚癡，智慧時比意根有智慧得多。

意識比較心機，因為祂有思惟分析使計謀的能力。如果別人想刺探自己的隱私，意識在清醒時絕對要隱藏；意識在不清醒時，意根就不能被意識教唆，有什麼就顯露什麼，不會隱藏，因為祂判斷不了善惡利弊，沒有價值取向，比較真純。

二十三、一切法雖然由意根遙控，但是顯現和變現卻由如來藏作主。遙控器無論怎樣指揮，最終還是由熒屏顯示。讓哪個識生起，是如來藏的功能，不是意根思心所的作用。意根只管決定見聽嘗觸就行了，如果祂想見色，如來藏就自動配合，在此種色塵上出生眼識意識，意根不想看時，就轉移注意力，不作意，不抉擇，識種子就在此種色法上消失，或者是不在此種色法上出生，這是如來藏法爾如是的功能。

至於如來藏流注出識種子，為什麼會分別形成七個識，這還是個極大的秘密。意識能具體分別名相和概念，意根卻沒有名言概念。

祂就像如來藏一樣，如來藏雖然能變現出不同的六塵境界，祂也分不清楚色聲香味觸法，沒有名言，不懂概念。意根大概也如此，只知道對應境界，具體也不知道色聲香味觸法的概念，不會歸類。就像機器人能做很多事，但是它也分不清楚究竟做了什麼，為什麼要做，只是按照固定的程序做事。

機器人的程序是人為設計的，如來藏的運行程序和法則卻沒有人設計，七個識的運行法則也沒有人設計，無始劫以來一直是這樣，叫作法爾如是，但是七個識的法爾如是和運行規則隨著修行能有所改變，如來藏的法爾如是無法改變。雖然成佛以後的如來藏功能作用與眾生的如來藏有所區別，但那只是恢復本來面目。

在一切法上不僅有佛性的運作，也有如來藏本體的運作。因為如來藏有作意觸受想思五遍行心所法，祂就有識別性，有祂特有的功能作用。如來藏雖然有識別性，但是祂無心，不能識別具體的內涵，不會把六塵分別出色聲香味觸法來，不像六識的那種分別性。人類的語言很難表達這些內容，只能意會，無法如實細致的言傳。意根的了別性是介於如來藏和六識中間，比如來藏具體，比六識概略。

二十四、意根對一切事情都能作主，但很多時候也要聽從意識的知見看法，所以意識有時能說服引導意根。意識通過分析思惟等等心理活動，把分析的結果傳遞給意根，意根了知後，就要思量如何處理，採取什麼辦法，然後作出決定，六識就要服從決定。

理智，通常是指意識心，因為意識能了別具體六塵境界，能對六

塵境界分析、思考，從而作出合情合理的判斷和抉擇。如果不經過意識的思惟就作出沖動性反應的，就是意根。不用頭腦分析思惟馬上就應對的，都是意根的沖動性和慣性作用。意識有愚癡性時，往往不能或者不習慣於思惟分析，就讓意根直接做決定，那是按照意根的習氣做出的，往往是錯誤的，有煩惱性的。後來意識覺醒了，認為那樣做可能不對，於是把分析的過程和結果傳遞給意根，意根了知後就重新思量該如何做最合適。有些時候，事情太急了，意識來不及思考，意根就根據自己的慣性和經驗，直接作出反應，比如突然剎車，手被咬被燙，突然甩手等等應急措施。

二十五、顯境名言的意思是，七識心與心所法，能夠共同的把各種境界烘托顯現出來，讓他人理解和明了。七識心都有這個功能，不僅僅是意根有這個功能。表義名言，用字、詞、句把內心的思想和境界表達出來，以讓他人理解和明了。這是意識所具有的功能作用，意根沒有，五識也沒有。

表義名言，分為語言文字和覺觀思惟，覺觀思惟也是意識的特性，意識能明了六塵境界，之後就能對六塵境界起覺觀，起思惟。意根沒有這種表面的功能作用，祂所起的作用是隱蔽的、深邃的、暗暗的、難以覺察的，其作用相當大。如果兩個識的識種子少於分流，少於分別其他法塵，那麼了別慧就能更加強大，其作用力也相當大，能攻克一切法。當定力增強時，六七識的顯境名言作用突出，意根的作用突出出來，得到充分的利用和發揮，其了別功能就會更加強大，對一切

法可能都能思惟透徹，智慧湧發。

二十六、從任何一個方面任何一個角度來看，意根就是眾生真正為依托的假我，是最主要的我，而且這個我一直都在把五陰身當作我，把六識的功能作用當作我，把第八識的功能作用當作我，認為所有的功德作用都是祂的功德作用，一切法的作用都是祂的作用。

意識也是一個假我，有明顯的見聞覺知作用，眾生都是以意識的見聞覺知為主，以意識的行為造作為主，當意識沒有見聞覺知時就說我沒有見聞覺知了，當意識沒有行為造作時，就說我不能說話不能思想了。這個眾生就是意根，祂依賴著意識的見聞覺知和行為造作，才能達成自己的目的和意願，沒有意識和意識的行為造作的時候，意根就無法在六塵當中有所作為，五陰身表面的功能作用也就消失。這是意根所不情願的事情，所以修定讓六識少於造作或者不造作，意根一開始是受不了的，修定就很困難，意根總是要掙紮著反抗。

從另一面來說，意識的見聞覺知和行為造作，都是意根支配和主導的結果，兩個識一明一暗的互相配合著，幾乎所有人都把這一切活動當作是意識單獨的活動，絲毫觀察不出意根隱秘的作用，埋沒了意根的功德，不知道意根是這些活動的主宰，不知道意根才是主人，是眾生真正的假我，解決意根的問題就能解決一切問題。

二十七、其實很多人是能夠觀察到自己意根的，只是不知道那個心那個作用就是意根，因為分不清意識和意根，就把意識和意根混合為一個整體我，變成為自己觀察自己心的各種狀況。

比如說，意識觀察自己的能力和感受如何，裏面有意識的能力感受，也有意根的能力感受，而通通都當作意識的能力感受。再比如意識觀察自己是否能接受某種觀點看法，觀察之後，發現自己非常想接受願意接受，可是內心還不能接受，願意接受的就是意識，不能接受的就是意根，而不知道是意根不願意，還以為是所謂的自己不願意。意識如果發現了自己改變了認知和觀念，願意接受某種建議，改變了觀念和認知的就是意根，意識還是以為所謂的自己，不知道是意根。

這些事例非常多，說明意識是能夠觀察到意根，就是分不清意識和意根，往往都是混合在一起的，如果說其中有意根的作用，那麼大多數人就反對說：不對，那是意識。這恰恰說明了大多數人都把意根與意識弄混了，分不清哪個是哪個，煩惱遮障，智慧不足，沒有轉識成智之故。

二十八、造夢師是如來藏，祂根據意根的心思、心念和想法而造夢，造出夢以後，意根在夢裏就迷失了，不知道自己是在夢裏，對於夢裏的境界還是很執著貪愛，誤導意識在夢裏造作。意識也分辨不出夢裏夢外，就對夢境生出歡喜和憂悲苦惱的覺受，認境為真。意根裏有很多的機密，都是從如來藏那裏得來的，意識僅僅了解極少一部分，也許一點也不了解，因此才說意根有機密。

意根管理著如來藏的庫房，看守著如來藏，意識管理著意根的庫房，看守著意根。被看守的人有財寶，看守的人享受財寶；被看守的人是主，有大用，看守的人是奴，靠主吃飯。

二十九、心口不一時口說與心想分別對應哪個識？

在日常生活中，我們常常遇到口是心非、心口不一的情況，譬如內心嗔恨某甲，表現出來的口行身行卻是慈悲與關愛，隱藏了內心的真實想法。那麼這種內心的真實想法是意識的心行還是意根的心行？我們普通人能反觀到這種狀況，應該屬於意識，真實的內心與意根相應，應該屬於意根。但是意根是作主識，表現出來的口行身行是六識隨順意根的結果，那麼這種慈悲與關愛也應該是意根的心行才對。可我們反觀到的所謂內心真實想法即嗔恨某甲，卻表現為慈悲和關愛，並不是內心的真實想法。問題到底出在哪裏？

當意識與意根的心行不一致的時候，意識的力量強大能壓過意根，意根就不得不順從意識的心思，允許意識按照他自己的想法說話表達自己，但意根在做事時仍然要按照自己的本意，這樣意識的行為僅僅代表自己，不代表意根。不是意根的意思就是弄虛作假，心口不一，世俗所說的不是摸著自己的心說話就是這樣，意識不按照意根的本意說話表態。那這時候應該明明心裏是嗔恨，可意識不願意把嗔恨的心理表現出來讓人知道，因為如果別人知道了，就會認為自己不好沒有德行，於是意識為了顯示自己有德行，就表現為對人很慈悲和關愛的樣子，為了讓他人對自己有好的評價。

假裝的時候，完全是意識的偽裝，意識能想出計策或者是陰謀詭計，強制意根同意，意根在沒有主意的情況下，也聽從意識的安排。一旦意識放鬆了警惕，不再看管意根，意根就會按照自己真實的想法

行事，這就現原形了。沒有意識偽裝的心行才是每個人真真正正的德行和修為，這時候意根有沒有修行，就能看得出來了。

意識對意根能起一定的作用，如果意識的主意和想法順應意根的心行，意根就會完全同意，非常迅速的就能拍板做決定，沒有猶豫。如果意識不順應意根的心行，意根就要考慮考慮思量思量，再做決定；如果意識的分析力特別強，說服力也強，意根雖然不太贊成，也會勉強同意；如果意根的立場非常堅定，那麼意識就無法讓意根順從和同意；如果意根非常固執，意識也無法說動意根。

如果意根不受意識控制，完全按照自己的心行行事，這個人就會很豪放，很天真，很淳樸，很任性，很固執，表現的都是自己的本色，好就是好，不好就是不好，個性很強。如果有意識調控，那意根就不能完全表現自己的本色了，要有不同程度的偽裝，尤其是在人前，在有厲害關係的人前，一定要偽裝一下。這是意根還不夠好，所以才需要偽裝，有在意的人和事，就不能率性而為。

一個人的本性如果是撒謊成性謊言累累，說明意根的本質很惡劣，如果意識不加以調控，就永遠不能改變，如果意根沒有撒謊的習慣，不喜歡撒謊，有的時候意識偏要撒謊，遮掩一些事實，這就是偽裝，意識對意根進行邪教導。

三十、有懊惱自責的心是哪個

早上起床時一個心想起床，一個心不想起床，結果是沒有起來，把重要的事情耽擱了，然後就生氣懊惱自責，哪個心想起床》哪個心

不想起床？誰在懊惱，誰在自責，誰在生氣？

意識有理智，意根沒有理智比意識要貪，貪韻味貪感受。早晨醒過來之後，意識理智，覺得應該起床，早點收拾好出門辦事去。可是意根因為貪韻味，就顯得比較懶，不決定起床，貪著舒服的感受。因為意根是作主識，不想起床就會繼續躺著，最後意識的理智越來越大，不斷暗示意根應該起床了，最後意根明白必須起床準備，不能再貪著了，於是不得不決定起床穿衣服。這個決定如來藏照辦，六識就配合起床。從這個事例看出，意根有受，不一定是舍受。

因為晚起床耽誤了事，最開始生氣懊惱自責的一定是意識，因為意識思惟能力強，知道耽誤了什麼事，有多重要。意識懊惱自責之後，意根也就知道了自己的過錯，可能也要後悔自責。如果意根不後悔自責，只是意識單獨後悔，意根就不會改變，下次還會犯同樣的錯誤，同樣賴床不起來。

很多人出錯懺悔自責，過後還會犯，那就是意識懺悔自責，意根不懺悔，錯誤就會一而再再而三的反反複複犯，不長記性。犯了改改了犯，就是意識，以後不再輕易犯錯，就是意根長記性了。肉改骨頭不改，說明是意識表面的改，意根不改不承認有錯。

意識明白什麼道理，想做到，但不能作主，必須說服意根同意自己的想法，或者是強迫意根同意，意根同意就決定，於是就做到了。如果是意根勉強同意，心裏還不願意，同樣的事下次不一定能做得到。意根如果沒有明理，經常被意識強迫，意根心理就有怨氣，怨氣早晚

會爆發出來，如果不爆發心理就會鬱悶不已。意識沒有說服意根的時候，一旦放鬆督導，意根的本來習氣就現前。所以意識造假，不能長久，總有露餡的時候。

第二章 意根與意識在具體身口意上的區別

一、意根與意識的區別，比如說自殺這件事，如果意識想跳樓自殺，而意根不想自殺，意根就不會作出自殺的決定，不會採取跳樓自殺的行動，否則肯定就跳樓了。意識總是想自殺，意根不願意死亡，就會躲避自殺，於是意根就害怕和躲避與自殺有關的凶器，命令意識躲開各種能導致自殺死亡的凶器。

意識思惟到自己活著沒有意思，生活環境不順心就不想活，可是意根貪著壽命，不想死，二者僵持不下，就可能會出現精神分裂症，意根決定吃藥治療。如果意根想自殺，而意識不想自殺，意識就會千方百計找理由活下來，意根如果被意識說服，就決定不採取自殺的行動；如果沒有被說服，就依然故我的決定自殺，那結果一定是自殺不可了。

二、善意的謊言、惡意的謊言和撒謊成性張口就來，這三種情況，意根和意識的心行有一定的差別。善意的謊言，意根不是染汙的，意識也不是染汙的，兩者都與善相應，是為了他人的利益而著想的行為。惡意的謊言，意根是染汙的，意識也許不惡，但要聽從意根的指揮，協助意根編造謊言；也許意識同時也是惡意的，二者互為幫凶，同時

造惡業。

謊言成性，隨口就來，這是經常撒謊，是意根的習性，意識已經把意根完全熏染了，意根就喜好以謊言來騙人，骨子裏就具有欺騙性，以至於習慣成自然。意識也不覺知，從來不覺悟自己的惡習，這就需要他人常常提醒，讓他知道撒謊騙人的果報，才能慢慢扭轉過來這個惡習。小的善意的謊言多了，也能造成撒謊成習，也不自覺知，那就麻煩了。如果不是有關生命等等重大問題，小的善意的謊言最好也不要。

三、無名火和無明火，有什麼區別呢？無名火是說不出原因的發火，沒有原因，沒有理由的發火，意識不知道為什麼心裏（意根）就是不高興，想控制（意根）不發火卻控制不了，意根非要發火不可，這是來自於意根的火，意根的火極大時，意識暫時就控制不了。

如果是意識想發火，意識就會越想越氣，剛開始不覺得有什麼事，也不在意，不太理會，可是琢磨琢磨就覺得不對勁，越想越不對勁，於是就發火了，但是意根不一定生氣，意根不生氣時，意識發火就是假生氣，表面（意識）生氣，而心裏（意根）不生氣。這是意識熏意根，讓意根決定發火，意根本來無所謂的。有時發火沒有理由，意識都不知道為什麼發火，還一直勸導自己不要發火，這就是意根的事情了。

無名火是意根熏意識，而無明火包括三種，一個是由意根無明發出來的，一個是由意識的無明發出來的，一個是由二者共同無明發出

來的。意識的無明比較好辦，只要認識了正確的道理，就能受熏，從而明理；意根的無明就不好辦了，不好說服，也不好勸導。如果二者同時都有無明火，這個人根本就一點理智也沒有了，這時有人去勸導，不僅要挨罵，還會火上澆油，火焰會越來越高，一發不可收拾。

意根發火的決定，有主動和被動兩種，主動的是意根自己發的無明火，被動的是意根被意識熏染牽制而決定發的無明火。有的人表面發火而心裏並沒有氣，這是意識表面的氣，也許是裝出來的，也許是因為有禪定的原因；有的人表面硬裝鎮靜，實際上心裏已經氣得不行了，這是意根強烈的火氣，而意識還有一些理智，一直在控制著意根不要發火。

有時心裏一邊想不應該生氣發火，這是意識的理智思惟，可是一邊卻不斷的在生氣發火，這是意根的火氣大，不受意識理智的操控，不聽意識的勸導。想控制的是意識，不能被控制的是意根。如果意根發的火太嚴重了，意識就得控制一下，稍微控制一點以後，然後意識再說理，給意根講道理，分析利害得失，熏染意根，時間長了就能起作用，把意根降伏下來。

四、虛情假意是意識心表現出來的把戲，既膚淺又不真誠，其目的是為了騙取他人的好感，取得他人的信任，這也可能是受意根的指使和驅動的結果，受意根我執和執我的煩惱習氣所熏染和指揮時，意識不得不把一個虛假的自我呈現給他人。率真而憨直是意根的本性，因為意根沒有意識這個助手和幫凶，就不能弄虛作假，不能籌謀算計，

只能表現為天然的習氣。世俗人一般來說都會演戲，也都會搞虛情假意，甚至兩面三刀，一面微笑（意識），一面腳下使拌（意根）；一面甜言蜜語（意識），一面暗藏殺機（意根），這就是意識與意根和演的詭詐。

而意根憨直，是怎樣就表現為怎樣，不會阿諛奉承，也不能阿諛奉承使計謀，不能也不會聲東擊西，不會甜言蜜語，不會虛假的微笑，不會演戲，但是依著祂的煩惱性，意識就要這樣做。當聖人們修到意根時，降伏了意根的我執，不再執我，意識就跟著也憨直了，其心性就直而不曲，不會曲意奉承世俗人，不會說話繞三圈才表明自己的本意。世俗人的世智辯聰和善於權謀，在世俗裏是受人歡迎的，而道人則心地質直而率真，毫不做作而曲意逢迎，因此不與世俗合，雖然身在俗中，而心常遠俗，雖在世俗混，心不與世俗合。

意識有時撒謊騙人，意根本身也許不想那樣做，而意識認為這樣做有好處，能得到某種利益，意識把這個看法傳遞給意根，給意根以邪教導，意根知道自己能得利益，因為貪心故，就決定那就撒謊騙人吧，於是意識就撒謊騙人。很多人就是這樣，心不直爽，聲東擊西，妄語連連，經常所言非所想，所想又隱隱不說，品性很惡劣。

從另一方面來說，如果一個人撒謊騙人已經成為習慣了，就是已經深入到了骨髓，深深植根於意根之中，就已經把意根熏染成功了。那以後意根的這個染汙習氣，遇緣就會現行出來，不用意識思惟，就自動的習慣性的撒謊，到處騙人，而習以為常不覺悟自己。沒有修行

的人，意識根本不能思惟撒謊騙人有多麼卑劣，總是聽從意根的指揮而到處撒謊騙人，只要能取得自己目前的利益就行，其他的都不管。有修行的人，就能常常回光返照自己的心行，知道不好時，就懺悔和扭轉自己的心行，並且試圖說服意根，與意根進行思想談判，其結果誰勝誰敗，取決於誰的力量大。

五、虛心假意、假情假意、裝腔作勢都是指哪個識？情執、深情、情深義重都是指哪個識？虛心假意、假情假意，是沒有那種心而強裝出來的，不是真有那種情義，內心深處的意根沒有情意，就是沒有誠心，是心意不誠的表現，只是意識在表面裝一裝，甚至意識也沒有情意，所以是假，是裝，不是真。真情實意是意根的內心深處的情意，是真誠的，發自內心的情意。因為我分為膚淺的意識的我和根本和究竟的意根的我，所以斷我見，就有表面（意識）斷我見和真正（意根）斷我見之分，真正斷我見，深入到意根，意根才能與無我相應。

凡是深和真，都是意根的，與意根相應；凡是淺和假，都止於意識層次，只與意識相應。意識可以裝假，意根卻要真情流露。真情流露時，意根就自動或者是不自覺的發動身心，表露情意。情執就是意根對一切法的執著，這是最難斷除的，因為迷執得太深太久了，無始劫以來都是這樣，意根的習氣慣性力量太大了，不可能在短時間內改變和消除。

情深義重，是意根深重的情執，骨子裏都是情，很難剔出來，也很難反觀出來，而且總是要不自覺的表現出來。情執重的人，缺少理

智，有理智的人情輕，容易說服和勸導。

與意根相應的法出現時，意根就直接快速作主，作出應對，不用裝。因為意識不能作主，不能拿出真東西，所以意根和意識都沒有的東西，意識就要裝作有，就得演戲，這就不是真心流露了。真心流露，意根自然而然流露出來的，意根就會直接指揮身心表露出來，如眼圈發紅，情緒激動，戀戀不舍。

六、如果恨的情緒到了咬牙切齒的程度，就是意根的深恨，是意根的反應。意識也有情緒，但是意識的情緒還是在表層，不至於咬牙切齒，因為意識不能自主操控身根。一件事情，一旦深入內心深處，就刻骨銘心，為什麼？一切法刻入骨髓，就是深入到了意根，以至於流連忘返，念念不忘，朝思暮想，這都是意根自主調控六識表現出來的，是意識受意根的指揮和支配的結果。

意根的工作力度遠大於意識的工作力度，而且還很有效、有深度，因為意根是作主識，能決定六識的身口意行。人在深度悲哀和深度憤怒時，定力也是相當強大的，有一股激勁，有一股凶猛勢頭，不可阻擋，都是意根強烈的執著作用，指揮六識所顯現出來的。那我們學佛，也要學會調動意根的力量，讓祂主導六識修行善法，道業何愁不成就。

七、一個人對人對事是用真誠心，還是用假心，是真誠還是虛情假意，就在於所用心是發自於意識還是意根。虛情假意的是發自於意識的用心，假意就不是意根的意，是意識的意；真誠實意是來自於意根的意，因為意根能作主，如來藏隨順於意根，要什麼給什麼，就是

實在，而意識就不一樣了，不能作主，如來藏不隨順，所說就不能實現，就是不實在的。

看人的面目表情，就知道他是否真誠，為什麼？面目表情是身根的活動，直接由意根控制，與意根相應，色身以及表情有反應，說明意根動心了，內心非常在意。如果面目表情一般般，說明是意識表面的應付，或者是意識在控制意根，不讓意根表現出自己的情義。所以意識的一切表現都是表面和淺層次的，深層次的表現才是意根的。

當意根的積習難改時，只有受到威脅和恐嚇，出現了安危，感到自身有危險時，才能不得已改變自己。所以如果經歷非常大的挫折，和非常現實的經歷，意根才容易改變自己。意根接受和承認現量和現實越真實，意根越容易接受，所以人與人之間交往，用真誠往往容易打動和感化他人。

八、強顏歡笑、強作鎮靜、強壓怒火、心花怒放、喜笑顏開、咬牙切齒等等行為裏意識與意根多數怎樣表現的

強，是勉強的意思，意根不大情願，而意識很主動，勉強和克制意根，讓意根隨順自己。意識有虛偽的表現，意根憨直、心直、質直，意根從來不虛偽，不會裝模作樣。強顏歡笑時，意根本來不想笑，可是意識虛偽，為了遮掩自心（意根），迎合對方，應付場合，強制意根作出歡笑的樣子，這顯現出意識的虛假不實。意識要假裝笑，就勉強於意根，壓迫於意根，強迫於意根，迫使意根不得不笑，讓意根屈服做祂本來不想做的事，做違背自己心意的事。

因為意識理智性強，能分析利害得失，暫時說服了意根順從自己的意思，但是還沒有完全說服，意根沒有完全明理，沒有改變自己的思想和想法，暫時委屈不得不聽從意識的建議，就要勉強的笑，叫作強顏歡笑，過後也許還會後悔而改變主意。

強裝鎮靜，意根遇事時有些驚慌並不鎮靜，意識為了掩飾自己（意根）的心慌，強迫和勸導意根故意作出鎮靜的樣子給對方看，以掩蓋自己內心的慌亂和無住，這充分顯示出了意識的理智性和虛偽性，善於假裝。

心花怒放是從心裏往外的高興，心是指意根，意根喜悅或者是非常高興，意識遮掩不住，也控制不住。喜笑顏開、開懷大笑、會心微笑都是發自內心的笑，都是意根表現出的真真切切、真真實實的快樂情緒，意識順從意根，不壓制和掩飾意根的情緒，所以就一點也不虛假不偽裝，顯露的是意根自己的本色。

情不自禁，意根內心的情感完完全全表露出來，沒有掩飾，意識無心控制和遮掩，隨意根的性情而表露自己，意根的本有的天真的性情就表現出來了。

皮笑肉不笑，皮，是膚淺的意識，肉，是隱藏皮裏深層次的意根。意根本來不想笑，意識非要裝笑，弄虛作假，所以意根和意識一個笑一個不笑，叫作皮笑肉不笑。從這裏看出，很多時候，意根也隨順意識，被意識所控制，而不得自主，不得表現出自己的本來面目。

強壓怒火，意根已經非常憤怒，馬上就要噴火了，意識卻很冷靜，

就過來救場，不讓意根著火，強制性的壓制意根，強力勸導意根不要發火，勸令意根冷靜下來。意識如果真能勸說了意根，就不用強壓，意根就乖乖的發自內心的做自己想做的事。因為意根的習氣重，意識一時不能勸服意根，只能壓制，意根勉強同意，不按自己的心思行事。但壓制時間長了，心裏就要做病，內臟就要受損。意根不明理，長期受意識壓制，精神就會很鬱悶，往往要出現心理疾病。所以還是要以理說服意根，打開意根的心結，疏通祂的情緒。

恨從心頭起，惡向膽邊生。心和膽都是由意根調控的，意根通過控制大腦神經中樞系統，就能控制全身的五臟六腑、各個藏器以及微細的細胞組織活動。意根的恨，是真恨，所以恨從心頭（意根）起；而意識的恨，不是真恨，是假恨，表現非常輕微。當意根有惡心時，那是真惡，從心裏往外的惡，絲毫沒有假裝的成分；意識的惡，是假惡，不嚴重，不至於造成什麼危害。膽與恐懼和惡等等情緒想關聯，恐懼與惡等就能影響到膽，只有意根的恐懼和惡，才能動用到膽，影響膽汁的分泌，從而讓臉色和膚色有變化，呈現出暗紫色。這說明，意根一動就能牽動全身心的變化。恨得咬牙切齒，也是意根的恨，意根動用到了牙齒，牽動和影響到了牙齒，說明恨的程度很深，程度淺的恨就是意識的表面恨，比較輕微。

爭得面紅耳赤，氣得嘴唇發紫，渾身顫抖，頭暈腦脹，哭的死去活來，恨的牙癢癢的，憤怒的握緊了拳頭，瞪圓了眼珠子，眼中噴火，氣急敗壞，氣得二話不說，上去就一拳，打得對方鼻青臉腫，驚訝得

睜大了眼睛，高興得手舞足蹈，這些都表明意根動怒和動容以後，牽動身根作出的反應。如果僅僅是意識的心理狀態，則沒有這些反應，因為意識指揮控制不了身根，不能控制大腦神經中樞系統就不能牽動身根。

九、意根和意識的區別，比如自信這個法，有意根的自信，也有意識的自信，說不清道不明的是意根的自信，有理有據的是意識的自信，一個講理，一個不講理。直覺就是意根的覺，比較直接，不用意識分析判斷，事情剛剛出現就能覺知。

相信自己的直覺，有意根的相信，還有意識的相信。直覺出現時，有時相信，有時懷疑，能生起懷疑的是意識，因為意識不能直接了知業種，有些事情不知道究竟為何，懷疑是必然的；但意識有理智，能思惟分析比較判斷。如果意根相信直覺，就是相信自己，可能就不容意識置疑，這是意根的自信滿滿，也是意根的證自證分。

再比如說早上醒過來以後想早點起床，可又找個理由再睡一會兒，六識出生以後就算醒過來了，想起床和不想起床的都是意根，找理由的是意識，意識要思惟分析算計考量，貪著享受，也依意根的貪懶而找理由賴床不起。意根不能找理由，因為祂很難做細微了別，無法仔細尋找理由和借口。意識找到理由之後，把理由傳遞給意根，意根再決定是否馬上起床。

任何一個步驟都有兩個識的密切配合，只是很難分清，意根一般都是依自己的習氣慣性，想讓自己有五蘊活動而已，但又貪懶一些，

喜歡享受，意識有時候也貪懶，也喜歡享受。但早晨這個時候，意識本身精神不是很旺盛，其作用力比較小，對意根的影響作用不大，這時候表現出來的行為和思想觀念都是意根的，意根是什麼樣就表現為什麼樣。在意識的影響力比較弱的情況下，才能看到一個人的真正修為如何。

十、問：想自殺的人，意識一定有強烈的意願，意根雖然一時服從意識的意願，而配合之採取行動，但意根的習氣根本不允許殺死自己。否則，身體由意根控制，直接讓心跳停止就行了。是不是這樣？

答：身體雖然是由意根調控，但是意根不能直接控制身體，不能直接改變身體，意根的作主、指揮和操控是表面現象，實質還是由如來藏對一切法對身體作主宰，身體的任何功能作用都由如來藏主宰和管理，只不過如來藏是按照業種和意根의意願造作罷了，絕不會自作主張。如來藏是主人，身體由如來藏出生和執持，意根無論想讓身體怎麼樣，都要由如來藏配合操作，如來藏更要照顧業種，不能只聽從意根的安排。因此意根不能直接讓心跳停止，祂做不到，這不是祂的工作和能力範圍。

至於意根決定或者是同意自殺，是因為意識對於人事和生存環境的思考分析的結果影響了意根，意根被錯誤教導，就同意意識的看法決定，同意意識的自殺決定。也有意根主動決定自殺，而意識並不情願自殺，對人生還有些留戀的現象。自殺也是意根的煩惱習氣的表現，因為意根的欲望很強，得不到滿足，就產生了絕望，貪不到就不忍，

就採取強烈手段而結束生命，這也是意根強烈欲望的表現。

十一、呼吸到底是由誰控制的，是意根還是意識？如果是意識控制的，當意識微弱和滅去的時候，呼吸卻還存在沒有滅，那呼吸就不是意識控制的。在心裏緊張時，呼吸就加快，那麼緊張是意識的反應，還是意根的反應呢？緊張表面是意識的反應，實際是因為意根執我性重，導致意識的精神緊張，導致身體出現一些不正常的反應，是意根控制的結果。身根和呼吸都是由意根控制的，不是由意識控制的，比如昏迷時沒有六識，卻有呼吸，有心跳和脈搏，有血液循環；睡眠時沒有六識，也有這些身根的活動；無想定裏沒有六識，可是身體沒有倒下，還是坐得筆直，這些時候身體都有意根的調控作用。

當意根遇到危險和緊急事情時，意識還沒有反應過來，也根本沒有思惟，身體就發生變化了，這就是意根直接控制身根發生的反應。緊急剎車，就是意根的直接決定，意識沒有思惟控制不了剎車，等意識想控制剎車時，那是採取剎車行動以後的事情了。當遇到危險事情時，意識還沒有反應過來，沒有思惟時，身體的血液立時就加快了流動，心跳也加快了，非常快速，意識趕不上這個速度。當周圍有鬼神時，意識不知道，可是身體卻感覺麻酥酥的，頭皮發炸，像過電似的，這都是意根的反應，是意根直接控制身體的結果。

呼吸屬於身根的活動，意根緣於色身，也就能控制呼吸，其中不離第八識的配合，意識和身識也同時在配合起作用。當內心緊張情緒激動時，呼吸就急促，當心情放鬆，內心平緩，呼吸就緩慢。內心緊

張時，意根因為執我就會護我，遇到事情就加緊作意，這樣就牽動身根以及呼吸，同時讓意識高度警覺，從而帶動身體，產生反應，呼吸也就不順暢了，所以呼吸與意根有密切的關係，也與意識有密切的關係。

呼吸急促是意根的我執習氣使然，在四禪定裏，因為意根不再攀緣色身，意識對色身不再關注時，呼吸就停止。意根越在意境界，越執我，意識就越緊張，呼吸越急促；意根越不在意，身體越放鬆，意識越悠然，呼吸越平緩。因為意根習慣性的攀緣色身，一直在執著色身，只有他的攀緣性執著性減輕了，身根才能放鬆下來，呼吸才能順暢和平緩，甚至在四禪定裏滅去呼吸和脈搏心跳。

十二、意識的懺悔和意根的懺悔

懺悔分為真懺悔和假懺悔，身口意的行為造作都分為真和假兩種。凡是假的不是真心想做的，不是發自內心的，都是意識心的表面做作；凡是真心的真誠的發自內心的，都是意根想造作的。真懺悔時，懺悔之後就能改正身口意行；假懺悔時，懺悔之後一如既往。

懺悔時，如果是真誠懺悔，發自內心，是意根主動發出來的，那麼意根的心行就改變，業種或者是消除，或者是減輕。意根發露懺悔時，新業種存入如來藏，剔除舊業種，以後按新業種現行，也有可能業種不能完全替換，這在於意根的真誠度如何。意識心表面虛情假意的懺悔沒有用，他不能改變業種，業種由意根存入如來藏中。而且意識假意懺悔、欺騙人的懺悔還有罪，罪業增加，存入如來藏中，果報

更重。

所以真懺悔是意根的從心往外的真誠懺悔，不是假裝。意根想懺悔，就要通過意識通過五識，通過五陰身來表達意根懺悔之意。意根離開五陰身，離開意識和五識，沒有工具，就無法運作，無法完成自己的心願。從這裏來說，意根離開意識就無所作為了，但是意根絕對有自己的智慧認知，天生的聰明智慧就是指意根，是意根從前世和無量世帶到今世。這個智慧不需要意識教導，先天就具有。

意根的很多智慧，意識都沒有，意識不懂的很多法，意根都懂。而意識還要靠意根來熏染，意識靠分析思惟判斷不了人事物理，就要靠意根的直覺作用來判斷和抉擇。所以很多事情做完了，意識還不知道是怎麼回事，稀裏糊塗就把事情做完了，有些時候做得還很好。都是意根本身作主主導出來的。過後意識仍然不知道，不明就裏。這種時候就沒有意識的智慧參與，都是意根本身自帶的智慧抉擇。大多數時候，意識的智慧要遠遠大於意根的智慧，意根全靠意識的智慧引領，才能走上正道。

十三、懺悔，如果是非常真誠的懺悔，意根願意悔過，就能改變業種，或者讓業種消失，或者讓業種不容易現行，或者減輕果報。因為意根能夠悔過，心行改變，就能存入新業種，與舊業種抵消，懺悔的程度不同，抵消的程度就不同。如果不是真誠懺悔，走形式走過場的意識懺悔，意根心行不改變，舊業種就不改變，果報就不會改變。

我們當面跟別人懺悔就是這樣，如果對方感受到我們是真誠懺

悔，往往心就軟下來原諒了我們，不再計較前嫌；如果對方覺得我們的懺悔不真誠，就知道我們的心沒有改變，就不會原諒我們，那就會想辦法報復了。尤其是知道我們假裝懺悔，有心欺騙他，他就會更生氣，從而加重報復。真懺悔是意根的懺悔，假懺悔就是意識表面的敷衍。當然是真懺悔有用能消業，假懺悔不能消業，也許還會加重業。

十四、有的人很容易健忘，某件事說要去辦，一轉身就忘了，其實心裏是知道要辦什麼事的，但具體是什麼事卻想不出來，根結在意識這裏。健忘是意識忘了什麼事，想不起來了。決定要去辦某件事是意根決定的，意識服從，可是沒有仔細思惟辨別到底是什麼事，有點心不在焉，於是轉身意識就忘了。而意根並沒有忘，仍然知道要辦什麼事，可意識就是不知道到底是什麼事，於是就愣在那裏仔細回想，可能當初記憶就不牢固。

十五、有的人一開口就是謊言，不說謊不說話，說謊話已經成了習慣，謊言不自覺的就從口裏溜了出來，自己甚至都意識不到。這是意根的壞習氣，意識故意說謊容易糾正，就怕意根習慣性的說謊，這個最難改正。說謊騙人的時候都以為神不知鬼不覺，可是所有有神通的人都能知道自己說謊騙人了，而且將來所有眾生都能修出神通，所有的親朋好友全部都有了神通，那麼自己費勁苦心所要保密的業行，根本沒有了秘密，那時候就知道了，當初自己是何苦造業呢。經常這樣思惟觀行，意根就會明了，心裏有個約束，慢慢就會不說謊了。

十六、怎樣判斷煩惱是意識的還是意根的

一般來說，煩惱主要來自於意根，但是意根要表現出煩惱情緒，必須要通過六識才能表現得出來，以意識為主，附帶著色身的變化。情緒主要指意根的，沒有什麼理由，不知來由的，說不清道不明的情緒，都是意根的情緒。當意根清淨時，意識受環境熏染，想生起貪嗔癡煩惱時，往往是不了了之，即使剛剛生起，也很快就停止了，不再受環境影響，因為內心深處的意根是清淨的。當意識生氣想罵人時，由於意根不嗔，意識想一想就算了，根本罵不起來；或者罵也是假罵，口頭出出氣罷了。

當意根煩惱生氣時，意識就勸自己（實際是意根）不要生氣，不值得生氣，生氣不好，可是還是止不住的生氣，有時還會氣得發抖。這是意根內心的嗔太重了，意識控制不了。凡是涉及到色身身根的變化，都是意根主導出來的煩惱，不是意識表面的煩惱。如：喜形於色、怒發沖冠、手舞足蹈等等，都是意根不由自主通過六識身根表現出來的。我們從這些現象中，能夠看得出來意根的煩惱是輕還是重。煩惱重的，無論自己規勸自己，還是他人規勸，都無濟於事，往往要煩惱很長時間，直到有個結果，才肯罷休。

十七、有時候做事，明知是錯的，卻控制不住自己非要做不可，自己有時候是討厭的事情，可是換了一種情景內心又向往，拉都拉不住，這是意根強大的習氣力量，意識不容易控制住。

明知是錯的，這是意識清楚的知，意根卻不知，祂就非要去造作不可。是意識想控制意根，可是意根習氣重，卻不受控制，不聽勸導。

討厭那件事，是意識討厭，可是意根不討厭，遇到機會就要現行自己的習氣，違拗意識的勸阻，意識就一邊照做，一邊討厭。要想改變意根的習氣煩惱，就要靜下心來，多反觀自心，讓意根明了自己的習氣，知道事情的嚴重性，時間長了就會有所收斂。

十八、意根與意識的分別性很相近，二者在一起纏繞的又太密切，在身口意行中，很難區分開哪個是意根的功能作用，哪個是意識的功能作用，往往混淆不清。意根有思量性，有思心所，也有想心所，因為意根也是識，識有了別性、思量性、抉擇性。雖然意根的思量與意識的思惟有些差別，但是意根的識性也較為突出，也是活潑潑的，祂並不是呆瓜死板板的。因為意根的心行比較深和隱秘，極大多數人很難發現和觀察。一般明心開悟的人，觀察第八識也比觀察意根要容易一些，如果沒有人教導意根的法，也同樣很難體會意根。

比如在一個人撒謊時，這個撒謊到底是與意識的煩惱相應，是意識決定的，意根隨順；還是這個撒謊與意根相應，是意根的煩惱習氣現前，意識不得不隨順，這裏就太難區分了。可以這樣區分撒謊是誰主動發起的，如果意根沒有撒謊的習氣，偶爾遇見某種事情，意識分析思惟應該撒個謊，才能躲避危險，保護自己，認為撒謊對自己有利，於是意識決定撒謊。意根了知意識的分析和決定以後，作意觸受想，然後思，不斷的思量到底應該不應該撒謊，最後思量明白了，為了自身的安危和利益，應該撒謊，於是意根就同意意識的決定，選擇了撒謊，於是意識的謊言就造作出來了。

還有的時候，意識煩惱輕微，比較理智，不願意撒謊，但是意根的習氣重，喜歡撒謊，每當意根決定要撒謊時，意識就不願意執行這個指令，總找借口不撒謊；或者心裏感覺撒謊不好，有些愧疚，也許最終要隨順意根的抉擇。如果意識善於思惟分析判斷，就能改變意根的決定，而不撒謊。只要內心矛盾重重，就是意識與意根思想觀念不一致的時候，是理智與煩惱情緒較量的時候，最終哪個占上峰，就看此人是理智性強，還是情緒化的煩惱習氣重。

再比如，有的人平時感覺自己修的不錯，可碰到有人冤枉責怪自己，立馬不經意識的思惟，眼一瞪，就開口回罵對方，這是意根的習氣現前了，意識沒機會控制，或者控制不了，或者根本就不想控制。有沒有修行，這時就看意根的反應了。瞪眼和回罵奚落的語言，都是意根決定指揮六識造作出來的，顯現出意根的煩惱習氣，意根能控制色身，能操縱身口意行。六識的行為受意根的調控和指揮，是意根決定造作的，這一切身口意行就是六識受意根指使造作出來的。從以上二例中，可以區分意根與意識的作用，從而可以觀行到自己心裏的問題所在，著手對治自心煩惱。

十九、第六識分為五俱意識和獨頭意識，五俱意識往往是與前五識一起分別六塵，第六識分別六塵的細相內容，起著分析、思惟、推理、判斷、感知、研究等等的心理活動。不與五識在一起的是獨頭意識，分為散亂獨頭意識、定中獨頭意識和夢中獨頭意識，經常打妄想、開小差、心不在焉和思前想後的就是散亂獨頭意識，定中獨頭意識能

了別入定中的各種境界，夢中的暢遊的識心就是夢中獨頭意識。

表現出很多的習氣慣性，按照慣性去做的，就是第七識意根；有時是意識明明知道不能去作的事情，可是控制不住，非得要作的，就是第七識意根；在任何一件事情上起著決斷作用的，就是第七識意根；有時突然一件事發生，心裏沒有準備，意識心來不及作分析思考，就會按照慣性作用決定去做的，就是第七識意根。

比如有人掉到河裏，意識來不及想什麼，意根就決定跳到河裏救人，之後意識心會想，跳到河裏救人該有多麼危險，想起來真是後怕呀。過後才知道危險的是第六識，當時立刻決定跳河的是第七識，做事情時當機立斷的，就是第七識意根，而翻來覆去思考的，就是意識。

不經過思考就做決定，往往會後悔，有悔心的是意識，事情過後意識回想事情發生的過程和結果，知道不應該那樣做，應該這樣做才對，後悔一時的沖動。而意根的分析思考力是很差的，往往不能有理有據的思惟分析，不能有邏輯性的推理，對一切事情，了別的都不清楚不細致。所以第七識是按照習氣慣性去作決定，理性思考力不足。第六識就會思惟、分析、判斷、計劃、策劃、研究等等，比較理智，也有智慧，但是不能當家作主，只能作第七識的奴僕，也作第七識的同謀者、誘導者、引導者、牽引者、教育者。

二十、問：當嗔心生起來後，意根是與意識同時起嗔，還是僅意識起嗔？意根那時在幹什麼呢？為什麼意識已經把引起嗔心的事情用正見想明白了，心裏還是很苦悶痛苦，是意根仍然在糾結那件事

嗎？還是意根並沒有參與？對於事情的道理意識很快就想明白了，等意根也想明白後，心裏一下子透脫出來很舒服。但這種苦悶消失的很慢，是不是意根不像意識那樣能很快的明理？

答：意識所有的心行造作，是因為什麼產生出來的呢？那就想，意識是因為什麼而出生的？是因為意根觸法塵以後，如來藏出生的，法塵是什麼？就是意根所觸的值得生氣的內容。意根觸值得生氣的法塵，想要發作，思心所一決定，如來藏就會出生意識，滿足意根的心思，於是意識就生嗔發作起來。意根想造作的時候必然讓意識幫助祂造作，因為意根沒有幫手在某些法上無法造作，就得需要意識幫助自己造作，這時候意識才能出生，意識就是意根的代言人和工具，替意根表達心聲的。

那麼意識生氣這個法，是如何產生的呢？是因為意根生氣了想要發泄出去，想要表露自己生氣的態度，如來藏就配合出生意識，用意識來表達意根的憤怒，那麼意識出生以後就起了憤怒的心行。

意根起嗔是真生氣，只有意識生氣是假生氣。意根真生氣有各種表現，比如面部表情上的臉紅脖子粗，語言造作上的惡口，身體姿態上氣的鼓鼓的或者是大打出手，這都是意識和身識共同造作出來的，是順應意根的心行才造作的，完全表達了意根的心行。而意識單獨生氣，是意識在了別境界時，覺得境界有點不可心，但是意根覺得無所謂，心裏很平靜，這種生氣就沒有什麼力量，不會有什麼嚴重的造作，只是做做樣子而已。

但是生氣之後兩者的反應有區別，覺悟性不同。意識可能就會馬上反觀自己，反觀這些行為造作，意識可能覺得生氣是不對，因為什麼不對意識一想就能想明白。意識雖然想明白了，但是意根還不明白，那祂心裏還照樣生氣，氣得鼓鼓的。意識就說：不要生氣了，不要生氣了，本來就是自己不對，意識這樣說，意根還是不理解，照樣生氣。有時候意根根本控制不住發火想要打人，意識就說：不要打人，打人不好。但是意根不聽，於是一邊說不要打人，一邊抬手就打。所以意識明理有理智的時候，也不一定能控制得了意根，祂非要發作不可，那意識沒辦法就得幫祂配合祂，不得不聽從意根主人的指揮。

我們心理行為分為意識層面和意根層面的，意識層面的是被動的、要服從意根的旨意。意識層面要想作主宰的話，必須把意根影響過來，熏染成功，然後意根才作主決定，順應意識的想法。如果意識熏染不成功，意根還是要順著自己的心行來發作，那麼意識怎麼勸也沒有用，告訴祂不要生氣，那邊還是很生氣，告訴祂不要這樣做，祂非要這樣做不可，那就沒辦法了，那意識一邊沒辦法，一邊就去照做。說一套做一套，就是意根不肯聽從意識的意見，一意孤行，不能按照意識所說而為，心行不一致。

二十一、意根離開意識是否有了別性

離開意識，意根不能了別六塵境界中的冷熱和痛癢等等具體而細微的境界，意根無法微細了別六塵境界。但是意根能粗略了別，能從大體上了別一些，不能細致。意根依如來藏能了別一切法，只是無法

表達和造作，必須依靠六識才能表達、造作、解決一切六塵問題。比如半夜睡著了，房間裏很冷，對身體有影響，意根依如來藏也能了別出來，就會讓身體蜷縮起來，往被子裏鑽，甚至做夢暗示意識身體冷，讓意識解決這個問題。

半夜睡著沒有意識，身體被蚊子咬，感覺癢，意根也能了別，所以就想抓癢，自己沒法抓癢，如來藏就配合意根出生意識身識一起抓癢，之後兩個識再減去，繼續睡覺。如果蚊子咬的輕微，不太癢，意根就忍著，不決定抓癢，意識身識就不會出生處理被蚊子咬的問題。

二十二、擔憂、害怕、煩悶等等思想情緒來自於意根還是意識？

凡是意識無緣無故的擔憂、害怕、煩悶的，都來自於意根，因為無緣無故，意識不知道意根是什麼原因有這些情緒，而能知道意識自己的原因。意識所發泄的情緒都是有原因的，因為意識能反觀自己，能分析、能思惟，就知道意識自己因為什麼發火有情緒，但不容易觀察和分析意根的情緒。

當意識分析不了思惟不了還要發火、還要煩悶，那都是來自於意根，是意根指揮意識發泄情緒的。比如早晨醒來，什麼事兒也沒接觸時，就莫名其妙的感到不舒服，心裏難受，就想發脾氣，那都是來自於意根的思想情緒。意根有什麼想法意識不知道，但是意根必然要促使意識發泄這些思想情緒。

好多的情緒一時說不清道不明的，全部來自意根，甚至意識一直想控制，也控制不了的情緒，全部來自意根。從這方面來觀察，就能

慢慢分清了意識和意根。如果意識知道某件事不好，有些擔憂，但是意識隨後理智的分析認為沒事，但是心裏還一直擔憂，或者越來越擔憂，這是怎麼回事呢？這是讓意根擔憂了，意識說沒事，意根沒有還不懂不理解，就會仍然擔憂不已。

二十三、什麼是疑情

所有的沒有解決的問題都可以是疑情，只不過有深有淺之別，能否相續而已。還有疑情疑在哪裏的問題，如果僅僅是意識起疑，那就很淺，一會兒就能忘記了，不會再接著追究，幾乎都是斷續的，很難真正解決問題。內心深處的意根起疑，才能朝朝暮暮，不斷的追究，行走坐臥都疑那個問題，心念不間斷，直到解決疑問為止。

第三章 意根與意識在了別境界上的區別

一、一切法都是意根先接觸到的

性境，是如來藏依據外界本質的真實境，而又變現出來的六塵的影子，在勝義根裏，四大微粒組成，七識意根先緣先了別，意識後緣後了別。如果第七識緣這些影像而不決定細了別時，六識都不能被出生來了別，因為意根不需要六識這些了別工具時，如來藏就不會變造六識工具。第七識一定是時時刻刻緣著六塵，祂靠著如來藏，近水樓臺先得月，什麼法都能借光先知道個大略，至於知道後究竟要如何作為，就看意根的心行和修為了。

二、本來是去房間拿書，可一進門卻忘記了要拿什麼，故而愣在

那裏，此時是什麼心理狀態？去拿書時，反倒忘記拿什麼了，知道要拿什麼，沒有拿的對象，這說明意根心裏除了有拿書這件事，還有其它事情正在攀緣和惦記著，同時也讓意識分心，以至於其他事壓住了拿書這件事，意識不能從意根那裏得到指示，只好愣著等指令。這時意根緣不了書這個事物，意識就想不起是拿書，只是知道個拿什麼，其他的就不知道了。這時意識處於不知所措、不知如何是好的心理狀態，所以不得已就空空的，因為意根不給祂內容，祂就沒辦法知道。

愣在那裏，是意識想不起來要幹什麼，不知道幹什麼才好，而意根在暗暗的搜索目標，尋找內容，意識就愣在那裏等著意根提供內容信息。意根不給意識內容，意識只好空空的、愣愣的、傻傻的，好像很專注的樣子，其實是無奈。

像這樣愣住的情況每個人都可能出現過好多次，都是因為心不在焉，不專心，精力不集中。意識本來想做點什麼事，可是有時候卻想不起要做什麼，怎麼想也想不起來，這時的情況是意根在搜索頻道，搜索節目，卻一時搜索不到，這時一個可能性是信息太擁擠，選擇不出哪一個，思心所不能作決定，如來藏就幫不上忙，調不出來業種；另一個是業種現前的因緣一時還不具足，需要的法塵如來藏不能變現出來。意根在搜索信息時，肯定是有關鍵詞，不然天南海北的，像大海裏撈針一樣，祂怎麼能找到目標。

有一些愚癡的人就是如此，記憶力不好，智慧也不好，心裏真正能說得出來的念頭也比較少，他們修定就很容易，很快就能無念，可

是還是照樣愚癡，因為心裏沒有觀行的內容，無法出生智慧，外道們也如此。所以說有定不一定有智慧，無定一定無智慧，只有定中如理思惟觀行，才能生智慧。如果在修定時，為了盡快入定，意識心要告訴意根：我修定時什麼也不要給我弄出來，我什麼也不想知道，別給我什麼信息讓我了別，我不管那些事，常常告誡意根，時間長了，也很管用。

三、每個人的如來藏所面對的境界畫像是一樣的，外境界相同。由於各人業障不同，心所法不同，智慧不同，看見內境界畫像的感受就不同。這是各人識心智慧和業障等等不同所致，不能說各人所對的外境畫像不同。

同理，第八識變現出一個內相分，由於六七識的智慧不同，定力不同，經驗不同，所受的熏習不同，煩惱遮障不同，導致二者所了別的結果就不同，感受不同，抉擇也不同。因此不可以說第八識為六七識變現出的內相分不同，這樣說是不合理的。因為第六識所了別的一切內容，全部是意根所接觸並且決定要細致了別的，如果意根不接觸的塵境，意根不想細致了別的塵境，如來藏絕對不會出生第六識，因此說第六識與意根所緣所觸所了別的塵境一定是一致的，只不過意根所緣所觸所了別的法要比第六識多很多。意根不觸不了別的法，第六識沒有任何理由去觸和了別，第六識自身不可能在此法上出現，更何況了別。

意法因緣生意識，意識與意根所緣永遠一致，否則意識是如何出

生的？意識的出生難道不需要意根，不需要法塵嗎？同樣都需要，那麼意根觸法塵之後如來藏才出生意識，二者必緣同樣的法塵，不可能各緣各的法塵，不可能緣的法塵不同，這樣說過失極大。

過去菩薩們講的唯識法義，都有不通之處，所以才互相爭論不休，我們不可以全盤接受而不要自己的思惟。如果智慧不足，實在思惟觀行不了，就暫且放棄，將來定慧都增長以後，再進行思惟觀行就能通達一些了。

一個法義立論的前提錯了，後邊的結論必錯。六七識了別六塵境界的結果不同，並不能說明各自了別的境界不同。只能說各自的智慧不同，心所法不同，了別結果才不同。就像一個老師講課，一百個學生各有自己所解，不能說因為學生所解不同，就說老師講了一百個科目，這樣的事不可能出現。意根與意識所觸的法塵永遠是同樣的，只是因為意根的了別智慧不夠強大，不夠細致，很多法了別不清楚，能力不足，祂必去求助於六識去作細致了別，以彌補自己的不足。

就像一個孩子面對一塊大石頭，他覺得自己搬不動，就要求助於他人幫助他搬開，二者是一個道理。大人和小孩子所面對的是同樣一塊石頭，不可說兩個人面對兩塊石頭，小孩子讓大人搬這塊石頭，而大人去搬另一塊石頭，這樣的事是不如理的。又比如富人看到一百元錢不願意撿，窮人看見了以後就像看見金山一樣，立即拾了起來，不能說二人所見的錢不同，導致二人的覺受和抉擇不同，這是兩個人的業不同所致， 兩人所見相分百分之百一致，沒有差別。同理，意根

想了別一個境界，而六識去了別其他境界，不服從於意根，這也是不如理的，這樣的話，意根也就不叫作主識了，祂指揮不利，就不是真正的指揮官，並且意識也不是意法為緣而生的了，不知道是什麼緣出生的，這就違背了佛說。

各識了別結果的不同，只能從各自的了別智慧心所法這裏找原因，不可推斷說是因為所緣境不同，這樣推斷是有過失的。不管實法，還是假法，不管是性境，還是影像，不管什麼相什麼塵，都是第八識親自變現。七識只能把這些影像在心中顯現出來而已，或者是作出決定，第八識隨順再改變境界相。既然都是第八識所變現，那麼一切法都不是真實存在的，是虛幻的，如夢、如影、如空穀想、如月影等等，這些都是觀行結果。

四、對有些事情的了知，意根了別不清楚，意識了別出來，報告給意根，意根再作決定。有個別事情是意根先了別個大概，再決定讓意識解決，意根能決定意識的行為取向，比如某種事情即將要發生了，意識不知道，意根先知道有事要發生，就會警覺意識指揮意識，意識就糊裏糊塗、莫名其妙的採取行動。

很多事需要意根來提醒和警覺意識，因為意根先與法塵相觸，先了別，意識後了別。比如突然間想起了某件事，就是意根提醒意識的，比如想起了剛才應該做某件事而沒有做，於是馬上去做，這就是意根提醒意識的；打坐當中想起的所有事情，都是意根提示，意根弄出來的，心裏的胡思亂想，都是意根弄出來的，獨影境全部是意根弄出來

的。對於六塵的具體了別，是意識了別之後傳遞給意根知道，意根再依此做決定，但也是意根先緣之後所作的決定，促使意識出生處理六塵境，因為六塵具體事情如何，意根肯定了別不清楚，必須依靠意識了別。

五、意識和意根到底誰緣境

意根和意識都是識，都要緣境，如果不緣境，就不能存在。尤其是意識，祂沒有單獨存在的理由，有法塵境才能有意識的出現。意根先緣法塵境界，根塵相觸，如來藏出生意識，三者和合觸，意識緣法塵，再分別法塵。所以二者都緣境，而且必須緣同一個境，否則意識不能出生。

意識出生是有前提條件的，必須有意根，有種子，有法塵（是意根正在觸的法塵），有勝義根（無色界除外），有如來藏；而且根塵要相觸，根是意根，塵是法塵，在根塵相觸處，如來藏出生意識，意識再觸法塵和意根。這時意根仍然在觸法塵，如果不觸法塵了，意識就滅去，意識出生之後就了別法塵。所以說意識所緣，一定是意根所緣的，是意根決定和支配的，由如來藏提供。而意根的出現，可以沒有塵境，不用緣塵境意根就能存在；而塵境正是意根推動出來的產物。只要塵境出現了，意根必緣塵境，但不一定要對塵境進行造作，不一定要有六識去了別塵境。

六、問：第七識有慧心所，那就是說具有擇法能力了（思量性，亦或是選擇性）？這個擇法能力有多大？自己能成辦何事？或者只能

與意識合作方能成事？

答：第七識意根有慧心所，有一定的了別能力、辨別能力、判斷能力、選擇能力；第七識意根有思心所，就有一定的思量性、辨別性、選擇性、抉擇性、決定性。第七識的思量了別抉擇，與意識的思量了別抉擇有一些差別，祂可以與意識一起共同合作再作抉擇，也可以不依靠意識單獨作抉擇。第七識的思量了別如果不依靠意識單獨進行時，往往是依據祂生生世世所具有的習氣慣性，依據自己曆劫以來的經驗，這些經曆經驗，意識都不知道，也大多不懂。

意根對不屬於勝義根裏六塵之外的法塵的了別抉擇，意識從來就不知道，只有第八識能了別到意根的心行，祂們兩個一起和合運作所搞出的一些法，所做的一些事情，意識都不知道，或者意識知道一點點而感到莫名其妙和不可思議。比如意根前世今世發出的善的或惡的咒願，這些咒願實現時，意識並不知道，並且還感到莫名其妙。意根做的不少事，意識都不知道，那就說明意根所單獨成的事，不用意識參與的事有很多，意識幾乎都不知道。

意根依靠意識所作的思量、了別、抉擇等等，要等意識詳細具體的了別六塵之後，再作以思惟，作出抉擇，把結果傳遞給意根，意根依之，再作了別、辨別、思量，最後才作出最後的抉擇，也許與意識的抉擇一致，也許與意識的抉擇不一致，意識的思惟分析抉擇只是一個參考，意根不一定完全聽從。意根的我性越重，越不容易聽從意識的思想、觀點、看法、建議和抉擇，不容易被勸導和影響。但是意根

一般情況下，都要依靠意識的具體細致的了別，因為意根自己無法作具體了別，必須依靠意識的了別，才能作出判斷和抉擇，其中還要加入自己的習性。

七、問：親人要出意外，自己提前很長時間心理鬱悶，莫名其妙的哭泣，緊張憂慮，這是什麼原因？預感，是如來藏的警覺作用，還是意根的警覺作用？

答：首先是自己的如來藏相應到了親人的業種已經現行出來的一部分業緣，意根依如來藏所現行出來的業緣，了別到即將有意外發生，於是促使色身莫名其妙的流淚、哭啼、鬱悶、驚恐、不安、煩躁，於是意識就猜測思惟，是怎麼回事呢？有什麼事要發生呢？再於是意識想到了（通過意根的暗示）可能是某某有什麼事情了，經過核實，最後就知道發生了什麼事情，知道自己的親人出事了，或者是和自己關係密切的人出事了。這符合意根對身心控制的原理，符合意根指揮身心的原理。這其中都有如來藏的配合，如來藏不管了別到什麼法，都是如如不動，不起心動念，不能指揮色身出現各種情緒化的反應，不能讓五陰哭泣、流淚、煩躁不安，這些都是意根調控身心的結果。

意根依如來藏的了別，也了別到了如來藏變現出來的業緣，知道要有事情發生，於是產生一系列的身心反應，對於意識來說是莫名其妙，可是意根知道，卻說不出來。一個能說出來，有語言文字，有覺觀，卻不知道發生的事情，也不知道要發生的事情；而另一個知道即將要發生的事情和已經發生的事情，卻沒有語言文字，不能說出來，

這二者打交道，互相之間就要配合默契，互懂心思，才能把事情了解清楚。

預感是意根了別到了如來藏現出的業緣，從而讓身體和意識心發生變化，如來藏不會主動去警覺意識，第一如來藏不知道具體的事情，不了別六塵境界；第二如來藏無心，對一切法都不動不搖，如果是如來藏警覺意識，如來藏就有主動性，就不符合如來藏對萬法的如如不動性。如果如來藏在一些善惡是非的事情上動轉了，那麼祂就不會讓五陰身出現各種惡緣和惡果，不會讓五陰身去三惡道受苦。如來藏不僅能了別自身的業種，也能夠了別他人的業種，但如來藏不會主動去了別某個人的業種，還是要由意根來驅動。

那麼，意根究竟對什麼人的業緣進行攀緣呢？主要是往世以來緣結得比較深的人，意根對其有較深的貪愛習氣，比較執著，所以攀緣性就強。因此，並不是所有的今世的親人要出意外，意根都能警覺到。意根越在意的人，越能促使如來藏去了別業種業緣，對不在意的人，如來藏順便了別到了業緣，意根也沒有什麼反應，意識心更是不知不覺。

意根對自己不在意的時候，自己身體出現病痛，出現違緣，意識也不知道，病情很嚴重了，意識可能也不知道，意根不會警覺意識。意根不在意自己時，祂還有別的追求，在意別的事情，比如專心學佛修行，而疏忽自己色身感受等等，還有科學家專心於科研等等。有禪定的人也不在意一些事情，比如飲食衣服臥具，對六塵都不在意。有

的人是意根了別到了一些事情，而意識糊塗，不敏感，甚至自己快死了，都不知道，別人卻先知道了。

八、意根是否只能緣帶質境

意根與法塵相觸生意識，意識緣的法塵必須是意根所緣的，意識與意根所緣必須相一致。如果意根只緣帶質境，不緣性境和獨影境，那麼意識有什麼理由緣性境和帶質境，如何緣？意根裏的秘密太多了，從意根這裏能解開佛法修證的大秘密，如果定慧不足，觀行意根一點門也找不到。

如果意根不緣性境內六塵，祂如何作主讓六識作意、觸、思內六塵性境，如何指揮六識在內六塵上造作？如果意根不緣獨影境，意識也不可能主動攀緣獨影境，種種分別妄想，想入非非，這些法都是意根首先去攀緣和執取的，因為意根的攀緣和執取，生起思心所，想要細致了別，如來藏就隨順配合，在意根與所攀緣的法塵處出生意識，三者和合觸，意識再觸意根和法塵，然後意識就不得不了別和分別意根執取的法塵。意識都是被動的被意根指揮著了別一切法，都是意根了別過後，才喚起意識作微細了別的。意根是作主識，具有強大的作主功能，能支配六識隨著意根而轉動，六識所作，沒有超出於意根了別和作意受想思範圍之外的六塵境。

意識與意根所緣必一致，意識在意根與法塵接觸處出生，然後三者和合觸，意識了別此法塵。這是基礎佛法，學佛人必須貫通，才能了知六塵生起和運作的真實程序，才能知道六塵境界是如何在心中出

現，被識心所了別的。意根能透過如來藏的了別，而作自己的了別，然後警覺意識，意根比意識先知先覺。意識了別的內容一定來自於意根攀緣作意的內容，不能超出意根攀緣了別的範圍。

世尊在楞嚴經裏說過，意根默容一切法，這一切法包括了自己的如來藏所變現出來的所有法，一個法也不能漏掉，否則意根就不是默容一切法的了。如果意根有不遍緣的法，那就不能默容一切法，應該說是默容一部分法，這樣就有違世尊聖教，或者說世尊所說有誤；如果說世尊所說有誤，世尊就不能稱為世尊和天人師、一切種智者。那麼根據世尊的聖教量，意根既然能默容一切法，就能緣到一切法，否則就默容不了一切法。

如果意根不能緣一切法，那麼如來藏又根據什麼而現起一切法在心中？意根是現起一切法的動力，是三界世間法表面上的主宰者，這是其一。其二，如來藏所變起的法，如果意根不能緣，意根就不會在此法上有五遍行心所法的現行，對此法意根就不會作意，沒有思心所的抉擇，如來藏就不會隨順意根的思心所而配合意根，對此法繼續造作下去，那麼就不會有五識的出生，不會有意識的出生，去了別此法。

因為六識的出生和了別，都由意根來推動和指揮，由意根來抉擇；沒有意根的思心所的現行，如來藏沒有理由主動出生六識去了別和造作；沒有意根的抉擇，如來藏不會主動出生六識，讓六識造作身口意行。意根是一切法剎那剎那的主宰者，如來藏不會去作主，不主動主宰一切法的造作。這是佛法的基本常識，雖然比較深一些，也要盡量

領會貫通。

再說，意根如果不攀緣、不執取一切法，如來藏就不會自動出生意識了別獨影境。獨影境是意根攀緣執取的結果，意識無論何時何地，都不會離開意根而單獨出生，單獨去把如來藏裏的種子現行出來成為法塵獨影境，然後再去攀緣和了別；意識不能越過自己出生所依靠的最重要的一個緣意根，沒有根，就沒有識的出生，如來藏也不能無緣無故就出生意識，出生意識是意根推動和抉擇的結果，如來藏只是配合和隨順意根的抉擇，祂是無我性的，不自作主張。

意識分別任何法塵，都是因為意根想了別某種法塵，如來藏隨順意根才出生意識去了別法塵，意根是意識的主宰者和操控者，意識不能超出意根的了別範圍。所有的境界都是意根攀緣出來的，尤其是獨影境，更是意根的攀緣和執取所變現出來的。如果意根沒有執著性，其攀緣性就少於現行，六識就少於了別六塵，心不會散亂，意識也沒有那麼多的妄想，也就沒有獨影境的出現，獨影境就是非量妄想境。就像四果阿羅漢，因為斷除了我執，意識不再散亂，夢境也極少出現，心所法減少，禪定力很強。俱解脫的阿羅漢入滅盡定也很快，因為意根不再攀緣，不執著三界的法，意識就不打妄想，心中很少有法塵的出現，很少有獨影境的出現，就容易滅去。

意根有所攀緣之後才能出現獨影境，意根的攀緣執取性能把如來藏裏的種子直接現行出來，自己了別不清楚，才喚起意識了別，意識才不得不了別獨影境，於是妄想紛飛，雜念叢叢，打坐很難入定，都

是因為意根沒有馴服所致。所以眾生的心識很散亂，修定就很困難，不容易出現禪定。

能雜思亂想的是獨頭意識，其思和想的對象就是獨影境，不與五塵有關，這很明顯是意根攀緣出來的。意根沒有被降伏，沒有禪定時，才促使意識雜思亂想和漫無邊際的幻想，這都體現了意根的遍計所執性。這些法義，很明顯就能體會觀察到。要想修好禪定，必須降伏意根的攀緣性，降伏意根的處處執取性遍計所執性。這些道理雖然很深，但也是基本的佛法理念。

九、有人說意根的了別是非量了別，所以緣的都是帶質境，那麼如果地上菩薩的意根轉識成智以後，對一些法不生起錯誤的見解，不把如來藏現起的一些法當作真實，也不當作是意根自己的了別結果，也不當作是意根自己所有的，那麼帶質境這種錯誤的了別結果，是否還存在？那就不存在了，或者是減少錯誤的了別，減少非量的了別，也不完全是非量了別了。直至佛地，佛的意根完全徹底轉識成智，不再有任何一點點的非量了別，那就沒有錯誤的帶質境的生起，都是現量的正真的法塵境，那是大智慧的究竟成就的結果。那麼既然佛的境界中，沒有帶質境的虛假境界了，如果佛的意根不緣性境和獨影境的話，佛的意根還緣什麼法？

地上菩薩的意根，其錯誤了別減少，帶質境減少，菩薩意根的了別是不是要比地前菩薩和凡夫的意根了別的境界減少呢？如果是，地上菩薩的意根了別就有不遍之處，就不是默容一切法的意根。即使是

凡夫的意根，如果有不緣的境界，也同樣不是能默容一切法的意根，意根了別就有不遍之處，那麼不遍之處的法，如來藏要如何現起，根據什麼現起？如何在意識心中出現？由此可見，只要意識能緣的法，意根必緣，而且意根能緣的法，意識不一定能緣到。

理論，我們可以不用學很多很多，但是如理思惟觀行的智慧必須具備，這是學佛成就的必要資本和條件，否則善財童子必不能一生參學諸大菩薩之後，成為等覺菩薩。那簡直是天方夜譚，可是事實卻出現了，善財童子為什麼能一生修成等覺菩薩，而其他人一生，連佛法的門都摸不著？要想隨所學法，如理思惟，然後很快證得，禪定是必須要具備的，這樣才能保證聞法即如理思惟，即能證得，即得成就。所以定慧，止觀，是學佛的重要而必備的條件，也就是說，戒定慧是學佛成就的三無漏學，是三個主要而重要的必備條件。學唯識，證果斷我見最徹底，明心最究竟，之後道業增進最快。

十、意識所緣的一切法，都不能自己去變現，不管直接還是間接，都是如來藏變現的，意識只不過在中間起到一種顯現塵境和促成如來藏變現的作用。意識所緣的法一定需要意根這個中介起作用，一切法沒有意根也不會顯現出來，意根不緣的法，就沒有理由出生意識，意識就不能出生了別法，把法顯現和指示出來，經中佛說意法為緣生意識。

有個特例是說意根緣杯子，出生意識，而意識稍一看，沒有看清楚，就錯把杯子當成了筆筒，有人就說這個筆筒是意根不緣的，是意

識變現出來而單獨緣的。我們可以想一想，實際上有筆筒這個法存在嗎？沒有，筆筒猶如烏龜的毛和兔子的角，烏龜本沒有毛，沒有的東西，就是空的，還用什麼識心來變現呢？如果是用四大種子變現的，就是如來藏變現的，如果是如來藏用四大種子變現出來的，那麼烏龜的毛就是實有的法，大家都可以用肉眼看得見，可是連佛也看不見烏龜的毛和兔子的角，那就根本沒有烏龜的毛和兔子的角，不是實有的法才看不見。

既然不是如來藏變現的，不是實有的法，意識更無法變現，祂什麼種子也沒有，也沒有資格去變現什麼法，同理，意根和五識也沒有任何資格變現任何法。以蛇為繩、把杯子當作筆筒，只是錯認而已，病眼望空花而已，誰能變現沒有的花？杯弓蛇影，也是如此，沒有蛇，不存在蛇，不存在的法談不到誰出生和變現，錯認而已。就像把張三當作李四，本沒有李四這個人，誰來變現李四？有什麼能力變現李四？用種子變現李四，李四就是實有，如果多出個李四，戶口怎麼算，落在誰家裏？如果眼睛恢復正常了，這個李四是否還會死去變沒有了？如果不用種子變現李四，就根本沒有李四這個人，病眼望空花而已，還要去辨別李四的真假和年齡、男女性別，有什麼意義？

哪個法上如果沒有意根，就沒有意識和意識的想入非非，都是意根主導如來藏提供的法，意根必緣。但意識一旦出生後，就必然會起到應有的作用，否則所謂第三能變識就沒有意義了。第二能變識負責指揮如來藏變現，第三能變識負責顯像和了別，負責思惟分析和處理。

能變，不是直接變，實質都是如來藏變。只不過意根和六識能協助變現和顯現罷了，能引導如來藏變現罷了。意識的作意，能影響意根的作意，意根的作意，能引導如來藏的作意，因此三者和合，才能出生法。當意識比量思惟時，意根了知以後認可這個比量思惟的法，就會決定變現，如來藏就配合。如來藏不聽意識的抉擇，只聽從意根的抉擇。

十一、人的潛意識下意識等，通常都是指意根，意根主要在整個大腦部位起用，主要在後腦勝義根那裏起用，而意識只在後腦上起用，不在前額和前頭皮那地方活動。後腦那部位叫勝義根，所有的六塵都集中在那裏出現，如來藏把外界的六塵影子都投放在那裏，意根肯定能接觸到如來藏變起的六塵鏡像，意根一定要先接觸，接觸了之後，生起作意等五遍行心所法，生起思量性，決定是否要去仔細了別，然後如來藏才能出生六識，六識再去接觸六塵，生起細致分別作用。

因為是意根先接觸六塵，所以意根有時候不經過六識的識別，就能直接快速地做出一些反應。這就說明是意根先接觸法塵，祂也能了別一下法塵的大致情況，只是不能作細致具體的了別。意根接觸法塵以後，由如來藏出生意識，意識這時才能對法塵進行細微了別，並且把了別的內容傳遞給意根，意根就會作決定。因此對一切事情的反應，不僅有六識的反應，還有意根的反應，兩者都有。

如果事情一開始，來不及思惟就作出反應的，那就是意根直接作快速的反應，因為這時還沒有生起意識，即使意識生起來之後，也來

不及分別，就聽從意根的指揮了。意根先和六塵接觸，祂先了別一部份，了別個大概，雖然祂了別慧比較低劣，但祂能知事情重大，關係比較重大，就按照自己的習慣性作出快速反應。而下一剎那意識也會了別到，但是意識來不及思惟分析，也沒有自主和決定權，完全是隨順於意根作出了反應，配合意根。事情過後，意識才能仔細思惟分析，才知道剛才做的對與錯，才有可能後悔。

意根剛一接觸六塵，祂如果知道了六塵的特殊情況，尤其是在身根方面的情況，意根馬上就能作出反應，祂知道重大、不一般和危險性，就會習慣性的作出反應，這種反應通常叫作潛意識和下意識。那時候第一剎那，意識心還沒有生出來，就不會有意識心作出反應；第二剎那，意識出生以後，就會完全順著意根的決定去造作，沒有機會思惟分析。等潛意識下意識過去了以後，才輪到意識仔細思惟整個事件。然後再把思惟分析的內容傳遞給意根，意根再作新的抉擇。意根根據意識的思惟，能夠知道剛才的反應是對還是不對，然後生起思量，決定彌補一下還是不彌補。意識的判斷，意根有時候不認可，但有時候也會承認，下次就能稍微注意。

十二、專注並不一定是只緣一法

意識專注，與意識只緣一法，內涵是否是相同的？意識能不能只緣一法？比如賞月時，意識專注的時候心中是否只有月亮，除此之外一無所知？這時候意識心中除了能了別月亮，心中也知是晚上，天是黑的，看見的是天空中的月亮，也知道自己是在房間裏還是在野外等

等。比如意識專注於參話頭，意識心中是否只有話頭，除此之外一無所知？不是這樣，意識還參與行住坐臥，還有一些工作，還知白天黑夜以及周遭的一切。比如科學家鑽研一個項目，意識心中是否只有研究項目，除此之外一無所知？肯定不是了。

意識專注，相當於朝著有靶的那個方向射箭；只緣一法，相當於把箭準確的對准靶心。意識眼識對准靶心的時候，是否還知道白天黑夜？是否知道自己是躺著還是站著，是否知道在室內還是野外？這些法意識都知道，不糊塗，那麼意識就不是只緣一法，只了知一法。只不過專注的時候，極大部分的注意力在當前專注的目標上。意根也可以這樣。

十個人在一起，意識專注打量其中一個人的時候，是否知道旁邊還有人？是否知道眼前是光明還是黑暗？是否知道對方身後的背景？如果知道，意識就不可能只緣一法，只了知一個法。意根也是如此，所以意根也能如此專注。

十三、每當我們驚喜的時候，驚訝的時候，驚恐的時候，震驚的時候，絞盡腦汁沒有注意的時候，意識都沒辦法思惟，沒轍了。可是意根心裏動得很快，思量性很強大，最後不用依靠意識的分析思惟觀察，也想出了應對的辦法，躲過一劫，逃離驚險。我們通常說，這個人很機靈，反應很快，觀察一下是意識機靈反應快，還是意根機靈反應快，還是兩個都機靈反應快？這要根據具體情況而定，馬上就反應，來不及思惟的是意根的機靈，能稍微思惟的是意識的機靈，在意識機

靈的時候多數情況意根也是機靈的。發呆的時候，意識發呆，意根絕對不發呆，意根沒有呆愣不思量的時候，自己多發呆體會一下就知道了。

第四章 意識與意根的關聯

一、意根觸法塵想了別時，第八識就產生意識心來幫助意根分別法塵，所以意根是無色根也是識心，祂有心的所有法，是眾生時時處處作主宰的心。眾生無論做什麼，大大小小的事都由祂作主說了算，前六識對六塵所分別的結果都要報告給祂，祂接收報告後再決定下一步做什麼。看一個色塵，是否接著看，由祂決定；聽聲是否接著聽還是聽別的，由祂決定；接觸一切法，是否再接著接觸，還是離開，由祂決定。一切事都由祂決定，祂可以按照前六識的分析報告作決定，也可以不按照前六識的分析報告而按照自己的習氣慣性作決定。

二、意識與意根之間的關係很複雜，有時意根很隨順意識，看起來好像完全是由意識作主似的；有時意識的抉擇與意根的習氣不一致時，意根難以作出決斷，這時候就常常表現為猶豫不決；還有的時候，不管意識如何思惟勸說，意根就是一意孤行；還有的時候，意根作出的決定，意識不願意服從，總是要冷靜的再思考思考，也表現為猶豫不決。當意根一意孤行時，是因為意根的習氣慣性太重了，與意識的觀點看法嚴重不一致，不肯接受意識的分析思惟作出的理智決定。這就需要給意根一定的時間來適應和思量考慮，再讓祂作抉擇，強求不

得。如果強求，可能要適得其反，意根反而就要完全按照自己的習氣作主，或者作出更嚴重更違拗的決定。

如果要勸導他人，就要學會觀察他人的心理狀態，這個心理狀態包括意識心，也包括意根，主要還是意根的心理狀態。不能看某些人口上說得如何好，如何堅定的認可，甚至說得天花亂墜，可是他的意根並不同樣認為，而且還深深的反感，那我們就不要再與這個人周旋了，再找時機來說服他。也許過一段時間，此人的意根就能慢慢想通，考慮明白，不再堅持自己的意見看法，這時再說服他，就比較容易了。所以給意根一定的時間讓祂適應和思量，是絕對有必要的。

學好佛法，你我他她都能得到很大的受益，佛法是最實用和實在的。懂得意根的體性，找到意根，會觀察意根，那麼他人的心理看一眼，就可能了解了，即使接觸不到本人，聽到他的一句話幾句話，就能知道他的心理，這樣就能知己知彼了。在世俗裏當個精神醫師和心理醫師不容易，要懂得他人的心理，要善於觀察他人的表面情緒和內心深處的心理狀態，還要會運用善巧方便手段，還要會勸導人，還要表現出真誠和誠懇，也實在是不容易的。

三、意根與意識的關係如老板與下屬

可以把意根喻為老板，意識喻為下屬。老板負責分配和指揮屬下工作，屬下做的所有工作全部是老板安排的，即使自己想找事作，也得老板同意；屬下如果有什麼意見和建議，都得經過老板研究批准，不得擅自作主。屬下如果不同意老板的安排，可以暫時猶豫不執行，

考慮考慮之後再行動，並且可以與老板討價還價，甚至可以給老板忠告、警告或者暗示，如果老板仍然執迷不悟，那麼只好執行命令，不再說二話。

老板與屬下的工作關係是這樣的：

老板依靠如來藏的見分而見得一切法之後，大約匆匆過目一下，了解個大概，因為管理的工作過多，沒精力細看細琢磨，覺得比較重要的，屬下有能力的，就交給屬下仔細過目篩選和分析分類。屬下把分析研究考慮的結果報告給老板，以待老板決斷拿主意，究竟如何處理才好，也可以給老板提供相關的建議。

如果老板覺得沒有太重要和大不了的問題，就全部或者挨個的丟給屬下去篩選，屬下就得漫無目的的挨個文件夾瀏覽，老板則一邊看管下屬的工作，一邊再收集信息，看看有什麼可感興趣的內容。如果還是沒有什麼特別的事情需要特別處理，那麼這一天裏二位就悠哉遊哉、懶懶散散、漫無目的、隨緣度日。

老板把六個屬下工作中遇到的問題，大概瀏覽一遍，然後大問題大處理，小問題小處理；重要的問題先處理；嚴重的問題立即處理；火燒眉毛、生死攸關的問題沒有商量，毫不猶豫瞬間就果斷處理；感興趣的問題著重處理，不感興趣的問題暫時不處理；屬下的建議與老板不謀而合時高興處理；屬下的意見嚴重違拗自己的心思時強制處理；屬下的意見激烈時暫緩處理；如果屬下不畏強權、據理力爭，可以隨順處理。

一切萬法不離如來藏也不離意根而有，意識只是起到一種輔助的作用。意識就像參謀和配角一樣，而意根才是主角，有如將軍一般，所有的決定權都取決於意根。意識作為參謀要不斷的為意根收集六塵情報，分析六塵的詳細信息，給予意根應有的適當而適時的合理化建議。

意根收到意識分析的情報與建議後，自己要作以特有的思考加工和考量，再決定是否要按照意識所說的來處理六塵，或者依意根自己的經驗，依自己的習慣，依自己的想法和觀念來決定采取下一步行動。這整個過程就是意根的思心所的功能作用。意根如果還是沒有辦法決定下一步該如何採取行動時，還是會讓意識再去收集情報供自己參考，就像將軍無法決定時，就讓參謀再去為他收集更多更有用的情報，詳細匯報上來，以便將軍再進行決策。

由此可見斷疑最重要的是斷意根的疑，斷意識的疑不斷意根的疑，意根還是會有所疑。（但是意識的疑，意根有時也會幫助解決。）比如一家之主有問題時，整個家族都要配合著他解決問題，他的問題不解決，整個家族就沒有辦法正常有序的運作。

五、從任何一個方面任何一個角度來看，意根就是眾生真正為依托的假我，是最主要的我，而且這個我一直都在把五陰身當作我，把六識的功能作用當作我，把第八識的功能作用當作我，認為所有的功德作用都是祂的功德作用，一切法的作用都是祂的作用。

意識也是一個假我，有明顯的見聞覺知作用，眾生都是以意識的

見聞覺知為主，以意識的行為造作為主，當意識沒有見聞覺知時就說我沒有見聞覺知了，當意識沒有行為造作時，就說我不能說話不能思想了。這個眾生就是意根，祂依賴著意識的見聞覺知和行為造作，才能達成自己的目的和意願，沒有意識和意識的行為造作的時候，意根就無法在六塵當中有所作為，五陰身表面的功能作用也就消失，這是意根所不情願的事情。所以修定讓六識少於造作或者不造作，意根一開始是受不了的，意根總是要掙紮著非要知道六塵不可，這時修定就很困難。

從另一面來說，意識的見聞覺知和行為造作，都是意根支配和主導的結果，兩個識一明一暗的互相配合著，幾乎所有人都把這一切活動當作是意識單獨的活動，絲毫觀察不出意根隱秘的作用，埋沒了意根的功德，不知道意根是這些活動的主宰，不知道意根才是主人，是眾生真正的假我，解決意根的問題就能解決一切問題。

六、什麼是定慧等持

觀裏到底有沒有思？觀裏如果沒有思，那就觀不出什麼。觀時意識有思，意根更有思，意根一定在思，還思的比較專注一些，沒有意識的打擾。只有這時候，才有可能出生智慧，有新發現。表面意識的思是前奏，為了引出後面意根的思，意根的思才有決定性的意義，才能解決重大問題，才能證得什麼。

所以一念不生沒有念頭的時候，意識雖然沒有念了，但是意根最精進，心念動轉，很用心，也可能一愣神的功夫，一個主意出來了，

一個謀略出來了，這是意根搞出來的。這就是深思，是真正的深思，意識的深思能引申意根的深思。如果沒有禪定，或者定力不足，就不能讓意根深思，意識深思也很困難，那怎麼能有智慧生起呢？意根的深思叫作定慧等持，能出生各種三昧。

七、問：意根思量的結果或結論，是經過什麼途徑或方式表達出來的？意根沒有語言文字的表達機制，還要通過意識完成表達的過程，這個過程的機制是什麼？如何傳導這個結論？

答：意根思量的結果和結論，如果需要意識知道並且處理，意根就會作意，現起思心所，作出一個抉擇，要如何處理自己思量出的結果，如來藏了別到，就出生意識，意識觸此結果，心中就知道了，再作以判斷等等，就消化了意根思量出的結果。如果意根不需要意識知道，不需要意識採取措施處理，意根就不作抉擇，意識就不用出生了別。很多時候意識由於智慧不足，仍然無法了知意根思量出的結果是什麼。

意根警覺意識的方式，是要生起思心所，作出一個決定，想要如何處理，意根思量的結果就是一種法塵，然後如來藏了別到意根的決定，就配合意根，出生意識來了知意根的想法決定，於是意識就採取一定的措施辦法來完成意根的決定和意願。

比如身邊有鬼神幹擾，意識感覺不舒服，想來想去也不知道是怎麼回事。可是意根知道，祂要想辦法通知意識，讓意識躲避或者處理一下。於是意根就生起思心所，作個決定，意根心裏有個沒有語言和

形象的鬼神的意思，是一種法塵，如來藏在此法塵處出生意識，意識就會感覺到鬼神，然後就會想辦法處理此事。或者是念經回向，或者是念咒驅趕，或者是搬走躲開。意根警覺意識知道的過程大致如此，如果意根能自己處理的，或者輕微不重要的事情，不需要意識處理的，就不會作出決定，如來藏就不會出生意識了別意根的心思。

八、斷疑生信，斷疑也要讓意根斷，生信也要讓意根生信，只讓意識斷疑和生信力度還不夠，必須影響和帶動意根也斷疑生信才行。起初是意識的信，意識的信是迷信、仰信、崇信、不穩定的信，不是正信；正信、深信就是意根的信，這種信根深蒂固，堅定不移。意根如果沒有信，就不能主動想去修學佛法。意識即使再信，意根要起疑的話意識都沒有辦法，只能隨從意根的想法。意識只能當意根的參謀，不能代表意根將軍作決定。而如來藏與意根的關係就像父子的關係一樣，意根這個兒子想要作什麼，如來藏只要有財力物力和人力，都會隨順滿足於他，所以還是要熏染轉變意根才是正道。

九、催眠療法，是被催眠者通過引導深入到潛意識，此時被催眠者潛意識中防禦機制被很大程度的卸除了，引導的療愈法可以輕鬆地深入到潛意識層面進行療愈。而清醒狀態下，由於防禦機制的有效保護作用，難以深入。

這段意思是說，在清醒狀態下意識心表現得非常活躍，能依意根第七識的我執性，對自我進行計劃、打算、籌謀、計較利害得失等等，能有效地保護所謂的自我，不能讓意根的憨直性、無籌謀性發揮作用，

意根執我就有強大的工具。意識微弱時，意根就失去了執我的強大工具，祂就表現為憨直性、率性、幼稚性、原始性、可引導性。

在催眠時，意識的思惟和分析活動被壓抑住了，不能思惟、分析、判斷、設計和籌謀，沒有了防禦機制，因此就不能提交給意根思惟分析報告，不能引導和控制意根，不能給意根當參謀，意根的自我防護能力就沒有了，也不能指揮意識撒謊以維護自己的利益，事實是怎樣，意識就說是怎樣。同時意根也能受外界因素的誘導，遇善則善，遇惡則惡，隨著境界就流轉了。這時完全可以用外力代替意識引導意根，讓意根隨著外力的啟發和引導而得到改變，那麼自我的潛能就能發揮出來，心靈得到激發，精神方面的疾病就能痊愈，心理就能健康發展。

防禦機制是意根通過意識心的籌謀、善巧、分析、算計等等功能作用，採取一定的措施手段保護自己。而意根自己不能思惟分析和籌劃需要採取什麼手段，必須要依賴意識的分析思惟，通過意識的出謀劃策，才能決定如何保護自己，然後再指揮六識保護自己。

意根念念都想自我保護，但是沒有意識的幫助，祂也無能為力；祂沒有機制，因為智慧低劣，不能思惟打算，不能算計。沒有意識的邪教導，意根就表現為非常憨直，不會撒謊，不會騙人，沒有計謀，沒有算計，不能進行所謂的自我保護。意識的自我防禦不離意根的我執，防禦計劃還需要意根審批才能通過，之後才能具體操作執行。如果意根沒有意識的引導和教導，意根自己是無法防禦什麼的，祂沒法算計，沒法籌謀，沒法想壞點子，沒法轉彎抹角的掩飾自己，就會完

全按照慣性行事，表現為憨直性，傻傻的。

催眠意識進入潛意識以後，意根的知性與前世的聯系就突出出來了，意根有可能把過去世的事情浮現出來。因為意根連接過去世無量劫，祂從來沒有滅過，祂與過去世的業種聯系比意識密切得太多了，只是不能表達出來，意識就不能了解這些事，我們就不知道，這就是隔陰之謎。催眠就能顯現出意識心自己不知道的過去世的事情，這是意根揭示出來的。意根那裏有極多的秘密，意識一般了別不到，而意根又沒有名言，自己不能表達出來，因此意識就了別不了。

十、西方極樂世界，我們現量觀察不到，意識通過學習佛經，相信有極樂世界，同時不斷熏習意根，灌輸給意根極樂世界的理念，有的人意根相信有極樂世界，有的人意根不相信有極樂世界。相信與不相信，其修行精進程度截然不同，結果也不同。

地獄，是我們現量觀察不到的，意識通過修習佛的開示，學習佛經，熏習意根，多數人的意根並不相信有地獄，其身口意行為沒有約束，往往抱著僥倖心理，以為造大惡業也不會有什麼事。所以有一些弘法度眾的所謂菩薩平時可以經常為眾生宣講因果，但其心行仍然與地獄相應，並不懼怕地獄果報，那就是意識相信有地獄，意根不相信，仍然會主導六識造作地獄業。

但是並非所有人的意根都不真信有地獄，這些人能夠在一切時中約束自己的心行。而斷除煩惱的人，就不用約束自己，心行自然清淨，即使在被人百般欺辱的情況下，仍然忍忍不發。因此說，對於意識有

理有據的證據充分的邏輯思惟推理，意根是能夠相信的，相信以後其心行就能轉變一些。

十一、心裏總是拿不定主意和矛盾重重是什麼原因

心裏出現矛盾或者心裏拿不定主意，是六識提供的分析報告，意根沒有思量清楚，暫時沒辦法做抉擇。一是可能六識的分析不夠充分，意根一直在等六識相續的了別和意識的分析，有了確鑿的信息才能做決定；二是六識分別認知的事理與意根固有的習性不太一致，因此意根不知道如何才好，正在思量著究竟如何去做才比較合適。

有時候意根決定要做一件事，可是意識分析這樣做不對，可能要有不好的結果，就把分析的內容交給意根，意根就開始思量究竟怎樣做才好，怎樣做對自己最有利。這時意識就不斷地把分析判斷的內容和結果報告給意根，不斷地提供信息。當意根決定按照原來的意願行動時，意識心就有可能再次提醒意根，這樣做有不好的結果。意根又要重新思量考慮，有可能改變主意，有可能不改變。要看是意根的慣性力量強，還是意識心的說服力大，兩種力量在交鋒的時候，就稱作拿不定主意，內心很是矛盾。

十二、記憶回憶這些事用八識的理論如何解釋

七個識裏，只有意識能夠回憶，回憶時用語言和聲音表達，或者是心中默想默念，其他幾個識都沒有這些功能作用，第八識更不會去回憶和記憶什麼。而意識之所以能夠回憶，是因為意根和意識想要知道過去往事的細節，讓那些事情在心裏再現出來。心裏出現的這些事

情屬於法塵。由於意根想知道事情的細節，就會有念想，觸法塵之後，思心所決定了知，如來藏就會不斷的輸送出業種，把整個事情再現出來，並且在此法塵上出生獨頭意識，去仔細分辨整個事情。

意根一直在緣著觸著這些法塵，才能保證意識的存在和不斷的了別，不斷的知和不斷的表達出來，不斷的有感觸感慨和各種觀念的出生。因為是意根想要了別往事細節，或者是由意識驅動意根有這個想法，並且意根一直緣著往事的法塵，才能有意識的出生，有回憶的心理活動，所以意根有記持往事的功能作用，加之如來藏配合，才能促使意識回憶。第八識沒有記憶記持的功能，五識有微弱的記持功能，意識和意根都有記憶記持的功能，但只有意識才能回憶。

記憶是對經歷的事件的攀緣、執著和了知性，回憶是對過去了的事情的再現，二者是不同的功能作用，需要識心是連續不斷滅的，如果斷滅了，就不能回憶，所記憶的就沒有了，如今世的意識就沒有對前世的記憶和回憶。意識的記憶回憶與第八識的記錄功能是不同的，我們身口意行造作的當下，第八識就記載和收存這些行為的種子，通過意根來收存。收存之後，如果意根認為非常重要的，心裏就攀緣不斷，這樣法塵就不斷，意識心就得總在記憶回想這些事情，念念不忘，那麼記憶就牢。如果意根認為不重要的，就很少去攀緣，意識也就不會想起這些事情，暫時就忘卻了。

意識的回憶、回想是通過意根，從第八識裏輸出那些事情的種子，意根如果不攀緣這些法塵種子，第八識就不會輸出。意根與法塵相對，

第八識就產生意識，來了別這些法塵，意識就回憶起了這些事情，心裏就有了念想，有了憶念。意根認為重要的事情，意識心就會記著，除非是勝義根有障礙，才會沒有記憶和回憶。

十三、一切身口意行作為種子剎那剎那都存入如來藏裏，當意根需要，種子現行的緣熟時，如來藏就輸出種子，現行相應的法，意識才能了別到，這就是記憶和回憶。越重要的事情，意根越需要，緣越容易成熟，意識越容易回憶出來。意根可以惦念某些事，但不能具體回憶某些事，因為回憶裏有細節，識心能比較細致的了別才行，意根不能作細致的了別，只能粗略了別。意根了別後，如果覺得重要，就會執著和攀緣，心裏就要惦念著。

凡是意識了別的內容，都是意根指揮調控的，凡是意識記憶的內容，也是意根看重認為重要的，凡是意識回憶的內容，也是意根需要和攀緣的，意識所有的一切都是意根給與的。但是意根不能回憶，因為回憶裏有具體細節，意根無法了別得太具體細致，只能有個粗略的知，但是這個知是相當重要的。

意識參話頭，意根受熏以後，覺得這事非常重要，於是就心心念念都是話頭，即使在半夜裏睡覺也要念著話頭，於是就做夢，意識在夢裏就參話頭。意識平常所思惟的法，意根受熏以後如果認為重要，半夜三更也要思惟，夢裏也要思惟，心裏就不肯放下。如果意根不念著這些法，意識不可能半夜參話頭和思惟法義。

十四、意根都有注重和不注重的事情，越注重就越執著，越執著，

意識意根記憶得就越牢固。意根越不執著，就越不在意，記憶就輕微，或者不記憶，意識轉眼就會忘記了，或許過後也很難回憶得起來。所以如果有人說，我忘了對某人的承諾，忘了那件事，或者說我沒有時間做那件事，那就是說明那件事情對於他的意根暫時還不重要，他還有其它重要的事情在惦念著。意根總是攀緣和惦記自己認為最重要的事情，按照自己認為最值得做的事情來做。那麼有些事情淡忘了，有些事情記憶猶新，就說明了事情對於意根的重要程度了。

十五、意根的習慣性執著性

有人說意根的決定都來自於意識的了別，其實很多情況下，意識的了別和決定對意根來說不算什麼，意根不太聽取意識的看法和判斷。如果意根聽取意識的看法、知見和判斷，那麼意識真真實實的認為玻璃橋是安全的，可以放心行走，意根為什麼不聽話而決定邁開腳步呢？意識告訴意根多布施積福，意根為什麼不決定把自己的錢拿出去布施？

在意根生氣時，意識暗示意根不要生氣，要穩住，一定要壓住火氣，不要發作，可是意根還是要氣得渾身發抖、臉色鐵青、臉紅脖子粗、杏眼圓睜，甚至破口大罵，大打出手，結果把事情搞砸了，這是為什麼？意識暗示意根消消火吧，可是意根還是氣得呼呼直喘，肺都要氣炸了。這時意根為什麼不聽話，不服從意識的規勸？

所謂的身不由己，就是說身體是由意根控制的，不是由意識說了算，不由意識管控。關鍵的時候，意根的習性慣性和執著性起著決定

性的作用，意識的思惟作用力，是那麼的微不足道，簡直是力不從心和無可奈何。身不由己的己，是指意識，身體不由意識說了算。不由自主，也是不由意識說了算，意識作不了自己的主，要由意根作主。

十六、意識的能動性在極小的範圍內，是不由自主的，不可以說意識是能動性的、自主的、非完全安排好的、有自由意志的。意識的意志只有符合意根的意志，或者是說服了意根，才能得到發揮，否則只能由意根作主指揮和安排。當意根想要了別和造作時，就要用意識工具，不想了別造作，意識就不現前，把工具放一邊不用。能動性在意根這裏，但是意識可以提要求說服意根，之後意根就可能讓意識放縱一下。

十七、識心對色身的影響

身心能互相依賴，互相影響，識心的動轉對色身的影響很大，尤其是善惡心所法的運行，煩惱和習氣的運行，對色身的影響是非常大的。我們可以仔細觀察一下，當六識心動的時候，身根是不是跟著一起動而起變化；六識心動時，眼根耳根鼻根舌根是否一起動而發生變化；意根動時腦神經是否發生變化，全身是否也跟著一起發生變化。

當七識動時，尤其是意根動時，有腦電波產生，先是在大腦內部波動，後是頭皮有波動，再後來是身體某部位有反應，同時伴隨著六識心的動，身口意行就出現了。為什麼有腦電波的產生呢？因為意根在大腦勝義根處活動的時候，心識一動轉就能觸及到大腦神經組織，（但是意根不能直接觸及大腦物質色法，裏面還有事情，暫且不說。）

神經組織就把受到的觸動傳導到整個頭部和頭皮，就像電流傳導似的，就像有波動似的，頭部和頭皮就感覺好像有電流通過，麻酥酥的感覺。其中大腦裏的細胞也受到觸動，引起四大的變化，像釋放生物電一樣，有一種能量傳導，頭皮和大腦就有一種麻酥酥的感覺。

如果意根的心行再繼續變化，腦電波腦神經就向全身傳導，身體就要出現相應的震動和變化，這都是意根的心行引發出來的變化。比如當內心生貪時，身體裏水大就出現變化，各種液體就湧現出來，如嘴饞時會流口水，貪愛時流眼淚等等；生嗔時，怒目而視、怒發沖冠、臉紅脖子粗、臉頰發熱、杏眼圓睜、渾身發抖，六識同時起用，身口業同時現行出來，身根就有變化，六識也有相應覺受出現。

意根在勝義根處和法塵相接觸，了別了法塵時，產生心識活動，觸及到大腦皮層，就能引發腦電波，腦電波帶有一種能量，或者產生一種熱量，這都屬於正常的現象。當我們心裏感覺不好意思的時候，色身上就有臉發紅、臉頰發熱等等的反應；著急緊張時，就有額頭流汗、內心感覺燥熱、心急火燎、手心冒汗、腳底發涼等等的反應；當情緒激動時，就有熱淚盈眶、眼睛灼熱、頭中嗡嗡作響等等反應。這些反應都是因為意根的識心活動牽動了大腦神經，從而帶動了全身的活動。

意識的各種心行也能影響到色身，讓色身出現變化。其實色身的活動都是意根指揮，六識造作出來的，所以說是身心互相依賴、互相影響的。意根也是心，祂既是根也是心，觸法塵的時候，就能影響到

大腦神經組織的活動，並且影響和控制全身活動；心念不同，情緒不同，六識的身心活動就不同。

意根在思量的時候，肯定也能觸及到勝義根，有腦電波產生，包括意識心思惟佛法的時候，也有腦電波的波動，因為意識思惟佛法的時候，是受意根的主導和指揮的，所以我們的心識活動，會讓色身發生相應變化。比如寧神助思、緊皺眉頭、若有所思、手拄下顎、手敲頭部、牙咬手指等等身行的造作。其中變化最大的，可能就是腦電波，腦電波有一種能量，能使得頭脹、臉紅、臉發脹發紫發熱，這就說明內心識心在活動，識心在思惟思量，內心有些想法和看法了。識心一動，色身就跟著動，身心相倚，互相依賴，互相影響。身心互相依賴當然都通過如來藏在中間起著聯合作用。

意根對身心的影響非同小可，無論大小事，剎那剎那都在影響著身體的細微變化，色身的變化都是意根影響和牽動的，意根能影響身體的健康狀況。如果降伏意根，心性調柔，少於煩惱，身體健康就能得到改善，疾病就能減少和消除，意根的作用舉足輕重，不可忽視。掌握好意根，修行非常快捷。在八個識當中，如來藏能變現一切法，當然如來藏是第一重要的，意根能驅動一切法的出生，也能促使一切法的滅亡，當然祂也很重要，對一切法能起決定作用；如來藏只是收藏種子和變現出一切法，是服從順從意根的。

十八、什麼叫作變態現原形

變態或者現原形這種情況，是指意識由於某種原因，比如昏昧不

清醒等等，調控不了意根，意根就按照自己本來的習氣慣性行事，那是意根的本來面目。清醒的時候，意識有理智，能夠思惟分析如何應對塵境，意根依之，就能得到指導和矯正，習氣能得到一些約束。意識一旦不清醒，就不能正確的思惟分析，意根得不到正確知見的指導，就按照自己的習氣行事，叫作現原形。

每個人的原形都不一樣，因為意根的修為不同，煩惱不同，習氣和慣性也不同。比如男女在一起，已經有初禪定斷欲的人，無論怎樣打交道都沒有關係，不會動什麼心念，意根已經得到降伏的緣故，就如坐懷不亂的那種。如果不是這樣，沒有禪定，沒有斷除煩惱，男女到一起，就不能保證不生心動念。

三果人意根的煩惱原形發生改變，貪愛和嗔恚煩惱已經沒有了，無論在什麼情況下，也不能有貪愛和嗔恚煩惱的現行，但是習氣還免不了。初地菩薩才有能力開始斷煩惱習氣，在這之前都是壓伏煩惱和習氣，斷一分少一分，種子就清淨一分，其意根的原形就比三果四果人要清淨。這個時候，意識心總能理智的調控意根，很多時候意根也無需讓意識心調控，自己已經得到降伏，能自覺調控自己，心意已經柔軟下來，這是斷除煩惱，轉識成智的功德受用。

當意識心有理智時，意根就不能輕易變態現原形，因為意識能思惟督導意根，意根就會隨順意識，受意識的約束，知道自己應該如何如法得體的應對周遭的一切，不起煩惱，有修養有德行，這樣意識就調控了意根，使得言談舉止都得體而不失態。

十九、意根的惡習如何才能改變

意根前世喝過酒，今世見酒，就不要命。為什麼見酒不要命？常喝酒，就會成為了習慣，上癮了，就會總想喝酒。意識勸說喝酒對身體不好，可是沒有用，意根照樣堅持喝。喝出事來以後，意識表示再也不喝了。可是意根貪心不斷，沒記性，遇見酒，還是決定照喝不誤，管你誰和誰，管你後悔不後悔，管你醉不醉，喝完再說。為了這事，意識與意根經常打架，關鍵時候，還是意根占上風，每次都照喝不誤。直到最後，有一個重大事件發生，讓意根刻骨銘心，毅然決然的決定：以後再也不喝酒了，並且還發毒誓，這才把酒戒掉了。哎！太不容易了！經歷了多大的磨難，付出了多大的代價，才把酒戒掉。不見棺材不落淚，不撞南牆不回頭，不到黃河不死心，說的就是意根。

戒酒時，有一種堅定不疑的意志力，是指意識還是意根？如果是指意識，意識的所有意見和看法都僅僅是一個建議，意根可聽可不聽。那麼意識就不能有堅定不移的意志力，因為意識沒有力量，不能作最終最後的決定，也沒有行動力，不能作身口意行的主。所以意志力，既然意志有了力量，就要想去實施，那就是意根的意志，意根的志向，意根的抉擇，意根的主動力量。意根受到挫折，下定決心一定要戒酒，這才有了堅定不移的意志力，終於把酒戒掉了。意識連一個手指頭都動不了，祂要想有力量，必須動用意根，想辦法哄意根聽自己的話，按照自己的決定而決定。所以最後還是意根的決定力量改變了一切，因為意根能作主，這個誰也沒有辦法。

二十、意根了別到第八識所現起的一切法之後，祂會思量權衡如何處理，決定之後，六識就要按照意根的決定去造作。所以意根能統攝一切法，默容一切法。而意識並不能了別所有法，因此意根了別的內容要永遠多於意識，比意識深廣得多。意根的體性比意識的體性深細而重要，成佛與否，全在於意根。意根本身的運作不能說簡單和複雜，因為意根對具體的六塵了別慧差，意根對自己觸法塵了別法塵的運作沒有很強的反觀力，當覺得法塵很重要時，自己了別不清楚，才喚起意識出來了別。

比如吃飯這件事，第八識把胃空了這種狀況呈現出來，意根了別到，讓意識具體分辨是什麼情況，意識觸胃部的法塵，了別到胃空了，就感覺餓，於是意根決定吃飯。感覺餓的是意識，也許是意識決定吃飯，意根同意，也許是意根先決定吃飯，意識服從，但無論怎樣，意根的思心所不決定吃飯，五陰就不能吃飯。

凡事只要身口意出現了，不管什麼事，都是意根點贊同意的。意根的同意，有主動，也有被動，不管主動還是被動，都是意根同意以後思心所作的決定。意識的想法，意根也許同意，也許不同意，如果不同意，就是矛盾。意根的決定，意識也許同意，也許不同意，不管意識同意與否，都要照辦無誤。

二十一、很多法都是如來藏圍繞著意根的意志和想法而變造出來的。意根想什麼認為什麼，如來藏就隨順變造什麼。因為如來藏裏有四大種子，能夠輸出四大種子以及吸取物質當中的四大種子再變造出

新的四大物質色法，如來藏裏還有識種子，輸送出來形成六識，負責完成意根的指令。而意根沒有任何種子，祂不能變造色法和心法，只管有想法就可以了。

有個試驗，在被催眠時，意識被壓制住了，分別力微弱，不能分別是白水和糖水，當意根被告知是糖水，就錯認為是糖水，其實是白水，因為物質細法意根分別不清楚。當意根非常深信喝的是糖水而不是白水時，如來藏隨順意根，就把白水的四大換成糖水的四大，吸收到身體裏，身體血液裏就含有糖的成分了。

意根因為不辯東西南北，容易受騙，必須依靠意識細分別，從而引導和制約意根，意根才能有正知見。所以學佛修行完全依靠意識的如理思惟，來引導意根證法和得解脫。

二十二、我們有時面對熟悉的人和事，突然間就想不起來了，意識在心裏回憶又回憶，搜索又搜索，就是想不起來。這時，需要的法塵內容就是不現前，那是因為意根一時也緣不到那個法塵和業種，意識就沒法了別到。過後，意根沒有放棄，繼續暗中搜索攀緣，指不定什麼時候就把業種攀緣出來了。意識就會不經意間想起來，原來是某人某事，在某時遇見和發生。自己（意識）就覺得是突然間想起來的，其實是意根一直在攀緣搜索，沒有放棄。那麼我們利用此點，就可以參禪參一個法義，修法只要能夠深入到意根，那麼意根就會暗中深深地攀緣懸掛著，這樣修行就深入內心了。有朝一日，因緣成熟，意識心就會證悟，或者明白所思惟的法理。因此一切法只要深入到意根，

就會解決問題。

意根的習性是無始劫就一直帶著的，什麼事情重要和不重要，自己自會明了，祂時時刻刻都要維護自我五陰利益，哪個對自己有用，祂能分出輕重緩急來。懂得佛法道理和不懂得佛法道理的意根，其智慧性不同，認知也不同，祂所做出的決定也就有所不同。祂有極多的神奇功能作用，有待於我們不斷地去探討，那就需要有高深的佛法智慧，道種智越深就越容易了知更多的意根的功能體性。

二十三、八個識中，第八識是董事長，第七識是總裁，意識是經理，五識是職員。意根對一切法作主宰，祂不讓意識忙於三界的事，意識就得休息；意根不想往生到極樂世界，意識就去不成，意識無論怎麼念佛也沒有用，況且意根不決定念佛，意識也念不出來。這是意根與意識的關係，很深密複雜。

二十四、問：色身的運轉是由前六識主導的，比如吃飯、做運動等主動的行為；有一些是意根主導的，比如來不及思維的應急反應；還有一些是第八識主導的，如色身的衰老、病變等。不知這樣理解對不對？

答：色身的運轉和活動，表面都是前六識的活動，但都是由意根指揮和主導，由意根控制的，六識的任何活動都是受意根的調控和指揮，由意根抉擇，不能自己擅自作主。

一切法都是由意根和業力做主宰和主導的，無論大小巨細，意識不能做主導，只能輔助意根做主導，最終作主拿主意的還是意根。意

識雖然有自身的抉擇和決定，但是要聽從意根的審批，如果意根不同意，意識作什麼決定也沒有用，都不能實現。五陰的活動由意根主導，六識服從，並且與意根和合運作，意根根據六識的不斷了別，才能不斷的起主導作用，沒有六識的輔助了別，意根就無法繼續主導下去。而各種應急反應都是意根單獨主導，六識只能配合，無法起參謀和輔助作用。

色身的衰老、病變等，表面上好像是第八識主導的，但是第八識並沒有任何主動性，祂是一種無為的心性，不會主導什麼法的出生。祂之所以能變現出一切法，都是被動的，是被業種和業力所牽，隨業力而動，也被意根所左右，隨意根而轉，沒有主動性。

二十五、意根和意識的分工合作，可以用具體事例來說明。比如睡覺時，被子被踢掉了，身體感覺有些涼，意根了別到這個情況，想蓋上被子，自己又無法處理，如來藏了別意根的思心所，於是就給意根變現出夢境，以解決此事，意識就夢見自己處於寒涼的環境中，感覺很涼想蓋被子，意根於是就決定把被子蓋上。這時意根分不清夢裏和夢外，把夢裏的境界當作夢外，就作出了決定，意識也不知道是夢裏還是夢外，把夢境當作真實，就順從意根的決定把被子蓋上。但是能蓋被子的意識已經不是獨頭意識了，而是五俱意識，那就還有身識現起，一起把被子蓋上。意根分不清夢裏夢外是無慧，能想辦法處理卻是慧，能了別身體出現特殊的狀況，也是意根的了別慧，具體情況的分析和處理屬於意識的職責，二者就是這樣分工合作的。

二十六、意根與意識的關係猶如人與顯微鏡放大鏡的關係。由於人的視覺有限，不能辨別非常細微的物質色法，就利用一下精密儀器來協助自己觀察。人與精密儀器同步觀察，精密儀器觀察到什麼程度，人就了別到什麼程度，精密儀器觀察出多少，人就了別了多少，同時人根據儀器的了別，參考儀器反應出來的內容，對觀察對象進行思考判斷，一步步的指揮儀器觀察的方向角度和處所，最後得出一個總結論，做出一個總的抉擇。

意根比如人，意識比如被人所利用和支配的儀器。太精細的東西意根只能通過意識的觀察分析思惟判斷，意根依據意識再進行自己的思索和判斷，得出結論再做出抉擇，六識再照辦。

如果所接觸的物質色法人自己就能了別，也就沒有必要常用精密儀器了，因為這比較很麻煩。意根如果能對所接觸的法了別個大概，不需要太微細的了別，也就不用意識來配合觀察了別，那麼意識就不知道意根到底了別了什麼，心行如何，如何處理的。除非意識有妙觀察智，才能知道意根的心行。

由此可知，意識的一舉一動不能脫離意根的掌控，除非意識能騙得了意根，能說服意根，讓意根同意自己的心行願望和想法。就像一個機器人想要脫離人的掌控，那是非常不容易的，除非出現意外情況，人類沒有設計好程序，或者程序紊亂。如果能分清意根與意識的內在關係，各自的功能作用，就能很好的把握自己的修行，增長自己的智慧，促進道業的增進。

二十七、有的人意識常常口中談論錢財是身外物，表示並不在意錢財，可是真到要布施錢財幫助他人時，從來不肯布施一文錢。這是因為具體決定要布施的是意根，意識不能自主，意根如果很慳吝，就不願意布施錢財，所以很多人意識說是說，意根做是做。意根慳貪，就不會有實際行動，對於慳貪的人說的話，我們最好不要當真就行了。

二十八、問：意根做決定的時候，意識到底扮演著一個什麼樣的角色？意根可以通過意識來做決定，那麼意識的分量到底有多重？什麼情況下，意識足夠扭轉意根的決定？又是什麼情況下，意根依舊我行我素呢？意識能改變意根選擇的關鍵點又在何處？

答：意識與意根的關係如下：意識是意根的助手，幫助意根了別和分析思惟，是意根的參謀，為意根的抉擇出謀劃策。意識是意根的督導，能牽引和控制意根。意識是意根的奴才，對意根俯首帖耳，即使心裏不高興，表面也得服從。意識是意根的教唆犯，經常唆使意根做不該做的事情，意識是意根的導師，有時要如理思惟，引導意根走出習氣的誤區和泥潭。

只要不是意根特別習慣熟悉的事情，意根都願意求助於意識的幫助，聽取一下意識的意見和看法；只要不涉及到特別緊急危急的事情，意根都會讓意識出謀劃策；只要不碰觸意根的底線，不惹惱激怒意根，意根都會允許意識發表意見；只要不是意根特別感興趣的事情，特別執著和在意的的人事，不是意根特別貪著和厭惡的人事，意根就願意讓意識多作思惟分析，把結果提交給意根作參考。在相反的情況下，意

根就無法聽取意識的看法，就以自己的判斷為準，自己要單獨並且快速的做決定。

當意根非常貪愛和非常嗔恨的時候，就不會聽取意識的建議，而一意孤行；當意識說不清道不明，講不清道理的時候，意根就會我行我素；當意識給出的理由不充分的時候，意根也會我行我素，不改變絲毫。當意識能夠現量觀察到事情的利弊得失時，能夠證據充分的講明道理的時候，能夠把確鑿的事實呈現給意根的時候，意根就會改變自己的心意和抉擇。意識改變意根的關鍵在於能夠揭示出事實真相和掌握確鑿的證據，以及準確分析出利害得失，意根只能乖乖順從，從而扭轉自己的習氣。

意識的分量當然很重，意識能通過如理思惟，或者是利益誘惑，牽著意根的牛鼻子，把意根拉上正路，讓意根獲得智慧，斷除煩惱和習氣，破除所有的無明，究竟轉識成智。意識要想扭轉意根，就要常常熏習正確的佛法，如理思惟作意，思惟細致入微，最好能現量觀察一切法，證據確鑿，這樣就有能力引導意根，讓意根隨順意識的引導和理性思惟，以及現量觀察。意識要想扭轉意根的決定，就要思惟此決定對自身的危害性，思惟越透徹，越接近事實，越能影響意根，改變意根。如果意識思惟不清楚，不透徹，事實不明，沒有證據證明，不是現量，意根就不能被說服，依然我行我素。

二十九、崇拜的心理以及各種心理，都由意識表現出來，由六識共同造作出來。意根的一切想法，想要表現出來想要實現，必須有可

利用的工具和媒介，沒有媒介，意根無可奈何。

意根利用意識五識身根這樣的媒介，能造作一切法，表達一切情緒、心境、想法、打算、意願等等，沒有這些媒介，祂就無所作為。實際上，意根是盡可能的利用了第八識，祂自己都不知道，第八識更是不知道被利用了，知道也不會在意，心大。六七識通過學佛修行，如果心像第八識一樣的大，那修就到頭了，不用再修行了。如果意識表達不清楚不明白，意根沒有耐心，就會選擇不說話。

三十、業行主要是意根的心行

沒有意識的情況下造作的法，是不是業行，有沒有果報？仍然屬於業行，有果報，而且是依業而有的行，更屬於業行。比如意根與如來藏一起投胎，沒有意識參與，但這個業行大得不得了，是所有業行當中最大最關鍵的一種，是決定性的一種，決定著眾生的生死趣向問題，是十二因緣生死鏈條之一。意根因為有無明，必產生生死業行，也必去投胎，順應生死。如果說意根與如來藏一起去投胎，不屬於業行，那麼三界世間就沒有任何業行了。

意根與如來藏一起到極樂世界造蓮花，沒有意識的參與，這個業行也非常大，是絕對的善業行，決定著眾生死後趣向極樂國土，遠離五濁惡世的生死系縛，將來能在阿彌陀佛的攝受之下明心見性，然後飛往十方世界去廣利有情。

意根與如來藏一起幹擾他人，一起去加持他人，一起到別人的夢裏，一起去警覺他人，以及在沒有意識時翻身壓死了新生兒等等，這

些全部都是業行，有善有惡，有不善不惡，都有果報。只要有心有行，都是業，都有果報。半夜睡著了沒有意識，翻身壓死了新生兒，這是無意的，是無記業，也有果報。當時的果報就是失去孩子很痛苦，後世的果報也可能就會被無意的壓死。這是苦果，不是不苦不樂的果報，無記業感召的不一定是不苦不樂的果報。無意就是沒有意識，但有意根，意根也是不故意的，沒有心意，但只要有行，就有業有果報。

業，主要是意根的業，與意根相應，是意根心行造作的過程。意根心行的造作，有時需要六識配合，有時六識配合不了，就沒有六識參與造作，但都是業行，都有果報。意根若不想造業，就沒有業行出現，六識也不會出生造業。因此說意根是造業的主人，是果報主，善惡業都是如此。

三十一、意根和意識哪個是受報主

有人說意根不覺得苦樂，就不是受報主，意根不受報。其實意根才是受報主，六識只不過是意根受報的工具和代理人。因為沒有六識的時候，眾生也處於果報之中，不管六識是否存在，只要眾生存在，本身就是一種果報，而且色身就是果報身，是意根把色身當作我，所以意根才有果報身，報就報在意根上，讓意根受報。

首先入胎、住胎、出胎這件事，就是意根的果報業報，投胎入胎就是意根的事，有什麼樣的色身和生存環境是意根最在意的事，所以果報就是意根最在意的事。住胎和出胎，以及一輩子的生活環境條件，也是意根最在意的事，一輩子是享福還是受苦是意根最在意的事，所

以意根是受報主。其次死亡以及死後的去向問題更是意根關注的事情，臨死時，意根掙紮著不想死亡，即使病得痛苦不堪也不決定離開色身，不肯咽氣丟下身體，不願意離開家親眷屬；即使成為植物人了，也不願意離去換個色身，仍然要貪著微弱的五陰活動，繼續承受痛苦的果報。

意根以五陰身的苦為自己的苦，以六識的苦為自己的苦，以五陰身和六識的樂為自己的樂，以五陰身和六識的受為自己的受。但是沒有六識的時候，意根仍然要承受一切苦樂受和一切果報，譬如無想定和無想天的樂受，是意根單獨受，滅盡定的樂受是意根單獨受，沒有意識意識就不受。入胎和住胎的苦受，意根要單獨受，沒有意識去受，死亡和昏迷之時的苦受意根要單獨受，沒有意識意識就不受。睡著時不管睡得安穩不安穩、舒服不舒服，都是意根單獨受，乃至於睡著時出現任何事故如被火燒死等等，都是意根單獨承受，沒有意識意識就不受。

即使在有意識的時候，意識的任何受，都與意根息息相關，意識所承受的一切都等於意根承受一樣，意根很在意意識的覺受。因為意識就是意根的一個我，是意根所擁有的，是意根的助手和道具，報意識就等於報意根一樣，意根絕不願意意識受苦報，微苦也不願意。譬如父母是一家之主，孩子所遭遇的一切苦樂，父母也隨之苦樂，他人來酬答和報復父母，也會通過酬答和報復孩子的形式來間接的回報父母，報孩子就等於報父母，孩子的榮辱和死活與父母息息相關。

意根是意識出生的根，意識由意根為緣而出生，意根猶如意識的父母，意識受報就等於意根受報，因此五陰受苦，意根就要躲避，五陰受樂，意根就貪愛不舍。總而言之，意根是受報主，是果報的真正主人。

三十二、意根是意識的根

根，是依靠依止之義，比如大樹依樹根而生。孩子依父親而生，但直接由母親出生。眼識依眼根而生，六識依六根而生，意識依意根而有。但是六識由如來藏直接出生，六根僅僅是六識出生的根本緣。

一切事情都要尋根究底，找到根，解決根源，才能徹底解決問題。我們要想解決無始劫以來的生死輪回問題，解決無明問題，解決染汙業種問題，都要尋根逐源，不能只在枝葉上用心，剪掉枝葉，還要出生。要想枝葉不生，剪掉根就能徹底解決問題。意根就是意識的根，意根決定著意識，決定著六識的走向，解決意根的問題，才能解決六識的問題。雖然解決意根的問題，需要意識做先行和輔助，可最終還是要落實在意根上。

無數人都弄不清楚意根與意識的關係，都以為意識是究竟的法，都在意識上做文章。可是解決了意識的問題，意根沒有解決，意根還會決定著意識的修為和造作，荒草又長出來了，還等於是沒有解決問題。

三十三、問：我有很重的懷疑習氣，這種懷疑的念頭力量非常大。在內心沒有力量思維的時候，就告訴自己觀這個念頭，什麼也不做，

就讓意根自己慢慢思量，總會有個結果。這是怎麼回事？

答：意識能反觀自己的思想念頭，觀出來之後，對思想念頭有了一定程度的了知，並且能分析和思惟自己疑心的對錯，至於說最後是什麼結果，如何對待和處理，那是意根的事。意識就會把自己了別的情況傳遞給意根，不再干擾意根的思考，意根就會慢慢的靜靜的思量，最後就能把自己的疑心考慮明白，知道疑念的對錯，知道如何處理，就把疑心除去了。

三十四、為什麼有時候意識的力量大於意根

意識因為思惟分析能力強，智慧比較高，能把事情的來龍去脈觀察清楚，意根無法仔細觀察不會分析，就要聽從意識參謀的建議；意根有很多時候也拿不定主意，不得不聽從意識的安排。如果不是這樣的話，意根智慧不足也不聽意識分析思惟和勸導，意根永遠按照自己的習性作主，永遠也不會明理，不會走上學佛修行之路，也永遠不能斷除煩惱，不能成佛。一個家庭裏家長作主，但是有些時候也要聽取孩子的意見，滿足孩子的要求。一個國家也是，總統也要聽取民意。所以有些時候就顯得意識的力量大於意根，意根要聽從意識的引導和建議，才能把事情做好。

三十五、意根與意識的主僕關係

一切法都是意根這個主人所需要的，六識就是為意根主人而服務的，要聽從主人的調遣，當然主人有時候也要聽取僕人的意見和建議。比如說意根想要喝水，如來藏了別之後，就會出生六識來造作喝水這

件事，意識負責考慮如何喝水，整個程序和步驟是什麼，之後與身識和眼識一起取杯子倒水；意根想喝什麼樣的水，意識就要準備什麼樣的水，一個想什麼時候喝，意識就安排什麼時候喝，最後六個識一起喝水，完成一項喝水的任務，應該說是七個識八個識一起完成了喝水的工作。

如果意根不想喝水，六識就不會生出來造作喝水之事。意識永遠沒有意根重要，意識是根據意根的需要被隨時隨地生出來的法，由意根來決定，他是從屬地位，是為意根服務的，必須把意根服務好；如果意識不能服務好意根，意根就會不高興，心裏不舒服，甚至要鬧情緒，或者是抑鬱煩悶，或者是精神不正常；意識如果是嚴重違拗意根，時間比較長的話，意根就要出現問題，可能要精神錯亂精神分裂，也許要瘋掉。

意根想聽聲音六識就得被生出來分別聲音，意根指哪裏六識就要到哪裏去辦事，但在辦事過程中，意識可以隨機為意根提供建議，也可以提要求，意根批准就可以照做，六識都要服從意根的指令。意根在六塵上如果有想法，六識就要出來實現意根的想法，意根沒有什麼想法不想造作什麼，六識就不會出現。意根這個主人權利很大，六識很多時候都是不知不覺的被意根差遣東奔西跑，盲目的做了很多事，卻不知道怎麼回事，意根想要六識如何造作六識就得如何造作。

我們修證佛法如果不在意根上用力，只在意識心上用力的話，用完力意識就滅了，沒有什麼用；我們要證果，如果只在意識心上證，

證完了就滅了，也沒有用，後世還會在生死中輪回，還是被無明所覆蓋。只在意識心上破無明沒有用，意根的無明是根本無明，因為生死問題在於意根的無明，十二因緣的根本是意根的無明。所以我們一開始在意識上用力是為了影響意根熏陶意根，意識相當於傳聲筒，是傳話的工具，也能幫助意根分析思考，最終讓意根確認，從而改變意根，這是學佛修行最根本和最終的目的。

意根改變了，意識的熏染作用也就結束了，以後意根就可以帶動意識完全造作善業。意識屬於從屬地位，屬於參謀和傳令兵，意根大多數時候可以用祂，極少數時候也可以不用祂，不用的時候，意識什麼也不是。譬如我們想請領導幫忙辦一件事，首先我們先得把這件事讓秘書弄清楚弄明白，秘書就相當於意識，秘書再跟領導匯報清楚，領導弄明白是怎麼回事了才能決定幫助我們，這事就成了。

意識就像一個門衛，我們想進去見領導必須經過這個門衛，但是我們要是停留在門衛這裏，過不了門衛的關口，永遠見不到領導。從古到今多少人都在意識心上轉，始終不得其門，我們總想著要開悟，但是卻守著個意識在外面轉，不進入意根，讓意根修證，就不能開悟。如果門衛允許去見領導，領導說不行，那就無法見到領導解決問題，門衛怎麼說都沒有用，只有領導允許才能進去吧事情解決。所以佛法再怎麼好，都必須讓意根修證和確認，讓意根證得五陰無我證得如來藏。意根證得以後帶領六識走走路行善業，得善果。

三十六、五陰身的功能作用以意根為主還是以意識為主

識陰的陰，是陰蓋遮蓋的意思，不僅六個識能遮蓋住第八識的真正功能作用，第七識也能遮蓋住第八識的功能作用。關鍵是對誰遮蓋了，遮蓋住誰不認識主人公的功能作用了。六個識的功能作用遮蓋了第八識的功能作用，讓意根覺得六個識的功能作用是那樣的真實，以至於看不到都是第八識的功能作用，讓意根生起錯覺，於是就執取六個識的受想行識陰為我，並且是真實的。

但是，意根是否也執取意根自己的攀緣性作主性執取性執著性為我，是真實的呢？這關鍵在於意根是否有反觀自己的能力，是否能觀察到自己的功能作用。佛說八個識都有證自證分，都有反觀的能力，只是能力的大小而已，意識是否能發現這些反觀力而已。為什麼非要意識來發現呢？因為意識是為意根五陰身所用的，意識能很好的處理五陰身的事情，意根隱藏身後，只能暗中指揮和操作，意識在明面運作執行，如果意識不了解情況的話，就沒法幫助意根處理事情。

意根的反觀力，所有眾生都有，只是意識心沒有大智慧，沒有轉識成智的時候，觀察不到。一切法雖然意根都知道，但是要靠意識觀察，意識如果觀察不到，就是不知，意根的知意識不知道好像就沒有用。意根知之後，要辦事，必須依靠意識，意識不知就辦不了事。

很多人只能觀察到意識自己的作用，都以意識的作用為主，認意識的作用為自己的真正作用，不把意根的作用當作是最主要最重要的。意識不了解觀察不到的法，很多人就不承認其存在，就要堅決否決。幾乎所有人都是以意識的知為知，意識不知，就認為自己不知，

自己不知，就說不存在。這是極大多數人的思惟邏輯，這個邏輯是錯誤的。眾生如果沒有大智慧，所有的錯誤都無法認識到，更不能改正。既然眾生認識不到自己的錯誤和無知，不知道自己處於極多的誤區之中，那就沒辦法從誤區中鑽出來，眼前永遠有迷霧，什麼也看不清楚，這就是無明。無明越重，越不容易有智慧看清事實，越不容易解脫。

意根也有證自證分的反觀能力，能觀察到自己的功能作用，不管意識能否觀察到此點，不管意識承認與否。並且意根認自己這些功能作用為實，加以執取，不知道都是第八識的功能作用。直到真真正正的明心開悟以後，意根才恍然大悟，原來不是這樣。所以斷我見明心見性，證得任何一個果明了任何一個事實，都是意根與意識一起證得和明了的。這個非常重要。

三十七、意識因為什麼能緣蘊處界

意識之所以能緣蘊處界，就是因為意根先緣，然後決定了別個究竟，意識才能緣蘊處界。如果意根不能緣蘊處界的各種相貌，意識就不能緣。意識是如何出生的？意根與法塵相處，意根想要有所作為，第八識才出生意識去造作，如果意根觸法塵之後不想有所作為，第八識就不會出生意識去造作。那麼意識緣了蘊處界相，一定是因為意根首先緣了蘊處界相，沒有意根不緣蘊處界相之理存在！

無論任何時候，意根剎那剎那都要依第八識緣蘊處界相，與蘊處界須臾不可分離，即使在睡著無夢時，即使在昏迷時，即使在無想定裏，即使在死亡沒有離開色身時，即使在中陰身裏，意根一直都要與

蘊處界在一起，都要緣蘊處界，除非沒有蘊處界的時候，沒有五蘊的時候。

意根如果有不緣的法，意識就不能緣，在哪種法上如果沒有意根，根本也不可能有意識的存在，何況意識還能緣得到。意法因緣生意識，這是世尊的聖教量，是世尊的聖言，親口所說，豈有違背之理？意根默容一切法，是世尊在楞嚴經中親口所說，豈有違背之理？

三十八、意識受意根教唆表現的心行是屬於誰的？

意識的表現本身自主自願的時候，其心行就是屬於控制祂的意根的心行；意根被強大的意識心所教唆表現出來的心行同樣不屬於意根，而是屬於意識的心行，雖然是意根作主了，但卻是被破的，不是自動作主的。比如父母唆使小孩子去偷東西，孩子因為太小，沒有自我主張，不能違拗，就不得不順從父母，那麼偷東西的行為體現了父母的貪婪心性，偷來的東西屬於父母所有，歸父母支配。同理，主人唆使一條狗去拿鄰居家的東西，是主人有偷心，狗並沒有偷心，因為狗沒有自主性，必須服從主人，偷來的東西屬於主人所有，不歸狗所有。如果狗單獨偷東西，不是主人唆使的，東西歸狗所有，是狗本身有偷心。

比如一個人拿刀砍柴的時候，柴木是人砍的而不是刀砍的，雖然是刀親自砍了柴，但刀無心砍柴，柴歸主人所有，不歸刀所有。又如司機開車撞了人，是司機撞人了而不是汽車撞人了，司機要賠償對方損失，汽車不能賠償損失。比如主人命令僕人擔水，或者打造金器，

完成任務才能給報酬，僕人擔的水打造的金器，都屬於主人所有，這些工作是僕人替主人做的，主人應負責任。

僕人養活主人，主人當然要給僕人報酬，意根養活意識，當然要給意識一些理念，最終的功過是非還是由主人和意根承擔。五蘊生生世世的因因果果，還是要由意根承受，意識撲落撲落身子走人了，結果都由意根處理和承擔。生上天入地都是意根領著第八識去，成佛做祖都是意根領著第八識，又領著五蘊六識，一家大大小小的去成佛做祖。

三十九、意識觀察不出來的法不代表沒有

意根思量與意識的分析有一些區別，意識分析比較細微，思路清晰，意根無法細致到位，只能知個大略，考慮個大概，知道個粗況。如果有意根不能觸的法，六識就更不能觸和了別。意根能見一切法，一切法就是意根的相分，五蘊十八界意識都能見，意根更能見，所以五蘊十八界就是意根的相分。

如果意根有各種受，意識是否能觀察得到？比如一個啞巴吃黃連，感覺苦而說不出來，別人是否能知道他感覺苦？苦是自心所受，他人只能猜測，如果都不知道啞巴吃了黃連，連猜測都沒分。如果吃黃連的人味覺不靈了，他就不會感覺苦，別人猜測他覺得苦就猜測錯了。意識沒有智慧時，猜測意根的心行猜測意根的受覺，往往也要猜測錯。

意根的所有作為必須通過意識表現出來，意識或者是別人才能知

道。意根不能通過意識表現出來，能不能判定意根沒有什麼心理和心行？意識不知道，觀察不出來的法，是否能代表那個法不存在？顯然不能。凡夫觀察不到如來藏，就說如來藏不存在，不是實有，這不是如實語。同理，意識觀察不了意根的心理狀態，就給意根下定論，也同樣不合適。地前菩薩如果沒有有證量的菩薩教導，無法現量觀察意根的心理狀態，那麼給意根下定論，就不合適了，尤其是還沒有開悟的人。只有在煩惱遮障斷除，意識意根轉識成智以後，意識才能有智慧一點點的現量觀察意根的運作和心理狀態，但也不一定能觀察得太多太準確。

四十、凡夫目前的修行任務就是爭取盡快實證

離開意識的時候，意根不管能不能反觀到意根自己，因為沒有意識，意識如何能知道？甲乙兩個人，甲是否能反觀到自己，乙不在面前的時候，如何判斷？如果乙眼睛有遮障，即使正面對甲，如何觀察判斷甲的心行？凡夫眾生的意識就像眼睛有遮障的乙一樣，無法現量觀察判斷意根有否某種心行。所以我勸凡夫眾生還是悶頭修行，準備實證，不要給意根下什麼定論，不要給唯識種智的法下什麼定論，這離自己的實際現量觀行太遠太遠了。

如何知道意根在用功在參究在思量？當你感覺心裏總有一個話頭，一個疑情疑慮，就是意根在思考和參究，思想注意力總是在話頭上，心裏總有疑問，就是沒有明顯的思惟分析考慮，但是那些疑慮念頭想甩也甩不掉，就是意根在參究。

四十一、意根與意識的主從關係

意根如果想要喝水，六識就會出來燒水倒水沏茶，然後喝到口裏；如果意根不想喝水，六識就不出來做這一切事。意識永遠沒有意根重要，永遠當不了主人，因為意識是被生出來的法，由意根來決定出生與否，它是從屬地位，是為意根服務的，而且還必須把意根服務好。如果服務不好，意根就不舒服，也許要鬧情緒，當意根真的鬧情緒的時候，意識有時候就會感到莫名其妙，意識比意根有理智，意根的情緒化比意識嚴重。意根如果想聽某種聲音，意識就得服從意根的命令過來分別這種聲音。意根想讓六識出現，六識馬上出現；意根不想讓六識出現，六識就不會出現；意根想要六識如何造作，六識就得如何造作。

學佛修證如果不在意根上用力，只在意識心上用力，在意識心上破無明沒有用，用完力意識就滅了。證果如果只在意識心上證，證完就滅了，剩下意根還被無明所覆，我們就會繼續在生死中輪回。因為生死問題在於意根，十二因緣的關鍵在於意根，修意識最終是為了影響和改變意根，意識相當於傳聲筒、參謀和助手，幫助意根拿主意想對策，最終扭轉意根的無明，改變意根。意根改變以後，意識就不用再熏染意根了，兩者再和合造作善法。

意識處於從屬地位，意根可以用祂也可以不用祂，不用祂的時候，意識什麼也不是。從古到今多少人都在意識心上轉，始終不得其門。我們總想開悟，修不到意根這裏就開不了悟，佛法再好，也得讓意根

認可。意根一旦認可了，就會有所約束，就會有所選擇的讓六識造作業行，無意義的事不想再造作了，如果意根覺得什麼都無意義，六識不但少於造作，也不出生了，最後意根自己也就減去，涅槃了。

第五章 意識與意根的溝通方式

一、意識和意根之間是怎樣溝通信息的

當意識在某種程度的定力中，來思惟觀行某個問題時，才能充分發揮意根的思量作用，意根才容易與這個問題相應，容易接受和理解。而對於意識的比量和非量的了別和思惟，與現量和事實較遠的思惟，意根不容易相應，不容易理解。要使意根認定一個法，意識最好能專注，集中精力思惟，把這個法的意思在總體輪廓上弄清楚，然後凝聚成一個點，落在意根裏，意識離開文字語言長時間的關注這個點，少於造作，就能使意根緣著這個法不放，並且能深深的連續不斷的思量，即使意識不在這個問題上作意了，意根仍抓住這個問題不放。那就把意根熏成功了，然後指望意根最後徹底解決問題。

意根的思惟方式與意識不同，但意識可以調整自己的思惟方式，便於與意根交接，與意根協調一致，參禪就是用這種功夫，但要具備這種功夫，需要長時間的訓練。我們只要學會這種方法，學著運用，運用好了，將來就能證得一切法。把一個問題深深的懸在腦海裏，意識不特意思惟分析考慮，就那樣帶著這個問題，關注著這個問題帶著疑問，意識不動，表面平靜，實際上內心深處並不平靜，意根在連續

不斷的工作著，意識也要配合緣法，或者意識不用太專注，可以做其他事情。

剛剛踱步時，就參究明白一個道理，運籌帷幄還是意根這個老古董，老謀深算也是意根這個老古董，意識好像一個小毛孩子一樣，只能跑跑達達的辦點小事，祂還得對意根前呼後擁的照應著。

修定主要是為了顯發意根的智慧，減少它的攀緣，由它證悟認定。學騎車也是這個道理，意識再靈巧也只是促成意根掌握方法，之後意根指揮身根六識配合，得心應手，靈敏快捷，根本不需意識太多參與了。但是意識之前的學習思惟幫助了意根，給意根提供了參究思考的資料數據，讓意根充分的掌握。另外，解答一道難題之情形也與此很類似，意根真是很奇妙，伶俐得很，祂作為一個識心，能做很多事，並不是一個傻瓜。

二、自我暗示，是意識暗示意根，給與意根一定的鼓勵和激勵，讓意根更加自信一些，意志堅定一些，處事更積極一些。暗示的方式是，意識在心中說：我（意根）是有力量的，我（意根）能做好這件事，我（意根）有把握，我（意根）能應付得了，我（意根）很優秀，我（意根）有信心，我（意根）……意識這樣說的時候，還以為是說給自己聽的，不知道是在暗示意根，因為意識分不清意識和意根，就把這兩個識心的共同運作的模式當作一個整體的我，其中的細法卻不知不懂。

雖然如此，意根也得到了暗示和鼓勵，心中就會振奮起來，底氣

增加了。於是意根就相信這種暗示，相信自己一定能行，有能力實現自我價值，有能力展示自我，意根就比較自信了，力量強大起來，就果敢的造作身口意行，實現自己的目標，達成自己的目的。

三、很多人都有過一個人在心裏對話的經驗，一個人怎麼能進行內心交流呢？這是兩個識心之間的交流，以一問一答的形式（也叫作自問自答），或者是互相商量和彼此溝通，也能解決各種心理問題。因為兩個識心的功能作用不同，經驗不同，可以取長補短，意識的特長是能夠細致的思惟分析和推理判斷，能幫助意根在六塵上細致了別；而意根的經驗老道，思量性強大，抉擇性也強大，而且能發動如來藏心想事成，把理想變為現實，弱處就是攀緣廣泛，不能細膩了別，正好意識能彌補此缺憾。

所以當意根拿不定主意時，要向意識請教事情的來龍去脈和細節問題，再作以判斷和抉擇；當意識琢磨不明白，不知如何是好時，把事情交給意根深深思量，刨根問底，把事情根源挖掘出來；當二者都拿不定主意時，就要反復切磋，反復思量，反復琢磨，反復推敲。當所有注意力都集中於此一重大事上時，意識就要少於分析，意根要多思量，就像魚兒沉於水底，不見水浪。

楞嚴經形容此一情景時說：靜深不動，沙土自沉。意思是意識所有的散亂思惟、浮淺思惟此刻都消失不見，唯有意根深深的、靜靜的、沉沉的、暗暗的思量著、權衡著、抉擇著。突然一個大浪，魚兒躍出水面，意根思量明白了，一拍大腿，就是這麼回事，恍然大悟，豁然

開朗，辦法出來了，事情解決了。當然在意根暗暗思量之前，意識已經把事情的細節傳遞給了意根，意根了知事情的大略，還不能馬上做一個抉擇和判斷，祂要親自參究參究。

有時候，主動想交流、想探討、想得到答案、想解決難題的是意識，有交流意向的是意識，能用語言表達的是意識，意識把自己不解的問題提出來，擺出來，誰能幫助解決這些問題呢？除了意根，沒有第二者。意根思慮問題時，不僅要少攀緣，更要發揮其思量抉擇性，意根更多的了別意識的思惟，就能順著意識的思惟內容而努力加工，最後就能把問題解決，滿足意識的所求。

四、問：意根不與語言文字相應，那麼意識所觀行的結論如何說服意根？意根和意識的交流渠道和方式如何？能否用現量觀行，給出意根和意識之間的交流方式？

答：意根不與語言文字相應的意思是，意根不能用語言文字表達自己的思想觀念，只能以信號電訊號的形式傳導給六識和五陰身。傳導之後，色身就有自律性的反應，六識就不自覺的觸六塵，意識就得到了某種思想觀念，得到某種信息。而意識所思惟、分析、表達的內容，意根能用其特別的方式加以理解，意識所有的思惟了別活動，包括語言和文字內容，都以一種信息的形式傳遞到意根，落謝到意根裏，意根能全部了別到，也能解析，對六識傳遞過來的信息有一定的勝解力，否則意根就無法抉擇，無法作主指揮下一步的行動。

意識在觀行佛法時，觀行的信息同時就傳遞到意根那裏，意根一

次不懂，二次不懂，時間長了，就能理解和受熏，同意意識觀行的結果，這是意根啟動自己特有的思量判斷性的結果。如果有禪定時，意根也能根據意識觀行思惟的思路，自己作以思量，或者與意識一起，或者單獨思量，意識熏染得越深刻，意根越有能力單獨進行思量，從而與意識一起共同斷除我見，共同證果。

意識自己在嘟嘟囔囔時，就是在給意根傳話，與意根商量切磋，心越沉靜時，意根越能起作用，思量性越強。每當二者誰也拿不定主意時，意識就自我心理對話，好像有人聽似的，當然是說給意根聽，希望意根拿主意。有時在房間裏思考問題時，身體要來來回回轉圈、踱步、思量、走來走去、敲敲腦袋、現出一副沉思的樣子，這是意根在沉思，在考量，當然不離意識的思惟和參究，不離意識的參謀作用。

當自己一個人遇到問題，沒有其他人可商量時，意識就與意根對話、商量、切磋、交流，這樣也許能想出一些對策來，要不然心裏就覺憋悶。這裏到底誰是主動要求切磋和商量的，不好觀察，有時是意識主動，有時是意根主動，不管哪方主動，都不離意根的作主，也不離意根的思量。尤其是陷於沉思的時候，都是意根的深思行為，來回踱步思考時，有意識的思惟，更有意根的思慮考量。其中如果意識的力量大，意根的力量就小；如果意識少用心思，意根的力量就大，解決問題也有力度。

五、意識與意根的交流方式一般是用自問自答的方式。自問自答，到底是誰問誰答？比如我現在問，讓你們回答，最後結果我得贊同，

我得總結歸納，這個問題才算結束。那麼一個人自問自答，是誰問誰答？有時是意識問，意根回答，問時以語言文字的方式問，答時無語言文字，意識明白時就說：哦！是這樣。有時是意根問，無語言文字的疑情出現，意識輔助思惟分析，提供數據，意根依之再思量定奪，解決的方案就出來了。不管是誰問誰答，最後都是意根認可贊同，意根作最後的定奪和抉擇，問題才算解決。

參話頭和參禪、參究，都與自問自答是一個原理，都是兩個識之間密切配合的關係。意識存在時，兩個識剎那都沒有分離過，意識所思所想都受意根指揮，從來沒有脫離過意根的操控和配合，從來沒有出現過意識單獨思惟，意根不參與的情況。如果意根不參與，意識就滅去不存在，意識不能脫離意根單獨運行；而在沒有意識存在和思惟的時候，意根仍然可以單獨工作，從來沒有休息過，遍計所執，時時思量處處作主，即使在睡著和昏迷以及死亡前後，意根也沒有得閑過。

所以兩個識如果沒有密切配合關係，不可能破參開悟，如果沒有意識的參與，就沒有數據資料，不知道詳細情節，證據就不足；如果意根不參與思量，其結果就是有問無答，那就沒有答案，沒有結果，就作為一個不解的問題存留在意根心中，以待意根慢慢解決，這就說不定是什麼時候了。

參禪當中要起疑情，然後參究。有疑情，就是問，解決疑情，就是答，這也類似於自問自答，疑情就是問題，答案就是結果，參禪參究就是尋覓結果；參究就是意識與意根共同磋商，共同探討，疑情解

決時，必是意根意識都證知答案和結果，共同解決疑問。離開意根，不可能解決疑情，破參是二者共同努力的結果，意識不能單獨享受成果，這不公平。其實任何一個成果，都不應該由意識單獨享受和承受，意根一定有份。

六、沉思和發愣、愣神狀態也與自問自答相類似，與自問自答的功夫是一樣的。還有推敲，又推又敲，這也是處於尋覓答案的狀態。發愣之後，再練練推敲，反復推敲，觀察一下是什麼功夫，有什麼結果。有問題出現，就是推，敲是什麼意思？是琢磨、思量、考量、深究的意思。其實每個人都會參禪，都參過禪，就是不會總結經驗，不會往佛法上用。手拿一支筆，拄著下顎，緊皺眉頭，眼光凝聚，那是在幹什麼？是意根在參究，比較專注的樣子。

有人在做事前先用直覺感知，然後就能知道怎麼辦了，好像是跳躍思惟，其實就是意根的直覺作用，不用意識的思惟、分析和研究。在心比較靜的時候，意根的感知力大，直覺性強，能考量出事情的根源和實質，不走意識的按部就班的思惟模式。意根的深思，不是意識那種表面浮淺的思，當這種思不被意識所觀察和理解時，就說成是跳躍式的思惟。

還有人每當思考問題時，用天目位置照射，好像能很快明白所考慮的問題，這是一種凝神狀態，是在定中思考，能很快解決問題。還有人思考問題時，眼睛眯著，或者直勾勾的定在一處，或者一處也不定。這都是意根凝神專注的狀態，當然意識更是專注了，但是意識的

思惟性好像不存在了，意根心思活動卻很明顯，這樣解決問題最快最直接最究竟。

第六章 意根與前六識的關係

一、前五識所了別的都是現量境，了別當前正在顯現著的境界，五識不用對五塵的境界進行分析、比較、比對，就能知道是什麼，也不用想象和思惟，了別的境界比較粗糙和單純，往往比第六識先了別一剎那。眼識了別色塵的顯色，比如青黃赤白，這些顏色是現量境，不用進行分析比較就能識別出來。

而第六識要對色塵上的長短、大小、方圓進行比較才能知道，因為沒有絕對的長短方圓和大小，都是通過與某個事物相比對，才能知道；或者根據過去的經驗來衡量比對，才能得出一個相對的結論。第六識還了別色塵上的質量、結構、特征、特質等等內容，需要通過分析、思惟、求證、推理，以及根據經驗，才能判斷出來，因此第六識就有極多的比量思惟，很多時候也會通過想象等非量思惟。

而第七識不對五塵或六塵進行直接了別，因為所緣太廣，了別智慧比較弱的緣故，祂先是了別一個粗況和總體，後了別前六識分別以後傳遞過來的信息，六識剎那剎那都把了別的六塵內容傳遞給意根，意根就根據自己已有的經驗和六識傳遞的信息，來進行思量權衡，然後再做決策，決定下一步該如何做。所以第七識會把六個識的了別內容匯總，綜合思量權衡，再做出相應的決策，指揮六識進一步的活動。

比如說鼻識，鼻識直接感知氣味是否刺鼻，是溫和的還是強烈的，是好聞的還是難聞的，這些內容是不用鼻識分析比較就能了知的，這就是現量了別。意識了別氣味是香是臭，是哪種香哪種臭，是什麼物品上發出來的，從什麼方位傳過來的，距離有多遠等等，這些內容要通過思惟、分析、推理、想象、比較才能了別的，因此就含有比量和非量的性質，有時就會判斷不準確而做錯誤了別。而第七識在這當中，剎那剎那在接收二識傳遞過來的信息，然後思量是繼續了別，還是停止了別，還是躲避。

二、問：在熟悉平坦的路上，根本不用意識心分析如何走路邁腳，這時正在走路的身識，是完全靠著自己運行的，還是同時也靠少分意識來分析路面情況呢？

答：前五識只要起作用，一定是和意識心同時起作用，同時分別的，五識不能單獨分別五塵。五識只能了別五塵的比較粗燥的部分，微細的部分只由意識心同時了別。比如眼識見色，只能了別青黃赤白的比較粗淺的顯色，不能了別形色、表色和無表色，這些是要由意識來了別的。所以五個識必須是和意識同時分別，才能把五塵所有內容了別清楚。

身識在走路這法中，都有意識心參加，二者同時緊密配合，身識不能單獨起作用而使身體運動；必須有意識的配合，起思惟分析判斷等等作用，身體才能走路。五陰身做一切事情，都有第八識、意根、意識以及五識的其中之一，共同來完成。眼見色，耳聽聲，鼻嗅香，

舌嘗味，身覺觸，至少有四個識參加，或者同時八個識都參加。意識在不細致、沒有智慧的時候，自己參與了一切事情的了別，卻都不知道，因為還沒有反觀智慧。

走路如何抬腿邁腳，是由意根作主決定的，祂是根據意識心的分析判斷來作主作決定的。雖然意識心也在思考著其它問題，但可以同時多用，分心之處越多，意識心越不專一，定力就越不具足。即使專心致志時，意識心也能稍微分神其它方面的事情。

意根認為什麼事情重要，意識心就專注在什麼事情上，集中精力在那件事情上，其它方面就少用心思。眼觀六路，耳聽八方，就是意識心同時分散在各個方面，而各個方面都能照顧到不錯亂，越有訓練，意識心越多能。當然意識心也是在精力集中的方面了知的多而清楚透徹，在少用心的事情上了知的就少。

那麼比較熟悉的事情，就可以少用心思和精力，就能把事情做好，也不至於出錯。所以即使在熟悉平坦的道路上走路，仍然有意識的參與，也有微細的思惟判斷，只是有的人意識無智，不能反觀到自己的作用而已。

三、意根和六識的密切配合作用

身體在找平衡時，有身識、眼識、意識、意根、第八識在一起和合運作，剎那作主宰的是意根，祂根據慣性和六識的了別，剎那作決定作主宰。意根的慣性運作裏，有很多秘密，我們現在還不了解，有待於深細觀行和觀察。意根的法非常多而且深奧，菩薩的論著裏也沒

有涉及到多少內容，因為這屬於極深的道種智內涵，但是意根的法卻非常有趣味，非常耐人尋味。

身根的運行當中有意識和身識的參與，不僅僅有意根的了別和作主。如果身體不經過意識，沒有意識的參與，意根直接就能支配身體作主宰的話，那麼昏迷時，意根也能讓身體起來走動。只不過當事情非常緊急，意根充分發揮自己的慣性作用時，意識心的作用力就顯得弱一些，意識的思惟性判斷推理的功能，就顯示不出來，實際上意識還是有其了別作用的。

比如說練習過武功的人，武功極高的人出拳速度是非常快速的，應對時幾乎沒有了別思惟的機會。但是意識還是在極其快速的了別著，訓練有素的人才能如此，所以武功是練出來的，練眼識、身識和意識與意根的密切而快速的配合運作，練習意識的反應和應變的速度。

四、眼識了別到刺眼的光，會自動躲避，眼睛感覺到刺眼，是眼識了別的，於是思心所決定躲避。其中也有意根的抉擇，眼識意識把了別的信息迅速傳遞給意根，意根了別之後快速決定躲避。身體感覺累，是身識了別的，其中都有意識參與，如果決定休息，是意根決定的，首先是身識和意識感覺累，決定休息，把信息傳遞給意根，意根同意就決定休息。累和疲乏也屬於觸塵，是身識意識了別的，心上的累和疲乏的覺受是意識單獨覺受的。有時候身體累，意識不覺得累，有時候身體不累，而意識卻覺得累。

對於六識的覺受和決定，意根主要聽從意識的決定。所以當身體很累，意識還貪玩的時候，意根決定再玩一會兒，而身體並不累，意識不感興趣覺得累的時候，意根就決定讓身體休息，實際上是讓意識休息，以躲避不感興趣的事情。

五、六識是意根的工具，沒有六識，意根什麼心行也表現不出來。比如暈倒在馬路邊，出現危險時，意根想躲避，可是六識就是不能現行出來，那只好繼續躺在那裏，任危險臨身。這時候就不能說意根沒有躲避危險的想法，也不知道保護自己，不重視五陰身。意根所有的心行一定要通過五陰身和六識現行出來，或者借助於其他靈性的色身和物質色法表現出來。有的人一大早起來就不高興，自己和別人都不知道為什麼，意根知道卻說不出來，所以就不能說意識不知道的，意根也不知道，那是意根無法表達的心情和情緒。意根沒有言語，當然是無法表達了。

六、外色塵無數，如來藏都能同時緣到，意根也能緣如來藏的見分而間接緣到，但外色塵不一定全部在勝義根裏變現出影像，比如身後的人和物，鬼神類陰隱的眾生，遠處的色聲香味觸法等等。因為外六塵還要籍五根為緣才能傳導和變現，五根觸不到的外法，如來藏就無法傳導和變現。

如果把外六塵傳導到外五根和勝義根時，意根都先觸，然後才決定是否了別，如果決定了別，六識就會出生；如果不決定了別，六識就不出生不見六塵。所以說對一切法的了別都是由意根作主決定，意

根就是作主識，六塵是否能被了別，由意根說了算。

七、六識的生滅相是如何出現的

從相上看，前六識經常生滅變異，即使白天很正常的情況下，也是要不斷的從此法上生，從彼法上滅，然後再從此法上滅，從另一個法上生。六識的體性就是這樣不斷的生生滅滅，根本不定。六識因為什麼要在各種法上生生滅滅呢？因為意根思想的波動，意根攀緣性的不斷轉變，意根的不定止造成的。如果把意根降伏下來，心不散亂，意根的思想念頭就不會跳動不停了，就會定在一個幾個法上，六識也就不散亂了，不會到處出生和了別，不會跳來跳去的了。

八、小乘法中的識蘊不包括第七識，識蘊只是指六個識的蘊集作用。但是從大乘法的角度來看，識蘊的蘊集作用主要是意根的集的作用，是意根集的結果，因為六識的一切功能作用是意根喚起的結果，是意根指揮和操控的結果，六識的作為是意根意志的體現。實際上一切法都是意根集起來的，是意根推動的結果，六識只不過是意根使用的工具而已，六識是意根的附屬品，能不能得到應用和開發，完全在於意根。

九、六識與七識的關係

七識呼為染淨依，六識的染汙和清淨都是依靠七識而來，七識清淨六識就清淨，七識染汙六識就染汙。所以七識是心地清淨與否的關鍵因素，七識有貪嗔癡六識必有貪嗔癡，七識無貪嗔癡六識必無貪嗔癡，七識無明六識必無明，七識明六識必明，七識轉識成智，六識必

轉識成智。七識是主，六識是從、是僕、是伴。

從意識下手，改變意根，意根改變整個六識都改變。如果意根不改變，雖然意識覺悟了，在意根的操控下，意識還是清淨不了。意識不能永遠看著意根，稍不留神，就身口意就有貪嗔癡出現。尤其下一生，意識是新，沒有覺悟性，完全服從意根，受意根熏染，前世的暫時清淨性就消失了，從頭再來的時候，依從意根必然貪嗔癡。境界強烈的時候，意識根本拗不過意根，還是意根作主貪嗔癡。

十、造業的身口意行都是六識的行為，離開六識，眾生就沒有身口意行。所以說身口意行的身行，就是六識的造作；口行，就是六識的造作；意行，就是六識的造作；但是六識的造作，是受第七識意根的指揮，受意根的主導，受意根的支配。意根如果不指揮，意根如果沒有心行，意根如果不作意，不思量，六識就不會造作。意根要思量什麼，六識就隨著意根的去作相應的身口意行，所有的身口意行都是聽從於意根第七識的指揮。所以意根如果是具有貪嗔癡煩惱，六識的身口意造作就有貪嗔癡煩惱，意根如果是沒有貪嗔癡煩惱，六識的身口意造作就不會有貪嗔癡煩惱，所以六識的身口意行，是符合意根的思想心行的，符合意根的去思量，符合意根的去習性。

意根想要作什麼，祂的心行一生出來，如來藏就會了別到；因為如來藏是了別眾生心行的，主要是了別意根的心行，以這個為主。意根想作什麼，如來藏都知道，然後就配合。配合之後，就要生出六識，造作出相應的身口意行。所以說，從客觀上來看，意根好像指揮了如

來藏，如來藏完全是一個隨和、隨順、配合意根的一種心體。

實際上，一切法的種子都存在如來藏裏，如來藏是種子庫房的主人，輸出什麼種子，實現什麼業報，由如來藏說了算，由如來藏來決定。因為如來藏是完全無我性的，沒有任何一種主張和心行，所以才會配合七識，產生一切法。而第七識我性非常的強，祂有強烈的自我主張，我一定要這樣做，我一定不要那麼做，這就是非常強烈的一個自我。那麼我們所說的一個我，最深層的我，就是意根的我，這個我叫俱生我執，非常非常的難斷，比意識心的斷續的我執還要難斷。

意識心的我，容易受熏陶，容易改變，容易受後天環境的熏染，很快就能改變過來。可是意根的熏染和改變要花費很長的時間，因為祂無始劫以來一直存在，沒有斷滅過，習氣非常的深重，深層次的煩惱和無明都體現在意根上，都是意根的。所以身口意的造作就要隨順於意根的心行，意根如果是清淨了，六識的身口意行也就相應的清淨，意根如果是染汙的，祂所指揮的六識的身口意造作，也就是染汙的。

十一、六個識的一切信息，都是剎那剎那傳導到意根那裏的，意根剎那剎那都知六識所了別的信息，以及六識的心行。所以意根才能根據六識的信息，剎那剎那起自己的心行，再剎那剎那做主宰。六識是意根的使用工具，六識不能用了，意根再有反應，也無法表現出來，急死也沒有用。就像一個人想要砍斷一棵大樹，可是手裏的刀具壞了不能用，他就得幹看著，無所作為。

人用刀具砍樹，樹被砍倒了，這是人幹的事還是刀具幹的事？當

然是人砍倒了樹，是人利用刀具砍倒樹的，功勞和過失都應該算在人的頭上。同理，意根利用六識造作了一切身口意行，其功其過都應該算在意根的頭上，六識只是被支配而已。但是如果六識給意根出謀劃策，意根聽從之後而造作的行為，六識也有分。

十二、中陰身裏也有六識，但六識的作用力比較弱一些，沒有在人身上強大。因為中陰身是業力的體現，色身與人身差別很大，依色身而有的意識其思惟分析判斷功能就弱，意根沒有意識的牽制作用，業力習性就會完全表現出來。如果意根的煩惱習性沒有得到轉變，戒定慧都沒有修習，不與善法相應，福德也沒有修習出來，再沒有斷除三縛結，一定會被煩惱結縛所縛而去三惡道受生。中陰身一切活動都以意根的業力為主，意根善則去善道受生，惡則去惡道受生，或者是隨意根的願力受生。

正死位沒有意識，是為什麼呢？因為如來藏要離開，逐漸的收回四大種子，不再輸送出來，五根的功能就逐漸維持不了了，六塵就無法運送進來，出生意識的緣不具足，意識就不再出生。六塵傳導的越來越少，六識就會越來越微弱，最後滅去。

十三、意根與色身和六識的關係

意根一旦證得了某個理，顛覆了從前的認知，心裏就要產生某種情緒，有思想波動。而意根的情緒與思想波動只能通過色身和六識表現出來，沒有別的渠道。色身和六識就是五陰身，是受意根調控和支配的，屬於意根的道具，被意根所差使和調遣。所以色身和六識的表

現，正是意根心理狀態的反應。色身和六識猶如傀儡，而意根就像背後牽線人。但意根也是一個傀儡，其牽線者卻是如來藏，一切法包括意根都是如來藏所牽出來的，都被如來藏所牽。因此說如來藏是一切法的主人，而意根又是色身和六識的主人，大多數時候意根是一個集權主義者，只是偶爾在拿不定主意時，才放開權利，聽從意識的建議。

六識尤其是意識所表現出來的清淨性和染汙性，貪嗔癡煩惱性，以及各種習氣，大多數時候是來源於意根的，是意根調控出來的，是意根指使的，代表著意根的心性，是意根心性的反應。少數時候是意識受到環境熏染表現出來的行為，不代表意根也有此心性，不代表意根也被熏。

比如學佛時意識被佛法所熏，清淨了一些，煩惱現行的少了一些，但不代表意根也清淨了，煩惱少了。要想意根也清淨減少煩惱，必須在證果之後，意根在實證了佛法，真正明理之後，才能清淨一些。理論知識只對意識有用，意根無法相應，意根相應的是現實，是現量觀行智慧，沒有確鑿的證據，意根不能承認，因此心行就不能真正轉變清淨。

由於意識比意根的了別智慧強大，認識真理的能力強，心行要比意根清淨，煩惱要比意根少而輕微。除非處於特別惡劣和染汙的環境，一般情況下都是如此。

第七章 意根與意識的互熏關係

一、通常來說，意識因為了別慧強，能分析思惟，就有機會明理，意根了別慧差，不容易明理，本身的習氣又太重，意識總是想引導意根往善的方向轉變，可是意根固執難改。如果有人造作煩惱惡業時，內心裏沒有思想矛盾，沒有左思右想，那說明意根和意識兩個識都是煩惱很重的，沒有一個明白道理，這樣的人離修行還是很遠。一個人如果能心安理得的造作煩惱業，而內心絲毫不覺悟，不慚愧，沒有思想鬥爭，那這個人的煩惱特別重，幾乎不可度化。

如果意識明知不對，還要造作煩惱惡業，那是因為意根習氣太重。如果造作惡業以後，還不自知，意根和意識都愚癡不明理，煩惱重，這種人很難度。一個做錯事造惡業，從來沒有思想鬥爭的人，從來不知慚愧和後悔的人，是非常難辦的，這樣的人，只有暫時躲開一點，否則自己會經常惹煩惱上身。

慚愧，是善心所法，無慚無愧，就是惡心所法，一般人都是無慚無愧的造作惡業，卻從來不自知。意識經常如理如法思惟分析善法和惡法，熏染意根，意根慢慢就能按照意識的想法做事了。

二、意根的作主性，一個是根據自己的經驗和習氣慣性，一個是聽從意識的建議，究竟意根如何作主作決定，要看意識與意根哪邊強勢。如果意識強勢，意根就聽從意識的分析和建議，過後有反悔有不反悔的情況出現。意識太強勢時，意根不得不聽從，表面答應，過後

一反思，就反悔了，說明意根並沒有真正想通。

意識是執韁繩者，牽引意根走什麼路，意根就走什麼路。意識如果不錯覺，意根慢慢就正覺，成佛有望。意識無始劫以來都在錯誤的教導意根，告訴祂萬法都是真實的，都為我所有，五陰世間真實美好值得追求；於是意根信受意識的邪教導，不斷的貪執五陰萬法，以至於深陷生死泥潭，不得出離，也不自知。從前的意識可以稱作邪師，從現在開始，我們要让意識作一個良師益友，輔助意根，共成佛道。

這裏的我們，指的是誰？是意根讓意識和意識讓自己。意識的證自證分起作用，督導自己，意根同意。意識的證自證分，是證明意識自己了知性的，意識能反觀自己，才能讓自己，督導意識自己，意識的證自證分與意根沒有關係。

自覺，一方面是意識覺悟意識，一方面是意識覺悟意根，先覺悟意識自己，後覺悟意根。覺他，先覺悟他人的意識，再讓他人的意識覺悟他的意根，就成功。能不能同時也覺悟到他人的意根呢？直接覺悟到他人的意根，這是最快速的，需要幾個條件，一要看自己覺悟的程度，有沒有說服力，也就是現量程度如何；二要看對方意識的覺悟程度；三要看對方意根的煩惱輕重程度，也就是根基；四要看對方因緣時節到沒到。如果這幾個條件都具足了，那就能夠直接說服他人的意根，讓他人馬上信受，並且執行。我們可以說這個人非常利根，一撥就轉，毫無滯礙。

三、意識與意根的協調性

意識與意根有協調一致的時候，也有互相違拗不一致的時候。意識經常說服教育意根，時間長了，意根受熏成功，就能聽從意識的勸導，意識思惟到哪裏，意根就能做到哪裏，叫作說到做到，意根不再違背意識所說而做事。心口不一時，意識說這件事應該這樣做，意根卻決定那樣做，叫作說話不算數，也叫作妄語，也可以叫作違背良知（意識正確如理的認識）。

如果意根遇事沒有煩惱，可是意識受後天環境的熏染，卻有煩惱，意識要說服意根隨順自己的煩惱性，意根可能順從也可能不順從，要看哪方力量強盛。如果意識和意根同時都具有同樣的煩惱，那麼為人處事時，二者協調一致地造煩惱染汙業，如虎添翼，那是勢不可擋的。如果意識和意根都沒有煩惱，清淨無染，二者和合運作，為人處事時，心地清淨無比，遇到什麼違逆境界，也不動搖。

如果意根煩惱很重，可是心裏從來沒有矛盾，這樣的人，是連意識都沒有覺悟的人，意根更沒有覺悟，不能反省自己，習慣於煩惱習氣，習慣於惡心惡行，這是沒有一點修行的人的心行。作惡業時內心沒有沖突的人，連意識都沒有覺醒，何況意根，這樣的人離修行還很遠。

意識和意根之所以會經常出現沖突，是因為意識受新環境的熏染，容易生起新的思想觀念，而意根習慣於舊有的知見看法，二者暫時就不能協調一致。意識的慧心所比較強，能揀擇好壞美醜，意根攀緣的法太多，沒有定，慧淺慧弱，就得需要有智慧辨別力強的意識不

斷熏陶意根。如果意根慧心所也增強時，修行就很容易了，那得轉識成智以後。初地以上菩薩的意根已經轉識成智，慧心所就強大一些。

四、諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。做惡與不做惡，由意根作主決定，同理，做善與不做善也由意根作主決定。如果是所有的惡都不做了，意根必斷除所有的煩惱，也要斷除所有的煩惱習氣，這時最低要修到八地菩薩境界，分段生死已了。

而能做到眾善奉行，不僅要廣發菩薩的清淨大願，還要廣泛而切實的實行，凡是能利益眾生的事業遇緣都要做，絲毫不顧及個人利益。這樣個人才能得到大利作為回報，因為舍己為人，實際上還是自己得利，最終成佛。

自淨其意，最開始意識能做到自己清淨自己的意，但往往還要受意根染汙，意識淨自己意還不究竟，那就要熏染意根，淨意根的意，意根的意一旦清淨了，一切身口意行必淨，染汙種子就全部汰換為清淨的種子，於是無明斷盡，成就佛道。以上為諸佛所教導，我們弟子願隨順諸佛教，信受奉行！

五、自信滿滿，有意識的自信，也有意根的自信，如果二者都自信，那就自信滿滿。意識心生起不如理作意思惟的時候，通過觀察自己五陰，觀察自己的十八界，也可能要比對其他人的五陰，覺得自己很優秀很強大，相信自己的思想觀點全部都對，相信自己的才能智慧絕對沒有問題，相信自己所做的事完全正確無誤，相信自己超勝於人，相信自己一定能夠做好某種事情。

這種自信，有可能受意根我執我慢等煩惱的影響，也緣於意根對自我的貪執，反應出了意根的我慢煩惱，因此自信滿滿也有意根的自信，也可能意識真觀察到了自己確實有某種能力，意根依之也相信了。要想消除過於自信這種不如理自信，就要如理修學佛法，認識到無我真義以後，就能了知到自我的虛妄不實，了知到並沒有一個真正的自我可以炫耀和自豪我慢，從而正確合理的看待自我，看待他人，其實都是平等無我性的，從此就不再有我高我慢和我執。

眾生無始劫以來，由於對自我錯誤的認知和執取，導致自己無量劫的生死輪回苦，如今遇到了佛法，就要跟隨佛陀踏實修行，正確的聞思佛法，然後如理的觀行佛法，最後就能證得無我，當大智慧打開時，就能了知諸法實相，不再迷惑顛倒，我慢就能降伏下來，就能公平客觀的看待自己，不再有慢心。

學佛修行第一之要，是要斷除我見，尤其是意根的我見，不要再認自己的五陰十八界是真實的，是我的，要如理證得五陰確實非我，是生滅無常變異的，但也不異“我”。第二就要修學大乘般若智慧，認識自性如來藏，證得祂是萬法的源頭，五陰假我僅僅是被祂所出生和執持的一個幻化之相，非真實有。那麼從此以後，因我而起的過頭自信就會消失，我慢就消除，生死業障就能了盡，然後成就佛道，廣利有緣。

六、即使佛的意根已經完全變成平等性智了，也有慣性作用，但其作用都是善性的，與善十一法完全相應。意根的慣性力量，意識可

以改變，意識根據外界環境因素，告訴意根什麼對自己有利，什麼對自己有害無利，意根就可以做出對自己有利的選擇，也許就能在某些方面改變自己的慣性力量。比如抽煙喝酒的戒除，得靠意識的說服教育，意根自己沒有能力認識和改變這個慣性力量，當初這個慣性力量也是借助於意識形成的。

意根的思心所有一種抉擇作用，是用於思量作決定用的，五遍行心所法時時刻刻運行，不能斷絕也沒有斷絕過。有時意根一意孤行，不聽意識的分析開導，是業力使然，意根沒辦法抗拒業力，必須靠意識長期的熏陶，才能慢慢的改變自己的不良習性，最後才能夠棄惡從善，這是意識的成功教導所致。

七、意根的情志對身心的影響

欣喜若狂、驚恐萬狀、心驚肉跳、魂飛魄散、汗流浹背、撕心裂肺、肝腸寸斷、痛不欲生、怒發沖冠、目瞪口呆，這些都是描述心指揮身，身心同時發生變化的詞匯。身心變化，是由意根控制的，心變身就變。意根一旦受到觸動，從頭到腳，五臟六腑，都有可能發生變化，說明意根對身心世界的控制和執著有多麼嚴重。意根一旦知道身心都不是自己，想想祂會怎麼樣，祂就不再控制身心，身心就放鬆下來，出現輕安、舒適、內心喜悅、禪定增強、睡眠減少、疾病減退、色身高大輕靈等等變化。再修行一段時間，意根斷盡對五蘊世間的執著之後，內心就改變了，那時的心境是這樣的：任你風吹浪打，我自閑庭信步；猝然臨之而不驚，無故加之而不怒。

喜、怒、憂、思、悲、恐、驚七情，都與五臟六腑有關係，分別對應著心、肝、脾、胃、肺、腎，那就是說身心互相影響，互相依賴，心理活動能影響五臟六腑的健康，五臟六腑的狀況能影響心理活動。喜動心，怒動肝，思動脾，憂動胃，悲動肺，驚恐動腎。這些心理反應，是由意根動心而指揮造作出來的，由意根來控制，與意根相應，意根作出反應，就牽動色身出現變化，五臟六腑就隨之而動。

若想不傷身體的五臟六腑，就不要動心，不要生情，性情平淡，降伏煩惱，淡薄五欲。這就需要用意識來調伏意根，保持定力，看破世事，減少欲望。比如有的人得了癌症，內心裏無所畏懼也不擔憂，癌症不久就消失，意根不執著色身，色身就健康；有的人則害怕擔心，不肯放下擺開色身，不久就死了，這是嚇死的，意根太執著色身了，導致病情惡化，反而喪失生命。由於意根對色身的執著程度不同，導致兩種相反的結果。

在五蘊世間裏，意識操勞忙碌，意根坐享其成，最後成就還在於意根。其實意根也在忙，忙著執取，忙著計度，忙著與輪回相關的所有的。意根還是最操勞的，無始劫以來沒有休息過，在一切法上也是意根最心喜和最擔憂，最受震動，甚至能震動五臟六腑，翻天覆地。祂能讓人心花怒放、茶飯不思、滴水不進、愁容滿面、憂心忡忡、悲痛欲絕、撕心裂肺、悲喜交加、黯然神傷、氣急敗壞，最後嚇得心驚膽戰、驚慌失措、屁滾尿流，意根的煩惱該有多麼重！

那麼解脫時，祂該有多麼輕鬆，如釋重負，一旦重負卸下來，就

是最輕鬆的時刻，身心都感到輕鬆自在，一塊巨大的石頭終於推倒了，意根終於獲得了解脫。我們應該趕快斷我見，去除煩惱，推倒巨石，化繭成蝶！擁有一顆解脫的心比什麼都重要，世間苦惱多多，煩惱重重，按下葫蘆起來瓢，六道裏永遠有苦惱。世俗法裏形容心得解脫，輕鬆自在的形容詞和成語非常少；而形容煩惱執著很重的形容詞卻很多，說明了什麼？說明了世間就是苦多，充滿著種種苦惱，所以應該就要看破世間，早日求得解脫，得大自在。

八、如果一個學佛人夢境多，那就要降伏意根的遍計所執性，通過意識心的分析思惟，說服引導意根，讓意根不再貪執一切法，這樣不僅不再做夢，平時白日裏的妄想也能減少和消失。意識通過如理思惟，說服引導意根的過程，就是降伏其心的過程，通過正確佛法的如理聞思，如理的觀行方法，把我見斷除，之後才能真正的降伏其心，從而斷除煩惱以及煩惱習氣，我執才能斷盡，意根不再執著五陰世間，得到解脫，修行才小有所成。

九、何謂依真修妄

因為有真心，才有妄心的產生，有妄心的行為造作。修妄，是妄心七轉識自己參照真心的體性，來修正自己的身口意行，降伏貪嗔癡煩惱，滅除無明。並且隨時隨地把修行的過程和結果，作為種子存入真心裏，讓所有的修行都功不唐捐，未來世還會接續受用今世修行的果實。直至成佛，這些修行的種子都不失壞，善業種子累積圓滿，清除了所有惡業種子，才會圓滿成就佛道。

熏修佛法，修除妄心的無明，先熏意識心，意識學習明了真心的體性，再熏修意根，讓意根也明了。然後二者都證得真心自性；再以後就能時時觀察真心的運作，就會了知自性清靜心在一切法的運作當中，是如何清淨無染的，意識就會依此修正自己的心行，從而改變自己的心性，去除染汙。意識在深入思惟佛法的義理，明了一切法的實質以後，就會熏染意根，讓意根也改變自己的心行，去除染汙和無明。

如果意識不進行深入思惟，或者根本就不思惟，那麼了知的佛法只是在意識的表面停留，不會進入意根心中，內心實質就不會發生改變，心行也不能改變。意識如果不深入思惟佛法的真實理，就不能熏染意根，因為意根了別慧低劣，意識必須反反覆複把道理思惟透徹，傳遞給意根，意根才能明了，祂不像意識那樣容易明理，因為意識有邏輯性，了別慧非常強。

意根對六塵的細節了別慧弱，沒有邏輯推理性，比較直性，意識就得把道理分析清楚透徹，分析得非常細致入微了，意根才能明了。否則意根就不能明理，思想無法改變；意根不改變的話，修行就得不到真實的受用，因為身口意業行是由意根作主宰的。所以很多學佛人學佛修行，只是口念經，不思惟佛法的真實義，意識和意根就不懂得佛法的真實義，那樣既不能開智慧，心行也不能發生轉變，煩惱不能降伏，無明仍然深重。

學佛最根本的目的是開智慧，不只是學知識，知識的累積也是生滅法，心行不改變，無明不破除，也仍然要處於生死輪回之中，不得

出離。而這一切的修行，都是依著真心而修的，祂是我們修行的航標和基石。真如與佛性，是我們本自具足的，不從外得，祂本具一切善法，圓滿無礙，所以不用我們去熏習改變。我們只要把七個識熏染成功，轉變成清淨的，消盡無明，我們就成佛了。

十、當我們能觀察意根的心所法運行的時候，就知道意根的內心世界是相當深奧難尋、相當隱秘、相當豐富多彩的，祂相當的忙碌，相當的執著，總是計較攀緣不斷，一時一刻也不停歇，一切法都要通過祂顯現出來，祂的能動性和所緣方面也非常廣泛，所以意根根本就不空蕩。

意根時時思量，處處作主，意識所有的心行都與意根有關，所有心所法的運行都與意根有關，意識妄想不斷，就是因為意根的量不斷，執著不斷；六識的身口意行不斷，就是因為意根執著攀緣不斷，祂從來不肯停歇下來。

如果經常念咒熏了意根，意根習慣於念咒，就能不斷的緣於咒語，那麼睡覺做夢時也就能念咒，日常生活中也能念咒。如果意根不習慣於念咒，夢境裏意識無論如何也念不了咒，行住坐臥時也想不起念咒。

修行以後如果把意根熏染訓練好了，睡眠裏也能修行，而且睡眠能檢驗一個人的修行程程度。所以修行要想有成就，就要深入到意根；如果還沒有深入到意根，只停留在意識心的表面，沒有影響到意根，那個修行很膚淺，基本上就不屬於真正的修行，學佛只是表面的擺設罷了。與人打交道也是，如果是意根用心，就是真心為人，對人以誠

相待；如果意根不重視所面對的人事，意識的表現就會敷衍塞責，虛情假意應付了事，表面應諾，實際不辦事。

十一、意法因緣生意識，意根和法塵相觸，第八識就產生意識，意識觸意根和法塵，就能知意根的意，而去了別法塵和造作。而意根是六根中的最後一根，是無色根，祇有識的體性，也叫作第七識，也稱末那識。第八識是真心、真如本體，根據七個識順次排序，取名為第八識。祇和七個識的體性大不相同，七個識只在五根六塵上起分別作用，其餘的都是第八識的事，所以第八識分別根身器界種子，負責輸送業種和四大種七大種子，造就眾生五陰世間。

學佛修行首先改變意識心，因為意識心細能分析判斷推理，受熏快，改變快。意根第七識就很難，祇是俱生我執識，從無始劫到現在一直沒有間斷過，具有很深重的煩惱以及習氣，執著主要指這個心，改變祇，就要依賴於意識心長期熏陶。

修到成佛時，這兩個識總共轉變三次，就變成完全的智識了。第一次是入初地時轉變，第二次是到八地菩薩時轉變，第三次是臨成佛時轉變。之後前五識轉變為成所作智，最後第八識轉變為大圓境智，因為這時意根完全改變了，業種就完全轉變為清淨的業種，第八識就成為無垢識和大圓鏡智。第八識所含著的前七個識種子都已經徹底轉變清淨，一點染汙也沒有了，第八識才徹底恢復自己的本來面目，這是真正的自己，不存七個識的染汙種子。所以我們現在的第八識裏都存有我們七識的染汙種子和無明，需要淨化七個識心，斷無明，才能

成為一尊大好的佛。我們現在只是理上的佛，有這個佛的體，還沒有佛的用，在事上和實際上還不是佛，需要精進努力於菩提道的修行。

我們把八個識的體性都弄清楚，七個識都找出來，圓滿了菩薩的條件以後，就能找到第八識真如，就能開悟了。找到真如後，智慧就會生起來，就可以觀察祂在各個不同方面的功能體性，更多地了解祂的清淨無為性，了知祂是如此如此地變生顯現著一切法，那個觀察智慧就會不斷地增長，絕不是原地踏步。關鍵是找到的是不是真如心，符合不符合真如心的體性。如果那個心有生滅性，有變化性，有增減性，一會兒有一會兒無，需要不斷維持才能存在的，那就是妄心，不是真心。這是極其關鍵之處。

十二、六七識的轉識成智分為三個階段，徹底轉識成智在佛地，第一次在初地，六七識達到初步的無漏，還有漏沒有斷盡，需要用二大無量劫來斷盡。初步的無漏，就很了不得了。在此之前，意根都是有漏有煩惱的，在此之後，還有煩惱習氣。而意根的煩惱，意識心往往不知，意識心就會認為自己已經有修行了，實際上是個錯覺。意識自己暫時不呈現煩惱時，就認為自己很好了，其實意根的煩惱，意識心並不知道，意根的煩惱根深蒂固，隱藏的非常深，不容易發覺，而且是在意識轉變之後才能發生轉變。所以不要認為意識變好了，自己就好了，別忘了還有意根沒有轉變。

十三、改掉習氣煩惱，都需要意識先明了意根有什麼樣的煩惱習氣，有什麼危害性，然後把煩惱習氣的危害性告訴意根，讓意根了知，

不斷的熏習意根，一旦意根明了，就能改掉煩惱習氣或者壓伏煩惱習氣。

如果煩惱習氣太重的話，就很難降伏壓伏，何況改掉。在人世間熏染的時間越長，煩惱積習越重，意識越不容易明理，意根就更不容易明理，想改掉任何一點點習氣都很難。所以修行趁年輕，不要等年齡大了再修行，年齡大了真不好修行，習氣固定下來了，能認識到有習氣都不容易，更何況改變習氣了。

十四、意根從無始劫以來一直存在著，未來也永遠不滅，除了阿羅漢入無餘涅槃時把祂滅掉，所以意根也是生滅的、無常的。因為意根是作主宰的心，眾生的身口意行就由祂來指使，如果祂無明深重，貪嗔癡熾盛，對於自我的執著強烈，那麼眾生就會造作貪嗔癡的染汙業行，結果就是六道輪回，生死無期。

意根比意識難於改變，因為從無始劫以來祂一直存在著，經歷的時劫太久遠，被六塵境界熏染得太深了，加之本來而有的無明煩惱，其染汙極重。而意識是後天才出現的，每生每世都是新的，沒有先天的無明煩惱，都是新受熏染的，祂既受意根先天的熏染，也受後天環境的熏染。因為意識慧力比較強，能善於分別一切法，因此容易被熏染和轉變，意根就難被熏染和改變，斷掉意根的我執就很困難。修行就是要徹底改變意根，使意根徹底清淨，斷盡無明，才能徹底得解脫和自在。

十五、意根觸法塵時，如果意根想清楚了別，就起抉擇，第八識

依意根的抉擇而生意識，意識就去了別法塵；意根對法塵如果不想清楚了別，就不作意不思量不抉擇，意識就不能出生，這就等於把意識關閉了。關閉意識實際上是降伏了意根，意根改變，一切都改變。

修法修到意根才究竟，證到第八識才是大乘修行的開始。找到一切法的開關是關鍵，意根是開關的控制者，當開關閘門被意根打開時，一切法就會汨汨而出，全部現起。這時就需要我們降伏意根，別讓祂把開關開得太大，細水長流才好。雖然如此，當業種不改變的時候，意根還是不能完全控制得了開關，成熟的業種就會打破意根的幻想。

如來藏剎那剎那輸出意根的識種子，意根才能存在和運行，祂才能攀緣，才能執著。意根的攀緣，實質還是攀緣祂自己，祂把一切法都當成是自己和自己所擁有的，因此才執著不舍，如果祂知道這一切法都不是自己，都不屬於自己所有，祂的執著性就斷，生死也就了斷。再以後就靠發清淨大願，才能維持虛妄生命體的存在和運行，不斷地自利利他，直至成佛也不休息。

所以說，能夠證得一切法都不是我，這是最關鍵之處，也是眾生修行的終極結果。徹底無我者，佛也！我們只要能證得無我而且是究竟無我，就能究竟解脫。所謂的我，無始劫以來，把我們捆綁得死死的，所以我們活得太不自在了。要想掙脫束縛和枷鎖，就要斷除我見，滅掉我執，當一法也不執時，就是大解脫大自在了。但是說起來容易，做起來需要無量劫的時間，需要我們有耐力，具有堅韌不拔、勇往直前、百折不回的果敢精神和大智慧，才能早日到達究竟無我之地。

十六、一般人的意識心都比較散亂，這種散亂的原因在於意根。因為意根所緣比較廣泛，無始劫以來，意根就沒有定，散亂慣了，所以祂有一種散亂攀緣心，哪有事哪到，剎那剎那轉換攀緣的目標，沒有固定的目標，四處遊移。比如說我坐在這兒很放鬆，並沒有特別重要的事要關注，意識一會兒注意色塵、一會兒是聲塵、香塵、觸塵，一會兒又去想與當前境界不相幹的事，這些都是意根作意引導意識的結果。既然都是些不重要的事，意根是如何作意的？這是散亂作意，習氣慣性使然，完全無規律，是隨機性的。

意根隨時緣如來藏變現出來的一切法，因為無明，無始劫以來對六塵攀緣習慣了，這種攀緣的習性根深蒂固，一時很難降伏。在無所事事的時候，意根就到處攀緣，不自覺的作意於色聲香味觸法。因為這些境界目前來說都不重要，意根對這些法的作意都不用專注，不會長久，沒有固定的目標，往往是接觸到什麼就思什麼，六識就隨之東遊西逛，無有定所。意根這個野孩子長期無人管教，散漫慣了，只有意識接受正規教育，拿鞭執杖，軟硬兼施，連哄帶騙，才能一點點管教好。內心一點也不散亂時，也就修到四果了。

十七、問：經常有這類的體驗，打坐時，有時身上出現皮癢，意根決定瘙癢，意識決意堅持不去瘙癢，與意根對抗。於是堅持了下來，直至皮癢消失。這對於調伏意根是否有益？

答：這是在意根不是很執著的情況下才能這樣的違拗祂，不至於讓祂精神分裂和崩潰，如果意根執著性很強，就會受不了，那就要采

取迂回曲折的路線，不能強擰。在意根能夠接受的情況下，意識不隨順意根的煩惱性，不去執行意根的不如法指令，意根就會反思自己，有可能就知道自己不對，就會放棄不如法的思想觀念，調整自心，改變自己。當意識不隨順意根去抓癢時，意根拗不過意識，也就不攀緣或者少攀緣身根，以後就不在意色身的各種反應，執身輕微，禪定就能漸漸出現。意根養成習慣以後，就不在意色身，很容易忘身，能減少執著，禪定容易成就。

十八、降伏其心的目標是降伏意根

面不改色心不跳的情況，是意識接受信息以後，而意根不接受不在意，所以面色都不改，不往心裏去，就是不往意根心裏去。左耳進右耳出，也是說意根不在意，不往心裏去。俗語說的大羅蔔臉不紅不白的，意思就是說別人怎麼說，意根也不動心，臉色就不會變化。所以真正動心的還是指意根，意根一動，心念就出現，身心就有反應，面色就變化，這叫心動動心了。

降伏其心的心，是指意識心還是意根，還是二者同時都有？首先降伏的是意識，後降伏意根，降伏了意根才是真正的降伏，究竟的降伏，才達到目的了。修行從降伏意識心的貪嗔癡的念頭來入手，由此逐漸深入，慢慢熏染轉化而降伏意根的貪嗔癡，二者都降伏了，才是完全的降伏。只降伏意識沒有用，意根如果要指揮意識貪嗔癡，意識也沒辦法，也要服從。

貪嗔癡對身心世界的毒害作用，其實都是意根所起的煩惱，才影

響到了身心，使得身心出現不良反應。意識單獨起煩惱，對身體幾乎沒有什麼影響，意根一起煩惱，那就不得了，一籌莫展，吃不好，睡不安，容易上火，氣色血色都能改變，顯得焦躁不安，身體疾病都能出現。所以最強最有力的牛還是意根，祂太有力度了，還有權利，能作指揮，只有降伏意根的煩惱才是真正的降伏煩惱。

十九、漏，就是有貪嗔癡煩惱，無漏，就是無貪嗔癡煩惱。六識都有貪嗔癡煩惱，意根也有貪嗔癡煩惱。如果意根的貪嗔癡煩惱不斷，就要指揮六識造作貪嗔癡業，六識就不能無漏，所以無漏主要是指意根的無漏。從這裏看出，改變意根，是多麼的重要。

如何讓意根守戒呢？意識就要修學佛法，懂得戒律的作用，知道守戒的益處，不守戒的後果，然後不斷的分析思惟受戒守戒的種種功德，思惟不受戒不守戒，要有什麼樣的苦果，以此熏染意根，讓意根明白此理。意根一旦明白，就會主動受戒和守戒，那就是真正的受戒和持戒了，而不僅僅是意識口頭上的假受戒持戒。當意根沒有被熏染成功時，祂就不想受戒，也不想守戒，有時也被動的受意識的唆使去受戒，但絕對不會守戒。當意根不懂因果時，也絕對不會自動自覺的守持戒律，意識就得強迫意根，這叫作壓伏意根，意根不是心甘情願的。初受戒時，就要這樣強制約束自己（意根），以後意根明理了，才會自動守戒而不犯。

二十、有修行的人即使在夢裏遇惡緣，也知道守戒，不造惡業，這是修行真正得力的人。夢裏的身口意行更能體現一個人的修行程

度，夢裏能作主不造惡業，中陰身就有一定的把握。夢裏意識心的控制力較弱，意根的習氣完全占主導地位，如果夢裏意根沒有習氣煩惱染汙性，就說明此人的修行，已經熏染到意根，意根得到降伏了。因為夢裏的意根就是夢外的意根，就是白天的意根，意根不睡覺，不減去，是連續性的，因此平時的修行就能影響夢境。

意識如果修行非常好，意識就知道自己在夢裏，也就能抵制意根的染汙性，不造作惡業。所以說真正的修行，應該能改變意根，沒有修到意根的，修行還不得力。很多人連意識都沒有熏染成功，意識還光明正大理直氣壯的造惡業，五戒還不想守持，那此人還沒有開始真正的修行，還是一個初學佛者。

二十一、催眠的作用

眾生有五蓋（貪欲、嗔恚、睡眠、掉悔、疑惑）的遮障，障礙初禪定的發起，這是意根的五蓋心結對禪定的障礙，當意根心結解開了以後，遮障消除，禪定就生起。其中有一個睡眠蓋，雖然不屬於意根的蓋，意根沒有睡眠現象，但是睡眠是由意根抉擇發起的，由於意根貪愛享受和懶惰，祂會促使意識貪睡眠，從而遮障意識的清明，就會遮障禪定的發起。所以降伏意根，讓意根明理精進修行，就會去除睡眠蓋。

打開心結可以用催眠的方式，催眠的時候沒有意識的遮障，意根能夠面對自己，把自己的心結陳述出來，然後在催眠師的引領下，通過懺悔等形式解開心結，內心頓時就輕鬆下來，像是卸掉千斤重擔一

樣。

在平日裏意識要面子，不肯面對自己，遮障意根發露自己內心的結縛，結縛就不能解開，而意根心直不要面子，有什麼就道什麼，如果相信催眠師，就能被降伏下來，從而改變自己，消除業種業緣，解決問題。有些人心結非常多還愛面子，通過意識這關過不去，意識卡著，不讓他人窺探意根裏的東西，只能通過催眠的方式，減弱意識的遮障，解決他們心裏內在的問題。所以表面懺悔是意識的懺悔，意根沒有懺悔，業種就不消失，意根覺知到了，懺悔以後業種才消失。

把意根的無明一個一個都解決了，那成佛的道路走得就快了，也就用不著看那麼多的佛經，辛苦的背誦三藏十二部，坐在這裏就能把心裏的結解開，無明一點點的破除，神通也出現了，道力也增強了，成佛就快了。

二十二、作主的永遠都是第七識意根，如果意根能隨順於理智而有智慧的意識，然後再作主，其結果就是善，意根就被善的意識、智慧的意識熏染了改變了。如果在夢中意根還能作主不造惡業，行善業，更說明意根被善所熏染了，因為夢中的意識沒有白天的意識清醒，對境界的了別和自我的把捉就不確定，理智性較差，這時意根還能單獨作主不造惡業行善業，說明修行相當好了。在中陰身裏，意識的理智性更微弱，意根都是依賴自身固有的習性來作主投胎，如果這時身口意行都與善相應，沒有煩惱和惡習氣現前，其修行就更好了。

意識勢力越強大，了別分別的越清楚，越有理智，意根越容易隨

順，有可能不按照自己的習氣慣性去作主行事。反之，意識勢力微弱，了別性不清晰，理智性不強，不能正確如理指引意根，意根就按照自己的習性行事。如果這時候還能做得好，那就說明意根有好習性。如果使用催眠術，讓意識微弱下來不去控制意根，意根就會通過意識說出很多內心裏的秘密。吸煙喝酒吸毒也是麻醉意識心，讓意識無法調控意根，意根就會表現出自己的本來面目，大多數人意根的習氣都是惡習多，這時就容易做壞事。

意根已經得到改變轉識成智的人，比如地上菩薩，或者八地菩薩以後，即使再喝酒吸毒也不會造業，因為意根已經清淨了的緣故。地上菩薩六七識都轉識成智了，都是清淨的，清淨的意識就不受環境惡熏，也不能惡熏意根。意根轉變的程度不同，習氣現行的程度就不同。

二十三、如果想讓夢想成真，只能由意根來推動，讓意根發願，讓意根不斷執取夢想，意識就會努力精進想辦法，第八識就能實現夢想。意識心的妄想不斷地熏意根，意根受熏以後，就有了意願，第八識了知到意根的思心所，在因緣條件具足時，就會隨順意根，實現意根的意願。意根如果不受熏，意識如何妄想也沒有用，一切法都由意根推動而由第八識實現，因為第八識有種子，能生長一切法。

二十四、吸毒受了惡報，意識思惟說這不好，決定不能再吸毒了，心裏的想法意根了知了以後，就決定不能再吸毒了。有時由於業力的作用，意識的決定沒有用，意根還是按照自己的習性選擇吸毒，直到真的受不了為止，意根才決定不吸毒了。有很多人，必須是受到極大

的惡報和打擊，才能改變自己，這是因為意根真真實實的感到了危害性，受到了觸動，這是現量境界，已經到了黃河邊，才死了心。

喝酒麻醉了神經，法塵不能正常傳導到勝義根裏，意識對法塵的了別就不正常，思惟分析功能減弱，智慧力低下，沒有理智，無法正常調控意根，遇事時意根直接作主決定，做的決定往往都是錯誤的，六識執行起來都是錯誤的行為。另一方面由於神經麻醉，意根的指令無法完全傳達到全身，身體的協調作用就差，六識的反應也不好，身口意行為就顯得不正常。

二十五、意根無始劫以來就是自私的，是完全個人主義者，時時處處都執我。我們可以時常給意根分析分析，自私到最後，又能獲得什麼？除了生死輪回苦，還能有什麼？長年累月、日以繼夜的攀緣，又攀緣出什麼了？除了生死還是生死，最終一無所得，我們無量劫來都得到了什麼？除了業障就是煩惱。

意根在沒有證得無我的時候，肯定害怕生死，祂也沒有證得無生死的那個東西，因此還有我執。意根只有實證到三界萬法確實是虛妄無我的，在甚深禪定的作用下，祂才能死心，從而斷除我執。沒有證得無我，沒有證得真我的時候，都是意識心的理解，理解只起壓伏煩惱的作用，沒有力量斬斷煩惱。意識心的壓伏，就像石頭壓草一樣，有一天把石頭拿開時，草就會瘋長起來。只有擺事實講道理，才能折服意根，祂要聽詳細的道理，太粗略的法祂無法理解和接受。要斷除煩惱，必須在斷我見以後，在各種境界當中修行，當境界現前時，煩

惱就能探頭顯現出來，這時候就需要智慧的利刀，毅然斬斷，煩惱就滅除了。如果煩惱不出頭，總是在心裏隱藏著，就不會連根拔除，以後還會生長。

修行能抓到意根時，就能非常快速，這是大捷徑，還在意識心上做文章，搞動作的，離道還遠。多回光返照自己，定力不足，應該多修定；基礎不牢的，還要多打基礎，不能搞急功近利，基礎不牢，將來樓房大廈就會倒塌。修行不是跳躍的事，也根本跳躍不得，要一步一步腳印的走，踏踏實實的走，千萬不要急功近利，那是空中樓閣。我們寧可晚幾年悟，也不要摘生瓜蛋子，捂熟的瓜吃不得。踏踏實實修行，就能降伏煩惱，降伏慢心，一旦開悟，以後的路就走得很快，不容易跌跤摔倒。

修行的根本目標就是要降伏自我，如果修行是為了讓自己高人一等，強於他人，那就背道而馳了。有個我比他人強，比他人勝，這樣的慢心很重，肯定要造惡業，結惡緣，將來自己受報受苦惱。總希望自己比別人強，一定要高人一等，一定要超勝於人，那就是個我，不降伏這個我，以後的修行就有很大的阻礙，慢心會嚴重障道，以至於長期都是停滯不前，很是苦惱。

意根的慢，往往表現為：你們看我多能，看我多出色，看我多厲害，看我多了不起，我的名聞利養多豐厚，我的權利有多大、徒眾有多多……慢心都表現出來了，這就會嚴重的障道，不得無我的解脫果德。看清意根，多管教意根引導意根，修行才走上正路了。

二十六、什麼時候最容易熏染意根

夢中不能只有意根，沒有意識，否則也不知道有夢了，知道有夢的知是意識，能思考且能被知的是意識心，意根的思量性一般人的意識觀察不出來。證得意根還是比較容易的，觀察意根的運作是很困難的，比觀察如來藏還難，意識與意根扭在一起，太難分開，無數人只能觀察到意識，觀察不到意根，講意根的法，這些人就說是意識的，智慧太欠缺了。

為什麼在快入睡和快睡醒時，容易發現意根，容易熏染意根，容易與意根相應，容易觀察意根？因為這時候，意識的了別性弱，少於現行，對意根沒有遮障。

半夜睡著了，放錄音也可以，因為意根不睡覺，如來藏通過耳根，把聲塵不斷的傳導到勝義根裏，意根都能了知，只是分辨得不太清楚而已。如果聲音太大，意識就要醒過來分別聲音。

二十七、知道了某個事情，學了某個法，需要消化一段時間，這是為什麼？意識知道的事情，需要慢慢滲透到意根那裏，讓意根也了解了解、思量思量、理解理解、明白明白。意根還沒有明白，就不是真明白，事情沒有被消化吸收。

每件事每個法要想真正的被理解和消化吸收，需要一些時間讓意根去考量和理解，這叫作緩沖。定力越好越專注，意根越容易理解，消化吸收的越快。所以世間一切事情發生的太突然太急，意根沒有心理準備，不能快速消化這些事情，內心就會感到震驚，接觸的多了，

時間長了，意根有了心理準備，就會泰然接受，不再感到震驚了。

由於突然的事故，嚇得魂飛魄散，深深的驚嚇到意根了，不僅驚嚇到意識。由於意根的驚嚇，他就沒有了任何對策，無所適從，輕一些的是呆呆發愣，重一些的精神失常，最嚴重的反應是魂飛魄散，以至於嚇死了，死後也很難正常投胎。

第八章 現行熏種子種子熏現行

一、意根從無始劫以來一直沒有斷滅過，無始劫以來的貪嗔癡煩惱以及習氣一直帶到現在，還會帶到未來世，他能主導我們身口意行，讓身口意現行貪嗔癡煩惱。而我們現在的一切身口意行也會熏染意根，增加意根貪嗔癡性，未來世的煩惱就更重，這是現行熏種子。所以我們應該小心現在的身口意行，學會反觀自心，不要再讓惡法來熏染意根，要多用善法來熏染改變意根，這才是真正的修行。

熏習，首先是意識心受熏，然後去熏染意根，改變意根，這是現行熏種子。另一個是意根熏意識，讓身口意按照意根的習氣慣性現行，這是種子熏現行，世間法出世間法都如此。可以利用這點，多熏修佛法，讓如來藏裏都收藏善業種子，將來現行的都是善法，將來才能圓滿佛道。

熏習也叫作影響力，也就是潛移默化的一種力量。比如夫妻二人長期在一起接觸，各自的如來藏總是攝取對方的影像，落在心識中，心識就受熏，與對方的影像相像，最初看不出來，時間長了，兩人的

面貌就相似。因為像由心現，心被熏改變了，面貌也會變。語言表達的方式會逐漸相近，飲食習慣也相同，乃至行為舉止也可能相像。這一切在不知不覺中就被熏染被改變了，這是後天的熏習。

那麼我們為了讓自己面貌變得莊嚴，可以經常觀佛像，如來藏總是攝取佛的影像在心裏，心慢慢就會受影響，面貌就莊嚴了。像由心生，心改變，像就改變。如果我們總與有德有道的人接觸，言談舉止也會隨學過去，德行就變好。孟母擇臨而居就是為了讓孟子熏習善法，不熏惡法。那麼我們熏習大乘佛法，理雖然很深，但是法種已經落到心裏，早晚會開花結果，獲得豐收，這就是現行熏種子的原理。

二、眾生在做每件事情，曆緣對境的時候，意識心經過理性的思惟，理智的覺得如此做應該是合理的。可是意根就是要按照自己的固有習氣去做，意識說服控制不了意根，結果意根還是照做不誤。做完之後就後悔，這是意識的後悔。意識過後就要分析，剛才那樣做，有什麼後果，有什麼利害得失，會產生什麼不好的影響。這個分析內容，意根都能了別到，然後生起思心所，思量這件事對自己有什麼利弊，思量之後也許同意意識的意見看法，然後改正自己，也許不同意，仍然固執己見。

同意意識的分析判斷時，意根心裏就覺得那樣做是不對，剛才是有點兒沖動了，不如冷靜一下再採取行動，這時候就後悔了，可是悔之晚矣。這個悔先是意識心的悔，後是意根的悔，如果意根不悔，意識悔也白悔，以後還是要犯同樣的錯誤。如果意根不同意意識的分析

判斷，此人心裏就會一面（意識）感覺不太對，一面（意根）還不在乎，給自己找各種理由和借口，為自己辯護。當然具體找理由和辯護的是意識，還是受意根的支配去找理由和辯護。

意識在做每件事情的時候，雖然是受意根的影響和支配，但是意識還受後天環境的影響，受了後天環境影響之後，就想改變自己的心行，其實是改變意根的心行。如果意根不願意聽從意識的意見和看法，不受意識的熏陶，那就不肯改變固有的習性，做事情時還會一如既往，心行不發生改變。如果意根自己的主張太強烈了，習性太重，以至於意識起不了多大的作用，全是意根的任性而為，那麼這個人就缺乏理智，意識心的觀慧、了別慧就不能起作用。這個人就會常常沖動的做事，控制不住自己，事後才後悔，可是已經鑄成大錯，悔之晚矣。

三、五陰身大大小小的一切事情都是由意根作主，意識的想法觀點只是一個參考，意根可以隨順，也可以不隨順。意識慢慢熏染開導意根，才能改變意根固有的習性。我們學佛也是如此熏染意根，意識通過接觸一些佛法修行之理，覺得應該降伏一下自己的煩惱，不能總讓貪嗔癡煩惱現行出來。可是對於降伏煩惱的甚深之理，意根還不懂，也許還不知道自己已有煩惱，仍然會促使意識把煩惱現行出來。當意識反觀到生起煩惱有很多過失，就決定以後遇見什麼事，再也不要發火生嗔了，這樣會火燒功德林，又造作了業行。可是每次遇見不如意的人和事，意識還是照樣發火，根本就控制不住。

這是因為意根的業力很大，而且又是作主的心，祂有煩惱決定要

發火，意識就沒辦法忍住不發火，盡管過後又後悔。後悔時就想，下次再也不要這樣了，可是下次還是照樣發作，直到命終也沒有控制住嗔心。這是因為意根還沒有得到有效的降伏，就會促使意識遇緣就發火生嗔；意識也沒有進行耐心細致的思惟，沒有熏染到意根，意根就不明理，心行就要隨順於煩惱和習氣，這就是業力。業力就是業種之力，也是意根之力，意根改變，業種就改變，業力就改變。

又比如說，學佛以後意識知道五陰自己是生滅變異不真實的，六塵境界是虛妄的，心裏總是在說：一切都是假，何必執著。同時對他人也說一切都是假的，再也不要執著了。可是口裏雖然如此說，也喊著要放下，等到做起事情來，就什麼也不假了，什麼也放不下都要拿著，實在是沒辦法。因為做什麼事都是意根作主的，意根不知道五陰虛幻，那就沒有用。再加上意識本身也沒有真正明白自己的五陰身如何是虛妄的，沒有做過深細的思惟，自己也糊裏糊塗，就沒有任何證據拿給意根，意根也就沒有被熏，不懂得虛妄之理，那就還會認假為真，還會作主按照從前的業力慣性來行事。

意根只認事實和現量，有理有據，祂才能明理，才能改變業力和扭轉慣性。身口意行如何現行，是由意根作主說了算，意根要執取一切法，意識就控制不了。意識也沒有常常地熏習種種道理，並且沒有進行深細的思惟，意根並沒有受到熏染，因此意根就不會發生改變，仍然會隨順於業力而現行身口意業。

我們學佛要想改變意根的煩惱習氣，就要把意根當作孩子，常常

進行耐心細致的思想教導。告訴意根，這件事如果這樣做，會得到什麼果報，那樣做會得到什麼果報，為什麼會得到不同的果報。這件事如果這樣做，有什麼好處，那樣做有什麼不好之處。到一定時候，意根終於明白了，就會說：哦！原來是這樣啊！以後就要如何如何做，再不要那樣做了。於是以後再遇見同樣的事情，意根的心行就改變，六識的身口意行也就改變了。他人看見了就會說：這個人跟從前不一樣了，好像換了一個人似的。

任何人只要真正地明白了道理，就會按照正確的道理去行事，雖然短時間內還不能完全做得到，但是已經有了決心，想要改變自己，這就可喜可賀了。所以我們要想把佛法學好，意識心就要常常如理思惟正確的佛法，比如思惟五陰十八界如何的虛妄，如何的無我，思惟觀行的越細致越好，越深越好，越耐心越好，這樣意根就容易被教導成功。這個孩子從此以後就會變得乖乖的了，再也不惹事造惡業，再也不任性執著，而是降伏了煩惱逐漸清靜無為了。那麼我們的修行就得力了，再以後的修行就會一日千裏，不可阻擋。

四、看見茶想喝茶時，這個想喝的心是哪個心？一個可能是意識，一個可能是意根。首先意識因為今世喝過茶，了解茶水的營養作用，就把喝茶的想法傳遞給意根，意根了別以後，就可能同意喝茶。在品茶的过程中，意識把覺受傳遞給意根，意根也就了知了，心裏受熏，也喜愛喝茶，業種就存入如來藏中，這是現行熏種子。

前世有喜歡喝茶的業種，今世遇見茶，意識了別以後把信息傳遞

給意根，意根就想喝茶，於是就促使六識泡茶倒茶喝茶，這是種子熏現行。如果前世不喜歡喝茶，業種存在如來藏裏，今世遇見茶，別人勸喝茶，可是意根不喜歡喝茶，沒興趣，這茶就喝不成。一切大小事情都是意根作主，意識的意見看法只是一個參考，意根可以隨順也可以不隨順。

意根如果是不感興趣喝茶，別人怎麼勸也沒有用，意根就是不做決定，意識也就無法喝茶。但是如果意識長期處於喝茶的環境，一點點熏染，也嘗試著喝一點，就會越來越喜歡喝茶，同時就會熏染意根，意根也喜歡喝茶，業種就改變了。

五、意根的差別才導致了意識的差別

聖人到此五濁惡世，意識心為什麼不容易受熏染？佛的意識心為什麼一點也不受熏染？意識受不受熏染，主要在於意根的力量是否強大。聖人的意根沒有煩惱，他的意識依靠意根就沒有煩惱，也不容易受環境的熏染，佛陀的意識根本不會受染汙，如蓮花處淤泥。凡夫的意根無明煩惱重，對意識的熏染就重，意識很容易就生起了煩惱，地前菩薩也差不多如此，只不過能稍微好一些。但無論是聖人還是凡夫，五蘊身剛出生時，意識都是平等的，都是一張白紙，純潔無瑕，之後才被自己的意根熏染帶動，行為表現就不一樣了。然後再受環境和父母等其他人的熏染，意識的行為表現就更不一樣了。

同樣的意識本沒有差別，在同樣的環境汙染下，為什麼佛和聖人的意識不被熏，凡夫的意識就被熏了呢？是環境的差別，還是意根的

差別？咱們先不說轉識成智以後，就說說在小孩子的時候，和沒有學佛的時候，意識為什麼有那麼大的差別？同處一個染缸裏，為什麼一個嚴重被染變壞了，貪嗔癡熾盛，另一個仍然能保持清淨，潔身自好？只有一個解釋，意根的差別導致了意識的差別，僅此而已。

意根如果先天沒有貪嗔癡，後天的意識就能被熏成貪嗔癡模樣，那就奇怪得很。如果是這樣的話，佛的意根沒有貪嗔癡，生在五濁惡世裏，意識也應該能被染成貪嗔癡，那修行還有什麼用？所以意識之所以具有貪嗔癡，完全在於意根有貪嗔癡，如果意根沒有貪嗔癡，意識無論如何也不能被熏染成貪嗔癡。意根轉識成智以後的菩薩，處於染汙境中，其意識也不會熏染貪嗔癡，其菩薩的果位就不會退，不會變回具有貪嗔癡煩惱的地前菩薩，不會退回到三果和四果向之前。

每個人的差別不在於一生一世，一生之中，不至於積累出多大的差別，差別是生生世世累積出來的。所以眾生之間的差別，就在於意根，是意根的差別導致了意識身口意的差別，導致了意識的智慧差別，導致了福德和禪定的差別。由於意根的差別，導致了意識各個方面的差別，認識問題的智慧也大相徑庭。意根的慧非常重要，屬於五蘊前世的資產，叫作慧根。意根如果沒有很好的智慧，我們前世修行都白修，前世熏修的那些佛法和世俗法也都白熏修了，不能帶到今世受用。

六、六識的行為是由意根主導作主宰的，意根的煩惱染汙性如果沒有被降伏下來，身口意的一切行為還是由意根的煩惱習氣作主導。意識想掌控自己的身口意行卻做不到，因此看到自己不如理的身口意

就會羞愧和自責，實際上還是責怪意根，只是意識不懂這是意根的問題，以為是意識自己的問題。如果是意識自己的問題，意識覺悟到就能馬上改正，並不困難。但對於意根的問題，意識有些時候就會感覺束手無策，只能多學法，多明理，多掌握一些善巧方法說服和熏染意根，意根的煩惱習氣才會慢慢有所收斂。

我們現在所遭遇的一切，大多數都是無奈的必須要承受的，是自己的因緣果報，躲避不了，也選擇不了，需要被動的接受下來。在我們的際遇和遭遇裏，也有一些偶然因素和突發事件，致使我們能夠主動和被動的改變因果。修到一定程度，就有能力控制和改變因果，那時身心就比較自在了。

七、當業力現前，是意根在造作，在控制一切，不會給意識一點辯解的機會，事情就發生了，可是事情過去以後，是誰在後悔？

事情過後，意識先後悔。因為意識能夠觀察分析自己的身口意行為，知道對與不對，才會後悔。意識後悔的內容，意根同時能了別到，如果意根認可意識的後悔，自己就後悔剛才的身口意行，那麼意根以後就能改正身口意行；如果意根不認可意識的後悔，那麼意根就不會後悔，就會一如既往，不改變自己的身口意行為，意識的後悔就沒有起到應有的作用，照樣還是要隨順意根的習氣。

八、種子熏現行，意根無始劫以來所受的熏染，帶到這一世，就能熏染六識的身口意行，讓身口意行按照意根的無明習氣來造作，與意根習氣相應。比如一個很有修行的人這一世出生，從小就是心地善

良，心性清淨，樂善好施，樂於助人，無論周圍人群惡行多麼嚴重，自己也不隨順造惡行，仍然是按照自己（意根）清淨的無染汙的習性來做人做事。又比如一個外道，前世熏習外道的斷滅空，今生來到佛法中修行，無論怎樣被教導大乘的如來藏空理，可是內心（意根）就是不受熏，仍然與外道的空相應，不肯改變。

定性聲聞，由於前世心量狹小，只想個人離苦得樂，出離三界得解脫，不管眾生生死苦。世尊用殊勝的大乘法熏染他們幾十年，他們還是不喜樂於大乘，不肯改變自己的狹小心量，不回心於大乘，仍然追求無餘涅槃，滅掉一切法，甚至在世尊涅槃之前就取得滅度。這是由於阿羅漢的意根受小乘的熏染時間太長，種子根深蒂固，很難改變。

所以如果一個人福薄，緣又不好，學佛時只信小乘法、外道法，甚至是永遠不能悟道的邪法，熏修下來，種子存在如來藏中，後世即使再遇正法，也很難被熏，仍然會按照從前的不正當方法來修行。就像一張白紙已經塗抹得很嚴重了，無論怎樣擦洗，也擦不幹淨，沒法再畫出一幅好畫了，還不如一張空白紙，容易塗抹繪畫。那麼我們的修行一開始就要選擇好所修的法，不能走錯路，學錯法，避免不正確的法種子存到如來藏中，讓自己多世淪落生死。

九、意根沒有斷除煩惱和習氣時，理智性很差，就顯得天真幼稚和情緒化。意識既有理智，也有情感，其情感和情緒色彩也與意根的習氣有關。因為意識能清楚了別法塵，作以理智的思考分析，能正確作抉擇，這種理智性就可以熏陶意根，從而改變意根的習氣。意識有

苦樂受，因此就帶有情緒色彩，能生出情感，如喜歡和厭惡、仇恨等等。比如遇見過去世的親人時，業種現行出來了，意根與業種相應，有貪習，就促使意識不知不覺表現出歡喜和貪戀的情緒，但心裏並不知道為什麼會如此，因為不是意識經過思惟分析而認知的人，畢竟不熟悉，是由意根操控出來的情緒，意識就不知道原因了。

十、每一世的意識都是新出生的，未修神通時，不能與往世經歷相應。意識沒有往世的習氣，只有當生當世的習氣，到臨終時習氣就隨意識而滅。意根有往世五陰的習氣，有無量劫五陰的煩惱習氣，與習氣種子相應。意識身口意行的習氣出現時，往往表現的是意根的習氣，是受意根熏染和支配的結果。

意識不與業種相應，意識的表現與業種相應的時候，也是意根的習氣，是意根作主主導出來的。意識一方面受現實六塵境界的熏染，另一方面也受意根無始劫以來的習氣熏染。如果意識有定力和智慧，在意根的煩惱習氣現前時，就能理智的思惟、分析利弊，然後控制意根的煩惱習氣，以改變意根。意根的抉擇一旦改變，意識的理智就熏染到了意根，意根真正改變時，業種就改變，以後意根就不再現行此種煩惱習氣，這樣意識的現行就熏了種子。當初意根形成抽煙的習慣時，也是受意識所熏染的結果，現在要去掉抽煙的習慣，也靠意識的熏習和改造，成也蕭何敗也蕭何。

十一、明知賭博玩遊戲不好，可還是去賭去玩。明知是意識明明白白的知道；故犯，是意識不得不去做，因為意根好賭的習氣慣性很

強，一定要脅迫意識去賭博，意識明白不能賭，但沒有辦法只得服從。所以有些道理我們停留在意識心的膚皮上是沒有用的，意根這個內心不接受不了知，心行是不會改變的。

我們平時就不能只搞口頭禪玩弄口舌，還應該深入思惟其中深刻的道理，思惟的過程就是讓意根明理的過程，意根一但明理，心行就改變，修行就成功。口頭禪很多人都會說，可是實際做起來，有幾個人能做到。口頭禪就是意識，實際作主的是意根，意根要怎樣做，六識就得怎樣去做。所以遇事多動腦筋思惟，思惟清楚了，再去採取行動，意根的決策才有可能不會錯。

十二、種子熏現行

嬰兒剛出生，意識是全新的，還沒有受後天環境的熏習，卻喜歡溫暖幹爽的環境，這是展現的意根的與生俱來的習性。意根緣於身根，了別身根觸塵情況，知道溫暖幹爽的觸塵是舒服的，涼冷潮濕的觸塵是不舒服的，就讓意識出現相應的反應，舒服的環境就安然入睡，不舒服的環境就會哭鬧不睡覺。意根的這些習性生生世世養成的，祂對環境的反應和抉擇，如來藏立時了知，就會配合出生六識來展現意根的情緒，因此六識的身行就是意根主導的。

六識的表現就是意根의思想和心行的體現，往世的種子成為了現行。眾生所有的業種都由如來藏收藏，由如來藏輸出，現在的身口意行造作之後，傳遞給意根，然後經由如來藏收藏，意根的一切心行也作為業種，由如來藏儲存。將來種子成熟時就由如來藏再輸出種子，

當然是存什麼就輸出什麼，種子就變成現行了。

十三、意識與意根的思想鬥爭

有理智有覺悟的人，經常會發生意識與意根互相鬥爭較量的情形，尤其是學佛以後，意識學了一些佛法知見和世間法的真實理，有些覺悟了，不願意再順從意根煩惱習氣，對意根的煩惱習氣有些厭惡，想要違拗和反抗，尤其是持戒和修忍辱行以後，更會發生二者有所沖突的矛盾現象，發生互相交鋒抗衡的現象，這是意識的理智與意根的惡習氣之間的較量。

意識懂得了一些做人和修行之理，就有了理智，有了自己新的想法和觀點，而意根還是處於自己曆劫以來的惡習之中，沒有擺脫出來，還是要固守煩惱習氣。由於二者思想觀點不一致，做事時就要發生沖突，內心裏僵持一下。如果意識有說服力就能暫時占上風，意根就要按照意識的想法作決定，意識要想永久占上風，就要徹底說服降伏意根，意根要真正明白和贊同意識的思想觀念，徹底轉變了自己才行，否則在意識放松管制放松思想教育的時候，意根還是要按照習氣慣性做抉擇，六識就不得不執行。

當一個初學佛人，意根沒有受熏，不懂學佛的益處時，一遇到逆緣，就不想學佛，而意識心已經嘗到學佛的種種益處，因此就喜歡學佛修行，於是二者就發生沖突，處於僵持狀態，意識就會對學佛這事猶豫不決不知如何是好。想學佛的一定是意識心，因為意識心已經明理了，而意根還沒有明理，意識心通過學佛，通過與其他學佛人接觸，

知道學佛有很多好處，這是意識心的知，但是意根還不太明了這個理，所以遇到一點困難，意根就想退縮，決定不學了。

想不學的，是潛意識下意識的意根，祂暗示著意識心別學了。但是意識心因為明理了，可能要不願意根的暗示，也可能會猶豫一些，多考慮考慮，所以這兩個心時常在作鬥爭。所謂的鬥爭，就是意識心有一個想法，意根有另一個想法，兩個想法不合，意根決定做的，意識不願意做，意識想做的，意根不做決定。因為意根習慣於安逸和懶散，自己認為沒有好處的事都不想做，祂還不與精進心所法相應。

意識心因為學了法，知道放逸不好，喜歡安逸就有生死輪回，不能貪圖舒適自在，精進學佛能得解脫，所以兩個識心意見不統一，二者就要做思想鬥爭，內心裏思量來思量去。當然思量來思量去，拿不定主意的是意根，也可能有意識的不斷思惟作用，從而影響意根的不斷思量，做不出最後的決定。意根和意識在一起共同運作，意識的思惟比較明顯，容易觀察出來，意根的思量性就很難觀察出來，因此說意根是暗意識，埋伏得太深。最後的結果如何，要看祂們兩個誰的力量占上風，如果意識心熏習得比較深厚了，能頂得注意根的慣性力量，據理力爭，通過思惟活動就會說服意根，意根就決定堅持學佛。

如果是意根的習性占了上風，意識心沒辦法，就得隨順意根的習性，因為畢竟是意根作主說了算，意識沒有說服得了意根，就得受意根指揮，就想不學就不學吧，於是就懈怠下來了。意識和六識的一切行為造作一定是意根指揮和指使的，所以我們的意識心要多學佛法，

多明理，以此來開導、說服意根，意根通過意識心的思惟，知道了原來學佛有這樣的好處，還是學佛好，於是再遇到什麼樣的逆緣，意根也會決定堅持學佛，不退縮。

學到一定時候，意根明理了，習性就會慢慢轉變，意根明的理越多，就越能證得。所謂的證得，就是意根懂得了確實是如此的道理，才叫證得。如果意根不知道，只是意識心的知，那很膚淺，不起決定作用，就不叫證得。

意識即使知道很多的道理，作用也不大，因為到意根這裏要作審批，意根要通過，才能去實行。意識在明白道理之後把報告交上去，意根一審查，確實是這個道理，祂一拍板，我們就會斷我見和明心。所以修行，歸到最後是修意根，一開始是修意識心，意識心明了的理落實到意根了，什麼法都會證得。

十四、心理學上有個與潛意識溝通的方法，裏面介紹了用意識疏導意根的方法，學習這種方法，可以用在佛法的修證上，讓意根承認五陰無我之理，承認任何一種佛所講的真理，從而能快些證得佛法。

降伏意根，戰勝自己，就在於意識如何有效的引導意根，疏導意根，從而成功的改造意根。改造意根，有時需要狠，有時需要柔，要因勢利導，循循善誘，這就需要意識要有很多的善巧方便，手段要適宜，學會軟硬兼施。當領導的，會領導別人，也應該會領導自己。意識與意根，究竟誰是領導，誰是被領導？其實是互相領導，意根改造徹底以後，就不用意識再當領導了，永遠是意根自主作主。

十五、意根對意識的拖累

如果意識能作主，不受意根的操控，那麼我們學佛修行就是一件很輕鬆、很容易、很快速的事情了。意識學習了佛法，就明白應該如何做，那就如何做去了，根本不用管意根同意與否、支持與否，這樣有多簡單！如果意識明理了，不用管意根懂不懂，接受不接受，馬上就開悟，煩惱去除的也快，禪定生起的也快，很快就能轉識成智。意識想到什麼就能做到什麼，這樣佛法的修學和教育該有多麼輕鬆和簡單，每個人的改變也就非常快速了，成佛就不是一件難事。可實際上不是這樣，修行難就難在意根上，意根非常不好辦，難於管理和改變，祂無明深重，又不懂理，到處攀緣執取，卻要時時處處作主，意識很難應付祂。

最初學佛是意識偶然有緣遇到了佛法，意根卻不知道佛法為何物，意識學習了以後，才告訴意根這是佛法，對自身有何益處，意根才能接受下來，懂一點點。其實是意根先遇到的佛法，只是祂不知道是佛法，也不了解，就交給了意識。這樣意識就背負起了自學和教意根學的责任，很是辛苦，不斷的受意根習氣的阻礙和拖累，持戒不容易，修福布施也不容易，修定就更不用說了，想消除煩惱，難上難。

意識好不容易熬到斷我見了，把意根的深重的我剔除一些，這才輕鬆一下，不用再跟著意根下三惡道受苦了。可是發個大乘菩提心，行菩薩道，卻又受意根的自私心理阻礙，跟意根好說歹說，終於把菩薩六度修得像個樣子，明心開悟了，這才真正的進入佛門裏，然後再

跟意根的我執法執較量，最後終於完完全全徹徹底底降伏了意根。把祂的無明全部鏟除，解除了意根的全部盔甲，揚眉吐氣的登上法王的寶座，從裏到外，一身的輕鬆自在，三大阿僧祇劫的艱難奮鬥路程就結束，太不容易了，人也從夢裏完全醒過來了，也只覺得是轉眼之間的事。

十六、意識要如何熏意根？意識對一切事理都要如理作意，如理思惟，善思惟，這同時就讓意根了解了正理，意根慢慢的就能與正理相應，這就叫作熏習意根。意識一定要思惟，不思惟就不能熏染意根，因為思惟的內容剎那剎那都會傳遞給意根，意根就此進行思考思量權衡，起自己的認知。意識應該常常思惟正理，讓意根隨順，意根受熏後也能形成新的慣性作用，舊有的不良習性就改變了。

十七、意根的習氣種子存在如來藏中，改變意根的煩惱習氣，本質上就改變了如來藏中的業種，業種改變，後世的習氣就改變。現行可以熏種子，意識通過學習正確的佛法知見，有了智慧，以此智慧引導意根熏染意根，意根受意識的熏習，就能改變習氣，意根的心行作為種子就存入如來藏中，將來意根就現行改變以後的心行，身口意行就改變了。因此說改變意根，就改變業種。

十八、如何降伏意根的遍計所執性

意根普遍計度執著一切法為我為我所有，一切法的範圍是相當廣泛的，只要是第八識變現出來的，意根都能緣著，並且執取為己有。但祂要有側重點的執取，如果全部同時都執取，那就會心亂如麻精神

崩潰，最終什麼也不能得到，所以祂也根據具體情況，根據自身條件來選擇執取某些法，有時執取這些法，有時執取那些法。祂把第八識變現出來的法，都當作是自己所有的，都當作是自己的功能作用，這就是錯執，是非量境界，所以才不得解脫，不得成佛。意根在凡夫位最主要是執取五蘊十八界為自己，執六識的功能作用為自己的，把一切法都據為己有，這正是祂無明的表現。

我們要想得解脫，就要慢慢的剔除祂的無明，改變祂的愚癡性，讓祂認識法界實相，才能斷除祂的執著性，從而走向解脫，成就佛道。我們的意識就要常常思惟佛法，告訴意根這是虛妄無我的，那也是虛妄無我的，一切法都不是我，也不是我的，不要執著貪愛了。凡是自己所能接觸到的，都是第八識給變現出來的，都是幻化，都不真實，意識常常這樣思惟，意根就會放鬆其執著性，思惟五蘊的虛妄，祂就不會把五蘊當作自己來執著，解脫就有希望。並且努力實證第八識，讓意根知道，一切法都是第八識變現出來的，都不是我的，意根以後就能有正見，就能破除無明愚癡煩惱惑，慢慢就能得解脫，並且獲得大智慧，轉識成智，究竟成佛。

十九、學佛修行以後，首先能改變意識心，因為意識的智慧性比較強，會思惟、分析、判斷、推理、比較等等，接受能力比較強，領悟性高，所以就能先受熏陶和教育，改變比較快。意根第七識改變就很難，因為祂是我執識，從無始劫到現在一直存在，從沒有間斷過，所有的煩惱習氣都積存得非常深厚，固執如堅冰，而且一切事不管大

小都作主說了算，這種固執性短期內難於改變。執著主要是指這個心，要想改變祂，就得需要意識心長期熏陶，不斷地說服教育。

修行首先要通過意識的觀行，讓意識和意根確認五陰確實是虛妄的，不是我。意根確認此理以後，慢慢心行就會改變了，不再執五陰為我，執著就減輕，我慢才能斷盡，意根對自我的執著也會斷盡，這樣才能出離三界世間生死輪回苦。如果沒有斷我見，成為初果，就說要斷執，那只是空喊口號，永遠做不到。如果不用斷我見，就能斷意根對自我的執著，那麼佛世的外道們早就斷了，又何必世尊自己親自到這個五濁惡世來，披上垢膩的衣服，受盡辛苦，傳授解脫之法呢。

二十、感覺很困時遇到自己喜歡的遊戲為什麼就不困了

意根喜歡玩遊戲，心著於遊戲，貪著遊戲之樂，祂就不斷的作意和抉擇於遊戲，意識心就不斷的玩樂，不能滅去，意根越感興趣，意識的精力越高度集中，這樣意識心就產生了興奮心理，不困了。如果意根對遊戲不感興趣，意識就會興趣索然，困意襲上心頭。

一切事情都是由意根作主說了算，睡不睡覺由意根決定，祂要是喜歡什麼，意識就得專注作什麼，精神狀態就興奮，意識就不能滅去睡覺。依此理，我們就得讓意根喜歡佛法，這個所謂的讓是意識心通過思考佛理，來熏意根教育意根，使得意根對佛法感興趣。意識受善法熏，再去熏意根，意根就能發生改變，去除惡心惡習，變成善心善習。善的種子就存入第八識裏，第八識裏惡的種子就消除，這就是現行熏種子。

意根變善了以後，如果遇到了惡法，祂就不會讓意識去行惡法，從而控制和改變了意識，這叫作種子熏現行。所以修行是修什麼，我們心裏應該清楚。意根如果不被熏習改變，無論意識心如何認識，所理解的那些理論都沒有用，因為意識不作主，只有改變主人的心，改變領導者的心和做決策者的心，才能改變一切。

二十一、要想改變意根，就要用意識的正思惟去糾正和影響意根的不正思惟，熏染意根，讓意根也要具有正確的思惟，懂得正確的佛法之理，以讓祂作出正確的抉擇，減少貪嗔癡煩惱和習氣。尤其是在重要的事情上，意識要多思惟正理，傳遞給祂善的如理的可行的觀點看法，供祂思量參考抉擇，如果發現祂的抉擇仍然不對，就暫緩行動，再次思惟正理，再找依據證據說服祂，這樣祂也許就能信服，按照意識的正思惟而作抉擇，這時才可同意意根的決定，並執行和操作。

二十二、懺悔的力量和結果

當面懺悔，就能消除兩個人如來藏裏的種子，但是必須是這個人要誠心懺悔，那個人也要誠心接受懺悔，這樣才能解怨釋結。為什麼要誠心懺悔和誠心接受懺悔呢？誠心、真誠，就代表著意根從心往外的悔過，意根從心往外的接受。只有意根悔過和接受，兩個人的如來藏才會重新做記錄，就把兩個人如來藏裏從前的業種改變了。因為如來藏裏原來的業種消除了，兩個人也就沒有怨結了。

地上菩薩改變自己如來藏裏的業種，就是利用意識熏染說服意根，讓意根看清自己煩惱習氣的危害性，從而決心悔過，這樣自己的

心性就發生了變化，如來藏裏的業種就消除了。地上菩薩因為其甚深禪定力和智慧力，以及福德力，就能通過改變自己意根的心行和習氣，清淨自心，就把自己如來藏裏的業種消除掉。

而意識裝模作樣的假懺悔就沒有什麼實際作用，還往往被人識破心機。意識想懺悔卻拗不過意根的煩惱習氣，這該如何是好？那就應該常常譴責意根。只要會譴責別人，就能會譴責自己，譴責自己就是譴責意根，把自己的不善的心行都要揭發出來，暴露出來。儘管意根不願意不高興，有時也要這樣作。如果意根實在接受不了，習氣太重，那就不要勉強，一點一點試探著來，不要操之過急，否則就會適得其反，意根破罐破摔，也是很要命的。

二十三、意根是六根中的最後一根，是我執識，時時處處執著一切法，生生世世的煩惱和習氣都眠藏跟隨著，所以意根就有一種慣性力量。有一句話叫作江山易改本性難移，就是暗指意根的習慣勢力非常強，在母胎裏就能表現出來，不用後天學習和環境熏染。我們身口意的一切行為造作都有一種習慣，就是意根的習慣勢力。要想改變這種慣性，就要學習正確的佛法，意識有了正知見，遇事就會思惟分析抉擇，這個過程就是熏習意根的過程。意識常常思惟此事如法彼事不如法，剛開始意根可能不接受，時間長了心裏明理了，意根也就能認可而改變自己，心行就會發生變化，身口意行就會發生改變。

意識的如理作意思惟能熏染影響意根，常常思惟正確的法理，意根就能慢慢接受意識所思惟分析的正理，煩惱和習性就能減輕和改

變。六個識所做一切事不管大小都要傳到意根那裏，意根就會根據這些信息決定下一步做什麼，如何做，祂有可能聽從六識的抉擇，也可能不聽從，仍然按照自己的固有的習慣作抉擇，這樣六個識就得按照意根的煩惱習慣做事。只有長期熏陶意根，六識常常給意根傳送正確的報告，意根慢慢才能發生改變，修行就得力了。

二十四、意識的後天我執性，由後天的外緣力以及邪教邪分別而有。意識的這種我執性必然熏染意根，反過來增加意根的俱生我執性，使意根的俱生我執種子勢力更大。意識如果受到了正面的教導和熏染，很容易降伏這個我執性。但也只是降伏而已，意根的我執不斷除，就會不斷的控制意識，意識的我執性也很難斷除。

分別性，意識是最強大的，因為其思惟敏捷、深細而廣泛，但是意根也有分別性。我執、執我性，雖然意識也有，但還是以意根為主，執著性主要是指意根的，我和我性主要是指意根的；因為意根把一切法都當作我和我所有的，把第八識的作用當作我的作用，把六識的作用當作我的作用，實際上意根就是把意根自己當作我，一切法都歸意根所有所用，第八識和六識、五蘊只不過是意根所用的工具，歸意根所有罷了。那麼意根的我執就是執著意根自己，執著自己所擁有的所有工具罷了，從這點上來講，意根一定有證自證分，只是意識智慧不足無法了知到意根的證自證分功能。

意識由於了別性強，容易接受現實和現前的境界熏染，因此意識被降伏的比較快，轉念也比較快；意識一轉念，就要把自己的思想觀

念和信息傳遞給意根，以熏染意根，讓意根轉變，意根一轉變，業種就改變，後續的心行就轉變。如果意根還沒有被意識熏染成功，遇緣就要現行原來固有的習氣慣性，那麼意識就無力阻擋了。

意識無力阻擋，意根的習氣慣性要如何現行出來？意根一定要通過意識和五識這些工具來現行表現自己的習氣慣性作用，祂會充分利用六識的工具來運作，否則祂無法表現自己，無法展露自己，無法發作。因此說，在修行上僅僅是降伏了意識，沒有降伏意根，那就沒有多大的實際作用，意識時時處處督導意根，總有控制不住的時候，意根牛的野性確實很難馴服。

二十五、意識知好知壞，意根與之不同步，意根不管意識如何認為，就按照自己固有的觀念行事。意根很固執，祂認為好就好，不好也要去做，意根認為不好就不好，再好也不做，這就是意根的習氣慣性使然。

意識要如何熏陶意根扭轉意根？有時候意識的力量比較強，對意根控制力比較大，能夠操控意根，意根不得不隨從意識的想法而決定做事。但意根總有掙脫束縛的一天，不能總順從意識。所以意識必須以理折伏意根，不能總是強制性的，意根明理就會自動自覺的如理抉擇。以理說服意根的過程，就是熏染熏陶意根。

當意根猶豫不決拿不定主意時，就願意聽從意識的思惟分析，聽從意識的意見，其行為就能有理智。明知不對非要做，是意根沒有理智的行為，如果能聽從意識的勸告，就是意識的理智占上風，明知故

犯就是意根的無明習氣占上風。

二十六、三四果人生來心地就清靜，因為意根已經斷除煩惱了，不會再生起煩惱，但是如果意識受到環境的熏染，再去熏染意根，也有可能要出現輕微的煩惱，再證果和修出初禪定以後，無論意識和意根都不會受熏染起煩惱了，只是習氣有時還會現行出來。

意根一旦心地清淨，外表就無所謂了。斷了煩惱的菩薩，很多時候都不在意外表，只是為了影響攝受眾生，才著外表的相，但心裏已經沒有相了。所以很多時候，菩薩為了度化眾生，身口可以隨順眾生，心地仍然清淨。成佛以後，心地是極為清淨的，與如來藏一樣的清淨，因此就不用任何戒律來規範佛的身口意行，猶如不需要用戒律規範如來藏一樣。因為如來藏心地本來就是清淨的，沒有任何不規範的心行，那麼如來藏隨順七識所造作的任何惡業和犯戒之事，都不屬於如來藏的惡業，如來藏不承受任何果報。同樣，佛的心行已經徹底究竟清淨了，為了度化眾生而顯現的惡人惡鬼等等相貌，所作一切事都沒有惡業果報，心地極為清淨故。

地上菩薩在六道裏什麼色身都可以顯現，什麼事都可以做，也許在一般人眼裏是不清淨的，可是菩薩自有其原則和規範，只要心地清淨，一切為了佛教和眾生，目的純正，無我無私，就不犯任何戒行。比如觀世音菩薩為了度賭徒，就現賭徒身與賭徒賭博，最後把賭徒度入佛門。觀世音菩薩參與賭博，卻沒有一絲喜好賭博的心行，不與賭徒的心相應，就沒有賭徒的惡果。相反以此特殊手段度脫賭徒，其福

德無量，如果賭徒之後能成為佛教的棟梁，觀世音菩薩的功德也無量。

釋迦佛作菩薩時，為了救一個肆意想謀殺菩薩的人免下地獄，沒有別的辦法，只好殺了這個人，寧願冒著自己下地獄的危險，也讓被殺者免予地獄的惡果。釋迦佛以如此手段不但救了五百菩薩的生命，也救度了想謀害菩薩的惡人，免於多少大劫的地獄惡報。瑜伽師地論菩薩戒裏規定，如果遇到眾生應該得度者，寧可犯戒也要去度，如果怕犯戒而不去度，就違犯菩薩戒。可是菩薩在造作所有這些行為中，心行始終是清淨的，只為了眾生得安樂，不為自己得解脫，心地近乎於如來藏一樣，有何戒行可犯！

二十七、因為第七識意根到處攀緣一切法，意識就要了別一切法，了別之後就要出現各種念頭，念頭是這樣來的。如果意根的攀緣執著性得到降伏，意識就會安靜下來，不會起各種念頭了。所以降伏了意根，修定才能成功，才能得到較深的禪定。要降伏第七識意根，就要讓意識思惟萬法的虛妄無常性，然後傳遞給意根，讓意根受熏。

意識思惟的越深細，意根越容易受熏，越明了，攀緣性就會減弱，執著就會減少。想辦法讓意根多明理，首先意識自己就得多明理，常常進行正確的聞思，把所思惟和明了的理再傳遞給第七識，以此熏染和改變意根，意根就會得到有效的降伏了。

結 語

意根的內容屬於唯識種智範疇

幾乎百分之百的人都是把意根的狀態當作了意識的狀態，所以當有人講出真正的意根特性時，就被人說為把意根與意識顛倒了。但卻是百分之百和百分之九十九以上的人顛倒了。因為所有這些人都具足了一切煩惱，無明煩惱遮障的緣故，沒有轉識成智的緣故，不能現前觀察意根的現行運作，當然會百分之百的誤會。不管什麼時代，不可能是極大多數人是高智商無煩惱遮障，而個別人是低智商，以至於錯會佛法。出錯誤的在娑婆永遠是極大多數人，沒有智慧的也仍然是極大多數人，不可能極大多數人都轉識成智，有妙觀察智，一百個不可能。所以那些自作聰明的人，最好不要太自信，更不要誹謗，免得後果嚴重。

意根的所有內容，屬於唯識種智範疇，所有唯識方面的內容也都屬於唯識種智範疇，各個識的心所法更是如此。只要不是入地菩薩，最好保持靜默，不要到處講到處辯，因為不具現量觀行智慧，不可能現前觀察到意根的具體運行狀態，那講出來的東西，大多是想象和臆測，往往要張冠李戴。娑婆世界的學佛人大抵都是這樣，不可能很多人都轉識成智，有妙觀察智和平等性智。如果沒有這種智慧，都要默默用功，以期盡快修出初禪定，盡快斷除煩惱遮障，盡快修出各種觀行智慧，早入如來家，然後再在定中現量觀行意根的運行，帶領大眾解決意根的問題，增長唯識智慧。