

萬法唯識，識外無境

鄭振煌 講述 / 林雪紅 整理

一、前言

部派佛教（實在論觀點）主張「人空法有」，「法有」是指有為法雖因緣所生，卻皆有體（地水火風空識六大）。大乘性空唯名系進一步空掉有為法的體性，其真義應是龍樹菩薩所詮「緣起故性空，性空故假名」的八不中道，遠離空有二邊，屬於「遮詮」的中道觀；但無知者卻執「不有」而忘了「不空」，成為極端的偏空、頑空。為糾正此弊，大乘虛妄唯識系主張「無境唯識」，無境故「不有」，唯識故「不空」，亦屬於「遮詮」的中道觀。至於大乘真常唯心系的「如來藏緣起」、「法界緣起」、「一乘實相」等，則屬「表詮」、「一切不二」的中道觀。

唯識學出發於認識論，而歸於本體論。但是到了本體的唯識論，又覺得若執本體為實有，則有違性空義，才又轉回認識論上的「唯識」，而非實有的本體論。故唯識（梵 vijñapti-mātratā）是「唯表」之義，「無境唯識」是「境唯識表」，而非「境無識有」，因為識也是緣起性空的顛倒妄想。唯識行的轉依是透過轉能依（第六、七識）而轉所依（第八阿賴耶識），使前五識能如實觀照外塵，即轉八識成四智，而非「遮境又執識」。

二、兩種唯識思想

（一）「唯一心作」的唯識。六十卷《華嚴經·十地品》第六地說：「三界虛妄，但是一心作。」八十卷《華嚴經·十地品》則譯為：「三界所有，唯是一心。如來於此分別演說十二有支，皆依一心如是而立。」三界一切眾生的生死輪迴可以用十二緣起支表示，而十二緣起支都是依一心（阿賴耶識）如是而立，如是就是緣起緣滅的真如性。三界不在心外，而是在心內，依阿賴耶識中的種子異熟變而安立上下界。

（二）「即心所現」的唯識。《解深密經》卷三說：「我說識所緣，唯識所現故……此心如是生時，即有如是影像顯現。」「現」有二義：現起和變現。

沒有一法不是由我們的認識作用分別出來的；宇宙人生、世間萬有全是阿賴耶識中的種子變現（識轉變）出來的，於心識外，沒有實體的我、法。這是立足在認識論上，從能知所知的關係上探發。「唯識」義即簡去心外諸法，持取識心。

三、八識心王

「心」(citta)是精神作用的主體，意(manas)、識(vijñāna)是心的異名；三者有不同的功能。此心並非吾人胸腔中的肉團心（hrdaya 心臟）也非大腦，也不是真如(bhūta-tathatā, tathatā)心。心的功能時有時無，故稱「妄心」。「妄」指虛妄，緣起緣滅，無常迅速，自性空，有而不真實，並非斷滅。比如說：因果是有，但是因和果都是可以改變的，所以是虛妄。功能潛伏時稱種子，種子起現行時稱為識。有部《俱舍論》依心的不同功能分為眼、耳、鼻、舌、身、意六識，大乘唯識家將第六意識再細分出第七末那識、第八阿賴耶識。有偈曰：

八個兄弟一個胎，一個伶俐一個呆；

五個門前做買賣，一個在家把帳開。

八個兄弟一個胎——八識心王皆以種子為胎。

一個伶俐一個呆——第七末那識最伶俐（亦恆亦審），

第八阿賴耶識最癡呆（恆而不審）。

五個門前做買賣——五淨色根接觸五塵所起的五識了別作用。

一個在家把帳開——第六意識有分別作用。八識中作用最強，指揮、出主意、造業、相應心所最多。

八識作用表

八識	前五識	第六意識	第七末那識	第八阿賴耶識
相應心所	34	51	17	5
三境	性境	性、獨影、帶質	帶質	性境
三性	善、惡、無記	善、惡、無記	有覆無記	無覆無記
三量	現量	現、比、非	非量	現量
恆審	不恆不審	不恆而審	亦恆亦審	恆而不審
功能	了別五塵外境	分別內外境	思量起四惑	集起

唯識學以彌勒菩薩（Maitreya）所說，唐玄奘大師所譯的《瑜伽師地論·本地分》十七地論為根本。十七地中，以「五識身相應地」（卷一）、「意地」（卷一至卷三）為先，表示佛法以心識為萬法之主。這二地是有關內六處的論題，除了部份的阿賴耶識論句外，都是阿含的觀點。關於「心意識」，《瑜伽師地論》卷一說：

云何意自性？心，謂一切種子所隨依止性，所隨性；體能執受，異熟所攝阿賴耶識。意，謂恆行意，及六識身無間滅意。

識，謂現前了別所緣境界。心是一切種子的所依所隨，能執受種子、根身、器界，也是異熟果總報體，指阿賴耶識。意指恆行的第七末那識，也指不恆行的第六意識。識指現前了別所緣境界的前五識。

護法菩薩等造，玄奘大師譯《成唯識論》卷五則曰：

薄伽梵處處經中說，心意識三種別義。集起名心，思量名意，了別名識，是三別義。如是三義雖通八識，而隨勝顯，第八名心，集諸法種、起諸法故；第七名意，緣藏識等，恆審思量為我等故；餘六名識，於六別境，麁動間斷，了別轉故。如《入楞伽》伽他中說：「藏識說名心，思量性名意，能了諸境相，是說名為識。」

全部八識雖然都有心、意、識的三種功能，但第八識的集起功能強，故稱為心；第七識的思量功能強，故稱為意；前六識的了別境功能強，故稱為識。

玄奘大師的上座弟子窺基，紹承其師的嫡統，開創法相唯識宗，所著《大乘百法明門論解》卷一則詳細解釋心有六義：

心法者，總有六義：一、集起名心，唯屬第八，集諸種子，起現行故。二、積集名心，屬前七轉識能熏，積集諸法種故。或集起屬前七轉，現行共集，熏起種故；或積集名心，屬於第八含藏，積集諸法種故。三、緣慮名心，俱能緣慮自分境故。四、或名為識，了別義故。五、或名為意，等無間故。六、或第八名心，第七名意，前六名識，斯皆心分也。

第一、集起義，指第八識。心有集、起兩種功能。集：收集、保持、記憶；起：起現行、識變、回憶。心能收集過去的經驗，之後，當我們跟環境互動時，就把過去對此事物的認知及經驗拿出來用。

第二、積集義，指前七轉識。前七轉識在現行、造作一切身語意時，積集諸法種子而熏習在第八識中。

或者以集起義指前七轉識，以積集義指第八識。這是因為前七轉識現行共集，熏習種子在阿賴耶識而後又轉起種子為現行；而第八識積集諸法種子。

第三、緣慮義：指全體八識都能緣慮(見分)自體的境(相分)。

第四、識義：了別之意。前五識能了別外境，第六意識既能了別外境(五俱意識作用)，也能了別內境(獨頭意識作用)，第七、第八

識只能了別內境。

第五、意義：是「等無間」的意思。眾生的心、念頭前後等流相續，它不是一，不是一個不變的靈魂。心念不斷的生生滅滅，即生即滅，即滅即生。

第六、心依功能不同分成三種：心(第八識)、意(第七識)、識(前六識)。

四、阿賴耶識

第八阿賴耶識是八識心王之王，是前七識的根本，也是宇宙萬法的本源，輪迴總報體的真異熟。

阿賴耶識 (ālaya-vijñāna)，義譯為「藏識」、「無沒識」，永不失沒壞滅。是從 ā (執著)之義引申而來。原始經典又以阿賴耶為棲息處、貯藏處、家宅。《成唯識論》卷三云：

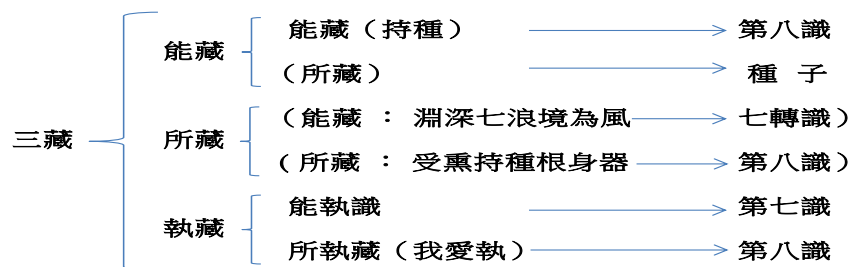
說一切有部增壹經中亦密意說此名阿賴耶。謂愛阿賴耶、樂阿賴耶、欣阿賴耶、慧阿賴耶。謂阿賴耶識是貪，總別三世境，故立此四名。

一切有部《增壹阿含經》密意說阿賴耶識，意思是愛樂欣喜、貪，是形成三世總報、別報的主因。

《解深密經》稱阿賴耶識為阿陀那識 (ādāna vijñāna)。阿陀那是執持的意思，能執持種子、根身、器界。《宗鏡錄》卷四十七曰：

此識有能藏、所藏、執藏義故，謂與雜染互為緣故，有情執為自內我故。古釋云：一能藏者，即能含藏義。猶如庫藏，能含藏寶貝，得藏名。此能含藏雜染種，故名為藏，亦即持義。二所藏者，即是所依義。猶如庫藏是寶等所依故，此識是雜染法所依處故。三執藏者，堅守不捨義。猶如金銀等藏，為人堅守執為自內我，故名為藏；此識為染末那堅執為我，故名為藏。

1. 能藏：貯藏前七識所熏的種子、根身、世界，永不失沒，像大倉庫能藏萬物，又如電腦的記憶體。
2. 所藏：受前七識的熏習，所藏的是前七識的業力習氣。譬喻：前七識是攝影，第八識是所攝的膠捲。猶如電腦記憶體所藏的是輸入的一切資料。
3. 執藏：為末那識執著的對象，微細難測。第七識執著第八識的見、相二分為我、所，貪愛不捨，我愛執藏。



阿賴耶識別名種子識，攝持一切種子，待緣展現，生起萬法，為種子集散過轉之地。種子是過去活動熏生的結果，又是未來諸法生起的根據。

因相 (能藏、種子識)：阿賴耶識含攝一切種子，作為一切法生起的根據。

果相 (所藏、異熟識)：阿賴耶識承受前輩子的活動影響，是善惡業引生的異熟果報。人我、法我二執都是從阿賴耶識轉出，以總報(真異熟)為依。

識轉化：一切存在都是阿賴耶識中種子所現行的影像，外境並無真實的存在。八識有三類能變：第八阿賴耶識為異熟能變，第七末那識為思量能變，前六意識為了別境能變。「識變」是唯識學的獨特理論。這就把部派佛教的實在論(法有)觀點去除，並把外境收歸阿賴耶識。所以，部派佛教沒有本體論，唯識學只有認識上的「唯識無境」。

五、唯識二義

「唯識」譯自二個梵語：(1) vijñāna-mātratā: vijñāna 泛指八識，特指第八識，主要解釋有情邊的「三界唯心造」。(2) vijñapti-mātratā: vijñapti 是 vijñāna 的動詞完成式，是心已經完成識別的作用，主要解釋無情邊的「萬法唯識現」。

從無著造《大乘莊嚴經論》，到世親菩薩造《唯識二十論》、《唯識三十論》，論題的「唯識」，梵文都是 vijñapti-mātratā(唯識表)；而元魏菩提流支(Bodhiruci)以來，直到唐玄奘、義淨，卻一致譯為「唯識」。為什麼大家不翻譯為「唯識表」呢？

世親《唯識二十論》的長行說：「安立大乘三界唯識，以契經說三界唯心；心、意、識、了(別)，名之差別。」心(第八識)、意(第七識)、識(第六識)、了別(前五識)，雖然名稱不同，而意義是一樣的。心、意、識、了的識，當然是 vijñāna，但是，論題 vijñapti-mātratā(唯識表)卻以 vijñāna-mātratā 的「唯識」來翻譯，可見 vijñāna 與 vijñapti 二詞應有相當的共同性！

其實，「表」與 vijñapti 的意義並不完全一致。vijñapti 就是表色(vijñapti-rūpa)、表業(vijñapti-karman)的表。《阿毘達磨順正理論》卷33解釋「表業」的定義：「表示自心，令他知故。」《瑜伽論記》卷2說：「審決二思，意相應故，作動意故，說名意業。動發勝思，發身語故，名身語業。」思有審慮思、決定思、動發思三種，動發思即表業，是把思心所表現為身、語二業，已經離開思心所，而唯識表(vijñapti-mātratā)的「表」是五遍行的「受」心所，必須經過「想」心所，才能發展到表色(vijñapti-rūpa)、表業(vijñapti-karman)的表(思心所的動發思)。因此，古德將 vijñapti-mātratā 譯為「唯識」，實具深意。

總之，vijñapti-mātratā 譯為「唯識」，其意義不是「唯一識」，而是「不離識表」，正是「萬法唯識現」的意思，萬法是無自性的存在，而識現有見、相二分。「唯識變現」，係就吾人認識外境的覺知作用而言。故唯識學是認識論，也是實踐論，是在認識的當下修，思惟就是修。

六、萬法唯識，識外無境

世親菩薩造《唯識二十論》、《唯識三十論》，旨就在破遣外境實有的妄執，以明「萬法唯識，識外無境」之理。「無境」非有，「唯識」非空，戒賢論師依《解深密經》卷2之意，判唯識為非有非空的第三時中道了義教。

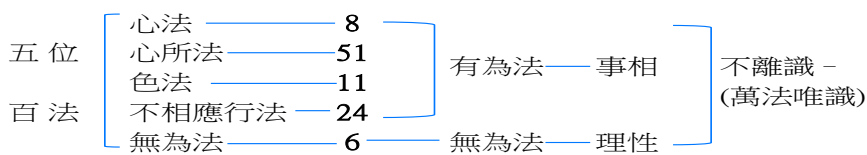
「無境」指一切外境皆緣起無自性空，非「常一主宰」。「唯識」指一切外境只是心識的變現，而非實存於外。窺基《大乘法苑義林章》卷一說：

識者了別義。識自相、識相應、識所變、識分位、識實性，五法事理皆不離識，故名唯識。不爾，真如應非唯識；亦非唯一心，更無餘物。攝餘歸識，總立識名；非攝歸真，不名如也。……唯有三義。一簡持義，簡去遍計所執生法二我，持取依他、圓成識相識性。成唯識云：「唯言為遮離識，我法非無，不離識心、心所等。」二決定義，故舊《中邊頌》云：「此中唯有空，於彼亦有此。」謂俗事中定有真理，真理中定有俗事。識表之中，此二決定，顯無二取。三顯勝義，瞿波論師《二十唯識釋》云：「此說唯識，但舉主勝，理兼心所。如言王來，非無臣佐。」今此多取簡持解唯，識者心也。

《百法明門論》將世出世間法分為五位百法，心王法是識自相，心所法是識(心王法)相應，色法是識(心王法、心所法)所變，心色不相應行法是識色(色法、心王法、心所法)分位差別假立，無為法是識(心王法、心所法)實性，所以五位百法都不離識，稱為「唯識」，連真如也都是「識的實性」。有為法和無為法都是無我(無自性、空性)，無為法是有為法「所顯示」之法。有為法是事相，無為法是事相的理體，二者不一不異。「唯識」並非「唯一心」、更無其他事物。萬法都攝歸於識，並非攝歸於真，所以不稱為「如」。「唯」有三義：一是簡持義，遮遣遍計執的我、法，持取依他起的識相、圓成實的識性。二是決定義，萬法不離識，萬法決定是識，識決定是萬法，能取所取雙泯。三是顯勝，心王勝於心所，講心王就已包括心

所，故唯識的識包括心和心所。三義之中，「簡持」最重要。從「唯」的三義看，唯識就是「瑜伽行」，並非紙上談兵的心理學而已。

歸納百法皆不離識如圖示：



《成唯識論》卷七云：「如是諸法，皆不離識，總立識名。唯言但遮愚夫所執，定離諸識實有色等。」萬法不離識，都是第八識種子所變現，以破遣凡愚眾生執著離諸識實有諸法。《百法明門論》，先述百法不離識現，再揭橥「一切法無我」：補特伽羅無我、法無我。

《唯識二十論》開宗明義就說：

安立大乘三界唯識，以契經說三界唯心。心意識了，名之差別。此中說心，意兼心所。唯遮外境，不遣相應。內識生時，似外境現。如有眩瞤見髮蠅等，此中都無少分實義。

《轉識論》也說：

又說唯識義得成者，謂是一切法種子識，如此如此造作迴轉。或於自於他，互相隨逐，起種種分別及所分別。由此義故，離識之外，諸事不成。此即不淨品，但遣前境，未無識故。釋曰：謂是一切種子識者，是阿梨耶識，為諸法種子及所餘七識種子，並能生自類無量諸法，故通名一切法種子識也。（中略）種種所作，並皆是識，無別境界。

阿梨耶識（第八阿賴耶識）即種子識、根本識，它是前七識的根本，在「因能變」（生變）時，種子生起第八識；在「果能變」（緣變）時前七識相繼生起，八識識體各自生起見分、相分。由阿賴耶識的種子緣變生起種種分別，皆具能所：能分別即是識（見分），所分別即是境（相分）。能即是三自性中的「依他起性」，所即是「遍計所執性」（分別性），能所皆無是「圓成實性」。故一切唯有識，識外無境。

《唯識三十論頌》第十七頌亦云：「是諸識轉變，分別所分別，由此彼皆無，故一切唯識。」諸識轉變成分別及所分別，而二者皆無，故一切唯識。

七、種子、熏習、現行

（一）種子

既然「唯識無境」，吾人五根接觸五塵在五識呈現的影像又從何而來？當然從眾因緣而來，唯識家安立種子為最重要的親因緣，而種子是過去七轉識現行所熏習在阿賴耶識的氣分。五根接觸五塵等增上緣，加上所緣緣、等無間緣，使得親因緣的種子，生起一切有漏無漏法，種子的這種功能未發生作用時，不稱識而稱種子或習氣。

《成唯識論》卷二云：「此中何法名為種子？謂本識中，親生自果功能差別。此與本識及所生果不一不異，體用因果理應爾故。」

種子是阿賴耶識中能生自果的功能，種子不同，果就不同。種子是用，阿賴耶識是體；種子是因，所生果是果。因此，種子、阿賴耶識、果三者不一不異。

種子的體性有六義：剎那滅、果俱有、恆隨轉、性決定、待眾緣、引自果。

種子的類別：有漏種子和無漏種子。有漏種子為阿賴耶識所攝持，「故是所緣」，是產生種種現象、三界六道受生死的種子。又可分為三種：名言種子（又稱名言習氣，有顯境、表義二種名言）、我執種子、有支種子（又合稱業習氣）。無漏種子是能生菩提的因，我空、法空，故不是阿賴耶識所緣。

（二）熏習

種子又名習氣，是現行熏習的氣分。《八識規矩頌》說：「受熏持種根身器。」指阿賴耶識的受熏功能。熏就是熏習，像衣櫃裡放香水、香精，衣服就會一直受熏香氣。阿賴耶識接受前七識的熏習，

攝持種子，將身口意三業的「氣分」(經驗的痕跡)完全保留下來，待緣內變根身，外變器世間。《唯識三十頌》第七頌曰：「由一切種子，如是如是變，以輾轉力故，彼彼分別生。」變是潛藏的種子起現行，現行又熏種子，成為新種子，新種子復起現行，「如是如是變」就生起八識的相分和見分。

(三) 現行

種子生現行，現行熏種子。種子為能生因，現行是所生果；現行又是能熏因，種子為所熏果。種子、現行、熏習，三法展轉，因果同時。念念相續，「恆轉如瀑流」。

八、因能變、果能變

萬法唯識現，萬法是所變現，八識是能變現。萬法可分五位百法，皆唯識所現。八識就其識體來分，有異熟、思量、了別境三類能變識；就種子起現行的過程來說，則有因能變(hetu-pariṇāma)、果能變(phala-pariṇāma)二類能變識，因能變的「變」是轉變、生變，果能變的「變」則為變現、緣變。

羅實憲先生《唯識方隅·諸行》說，因能變有三解：

(一)因能變唯自種子：因，謂阿賴耶識所攝持之種子，不論其為名言種子或業種子，相分種子或自體分種子，皆有能生果之功能，名因。此因種子，能變生心、心所之自體分(自體分與見分同一種子而生，故自體分種子即見分種子)、相分(別有種子之相分)，及能變生後剎那之自類種子，故名能變(因即能變，持業釋)。此解全依《識論》。

(二)因能變通種現：窺基於《識論述記》十二中別出己見，以為種子為因變生現行固是因能變，現行為因而熏生種子亦應是因能變。此解於理可通，然攝法太廣；以依此解，則一切行皆是因能變，安立因能變名反無用故。此解雖出自窺基，然慧沼作《了義燈》，已棄不用。

(三)因能變唯自體分種：近人熊十力於所著《佛家名相通釋》下云：「因變，即種子為因，而生識體。果變，即由識體現起相見二分。(中略)如眼識心王自證分，從其自種而生；故說彼自種為因能變。即此心王自證分上，現起相、見二分；便說此心王自證分，為果能變。」熊氏此說，於相見同種家可通，於相見別種家說不通。何以故？以相分種子既不屬因能變，亦不屬果能變故。熊氏既許有一分相分別有種子，而又不說此種子是因能變，可見其攝義不周也。

故三說中，以第一說為勝。

按《成唯識論》卷二曰：

能變有二種。一因能變，謂第八識中等流、異熟二因習氣。等流習氣由七識中善惡無記熏令生長，異熟習氣由六識中有漏善惡熏令生長。二果能變，謂前二種習氣力故，有八識生現種種相。等流習氣為因緣故，八識體相差別而生，名等流果，果似因故。異熟習氣為增上緣，感第八識，酬引業力，恒相續故，立異熟名；感前六識酬滿業者，從異熟起，名異熟生，不名異熟，有間斷故。即前異熟及異熟生，名異熟果，果異因故。此中且說，我愛執藏、持雜染種、能變果識，名為異熟，非謂一切。

因能變指阿賴耶識中的等流、異熟二種習氣，它們來自過去現行心所法的熏習。果能變指一切現行心、心所法的自體分。自體分以自種子為因而得生，故望因而名果。此現行果(自體分)於生起的剎那，即轉變為相、見二分，故名此自體分為能變。(果即能變，亦持業釋)

「識變」包含因能變(種子)及果能變(現行)，二者本非二事，亦非異時。這是因為種子起現行(自體分)的剎那，同時變生相、見二分；若相分別有種者，則由自體分種挾相種而俱起，仍得說是自體分的所變。

一切法生起，都是種子起現行的果。心法之生起要具足四緣：親因緣(種子)、增上緣、所緣緣、等無間緣；色法只需親因緣、增上緣。這種仗因托緣而生起一切根深、眾生、世出世間法，稱為阿賴耶緣起。

一切種子現起諸法時，有兩種之別，一是現起與三性（善、惡、無記）色心各自之自性等同流類之法，一是善惡種子資助其他劣弱的無記性種子而令現起。

前者為產生萬法的親因緣種子，稱為名言種子、等流習氣。此親因緣種子係由前七識現行（有善、惡、無記三性）於第八識中所熏生，能使色心之三性種子引生等同流類的結果，故稱等流習氣。即善因生善果，惡因生惡果，無記因生無記果，心法的種子生心法，色法的種子生色法。

後者為產生萬法的疏因緣種子，稱為業種子、異熟習氣。此疏因緣種子係由前六識善惡二業於第八識中所熏生，勢用殊勝，能扶助其他劣弱的無記性習氣，產生無記的結果。異於自性善惡，而令無記性種子結果，故稱異熟習氣。

二種習氣或為親因緣，或為疏因緣，都能轉變而產生諸法，故名因能變。等流習氣引生與種子同類的現行，異熟習氣引生與種子異類的現行。

總之，因能變為能變之意，即指等流、異熟二因能轉變引生等流、異熟二果。如以種子談第八識之能變，係指種子識，而非現行識。就因位有漏心而言，由等流之力，生八識三性之果；由異熟之力，生除第七識之外餘七識無記之果。若就無漏種子而論，據《成唯識論述記》卷四所舉，唯第六、第七識的種子及現行有等流之因果，而無異熟之因果。佛果的八識現行，由於無熏習之義，亦唯有等流而無異熟。



九、唯識中道

（一）三自性與三無自性

八識緣境變現萬法，其性質有三種。《解深密經·一切法相品》云：「謂諸法相略有三種，何等為三？一者遍計所執相，二者依他起相，三者圓成實相。」文中，「相」作「性」解。

三性的關係「不一不異」，強調在依他起的當下那一念中，就有遍計所執性和圓成實性，二者可隨念生滅、隨念呈現。

心識的見分、相分皆是依他起，「他」指「因緣」，諸法是仗因托緣而起的。一切萬法的現起，對有情眾生來說是依識變，是由於阿賴耶識中的種子產生異熟變，變出了外物的「似相分」，這是依他起性、因緣假合、虛幻的。眾生不了解此理，就遍計所執，計度分別，執著萬法為實有，心情隨之起伏、騷動不安。

依他起性（有為法）的當體就是圓成實性（無為法），依他起是就「相用」來說，但是「體」是圓成實。當「種子起現行」時，如果能不遍計執，了知緣起性空，當下就證得圓成實性、平等真如。

《唯識三十頌》第八頌云：「即依此三性，立彼三無性，故佛密意說，一切法無性。」世俗諦假名安立有三自性（trilakṣaṇā, trisvabhāva），但就勝義諦而言，三自性就是三無自性，以此顯示非有非空的中道義。世俗諦的實性即勝義諦，故遍計所執性即相無自性性，依他起性即生無自性性，圓成實性即勝義無自性性。一切法皆無自性，世尊在《解深密經》中，為著說明心識清淨以後的境界，慈悲方便，說有「圓成實性」；圓成實性是勝義無自性性，就是唯識實性——真如。

中道的證悟，依於轉捨染污心、轉得真如心。阿賴耶識是一切法的所依，有何種因緣就起何種現象，無始時來受到煩惱染污，是一有漏性的存在，直至煩惱滅盡時才能捨染成淨，轉識成智，生起無漏的佛境界。

阿賴耶識依於真如，因妄想分別而生。阿賴耶緣起是染分緣起，真如緣起則是淨分緣起。真如即是圓成實性、無為法、實相。真如隨阿賴耶識而流轉法界、三界六道，故眾生亦有佛性，心佛眾生三無差別。

因此，明唯識性（真如）是修行的關鍵；修唯識行，證圓成實

性，即證真如。斷我、法二執，滅煩惱、所知二障；證得我空、法空、空亦空，即證大菩提與涅槃，圓滿佛果。

十、唯識行

《唯識三十頌》第七頌曰：「由諸業習氣，二取習氣俱，前異熟既盡，復生餘異熟。」揭示：生死相續起於內因，非關外緣。生死輪迴，起於造業，業就是身語意行為的果。有情在三界六道中輪迴生死，是由於善惡業力所招感，是由於無貪等三善根及貪瞋癡等諸煩惱所造作。習氣是當造業時，其氣分回熏藏識，留下了類似本業的功能。業來自與前六識相應的思心所，有業必然感招三界的輪迴，而前六識的根則在第七末那識（意根）。

二取習氣（名言種子、我執種子）是生起異熟果的親因緣，業習氣（有支種子）是生起異熟果的助緣。當一期生命告終，由於業習氣與二取習氣熏成的種子，又招感來世的異熟果（生死輪迴的阿賴耶識），如此輾轉相生，有情眾生就在三界中生死相續，輪迴不已。

所以，修行在因地修，從第六識下手，明唯識相、唯識性，修唯識行，轉識成智，親契真如。《成唯識論集解》卷十說：「六七因中轉，五八果上圓。」《八識規矩頌》說明第六、七識因中轉的情形：「發起初心歡喜地，俱生猶自現纏眠，遠行地後純無漏，觀察圓明照大千。」「極喜初心平等性，無功用行我恒摧，如來現起他受用，十地菩薩所被機。」第六、七二識在入初地時，開始轉為妙觀察智和平等性智；到第七遠行地後，第六識純無漏，到第八不動地無功用行，第七識我恆摧。至於第八、前五果上圓的情況則是：「不動地前纔捨藏，金剛道後異熟空，大圓無垢同時發，普照十方塵剎中。」「變相觀空唯後得，果中猶自不詮真，圓明初發成無漏，三類分身息苦輪。」十地滿心，金剛喻定生起，第八識轉為大圓鏡智、前五識轉為成所作智，成就佛果。

破遣外境的實有，明百法皆不離識，識外無境是唯識學的基本立論。「識外無境」的修行次第約有三大步驟：

第一、攝境歸識。透過析空法，了解一切境界皆是因緣和合而成的，無自性、無常性、無我性，並非真實存在，而是虛幻的、是空性的，如此觀照就把境界攝歸內心。接著觀照自己的心識，探究八個識的行相。

第二、攝雜歸純。先攝心所法歸心王法，再攝心王法中的相分歸見分、攝見分歸自體分，最後攝前七識歸第八阿賴耶識。

第三、攝妄歸真。妄，就是會變化、生住異滅的整個八識，尤其指第八阿賴耶識。真，就是不變的真如。轉有漏的八識為無漏的四智。

原始佛法說識有六，內識和外境皆有體。大乘唯識學將第六意識細分為三，建立八識，攝境歸識，「識外無境」，外境無體，若進一步了知內識亦無體，即是轉識成智。《大乘入楞伽經》、《決定藏論》又安立第九識菴摩羅識（Amala vijñāna），作為第八識的所依，義同轉第八識所成的大圓境智，密宗則稱為法界體性智，因為它是法界的體性。

若純就唯識觀而言，則有五重。守拙法師《略述唯識義》卷三云：

觀門次第，從麤至細，摠有五重。一遣虛存實識：謂觀遍計所執，唯虛妄起，無所用，應正遣空，情有理無故。觀依他圓成，諸法躰實，二智境界，應正存有，理有情無故。若尔何故得言唯識？唯言但遮愚夫所執，定離諸識實有色等。識言摠顯一切有情各有八識、六位心所，所變相見，分位差別，及彼空理，所顯真如。識自相故，識相應故，二所變故，三分位故，四實性故。如是諸法，皆不離識，摠立識名。二捨濫留純識：謂雖觀事理皆不離識，於此內識有境有心。識唯內有，境亦通外。恐濫外故，但言唯識。三攝末歸本識：謂見相二分俱依識有，若離識自躰本，末法必無，是故攝末歸本，名曰唯識。四隱劣顯勝識：謂心及心所俱能變現，以心王勝，而心所劣。隱劣顯勝，名為唯識。五遣相證性識：謂識言所表，具有事理。事為相用，遣而不取。理為性躰，應求作證。遣事證理，名曰唯識。

第一重，遣虛(遍計執)存實(依他起、圓成實)識。第二重，捨濫(相分)留純(見分、自證分)識。第三重，攝末(相分、見分)歸本(自體分)。第四重，隱劣(心所)顯勝(心王)識。第五重，遣相(依他起)證性(圓成實)識。

十一、結語

唯識宗以「萬法唯識所變」立論。《唯識三十頌》第十七頌云：「是諸識轉變，分別所分別，由此彼皆無，故一切唯識。」「此」指能緣的見分、所緣的相分；「彼」指根身、器界。種種的我相、法相，能緣、所緣都只是識體作用而已，若去除「識」，就沒有外境的我相、法相，更沒有內境的見分、相分，即二無我——補特伽羅（人）無我、法無我。我們所認知的實我、實法，只不過是因緣和合的假有。

一切諸法的體性就是無為法，無為法是用我們的心去領會的，識一旦清淨後就生起無為法；體悟二無我，就證得無為法——真如。證悟無為法是修行的目的：識變的無為法，是就修行的相而言，轉識成智；法性的無為法，是就萬法的體而言，法爾如是，不修才是真修。

「萬法唯識，識外無境」。一切法唯識所變，沒有外境的真實存在。若知三界唯心——三界唯依第八識而有，依第八識種子所生，都是依他起性（識的虛妄分別），生無自性，緣起性空，就能捨遍計所執性（第八識業力習氣執著），證圓成實性（真如）。

日常生活中，不要「遍計執」，在「依他起」中捨「遍計執」，就是「圓成實」。

不要老是責怪外境、歸咎他人，一切都是自己的第八識種子在起現行、在分別愛憎，橫起執著，所謂「生死相續起於內因，非關外緣」，能如是審察，了知諸法空寂。知「識相、識性」皆不離心，掌控心、淨化心、消弭習氣、淨性現前，圓滿自我；進而運用智慧、慈悲、方便利益眾生，圓滿人生，圓滿世界。

