



佛使比丘

著作：人类手册

第三章 四执取

佛教的宗旨是要解除痛苦。要解除痛苦就不应有四种执取：欲取、见取、戒禁取、及我语取。

各位法律系的同学：

我前天已讲解过：佛教是为了「明了『什么是什么』的理论知识与实践程序」，以及了解万物「什么是什么」的真相，也讲解到一切事物原来是无常、苦、无我，是没有自我的。为了更能方便了解其内容，我们必须指出一切事物皆不值得一以欲望习性去执着，因为这种行动就是苦，或说它是产生苦的方法。佛教只立下一个重点，即解决内心的苦，我们应该不断地提醒自己，此一志向比起一般的道德更为高尚、深入。

为了能更了解苦，我们把它分成几个次第来做比较，看出苦是有层次的分别，那最后的一层就必须依靠醒觉或高超的智慧才能熄灭它。为了更容易指出苦，我们拿疾病当作比喻，这些疾病可以完全的分为三类：即是「身病」，也就是一般我们所看到的身体的疾病。稍微严重的心理方面的疾病，叫做「心病」，在这里让我们来思考一下，有什么比心病更为严重？假如能明白这个题目是非常好的。现在依据佛法或宗教哲理，也有使用另一个有关疾病的名词，我们以前已将它归入精神方面的问题，我自己也不知道要用什么名词好。身体方面的疾病为 **PHYSICAL DISEASE**；心理疾病为 **MENTAL DISEASE**，最后的一种疾病称为 **SPIRITUAL DISEASE**「精神疾病」。依照常理来说，大多数人都认为这是妖魔鬼怪在作祟，或是有什么关于这方面的东西。但是事实上，**SPIRITUAL** 不是那鬼怪的疾病，实际上它是由於被烦恼欲望燃烧而成的疾病。如果要指出这疾病的真相，那就是一个遭受到烦恼欲望所折磨的意识，但是这一种疾病出现在意识或精神中，纯粹符合於精神意识这名词，比心理的疾病更难解。因为 **MENTAL** 和 **PHYSICAL** 较有关系，即是心病、身病。但是精神方面的疾病则更为深奥，虽没有生理和心理上的疾病，但是假如还有无明欲望和执取存在的话，那也还有 **SPIRITUAL** 精神的病痛，是每一个人都有有的病。无明就是不知晓，欲望即是想要的感觉，执取就是内心紧握不放。这些都是使我们陷入精神病患的因缘工具，比起心理的病痛更为严重。

心理和精神这些名词是混淆不清的，所以别对文字太过于执取不放。希望能真正的掌握着它所生起的种种表现状态。如果身体有病到普通医院去治疗；如果是心理的病那就到专科「心理」医院寻求协助；假如是精神方面的疾病，那就必须直接到「佛陀医院」治疗。如果我们已能明白每一个人都有这三种病，那我们将能立刻更加的了解佛教的重要性和利益。它能超越道德的性质，可以解决精神疾病的问题，但必须依靠较深入的佛法，因为它能真正熄灭欲望烦恼，也是真正能治疗精神疾病的药物，这将会使我们对佛教产生更浓厚的兴趣。从这里我们可以看出佛教是为了「明了『什么是什么』的理论知识和实践程序」，进而产生正确地明了「什么是什么」的知识。如果有正确的知识，最低限度也能明了万物是无常、苦、无我的，执取为「我」和「我所有」的疾病就是苦；甚至沈迷、爱恨着「我」也是苦。我们所指的苦，或所承受的压力，就是精神的疾病，是有色、无色众生所共患的疾病。

这里又产生另一个问题：我们到底要以什么方法，才能将自己从无常、苦、无我的万物或因缘和合物中摆脱出来？答案是我们必须继续学习「什么是我们贪爱和执取的原因？」，我们必须探究所迷执的世间物—无常、苦、无我。如果我们对执取的根源有所明白，才有能力断除执着。因此我们必须直接对它有所明了，才有能力从迷执中脱离出来，或从一切事物—无常、苦、无我中解脱出来。

此外，我认为学习并明白那染着根源的烦恼，即所谓的执取，将会帮助我们清楚又容易地明白佛教。因此请各位同学特别留意这「执取」，尤其希望各位去学习，直到你们了解每人所存有的执着真相，不论是你本身或那些你们正要帮忙的人，盼望大家都能脱离烦恼之苦。

在佛教中，这执取的污染心即是对所有事物执着、染取，巴利文叫做 UBADAN。如果依据文字翻译即为进执取、执持不放等，执取即是全力以赴地紧握不放。

执取可区分为四种类：第一种称为「欲取」，即是对所爱恋的事物执取；第二称称为「见取」，执着於自己的见解、观念；第三种叫做「戒禁取」，对自己以前所拥有的戒条和行为方法迷信地执着不放；最后一种的执取称为「我语取」，即是执着「是我」、「有我」。

「欲取」——执取於色、声、香、味、触、法

「欲取」(Kammupadana) 即对情欲的执着，是我们一般人所能了解的第一件事—对于贪爱、满意的东西追求、纠缠，包括色、声、香、味、触中的任何一种。「色尘」就是对那眼睛看到而满意贪爱的形体；「声尘」意思是那牵着心的悦耳的声音；「香尘」就是那香喷喷的气息；「味尘」即是那美味可口的味道；「触尘」即是身体的接触。这五种心境所在

处，是可以依照一般人所了解的，随着自然的天性而感觉到津津有味或者好过瘾的事情。但是依据佛教的理论将扩展到六种，那就是多加一个「法尘」，意思是出现在内心中情欲的感受，是过去、现在、未来牵连到的内心或外在的事情。无论是真实的或幻想的，当心识去感触时，就会生起那津津有味、好过瘾的感受。婴儿出生第一次接触到这六种外尘，便对这外尘生起「执取」。这执取就逐渐扩展直到现在。对于这满意、爱恋的事物，有着顽固的执取，只有超越凡人的能力才能拔除。因此我们必须要有正确的知识并且正确地对待事物，这是一项重要问题，不然的话，这些对于情欲的染执，将会为世间带来灾害。希望我们能去审查那些被害的人，很自然地我们会看出他们被破坏主要的原因，是对于任何一种的情欲有所执取。如前面说过的，情欲在巴利文的含义比泰文的含义范围更广，泰文只是局限於异性之间的感触罢了！

甚至连现今的哲学家 SIGMAND FREUD 都承认「这世上的人类，所做的任何事，纯粹都是以这所谓的性欲为其主因」这个原理。如果观察世上所有的生物便能看出这个题目事实上是最正确的真理，因为我们人类之所以会互相亲爱、嗔恨、厌恶、妒忌、厮杀，甚至自杀也好，都必须在情欲的作用之下才能产生。不论是嗔恨或厌恶，都是因希望从另一方得到某种利益而发生间接或直接的冲突而引起的，越是深思就越能看出这真相。如果我们探寻下去，将会发现人类必须忙忙碌碌地做各种工作，在心灵深处隐藏着这贪爱，它是想要得到任何一种东西的根源。我们学习各种学识，以便有一份好的职业，工作上有了成就以后，就去追求那五尘「色、声、香、味、触」的享受，希望我们能深入的去思考，到底还有什么比这更「糟」的！？甚至布施行善也是为了上天堂，原因就是要求得任何一种情欲的「利益」。因此我才会把它安置在「世间」，别牵连到出世间，它们之间没有任何瓜葛，比如出家精进地断除烦恼，就不是以情欲为主因。除此之外，有些人出家是为了世间或他界的任何一种情欲，这也是有的，但它不是佛教。我们来谈谈间接的原因：因为这控制、蹂躏着世间的情欲令人深感厌恶、怖畏，为了找出那超越情欲的道路，我们才出家修持梵行。也可以这么说：这种的出家，其主因间接也是来自情欲。但是总而言之，生物、人类和世间万物的混乱不安，其中的主因都是来自情欲。

为什么情欲有这么强烈的力量？因为它是来自「欲取」，即是对情欲本身有着很牢固的执取，佛陀才说这是一个直接与世界有关的先决条件。「这个世界将会持续转变、破坏、毁灭或是其他任何一种情形都一样，主要的原因，必然是直接甚至全部都来自欲取。」我们应该审察思考看清自己，到底有些什么样的欲取呢？它什么时候存有的？它是何其坚固？实际上，我们的性格是否能超越它，并放弃它呢？假如我们不依靠佛陀明觉的智慧，那又怎样放弃执取呢？这所谓的欲取是那么茫然无头绪，它必须要以高层次的佛法来学习修行，才可放弃和断除，不是靠普通的道德层次所能做到的。如果依照着世间上的常理，欲取却相反地有着极大的利益；所谓的利益，就是欲取能使我们爱护家庭，很勤奋地寻找金钱财产、

名誉地位等，这完全是由於执取的原故。如果以世间好的眼光来看，那可算是一种使我们人类进步、勤奋的力量；假如以「法」的眼光来看，另外能感受到在隐密之处所承受到的苦的折磨。因此，从佛法方面来讲，我们必须控制欲取，甚至到最后必须把它放弃并熄灭掉。至於我们能舍掉吗？我们是否已决定要把它抛掉了？这是另外一件事。只是希望能彻底了解这第一个欲取，是佛教所立志要克服，并且最后把它舍掉的事情。

「见取」——执着於观念、见解、或信念

「见取」(Ditthupadana) 是对见解的执着，即是对观念、见解、主观想像的执着，是为第二种执取，也是我们可觉察到而又不难明白的事情。当我们一出世，就自然的必须要接受教育，从而产生了所谓的「见解」，即是我们的思想观念，这是每个人所必须执取的主观见解，而不肯轻易向人低头，把它称为是人类的一种本能天性也不为过。这种对自己见解的执着，是在自然之下所形成的。正因为它是自然的事，所以我们不能批评也不能制止它。但是如果好好去观察，将可看出它的严重性、危害性不少於欲取。若我们执着自己任何一种旧有的见解，那就算是一个绝对固执的人，必须招受到毁灭。如果我们还是执取着观念，那就必须设法纠正，使自己越来越正确高尚起来，让邪见转变为正见，且不断的提升，最终到达那究竟的正见，那就可以了解前天所讲述的四圣谛法。

见解为执着的根源，是由多方面的原因而形成的，尤其是风俗习惯、文化，而宗教的教育影响更大。谈到这些之后，就更能了解我们所执着的那些自认为是最正确或最好的观念。见解的执着大多是来自那公认为最好的风俗习惯、文化或宗教教理。至於那些自己所强烈执着的，也比不上那逐渐受宗教教理、风俗习惯等薰陶所累积下来的见解。还有另一个更重要且不容忽视的要点，那就是烦恼和不觉悟，会带来各种各样不正确的见解。当有了这不觉悟、无明，我们就会随着基本烦恼的推动力去判断或了解，而认为这是值得贪爱的、执取的、是永恒不变的、是欲乐的、有个实在不变的「自我」，来取代原本是污秽的、虚幻不实的、无常、苦、无我的诸行等。不论是什么，若是自己所明白、所认识的，他都认为是正确的，虽有时知道那是错的，但是为了要维护自己的见解，而明知故犯，不肯认错，是谓不认错的人。这种固执己见或爱面子的心态，可说是我们人类最大的障碍，最大的敌人，它使我们没有能力逐渐纠正自己，改变见解，或对某一种宗教教理产生信念，逐渐使自己好起来。这种问题一定出现在那些信仰低级宗教教理，或其它教理的人身上。虽然自己已看出它是低级的，但还不能改变它，因为他认为这是父母亲及祖先们所信仰而延续下来的，不必有任何理由来改变自己，只是把它当做一种信仰罢了。因此，可以这么说：执着不正确的见解是一件危险、严重且不容忽视的事，必须要精进、努力地使它逐渐松弛淡薄下来，直到完全地脱离。

「戒禁取」——没有正见不了解其真正的目标、不去思惟的行持

「戒禁取」(Silabbatupadana)是第三种的执取，其意是执着从远古一直流传下来而没有理由的行持，或对所喜爱的那神奇灵验、具有无比神通力的行持执取。认为那是不可改变的事情，同时也不愿改变、放弃。事实上，泰国人所持的戒禁取也不比外国人少，有着各种各样的神奇灵物、神秘仪式和经咒。比如有人醒后拿水来念经作法洗脸；要排泄时就念各种各样的咒语，头转向这个方向又转向那个方向，要用餐或要睡觉时，也必须念各式各样的咒语；有的相信鬼神、灵术、神奇动物等。其实那是古人的习惯，但是现在仍有这样执取的人，尤其是那风俗习惯和宗教教理方面的事情更为严重。

戒禁取主要是指出那些不可理喻，没有理由的行持方式，也不必思考任何理由、不需任何解释。人们只是依据自己所曾相信的语言文字，而执着地去奉行，不愿意去改变它。甚至佛教中优婆塞、优婆夷还会对某种事物执取，僧人也不例外。尤其是那些外道，信奉梵神、天神及神奇灵物的人，有更多此类的信仰，而佛教徒中此类人也不少。这是当一个人在行持任何戒条或法则时，不了解其目标，也不去思考原因是什么，只是认为应当去实行那被称为灵验的事物之后，必定可获得良好的果报；因此这些人持戒或修法都只是仿效古人所流传下来的语言文字，并没有直接深入了解事物的真相，只是习惯性地盲目跟从，这顽固的执取是一种很难改变的执取。因此若要从这个教理改变信仰其它教理，或从一种宗改变信仰另一种宗教，是非常困难的，因为这执取了几天、几年、几十年来所行持的戒条，将会牢固到难以改变；这就称为对於所流传下来的迷信错误行持的执取。这和前面的对於见解或错误见解的执着是有所不同的，这里所指的是对行持或心外求法的执着。

甚至已经正在修习止观的人，如果仍不知晓其前因后果和真正的修行目标去实行，这种修持也还只是属于「戒禁取」的范围。此时「止定」、「内观」这两种行持法，从外表看来是相似的，都是以戒禁取的推动力来行持，是一种愚痴迷信的修行。因为只是牢固於所执取的那神奇感应，连一点怀疑也没有。即使我们受持五戒、八戒、十戒或什么戒也好，只要有受戒之后能得到神奇感应、超能力等的见解，这由於迷信执着的动机而受持的戒，即演变成戒禁取，根本不必是异教徒或外道的各种奇异的行持。在正确的佛教修行法则中，势必从开始的见解就必须是正确的，用有道理的实践方法去熄灭烦恼的果报都能称心满意，也即是说自始至终都是正确的，这样的修持方法才不会因有顽固的执取而越修越离轨道。

还有一件我们应该去看清的事是：我们人类都顽固地执取某一种宗教的行持认为这是超越一切因果所能证明的。我坚决地指出，它早已使我们不自觉地陷入戒禁取的圈套，不论古人或今人都有这种毛病。希望各位能思考审察目前我们所相信的，正喜爱着的、所采取的任何

一种修行，是否顽固执取到稍微被动一下都不可以，这是 每一个人都存有的问题，所不同的只是各人有各人的对象罢了。原因是我们迷失於这事物中，才使我们 对错误执着，固执不 敌，这是使我们的 心识不能逐渐高尚起来 的主因。心依然被第三种执取—「戒禁取」所蒙蔽 而暗淡无光。

「我语取」——内心有一个「自我」的感觉，也是一种本能

「我语取」(Attavadupadana) 是最后一个执取，译为语言上认为有个「自我」的执取；世尊运用「语言的执着」这个名词，意即是语言上说有一个「我」。事实上这不是口头上的语言，它是属于 内心的执着。如果要用语言，那就是心里的语言即是内心在说「是我」。执取认为是「自我」，这是极重要的事，也是极为奥秘的；广义的来说，它也可以是一种本能(天性)，这是每一种有情众生所固有的感觉，它必然是无时无刻都感觉到「我就是我」或「我们就是我们自己」，这种感觉是有情众生最根本层次的本能，也是成为其他本能的根源。所谓其它本能包括寻找食物的本能、享用食物以便发育成长起来的本能、因危险而搏斗或逃避的本能、此外还有为了不绝种而繁殖的本能，以及其他种种的本能。但所有一切的本能，都必须依靠这感觉是「我」的本能上。它必须先「有我」或「执取是我」，然后他才不想死，就得寻找食物来滋养身体，就得搏斗，以 便能逃生脱死，生存下去；或者不要招 受绝种的危机，就得繁殖，无论是那一种本能，都必须依靠这执取「自我」的感觉为根基，这执取「自我」的感觉便牢牢牵制 着每一个有情众生，否则他将不能活下去。希望各位能明白这一简短的句子：「若无执取『自我』的感觉，他将不能拥有这个生命。」即是它将不会找寻食物、他将 不会躲避险境、他将不会繁殖，生存至今；也即是说存有着这执取「自我的本能」为根源，同时这本能也是「苦的根源」。一切皆是苦，它本身即是苦，所造出来的全是苦果。当他在寻找食物、搏斗、繁殖等时，这一切都将依靠着欲望烦恼的贪求，因此佛陀才这样的宣称它是一切「苦的根源」。在巴利文经典中曾对此要点有这样扼要的记载：「任何东西一旦被执取，它本身就是苦，或是苦的根源。」或「身和心一旦被执取即是苦的本质」。「执取」是生命诞生的根源，是苦生起的根源。两着同时出现，也可比喻为「生命是苦，苦是生命」。这是佛陀所要表达的意思，也的确是万物的真相，是一件我们必须要好好学习和研究的真理。

在佛教里还有比这更为强烈的论调，有这样的比喻「那些想要脱离苦的，就先得杀父杀母」。这里所谓的杀父杀母是指杀死「执取」和「无明」，它是欲望和执着的根源；也即是假如能熄灭无明、执取，苦也就熄灭了。将生命的苦悉数灭尽，即是不再继续那生老病死的流转，再也没有那因缘的组合而生起「新的有」、「新的生」了，此生立刻成为最后一生。能知晓生命或苦的根源—这是最深奥和最值得深入明了的知识，因为它能使我们彻底地

熄灭一切苦恼。我们要夸耀的说：这个教理，只出现在佛教的专题内容中。一切证据显示，世界上的其它任何宗教都不曾发现这个教理。因此我再次说：这个题目是佛教的重要内容，希望各位同学能特别用心学习、思考这其中所论及的。

有关对治执取的修行，若要获得最大的利益，就得对执取有更深入的了解，尤其是最后的「我语取」，如前所述，生命与生俱来不须教导的那生存本能，称为一切生命的根源。所有刚离母胎的婴儿或小动物，就已具足这本能(天性)，如小猫，当我们靠近它时，就会发出那嘶嘶的恐吓声，那是出於自卫和搏斗的本能；其他那懂得想要食物，懂得找寻食物充饥，或懂得偏袒自己而去做任何事的本能，也都是是一样的。比这更为强烈的我语取，它强烈到超越一切理智的感觉，已不再需要依据任何理由，而只依着心里的感受去行事。打个比方：小孩蹒跚地走着，一不小心额头撞到门，痛得大哭，母亲就以拍打门做为消除嗔恨的方法，小孩随即破涕为笑。直到成年了还仍然会对那没有生命、没有意识的东西憎恨，而摔东西，认为它不合自己的意愿，或认为这个东西有意来阻碍自己等等。希望各位能回想一下，是不是有时候仍以嗔心去踢或敲打那没有生命意识的物体，甚至对那些正在摆动的钟表仪器，也会不经心的对它产生一种错觉，认为它是有生命意识的？

因为有执取的原故，而对所有的事物产生一种错误的观念，认为有个固定不变的「自我」，这个执取牢固的附着在每一个人的心识中。因此，我们就很难甚至没有能力预防或抑制这执取所表现出来的影响力，它很自然地影响我们的一切行为。我们只能尽最大的能力去控制它，也就只有这么一个办法罢了！直到佛法的智慧逐渐累积增加之后，我们才能有足够的力量，以最彻底的方法来克服。换句话说，就是运用佛法来绝对的断除，直到我们战胜这个「本能」为止。如果是一位凡夫或初果圣人，肯定他仍没有办法战胜这本能，只有四果阿罗汉才能战胜。我们必须要了解它不是一个小问题，因为它是一切问题产生的根本。如果我们要成为一个真正的佛教徒，能在佛教中获得真正圆满的利益，则应该用心去研究学习，尽最大的力量战胜「我语取」，那我们就可以从佛教中获得它所给予我们的利益，成为一位正信的佛教徒。

在生命的每一天中认识问题的根源——四执取，是最有智慧、最有功德的

虽然我们还不能抛弃和断除这一层次，但我还要坚定的说，我们应该要详细学习观察「执取」，并尽最大的能力好好地控制它直到克服它，这样我们才能够逐渐从烦恼中解脱出来，成为一个自我解放，自由自在的人，当我们要执行各式各样的责任时，才能与我们的理想一致。拿个比方来说，像各位即将毕业成为法庭上的执法人员、律师等，你们对这理想事业最低限度应存有不偏私的心态，但是如果只是知道和决定不偏向於任何阶级，而自己却

不能控制这执取，在这种情形之下我可以肯定的说，你们会很难以不偏不倚的公正态度去做事。如果我们不经学习，就能在静默中生起不偏私的心境，这是不可能的，也是超越我们的性格和能力范围的。但若是我们能够学习了解欲望烦恼和执取，尤其是更深入透澈地去了解「我语取」，使它能更清楚明白，更能在我们的掌握之下，那么，成为一个不偏私的人将是一件轻而易举的事。当我们真正能以清净、皓洁的心来实行我们的理想、任务，也就有那真正的快乐，日后也不会痛心苦恼。如果不能控制它，与它搏斗来实行任务，则很自然的日后必定会痛心苦恼，这将是一条使我们无止境衰败下去的道路。

如果我们能了解每天所发生一切问题的根源，可算是有功德和有理智的事，所以我不断的叮咛各位，希望各位能特别留意这件事，尤其是四执取。它明显地让我们知道，虽然所有的事物，本来是不值得执着，不值得拿取，不值得成为，但我们还是沦为它的奴隶，深陷其中而不能自拔，这到底是什么原因呢？完全是这四执取罢了！因此我们必须学习了解这些最危险、最剧烈的毒素。那些像熊熊烈火般显示出其毒性和危害性的事物，我们会很容易认识它们，比如武器和毒药等。但是执取却是那么奥秘，捉摸不住，它存在於津津有味、好痛快、好过瘾的情况下，以好香、好美、好听的现象在引诱着心，当它在这种情形下出现时，必定是很难觉察和控制的。因此就必须依靠佛陀的觉智来克服这四执取，生活在智慧中，所过的日子就没有苦或仅有一点苦。若能如此，就有相当程度的清净、光明、寂静，在宁静安乐的状态下去履行为人的责任。

今天我总算是一针见血地指出让你们看清存在於你们每个人身上的问题，那就是你们相关的「苦」，即「苦」所依靠着的世间和一切与苦有关的事情。时间已到了，在往后的时间里，我将会解释苦是在怎样的情形下把我们和其他事物连缚一起，以便看清后能以最善巧的方法去克服它。四执取是每个身为佛教徒或有志了解佛教的人所必须要明了的问题，因为佛教最终的圣洁梵行就是要使心脱离执取。各位可以每一部巴利文经典后篇宣说阿罗汉的证果中，发现有这么一个句子：「心已从执取中解脱出来。」当我们的从执取中解脱出来，其含义是再也没有什么可牵引这颗心了，也不能使它陷入世间的陷阱，成为世间的奴隶，或继续不断的在这世间生死轮回。修道证果为的就是这些事情罢了！别无所求，那么一切事情就结束了；或是说已到达出世间的心境，也即是完全脱离充满着苦的世间。脱离执取是佛教的重点，我看时间有限，才选择重要的内容来讲解，希望有心学佛的各位，务必要有恒心去思考、审察，在此我预先向各位有这样的做法表示感激。

此检体版资料录自佛使比丘文集电子版（繁体）