

實證佛教通訊

Positivist Buddhism Newsletter

第10期



實證佛教研究中心 發行
2014年3月

內容簡介

本期特別刊登的文章有：真觀老師《正覺之道，殊途而同歸》一文，及《實證佛教海外留學生獎學金成立啟事》。

《法華探微》（七），由釋能會法師講述，實證佛教研究中心撰稿，開演《妙法蓮華經》的義理。本期的主要內容有：世尊為摩訶波闍波提、耶輸陀羅等眾比丘尼授記，諸菩薩廣宣《法華經》的誓願，以及世尊告誡諸菩薩在惡世宣說此經需要安住的四法（四安樂行）。

《佛陀的最後遺教》（九），由真觀老師講解《大般涅槃經》的深義。本期的主要內容為：世尊解釋此經名為《大般涅槃經》的緣由。

《衣中寶珠——雜阿含經隱藏的大乘法》（六），真觀老師藉由《雜阿含經》與《瑜伽師地論》攝事分的對應，開演出《雜阿含經》中密顯的真實義。本期解析的主要內容包括：真實正觀、真實智、智漸次、智果漸次，以及四種邪執。

「佛典故事」專欄文章〈沒有惡意的殺害〉，講述了兩位比丘過去世互為父子，不以惡意而相互殺害的故事，區分了沒有惡意的殺害與故意殺害在果報上的不同。

「三縛結實例」專欄本期刊登了兩位讀者對小說《凡人佛陀》的評論（徵稿啟事見第7期），並列出本期徵稿實例——「身份」。

「迴響」專欄，由真觀老師和編輯組答覆讀者問題，本期的主要內容有：觀行的重要性和重點；實證佛教的核心主張；「識蘊」、無漏有為法、參禪時「如鯁在喉」，以及空、無相、無願等概念的含義。

正覺之道，殊途而同歸

有讀者對《實證佛教導論》這本書有不同的看法，認為：一、四大極微為常住法。二、解說第八識的語言文字教法為勝義諦。三、明朝漢月法藏禪師為真悟者。（參閱〈[四大極微是否為常住法](#)〉、〈[世俗諦與勝義諦](#)〉、〈[漢月法藏是真悟者嗎？](#)〉）關於這三個問題，讀者並沒有提出有力的理由，所以筆者並未採納。如果有人認同這些看法，請儘快提出理由，只要您能依據三量提出有力的理由，筆者將會在這本書再版的時候更正。如果您沒有辦法提出理由支持自己的看法，卻用其他不相干的藉口，抵制正確的道理，這樣的過失極為嚴重。其他人也請注意，「依法不依人」是世尊在《大般涅槃經》所特別強調的，法義的正確性是最重要的，而不是演說法義的人，因此請不要對於說法人的門派、身分、是否得到授權等表相妄起分別，盲從他人的指示而抵制正確的道理（參閱〈[道場執事易犯讚自毀他](#)〉、〈[請不要抵制正確的道理](#)〉、〈[創立「實證佛教學派」？](#)〉）。

教界大多有「依人不依法」的傾向，佛教團體的領袖不但能夠掌控教產的支配權，更能決定哪些人可以得到印證、享有「得法弟子」的美名，因為這個緣故，每每有人為了爭奪首座弟子或繼承人的地位而明爭暗鬥，最常使用的手段便是挑撥離間及散播不實的流言。禪宗本來是實證的宗派，卻因為過度強調傳承，所以六祖惠能得到衣鉢之後，必須立刻逃走以躲避嫉妒者的追殺。五祖弘忍也知道問題的嚴重性，特別警告惠能絕對不能再把衣鉢傳下去，不然的話會有生命的危險。

傳承還有另一個缺失，不管前代的禪師多麼地小心，還是會發生所傳非人和冒濫傳承的情形。其結果，就是後代只剩下傳承的表相，而喪失證悟的實質。這個時候，自行開悟的人處境反而變得很困難，因為他所悟的內容不可能得到擁有傳承者的認同。擁有表相傳承的人，便以大師的地位，號召所屬徒眾，對真悟者進行抵制和打壓。這種情形，在末法時代更加地明顯。傳承，相當於商標。商標本來有品質保證的意味，可是當商標被他人非法取得之後，贗品反而取得合法地位，反過來打擊真品的流通。

事實上，佛教一直都主張「依法不依人」。除了佛陀的明示之外，也表現在教制上面。佛陀的首座弟子舍利弗先於佛陀而取滅度，據說這是「諸佛常法」（慣

例），這顯示佛教不主張由個人領導僧團，否則首座弟子應該是最適合的繼任人選。首座弟子依據「諸佛常法」先取滅度，佛弟子沒有崇拜的對象，這樣就不會形成強勢的領導中心，「依法不依人」的原則才容易落實。

「依法不依人」有很多優點：

- 一、沒有爭奪繼承權的問題。
- 二、減輕佛教團體之間的惡性攻訐。
- 三、鼓勵自由探討真相的氣氛。
- 四、適應崇尚理性者的需要。
- 五、順應現代理性的思潮。
- 六、符合學術的要求，能夠與其他學科建立理性探討的共識。
- 七、分散風險，避免法門過度集中而全面偏離佛教，或被暴動、戰爭等外力所毀滅。
- 八、能夠養成修行人從宗出教的氣魄，加深其解脫功德與般若慧。

有一句話說得很好：「正覺之道，殊途而同歸。」眾生心性差別各各不同，初學者大多有依附門派、崇拜權威的傾向，對於這樣的初學者，強調尊師、強調傳承、強調依教奉行本來是無可厚非的。因為他們的思辨能力不足，沒有能力抉擇法與非法，只好依附明師，先做一個信行人。但是，對於久學的佛弟子，便應該鼓勵他們做一個法行人，嚴格依循「依法不依人」的原則。

筆者提倡「實證佛教」，強調四依、三量，即是為久學的佛弟子，以及崇尚理性的知識分子，開闢的一條「正覺之道」（趨向真理之路）。雖然相應於這一條正覺之道的人只是少數，但是他們卻能夠迅速增長智慧，不久之後便能獨立荷擔如來的家業。信行人若沒有老師，便無法修行，遠遠比不上法行人。法門的延續，必須依靠法行人，而不是信行人。法行人雖然很少，卻可以發揮關鍵的影響力。這就是為什麼必須強調四依、三量的原因。「實證佛教」的學術研究，能夠將佛教導向正面的發展，所以請大家共同支持。

真觀 2011/4/5

真觀按，此篇寫於三年前，發表於「豆瓣日記」，但是仍然有人沒看到，不斷在重提此事，只好重刊於此。其說法約略如下：「有一位讀者針對《實證佛教

導論》提出了許多修改意見，但是呂真觀並未採納。」這種說法省略了最重要的部分：修改意見到底是什麼？實際上，真正重要的修改意見只有以上三條，其他皆是無關核心法義的文字與標點符號之修正。真觀發表此文，至今已將近三年，《實證佛教導論》初版已全部售完，仍然沒有看到這位讀者或其他人提出補充理由，所以真觀仍然維持原來的看法。這是依照佛陀「依法不依人」的教誡而行，不得不然，若有冒犯，還請見諒！

實證佛教海外留學生 獎學金成立啟事

最近有好幾位實證佛教的愛好者，到國外知名的大學留學，專攻佛學或相關科目。國外留學的費用非常高昂，由私人負擔極為沈重，即使縮衣節食，仍然不易維持。為了使這幾位留學生安心讀書，以便能夠完成學業，將來在學術界從事實證佛教的研究，擬成立「實證佛教海外留學生獎學金」，盼望有財力的讀者能夠踴躍贊助。有意者請洽真觀老師，電郵real.observer@m2k.com.tw，亦可注明事由，匯款至以下帳號（若獎學金發放之後仍有餘額，而贊助者未有其他指示，則移作實證佛教研究中心其他開銷之用）：

中國農業銀行，62284 8109 80445 63875，呂真觀
中國工商銀行，622202 3202031353013，呂真觀
招商銀行武漢分行漢陽支行，6225 8812 7639 2098，呂真觀
支付寶，real.observer@m2k.com.tw，呂真觀
（以上帳號適用於大陸地區的匯款）

或

臺灣銀行城中分行，045004802724，呂真觀
國泰世華銀行忠孝分行，011506097675，呂真觀
（以上帳號適用於臺灣地區的匯款）

或

A/C WITH BANK :
CATHAY UNITED BANK, TAIPEI, TAIWAN
NO. 293, SEC 4, CHUNG-HSIAO E. RD., TAIWAN R.O.C.
SWIFT CODE : UWCBTWTP
BENEFICIARY'S NAME : LUE ZHENGUAN
ACCOUNT NO. : 011087032762
（這個帳號適用於海外及各種外幣匯款）

實證佛教研究中心 啟
2014/3/24

目 錄

◎ 正覺之道，殊途而同歸 ◎	I
◎ 實證佛教海外留學生獎學金成立啟事 ◎	IV
◎ 經典解析 ◎ 釋能會 / 法華探微（七）	1
◎ 經典解析 ◎ 呂真觀 / 佛陀最後的遺教——《大般涅槃經》略解（九）	27
◎ 阿含經典解析 ◎ 呂真觀 / 衣中寶珠——雜阿含經隱藏的大乘法（六）	34
◎ 佛典故事 ◎ 清 心 / 沒有惡意的殺害	47
◎ 三縛結實例 ◎	51
◎ 知與行 ◎ 清 遠 / 《斷捨離》與佛法	57
◎ 問與答 ◎	65
◎ 布告欄 ◎	72
◎ 實證佛教研究中心 簡介 ◎	74

法華探微（七）

釋能會法師¹ 講述 / 實證佛教研究中心 撰稿

開講時間：2012年8月12日

地點：武漢市花山碧雲寺

請大家跟我一起唸：

南無本師釋迦牟尼佛！

南無文殊師利菩薩摩訶薩！

南無普賢菩薩摩訶薩！

妙法蓮華經 勸持品第十三

爾時藥王菩薩摩訶薩及大樂說菩薩摩訶薩，與二萬菩薩眷屬俱，皆於佛前作是誓言：「唯願世尊不以為慮。我等於佛滅後，當奉持、讀誦、說此經典。後惡世眾生，善根轉少，多增上慢，貪利供養，增不善根，遠離解脫。雖難可教化，我等當起大忍力，讀誦此經，持說、書寫、種種供養，不惜身命。」

¹ 釋能會法師，四川江油人，從九三年皈依佛門始，求法學法鏗而不捨，遍游諸方參訪師友，積累了豐富的修學經歷，結合自身的實踐，為學佛者開示佛理、傳授修法、解除疑惑。自2012年8月12日起，每月第二週星期天上午九點至十一點、下午二點至四點，在武漢市花山碧雲寺開講《法華探微》，開示《妙法蓮華經》的義理。經中言：「若有聞法者，無一不成佛。諸佛本誓願，我所行佛道，普欲令眾生，亦同得此道。」信受《法華經》，功德難思量。有意聽講者，請聯繫能會法師，電話+86 18675535940。

聽到佛囑託菩薩們在後世廣傳《法華經》，藥王菩薩、大樂說菩薩和他們的眷屬一起在佛前發願：「請世尊放心，我們會在後世精勤地奉持、讀誦、演說這部《法華經》。世尊涅槃後的惡世，眾生的善根減少，很多修行人外現清淨莊嚴相，其實是未證言證的增上慢人，他們貪求供養，增長惡法，遠離解脫。雖然這些眾生難以教化，我們仍發願將來以大忍力廣宣此經，不惜身命！」

爾時眾中五百阿羅漢得受記者白佛言：「世尊！我等亦自誓願，於異國土、廣說此經。」

先前得到授記的五百阿羅漢也對佛說：「世尊！我們也各自發願，將來在別的國土廣宣此經！」

注意這裡有一處不太一樣，「異國土」表示他們不是在這個娑婆世界弘法。

復有學、無學八千人、得受記者，從座而起，合掌向佛作是誓言：「世尊！我等亦當於他國土廣說此經。所以者何？是娑婆國中，人多弊惡，懷增上慢，功德淺薄、瞋濁諂曲，心不實故。」

然後，又有八千位得佛授記的有學、無學發願。他們也要到他方國土去弘法，還說明了理由：娑婆世界的很多眾生，心性卑惡粗劣，愚昧妄狂，功德淺薄，瞋恚諂曲，欺偽成性。這樣的人難以教化，所以他們不願在這裡宣說《法華經》。

「有學」是初果以上，但還不到阿羅漢的聲聞弟子；「無學」就是阿羅漢。這八千人裡兩種人都有。可能這一批人的因緣比較近，所以和之前的五百阿羅漢分開發願。

這裡就有一個很明顯的差別。娑婆世界的眾生很難度化，但菩薩和他們的眷屬仍然發願在這裡弘宣《法華經》，不惜身命；而五百阿羅漢和八千有學、無學，覺得難度太大，所以發願到他方國土，也就是眾生善根比較敦厚的地方去教化。這是因為他們才剛剛從小乘轉入大乘，菩提願不夠堅固，沒辦法發起在娑婆世界弘法度眾的大誓願。

爾時佛姨母摩訶波闍波提比丘尼，與學、無學比丘尼六千人俱，從座而起，一心合掌，瞻仰尊顏，目不暫捨。於時世尊告憍曇彌：「何故憂色而視如來，汝心將無謂我不說汝名，授阿耨多羅三藐三菩提記耶？憍曇彌！我先總說一切聲聞皆已授記，今汝欲知記者，將來之世，當於六萬八千億諸佛法中為大法師，及六千學、無學比丘尼俱為法師。汝如是漸漸具

菩薩道，當得作佛，號一切眾生喜見如來、應供、正遍知、明行足、善逝、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、佛、世尊。憍曇彌！是一切眾生喜見佛及六千菩薩，轉次授記得阿耨多羅三藐三菩提。」

前面佛授記的都是比丘，也就是男性出家人，現在佛開始為比丘尼授記。這位摩訶波闍波提比丘尼，是佛的姨母。「摩訶波闍波提」，漢譯為「大愛道」；「憍曇彌」或「瞿曇彌」，是對釋迦族女子的通稱，佛經裡出現這兩個名字時，常常也特指摩訶波闍波提。世尊剛出生不久母親摩耶夫人就去世了，他是由這個姨母撫養大的。後來，摩訶波闍波提看到當年的太子成佛了，就懇請佛聽許她出家，成為僧團中的第一位比丘尼弟子。所以，她可以說是比丘尼弟子的代表。

經文說，摩訶波闍波提比丘尼，和其他六千有學、無學比丘尼一起，來到佛前，用懇切的目光瞻仰佛顏。佛對她說：「你神色憂鬱地看著我，是認為我不會為你稱名授記嗎？憍曇彌！我先前已經總說一切聲聞人都會成佛，如果你希望知道自己成佛時的詳細情況，我現在就來告訴你。未來世中，你會在六萬八千億諸佛座下做大法師，這六千比丘尼也都會成為法師。你像這樣漸漸具足菩薩道後，得成為佛，佛號一切眾生喜見如來。之後，這六千菩薩輾轉授記，最終都得成無上正等正覺。」

這六千比丘尼，是以佛的姨母為首，將來姨母先成佛，然後再輾轉授記這六千人。也就是說，由一切眾生喜見如來授記六千人中的某甲成佛；某甲成佛以後，再授記某乙；某乙成佛後授記某丙，以此類推。

爾時羅睺羅母耶輸陀羅比丘尼作是念：「世尊於授記中，獨不說我名。」

佛告耶輸陀羅：「汝於來世百千萬億諸佛法中修菩薩行，為大法師，漸具佛道。於善國中當得作佛，號具足千萬光相如來、應供、正遍知、明行足、善逝、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、佛、世尊。佛壽無量阿僧祇劫。」

這時，耶輸陀羅比丘尼心裡想：「世尊授記了這麼多人，惟獨不提我。」

佛知道她的想法，就對耶輸陀羅說：「你將來會在百千萬億諸佛座下修菩薩行，做大法師，漸漸具足佛道，之後，在清淨國土中成佛，佛號具足千萬光相如來，佛壽無量阿僧祇劫。」

耶輸陀羅比丘尼，是世尊出家前的妻子、羅睺羅尊者的生母，也就是之前說

的世尊生生世世的妻子。《佛本行集經》說，世尊的前身雲童子，為了買到供養燃燈佛的蓮花，和她的前身約定：雲童子成佛前，她將生生世世做雲童子的妻子；雲童子成佛後，她會做他的弟子，出家學道，求證阿羅漢。這一世的情況就是這個樣子。我們看，佛授記她的佛壽是無量阿僧祇劫，她也很可能不是普通人，而是過去佛的化現。

爾時摩訶波闍波提比丘尼及耶輸陀羅比丘尼，并其眷屬，皆大歡喜，得未曾有，即於佛前而說偈言：

「世尊導師，安隱天人，我等聞記，心安具足。」

諸比丘尼說是偈已，白佛言：「世尊！我等亦能於他方國土廣宣此經。」

得到佛的親口授記，以摩訶波闍波提和耶輸陀羅為首的這一眾比丘尼都心得決定，歡喜踊躍。她們一起說偈讚佛，並發願將來也會在他方國土廣宣《法華經》。

這一眾比丘尼之前都以小乘為主修，所以也不願留在娑婆世界，而是去他方國土弘法。

爾時世尊視八十萬億那由他諸菩薩摩訶薩。是諸菩薩皆是阿惟越致，轉不退法輪，得諸陀羅尼。即從座起，至於佛前，一心合掌，而作是念：「若世尊告勅我等持說此經者，當如佛教，廣宣斯法。」復作是念：「佛今默然，不見告勅，我當云何？」時諸菩薩敬順佛意，并欲自滿本願，便於佛前，作師子吼而發誓言：「世尊！我等於如來滅後，周旋往返十方世界，能令眾生書寫此經，受持、讀誦，解說其義，如法修行，正憶念，皆是佛之威力。唯願世尊，在於他方遙見守護。」

這個時候，世尊目視著八十萬億那由他菩薩摩訶薩，他們都是不退轉的大菩薩，能轉不退法輪，也已修得諸陀羅尼。「皆是阿惟越致，轉不退法輪」，「阿惟越致」，也譯為「阿鞞跋致」，是不退轉的意思；佛菩薩說法，就叫「轉法輪」。所以這兩句話的意思是：這些菩薩自己證得了不退之法，宣說的佛法也能讓眾生住於不退的境界。「得諸陀羅尼」，也就是得諸總持，這是形容他們深達經義，有很微妙的智慧。「菩薩摩訶薩」，前面也講過，這個詞的具體所指會依上下文而有不同，這裡應該指的是地上菩薩。已經入地的菩薩，當然不需要佛陀一一授記將來成佛，也不需要佛特意告勅以後要廣宣《法華經》。

所以我們看，這些菩薩從座而起，來到佛前，合掌作念：「如果世尊告勅我

們要在後世奉持宣說這部經，我們一定會按照如來的教示，在後世廣宣流布。」之前耶輸陀羅心中作念，佛陀馬上就為她授記，現在這麼多菩薩在佛前一起作念，佛陀肯定知道。但是，他卻一句話都沒說。為什麼不說話？我們要知道，佛之所以有語言文字興起，是因為有需要；如果沒有必要，佛就不會講話。他知道這些菩薩根本不需要鼓勵和教勅，自然就會去弘法，所以不用開口。

菩薩們看到佛不說話，就知道了佛的意思。他們以這個任務結合自己的本願，在佛前作獅子吼，發下誓言：「後世中，我們將周旋往返於十方世界，教化眾生書寫此經，以及受持、讀誦、解說經義、如法修行、如理作意，這都是如來的功德威力。希望到那個時候，世尊能從他方國土遙望守護。」

「敬順佛意」，佛陀之前已經廣泛地告訴大眾：「你們應該守護這部經典，廣宣流布。」所以這些菩薩知道這是佛的意思。「並欲自滿本願」，本願分為總願和別願。總願就是「上求佛道，下度眾生」的菩提願，這是基本的願。別願是菩薩根據自己的意願而設定的具體條件細則，比如釋迦牟尼佛當初發願要在五濁惡世成佛度眾、阿彌陀佛建立淨土的四十八願等等。所以這些菩薩的自滿本願，一是要滿足成佛所需的福德和智慧，二是要滿足達成別願所需的條件和因緣。「師子吼」，菩薩勇猛堅定的願心，就像震攝群獸的獅子吼聲一樣，讓天魔外道震懼、懾服。「正憶念」就是如理作意。這些菩薩們不只在這個娑婆惡世弘法，還會周旋往返於十方世界，從這一點也可以看出，他們應該都是有大神通的地上菩薩，而且可能是天界的菩薩。

這一段也是在告訴我們，該做的事情就要去做，不要等人家專門來告訴你「某某啊！這件事非常重要，你要趕快去做」，你才去做。當然，你能這樣照人家說的做也很好，但問題是，很多人不知道自己該做什麼。你現在讀了《法華經》，就知道自己該做什麼了。佛法裡最重要的事情，就是教導眾生成佛，沒有第二條路。所以，如果你現在學佛，但沒有人告訴你具體該怎麼做，你就應該「敬順佛意，並欲自滿本願」—自己觀察因緣，再看看佛經怎麼說，從而選擇一條合適的道路，腳踏實地地行你的菩薩道。

即時，諸菩薩俱同發聲而說偈言：

「唯願不為慮， 於佛滅度後，
 恐怖惡世中， 我等當廣說。」

這些發願在惡世弘化的菩薩合聲說偈。這裡他們描述了後世的種種亂象，可

見他們都有神通，能夠看見後世的情形。

有諸無智人， 惡口罵詈等，
及加刀杖者， 我等皆當忍。

後世中有無智的愚人，好惡不分，他們對宣說《法華經》的菩薩惡言辱罵、刀砍杖打。

惡世中比丘， 邪智心諂曲，
未得謂為得， 我慢心充滿。

還有出家人，本身沒有正智正見，卻自認或自稱證得了果位，我慢心非常重。這裡說的可能既有大妄語人，也有增上慢人，都不好度。

或有阿練若， 納衣在空閑，
自謂行真道， 輕賤人間者。
貪著利養故， 與白衣說法，
為世所恭敬， 如六通羅漢。
是人懷惡心， 常念世俗事，
假名阿練若， 好出我等過，
而作如是言：『此諸比丘等，
為貪利養故， 說外道論議；
自作此經典， 誑惑世間人，
為求名聞故， 分別於是經。』
常在大眾中， 欲毀我等故，
向國王大臣， 婆羅門居士，
及餘比丘眾， 誹謗說我惡，
謂是邪見人， 說外道論議。

「阿練若」是山林中寂靜的地方。「納衣」，也叫糞掃衣，是用人家丟棄的材料縫納而成的法衣。這一類出家人，常住在遍遠的山林，身穿破爛的法衣，說這樣清苦的生活才是真正的修行，瞧不起那些跟人群走得近的修行人。他們也為在家人說法，在家人看到他們這麼清苦，都非常欽佩，把他們視作具足神通的阿羅漢來供養。這些人雖然表面上是清淨的出家人，其實貪著名聞利養，受世俗事的掛礙和繫縛，得不到真正的解脫功德。他們看到真正的菩薩演說《法華經》，

反而說：「這些比丘為了名聞利養，用外道法偽造經典，欺騙廣大的信徒。」他們就像這樣，在國王、大臣、居士和別的出家人面前，把這些真正的菩薩說為邪見外道，在大眾中誣毀真正的佛弟子，讓大家嫌惡、遠離。

我等敬佛故， 悉忍是諸惡。
為斯所輕言， 汝等皆是佛，
如此輕慢言， 皆當忍受之。
濁劫惡世中， 多有諸恐怖，
惡鬼入其身， 罵詈毀辱我。
我等敬信佛， 當著忍辱鎧，
為說是經故， 忍此諸難事。
我不愛身命， 但惜無上道，
我等於來世， 護持佛所囑，
世尊自當知。

這些後世的種種惡事，菩薩們都願意忍受。他們為了護持佛陀殷勤囑託的這部經，身披忍辱的鎧甲，堅定勇猛地在惡世廣行菩薩道。「我不愛身命，但惜無上道」，這句話就是他們決心的證言。

濁世惡比丘， 不知佛方便，
隨宜所說法， 惡口而鬻蹙，
數數見擯出， 遠離於塔寺。
如是等眾惡， 念佛告勅故，
皆當忍是事。

菩薩們繼續說，以後會有無智的惡比丘，不知道佛說法的方便善巧，用不了義法詆毀、攻擊了義法。他們見到奉持、演說《法華經》的人，心中不快，常常辱罵、排斥、打壓他們。對這種遭遇，菩薩們也發願忍辱。

諸聚落城邑， 其有求法者，
我皆到其所， 說佛所囑法。
我是世尊使， 處眾無所畏，
我當善說法， 願佛安隱住。
我於世尊前， 諸來十方佛，
發如是誓言， 佛自知我心。」

前面這些遭遇都不算什麼，只要有求法的人，菩薩就會到那裡為他們解說這部法寶。這就是菩薩們在世尊及諸佛面前立下的誓願。

由以上經文可以看出，新學菩薩傾向於到他方國土，久學菩薩傾向於留在娑婆世界，世尊皆隨喜。大部分的經教皆是勸說新學菩薩往生他方國土，特別是極樂世界。但是，也有少部分的經教講娑婆世界的殊勝，例如《維摩詰經》說：「此土菩薩於諸眾生大悲堅固……其一世饒益眾生，多於彼國百千劫行。」實際上，宣示國土優劣的經教，乃是各各為人悉檀¹，各人依自己的心性選擇即可，不需要為此生起諍論。

妙法蓮華經 安樂行品第十四

爾時文殊師利法王子菩薩摩訶薩白佛言：「世尊！是諸菩薩，甚為難有，敬順佛故，發大誓願，於後惡世，護持讀說是《法華經》。世尊！菩薩摩訶薩於後惡世，云何能說是經？」

看到這些菩薩發願在惡世弘法，文殊師利菩薩也讚嘆有加，他又向世尊諮請：「將來的惡世中，菩薩摩訶薩應該怎樣來護持、宣說這部經呢？」這其實是文殊菩薩請佛演說今後弘法時需要注意的事項，也就是教授我們方便善巧，以避免不必要的麻煩和障礙。

佛告文殊師利：「若菩薩摩訶薩，於後惡世欲說是經，當安住四法。一者、安住菩薩行處及親近處，能為眾生演說是經。」

佛就開始講：「如果菩薩摩訶薩在惡世中宣說《法華經》，需要安住在四法之中。這第一法，是要安住在菩薩行處與親近處。」

前面說過，「菩薩摩訶薩」這個詞在不同的經文中意義不盡相同，此處是指發願留在娑婆世界度眾生的菩薩，因為他們的發心超過其他菩薩，所以稱之為大菩薩。這個開示很重要，即使你想要往生他方國土，也要隨分修學，因為這是增

¹ 「云何各各為人悉檀者？觀人心行而為說法，於一事中，或聽、或不聽。」《大智度論》卷1〈1 序品〉(CBETA, T25, no. 1509, p. 60, a4-5) 白話解釋：什麼叫各各為人悉檀呢？說法的人觀察他人的根器，同樣一件事情，認可某些根器的人，卻不認可某些根器的人。以現代語言來說，各各為人悉檀相當於因材施教。

上菩薩行的重要部分。只要能漸次修集這些智慧和方便，離初地也不遠了。

「文殊師利！云何名菩薩摩訶薩行處？若菩薩摩訶薩住忍辱地，柔和善順而不卒暴，心亦不驚；又復於法無所行，而觀諸法如實相，亦不行不分別，是名菩薩摩訶薩行處。云何名菩薩摩訶薩親近處？菩薩摩訶薩不親近國王、王子、大臣、官長，不親近諸外道梵志、尼捷子等，及造世俗文筆、讚詠外書，及路伽耶陀、逆路伽耶陀者；亦不親近諸有兇戲、相叔相撲，及那羅等種種變現之戲；又不親近旃陀羅，及畜猪羊鷄狗，畋獵漁捕諸惡律儀。如是人等，或時來者，則為說法，無所怖望。又不親近求聲聞比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，亦不問訊。若於房中，若經行處，若在講堂中，不共住止。或時來者，隨宜說法，無所怖求。

世尊繼續講，這第一法又可以分為兩方面：菩薩摩訶薩行處和菩薩摩訶薩親近處。

菩薩摩訶薩行處，是指菩薩安住的心行境界，又可以分為兩條。第一，要住在忍辱地，讓心意平和、安定，不管遇到什麼狀況，都不會驚慌、倉促。「卒暴」是急促、緊迫的意思。第二，要「於法無所行，而觀諸法如實相，亦不行不分別」，這一條就不簡單了。為什麼說「於法無所行」呢？真正的菩薩，會常常住在真如三昧之中，整個就是一真法界，沒有差別對待相，連「自己在依法修行」這種分別相都不可得。比如，你在修忍辱行，但你並不會認為有一個我在這裡修忍辱行，這就叫「於法無所行」。「觀諸法如實相」的意思也一樣，比如有人打你罵你，但在你眼中看來，這都是「諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減」，你這樣觀察，就是觀諸法如實相。

「亦不行不分別」，這一句又有一層深意。「行不分別」，是指那些錯誤混淆了世俗諦和勝義諦的人，他們以為般若波羅蜜就是不能分別，所以強行壓制自己不去作思惟和分別。這裡佛說「不行不分別」，就是告訴我們：不要去做這種事，不要把不分別作為修行的方法。為什麼佛這麼說呢？因為正確的佛法，應該是像《六祖壇經》所講的「無相者，於相而離相；無念者，於念而無念」；如果一個人完全不思惟、不分別，就跟愚痴人沒有兩樣了。《瑜伽師地論》說「非理分別起煩惱」，又說「正智如實取事；邪智邪分別不如實取事」，有人把它總結成一句很簡短有力的話：「應分別而不分別是愚痴，不應分別而分別是煩惱。」所以，我們要亦分別亦不分別，該分別的就分別，不該分別的就不分別，然後觀諸法為實相。比方說，人家對你不好，你知道他對你不好，但也同時知道這都是

諸法實相。

菩薩摩訶薩親近處，又分為初親近處和第二親近處兩種。初親近處，是對出家菩薩而說的教誡，因為他們代表佛教，所以行為的標準要特別地嚴格。佛從反面來講，教出家菩薩注意不要親近哪些地方。這裡佛先講了五個方面：

第一，不要親近國王、王子、大臣、官長，也就是不要去攀附權貴，這會產生問題：當他們支持你時，佛法可能會一時很興盛；當他們不支持你，甚至要打擊、懲罰你時，佛法可能就遭殃了。等於是讓佛法被這些人操縱在手上，隨他們高興。我們都知道：伴君如伴虎。所以這不是合適的做法。有些在家菩薩從事公職或者經營事業，一定會跟政府官員打交道，這是不需要規避的。

第二，不要親近「諸外道梵志、尼捷子等，及造世俗文筆、讚詠外書，及路伽耶陀、逆路伽耶陀者」。「外道梵志、尼捷子」，外道不用解釋，「梵志」是婆羅門的義譯，「尼捷子」是修苦行的外道。這是要你不要親近外道出家人和外道在家修行人。「造世俗文筆」，就是寫作世俗文學，比如小說、情詩等等。一個菩薩，如果寫些跟男女情愛有關，或是那些會引起別人遐想的文字，就可能對他的弘法造成影響，出家菩薩更是絕對不能做。「讚詠外書」，就是讚揚宣傳外道典籍。比方說現在有些人，去附會別的宗教，弄個什麼宗教對談之類，一起來辦法事，這就會讓別人以為佛教和其它宗教沒什麼區別，等於是變相抵毀。「路伽耶陀」，又譯為「路伽耶底迦」等，是順世外道，他們持唯物世界觀，不認為有六道輪迴、因果報應，主張隨順世間的享樂。「逆路伽耶陀」，又譯作逆順世外道、左順世外道，是順世外道的一個支派，在主張上有一些不同。

這也是對出家菩薩而說。若是以在家的身相主動親近他們，教化他們親近佛法，則是一種方便善巧，《楞嚴經》說這是「與其同事」¹。

第三，你不能去看凶殘血腥的競鬥。「諸有兇戲、相掬相撲，及那羅等種種變現之戲」，比如古羅馬的角鬥、鬥雞鬥牛、摔角等等，都是兇戲，這裡的「相掬」是拳擊，「那羅」是角力；「等種種變現之戲」，意思是除了經文裡說的這些，其它各種變相的鬥毆，我們也不應該看。這一條在菩薩戒裡也有。

¹ 「我滅度後勅諸菩薩及阿羅漢，應身生彼末法之中，作種種形度諸輪轉。或作沙門、白衣居士、人王、宰官、童男、童女，如是乃至姪女、寡婦、姦、偷、屠、販，與其同事，稱歎佛乘，令其身心入三摩地。終不自言『我真菩薩、真阿羅漢』，泄佛密因，輕言未學，唯除命終陰有遺付。」《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》卷6 (CBETA, T19, no. 945, p. 132, c8-14)

第四，不要親近做不正當營生的人，比如屠宰、養殖、獵戶、漁夫等等。「旃陀羅」在這裡是屠夫的意思。印度有種姓制度，屠宰、殯葬等卑賤的行業只有旃陀羅種姓才能做。在一般的社會裡，不正當的行業還包括賣酒、賭博、色情業等等，你不能主動去找他，否則會有大麻煩。第一，會給周圍的人留下惡劣的印象，流言蜚語會說：「某某法師的弘法經費都是這些人捐的。」你說這像話嗎？第二，如果你親近他、求他幫忙，他看你可憐，賣你個人情，這就變成他布施給菩薩，未來世的福報會很大，但他做的惡業又很大，這個業報就雜染得很厲害。而且，他心裡對你不是那麼尊敬，對佛法也不是恭敬渴求，你想度他都很難。所以，你不能主動親近這些人。當然，如果他們主動來供養你，你也不應該拒絕他們，因為他們想在佛法上種善根，但你在接受供養時，也不能過度稱讚他們的布施功德。就算一個人捐了再多的錢，你也不能明知他做不正業，還跟他說：「唉呀，您真是大施主啊！有了這個功德，您做這個職業也沒關係。」總之你要非常小心。

總的來說，對這四類人，佛叫出家菩薩不要主動親近。不過，如果他們主動來求法，出家菩薩可以為他們說法，但不要抱有太大的希望，也就是這裡說的「無所憐求」。簡單來說，就是叫你不要主動去攀緣他們，讓他們來供養你。

第五，也不要親近聲聞修行人。「求聲聞比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷」，這就是聲聞種性的四眾修行人。「亦不問訊」，也不要經常去向他恭敬問候，比如現在逢年過節的時候，發短信跟他拜年，這也算問訊。「若於房中，若經行處，若在講堂中，不共住止」，就是要你儘量少跟他們在一起。為什麼要這樣？因為他們對大乘法不恭敬渴求，你如果對他們太客氣，反而更容易讓他們覺得大乘法沒什麼了不起。你想靠這種方式勸他們信受大乘法，估計也是收效甚微。而如果是他們主動來問你，你可以跟他們說法，不過，也要一邊觀察因緣一邊謹慎地說，不要作過多的指望。

「文殊師利！又菩薩摩訶薩不應於女人身，取能生欲想相而為說法，亦不樂見。若入他家，不與小女、處女、寡女等共語。亦復不近五種不男之人以為親厚，不獨入他家，若有因緣須獨入時，但一心念佛。若為女人說法，不露齒笑，不現胸臆，乃至為法猶不親厚，況復餘事。不樂畜年少弟子、沙彌、小兒，亦不樂與同師。常好坐禪，在於閑處，修攝其心。文殊師利！是名初親近處。」

佛繼續講菩薩親近處。這一段很明顯是為出家菩薩講的。「不應於女人身，取能生欲想相而為說法，亦不樂見」，對男眾出家菩薩而言，你不要因為對方是

女性，就特別殷勤地為她說法；也不要看到女性聽眾來，就喜笑顏開，顯得非常高興。這都會讓周圍的人覺得你心不清淨，甚至懷疑你有不良企圖。

接下來的這幾句話，也是為出家菩薩講的：如果你去別人家，不要單獨跟女童、少女、寡女說話；不要和五種不男之人親厚結交；不要單獨去這些人的家裡，一定要去的情況下，你要一心念佛；在為女人說法的場合，你不要露齒笑，也不要敞開衣裳、露出胸膛，這樣顯得很不莊嚴。「五種不男之人」，是指不具足男性特徵的人，包括生不男、犍不男、妒不男、變不男和半不男，具體情況請你自己看佛學辭典。「乃至為法猶不親厚，況復餘事」，「為法」就是弘揚佛法，佛這是告訴你：就算是為了弘揚佛法，你都不要和這些人特別親厚，更何況是因為其他理由。比方說，有個女人來親近你，她覺得你是一個大善知識，發心一定要護持你，前前後後幫了你很多忙。你很感動，跟她結為義兄義妹，甚至說要生生世世一起弘揚佛法。這些就不合適，等於你特別親厚這一個人，這樣就會成為繫縛，還有可能產生緋聞，造成很不好的影響。

「不樂畜年少弟子、沙彌、小兒」，這就是在講同性戀的可能，「不樂」是「不偏好」的意思。如果你收的弟子和沙彌都是長相清秀的男人，或者經常收養漂亮的小男孩，人家可能就會說你貪愛男色。這是講下一輩的。「不樂與同師」就講師兄弟之間，是同一輩的。比如你覺得「我有一個很帥的師兄，真高興」，對這個師兄特別關愛，這也會讓人家有閒話講。所以這一段，前面講異性，後面講同性，你要看得出來。然後，正因為有這些隱患，佛就告誡我們要遮止，「常好坐禪，在於閑處，修攝其心」，也就是要把自己的六根守攝好，不要亂攀緣。

這裡說的是男眾出家菩薩，如果是對女眾出家菩薩，只要把文中的性別反轉過來，就是佛要告誡我們的意思。總的來說，前一段是講權勢、社會關係等方面，主要涉及錢財和供養；這一段是講色情。為什麼？因為出家菩薩弘法過程中最大的兩個障礙，一個是金錢的糾紛，另一個就是色情的糾紛。如果你處理不好，就會引來很大的麻煩，弘法也會變得很困難。

「復次，菩薩摩訶薩觀一切法空，如實相，不顛倒、不動、不退、不轉，如虛空，無所有性。一切語言道斷，不生、不出、不起，無名、無相，實無所有，無量、無邊，無礙、無障，但以因緣有，從顛倒生故說。常樂觀如是法相，是名菩薩摩訶薩第二親近處。」

剛才的第一親近處講的是待人處事中的要領，是對出家菩薩的教誡。這裡的

第二親近處就告訴菩薩自己要怎麼修行，是對所有的菩薩都適用的開示。

「觀一切法空，如實相」，菩薩要「如實正觀」一切法空，也就是要有般若慧。當然，對地上菩薩而言，這一段道理不用佛說，他們也都知道。我們現在如果想在菩提道上增進，就要把這個學好。不過，這個法義絕對不是字面上看起來這麼簡單，你如果理解成「一切法都是無常，緣起緣滅，所以叫一切法空，這就是實相」，那你就離道千里了。

什麼是「一切法空」？「一切法」指三界有法，也就是蘊處界萬法，不包括離於三界的第八識；而「空」就是第八識。《楞伽經》說：「我說如來藏，不同外道所說之我。大慧！有時說空、無相、無願、如、實際、法性、法身、涅槃、離自性、不生不滅、本來寂靜、自性涅槃，如是等句。」意思是說，佛會用很多不同的名相來指代能生萬法的第八識，有：空、無相、無願、如、實際、法性、法身、涅槃、離自性、不生不滅、本來寂靜、自性涅槃，以及最前面的如來藏。也就是說，這些名詞都是同義語。所以，這個「一切法空」有兩個層面的意思：第一，從世俗諦來說，一切三界有法都由第八識所生，沒有自性，所以說「一切法空」，這裡的「空」指無自性。第二，從第一義諦，也就是勝義諦來說，諸法都由第八識出生，這樣的話，也不能說它們異於第八識，所以，我們可以把它們統統都視作第八識，無有分別，因而說「一切法空」，意思是一切法都是空，這個「空」指第八識。「如實相」，我們前面講過，「實相」或「諸法實相」，也是第八識的別名。這個別名是強調：三界萬法都是第八識所生，自己沒有真實的自體性，而以第八識為它的實性。所以，像這樣按照勝義諦來觀察，將世間的一切法都視為第八識的法相，整個就是「一真法界」，遠離能取、所取，也遠離一切差別對待之相，這就是「觀一切法空，如實相」，菩薩安住於這種境界，可以稱為修「真如三昧」，亦即《心經》所說的「行深般若波羅蜜多」。

「不顛倒、不動、不退、不轉，如虛空，無所有性」，都是從勝義諦的角度來描述這種境界。也就是說，菩薩住在真如三昧中，遠離差別對待相，他沒有了這種分別心，也就不見法相之所以為法相的差別。在這個境界中，無有一法可得，更何況說某個法顛倒了、動了、退了、轉了？「如虛空」，像虛空那樣，沒有一物。「無所有性」，這個「性」是指一切的性質，比如善、惡，凡、聖，常、無常，男、女等等。世俗諦裡才能假名安立這些性；勝義諦裡無有一法可說，更何況安立這些性質！

「一切語言道斷」，可以從兩個層面來講。第一，第八識的心體完全不起分

別，沒有語言文字相，就算是第八識中用來別根身、器界、種子的緣慮心，也不會生起語言文字；會生起語言文字的一定是意識心。所以，當有語言文字相現起時，你就知道這一定是與意識心相應，不是第八識實相。第二，勝義諦的境界不與語言相應。語言文字是依分別而建立的假名，都是世俗諦，不是勝義諦。即使是描述勝義諦境界的語言文字，包括這一段在內，也都只是一個讓你契入這個境界的指向，實際上是世俗諦。不過，因為這是指向勝義諦境界的語言，所以佛經有時也方便稱它們是勝義諦。

「不生、不出、不起」，「不生」就是《心經》裡「不生不滅」的「不生」，意思是第八識不是某個時候出生的。「不出」，龍樹菩薩說的「八不中道」裡，就有一句「不來亦不出」，也譯作「不來不去」。「來」的意思是靠近這個主體，「去」是相反。我們來看，色法有來去，這很明顯；心法的來去，要從它的作用處來判斷。第八識一直都在執持種子，也就是說，任何時候它都在作用，這樣的話，哪有什麼來去？「無名、無相」，名和相都是由覺知心的觀察而建立的，一真法界遠離覺知分別，所以沒有名、相可言。「實無所有」，這個唯一實相中，統統不可分別，無有一法可得。「無量無邊」，整個就是一真法界，不可能去丈量計算，當然就沒有數量、邊界可說。「無礙無障」，跟前面一樣，整個都是一真法界，怎麼會有障礙？不過，這裡其實也在講第八識圓通無礙的了別性，它了別根身、器界、種子，沒有任何距離、障礙可言。比如，當一個人發起了菩提心，十方世界所有眾生的第八識都能感應到，《金剛經》有一句「爾所國土中，所有眾生，若干種心，如來悉知」，這不就是無量無邊、無障無礙嗎？

「但以因緣有，從顛倒生故說」，之前都在描述勝義諦，這裡就講世俗諦了。「以因緣有」，從因緣上來講，三界萬法都是依第八識而有，以第八識為因，所以說三界萬法都是因緣有法。「從顛倒生故說」，但是，因為眾生不了解這個真相，有共同的業力與各別的妄想，所以便有三界有法的相、名、分別的建立，佛菩薩只好隨順世間的相、名、分別，運用語言文字來教化眾生，讓他們離開三界萬法的繫縛。「常樂觀如是法相，是名菩薩摩訶薩第二親近處。」這就是佛再次總結，要你修習真如三昧，這個般若慧是第二親近處。你有沒有注意到，前面行處的第二條，是「又復於法無所行，而觀諸法如實相，亦不行不分別」，也是在講這個，可見般若智慧的重要性。

總的來說，第一親近處強調戒律，第二親近處強調定慧等持。

以上的行處和親近處，就是四安樂行中的第一安樂行。佛接著說重頌來總結。

爾時世尊欲重宣此義，而說偈言：

「若有菩薩，	於後惡世，	無怖畏心，	欲說是經，
應入行處，	及親近處。	常離國王，	及國王子、
大臣官長，	兇險戲者，	及旃陀羅、	外道梵志。
亦不親近，	增上慢人，	貪著小乘、	三藏學者，

這和經文說的一樣。這裡的「三藏學者」是指小乘學人。

破戒比丘，	名字羅漢，	及比丘尼，	好戲笑者，
深著五欲，	求現滅度，	諸優婆夷，	皆勿親近。

這一條比經文說得詳細。佛叫出家的菩薩法師不要親近破戒的出家人、假名阿羅漢和異性出家人，也不要親近喜歡戲笑玩耍、貪著五欲，或那些期求現世滅度的異性在家居士。

若是人等，	以好心來，	到菩薩所，	為聞佛道。
菩薩則以，	無所畏心，	不懷悵望，	而為說法。
寡女處女，	及諸不男，	皆勿親近，	以為親厚。
亦莫親近，	屠兒魁膾，	畋獵漁捕，	為利殺害，
販肉自活，	街賣女色，	如是之人，	皆勿親近。
兇險相撲，	種種嬉戲，	諸姪女等，	盡勿親近。
莫獨屏處，	為女說法，	若說法時，	無得戲笑。
入里乞食，	將一比丘，	若無比丘，	一心念佛。
是則名為，	行處近處，	以此二處，	能安樂說。

這裡就提到「街賣女色」、「諸姪女等」，也就是色情業者和貪著淫欲的異性。「入里乞食，將一比丘，若無比丘，一心念佛」，這是佛告訴你，如果你是出家人，出去乞食時最好跟別的比丘一起去，實在沒有人、只好一個人去的情況下，也要一心念佛。這裡的念佛，我們讀了這一部分就應該知道，是以實相念佛為最善，也就是「觀一切法空，如實相」；如果你實在不懂得實相念佛的道理，也可以用稱名念佛或觀想念佛。

又復不行，	上中下法，	有為無為，	實不實法，
亦不分別，	是男是女。	不得諸法，	不知不見，
是則名為，	菩薩行處。	一切諸法，	空無所有，

無有常住，	亦無起滅，	是名智者，	所親近處。
顛倒分別，	諸法有無，	是實非實，	是生非生。
在於閑處，	修攝其心，	安住不動，	如須彌山。
觀一切法，	皆無所有，	猶如虛空，	無有堅固。
不生不出，	不動不退，	常住一相，	是名近處。

「一切諸法，空無所有，無有常住，亦無起滅」，如果你認為這是說「一切有為法都是無常，所以空無所有」，雖然對前三句而言說得過去，但你要看到後面還有一句「亦無起滅」。這裡的「起滅」是指無常法的起滅。其實，這四句偈是在描述勝義諦的真如境界，後面的「不生不出，不動不退，常住一相」也是如此。其中的「常住一相」是超越常、無常的常住一相。前面講過，勝義諦境界中，沒有法相分別可得，所以也沒有常住法、無常法可說。另外，如果有人只憑這個「無有常住」，就以為《法華經》反對有常住法的存在，他就誤會得更遠了。

若有比丘，	於我滅後，	入是行處、	及親近處，
說斯經時，	無有怯弱。	菩薩有時，	入於靜室，
以正憶念，	隨義觀法。	從禪定起，	為諸國王、
王子臣民、	婆羅門等，	開化演暢，	說斯經典，
其心安隱，	無有怯弱。	文殊師利！	是名菩薩，
安住初法，	能於後世，	說法華經。	

以上是第一安樂行的內容。如果後世有出家菩薩能夠依教行事，別人就很難障礙他，大眾也會認為他是清淨的修行人，願意聽他說法。這樣，他就能遠離怯弱憂惱，自在地演說《法華經》。

「又，文殊師利！如來滅後，於末法中欲說是經，應住安樂行。若口宣說、若讀經時，不樂說人及經典過。亦不輕慢諸餘法師，不說他人好惡、長短。於聲聞人，亦不稱名說其過惡，亦不稱名讚歎其美，又亦不生怨嫌之心。善修如是安樂心故，諸有聽者不逆其意，有所難問，不以小乘法答，但以大乘而為解說，令得一切種智。」

接著，佛講四安樂行中的第二安樂行。前面說第一安樂行的時候，沒有指明時代，這裡就明白講「於末法中欲說是經」。我們現在就是末法時代。末法時代，諍訟特別多，同樣是修行人，對經典的解讀不盡相同，也就是說，大家在法義上有很大分歧，所以，僧團之間表面上相安無事，實際上並不和睦，甚至互相攻擊、

拆台。這個末法時代大概會持續一萬年左右，最後的幾十年，法諍最激烈，然後佛教的正法和經典全部滅盡。《無量壽經》說：「當來之世，經道滅盡。我以慈悲哀愍，特留此經止住百歲。」可能《無量壽經》還會再住世一百年。之後，直到彌勒佛出世，這個世界才會再有佛教正法。

佛就告訴我們，在這樣的末法時代，菩薩在宣說《法華經》時應該注意哪些事情。「若口宣說、若讀經時，不樂說人及經典過」，說法時、讀經時，不要經常去指摘別人的過失和經典的錯誤。「樂」是指特別喜歡，所以，佛這裡並不是叫我們完全不能說。有些經根本就是偽經，還有些經有翻譯上的錯誤，碰到這種情況，你就要講出來，這是不得已的。而且，有些經典說的是不了義法，比如前面的「女人身有五障」，我們按照「依了義法，不依不了義法」的原則，把相關的問題說清楚，這也符合佛陀的教法。

「亦不輕慢諸餘法師，不說他人好惡、長短」，「法師」，是指能演說正確佛法的人，沒有在家出家、男性女性之分。同樣是法師，大家都還沒成佛，肯定各有優缺點，如果有人智慧、修為不如你，你不能輕慢他，也不要多作評論。「於聲聞人，亦不稱名說其過惡，亦不稱名讚歎其美，又亦不生怨嫌之心」，對聲聞人，不要指名道姓地批評或稱讚他，也不要因為他是聲聞人而嫌棄他。因為，你批評他，別人會覺得你多管閒事，自以為是菩薩，批評人家聲聞人；你稱讚他，別人可能會因為你這個菩薩的稱讚，去親近他、跟他學法，結果學的是聲聞法；他雖然是聲聞人，但將來一定會成佛，你如果著相去嫌棄他，就背離了《法華經》的教旨。「善修如是安樂心故，諸有聽者不逆其意，有所難問，不以小乘法答，但以大乘而為解說，令得一切種智。」你如果能這樣善行第二安樂行，大家就不會對你有壞印象，願意來親近你、聽你說法，如果他們問你問題，你要盡量用大乘法來方便解答，引導他們趨入大乘。

爾時世尊欲重宣此義，而說偈言：

「菩薩常樂，	安隱說法，	於清淨地，	而施床座。
以油塗身，	澡浴塵穢，	著新淨衣，	內外俱淨，
安處法座，	隨問為說。		
若有比丘，	及比丘尼，	諸優婆塞，	及優婆夷，
國王王子、	群臣士民，	以微妙義，	和顏為說。
若有難問，	隨義而答，	因緣譬喻，	敷演分別。
以是方便，	皆使發心，	漸漸增益，	入於佛道。

除懶惰意，	及懈怠想，	離諸憂惱，	慈心說法。
晝夜常說，	無上道教，	以諸因緣、	無量譬喻，
開示眾生，	咸令歡喜。	衣服臥具，	飲食醫藥，
而於其中，	無所悵望。	但一心念，	說法因緣，
願成佛道，	令眾亦爾。	是則大利，	安樂供養。
我滅度後，	若有比丘，	能演說斯，	妙法華經。
心無嫉恚，	諸惱障礙，	亦無憂愁，	及罵詈者，
又無怖畏，	加刀杖等，	亦無擯出，	安住忍故。
智者如是，	善修其心，	能住安樂，	如我上說。
其人功德，	千萬億劫，	算數譬喻，	說不能盡。

重頌說得比較詳細。簡單來說，你要在清淨的地方，以清淨的身相說法。無論誰來聽法，你都要和顏悅色地為他們方便說法，不要懷有懈怠、憂惱、怖畏之心，要常常想：「這些人能來聽法，是很不容易的。我要盡我所能，用種種方便善巧讓他們入於佛道。」如果你能以這樣的慈悲心和方便力在末法中弘宣《法華經》，不僅能夠利益眾生，自己也會成就無量的功德。

「又，文殊師利菩薩摩訶薩！於後末世法欲滅時，受持、讀誦斯經典者，無懷嫉妬謔誑之心，亦勿輕罵學佛道者，求其長短。若比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，求聲聞者、求辟支佛者、求菩薩道者，無得惱之，令其疑悔，語其人言：『汝等去道甚遠，終不能得一切種智。所以者何？汝是放逸之人，於道懈怠故。』又亦不應戲論諸法，有所諍競。當於一切眾生起大悲想，於諸如來起慈父想，於諸菩薩起大師想，於十方諸大菩薩，常應深心恭敬禮拜。於一切眾生，平等說法，以順法故，不多不少，乃至深愛法者，亦不為多說。」

接下來是第三安樂行。在第二安樂行裡，佛說的是「末法時代」，現在是「於後末世法欲滅時」，也就是末法時代的後期、佛法快要滅盡的時候。這時的事態更加嚴峻，跟你見解不同，來毀罵打擊你的人更多。你要知道，現在還只是末法時代的初期，就已經有佛教徒說《法華經》等等大乘經是偽經了，但大多數佛教徒仍然願意信受，所以你現在讀誦、宣說《法華經》，一般沒有什麼阻力，而且會有很多人隨喜讚嘆。但是，到了末法時代的後期，說不定十個佛教徒裡就有九個不信，你說你在讀《法華經》，可能會被一大群道友恥笑，說你在學外道法；你宣說《法華經》，可能更被扣上「附佛外道」、「邪魔歪道」甚至「一闡提」

的帽子。所以，你如果在這種環境下護持《法華經》，面臨的困難比現在還要大得多，佛這裡就告訴你要做好第三安樂行。

首先，「受持、讀誦斯經典者，無懷嫉妬諂誑之心」，如果你信受《法華經》，覺得這確實是無上法寶，在那個時代裡，你這種人是相當難得的，但是，你不要懷有嫉妒、諂誑之心。比如說，有的佛教徒不信受這部經，甚至說這是偽經，但他的名氣很大，受到大眾的尊敬和供養，你就不要忿忿不平，覺得「我才是真菩薩，他們應該來供養我」，你要安忍。「諂誑」，「諂」和「諂」兩個字意思不同，但字形相似，很容易誤寫，大部分的佛經，包括《添品妙法蓮華經》都作「諂誑」，所以這裡依「諂誑」來解釋。「諂」，是諂媚、拍馬屁。佛門裡的諂，主要是巴結有錢、有身分的人以得到名聞利養；而最嚴重的諂媚，是為了一己之私，亂蓋冬瓜印，把沒有開悟、沒有正見的人推許為高僧大德，甚至推舉成佛。「誑」，是欺騙，包括大妄語：明知道自己沒有德行，還偽裝成得道高僧的樣子招搖撞騙。諂媚和欺騙，都是為了名聞利養，所以這兩個字常常在佛經中一起出現。

我們要知道，隱瞞自己的過失，也是欺騙的一種。有的修行人會刻意隱瞞自己的缺點和過失，扮出一副大德的樣子來博取大眾的信賴，就算你是信受《法華經》的菩薩，也不能用這種方式來弘法。學佛人應該質直純樸，是什麼樣就什麼樣，你把缺點隱藏起來，在人前扮大德，等於是在欺騙人家。而且，關鍵在於，你這樣是在逃避自己的缺點—在人前裝模作樣的時間久了，你很容易真的以為自己很有德行；在人們的讚美聲中，你也會覺得這些缺點都是小問題，還有更多重要的事等著你去做—這樣，你就錯過了改正的機會。甚至當人家質疑你時，你不僅不反省自己，反而生起瞋心，覺得都是人家不對。但是，瞞得了一時，瞞不了一世，當你的完美形象破滅時，大家對你的信心就立刻土崩瓦解，就算你是真心想教化他們，教給他們的法也是對的，他們也很難再來親近你，對你的教法也會生起懷疑，甚至轉而毀謗。所以，這種做法是得不償失。

「亦勿輕罵學佛道者，求其長短」，對其他的修行人，不管他修的法門是否如法、是否究竟，你都不要起輕慢心，也不要輕易譴責人家。比如，有的人花錢買野生動物放生，造成濫捕濫殺和生態環境的破壞，你不要瞧不起人家，更不要過度譴責人家。你應該隨喜讚嘆他們的發心，讓他們生起歡喜心，再引導他們贊助環保公益事業，或者勸他們吃素，這樣既不會破壞環境，也可以達到放生的目的。

接下來，對在家、出家人，無論他們是哪一乘修行人，你都不要打擊他們的

信心，對他們說：「你們修行這麼懈怠，怎麼可能證果！我看你們都還差得遠，恐怕永遠都成不了佛吧！」這種話會讓他們產生疑悔，障礙他們的修行。就算他們再懈怠，你也不能打擊他們，因為在這個時代還願意修行，已經很不容易了，你應該守護他們，保持他們學佛的信心。「又亦不應戲論諸法，有所諍競」，你不要為了諍勝，用戲論來辯論法義。「戲論」，是違背真理的無意義的言論。

簡單來說，你弘法時要有善巧方便，也要注意修養。如果你不管看到什麼都指責、批評一通，不僅會增添其他修行人的對抗情緒，也會讓一般人覺得你很自負，不願意來親近你。反過來，你如果能做到上面講的這些，就能減少由人情、是非產生的障礙。所以，佛告訴我們，應該以大悲心對待一切眾生，把諸佛視作慈父，把諸菩薩視作大師，常常恭敬禮拜十方諸大菩薩，這樣就容易保持平和柔軟的心。「於一切眾生，平等說法，以順法故」，這還是告訴我們要觀察眾生的因緣，這樣才能隨順他們的根性，演說最契合的佛法。「不多不少」，要演說他恰恰能受用的法，不要講超過他接受範圍的，讓他聽不懂；也不要只講他老早就知道的，讓他覺得索然無味。「乃至深愛法者，亦不為多說」，就算是對恭敬渴求佛法的人，也不要講超過他層次的法，當然更不能明說密意，或者給予太過明顯的機鋒，以免使他陷入迷惘，這樣反而是障礙他。

「文殊師利！是菩薩摩訶薩，於後末世法欲滅時，有成就是第三安樂行者，說是法時，無能惱亂，得好同學共讀誦是經，亦得大眾而來聽受，聽已能持，持已能誦，誦已能說，說已能書、若使人書，供養經卷，恭敬、尊重、讚歎。」

這一段是佛告訴我們成就第三安樂行的功德。如果菩薩摩訶薩能在佛法將滅時，依照第三安樂行來弘法，就沒有人能惱亂他。他會得到很好的同修道友，也能吸引大眾前來聽經。大家聽了菩薩的說法後，也會生起很大的信心，願意受持、讀誦、書寫、供養這部《法華經》。

爾時世尊欲重宣此義，而說偈言：

「若欲說是經，	當捨嫉恚慢、
諂誑邪偽心，	常修質直行。
不輕蔑於人，	亦不戲論法，
不令他疑悔，	云汝不得佛。
是佛子說法，	常柔和能忍，

慈悲於一切， 不生懈怠心。
十方大菩薩， 愍眾故行道，
應生恭敬心， 是則我大師。
於諸佛世尊， 生無上父想，
破於憍慢心， 說法無障礙。
第三法如是， 智者應守護，
一心安樂行， 無量眾所敬。

這個重頌不用解釋了。

「又，文殊師利！菩薩摩訶薩，於後末世法欲滅時，有持是《法華經》者，於在家、出家人中生大慈心，於非菩薩人中生大悲心，應作是念：『如是之人，則為大失。如來方便隨宜說法，不聞不知不覺、不問不信不解，其人雖不問不信不解是經，我得阿耨多羅三藐三菩提時，隨在何地，以神通力、智慧力引之，令得住是法中。』」

「文殊師利！是菩薩摩訶薩，於如來滅後，有成就此第四法者，說是法時，無有過失，常為比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷、國王、王子、大臣、人民、婆羅門、居士等，供養恭敬、尊重讚歎。虛空諸天，為聽法故亦常隨侍。若在聚落、城邑、空閑林中，有人來欲難問者，諸天晝夜常為法故而衛護之，能令聽者皆得歡喜。所以者何？此經是一切過去、未來、現在諸佛神力所護故。文殊師利！是《法華經》，於無量國中，乃至名字不可得聞，何況得見受持讀誦？」

這是第四安樂行，也是末法時代後期的菩薩特別要注意的。簡單來說，信持《法華經》的菩薩，對在家、出家的修行人都要起大慈心，對還不是菩薩的人要生起大悲心，他要常常這樣想：「這些眾生太可憐了！這麼好的一乘佛法，有的人無緣聽聞，有的人聽了也不信受。願我將來成佛時，成就無量的方便善巧，不論他們身在哪裡，都用神通力和智慧力來導引化度，讓他們安住於唯一佛乘。」這就是第四安樂行。

如果菩薩成就了這第四安樂行，他演說《法華經》就不會有過失，而且能得到大眾的尊重和供養，這是因為他常常懷著慈悲心，大家也都感應得到。這位菩薩會成就很大的功德，甚至天人也為了聽聞妙法來守護他。而且，不管他在哪裡說法，聽者都會歡喜信受。為什麼呢？因為三世諸佛都加持、護佑著這部《法華

經》。

佛又告訴我們，很多佛國土，連這部經的名字都聽不到，更不用說見聞經句、受持讀誦了。所以，我們現在能夠聽聞到《法華經》，真是非常殊勝稀有。

這段經文也是在說，真正的《法華經》（第八識）是沒有名字的，當然更不可能聞見，乃至受持讀誦。要是你能夠透過第八識所顯的作用，找到這個不能聞見的第八識心體，從而通達一切法無見無聞、各各不相知，你才算真正懂得《法華經》。

接著，世尊用譬喻來形容《法華經》的珍貴稀有。

「文殊師利！譬如強力轉輪聖王，欲以威勢降伏諸國，而諸小王不順其命，時轉輪王起種種兵而往討罰。王見兵眾戰有功者，即大歡喜，隨功賞賜，或與田宅、聚落、城邑；或與衣服、嚴身之具；或與種種珍寶：金、銀、琉璃、車璩、馬腦、珊瑚、虎珀，象馬車乘，奴婢人民。唯髻中明珠，不以與之。所以者何？獨王頂上有此一珠，若以與之，王諸眷屬必大驚怪。

譬如轉輪聖王要統一天下，碰到不願歸順的國家，他會起兵討伐。戰爭結束後，大王會獎賞立下戰功的將士，田宅城池、衣服裝飾、金銀珠寶、象馬車乘、奴婢勞力，這些都可以隨意賞賜；只有髮髻中的明珠，大王不會輕易送人。因為這顆明珠只有轉輪聖王頭上才有，如果輕易給了別人，身邊的眷屬一定會大為驚怪。

轉輪聖王分為金輪聖王、銀輪聖王、銅輪聖王和鐵輪聖王四種，管轄的國土大小和出世時的人壽長短都不一樣。所有的轉輪聖王，都在人壽兩萬歲以上的增劫中出生，增劫是人的平均壽命由十歲慢慢增長到八萬四千歲的這段時間。也就是說，轉輪聖王的出生要看眾生的福德，人壽是眾生福德的一大象徵。金輪聖王在人壽八萬四千歲時出世，管轄四大部洲，他有一個金色的輪寶。四大部洲的這些小國王，只要聽到金輪聖王出世了，都會主動來歸順，根本不需要討伐，也不用宣傳。銀輪聖王在人壽六萬歲時出世，管轄三個部洲，他要派使者去宣傳，其它的小國才會來歸順。銅輪聖王在人壽四萬歲時出生，管轄兩個部洲，他要用軍事威脅，派大軍壓近國境，才能讓小國歸順。鐵輪聖王在人壽兩萬歲時出世，管轄一個部洲，他得親自去討伐，通過戰爭才能降伏其它國家。

「文殊師利！如來亦復如是，以禪定智慧力得法國土，王於三界，而

諸魔王不肯順伏。如來賢聖諸將與之共戰，其有功者，心亦歡喜，於四眾中為說諸經，令其心悅，賜以禪定、解脫、無漏根力、諸法之財，又復賜與涅槃之城，言得滅度，引導其心，令皆歡喜，而不為說是《法華經》。

如來也是一樣，他以禪定、智慧成就一個法國土，為三界法王。但是，仍有魔王不肯順服，擾亂世間，佛就帶領弟子們一同降伏魔軍。對那些有戰功的人，佛會說法給他們聽，讓他們得到禪定、解脫、無漏根力和諸法之財，又賜與他們涅槃之城，令他們歡喜，但不會為他們演說《法華經》。「諸法之財」有很多，比如三十七道品裡的七覺支、五根、五力等等。「又復賜與涅槃之城，言得滅度，引導其心，令皆歡喜」，這個涅槃是指二乘的涅槃，也就是之前講的化城。看得出來，這裡講的主要還是聲聞人。魔有四種，這裡的「魔王」明顯不是指天魔，因為佛不可能去跟魔打仗，具體指什麼下一段會講。

這一段譬喻表達的是：《法華經》是佛最重要的法藏，除此之外已經沒有更奧秘的法可以說了，所以佛不會輕易宣說《法華經》。

「文殊師利！如轉輪王，見諸兵眾有大功者，心甚歡喜，以此難信之珠，久在髻中不妄與人，而今與之。如來亦復如是，於三界中為大法王，以法教化一切眾生。見賢聖軍，與五陰魔、煩惱魔、死魔共戰，有大功勳，滅三毒，出三界，破魔網，爾時如來亦大歡喜。此《法華經》，能令眾生至一切智，一切世間多怨難信，先所未說而今說之。文殊師利！此《法華經》，是諸如來第一之說，於諸說中最高為甚深，末後賜與，如彼強力之王久護明珠，今乃與之。文殊師利！此《法華經》，諸佛如來祕密之藏，於諸經中最在其上，長夜守護不妄宣說，始於今日乃與汝等而敷演之。」

不過，對轉輪聖王而言，如果真的有立下奇功的將士，他一高興，也會把髻中這顆稀有的寶珠賞賜出去。如來也是一樣，當他看到這麼多弟子英勇地降伏了眾魔，非常歡喜，就會為大眾演說這部難得值遇的《法華經》。這部經能引導一切眾生得成佛果，是最深細、最貴重的經典，因為世人很難生信、多有毀謗，所以諸佛如來一直仔細守護著這個祕密的法藏，不輕易對人宣說。現在，佛不久將入涅槃，是演說的時候了。

上一段的「諸魔王」，就是指五陰魔、煩惱魔和死魔—如果不知道「五陰非我、不異我、不相在」的道理，眾生就會執著在五陰上，這種無明的煩惱還會派生出各種其它煩惱，使眾生流轉於生死，不得解脫。總的來說，這三者都會損害

眾生慧命，障礙眾生解脫，所以稱之為魔，屬於內魔；而天魔，也就是他化自在天的天人，屬於外魔。真正能障礙修行人的，其實還是內魔。

這一段就是佛告訴我們，為什麼要到最後關頭才演說《法華經》。因為你一旦懂得《法華經》的真實義，就會立刻超越佛與眾生的差別相，不會再像以前那樣推崇世俗諦的教法，也不會再執著於成佛、度眾生這些表相了。

至此，第四安樂行就都講完了。

爾時世尊欲重宣此義，而說偈言：

「常行忍辱，	哀愍一切，	乃能演說，	佛所讚經。
後末世時，	持此經者，	於家出家，	及非菩薩，
應生慈悲，	斯等不聞，	不信是經，	則為大失。
我得佛道，	以諸方便，	為說此法，	令住其中。

這是第四安樂行的內容。

譬如強力，	轉輪之王，	兵戰有功，	賞賜諸物，
象馬車乘，	嚴身之具，	及諸田宅，	聚落城邑，
或與衣服，	種種珍寶，	奴婢財物，	歡喜賜與。
如有勇健，	能為難事，	王解髻中，	明珠賜之。

這還是轉輪聖王的那個譬喻。最後一偈就說，如果確實有立下奇功的勇士，大王還是會解下髻中的明珠賞賜給他。

如來亦爾，	為諸法王，	忍辱大力，	智慧寶藏，
以大慈悲，	如法化世。	見一切人，	受諸苦惱，
欲求解脫，	與諸魔戰。	為是眾生，	說種種法，
以大方便，	說此諸經。	既知眾生，	得其力已，
末後乃為，	說是法華。	如王解髻，	明珠與之。
此經為尊，	眾經中上，	我常守護，	不妄開示，
今正是時，	為汝等說。		

「既知眾生，得其力已，末後乃為，說是法華」，對這些志求解脫的眾生，佛先以種種方便教化使他們得到自在，最後再講《法華經》，引導他們入於佛道。

我滅度後，	求佛道者，	欲得安隱，	演說斯經，
應當親近，	如是四法。	讀是經者，	常無憂惱，
又無病痛，	顏色鮮白，	不生貧窮、	卑賤醜陋。
眾生樂見，	如慕賢聖，	天諸童子，	以為給使。
刀杖不加，	毒不能害，	若人惡罵，	口則閉塞。
遊行無畏，	如師子王，	智慧光明，	如日之照。
若於夢中，	但見妙事。	見諸如來，	坐師子座，
諸比丘眾、	圍繞說法。	又見龍神、	阿修羅等，
數如恒沙，	恭敬合掌，	自見其身，	而為說法。
又見諸佛，	身相金色，	放無量光，	照於一切，
以梵音聲，	演說諸法。	佛為四眾，	說無上法，
見身處中，	合掌讚佛，	聞法歡喜，	而為供養，
得陀羅尼，	證不退智。	佛知其心，	深入佛道，
即為授記，	成最正覺：	『汝善男子！	當於來世，
得無量智，	佛之大道。	國土嚴淨，	廣大無比。』
亦有四眾，	合掌聽法。	又見自身，	在山林中，
修習善法，	證諸實相，	深入禪定，	見十方佛。

如果後世的菩薩能成就這四安樂行，將會得到很大的利益，甚至能在夢中蒙佛授記。這裡說的各種利益，文字不難，你可以自己看。

諸佛身金色，	百福相莊嚴，
聞法為人說，	常有是好夢。
又夢作國王，	捨宮殿眷屬，
及上妙五欲，	行詣於道場。
在菩提樹下，	而處師子座，
求道過七日，	得諸佛之智。
成無上道已，	起而轉法輪，
為四眾說法，	經千萬億劫，
說無漏妙法，	度無量眾生。
後當入涅槃，	如烟盡燈滅。
若後惡世中，	說是第一法，
是人得大利，	如上諸功德。」

剛才說夢中得佛授記，這裡又用一段五字偈描述成佛和般涅槃的夢境。如果你真的做了這種夢，也是佛菩薩在用神通力鼓勵、加持你，讓你更加精進修行。

總之，發心在惡世宣說《法華經》的菩薩，都要儘量按這四安樂行來做，這樣他的弘法會更順利，成就的功德也更多，從而得以漸漸趨近佛道，最終成佛。

佛陀最後的遺教

——《大般涅槃經》略解（九）

呂真觀 講述 / 甄不棄 記錄

時間：2012年6月10日

地點：武漢市隱形人咖啡館

編輯按：《大般涅槃經》讀本下載處：<http://1drv.ms/1eTltTF>。

名字功德品第三

爾時如來復告迦葉：「善男子！汝今應當善持是經文字章句所有功德，若有善男子、善女人聞是經名生四趣者，無有是處。何以故？如是經典乃是無量無邊諸佛之所修習。所得功德，我今當說。」

這時，佛陀又對迦葉菩薩講：「你們現在應該好好受持這部經典的文字章句，如果有人聽到這部經的經名——《大般涅槃經》，就不會生到阿修羅、畜生、餓鬼、地獄四趣了。」

所以今天大家應該很高興，你已經聽到《大般涅槃經》的經名了，而且不但聽到經名，還聽了這部經典的解釋。光是聽到《大般涅槃經》的經名就不會墮入阿修羅、畜生、餓鬼、地獄，也就是說，至少可以保證未來世你可以出生在「人」和「天」這兩種善趣。

這是為什麼呢？這是因為「如是經典乃是無量無邊諸佛之所修習」，過去、現在、未來一切的佛都要修習這部經典的法義。接下來，本師釋迦牟尼佛就要來

宣說：修習這部經典所能夠得到的功德。

迦葉菩薩白佛言：「世尊！當何名此經？菩薩摩訶薩云何奉持？」

佛告迦葉：「是經名為《大般涅槃》，上語亦善，中語亦善，下語亦善，義味深邃，其文亦善，純備具足清淨梵行，金剛寶藏滿足無缺。汝善諦聽，我今當說。」

迦葉菩薩問：「世尊！這部經叫什麼？菩薩要怎麼修持這部經典？」

佛陀講「這部經叫《大般涅槃經》」。「上語亦善，中語亦善，下語亦善」說明這部經裡面的法義還是會分等第的：上等的法義，中等的法義，下等的法義，就算是下等的部分也是非常好的。不過，要是你有智慧，你就會依照「依了義不依不了義」的原則，挑出上等的部分來修持。

「義味深邃」表示這部經典很深奧。「其文亦善，純備具足清淨梵行」，連文字都非常的優雅，如果能夠依照其中的義理修習，最終一定能夠具足清淨梵行。

「金剛寶藏滿足無缺」，「金剛」一般是指能藏的心體，能夠記錄善惡業行及果報。「金剛寶藏」就是指第八識所含藏種子的一切功能差別。懂得了它，就會證「一切種智」。「一切種智」是佛世尊才有的智慧。所以「金剛寶藏滿足無缺」就等於是說：到最後你會因為福德與智慧的圓滿成就而究竟成佛。

「汝善諦聽，我今當說。」所以現在大家要仔細聽，佛世尊就要跟大家宣說了。

「善男子！所言大者，名之為常，如八大河悉歸大海，此經如是，降伏一切諸結煩惱及諸魔性；然後要於大般涅槃放捨身命，是故名曰《大般涅槃》。」

《大般涅槃經》第一個字「大」的意思是說：它是常住的。就好像八大河全部都流歸到大海，所以大海是最大的，八大河都是小的。這部經也是一樣，它能夠降伏一切諸結煩惱及諸魔性。「結」的字面意思是繩結，把繩子打成結就象徵著繫縛、煩惱。所以這裡的「結」就是「煩惱」的意思，「魔性」也是指煩惱。這部經能夠把一切的煩惱、魔性全部都降伏。

「然後要於大般涅槃放捨身命」，最後要在大般涅槃時放捨身命。有人看到「放捨身命」就嚇壞了，他不想死啊！但是出世間聖賢會說：「你就是因為不想

死，才會有大麻煩。」《道德經》在這一點上講得很準確：人所以會有種種的憂患，是因為有身、有生命。佛教也這麼認為。「身」和「命」都是法相，執著在這上面就一定會有後有，三界的煩惱都叫「後有」。要放捨身命才可以證得涅槃。

佛教十二緣起的最後一支是「老死」，在「老死」的後面還會接著講「如是憂悲苦惱大苦聚集」，所以「老死」代表附屬於生命的一切煩惱。「老死」的前一支是「生」，意思是：一定要有出生，才會有附屬於生命的一切煩惱。你想想看，哪個煩惱不是因為先有一個生命呢？如果沒有出生，會有肚子餓的煩惱嗎？會有找工作的煩惱嗎？會有求偶的煩惱嗎？所以，既然是附屬於生命的煩惱，那麼它就一定要先有出生。

有一部電影叫做《蝴蝶效應》（第一部）。電影中的男主角有很多煩惱，他最終明白過來：只要自己一出生就會給很多人帶來不幸。所以最後他乾脆讓自己在快要出生的那一刻被臍帶勒死，根本沒有出生，因此也就沒有了因出生而造成的一切煩惱。這個結局是導演版的情節。剪輯好之後，他們找觀眾來試看，發現觀眾受不了這樣的情節：「連人都沒有出生，那還玩什麼呢？」後來導演才把結局修改了。因為男、女主角相愛造成了一大堆問題，男主角明白是因為自己和女主角的相愛才引發了一切的煩惱，所以導演就把結局改為當女主角第一次接近他的時候，儘管那時兩個人都還很小，他就恐嚇她說：「你給我滾蛋，再靠近我，我就把你殺掉。」結果那個小女孩哭哭啼啼地離開了。他們因此也就沒能相愛，於是一大堆的煩惱也都沒有發生。這就是正式放映的院線版結局。

其實導演版是比較符合佛教義理的，但是一般人接受不了沒有生命。如果永遠不來三界出生，那是什麼？（有人說：涅槃。）是「無餘涅槃」。很多學佛人聽說「涅槃就是不再有生命」，都接受不了。同樣，你一開始來學佛，找到一個師父，結果師父跟你說：「學佛最後的目的就是涅槃，涅槃就是永遠不會有生命——無生。」大部分人一聽到這樣的佛教的涅槃就心想：「算了，我還是不要學了。」（大眾笑。）還好，佛教中有四種涅槃，只有小乘所取證的「無餘涅槃」才是永遠不再有生命，而另外的「有餘涅槃」、「本來自性清淨涅槃」和佛世尊所證的「無住處涅槃」，生命還是可以繼續存在的。

「放捨身命」不一定是指自殺。像阿羅漢自殺雖然也是其中一種，但是如果沒有證得阿羅漢，自殺也沒用，因為一定還會有後有。假設有人因為欠人家錢，或是被女朋友拋棄、做生意失敗等等原因，想要用死來終結煩惱和痛苦。但是，以佛教的道理來講，他的煩惱和痛苦並不能因此解決掉。佛教講「業」，只要業

力還在，死掉以後就還會有未來世的生命。他雖然在這一世自殺了，但一定還會去投胎，投胎以後的狀況可能還會更糟糕，因為他這一世是選擇一種不負責任的方式來處理自己的煩惱。以佛法的道理來講，一個欠債的人最好是想辦法把錢還掉，即使不能完全還掉，也要能還多少算多少，還掉一點，業就減輕一點。如果選擇自殺，這些錢將來還是得還，死是沒有辦法解決問題的。所以，如果沒有證得阿羅漢果，自殺也是沒有用的。

修學大乘法的人，那就更不能自殺了。因為學大乘法的目標，是讓自己和一切眾生都能夠成佛，自殺違背了利樂眾生的本願。

所以，放下對於身體和生命的執著，才是真正的「放捨身命」。那麼，怎樣才可以做到這一點呢？如果你知道了《心經》中「諸法空相」的道理，以大乘法的角度來說，這就是放捨身命了。因為你知道，「身體」、「生命」其實都是第八識流注種子所現起的功能差別，又何必執著呢？有煩惱就有煩惱，又有什麼關係呢？欠錢就去還錢，暫時還不了，可以和債主商量一下：「我已經找到工作了，以後慢慢還，你不要再逼我了，把我逼死了也沒什麼好處嘛！」（大眾笑）被女朋友拋棄的，也不用難過，再去找一個，這樣還可以多度一個人，不是很好嗎？

「善男子！又如醫師有一祕方，悉攝一切所有醫方。善男子！如來亦爾，所說種種妙法祕密深奧藏門，悉皆入此大般涅槃，是故名為《大般涅槃》。」

這裡佛陀還是在講這部經的功德。就好像醫生有一個祕方，能夠把其他的醫療祕方全部含攝在內，也就表示這個祕方可以治癒所有的疾病。佛陀也是一樣，他所說的種種奧妙佛法也全部入於大般涅槃，所以這部經叫做《大般涅槃經》。

所有的佛法全部都收入這裡，你覺得它應該是什麼？唯識經典裡有一句話說得很好，「三界唯心，萬法唯識」，三界當中的諸法全部都是第八識流注種子所現起的功能差別。成佛的智慧就是「一切種智」，「一切種智」也就是能夠了知第八識一切種子的功能差別。既然全部的佛法都入於大般涅槃，也就表明，《大般涅槃經》所要宣說的一定是一切種子的智慧，是一切功能差別所顯示出來的義理。

「善男子！譬如農夫春月下種，常有希望；既收果實，眾望都息。善男子！一切眾生亦復如是，修學餘經常希滋味，若得聞是大般涅槃，希望餘經所有滋味悉皆永斷；是大涅槃，能令眾生度諸有流。善男子！如諸跡

中，象跡為最；此經如是，於諸經三昧，最為第一。善男子！譬如耕田，秋耕為勝；此經如是，諸經中勝。善男子！如諸藥中醍醐第一，善治眾生熱惱亂心；是大涅槃，為最第一。

就好比農夫在春天播種，一定希望將來能夠得到收成。等到成功收穫了，原來的期待當然就沒有了，因為願望已經成就了。同樣的道理，眾生修學佛法，比如修學《阿含經》，雖然也是佛經，但學了之後總覺得還不夠，因為有些經典的義理沒有辦法讓他成佛，但是《大般涅槃經》的義理是可以讓你究竟成佛的。成佛之後就成為三界人天的導師，具足圓滿智慧與福德，還會有什麼不能夠滿足的？

又好比一切動物的足跡中，大象的足跡是最大的。一頭小鹿或小羊，踩出的足跡只有一點點，但是大象一踩下去足跡特別大。同樣的道理，與其他的佛經比起來，《大般涅槃經》是第一的、最好的。

又好比在秋天耕田收穫最多。同樣的道理，這部經也是諸經中最好的、最殊勝的。

又好比在所有的藥當中醍醐是最好的，它能夠治百病。同樣的道理，所有的佛法義理當中，最好的是《大般涅槃經》，它能夠除掉你一切的煩惱病，直至讓你究竟成佛。

其實，佛陀在《法華經》裡也講過同樣的話：所有的佛經裡面《法華經》是最好的。如果你很執著於文字，就會疑惑：「佛陀啊！您怎麼這樣，在講《法華經》的時候，《法華經》就是最好的，現在講《大般涅槃經》，《大般涅槃經》又是最好的。到底哪部經才是最好的？」但如果你懂得什麼叫做「經」，就不會覺得疑惑了。

《法華經》是可以讓眾生成佛的義理。《大般涅槃經》是講讓你證得究竟涅槃（無住處涅槃）的義理。這個義理都是一樣的，都是了達一切種子功能差别的智慧，也就是「一切種智」。只要是能夠讓你證一切種智的經典，統統都是第一的、最好的，不能再去分等了。所以你不要說：「我一定要最高的。」最高的就是它，沒有辦法更高了。

我們學佛，從大乘見道開始就認識了第八識，從那時候開始，一直到究竟成佛，中間都要觀察種子的功能差別，觀察它們如何成就三界萬法。所以，大乘見

道的「根本智」，以及隨後所證的「後得智」或「差別智」，初地以上聖種性菩薩的「道種智」，其實也是佛地的一切種智，只不過不究竟而已。所以，「一切種智」有廣狹二義，狹義的「一切種智」指究竟佛的智慧，廣義的「一切種智」則包括大乘見道以後所證的智慧。大乘經典中講到「此經」，往往指的是廣義的一切種智。

「善男子！譬如甜酥，八味具足；大般涅槃亦復如是，八味具足。云何為八？一者常，二者恆，三者安，四者清涼，五者不老，六者不死，七者無垢，八者快樂，是為八味具足；具足八味，是故名為《大般涅槃》。」

印度有一種食物叫「甜酥」，它八味具足。「大般涅槃」也有八味，分別是「常、恆、安、清涼、不老、不死、無垢、快樂」。其實稍微簡略地概括就是「常、樂、我、淨」。因為具足八味，所以此經叫做《大般涅槃經》。

「若諸菩薩摩訶薩安住是中，復能處處示現涅槃，是故名為《大般涅槃》。」

「若諸菩薩摩訶薩安住是中」，就是安住在涅槃的清涼當中。這個涅槃是指大乘菩薩所證得的「本來自性清淨涅槃」。「復能處處示現涅槃」，「處處」就是每一個地方。如果菩薩摩訶薩能夠安住在此經的義理當中，就能夠在每一個地方都示現涅槃，所以此經叫做《大般涅槃經》。

比方說，我現在把拳頭舉起來搖一搖，問你：「這是什麼？」你不要回答「是拳頭」，也不要回答「是一個拳頭在擺來擺去」，這些都不是涅槃相。你要知道：「這是第八識流注種子所現起的功能差別。」這一法是第八識流注種子所現起的功能差別，整個三界的萬法也統統都是，統統都是種子。而以種子的觀念來看，本來就不生不滅，這不就是涅槃嗎？這不就是處處示現涅槃嗎？你如果懂得這個道理，任何時候都可以安住在涅槃當中。

「迦葉！善男子善女人，若欲於此大般涅槃而涅槃者，當如是學：如來常住，法僧亦然。」

佛陀接著說：「迦葉，你要知道，如果想要住在大般涅槃當中，一定要學《大般涅槃經》中的法義，也就是『佛、法、僧三寶，都是常住不滅的』。」常住的佛、法、僧，其實都是第八識。知道這個義理，才可以經常安住於大乘的涅槃境界當中。

迦葉菩薩復白佛言：「甚奇！世尊！如來功德不可思議；法僧亦爾，不可思議；是大涅槃，亦不可思議；若有修學是經典者，得正法門，能為良醫；若未學者，當知是人盲無慧眼，無明所覆。」

迦葉菩薩最後應和了佛陀的話，讚嘆佛、法、僧不可思議，大般涅槃不可思議。第八識流注種子會現起很多功德，多到數不清楚，乃至三界一切萬法都是第八識所現的功德。這個功德大到沒有辦法想像。天文學家最遠可以觀察150億光年的距離，這已經夠遠了，更遠的地方，用地球上的一切儀器都觀測不到。但如果你有神通，就可以到更遠的地方去，而這也是第八識流注種子所現起的功能差別。用意識思維去瞭解第八識有哪些功能差別是不可能的，所以說「不可思議」。

同樣的道理，大般涅槃也不可思議。因為大般涅槃也是第八識流注種子所現起的功能差別，你要安住在這裡面才是大般涅槃。你能夠修學這樣的經典——第八識的一切義理——就能夠得到正確的法門，可以成為良醫。「良醫」並不是說你可以幫人開藥方治感冒什麼的，而是指你能夠治眾生的煩惱病。如果不知道這樣學，你就是一個沒有慧眼的瞎子，還沒有離開無明的籠罩。

迴向

迴向本刊讀者及贊助者少病少惱、眷屬和樂、事業順利、智慧增長、速成菩提。

衣中寶珠

——雜阿含經隱藏的大乘法（六）

呂真觀 講述 / 編輯組 記錄整理

時間：2011年7月7日

地點：實證佛教研究中心

編輯按：文中註腳部分，如無特別說明，均為講述者所加。《雜阿含經論會編》讀本下載網址：<http://www.yinshun.org.tw/books/36/yinshun36-00.html> 或者 <http://sdrv.ms/Yz5lvy>。也可以參看簡體印行本：釋印順 會編，《雜阿含經論會編》（北京：中華書局，2011年）；或者正體印行本：釋印順 會編，《雜阿含經論會編》（臺北：正聞出版社，1983年。）

《雜阿含經》一五；一五（九）

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：「色無常，無常即苦，苦即非我，非我者亦非我所；如是觀者，名真實正觀。如是受、想、行、識無常，無常即苦，苦即非我，非我亦非我所；如是觀者，名真實正觀。聖弟子如是觀者，厭於色，厭受、想、行、識。厭故不樂，不樂故得解脫，解脫者真實智生：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。」

時諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

真實正觀

「色」就是「四大及四大所造色」。只要是物質和能量拼拼湊湊而成的東西，都叫「色」。色法是無常的；既然是無常，就會讓我們受苦；會讓我們受苦，就不是「我」。「苦即非我」這句話非常重要。因為它的反面就是說，有一個「我」是不受苦的。這在《實證佛教導論》中反覆提及。很多經典也都提到涅槃有四種特性，「常、樂、我、淨」，這個「我」是涅槃的別稱，它是常住法，是不受苦樂的。完全沒有苦，這才是真正的「樂」。

因為色法不是「我」，所以它也不是「我所」。這一推論的具體邏輯這裡沒有交代，按照印度人當時的觀念，「我」是不受苦樂的，是輪迴當中不變易的主體，所以沒有辦法講「什麼東西是屬於它這個常住法所有的」。

我們平常所說的「這是我」，其實是把五陰（色、受、想、行、識）當成是我。比如你有一部手機，你會說：「這是我的手機。」實際上，你一定是先把五陰當成我，然後又認為這部手機的所有權是屬於這個五陰的，才會說「這是我的手機」。

如果你已經能夠認定：五陰是無常法，是會讓你受苦的，所以它不是生死輪迴當中不變易、不受苦樂、不生不死的那個常住法「我」。你更能夠明白：五陰不是「我」。那麼，這個手機是五陰的，而五陰不是常住法「我」，當然也不是「我的」。

「如是觀者，名真實正觀」，能這樣去觀察的話，才叫「真實正觀」。大家都知道，實證佛教特別注重方法論，而方法論裡特別重要的一點是要符合事實。觀察的時候，要符合事實，然後才會得到符合事實的人生觀和世界觀。這一點非常非常重要，可以說「真實正觀」是所有的修行當中最重要的事。

對「色」觀察之後，接下來便是依次觀察「受、想、行、識」。對「色、受、想、行、識」無常的觀察，在《實證佛教導論》第五章裡有很仔細的介紹，大家可以自行參考。

大家要注意的是，經文有省略，但你的觀行不能省略，統統都要逐一去確定。「色」的「無常即苦，苦即非我，非我亦非我所」；「受」的「無常即苦，苦即非我，非我亦非我所」……要這樣一個一個地觀察，然後確定，排除合理的懷疑。

真實智

聖弟子能夠這樣觀察的話，就會於色、受、想、行、識產生厭離。聖弟子一般是指初果以上的佛弟子，如果稍微放寬一點，初果向的人也說是聖弟子。但不能把凡夫也稱為聖弟子，那就言過其實了。這個地方講的聖弟子，是指已經證得初果以上的人。

你如實觀察，就會發現色、受、想、行、識一定都有苦，既然有苦，你就會討厭色、受、想、行、識，也就是說，你一定會討厭五陰。你討厭五陰，就不會企圖從五陰當中去獲得快樂，也不會樂於五陰的存在。這樣，你就會解脫於五陰所產生的痛苦，五陰所產生的痛苦跟你沒有關係。最終，你一定能得到究竟解脫，證得阿羅漢。能夠得到解脫的人，一定會有「真實的智慧」。

這個真實的智慧就是：「我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有」。這是阿羅漢才具有的智慧。這個「我」是阿羅漢對自己的自稱。這句話的意思就是：我的生命已經到了盡頭，不會再受到五陰的繫縛，所有的清淨行都已經修證完畢，該做的事情已經做成，可以自知自作證，我知道自己不會再有生死輪迴。

需要注意的是，「梵行」就是清淨行，這裡指的是解脫道方面的清淨行，而不是佛菩提道的清淨行。這兩者是有差別的。「所作已作」經典裡有時候寫作「所辦已辦」。「辦」也是已經做成的意思。「自知不受後有」，就是說已經證得阿羅漢的人，他可以自知自作證，知道自己不會再有生死輪迴，這一點不需要找人來替他作證。這句經文很重要。

「只修禪定不修觀行」不是佛教修行方法

大家注意看，這一段經文從頭到尾，都沒有要求你修習禪定，而是教你觀「五陰非我」，最後就能讓你證得阿羅漢。《須深經》講，阿羅漢有兩種，一種是慧解脫，一種是俱解脫。俱解脫阿羅漢是指在慧和禪定兩方面都得到解脫，所以叫做俱解脫。「俱」是「both」的意思，是定和慧兩方面都具足。

阿羅漢只有這兩種，並沒有第三種阿羅漢叫做「定解脫阿羅漢」，只有定而沒有慧，絕對沒有這種阿羅漢。也就是說，你如果想要只修觀行，不修禪定，可以證得阿羅漢果。但如果你修禪定為主，兼修智慧，最後會證得俱解脫阿羅漢。

但是你如果只修禪定，不修「五陰非我」的觀行，絕對證不了初果，更不要說阿羅漢了。

只修禪定，不修觀行，這不是佛教的修行方法。如果一個修行人，從頭到尾都不講「五陰非我」，你可以很肯定地說，這個人不是佛教的修行人。這樣講絕不過分，經教的依據就在這裡。

《雜阿含經》一六；一六（一〇）

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：「色無常，無常即苦，苦即非我，非我者即非我所；如是觀者，名真實正觀。如是受、想、行、識無常，無常即苦，苦即非我，非我即非我所，如是觀者，名真實正觀。聖弟子如是觀者，於色解脫，於受、想、行、識解脫，我說是等解脫於生老病死、憂悲惱苦。」

時諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

這一經和上一經差不多。區別在於，上一經是說，證阿羅漢的人可以替自己作證：不會再有生死輪迴；這一經是說，世尊會幫他作證：他能夠解脫於生老病死、憂悲苦惱。

《瑜伽師地論》「二種漸次」

復次，為心解脫勤修習者，有二種漸次：一、智漸次，二、智果漸次。

「心解脫」其實是禪定的別名，從初禪一直到滅盡定都是心解脫。這裡的「心」是指七轉識。初禪能夠解脫於「欲界愛」的繫縛；四空定能夠解脫於「色界愛」的繫縛；入於滅盡定，能夠解脫於三界愛的繫縛。你為了心解脫而去修習，這時候就會經歷兩種漸次（次第）。這兩種漸次，一種叫「智漸次」，一種叫「智果漸次」。

智漸次

云何智漸次？謂於諸行中，先起無常智，由思擇彼生滅道理故。次後於彼生相應行，觀為生法、老法，乃至憂、苦、熱、惱等法。由是因緣，一切皆苦，此即依先無常智生後苦智。又彼諸行，由是生法乃至是熱、惱法故，即是死生緣起，展轉流轉，不得自在行相道理，故無有我，此則依先苦智生後無我智。如是觀無常故苦，苦故無我，是名智漸次。

「智漸次」可以理解為獲得智慧的次第。這裡講的就是於諸行中，先起「無常智」，再生「苦智」，再生「無我智」。佛法有一個很重要的原則，叫做「依智不依識」。如果是從閱讀經教，或者是從不很充足的證據推測而來，這屬於「識」。如果你自己去觀察，並確認這件事情符合事實，無有懷疑，這才是「智」。所以，要獲得「智」就必須去觀察，觀察所得的知識才是「現量」。

1. 無常智

「無常智」是從「思擇」諸行的「生滅道理」中獲取的。「思擇」也是一種觀行。你可能先是聽到別人講「諸行無常」這個道理，或是讀了經教中這樣講，聽聞之後你就會去思考；接下來你還需要抉擇，也就是要去驗證這個道理是對還是錯。

這個「諸行」中的「行」是廣義的，指一切的有為法，也就是有生、住、異、滅的法，包括五蘊、十二處、十八界。

所以「無常智」必須要從觀行諸行生滅的道理中去獲得。你知道它是生滅的，就可以斷定它是無常的。要判斷一個東西是不是有為法，要從三個方面去觀察：第一、它是不是本來沒有後來變成有；第二、它存在期間是不是剎那剎那變異；第三、它最後是不是整個消滅掉。

第二條比較難觀察一些，所以你可以先從第一條和第三條觀察，然後再去觀察第二條。如果你觀察的事物符合這三個條件，那麼你就可以斷定它一定是無常的。

2. 苦智

你能夠確定諸行無常之後，再去觀察體會，它是否會造成你的痛苦。痛苦有很多種，「生、老、病、死」是苦，「憂、苦、熱、惱」也是苦。當你能夠確認「一切無常的法都一定會產生痛苦」是符合事實的，也就能夠確認「諸行苦」的道理也是事實，這時候你就由「無常智」得到了「苦智」。

3. 無我智

我們講過很多次，《瑜伽師地論》的「無我」其實就是《雜阿含經》中的「非我」。當你確認一切有為法是生滅的，會產生痛苦，在生死輪迴當中它是「不得自在」的，所以說諸行「無有我」。

透過這句話的表面意義，我們要看到它隱藏的意義。這句話其實是暗示，在生死輪迴中有一個「我」，是能夠得自在的。很多人誤會，以為「無我」是否認「我」的存在。我們看《瑜伽師地論》的解釋就知道，佛教其實是主張有「我」的，只不過這個「我」不是五陰，它是不生不死、在生死輪迴中不變易的主體。

「如是觀無常故苦，苦故無我，是名智漸次」。你這樣觀行下來，就會依次得到「無常智」、「苦智」和「無我智」，這就是所謂的「智漸次」。獲得這些智慧之後，其實你只證得了初果。必須要等到完成「智果漸次」之後，才會證得阿羅漢果。

智果漸次

云何智果漸次？謂厭、離欲、解脫、遍解脫。云何厭？謂有對治現前故，起厭逆想，令諸煩惱不復現行。云何離欲？謂由修習厭心故，雖於對治不作意思惟，然於一切染愛事境貪不現行，此由伏斷增上力故。云何解脫？謂即於此伏斷對治多修習故，永拔隨眠。如是名厭，離欲，解脫第一差別。

所謂的「智果漸次」，包括厭、離欲、解脫、遍解脫。

1. 厭

「厭」是什麼？比方說，你看到好吃的東西，很想吃，其實這就是你貪愛的現起。那麼喜歡這個好吃的東西的是什麼呢？是你的六識，是你的六識起了那種喜歡的感覺，是你的六識心想要去嚐嚐看這個東西是什麼滋味。這個時候可不是「厭」。

但是你知道了「諸行無常」的道理，這個好吃的東西也是無常，所以到時候一定會讓你受苦。比如吃太多之後變得太胖，太胖之後又引起高血壓、心臟病、糖尿病；或者是因為你太喜歡吃，沒得吃的時候就會覺得很不舒服。這都是無常給你造成的痛苦。無常的東西一定會造成痛苦，儘管這個道理你已經思維清楚了，可還是很想吃，為什麼？因為你的心還沒有得到解脫。

有的人可能會說，可以用修習禪定把這個貪愛的念頭降伏。禪定當然可以降伏它，但要注意，《阿含經》不教你修意守丹田、數息，而是讓你從「厭」開始，從討厭這些無常的事物開始，而厭離又是從「無常故苦」的觀行中來。所以說，佛教在降伏貪愛的時候，也是從觀行入手，而不是從修習禪定入手。

如果你不做「無常故苦」的觀行，只是用意守丹田或數息的方法，把貪愛強行壓抑住，這不是正統的佛教修行方法。這樣只能把它強行壓抑住，但等你不修禪定的時候，貪愛還是會再現起，沒有辦法徹底斷除。

所以當貪愛起來的時候，你要起厭離想，立刻觀察這個東西到最後一定會讓你受苦受罪，這樣就能夠「令諸煩惱不復現行」。當然這也不是那麼簡單，因為至少要二果以上的人才會有辦法做到。初果人還是在追逐貪愛，當貪愛起來的時候，他不會記得「五陰是苦」，就算記得，也不會當一回事。

二果人才有辦法把「五陰非我」的道理變成無間作意，可是他並沒有「五陰是苦」的無間作意。貪愛現起的時候，如果不會引起重大煩惱，也不會構成犯戒的話，他還是會去受用。如果你拿一個很貴很好的蘋果給他吃，他可能還會說：「哇，好好吃啊！真希望每天都能夠吃得到。」他做這種希望也不算過分，因為這並沒有犯五戒。事實上，大部分的修行人都還會這樣。剛才是以貪吃為例，其實「財、色、名、食、睡」這五種主要的欲界貪愛，道理上都是一樣的，大家要舉一反三。

如果這個二果人想要把自己的貪愛斷掉，貪愛生起的時候，他會「起厭離想」。經常做這種觀行的人是三果向，也就是趨近於三果的人。這不是一般人就能夠做到的。初果肯定沒辦法，二果人要看他想不想這麼修，只有三果向才是經常做這種觀行，但又還沒有成功。

2. 離欲

在講「厭」的時候，還是要對治。但是因為修習厭離的緣故，到後來就變成了習慣，不需要再去對治了。到了這個地步就會對於「一切染愛事境不現行」，也就是說像「財、色、名、食、睡」這些貪愛統統都不現行了。「此由伏斷增上力故」，其實這個時候已經是把貪愛的現行給斷掉了，也就至少是三果了。如果斷掉的是欲界愛，三果人就已經達到這個目標了。但如果還要包括色界愛和無色界愛，那就只有阿羅漢才能辦到。

3. 解脫

這裡講到的果位又分兩種，一種是斷掉現行，一種是把隨眠整個拔斷。「隨眠」的意思是目前沒有現行，但是遇到惡緣，還是可能再起。

以食欲為例。假如現在有人拿出一些很誘人、很好吃的東西來給你吃，如果你看了都不會流口水，也不會在心裡面說：「好好吃哦，想要去吃它。」也就是前面「離欲」中講的「於一切染愛事境貪不現行」。

這個時候，你吃東西只是因為肚子餓，而不是因為覺得東西滋味很好，想要品嚐。對於三果人和阿羅漢來說就是這樣，他們吃東西只是為了維持生命而已，是為了對治饑餓這個痛苦而去吃，而不是為了食物的滋味而去吃。

但是他們還會有隨眠種子，意思是說，雖然他們不是因為這個境界現起才想要吃它，而是有時候會莫名其妙地衝動，突然間覺得某個東西很好吃。只要他一直在做功夫，到最後還是能把隨眠也永遠拔除。這才是究竟的解脫。

我們用火山來做譬喻。第一種是正在噴發的火山，也就活火山。這就相當於一般人，隨便拿一個好吃的東西給他，口水就像火山爆發一樣流出來了，而且是經常爆發。而三果以上的人對於欲界的貪愛，就相當於休眠火山（也叫休眠火山、

睡火山），這種火山基本上已經不活動了，處於休眠狀態，但說不定什麼時候又會冒出來一下。這就相當於「隨眠」。如果把這種隨眠也統統永拔了，那就是死火山，完全沒有活動了，也不用再擔心它什麼時候會冒煙了。到了這種永拔隨眠的地步才叫真正的解脫。

但是實際上「解脫」這兩個字，在佛經裡頭還有別的意義。語意學有一個很重要的原則，就是語言文字沒有固定的意義。不瞭解這一點的話，你會看不懂佛經。這個地方的「解脫」是要把貪愛的隨眠整個拔除掉，但在其他經典，也有「分證解脫」，也就是說，只斷掉一部分的煩惱，也是解脫；甚至只是斷掉三縛結，也是分證解脫。

以上講的就是「厭、離欲、解脫」的「第一差別」，也就是第一種定義方式。下面又講了第二種定義方式。

（「厭、離欲、解脫」的第二種定義）

復有差別：謂於厭位，斷界極成滿故名厭。即依止厭，除非想非非想處，於餘下地得離欲時，施設離欲位，故名離欲。於非想非非想處得離欲時，施設解脫位，故名解脫。是名厭、離欲、解脫第二差別。

「斷界」之前講過，「謂見道所斷諸行斷故，名為斷界」，意思就是斷掉三縛結。把三縛結斷得非常的乾淨，所以叫「極成滿」，這樣就叫作「厭」。

接下來，依止在「厭」上面，就能夠離開欲界愛，並且依次證得初禪、二禪、三禪、四禪，接著是四空定（一虛空處定，二識處定，三無所有處定，四非有想非無想處定），一直到四空定最上面一層的非想非非想處定，到最後四禪八定都會證得，這都叫做「離欲」。

當你離開對非想非非想處定的欲望，離開對它的染著，這時候你就會證得滅盡定。到滅盡定的時候，就說這是「解脫」位。

4. 遍解脫

云何遍解脫？謂由如是煩惱雜染解脫故，生等諸苦雜染亦普解脫，是名遍解脫。

我們剛才解脫的是煩惱和雜染。把煩惱和雜染解脫了，但還是會有生、老、病、死、憂、悲、苦惱這些東西。像阿羅漢斷掉的是五下分結和五上分結，這稱之為一念無明，是解脫道應斷的煩惱，但仍有一些煩惱不是阿羅漢能夠斷掉的，他還是有生、老、病、死，還是會感覺到肚子餓、天氣冷，這些也統統都是苦。

「生等諸苦雜染亦普解脫」等到阿羅漢死去，入於無餘涅槃，當然這時候所有的生老病死等痛苦也都跟他沒有關係了。這也說成是「遍解脫」。

講到三果、四果的證量時，我只是依文解義，再加上一些比量，並不是很有把握。就算是我很有把握的部分，你也不要照單全收。你必須依照三量（現量、比量、正教量）去做抉擇，絕對不要因為某某人這麼說，你就完完全全接受。這不符合實證佛教的方法論。

我沒把握的地方，會直接告訴你。你不要覺得這樣子不好，心想：「你怎麼這麼差勁，看不懂經教也敢講經。」其實，除非是究竟佛，誰能看懂全部的經教？宣稱完全讀懂佛經的人，如果不是究竟佛，就是一個增上慢或大妄語人。

如是由智增上力故，於諸行中起厭，由習厭故得離欲，由習離欲故得解脫及遍解脫，如是名為智果漸次。

這句話就是在講修證的果位次第。剛開始的時候，就是「由智增上」，也就是因為你去觀察這些現象，從「無常智」到「苦智」，再到「非我智」，你觀察得越多，智就越發增上，就產生了力量——慧力。有了力量，你就會改變心態，對有為法產生厭離的感覺。

產生這種厭離的感覺以後，就會漸次地離開三界愛，先離開欲界愛，再離開色界愛，最後離開無色界愛。因為你能夠漸次離開三界愛，最終得到解脫和遍解脫，所以稱之為「智果漸次」。

四種邪執

此中復有四種邪執，何等為四？一、見邪執，二、慢邪執，三、自內邪執，四、他教邪執。見邪執者，謂於諸行中執我、我所。慢邪執者，謂於諸行中起我慢執。前見邪執，障諦現觀；後我慢邪執，障修所斷煩惱等斷。自內邪執者，謂獨處空閑，不正分別為依止故，執有實我，或見邪執，

或慢邪執。他教邪執者，謂由他教起邪執者，謂此是我，此是我所，我慢行轉。又於內起不正分別，執我、我所名內邪執，亦名非他教邪執。如是一切邪執永斷，當知是名智果。

「邪」這個字在佛經裡是指不正確的意思。這和我們日常生活中的理解有點不同。日常用語裡，「邪」會讓人覺得是很糟糕的東西，比方說「邪教」。一聽到「邪教」這兩個字，普遍就會想到那種教人殺人放火的、做種種壞事的教派。比如「白蓮教」，因為它就是利用宗教信仰教人家造反。

佛教裡講「邪」不一定是說它違反世間的善反，只是強調它不符合事實。在佛教的語彙中，世間聖賢也有「他教邪執」，只有見道位以上的出世間聖賢，才不會落到「邪執」裡去。

接下來，我們就一個一個來解釋。

1. 見邪執

「見邪執」就是指見解上的不正確，「於諸行中執我、我所」，也就是錯誤地認為有為法中有「我」或「我所」。當「我」與「我所」對立時，實際上是指能取與所取，而不是生死輪迴當中不變易的主體「我」。五陰與「我」的關係，應該是非我、不異我，甚至全體皆是我，沒有能取與所取的差別相。但是眾生不明白，以為能取的六根、六識能夠恆常存在，稱之為「我」（這是名不副實），如此一來，與之相對的六塵境界，便成了「所取」，而稱之為「我所」。如果「我」是指生死輪迴當中不變易的主體，就不應該有「我所」。

有「見邪執」的就是凡夫，必須要聲聞見道位以上的聖弟子才有辦法斷掉「見邪執」。

2. 慢邪執

「慢邪執者，謂於諸行中起我慢執」。「我慢」是五上分結之一，它可不簡單，就連四果向都還會有「我慢執」。他不是去跟誰做比較，而是心裡覺得「我（覺知心）存在在這裡是一件很好的事情」，這就是「我慢執」。

見邪執能夠「障諦現觀」，「諦現觀」就是指聲聞見道的現觀。如果你一直

堅持認為五陰當中有「我」、「我所」的話，那你就一定沒有辦法聲聞見道。

我慢邪執則會「障修所斷煩惱等斷」。煩惱分兩種，第一種是「見所斷煩惱」，簡單來說就是三縛結（我見、疑見、戒禁取見）；第二種是「修所斷煩惱」，包括七種煩惱：貪、瞋，再加上五上分結（色界愛、無色界愛、掉舉、無明、慢）。其實這七種煩惱中，最重要的就是這個「我慢」，因為你之所以有欲界的貪、瞋，一定是覺得「我存在在這裡很好，必須要增益自己」。比如說對吃的貪愛，你想要大吃大喝一頓，那就說明你一定覺得自己可以吃這件事是一件好事。如果你都已經覺得「我不稀罕自己這樣的一個存在」，那你當然也不會有想要去好好吃一頓的欲界貪了。所以這裡說，「我慢」會障礙修所斷煩惱的斷除。有了「我慢」，才會有欲界愛、色界愛、無色界愛，其他六種「修所斷煩惱」都是從這裡來的。

「我慢」還有另外一個名稱，叫作「俱生我見」。俱生我見就是你會有一種感覺，覺得有一個五陰「我」存在著。雖然你已經知道五陰不是「我」，但還是有一種感覺，或者說執著，覺得五陰就是「我」。這種感覺很難去除掉，它就是所有煩惱的源頭。你可以透過三縛結的斷除，然後慢慢削弱這種感覺，最後整個把它斷掉，這樣你就證得了阿羅漢果。

3. 自內邪執

「自內邪執」是自己產生的邪見，不是由別人教給你的。一個人因為沒有好好觀察分別，以為在五陰當中有一個很實在的「我」，或者有「見邪執」或「慢邪執」，只要是自己產生的，都屬於「自內邪執」。「自內邪執」又稱為「非他教邪執」。

4. 他教邪執

「他教邪執」和「自內邪執」是相對的，指他人教出來的邪見。教你的人，可能是外道的修行人或佛門當中的凡夫。

比方說，他可能會跟你講：「性高潮的時候，沒有語言文字的心靈狀態，就是能夠永恆不變易的東西。」他可能會用「空性」、「涅槃」、「法身」、「自性清淨心」等名詞來稱呼它。你如果相信他的話，產生了錯誤的觀念，這個錯誤的觀念就是「他教邪執」。實際上，這種狀態是不可能永恆存在的。只要把有為

法當成恆常存在不變易，或者在有為法當中執有「我」或「我所」，都是「我慢行轉」。

大家要注意佛經裡「轉」這個字，比如「解脫轉」、「我慢行轉」等。轉，是運轉的意思，凡是說某樣東西「轉」，就說明這樣東西是有為法。可能大家會疑惑，說煩惱是有為法也就罷了，為什麼說解脫功德也是有為法呢？

大家可以想一想，解脫功德是不是以前沒有後來才有的？解脫功德是不是相應於五陰身而言的？當你取證無餘涅槃之後，沒有了五陰身，是不是也就沒有解脫功德了？因為取證無餘涅槃之後，也就無所謂生老病死、憂悲惱苦了，五陰身都沒有了，當然解脫功德也就不見了。

不僅解脫功德，包括戒體、禪定、智慧等出世間法，這些統統都是有為法，而不是無為法。無為法是什麼作用都沒有的，有為法才會有作用。涅槃是無為法，所以說它「無智亦無得」，不會用「轉」這個字來描述它。也不會有「虛空轉」這種說法，因為虛空是無為法。所以，大家要記住，一定是有為法才會有「轉」的問題。

最後總結，「如是一切邪執永斷，當知是名智果」，也就是說，你把一切的邪分別都統統斷掉了，這樣就是智慧的果位。

請注意，這個智果指的是阿羅漢的果位。因為前面講的「見邪執」和「慢邪執」，分別是「見所斷煩惱」和「修所斷煩惱」。把見邪執斷掉是聲聞見道；再把慢邪執斷掉，那就是阿羅漢了。

沒有惡意的殺害

釋者：清 心

《賢愚經》卷10（第47則）¹

如是我聞：

一時佛在舍衛國祇樹給孤獨園。爾時有一老翁，早失其婦，獨與兒居，困無財寶，覺世非常，念欲出家，即往佛所，求索入道。時佛憐愍，即聽出家。於時其父，便作比丘，時兒年小，即為沙彌，恒共其父，入村乞食，暮還所止。

時有一村，最為邊遠，至彼乞食，逼暮當還。其父年老，行步遲緩，其兒恐懼，畏諸毒獸，急扶其父，推之進路，執之不固，推父倒地。應時其父，當手而死。父死之後，獨至佛所。

〔阿難〕我〔曾經〕聽〔佛陀講過〕這樣〔一件事蹟〕：

有一回，佛在舍衛國祇樹給孤獨園。當時有一位老翁，早年喪妻，獨自與兒子生活在一起。因為家境貧困，沒有什麼財富積蓄，而且覺得世間無常，就想出家學道。於是便前往佛陀那裡，請求入道學法。佛陀憐憫他們，當即許可他們出家。後來這位父親就成了比丘，兒子因為年紀還小，就作了沙彌。這位沙彌總是和父親一同去村莊乞食，日落的時候就回到修行的住所。

當時有一個村莊，特別偏遠，去那裡乞食，要到太陽快下山的時候才能往回走。這位父親因為年紀大了，走路遲緩。兒子害怕〔天黑後會遇上〕毒蛇猛獸，

¹ (CBETA, T04, no. 202, p. 418, a7-b11)

就急忙攙扶著父親，推著他趕路，〔沒想到攙扶的〕手沒有抓牢，把父親推得摔倒在地上。父親當場就摔死了。父親死了之後，兒子就一個人回到佛陀那裡。

時諸比丘，問沙彌言：「汝朝與師，至村乞食，今為所在？」

沙彌答言：「我向與師，至彼乞食，日暮還時，師行小遲，我時恐怖，故急推之，推之手急，撲師著地，我師於時，即死道中。」

時諸比丘，呵責沙彌：「汝大惡人，殺父殺師！」即以白佛。

佛告之曰：「此師雖死，不以惡意。」

即問沙彌：「汝殺師不？」

沙彌答言：「我實排¹之，不以惡意而殺父也！」

佛可其語：「如是。沙彌！我知汝心，無有惡意。過去世時，亦復如是，無有惡意，而相殺害。」

時諸比丘，聞佛語已，即共白佛：「不審。世尊！過去世時，斯人父子，有何因緣，而便相殺？」

這時候，眾比丘就問沙彌：「你早晨與比丘師父一起去村莊乞食，他現在在哪兒呢？」

沙彌回答：「此前我和比丘師父一起，到那個最為偏遠的村莊乞食，太陽快要下山了，我們就往回趕，因為師父走路有點遲緩，當時我很害怕，就著急地推他〔趕路〕，〔沒想到〕推得太急了，把師父推得撲倒在地，師父當時就死在了路上。」

眾比丘一聽，都呵責沙彌道：「你這個大惡人，殺害自己的父親，殺害比丘師父！」並立刻稟報了佛陀。

佛陀告訴眾比丘：「這位比丘師父雖然死了，但沙彌並不是心存惡意〔要殺害他〕。」

眾比丘就問沙彌：「你〔是心存惡意〕殺害師父的嗎？」

¹排：推。

沙彌回答說：「我真的只是想要推他，沒有心存惡意要殺害我的父親呀！」

佛陀也認可了他的話：「是這樣的。沙彌！我知道你心裡沒有惡意。在過去世中，也和這一樣，〔你們父子二人〕心中沒有惡意，卻相互殺害。」

這時，眾比丘聽見佛陀這麼說，就一同問佛陀：「我們沒有明白。世尊！不知道在過去世中，這父子二人有什麼樣的因緣，要相互殺害呢？」

佛言：「諦聽！吾當說之。過去無量阿僧祇劫時，父子二人，共住一處。時父病極。於時睡臥，多有虻蠅，數來惱觸。父即令兒，遮逐其蠅。望得安眠，以解疲勞。時兒急遮，蠅遂數來，數來不止，兒便瞋恚，即持大杖，伺蠅當殺。時諸虻蠅，競來父額，以杖打之，即殺其父。當於爾時，亦非惡意。比丘當知！爾時父者，此沙彌是；時兒以杖打父額者，今彼死比丘是。由於爾時無有惡心，以杖打父殺之，不以惡意，今還相報，亦非故殺。」

於時沙彌，漸漸修學，勤加不懈，遂得羅漢。

爾時諸比丘，聞佛所說，心悉信解，歡喜奉行。

佛陀說：「你們仔細聽著，我來告訴你們這段因緣。過去無量阿僧祇劫以前，有父子二人居住在一處。當時那位父親病得很重。他躺在床上想要睡覺的時候，有很多蒼蠅總是飛來騷擾，或是停靠在他身上。父親就叫兒子過來幫他遮擋和驅趕這些蒼蠅。〔兒子〕希望〔父親〕能夠安穩睡眠，以緩解疲勞，便急忙過來遮擋。但是蒼蠅還是不停地飛過來。兒子便惱怒起來，拿起一根大木棒，等蒼蠅過來就打死它們。這時候那些蒼蠅都競相停在父親的額頭上，兒子就用木棒去打它們，就這樣把父親打死了。在當時的情況下，兒子也並非心存惡意〔要殺害父親〕。眾比丘，你們要知道，當時的那位父親，就是現在這位沙彌；而當時那位用木棒打父親額頭的兒子，就是今天那位死去的比丘。那時候他是沒有惡心，用木棒打死了父親，〔儘管〕不是出於惡意，但今世還是要得到報應，也就是〔今天被兒子〕非故意地殺害。」

從此以後，沙彌漸漸修學，精勤不懈，最後證得了阿羅漢果。

諸比丘聽聞佛陀講完〔這個父子不以惡意而相互殺害的故事〕，心中生起信解，歡喜奉行。

編輯組按，《優婆塞戒經》說：「從重煩惱則得重罪，從輕煩惱則得輕罪。」殺人毀破五戒，殺父、殺母、殺阿羅漢則是逆罪，這都要故意才能構成。沙彌並非故意殺父、殺師，並非五逆罪，所以並不妨礙他在一世當中證得阿羅漢果。世間法律亦然，非故意的殺人為過失致死罪，故意殺人則是謀殺罪，二者有極大的差別。

《凡人佛陀》評論

編輯按：本刊在第7期刊登了小說《凡人佛陀》¹的片段摘錄，並發出徵稿啟事，希望讀者就文中落入「三縛結」的地方予以評論，在實例中辨析「五陰非我」的法義。現將讀者來稿刊登如下。

評論 1.

作如是觀 ——讀《凡人佛陀》摘錄後感

作者：佚名

一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。

——《金剛經》

讀了《實証佛教通訊》第七期中《凡人佛陀》的幾段摘錄，針對不對勁的地方做以下陳述：

不對勁之一：塵土既是生也是死，如果你們不以完整的答案來回答「我是誰？」那麼你們就錯了。²

「我」在日常生活中是一個再普通不過的字。大家心目中的我是隨時存在的，不能有任何時候斷滅。比如我們會說：「我在睡覺」、「我在昏迷中」，這表示大家認為，睡覺和昏迷中仍然有我，因此在睡覺與昏迷中不存在的事物不能

¹（美）迪帕克·喬普拉 著，蔡心語 譯《凡人佛陀》，北京：商務印書館，2011年。

² 這一句的原文是：So if you answer 'Who am I?' with anything but a complete answer, you have made a mistake. 中譯本此處翻譯有誤，這裡依照原文做了訂正。

是我（比如意識）。

所以，並不是找到一個「完整」的答案就找到了「我」。在三界有為法中，並沒有什麼東西是任何時候都不曾斷滅的，無論答案多麼完整，都與真正的「我」背道而馳。

不對勁之二：有時候，你們必須將真我顯現出來。

「制勝」、「周身放光」被當做是真我的顯現。可「真我」並不會想要去制勝，只有末那和意識才會做廣泛地分別，如果戰鬥失敗了，這個過程中還有沒有「真我」的顯現呢？而周身放光這種超自然現象是無常的色蘊。試問在佛陀放光之前「真我」又在何處呢？作者所說的「真我」有時顯示有時不顯示，這是無常法的特徵，並不符合「恆常不變」這一點。

不對勁之三：獨立存在的我虛幻又不可靠。

作者在解釋「諸法無我」時如是說。五蘊身無常、苦、空，確實虛幻又不可靠，當我們將這個五蘊身當做「我」來追尋執著，到頭來當然是一場空。不知道有常住法的存在，自然在無常法中四處碰壁，就如作者所描述的：只是不斷地在幻象中尋求慰藉。

由於作者在「諸法」當中找不到常住法，就以為根本沒有常住法存在，這進一步的否定使其失去了在探索的道路上走下去的機會。

不對勁之四：毫無自我的執著，這就是無我。

當我們如實觀察眼、耳、鼻、舌、身、意，色、聲、香、味、觸、法，在這些法相中找不到恆常存在的法，因而說「無我」。「無我」的法義校正了我們對於「我」的錯誤執著（執著有為諸法為「我」），而不是否定了「我」。

作者所說的「無我」是一種不去執著的意識境界。無論執著還是不執著，以及執著了什麼，都是剎那剎那間了別、變異。不能脫離生、住、異、滅的無常性。怎麼能究竟解脫？

雖然迪派克也在小說中主張有真我，但從他對真我的描寫來看，他只是把佛

教中的「真我」理解為一種神性，但是佛經描述的「我」並非如此。《金剛經》講：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。」以上所列四處，作者皆是在三界有為法中尋求一個不壞金剛，結果可想而知。可惜這些碰壁並沒有引起作者的思考，留下的卻是一絲悲涼，被鑲嵌在隻言片語之中：

所有記憶、雙親與夢想轉瞬即逝，如同朝生暮死的蜉蝣般倏忽來去。

這個假我早就不存在了，就像昨天的事物已經變換。

你絕對找不到無瑕或恆常的人事物。

你從此再也不必去管自己是誰。

實事求是的人看到這些話不會照單全收，將自己的情感揉進黑白分明的事實，遮住雙眼，草率地被綁架。錯誤的觀念經不起推敲，持著錯誤的見解行走於世間也一定會遍體鱗傷。在碰壁之後只有如實觀察才是出路。

所以提醒諸位讀者：諸行無常，無常即苦，五陰非我，切莫當真。在現象界之外，另有真我的存在，它不是五蘊，卻與五蘊不相異，這才是能夠永遠不變易的我！¹

評論2.

被分裂的佛法 ——評《凡人佛陀》

作者：大 衛

編輯從書中挑選的四個段落，其實對應的是四個關鍵問題：（1）輪迴之中有沒有「我」？（2）「真我」是什麼？（3）什麼是真假佛法的標準？（4）開悟的標的究竟是什麼？

¹ 《雜阿含經》常講：「彼一切非我、不異我、不相在。」

佛教對於這四個問題的答案，都不離第八識：（1）輪迴中有一個不變易的主體「我」；（2）這個「真我」即是第八識，而並非五陰；（3）判斷真假佛法的「三法印」中，既講到包含五陰在內的「諸行無常」，但也講到第八識「真我」的「涅槃寂靜」，而且還講到兩者之間是「諸法無我」的關聯，也就是《阿含經》常講的「五陰非我、不異我、不相在」；（4）開悟即是找到「真我」第八識。

但是小說《凡人佛陀》的作者卻給出了另類的四個答案：（1）在輪迴之中，記憶和身體這些無常的事物不是「我」，但「真我」卻是能夠偶爾被捕捉，然後又容易被忘記的；（2）我們是光打造的，「真我」顯現即放光；（3）「三法印」中漏掉了「涅槃寂靜」，只講到了世間瞬息萬變，沒有恆常的人事物、靈魂、人格等；（4）開悟即是找到意識空白的「無我」狀態，並使之延續，「從此再也不必去管自己是誰」。

想必讀者看完之後，會發覺作者連究竟是「有我」還是「無我」都沒說清楚；就算他認為是有「真我」，可「真我」究竟是屬於色法的光（能夠被眼識了別），還是屬於意識的空白狀態，也沒有定論；最後，作者明知道無常的事物就不是「真我」，可他認定是「真我」的那些東西卻偏偏又都不是恆常的。

原本四個問題的答案有著共同的核心——第八識，但是在這本書裡，作者呈現的不僅是四分五裂的錯誤「佛法」，還有前後不一的混亂邏輯。

編輯組述評

「五陰非我」包含了兩層含義：存在常住法「我」；無常的五陰不是「我」。《凡人佛陀》儘管是一部小說，但書的作者顯然是經過佛學薰陶的，所以從他的行文中可以看出，他既明白「我」即是輪迴中不變易的主體，也明白無常的色身和意識心並不是這個「真我」。不過，他顯然又被一些似是而非的觀念所誤導，比如：漏掉了「涅槃寂靜」的「三法印」，悟道便是讓意識心的短暫空白狀態持續延伸，我們是光打造的等等。就像讀者大衛評論的那樣，作者本身的邏輯也是前後不一的。

究其原因，在於小說作者未能對「五陰無常」做全面、周遍的觀察。能夠被眼識了別的光，屬於色法。以現代物理學觀點來看，它是以光子為基本粒子組成的粒子流。在我們生活的世界裡，有明有暗，也能看到光的折射、反射等各種變

化，這就說明光是有生、住、異、滅的無常法。認為有情是由光「打造」的，身體放光即是「真我」的顯現，這聽起來更像是小說家的想象。而意識短暫空白的狀態，既然是「短暫」的，就已經說明了它的無常。而意識心本身就是有生、住、異、滅的無常法。

兩位讀者的評論都指出了小說作者的「我見」所在。其實，在日常生活中，「我見」會以各種變相出現，有時並不是那麼容易被意識到。我們這一期徵求讀者評論的實例，就來自一個更為生活化的話題——「身份」。

「三縛結實例」徵稿啟事

這一期的實例來自2014年2月26日羅振宇〈羅輯思維〉節目「60秒語音」中的一段話：

今天咱們接著說阿西莫夫，有一次阿西莫夫和另一個猶太作家維塞爾吵起來了。這維塞爾可不得了啊！納粹集中營的倖存者，後半輩子就靠控訴納粹暴行活著呢！後來還得了1986年的諾貝爾和平獎。在一次公開的場合這維塞爾就說：「我才不相信什麼科學家工程師，因為他們都捲入了納粹大屠殺。」阿西莫夫就反駁說：「你這思維方式有問題呀！這和納粹沒區別呀！納粹就經常說：『我才不相信猶太人呢！因為猶太人把耶穌釘上了十字架。』這之間沒區別呀！」很顯然，維塞爾只把自己看成是猶太人，而阿西莫夫的境界就要高得多啊！另一位諾貝爾獎得主，經濟學家阿瑪蒂亞森說了一句很有意思的話，他說：「如果當年納粹黨人的所做所為，讓今天的猶太人認為，自己除了是猶太人之外再沒有別的身份了，那才是納粹的勝利啊！」

試問讀者：維塞爾和納粹黨人的觀念有哪裡不對勁嗎？歡迎讀者把您的看法和評論整理下來，向我們投稿。評論文字無論長短，我們都將擇優刊登，供大眾參考。本期實例的截稿時間為2014年6月1日。

如果讀者您發現好的實例，也可以隨時提供給我們。或隨時將實例連同您的評論一起，直接向我們投稿。需要請大家注意的是，無論是在評論中，還是在實例的挑選中，都請避免以當代政治或宗教界的人物為例。評論也請儘量集中在聲聞法「五陰非我」上。

投稿郵箱：positivist.buddhism+newsletter@gmail.com

請在郵件主題中註明：投稿「不對勁」欄目 + 評論文章的篇名。

《斷捨離》與佛法 ——如何將佛法的智慧用於日常事務

作者：清 遠

去年內地引進出版了日本雜物管理諮詢師山下英子的一本書——《斷捨離》¹。據作者自稱，她當初是受寺院生活的啟發，總結出這樣一套雜物整理的行為技藝。在她看來，「斷捨離就是一種動禪」（第14頁）。筆者不免好奇，她所說的「斷捨離」究竟與佛法有何關聯？佛法智慧又要如何才能融入到雜物管理這一類日常事務當中呢？

一、何為「斷捨離」？

所謂「斷捨離」，山下英子在書中的定義是「通過收拾家裡的破爛兒，也整理內心中的破爛兒，讓人生變得開心的方法」（第12頁）。破爛兒，也就是指家中的雜物（clutter），或者說，是給人帶來負面情緒的東西。斷——斷絕想要進入自己家的不需要的東西；捨——捨棄家裡到處泛濫的破爛兒；離——脫離對物品的執念，處於游刃有餘的自在的空間。（第12頁）「斷捨」表示行動，「離」則表示心靈的境界。用作者的話來說，就是「行動帶來了心靈的變化」（第14頁）。

「斷捨離」的概念，經過創立者山下英子十幾年的推廣與發展，已經被提升到了「人生整理術」的高度。山下英子還陸續寫作了《斷捨離式成長》《一看就懂，斷捨離之身心篇》《50歲開始變輕鬆，人生的斷捨離》等等，將「斷捨離」

¹（日）山下英子 著，吳倩 譯，《斷捨離》，廣西科學技術出版社，2013年。

的觀念應用到身心成長的各個方面。¹

「斷捨離」觀念的直接來源是日本本土的「衝道瑜伽」，這是由衝正弘師（1919-1958年）結合中國禪宗、印度教、藏傳密教及日本武士道而創立的一種生活哲學和實踐方法。儘管山下英子表示，最初她是受到日本寺院裡清爽空間和質樸生活的啟發，但當問及「斷捨離」與佛法的關聯時，她自己說：「我覺得『斷捨離』跟日本的禪宗應該是有某種相通之處的，但我沒有做過更多的研究。」²看來這個問題，我們沒有辦法從山下英子本人的論述中找到解答。那就讓我們從她的這部代表作中去探尋，「斷捨離」的實際操作與佛法有哪些異同呢？

二、如何「斷捨離」？

1. 觀念

「斷捨離」雖然分別是指行為和心靈狀態，但它其實是從糾正觀念開始的。

觀念1. 關注家中雜物帶來的煩惱

「斷捨離」需要實踐者首先關注家中雜物帶來的煩惱。如果家裡堆滿了用不上的東西，就會把居室變成一個「垃圾暫放室」（第105頁）。比如不用的東西、在用但是不喜歡的東西、充滿痛苦回憶的東西，這些寄宿著消極能量的物品堆在家裡，就像一個人的身體在便秘一樣。（第73頁）如果家裡這樣的東西太多，就需要消耗很多的精力和時間來整理。所以，不要因為覺得「可惜」或不捨得，就把這些東西無限期地保存起來。

觀念2. 對待雜物的態度是捨棄，而不是收納

「斷捨離」不同於一般的收納術。收納只是把物品都整理整齊，這其實不過是在家裡進行了一場「垃圾分類」。「斷捨離」要求對物品進行取捨，把不用的東西扔掉，或送給有需要的人，家中只留下有用的、自己喜歡的東西。不要害怕

¹ 參考《知日》雜誌「斷捨離」特輯，蘇靜主編，中信出版社，2013年。

² 同上。

或逃避選擇。篩選過後再來進行整理和收納，才會變得更有效率。

觀念3. 取捨物品的標準是「以自我為軸心，把時間放在當下」

「以自我為軸心」就是要明白「是自己在使用物」，對自己有用的物品才是有價值的，而不是因為某個物品「能用」或「可惜」，就把它留在家裡。「把時間放在當下」意思是說，過去曾經有用的東西，但現在沒用了，或是以為將來可能會用到的東西，都應該捨棄、丟掉。

書中很多次提及「當下」一詞，不過筆者發現，作者要表達的意思應該是指「現在」。而且，她對這個詞的界定也是因人而異的，並沒有設定固定的期限。她在書中講到：「時間軸永遠是現在」（第12頁），「覺得多長一段時間屬於『現在』都可以，這是每個人的自由；但是一定要有對自己而言最合適的『現在』存在」。（第71頁）

關於「把時間放在當下」，作者的意思並不是說，凡是目前用不上的東西都統統扔掉。事實上，一些非常用的物品也包含在了「當下」（或「現在」）這個概念的範圍之內，比如那些可能是每個季度、每半年、每一年才用一次，或者只是在一些很特殊的場合才會用到的東西。（第83頁）也就是說，時間軸放在「現在」，但也包括了對未來的預備。

觀念4. 在共用空間中要尊重他人、慢慢影響他人

如果居住的是共用空間，就要懂得尊重他人。不要覺得他人（比如室友、丈夫、妻子、父母等）的某樣東西是垃圾，就擅自扔掉。不要試圖去控制別人，要懂得換位思考。先從改變自己開始，慢慢影響身邊的人。

2. 行動：「斷」、「捨」

行動1. 從「只集中於一點」開始

找到一個時間（一天、一小時、一刻鐘都可以），聚焦於一個在這段時間內可以收拾完的場所（比如抽屜、錢包等等），開始實踐「捨」。可以優先收拾自己比較重視的空間（如臥室），或是比較容易收拾的空間（如冰箱）。

行動2. 學會扔東西

我們現在處於一個物質過剩的時代，要學會扔掉雜物就先從「怎麼看都是垃圾」的東西開始，然後再處理自己比較在意的東西。選擇的標準可以先設定為「需要、不需要」，然後再加上「舒服、不舒服」。扔的時候，要做好垃圾分類和資源回收。有些東西可以轉送給別人，或是二手變賣。最後留下的東西都要能夠物盡其用，數量上則以「感覺自己能夠掌握」為宜。扔東西不但會使你對留下來的東西更加珍惜，而且會讓你在買東西的時候更加慎重，是因為真正有需要才買，而不是因為促銷打折。

行動3. 整理

經過篩選之後，再來對家中的物品進行分類和整理，不要把所有的空間都填滿，控制家中物品的總量，物品的擺放要方便存取，並保持一定的美觀。

3. 收穫：「離」

作者認為實踐「斷捨離」的過程，也是很好的認識自己的過程。在這個過程當中，可以反思自己：是否捨不得放下過去，是否恐懼當下，是否想要逃避未來？並最終實現自我的完善。經過「斷捨離」，不僅居住空間變得舒適，頭腦和心情也變得清爽，人也變得更加自信。

作者最後總結：要在思想上打破對物品「擁有」的錯覺，要知道一切物品不過都是向地球「借」來的，「一切有形的東西都是虛幻的，我們的心也是不斷變化的。盡情地享受與物品難能可貴的短暫相遇，這一定就是我們所追求的幸福本身。當緣盡了，就瀟灑地放手。不僅對物品，對一切的一切都能做到這樣，這就是斷捨離的願望」。（第188頁）

三、評述：「斷捨離」並不是「禪」

這本書給人的初步印象，與佛法有一些形似。比如書名中的「斷捨離」三個字，在佛經中也常看見；書中反覆提及的「當下、放捨、自在」這些詞彙，在市面流行的一般佛教讀物中也常看到；甚至它的整個實踐過程，也與佛法的「苦集

滅道」四聖諦很相似。但如果不做細究，就此照單全收，那就容易偏離正道了。

概括來說，山下英子的「斷捨離」就是勸導被雜物困擾的人群放棄對無用物品的「占有」，收拾出一個相對整潔的居住空間，讓自己獲得輕鬆愉快的感受。這其實並不是禪宗所說的「禪」，也不符合佛法的「三法印」。

佛教典籍中的「禪」，在不同的語境中有著不同的含義。¹有時指「定」的層次，或進入定境的方法；有時指第八識心體，或實相般若的智慧；有時指用以悟明第八識真心的參究方法。而山下英子所說的「斷捨離」追求的只是清爽的感受和愉快的心情，既夠不上「心一境性」的定境，也並未述及作為佛法核心義理的第八識。稱它是一種「動禪」，只不過是作者對於佛法中的「禪」存在誤解罷了。

其實，《斷捨離》一書的核心概念是「感受」。作者認為雜物管理的最終目的是能夠獲得舒適自在的空間，讓自己有一個好心情，並且要「維持感覺不變」（第31頁），用她的原話來說，「人類最大的罪是不快活」（第38頁）。可見，她所追求的好心情其實是一種「樂受」，而認為這種樂受可以維持不變，這顯然已經有違佛法三法印中的「諸行無常」。

而且書中也透露出作者的一種觀念，即認為物與人具有某種相稱的關係。所以書中反覆建議讀者可以使用一些高級的東西，使它與自己相稱，這樣似乎就能得到「靈魂次元的提升」，（第37頁）或是能夠「提升自我形象」（第43頁）。認為某種高級的東西代表著某種層級與形象，這是「我見」落於六塵中「法塵」的表現。認為一定要使用某種高級的東西，這種行為取向則是「我見」落在行陰的表現。

而作者因為缺乏第六見處的知見，所以很容易又落入斷滅見，就像她在書的結尾總結的那樣，認識到了一切的物品都是虛幻的，心（指感受或愛好）也是不斷變化的，所以她才會覺得，人生追求的幸福是盡情地享受，「最大的罪是不快活」。

追求擁有清爽的居住空間、使用自己喜歡的或是高級的東西、永遠地擁有一個好心情，這些都似乎與佛法的終極目標相去甚遠。綜上所述，山下英子的「斷

¹ 參見《實證佛教導論》第七章第三節〈教與禪〉。

捨離」並不是「禪」，也並不符合佛法之三法印。

當然，這本書也並非全無是處。作者對於現代社會某些人喜好囤積物品的批評，倒是基本正確的。的確不少人，往往看見賣場的節日促銷，就會多買；甚至有些多餘的食品因為變質而被浪費；家裡堆的東西太多，卻又下不了狠心去處理。如果你也有這些煩惱，倒真的可以借鑑這本書中所講的一些方法和技巧，好好地清理一番。

四、引申：佛法智慧與日常事務

既然山下英子的「斷捨離」與佛法不符，那麼，真正的佛法智慧又要如何才能融入到雜物管理這一類的日常事務當中呢？

其實佛法中並非沒有指引，只不過佛經中的智慧是高度的總結與概括，而不是從生活上的各種細節去一一展開。這就好比給你的是一把萬能鑰匙，遇到不同的問題都可以用它來解決，但是你要懂得如何舉一反三，從總的原理當中去體會日常瑣碎事務的處理方式。在本文中，筆者就拋磚引玉，也以家居整理為例，分享一下筆者的看法。筆者同樣把這個過程分為觀念、行動和收穫三個階段。

1. 觀念：無常故苦

山下英子的主張是從雜物帶來的「苦」開始觀察。但筆者建議可以從所有的五陰都是「無常」開始觀察，而且這種觀察一定要周遍、要全面。

之所以建議從「無常」開始觀察，是因為「苦」是一種感受，每個人的感受會不同，同一個人在不同階段的感受也會不一樣。有些苦或許是將來才會感受到的，有些苦是因為已經過去而被忘卻的。但「無常」不一樣，它是一個客觀事實。所有的人、所有的階段，正確的答案都只有一個——「五陰無常」。然後，再從「五陰無常」的真相中去進一步推理和觀察：無常的事物，在它不成立或是已經滅失的時候，如果對它執著便會產生苦。這就是「無常故苦」的道理。所以第一步要做的，就是要認清這樣的真相，而且觀察要周遍，才能徹底斷除煩惱的根源。

具體來講，如果家中有人喜愛囤積物品，或是有每逢賣場促銷就大量購買的

習慣，這時候你要做的第一步，不是把他買的東西貿然扔掉，而是要曉之以理、動之以情。告訴他：促銷不等於便宜，便宜不等於就得買，這種行為模式並不是「恆常」的；囤積的食品會變質，這是物的「無常」；物品太多很難收拾，而且還會常常找不到想要的東西，所以即便是好東西，也並不總是給人帶來享受，這是樂受的「無常」；而這些無常都會給人帶來「苦」。慢慢地讓他明白這些道理就好。如果是自己有這些弊病，也是一樣，第一步先明白真相，改正是第二步的事情。

2. 行動：對治煩惱

體會到了苦，知道了苦的源頭，自然慢慢地就會想要去改變。所以，最糟糕的是在煩惱生起的時候，還在用錯誤的觀念為自己辯解，而不願接受「五陰無常」的事實。比如，抱怨自己買不起更大的房子，用來收藏各種物品；或者乾脆認為凌亂就是自己的個性，改不了等等。

在整理家中雜物的行動過程中，山下英子書中講到的一些方法和技巧則是大可借鑑的。比如，先集中一點，把家裡多餘的物品送人、二手處理，或是扔掉。同時也要減少採買，只購買有用的東西。要知道，物只是工具而已，不要相信那些煽動性的廣告，像「你值得擁有」、「鑽石恆久遠，一顆永流傳」等等，千萬不要將「物」和「我」劃上等號，不然，就不是你在利用物，而是物在綁架你了。

取捨的標準就是「物盡其用」。這個「用」，不是要用高級的東西來提升自我的形象。這個「用」，是可以直接或間接地幫助減輕自己的煩惱，也能幫助減輕眾生的煩惱，於我們的修行有利益。

3. 收穫：解脫煩惱

以上所做的，都是為了把我們自己和身邊人從煩惱當中解脫出來。如果在第一步就能夠徹底、周遍地完成五陰無常以及第六見處的觀行，便能夠證得初果¹。這時候，我們真正的收穫並不只是房間的「清爽」感覺，而是我們內心世界觀和

¹ 初果的功德，可參見《實證佛教導論》第五章。

價值觀的改變，從此用一種新的態度和方式來認識和改變世界。

當然，以上都是依於世俗諦來講。若是立於勝義諦的立場而言，三界萬法統統都是一真法界，也就無所謂空間不空間、雜物不雜物、收拾不收拾、清爽不清爽了。就好比《心經》所說——「不垢不淨」。其實，我們每一個人都本來擁有這樣一顆永遠清淨自在、離於世間煩惱的「自性清淨心」。

迴響

編輯按：對於讀者的來問，為使閱讀順暢，編輯對個別語病、錯別字及標點，或是與提問不甚相關的字句，或是不宜公佈的內容，進行了增刪校訂，未改動文意。

問多寶佛塔的踊出

問：末學昨天看第九期的《通訊》雜誌，理解《法華經》很吃力。看到《法華經》講的：無論何時何處，只要有講《法華經》，就會自然踊出多寶佛塔。這個問題該怎麼理解呢？因為我們現在講解《法華經》的法會應該不少，為何沒有聽說多寶佛塔踊出的現象呢？

答：要現在佛開講《法華經》，多寶佛塔才會踊出。

菩薩不離一真法界

問：《大般若波羅蜜多經》卷七十八：「菩薩摩訶薩行般若波羅蜜多時，不應住真如，不應住法界法性、不虛妄性、不變異性、平等性、離生性、法定、法住、實際、虛空界、不思議界。何以故？以有所得為方便故。」

菩薩找到第八識如來藏後，為何不依於其而住？一來，那個境界勝妙，無有覺知，無五塵；二來可以避免造很多身口意業。但世尊告誡不可執著真如境界。那麼，怎麼樣才是又轉依如來藏但又不住於真如呢？

答：諸法空相故，若欲離開諸法住於真如，此為小乘之生空真如，非大乘法。請參考〈心經所說的解脫與成佛方法〉一文。久學菩薩有方便善巧，廣設法門，不離一真法界，但新學菩薩視為異學異法。

觀行的重要性和重點

問：看完《實證佛教導論》，初步知道「觀」在學習佛法中的重要性。原來從解脫道的證初果開始，一直到菩提道的觸證第八識，都離不開一個「觀」字。

1

前兩天，在看老師的書後，著意觀「思、想、受、觸」，想體驗「種子」的生起、流注。忽然觀到，「種子」的流注起於「作意」，不「作意」則視而不見，聽而不聞，有觸無受，無識生起。一「作意」，便觸、受、想、思傾注而出。再觀「作意」無不從業力而起。一時起疑，故給老師寫信。請老師指教。謝謝老師！

答：很高興您能體會觀行的重要。

佛教觀行的方法，和自然科學家觀察的方法，其實是一樣的，只不過觀察的重點不同。

「作意，謂能警心為性，於所緣境引心為業；謂此警覺應起心種，引令趣境，故名作意。」²種子的流注起於作意，這是沒錯的，但您忽略了一個事實，作意是一定會存在的，例如我們永遠記得自己住在哪裡，有什麼親人。所以，不能用「不作意」來修行，只能把「不如理作意」改成「如理作意」，這必須靠如實而觀，而不能觀假想的境界。

大乘法最重要的觀行，是要觀察第八識如何出生五蘊，但是這裡面有重點，那是大多數人破參的地方，我不方便講太白，免得讓輕慢之徒輕易得知而虧損如來，但已經在《實證佛教導論》、《實證佛教入門》和《禪宗的開悟與傳承》中，再三地舉例，您要自己去體會。

問：是的。在這裡我還想略微談一些我具體的觀察，請老師指正。

如，昨天正燒菜時，一時走神，聞鄰居大呼：「誰家菜燒焦了？」起先聽到時還在迷茫中，忽然一個念閃過：「我在燒菜！」立即面前鍋里的焦糊味撲鼻而入，立即關火。事過回顧，焦糊味應於我作意「我在燒菜」前，已與鼻觸，但這觸卻怎麼未引出受、想、思來呢？因為沒「作意」，而在始作意初，鼻的嗅覺和

¹ 編輯按：此問刪減了與提問關係不大的文句。

² 《成唯識論》卷3 (CBETA, T31, no. 1585, p. 11, c6-7)

焦糊的味塵及焦糊的識是如何同時產生？我於是定下心來「觀」：

現時正中午，周圍很靜。您看，意識中一作意觀，便有了耳根，並這耳根的作意隨即起，了別了耳根和靜塵的觸，有了「很靜」的耳識。想想這個很有意思，一作意什麼都來了，就好象覺得，耳根、聲塵應時時都在觸中，但是否這樣呢？如不作意，是否耳根和聲塵就沒有觸呢？我的答案是肯定的，如不作意，便沒有耳根能聞種子乃至所聞聲塵的種子從源頭流出。請老師指教。

答：您在觀行中添加了自己的見解，雖然這些見解來自經教，仍然會障礙您發現真相。正確的觀行方法，必須先把這些事先知道的經教理論當成假說，必須有充分的證據，才能下結論。也只有如此，才能將「正教量」轉成「現量」。

什麼是充分的證據？消極的定義是，已經證明所有合理的懷疑都不能成立，只剩下唯一的可能。

另外，觸、作意的法義，屬於百法明門，應該等到大乘見道之後再去鑽研。目前，請您把觀行的重點放在五蘊與第八識之間的關係，依次第學習，才會有效率。

問：收到您的信後，結合信的內容，學習了書中的相關章節。不是很費力，一時便找到了那個「我」。所有原先用許許多多名相的堆砌，傾刻崩塌。都說其相是空，不可說，我說沒有不可說的，講不可說是執了其空相的一面。在一定的語境中，說東說西都是它。原來世間所有事，原本與它無關，所以隨緣（善緣）而作，無不可作。

我看老師的書，知道我現在還只是在想蘊中修相似「真如三昧」，但是我知道我不會再找不到我，我現在的目標是在修定中入真如三昧。因為修定時間不長，定力不夠，所以連睡眠都受影響。好的是心中已有一定的解脫，「睡眠受影響關我何事」，沒有很痛苦的感受。

答：您所述的情形，是聞思成熟的現象。聞思成熟之後，很容易便會順入定境。您判斷自己在修習相似真如三昧，真觀依比量判斷，也這麼認為。您目前的定根才剛萌芽，隨順解脫的受用很有限，但只要您不退失對於正法的信心，慢慢就會增長定力，乃至睡眠、悶絕以外的時候皆能保持。

實證佛教的核心主張

問：真觀老師，我讀了您的書，再在工作實踐中逐漸體會到，您所倡導的兩大觀點是正確的：1、輪迴中有常住法，「我」；2、佛教可以實證，屬於理性和科學。這兩大觀點都是顛覆性的，但我覺得是正確的。

答：您所述的兩大觀點，確實是實證佛教研究中心的核心主張，我們會一直提倡，直到因緣不許可為止。

「識蘊」在不同經論中有時會有不同定義

問：弟子在閱讀《大寶積經》時，看到六界法中的識界是定義為識蘊的。見（1）菩薩藏會第35卷；（2）菩薩見實會卷73；（3）善臂菩薩會卷94。

答：命題才有對錯。定義和分類，只有適當與否的問題，因為語言文字是約定俗成的，講話的人可以賦予語言文字特定的意義。識蘊在《阿含經》中定義為六識身，但是在別的經論也有把它定義為八個識。將第八識、第七識納入識蘊，這是分類的問題。只要您明白，《阿含經》講識蘊無常、苦、空、非我時，是在講六識身。其它的經論，則依它的定義和歸類，二者不要混用即可。

發菩提心才能成佛 無漏有為法的含義

問：昨天在佛學群裡和一位師兄討論了個話題：為什麼要發菩提心？度眾生與自己成佛有什麼關聯性？這個邏輯因果原理是怎樣的呢？

「心、佛及眾生，是三無差別」，是指每個眾生本自具足的真心的體性都相同，沒有差別。但是各自含藏的業種清淨程度不同。要成佛，必須是不斷的造清淨業種（無漏有為法）汰換染污業種，最終完全清淨而成佛果。這個和發菩提心度眾生有什麼因果關係呢？

另外，老師能否講解下無漏有為法的概念？照理說只要有為法，都是有漏的，都是會變化的。我目前的理解是，造修積成佛的業因，只要沒有成就佛果就一直都在那裡，不現行。而有漏有為法呢，就會遇緣流注出去生成果報就消失了。

答：發菩提心才能成佛，經教依據非常多。例如，大家都知道的三大阿僧祇劫，便是從發菩提心時起算，而且要「信成就發心」才算數。《大乘起信論》說：「信成就發心，略說有三。一、發正直心，如理正念真如法故。二、發深重心，樂集一切諸善行故。三、發大悲心，願拔一切眾生苦故。」大部分的佛弟子發菩提心，只滿足後兩個條件，必須懂得真正的大乘法，具備思所成慧時，才算是信成就發心，由此起算三大阿僧祇劫必能成佛。

另外，《華嚴經·普賢行願品》說：「譬如曠野沙磧之中有大樹王，若根得水，枝葉、華果悉皆繁茂。生死曠野菩提樹王，亦復如是。一切眾生而為樹根，諸佛菩薩而為華果，以大悲水饒益眾生，則能成就諸佛菩薩智慧華果。何以故？若諸菩薩以大悲水饒益眾生，則能成就阿耨多羅三藐三菩提故。是故菩提屬於眾生，若無眾生，一切菩薩終不能成無上正覺。」

為什麼要發菩提心才能成佛呢？因為只有度眾生才能夠產生足夠的福德來成佛；而且成佛要滅掉塵沙惑、證一切種智，很多塵沙惑是隱藏在與無量有情的關係上，必須與自己有緣的有情現起因緣，才能在現法當中斷除；現觀一切種的功能差別，則必須在極長的時間當中，歷緣對境，方能證得一切種智。若未發菩提心而修習佛法，一定會在證果之後不久，取證無餘涅槃，如此一來，便無法累積足夠的福德，也沒有辦法在三大阿僧祇劫當中現觀一切種的差別，所以便無法成佛了。

有漏和有為的定義不一樣。有為法是指有生、住、異、滅的法，所以包括究竟佛的四智、四無所畏、十八不共法等等，也是有為法。無為法是指沒有生、住、異、滅的法，例如第八識心體和一真法界。有漏則是煩惱的異名，滅除煩惱的方法和結果，都是無漏法。在四聖諦當中，苦、集是有漏法，滅、道則是無漏法。無為法一定是無漏法，例如涅槃；可幫助我們證得涅槃的有為法，皆是無漏有為法，例如八正道。

問法身及勝義諦

問：有位同修向末學提出一觀點，認為「眾生各有一阿賴耶識，其心體即常住如來藏，由此認為眾生成佛時是各自一法身，並由此推論，諸佛也是各自一法身。」末學心中有所疑惑：

(1) 「心、佛、眾生，三無差別」，不知是不是指的法身（未證前也可能叫法性）無差別？這話能不能得出同一法身的觀點？

(2) 末學以為法身是勝義諦，應當遠離相、名、分別。立一屬勉強，立多法身則有分別而落入世俗諦之嫌疑。

答：「心、佛、眾生，三無差別」是指法身平等而非同一。法身即是第八識能藏種子的心體，它是無為法，沒有辦法被改變，所以眾生與諸佛的法身皆是平等，不管是否證得，都沒有差異。說沒有差異，前提即是並非同一。

世俗諦不離相、名、分別，以語言文字描述法身，「法身」即是世俗諦。勝義諦離開相、名、分別，在繽紛的世間法相中，若能夠安住在一真法界，遠離諸法的差別對待相，世間法相即是勝義諦。勝義諦是出世間聖賢所緣境界，不是語言文字；只要講出來的，都是世俗諦。但是您必須依靠世俗諦才能夠明白真正的勝義諦；如同指頭不是月亮，但是人家指著月亮，您要靠指頭的指示才能見到月亮。對出世間聖賢來說，世俗諦與勝義諦是同時存在的，兩者互不妨害。而凡夫只知世俗諦，若知勝義諦即是聖賢。

參禪時的「如鯁在喉」 空、無相、無願的含義

問：末學修了這麼多法後，就一直咯氣，南懷瑾先生的書上講這是胃氣上行，要打開喉輪什麼的。直到這周，末學在群裡看到有同修發布您的法義，有一段說「疑情發起之後，如鯁在喉，吞不下、吐不出」，他說以前也有居士問過，好像是一種善根發起。末學不知道自己咯氣是怎麼回事，又沒參過禪，談不上發起疑情，是念佛後出現的，當時有很多居士都一起咯氣了。三年來，末學那股氣在喉嚨那裡不能上也無法下，愈發嚴重了，不知是善根發還是業障現。請您指點。

答：參禪的「如鯁在喉」，是一種心理狀態的描述，而不是氣機不順的現象。佛教最重要的經典，皆是從心理的層面下手修行，而不是練氣功。要是您如法修習大乘法門，絕對不會有氣機不順或者與鬼神相應的副作用。建議您有空的時候觀想左腳大拇指爛壞，露出白骨來，這樣可以把注意力轉移到別的地方，氣機不順的現象應該可以改善。要是試了之後沒有效果，請您再去諮詢其他修行人。

白骨觀是佛教正統的修行方法，遠勝過索隱行怪的外道法門，但並不是最高明的修行方法。最高明的修行方法是般若波羅蜜，它能夠讓你成就無上正等正

覺。修習般若波羅蜜的知見與方法，已寫在《菩薩道入門經論》，請您仔細閱讀、思維，如法修習。

修行一定要保持理性的態度，過正常的生活。有空要多讀真正的大乘經典，包括《金剛經》、《心經》、《法華經》、《大般涅槃經》、《維摩詰經》、《大乘起信論》等等。真正高明的修行方法，必然跟空、無相、無願三解脫門相應，而不是越修越紛亂，煩惱越多。

問：「真正高明的修行方法，必然跟空、無相、無願三解脫門相應」，具體應該怎麼理解？「空、無相、無願」的究竟真實含義還望得到您的賜教。

答：《菩薩道入門經論》，已經有空、無相的講解，最近真觀講《大般涅槃經》，也詳細地解釋空、無相、無願，整理好以後，會貼在「阿含小組」。「阿含小組」是學員的秘密小組，不對外公開。您若是有興趣，可先報名「實證佛教入門」函授課程，便可加入「阿含小組」。

空、無相、無願，皆是依第一義而說，若依世俗諦而說，便是不空、有相、有願。若依中道而說，便是：「空不空，相非相，願非願。」若以《大般涅槃經》的語法型態，可說成：「異法是空，異法不空；異法有相，異法無相；異法有願，異法無願。」

您可以參考《金剛經》：

佛告須菩提：「諸菩薩摩訶薩應如是降伏其心：『所有一切眾生之類，若卵生、若胎生、若濕生、若化生，若有色、若無色，若有想、若無想、若非有想非無想，我皆令入無餘涅槃而滅度之。』如是滅度無量無數無邊眾生，實無眾生得滅度者。何以故？須菩提！若菩薩有我相、人相、眾生相、壽者相，即非菩薩。」

布告欄

實證佛教研究中心開設函授課程，歡迎大家報名。有意參加函授課程的朋友，請您先從「實證佛教入門」開始，這門課是解釋《實證佛教導論》的重要內容，以培養三乘見道者為目的。這門課分為兩期，第一期的教材是以電子郵件寄送，當您閱讀完之後，若生起歡喜心，渴望閱讀全部的教材，便可報名第二期函授課程，那個時候我們會把全本打印的教材《實證佛教入門》郵寄給您。已經讀完《實證佛教導論》的朋友，可直接報名第二期函授課程。上完這門課之後，您可以考慮報名其他的經論課程。

正在講授的經論有《雜阿含經論會編》和《大般涅槃經》。《雜阿含經論會編》是《瑜伽師地論》和《雜阿含經》的合編，開這門課是期望能夠培養出有自學經典能力並且精通《雜阿含經》的人才。《大般涅槃經》是佛陀最後的遺教，闡述常、樂、我、淨涅槃四德，以及眼見佛性的義理，矯正流行的錯謬見解，讓學人避開學佛的誤區，直心進入大乘佛法的堂奧。

函授課程的教材放在[OneDrive](#)，僅限報名的學員個人檢視，各人聞法因緣不同，請勿濫慈悲轉發給他人，徒增彼此的障礙。為了安全起見，文字教材請小心保管，錄音檔聽完之後必須刪除。故意盜法或因為過失而虧損如來，都是最嚴重的戒律，請謹慎守護。

《實證佛教通訊》為雙月刊，學員可以向教務組（jiaowu000@gmail.com）訂閱每一期的發刊郵件。同時，每期刊物都會公開在[OneDrive](#)上讓大家下載，也歡迎大家轉貼或轉發。

錄音檔不做公開發布，僅供錄音謄稿義工等相關的工作人員使用。願意領取錄音擔任謄稿義工的學員，請與[教務組](#)聯繫。

豆瓣網有一個秘密小組，稱之為「阿含教典研修實證小組」，這是學員討論區，必須已經報名第二期《實證佛教入門》的學員才可以參加。符合條件的學員，請在豆瓣網上登記一個帳號和匿稱，關注「[真觀](#)」，再發豆郵給真觀老師，表明自己的真實姓名，即可受邀加入秘密小組。秘密小組張貼的文字，除非特別標明，

皆不得轉載和轉發；但部分問答會略作修改，公布在《實證佛教通訊》與大眾分享。

《實證佛教導論》簡體索引，已由嚴非語編製完成，歡迎大家利用，下載網址：<http://sdrv.ms/P0kaW1>。

「實證佛教入門」函授教材，有一部分檔案已公開，由吳箏錄製成聲音檔，陸續上傳中，下載網址：<http://1drv.ms/1eTy1u7>，歡迎大家利用。

《禪宗的開悟與傳承》沒在大陸出版，但是內容和真觀老師的碩士論文《大慧宗杲禪師與宋代士大夫交游研究》差不多。下載網址：<http://1drv.ms/O5hWYu>。

以上訊息，請告知有興趣的朋友。

實證佛教研究中心 啟

2014年3月31日

實證佛教研究中心 簡介

「實證佛教研究中心」是一個學術團隊，成立於2009年3月21日，我們從事的是教育和學術研究，而不涉宗教性的活動。學術研究雖然與實際修行不同，但是因為我們的研究是以實證為核心，所以與實際修行有密切的關係。思辨能力強的人，依實證佛教修學，可以很快證得聲聞初果和二果，其餘的人只要信心具足，能夠長期聞思實證佛教的義理，也可以預期初果向（趨向於初果）的果位。已經發起菩提心的人，甚至有大乘見道的可能。

可以證果的法門，卻以學術團隊的形式出現，或許很難找到前例，不過我們還是想維持這個特點。這是因為實證佛教研究中心特別重視四依（依法不依人、依義不依語、依了義不依不了義、依智不依識）和三量（現量、比量、正教量），這和學術的方法論與認識論非常吻合。對我們來說，真相（現量）是最高的原則，而不是經典的義理（正教量）。

實證佛教研究中心提供了一個平臺，讓理性的朋友可以超越信仰的層次，理性探討生命和世界的真相。還有很多佛教徒，最初是以信心入門，當他們深入經教之後，逐漸發現信仰的侷限，開始尋求實證，盼望終極地解決煩惱與痛苦。對這些佛教徒而言，實證佛教可以作為他們進階的門徑。無論您是因為什麼原因而喜歡實證佛教，我們都期望您有收穫。

《實證佛教通訊》是實證佛教研究中心發行的不定期電子刊物，目前大約兩個月發一期，以後希望儘量增加發刊的密度，文稿的多少則不一定。《實證佛教通訊》歡迎大家賜稿，若是曾經刊載於其它刊物，或者曾張貼於網上，敬請註明。稿件的內容必須符合三乘見道的核心法義，本刊才會刊載，細部的內容，則由作者自負文責。來稿若經採用，將酌付稿酬。

實證佛教研究中心主要的工作是培養人才和學術研究。已經發表的專書有《禪宗的開悟與傳承》和《實證佛教導論》。正在撰寫中的專書有《實證佛教觀行法門》、《實證因明學》和《中國實證佛教源流史》。打算進行的研究有《印度實證佛教源流史》和《中國實證禪宗史》。只要因緣許可，以上兩項工作將會進行到佛法滅盡為止。

培養人才的部分，主要是以網路函授的方式進行，我們也樂意接受短期或長期講學的邀請。網路函授課程都是免費的，但學員必須以真實的姓名和住址報名，並且承諾不將教材轉發給他人。我們不限制學員的資格，也不會以宗教上的戒律要求您，只是您必須知道，若有慢法、謗法或盜法的情況，參加函授課程不但沒有利益，反而有害。

實證佛教研究經常性的開銷是薪資、房租、旅費，以及各種雜支。目前因為經費不足，大部分的研究人員沒有辦法全職投入，甚至必須另外謀職，以致許多研究計畫陷於停頓。2011年以前，大部分的經費來自至親好友，只有很少的比例是陌生讀者的贊助。如今陌生讀者的贊助款漸增，所以從2012年開始將贊助款公告於網絡上。原則上只公告日期和每筆的金額，但贊助人也可以要求公告姓名或別名。您若覺得我們的工作很有意義，歡迎您贊助經費。有意贊助者，請與真觀老師聯繫，電郵信箱real.observer@m2k.com.tw，亦可直接匯款到：

中國農業銀行，6228481098044563875，呂真觀

中國工商銀行，6222023202031353013，呂真觀

招商銀行武漢分行漢陽支行，6225881276392098，呂真觀

支付寶，real.observer@m2k.com.tw，呂真觀

（以上帳號適用於大陸地區的匯款）

或

臺灣銀行城中分行，045004802724，呂真觀

國泰世華銀行忠孝分行，011506097675，呂真觀

（以上帳號適用於臺灣地區的匯款）

或

A/C WITH BANK :

CATHAY UNITED BANK, TAIPEI, TAIWAN

NO. 293, SEC 4, CHUNG-HSIAO E. RD., TAIWAN R.O.C.

SWIFT CODE : UWCBTWTP

BENEFICIARY'S NAME : LUE ZHENGUAN

ACCOUNT NO. : 011087032762

（這個帳號適用於海外及各種外幣匯款）

實證佛教研究中心 啟

2014年3月31日

實證佛教通訊 第10期

發行人：呂真觀

編輯：實證佛教研究中心編輯組

E - Mail：positivist.buddhism@gmail.com

出刊日期：2014年3月31日

呂真觀的OneDrive

<http://1drv.ms/1jxTehw>

實證佛教通訊

<http://1drv.ms/1g3lWyV>

本刊文章歡迎非營利性質的轉載、翻譯、引用，
但請註明作者及出處。