

中阿含经十二选

庄春江 编著

I	1	中阿含经十二选
I	2	
I	3	目次
I	4	
I	5	目次: ::
I	6	短评: ::
I	7	自序: ::
I	8	凡例: ::
I	9	第一选 佛法的修道次第: 《七车经》(九): ::::::::::::::
I	10	第二选 佛陀的教学内容: 《说处经》(八六): ::::::::::::::
I	11	第三选 诸佛所说正要—四圣谛: 《象迹喻经》(三〇): ::::::::::
I	12	第四选 佛法的不共理则—因缘: 《□帝经》(二〇一): ::::::::::
I	13	第五选 佛法的价值观(一)—活在当下: 《阿难说经》(一六七):
I	14	第六选 佛法的价值观(二)—离欲: 《苦阴经》(九九): ::::::::::
II	1	第七选 佛法的价值观(三)—无记: 《箭喻经》(二二一): ::::::::::
II	2	第八选 佛法的业报观: 《搯破经》(一二): ::::::::::::::::::::
II	3	第九选 佛法的修行方法(一)—四念处: 《念处经》(九八): ::::::::::
II	4	第十选 佛法的修行方法(二): 《小空经》(一九〇): ::::::::::::::
II	5	第十一选 佛法的修行方法(三): 《大空经》(一九一): ::::::::::::::
II	6	第十二选 阿罗汉的人间关怀: 《梵志陀然经》(二七): ::::::::::::::
II	7	引用经点索引: ::

III 1 评介 吕胜强

III 2
III 3 在近代的文献中,有关《中阿含经》法义方面的研究专书并不多,个人所知道的,有杨郁文老师主编的《佛光阿含藏·中阿含经》,它是为题解的方式将《中阿含经》作概要的介绍,并将《中阿含》全数二百二十二部经逐一作简要的经义导读,并将各经加以注释。除此之外,则仅有印顺导师在《原始佛教圣典之集成》及《初期大乘佛教之起源与开展》二书中,把《中阿含》作有系统的综合研究及法义上的精密探讨。二位大德,同样均是透过北传《中阿含》与南传《中部经》等《尼柯耶》的比照对勘,而得到的研究成果。它们都是研读《中阿含经》重要的参考资料。

III 10
III 11 在阅读印顺导师的《原始佛教圣典之集成》时,得到一项重要的启发
III 12 印老说:「古人对于佛法的胜解,不是近代学者那样,专从文字与意义
III 13 上去研究,而是佛法宗要,经文意义,修持方法,与异文异义的解说会通
III 14 主要,主要从传授传承中去获得。这是尊重古代圣贤的意见,认为唯有这样,
IV 1 才能理解经法的真意。」(前书页四八五)个人认为,以上这段提示,是
IV 2 我们研读思惟实践阿含教法时,应该特别加以重视的方向,它同时也凸显
IV 3 出,今天要如实允当的论述解说《中阿含经》法义,并不是一件容易的事

IV 4 。

IV 5 也许是基于「尊重古代圣贤的意见」及把握「佛法宗要」，印顺导师

IV 6 将《瑜伽师地论》（的八摄事分V）中解释《杂阿含经》的论文加以抉择

IV 7 选录，而对照相当的《杂阿含》经文，汇编成一部《杂阿含经论会编》，

IV 8 以便利读者们研究解读古老传承的《杂阿含》圣典。而杨郁文老师在《佛

IV 9 光阿含藏·中阿含经》中，也精细地逐经对勘南北传经文中异文异义的解

IV 10 说，它使部份晦暗不明或较有争论的经法真意，得以相对的□清显发出来

IV 11 。

IV 12 根据印老的研究，《中阿含经》是继承《杂阿含经》「弟子记说」的

IV 13 特性而来。「记说」指的是：经文以分别解说及问答的形式表达；而内容

IV 14 著重在深隐事相与义理，所作显了明确的决定说。也就是说，《中阿含经

V 1 》是将《杂阿含经》中，讨论身心定慧修证的教法、自他身语清净的教制

V 2 等相关的精简经文，给予分别抉择，使佛弟子得到明确无疑的理解，以断

V 3 疑情及净治烦恼。这对于离佛日远的佛弟子们，在闻思修证上是有决定性的

V 4 指导功能。因此，《中阿含经》被前贤们判摄为「破斥犹疑（豫）」的

V 5 对治悉檀。

V 6 印顺导师认为《中阿含经》是与律治的、僧伽的佛教精神相呼应，它

V 7 广泛的讨论到：佛涅槃后，佛没有预先指定继承人，比丘们依法不依人，

V 8 依法律而住，以达到僧伽的清静和合（如《中阿含·瞿默目□连经》（一

V 9 四五）所说）；处理僧伽诤论的「七灭诤法」及「六和敬法」等有关出家

V 10 众四威仪之轨范。另外，「法的分别」是《中阿含》的另一个重要倾向，

V 11 并且是以比丘定慧修证为主，它是《杂阿含经》胜义的延续，其内容包括

V 12 「法义的类集」（如本书八第二选V—佛陀教学内容的《说处经》）、

V 13 「法义的分别」（如本书八第四选V—讨论「心识常住」的《□帝经》

V 14 ）、「法义的论究」（含四大部份：①空行的实践意义②业报的阐述说明

VI 1 ③禅定的次第修习④烦恼的施設安立）以及「修道次第的条贯」等四大项

VI 2 。

VI 3 春江兄编著的《中阿含经十二选》，主要是延续其第一部编著的《杂

VI 4 阿含经二十选》之方向而来。因此个人以为，作者并无意于整部《中阿含

VI 5 经》的全盘研究，书中也没有引用南传《尼柯耶》的经文，而只是把《中

VI 6 阿含经》里，有关「修多罗」（即《杂阿含经》中讨论蕴、处、界、缘起

VI 7 及道品之内容）的教法加以抉择归纳，而精选出十二部经来，供作自修与

VI 8 共修时，思惟修习的参考教本，以期净治烦恼，自利利他而已。

VI 9 观察作者论述经文时，几乎都是以相关的四《阿含经》经义，严谨地

VI 10 解释说明，其间旁徵博引颇具苦心，这是以「《阿含经》本来面貌」的模

VI 11 式来解经。另外，作者在讨论《念处经》的「内身、外身、内外身」与《

VI 12 大空经》的「内空、外空、内外空」时，由于在《阿含经》中找不到相关

VI 13 的释义，于是便搜寻传承自原始圣典的部派佛教论书（如《法蕴足论》等

VI 14 ）来详加阐述。以上所叙述「以佛法研究佛法」的释经方法，确实是多分

VII 1 相应于印老所说的「重视传承，尊重古圣贤意见」之原则，值得读者参考

VII 2 。

VII 3 至于作者所选录十二部经的内容，若以印顺导师的研究分类来论，大抵

VII 4 已经具足了「法义之类集、分别、论究以及修道次第的条贯」等四大内容

VII 5 ，而充分地掌握了《中阿含经》重视「法的分别抉择」之特色。唯一没有

VII 6 编辑入选集的，只有「烦恼的施設安立」这一部类的经典，不过，这应属

VII 7 个人取材的立场而无关宏旨的。

VII 8 有关本书所选经文在目次上的排列顺序，个人认为或许可以稍予调整

VII 9 ：如果将佛陀教学内容的《说处经》改置于第一选，将会有提示总纲之功

VII 10 用；另外，可以将举示修道次第的《七车经》挪后于「修行方法」的《念

VII 10 处经》之前；最后还是以八阿罗汉的人间关怀V（《梵志陀然经》）总结

VII 11 。如此，可以很明确的显示出「境（教理）行果」或「闻思修证」等类似
VII 12 四预流支之修习次第。
VII 13 本选集即将付梓发行，笔者与春江兄，时常有互相切磋彼此请益的法
VII 14 缘，他要我就其著作写一篇短评，由于个人对于《中阿含经》了解不多，
VIII1 仅能在阅读本书获得法益之余，报告粗浅的读书心得，并敬录一些前辈大
VIII2 德的研究结晶（它们蕴含了深刻的佛法智慧，及对于众生的慈悲光辉），
VIII3 来与读者们共勉而已。
VIII4
VIII5
VIII6 一九九五·八·七 于冈山

IX 1 自 序

IX 2
IX 3 一九九三年三月间，利用将近四个月的时间，笔记《中阿含经》，并
IX 4 延续《杂阿含经二十选》的方式整理，完成了《中阿含经十二选》的初稿
IX 5 。同年七、八月间，笔记《长阿含经》。随即又利用六个月的时间，笔记
IX 6 《增一阿含经》，又将这些笔记，存入电脑磁碟中，并以电脑对文字搜寻
IX 7 处理的方便，用不同于《杂阿含经二十选》的表达方式，整理完成《阿含
IX 8 经随身剪辑》。

IX 9 《阿含经随身剪辑》的构想，是在「简要」的大原则下，选录《四阿
IX 10 含经》经文中，个人以为「法饶益，义饶益」的部份而集成的，集成之后
IX 11 ，觉得《阿含经随身剪辑》已经涵盖了《中阿含经十二选》的主要精义，
IX 12 所以就将《中阿含经十二选》的初稿搁置了。原以为《阿含经随身剪辑》
IX 13 这样的表达方式，是比较能合于时代动脉，而有益于读者的。然而，部份
IX 14 读者还是觉得比较习惯于《杂阿含经二十选》的表达方式，意外之余，又
X 1 想起了《中阿含经十二选》的初稿。

X 2 于是，从一九九五年三月，中断了原计划中，个人对佛使尊者著作的
X 3 笔记整理，将尘封的《中阿含经十二选》初稿找出来，重新修订补充，并
X 4 接受了吕胜强学长许多宝贵的指正。然而，五月间的一场严重感冒后，身
X 5 体的恢复情况一直不理想，经常必须中断整理。这样的情况，想必对思维
X 6 的周延性，也有不良的影响。虽然如此，仍然不揣福薄慧浅，期望本书能
X 7 对《中阿含经》作部份的介绍，并藉这个机会，获得前辈、同修的指导、
X 8 赐益。

X 9
X 10 南无佛陀·南无达摩·南无僧伽

X 11
X 12 一九九五·七月·后劲

XI 1 凡 例：

- XI 2
XI 3 ①文中所有的经号，均以大正版《大藏经》为准。
XI 4 ②《杂·五六五》表示《杂阿含经》第五六五经。
XI 5 ③《七车经》（九）表示《中阿含经》第九经，经名：《七车经》。
XI 6 ④《增·三九·十》（三五四）表示《增一阿含经》第三九品第十经，
XI 7 经数累计第三五四经。
XI 8 ⑤《长·一三》表示《长阿含经》第一三经。
XI 9 ⑥《望月》八五八中表示《望月佛教大辞典》第八五八页中段。
XI 10 ⑦《大正·二八·六三三上》表示大正版《大藏经》第二八册第六三三页

第一选

佛法的修道次第：《七车经》（九）

（一）经文大意：

有一次，尊者舍梨子（舍利弗）跟随佛陀，来到王舍城的竹林精舍结夏安居，听说在当地的比丘中，以尊者满慈子最受大家尊敬，于是就想找个机会，当面向他请益。

三个月的结夏安居期过了，大家离开了王舍城，来到舍卫国，住在胜林给孤独园。有一次，尊者舍梨子与尊者满慈子，都来到安陀林，在相隔不远的树下结跏趺坐。于是，尊者舍梨子问尊者满慈子说：

「云何，贤者！以戒净故，从沙门瞿昙修梵行耶？」

「以心净故；以见净故；以疑盖净故；以道、非道知见净故；以道迹知见净故；以道迹断智净故，从沙门瞿昙修梵行耶？」

尊者满慈子回答说：

「不也。」「贤者！以无余涅槃故。」

尊者舍梨子又问：

「以心净故；以见净故；以疑盖净故；以道、非道知见净故；以道迹知见净故；以道迹断智净故，沙门瞿昙施設无余涅槃耶？」

尊者满慈子回答说：

「不也。」「贤者！若以戒净故，世尊沙门瞿昙施設无余涅槃者，则以有余称说无余。以心净故；以见净故；以疑盖净故；以道、非道知见净故；以道迹知见净故；以道迹断智净故；世尊沙门瞿昙施設无余涅槃者，则以有余称说无余。」

「贤者！若离此法，世尊施設无余涅槃者，则凡夫亦当般涅槃，以凡夫亦离此法故。」

「贤者！但以戒净故，得心净；以心净故，得见净；以见净故，得疑盖净；以疑盖净故，得道、非道知见净；以道、非道知见净故，得道迹知见净；以道迹知见净故，得道迹断智净；以道迹断智净故，世尊沙门瞿昙施設无余涅槃也。」

于是，尊者满慈子举例说，这就如同波斯匿王在舍卫国与婆鸡帝城中间，设置了七个传递车站，「从舍卫国出，至初车，乘初车，至第二车。舍初车，乘第二车，至第三车。舍第二车，乘第三车：：至第七车。舍第六车，乘第七车，于一日中至婆鸡帝。」

尊者舍梨子听了以后，深表赞叹。而尊者满慈子得知，与他论答的是尊者舍梨子后，亦深表荣幸，称叹尊者舍梨子是「第二尊」、「法将」。

（二）论述：

一车接一车的传递，表示了次第性，也表示了相依性。没有第一车，到不了第二站，没有第二车，到不了第三站，如此类推。七车比喻了由①戒净↓②心净↓③见净↓④疑盖净↓⑤道、非道知见净↓⑥道迹知见净↓⑦道迹断智净（无余涅槃）的修学过程。文中，尊者满慈子说，他跟随佛陀修学的目的，是为了无余涅槃，但无余涅槃又是次第修学，成就前面六种「净」的结果。如果说，其中的任何之一就是无余涅槃，那么只是错将「有余」（尚有杂染余留；不究竟）当成是无余罢了。相反的，如果离开了这些，也能入无余涅槃的话，那么，一般不具足这些德行的凡夫，也可以般（入）涅槃了，又何必谈修行呢？所以，七车的比喻，表示了这是一个整体的道次第，是不可以局部分割来谈的。

4 6 「净」，表示纯净，圆满没有缺陷的意思。「戒净」，就是持戒圆满
4 7 。戒，如《迦叶那经》（八〇）中，尊者阿那律陀所说的离杀、不与取（
4 8 盗）、淫、妄、两舌、口言、绮语、治生：：等行（出家众）；《优婆
4 9 塞经》（一二八）中，佛陀所说的白衣（在家众）圣弟子「善护行五法」
4 10 ：离杀、断不予取、断邪淫、离妄言、离酒。而持戒的用义，如《何义经
4 11 》（四二）中所说的，是「令不悔义」；「因不悔便得欢悦；因欢悦便得
4 12 喜；因喜便得止；因止便乐；因乐便得定。」「多闻圣弟子因定便得见如
4 13 实、知如真；因见如实、知如真，便得厌；因厌便得无欲；因无欲便得解
4 14 脱；因解脱便知解脱。」持戒圆满的修行者，免除了为自己所作所为后悔
5 1 、担忧的干扰，内心从时常充满喜悦，而能渐趋于平静，表示了以持戒为
5 2 修行初步基础的意义。

5 3 「心净」，就是内心平静；就是止；就是专一安住。如《娑鸡帝三族
5 4 姓子经》（七七），《长老上尊睡眠经》（八三），《说处经》（八六）
5 5 ，《周那问见经》（九一），《优陀罗经》（一一四）及《大空经》（一
5 6 九一），：：都说「至无事处，山林树下空安静处，高岩石室，远离，无
5 7 恶，无有人民，随顺燕坐。」「至无事处，山林树下空安静处，宴坐思惟
5 8 ，勿得放逸！勤加精进，莫令后悔！」于空安静处，对「正法」作深度的
5 9 思惟，是经典中常见的教诲。要能对「正法」作深度的思惟，则不是一般的
5 10 散乱心所能成办的，非得有相当的专注力不可。

5 11 深层的专注就是「心一境性」；也就是禅定。佛陀常赞许的禅定，是
5 12 「四禅定」，所以《杂·五六五》中，就直接说「心净」为「四禅定」了
5 13 。「四禅定」，也称为「四增上心」，而「四增上心」的内容，如《城喻
5 14 经》（三）说：

6 1 「修『七善法』（坚固信、常行惭耻、常行羞愧、精进断恶、广学多
6 2 闻、常行正念、观兴衰法），逮四增上心，易不难得。」

6 3 「离欲、离恶不善之法，有觉有观，离生喜、乐，逮『初禅』成就游
6 4 ，是谓圣弟子逮『初增上心』。」

6 5 「觉、观已息，内静、一心，无觉、无观，定生喜、乐，逮『第二禅
6 6 』（即一般所简称的『二禅』，以下同。）成就游，是谓圣弟子逮『第二
6 7 增上心』。」

6 8 「离于喜欲，舍无求游，正念正智而身觉乐，谓圣所说，圣所舍、念
6 9 、乐住、空，逮『第三禅』成就游，是谓圣弟子逮『第三增上心』。」

6 10 「乐灭、苦灭，喜、忧本已灭，不苦不乐、舍念、清净，逮『第四禅
6 11 』成就游，是谓圣弟子逮『第四增上心』。」

6 12 又如《加楼乌陀夷经》（一九二），继第四禅后，说更深层的四种无
6 13 色定：

6 14 「度一切色想，灭有对（障碍）想，不念若干（种种）想，无量空，
7 1 是无量空处成就游。」

7 2 「度一切无量空处，无量识，是无量识处成就游。」

7 3 「度一切无量识处，无所有，是无所有处成就游。」

7 4 「度一切无所有处，非有想非无想，是非有想非无想处成就游。」

7 5 不论是从「初禅」到「四禅」的四色界禅，或是从「空无量处」到「
7 6 非有想非无想处」的四无色禅，都还是共世间的禅定修行方法。如《罗摩
7 7 经》（二〇四），记述佛陀未成正觉前，也曾经与阿罗伽罗摩一样，自
7 8 证「无所有处」，与罗摩一样，自证「非有想非无想处」，但却自觉「此
7 9 法不趣智，不趣觉，不趣涅槃。」所以经中说，这是修学的过程，而不是
7 10 终点。往后，在专注力或禅定的基础上，要继续朝向「见净」的目标迈进
7 11 。

7 12 「见净」；就是正见；就是智慧；就是「见如实，知如真」。观因缘

7 13 、四谛；知兴衰（生、灭）法；知无常、厌、离欲；除我见，都是「见净

7 14 」的内容。其中，尤其是「我见」，更是解脱的关键：如《大因经》（九

8 1 七），说有「七识住」及「二处」，比对《意行经》（一六八），可以知

8 2 道，具我见（「神」施設）的众生，身坏命终，会随其意行（见解、观念

8 3 所形成的习性与性格倾向）而生：

8 4 第一识住：不乐于任何禅定经验的众生，生于人及欲天中。

8 5 第二识住：乐于（著迷于）初禅境界的，生于梵天中。

8 6 第三识住：乐于二禅境界的，生于晃昱天中。

8 7 第四识住：乐于三禅境界的，生于遍净天中。

8 8 第五识住：乐于无量空处境界的，生于无量空处天中。

8 9 第六识住：乐于无量识处境界的，生于无量识处天中。

8 10 第七识住：乐于无所有处境界的，生于无所有处天中。

8 11 第一处：乐于无想无觉（四禅境界）的，生于无想天（果实天）中。

8 12 第二处：乐于非有想非无想境界的，生于非有想非无想天中。

8 13 《大因经》（九七）又接著说，如果能对这七种「识住」与二种「处

8 14 」，「知彼识住、知识住集、知灭、知味、知患、知出要如真」（即「苦

9 1 」、「集」、「灭」、「道」—味、患、离），那么就不会「乐彼识住

9 2 ，计著住彼识住」。接著又说：

9 3 「若有比丘，彼七识住及二处知如真，心不染著，得解脱者，是谓比

9 4 丘阿罗诃（即阿罗汉），名慧解脱。」

9 5 「若有比丘，彼七识住及二处知如真，心不染著，得解脱，及此八解

9 6 脱（即八种禅定力，参考《望月》四二〇六中，印顺法师著《空之探究》

9 7 ^第一章·第十节·胜解观与真实观∨第六九页。），顺、逆身作证（亲

9 8 身体验）成就游，亦慧观诸漏尽者，是谓比丘阿罗诃，名俱解脱。」

9 9 又《长·十三》（大缘方便经）中说：「诸比丘于此法（指十二因缘

9 10 法以及名色与爱的非我）中，如实正观，无漏心解脱，阿难！此比丘当名

9 11 慧解脱。」

9 12 「佛告阿难：七识住、二入处。：：若比丘知（七识住）二入处，知

9 13 集、知灭、知味、知过、知出要如实知者，彼比丘言：彼非我、我非彼，

9 14 如实知见。」

10 1 「复有八解脱，云何为八？色观色，初解脱。内色想观外色，二解脱

10 2 。净解脱，三解脱。度色想，灭有对，四解脱。度空处，住识处，五解脱

10 3 。度识处，住不用处，六解脱。度不用处，住有想无想处，七解脱。灭尽

10 4 定，八解脱。阿难！诸比丘于此八解脱，逆、顺游行，入出自在，如是比

10 5 丘得俱解脱。」

10 6 依此，慧解脱阿罗汉，与俱解脱阿罗汉所能有的差别，可能就只能在能

10 7 不能入各种禅定了。

10 8 有了正见，建立了正确而清晰的思惟模式与价值观，那么，便能清除

10 9 对生命的意义、人生的目标、烦恼的真相、痛苦的根源、：：等等的疑惑

10 10 （疑盖净），进而在修行上能够辨别正确、不正确的方法（道、非道），

10 11 而有所检择。所以「道、非道知见清净」在《增·三九·十》（三五四）

10 12 中也译为「行迹清净」。又如《漏尽经》（一〇）中，世尊告诸比丘：「

10 13 以知以见故，诸漏则尽。」只有正见具足，才能正思惟，才不会「不应念

10 14 法而念；应念法而不念。」才能有「四正断」的精进修行，所以，经中会

11 1 说「七断烦恼忧戚法」的第一种，就是「有漏（烦恼忧戚）从『见』断」

11 2 。

11 3 得「道、非道知见清净」，大约就算得上是须陀洹果的圣者了。因为

11 4 到了这个阶段，在修行上自己已有能力去辨别正确、不正确的修行方法，

11 5 不会再去做一些与解脱不相干的修行与持戒，走冤枉路，所以必然是做到

11 6 了断「戒禁取」的。并且，由于是「以疑盖净故，得道、非道知见净」，
11 7 「以见净故，得疑盖净」，所以也必然也已经是断「疑」与「身见」的。
11 8 断「身见」、「疑」、「戒禁取」，正是须陀洹圣者的特徵。

11 9 「道迹」，就是已解脱者所留下来的修行足迹，表示了趣向解脱的道
11 10 路或修行方法，也就是指「八正道」了。如《释问经》（一三四）中，佛
11 11 陀回答三十三天王说：「拘翼！灭戏道迹者，谓八支圣道。」《杂·四二
11 12 》中说：「云何色（受、想、行、识）灭道迹如实知？谓八圣道。」「道
11 13 迹知见净」就是对能契入解脱的修行方法，清清楚楚地明白，如《增·四
11 14 一·一》（三六五）世尊说：「如我众中最下道者，不过七死七生而尽苦
12 1 际（指到达『须陀洹』果的圣者，可以参考八第二选V）。若复勇猛精进
12 2 ，便为家家（『斯陀含』向，可以参考《望月》八五八中、《望月》一八
12 3 八五上），即得『道迹』。」所以，到了「道迹知见净」的阶段，可能就
12 4 是接近『斯陀含』果的圣者了。

12 5 「断」，是精进修行，也是修行圆满，做到了的意思。如《杂·五六
12 6 五》中说有「戒清净、心清净、见清净、解脱清净」等「四种清净」，接
12 7 著分别说明每一种「净断」。其中，「解脱清净断」就相当于「道迹断智
12 8 净」，而经文对「解脱清净断」的解说是：「解脱未满（圆满）者令满，
12 9 已满者随顺摄受，欲精进乃至常摄受，是名解脱净断。」所以「道迹断」
12 10 指的是走完了通往解脱的道路，已成为解脱的圣者，也就是经中所说的「
12 11 无余涅槃」。修行到了这个阶段，就是佛陀所「施設」的「无余涅槃」了。
12 12 施設，有人为建立；经由大家所共同接受而成立的意思。本来，圣者的
12 13 解脱境界，是不适合说是经由谁来设定的。然而，为了人们的相互沟通，
12 14 却是不得不透过大家共同建立的概念来传达，所以经中就说「以道迹断智
13 1 净故，世尊沙门瞿昙施設无余涅槃也。」

13 2 修学的过程中，能舍，不取著，是另一个重要的观念。七部车，每一
13 3 部车都有其修学的阶段意义与功能，但也都有其应该舍弃的时机，否则就
13 4 无法快速地到达目的地了。如《阿梨吒经》（二〇〇）中所说的「筏喻法
13 5 」：有人造筏度山水（山中的溪流），安稳地到达彼岸后，觉得「此筏多
13 6 有所益，」「令我安稳，从彼岸来。」于是舍不得抛弃，「便以筏著右肩
13 7 上，或头戴去。」佛陀说：「我为汝等长夜说筏喻法，欲令舍弃，不欲令
13 8 受，若汝等知我长夜说筏喻法者，当以舍是法，况非法耶？」非法当然应
13 9 该舍，但也不应执著于正法。这就如《净不动道经》（七五）中佛陀告诉
13 10 阿难说：「若比丘如是行：无我、无我所；我当不有、我所当不有，若本
13 11 有者，便尽得舍。阿难！若比丘乐彼舍、著彼舍者，阿难！比丘行如是，
13 12 必不得涅槃。」著迷于舍的成就与感觉，就如同著迷于禅定的境界一般，
13 13 又成了另一种执著了。又如《求法经》（八八）中说：「念欲恶，恶念欲
13 14 亦恶，彼断念欲，亦断恶念欲。」《中论》八观行品第十三V中说：「大
14 1 胜说空法，为离诸见故，若复见有空，诸佛所不化。」都表达了相类似的
14 2 意思。

14 3 至于说舍，所能舍的，是对工具（车；修行法门）的执著，而不是指
14 4 舍修学的内涵。修行的内涵，需从「戒净」开始一点一滴的建立，犹如从
14 5 舍卫国一寸寸地接近婆鸡帝。之前一点一滴的建立，都将是往后成就「道
14 6 迹断智净」内涵的一部份，所以「舍初车，乘第二车，至第三车。舍第二
14 7 车，乘第三车：：至第七车」就不是指可以舍「戒净」、「心净」：：了
14 8 。

14 9 除了能舍，不取著的态度外，《不思经》（四三）继《何义经》（四
14 10 二）的学佛次第，更进一步地指出：「持戒者不应思：令我不悔。」「但
14 11 法自然（随顺于法），持戒者便得不悔。」这是一种水到渠成，因缘相应
14 12 的功夫，而不是急功好利的迫切态度。看看七车的比喻，那必须是一车换

14 13 过一车，一站走过一站，随顺地克服了每一段距离阻隔的因缘而到达的，
14 14 是急不来的。迫切的态度，也许带来了一时的精进，然而忽略了因缘的相
15 1 应，也还是徘徊于正法之外的，反而是在承受迫切的煎熬。
15 2 《中阿含经》八习相应品（第五品）共有十六部经，都在说明学佛
15 3 的次第。综合来说，却不外乎是信、戒、定、慧。其中，信的内容，如《
15 4 本际经》（五一）所说的：「是为具善人已，便具亲近善知识；具亲近善
15 5 知识已，便具闻善法；具闻善已，便具生信。」如果更概括地说，如《
15 6 郁伽长者经》（三八）、《频伽婆王迎佛经》（六二）、《优婆离经》
15 7 （一三三）、《梵摩经》（一六一），都表示了先「劝发渴仰，成就欢喜
15 8 」，再说「端正法」，最后才说「正要」。而所谓的「端正法」，就是「
15 9 说施、说戒、说生天法，毁口欲为灾患，生死为秽，称叹无欲为妙，道品
15 10 白净」等端正行为的善法。所谓的「正要」；即是「为彼说苦、集、灭、
15 11 道」解决烦恼，直指解脱的「四圣谛法」。
15 12 佛法的修学，是有阶段性的，如《善法经》（一）、《真人经》（八
15 13 五）、《求法经》（八八）、《念经》（一〇二）、《须闲提经》（一五
15 14 三）中所说的「向法、次（下一个）法」。每一个阶段的修学，都有其价
16 1 值与意义，所以只有前后次第的差异，而没有分别孰胜孰劣的必要。对要
16 2 前往第二站的人，第一车很重要，但第二至七车，暂时用不上。对要前往
16 3 第六站的人，第一至四车，已完成其阶段任务，就没有必要一直带在身边
16 4 。对佛法尚未建立信心的人，强调「信」的重要，是正确的，但却不能只
16 5 一直停留在「信」的强调与修持上。而其它每一个过程中的修学，情形也
16 6 是一样的。

卅

17 1 第二选 17 2 佛陀的教学内容：《说处经》（八六）

17 3 （一）经文大意

17 4 有一次，佛陀游化到舍卫国，住在胜林给孤独园。

17 5 尊者阿难在傍晚时分，静坐禅思告一段落后，带领一些常跟著他修学
17 6 的年少比丘，去见佛陀。

17 7 「世尊！此诸年少比丘，我当云何教呵？云何训诲？云何为彼而说法
17 8 耶？」阿难问。

17 9 于是佛陀为阿难及诸年少比丘，广分别说可以让诸年少比丘「得安稳
17 10 于，得力得乐，身心不烦热，终身行梵行」的教、学内容：

17 11 一、五盛阴：色盛阴，觉（受）、想、行、识盛阴。

17 12 二、六内处：眼处，耳、鼻、舌、身、意处。

17 13 三、六外处：色处，声、香、味、触、法处。

17 14 四、六识身：眼识，耳、鼻、舌、身、意识。

18 1 五、六更乐身：眼更乐（触），耳、鼻、舌、身、意更乐。

18 2 六、六觉身：眼觉（受），耳、鼻、舌、身、意觉。

18 3 七、六想身：眼想，耳、鼻、舌、身、意想。

18 4 八、六思身：眼思（行），耳、鼻、舌、身、意思。

18 5 九、六爱身：眼爱，耳、鼻、舌、身、意爱。

18 6 一〇、六界：地、水、火、风、空、识界。

18 7 一一、「因缘起」及「因缘起生法」：

18 8 「若有此则有彼，若无此则无彼；若生此则生彼，若灭此则灭彼。

18 9 』

18 11 「缘无明行，缘行识，缘识名色，缘名色六处，缘六处更乐（触）

18 12 缘更乐觉（受），缘觉爱，缘爱受（取），缘受有，缘有生，缘生

18 13 老死。」

18 14 「若无明灭则行灭，行灭则识灭，识灭则名色灭，名色灭则六处灭

19 1 ，六处灭则更乐（触）灭，更乐灭则觉（受）灭，觉灭则爱灭，爱

19 2 灭则受（取）灭，受灭则有灭，有灭则生灭，生灭则老死灭。」

19 3 一二、四念处：观「身」如身，观「觉」（受）、「心」、「法」如法。

19 4 一三、四正断：

19 5 ①已生恶不善法为断故，起欲求方便行，精勤举心断；

19 6 ②未生恶不善法为不生故，起欲求方便，精勤举心断；

19 7 ③未生善法为生故，起欲求方便行，精勤举心断；

19 8 ④已生善法为住故、不忘故、不退故、转增多故、广布故、满具足

19 9 故，起欲求方便行，精勤举心断。

19 10 一四、四如意足：

19 11 「成就『欲定』烧诸行，修习如意足，依于无欲、依离、依灭、愿

19 12 至非品。

19 13 如是『精进定』、『心定』，成就『观定』烧诸行，修习如意足，

19 14 依于无欲、依离、依灭，愿至非品。」

20 1 一五、四禅：离欲、离恶不善之法，：：至得第四禅成就游。

20 2 一六、四圣谛：苦、苦习（集）、苦灭、苦灭道圣谛。

20 3 一七、四想：小想、大想、无量想、无所有想。

20 4 一八、四无量：

20 5 「心与『慈』俱，遍满一方成就游。如是二、三、四方，四维上下

20 6 ，普周一切，心与慈俱，无结、无怨、无恚、无诤极广甚大，无量

20 7 善修，遍满一切世间成就游。

20 8 如是『悲』、『喜』心与『舍』俱，无结、无怨、无恚、无诤，极

20 9 广甚大，无量善修，遍满一切世间成就游。」

20 10 一九、四无色：断一切色想，：：乃至得非有想非无想处成就。

20 11 二〇、四圣种：

20 12 「得□素『衣』而知知足，非为衣故求满其意。若未得衣，不忧悒

20 13 ，不啼泣，不□胸，不疑惑；若得衣者，不染不著、不欲不贪、不

20 14 触不计，见灾患、知出要而用衣。

21 1 如是『食』、『住处』。

21 2 『欲断乐断，欲修乐修』。彼因欲断乐断、欲修乐修故，不自贵、

21 3 不贱他。」

21 4 二一、四沙门果：须陀洹、斯陀含、阿那含、最上阿罗诃（汉）果。

21 5 二二、五解脱想：无常想、无常苦想、苦无我想、不净恶露想、一切世

21 6 间不可乐想。

21 7 二三、五解脱处：

21 8 ①从世尊、诸智梵行者闻法；

21 9 ②如本所闻、所诵习法而广读之；

21 10 ③随本所闻、所诵习法而为他广说；

21 11 ④随本所闻、所诵习法而心思惟分别；

21 12 ⑤但善受持诸三昧相者，

21 13 便知法解义。因知法解义故，便得欢悦；因欢悦故，便得欢喜；因

21 14 欢喜故，便得止身；因止身故，便得觉乐；因觉乐故，便得心定；

22 1 因心定故，便得见如实、知如真；因见如实、知如真故，便得厌；

22 2 因厌故，便得无欲；因无欲故，便得解脱；因解脱故，便得知解脱

22 3 ：生已尽，梵行已立，所作已办，不更受有知如真。

22 4 二四、五根：信根，精进、念、定、慧根。
 22 5 二五、五力：信力，精进、念、定、慧力。
 22 6 二六、五出要界：
 22 7 「多闻圣弟子极重善观『欲』、『恚』、『害』、『色』、『己身
 22 8 』」。
 22 9 舍离不住此五界，秽恶厌患此五界。犹如鸡毛及筋，持著火中，即
 22 10 时融消口缩，转还不得舒张，观无欲、无恚、无害、无色、无己身
 22 11 ，心向之，乐之，信解之。」
 22 12 二七、七财：信财，戒、惭、愧、闻、施、慧财。
 22 13 二八、七力：信力，精进、惭、愧、念、定、慧力。
 22 14 二九、七觉支：念觉支，择法、精进、喜、息（轻安）、定、舍觉支。
 23 1 三〇、八正道：正见、正志、正语、正业、正命、正方便、正念、正定。
 23 2 佛陀接著又为阿难及诸年少比丘说「顶法」及「顶法退」：
 23 3 「多闻圣弟子真实因心思念、称量、善观分别无常、苦、空、非我。
 23 4 彼如是思念，如是称量，如是善观分别，便生忍、生乐、生欲：欲闻、欲
 23 5 念、欲观，是谓顶法。」
 23 6 「如是，内外识、更乐（触）、觉（受）、想、思（行）、爱、界、
 23 7 因缘起及因缘起法。」
 23 8 「若得此顶法复失衰退，不修守护，不习精勤，是谓顶退法。」
 23 9
 23 10 阴内外识更 觉想思爱界 因缘念正断 如意禅谛想
 23 11 无量无色种 沙门果解脱 处根力出要 财力觉道顶
 23 12

23 13 （二）论述

23 14 本经可以说，整理了佛法早期的教、学内容。第一项至第九项，先从
 24 1 人们的身心状况分析起，显示了佛法的教学（或说是修行），是以我们的
 24 2 身心活动为主的。这与近代经过考据订正而还原编排的《杂阿含经》，以
 24 3 入五阴诵出为第一，以入六入处诵出为第二的次第，该不只是巧合吧！
 24 4 佛陀将我们的身心活动，作了适切的分析，提供了一个让我们明白身
 24 5 心活动进行的模式，以便能从中觉察错误，进而修正错误。「阴」，也译
 24 6 为「蕴」，聚集的意思。以佛法来看，「人」，只不过是「色」、「觉（
 24 7 受）」、「想」、「行」、「识」这五种精神与生理现象的聚集罢了，所
 24 8 以称为「五阴」。「色」，指的是物质，占有空间，有窒碍的特性，如我
 24 9 们的身体。「觉」也译为「受」，是指感受、情绪反应。「想」，是指思
 24 10 考、判断、联想等。「行」，是指动机、意志力——表面以及潜在的。「
 24 11 识」，是指认识了别。而后面这四种属于「精神」层次的现象，是「非物
 24 12 质」的，所以也称为四「无色阴」。「盛」，有炽盛、盛载的意思。「盛
 24 13 阴」，如《法乐比丘尼经》（二一〇）中说：「若色、觉、想、行、识有
 24 14 漏（杂染烦恼）有受，是谓阴即是盛阴。」这是特别用来形容杂染五阴的
 25 1 苦迫倾向的。「六内处」，也称为「六根」，是人们接受外界讯息的触角
 25 2 ，因为是存在于五阴之中的，所以相对地称「内」，可以参考《分别六处
 25 3 经》（一六三）。「六外处」，也称为「六尘」，是我们的感官器官所觉
 25 4 察的对象，存在于五阴之外的，所以相对地称「外」。其中，「身」与「
 25 5 触」指的是身体与有关触觉的，而「意」与「法」指的是意念与有关观念
 25 6 方面的，可以参考入第九选出。「六识身」，指的是包括脑神经的神经组
 25 7 织，与「五阴」中认识了别作用的「识阴」所指不同。如近代医学研究发
 25 8 现在脑部组织中，有专司视觉、听觉、嗅觉：：等不同功能的区域（组织
 25 9 ），就与「六识身」这样的概念相接近。「六更乐身」，「更乐」也译为
 25 10 「触」，个人倾向于认为是「认识」（而不是指「接触」）的意思，与「

25 11 五阴」中「识」的含意相当（参考印顺法师著《佛法概论》第八章V第
25 12 一一二页七、十三行）。「六觉身」，「觉（受）」，指的是「苦」、「
25 13 乐」或「不苦不乐」的感受，与「五阴」中「觉」的含意相同。「六想身
25 14 身」，「想」与「五阴」中「想」的含意相同。「六思身」，「思」也译为
26 1 「行」，与「五阴」中「行」的含意相同。

26 2 如《杂·二七三》中说：「缘『眼』、『色』，生『眼识』，三事和
26 3 合『触』，『触』俱生『受』、『想』、『思』。」又如《杂·三〇四》
26 4 中说：「云何六爱身？谓眼触生爱，耳触生爱，鼻触生爱，舌触生爱，身
26 5 触生爱，意触生爱。」这是说，经由「器官」（根）、「外境」（尘）与
26 6 「神经组织」（识）三者的因缘和合，而产生了「认识作用」（触），再
26 7 经由「认识」后而延生出「感受」、「思考判断」、「行为」或「爱染」
26 8 等反应，正是解析了人们身心活动进行的过程。其中，「爱染」的产生，
26 9 是对烦恼众生而说的，而佛法对于「爱（染）」，有不同于一般世间的价
26 10 值判断，我们将留在第八选V中讨论。像这样，从人们身心活动的机构
26 11 谈起，正表现著佛法不离五蕴谈解脱的精神。

26 12 「界」，是将相同特性的，归纳在一起，以便于我们分析与理解用的
26 13 ，相当于现代所说的「族」、「群」。界，可以依不同的目的，作不同型
26 14 态的归纳，也当然可以随著不同人们的约定成俗（施設），而表现出不同
27 1 的归纳结果。「六界」，是印度传统的分类，与中国传统所用的「五行」
27 2 分类法，内容或有不同，但为了分析与理解事象的目的，则是相同的。《
27 3 多界经》（一八一）更举出了六十二种不同的分类，可以参考。

27 4 第十一项是佛法说理中，最根本的论理基础，可以参考第八选V。
27 5 其中，「因缘起」是理则；而「因缘起生法」指的是这个理则所表现出来的
27 6 现象（结果）。「因缘起」也称为「因缘法」、缘起法的「法说」，而
27 7 「因缘起生法」也称为「缘生法」、缘起法的「义说」，可以参考《杂·
27 8 二九六、二九八》，或拙编《杂阿含经二十选》第十二选：因缘观—
27 9 论因说因V，或《阿含经随身剪辑》八十二：因缘V。

27 10 另一项也是属于佛法说理，而且是佛法中最根本的方法论的，是第十
27 11 六项的「四谛」，其详细内容，将在第三选V中讨论。

27 12 从第十二项以后的排列，显然是以法数的多寡为顺序的。内容上，则
27 13 可以用第三十项的「八正道」来统摄。「八正道」，就是「四谛」中的「
27 14 苦灭『道』圣谛」，也就是指通往解脱的那条道路。如《罗摩经》（二〇
28 1 四）中，佛陀为五比丘初转法轮时曾说：「趣智趣觉，趣于涅槃，谓八正
28 2 道。」《大天莖林经》（六七）中，佛陀对阿难说：「汝亦当复转相继法
28 3 ，莫令佛种断，谓八支圣道。」《释问经》（一三四）中，佛陀告诉帝释
28 4 天说：「灭戏（戏论；染污）道迹者，谓八支圣道。」

28 5 「八正道」的内容，如《分别圣谛经》（三一）中舍利弗说：「云何
28 6 苦灭道圣谛？谓正见、正志、正语、正业、正命、正方便、正念、正定。
28 7 诸贤！云何正见？」

28 8 「谓圣弟子念苦是苦时，习（集）是习、灭是灭、念道是道时；或观
28 9 本所作；或学念诸行；或见诸行灾患；或见涅槃止息；或无著念，观善心
28 10 解脱时，于中，择、遍择、次（决）择、择法；视、遍视，观察明达，是
28 11 名正见。」

28 12 「于中，心伺、遍伺、随顺伺，可念则念，可望则望，是名正志。」

28 13 「于中，除口四妙行，诸余口恶行远离断除；不行、不作、不合、不
28 14 会，是名正语。」

29 1 「于中，除身三妙行，诸余身恶行远离断除；不行、不作、不合、不
29 2 会，是名正业。」

29 3 「于中，非无理求，不以多欲无厌足，不为种种伎术、咒说邪命活，

29 4 但以法求衣，不以非法；亦以法求食、床、座，不以非法，是名正命。」
29 5 「于中，若有精进方便，一向精勤求，有力趣向，专著不舍，亦不衰
29 6 退，正伏其心，是名正方便。」
29 7 「于中，心顺念，背不向念，念、遍念；忆、复忆，心心不忘，心之
29 8 所应，是名正念。」
29 9 「于中，若心住禅住，顺住，不乱、不散，摄止，正定，是名正定。
29 10 』
29 11 又如《圣道经》（一八九）中说：
29 12 「若见邪见是邪见者，是谓正见。若见正见是正见者，亦谓正见。」
29 13 「无欲念、无恚念、无害念，是谓正志。」
29 14 「离妄言、两言、口言、猗（绮）语，是谓正语。」
30 1 「离杀、不与取（盗）、邪口，是谓正业。」
30 2 「不求无满意，不以若干种畜生之咒，不邪命存命，彼如法求衣被，
30 3 则以法也。如法求饮食、床榻、汤药，诸生活具，则以法也，是谓正命。
30 4 』
30 5 「已生恶法为断故，发欲求方便，精勤举心灭；未生恶法为不生故，
30 6 发欲求方便，精勤举心灭；未生善法为生故，发欲求方便，精勤举心灭；
30 7 已生善法为住不忘不退，转增广布，修习满具故，发欲求方便，精勤举心
30 8 灭，是谓正方便。」
30 9 「观内身如身，观至觉（受）、心、法如法，是谓正念。」
30 10 「离欲、离恶不善之法，：：至得第四禅成游，是谓正定。」
30 11 除此而外，《杂阿含经》∧圣道分相应∨也有一些相关的说明。其中
30 12 ，《杂·七八五》更分「世俗、有漏、有取、转向善趣」，以及「圣、出
30 13 世间、无漏、无取、正尽苦、转向苦边」两种不同层次，对每一圣道支作
30 14 说明，正好可以拿来与上面二经比对参考。
31 1 从以上所列举经文对「八正道」内容的说明中，可以发现第十二项的
31 2 「四念处」，是属于「正念」的内容（将在∧第九选∨中讨论）。第十三
31 3 项的「四正断」，是属于「正方便」的内容。第十五项的「四禅」，第十
31 4 四项的「四如意足」，第十七项的「四想」，第十八项的「四无量」，第
31 5 十九项的「四无色」，都可以看作是属于「正定」的内容。「八正道」中
31 6 「正见」的范围含盖较广，但若从趣向解脱的层次来看，那么第十一项「
31 7 因缘」与第十六项「四圣谛」，当为「正见」的精髓（将在∧第四选∨与
31 8 ∧第三选∨中讨论），而第二二项的「五熟解脱想」，第二三项的「五解
31 9 脱处」以及第二六项的「五出要界」，也都属于是「正见」的内涵。
31 10 《圣道经》（一八九）同时也表达了「正见」为「八正道」之首，各
31 11 正道都由正见推动的观点，这与《杂·七四八》以「日出前相（旭日东升
31 12 ），谓明相初光」来作为比喻，形容「正见」是「究竟苦边前相」，而说
31 13 ：「彼正见者，能起正志、正语、正业、正命、正方便、正念、正定。」
31 14 的观点是一致的。
32 1 「四正断」，有时也译为「四正勤」，其内容不仅止于除恶而已，并
32 2 且还要求能积极地开发善法。所以，能够做到这样的修行人，也称得上是
32 3 「精进」而无愧了。「四如意足」，有时也译为「四神足」。本来「如意
32 4 足」或「神足」，指的是由禅定而引发的神通，但这里应该就是指「禅定
32 5 」。所以在《瑜伽师地论》中，就直接译作「四三摩地」了。不过，「四
32 6 如意足」并不在强调神通或者禅定的殊胜，重点反而是在「依于无欲、依
32 7 离、依灭，愿至非品。」至于这四种如意足的详细内容，可以参考《瑜伽
32 8 师地论》卷二九（或印顺法师编《杂阿含经论会编》中册二八三页）。
32 9 「四想」是四种修习禅定的观想方法，如《有胜天经》（七九）中，
32 10 阿那律陀告诉仙余财主说：「大心解脱者，若沙门、梵志在无事处，或至

32 11 树下空安静处，依一树，若不依一树者，当依二、三树，若不依二、三树
32 12 者，当依一林，若不依一林者，当依二、三林，若不依二、三林者，当依
32 13 一村，若不依一村者，当依二、三村，若不依二、三村者，当依一国，若
32 14 不依一国者，当依二、三国，若不依二、三国者，当依此大地乃至大海，
33 1 意解大心解脱遍满成就游，彼齐限是心解脱不过是，是谓大心解脱。」「
33 2 大心解脱」，似乎就是以「大想」为禅修观想方法所成就的解脱，经中并
33 3 且说，这又与无量心解脱「异文异义」（不同）。「小想」与「无所有想
33 4 」，在《中阿含经》中，并没有更多的经文可以参照，但想必是相对于「
33 5 大想」的禅修观想方法来说的吧！连同「无量想」，三者的不同之处，大
33 6 概是在禅修观想的范围大小或有无的差异吧。

33 7 「四无色」，指的是「四无色定」。这是比「四禅定」更细腻、更深
33 8 层的禅定，离开了物质（无色）的纯精神境界，可以参考八第一选V中有
33 9 关「心净」的论述。

33 10 第二十项「四圣种」，指的是四种可以成就圣者的种子，它们是：对
33 11 ①衣、②食、③住处（也包括卧具）等维持日常生活的必须用具与资源，
33 12 随顺于所能得到的而感到满足，以合乎「八正道」中「正命」的精神；离
33 13 欲贪的态度来使用；以及④时时刻刻不离趣向解脱的修行。（可以参考《
33 14 望月》一八五〇下）

34 1 第二十一项说明「沙门四果」，做为佛弟子修学的阶段目标。如《水
34 2 喻经》（四）中说：
34 3 「三结（身见、戒取、疑）已尽，得须陀洹，不堕恶法，定趣正觉，
34 4 极受七有（最多七次生死），天上、人间七往来已，便得苦际（解脱）。
34 5 」这是对「须陀洹」果的描述，因为是初入圣者之流，也称为「初果」、
34 6 「预流果」。

34 7 「三结已尽，淫（贪）、怒（镇）、疑薄，得一往来天上、人间。一
34 8 往来已，便得苦际。」这是对「斯陀含果」的描述，因为只需要再一次地
34 9 往来于天上与人间的修行，就能成就解脱，所以也称为「一来果」。

34 10 「五下分结（贪欲、镇恚、身见、戒取、疑）尽已，生于彼间，便般
34 11 涅槃，得不退法，不还此世。」这是对「阿那含果」的描述，因为是在来
34 12 生就必定会成就解脱，不会再来人间的，所以也称为「不还果」。

34 13 「欲漏心解脱，有漏、无明漏心解脱，解脱已，便知解脱。」这是对
34 14 「阿罗汉果」的描述。《杂·七九七》中说：「何为阿罗汉果？谓贪、
35 1 镇、疑永尽；一切烦恼永尽。」《杂·四九〇》中说：「贪欲永尽，镇恚
35 2 永尽，愚疑永尽，一切诸烦恼永尽，是名涅槃。」所以，能称为「阿罗汉
35 3 」的，就是已经解脱（涅槃）的圣者了。这样的解脱圣者，《杂·七五〇
35 4 》中描述说：「贪、恚、疑解脱已，是圣弟子得正知见：我生已尽，梵行
35 5 已立，所作已作，自知不受『后有』。」「后有」，指的是这个「五蕴」
35 6 不再和合（即俗称的「死亡」）时，还需要拥有下一个「五蕴」（即俗称
35 7 的「下一辈子」）的贪爱。而成就「阿罗汉果」的解脱圣者，明白自己再
35 8 也不会有这种「后有」的需求了。

35 9 沙门四果，是佛法修学上成就的重要标竿。而以成就这四种果位的圣
35 10 者为榜样的修学（即念「众」），则是在家佛弟子「四增上心」（在这里
35 11 是指「四不坏净信」）的修学内容之一。如《优婆塞经》（一二八）说：
35 12 「白衣圣弟子念如来」，「白衣圣弟子念法」，「白衣圣弟子念众：如来
35 13 圣众善趣正趣，向法、次法，顺行如法，彼众实有阿罗诃（阿罗汉）、趣
35 14 阿罗诃，有阿那含、趣阿那含，有斯陀含、趣斯陀含，有须陀洹、趣须陀
36 1 洹，是谓四双八辈」，「白衣圣弟子自念尸赖（戒）」。其中，「趣须陀
36 2 洹」的「趣」，是「趣向」的意思，所以也称为「须陀洹向」、「初果向
36 3 」或「预流向」，这是指虽然还没有能到达「初果」，但已经十分接近「

36 4 初果」，是在进入圣者之流的预备位置了。

36 5 第二十二项，说五种成熟（成就）解脱的观想方法：无常、苦、无我

36 6 、不净、不可乐想。《诸法本经》（一一三）说：「若比丘得习出家学道

36 7 心者，得习无常想、无常苦想、苦无我想、不净想、恶食想、一切世间不

36 8 可乐想、死想。」《七日记》（八）中，佛陀举世间的毁灭，来说明「一

36 9 切行无常，不久住法、速变易法、不可倚法。」然后归结道：「如是诸行

36 10 （一切）不当乐著，当患厌之，当求舍离，当求解脱。」文后又说：「我

36 11 今为汝说大海水当竭消尽，谁有能信？唯见谛（真理）者耳。我今为汝说

36 12 一切大地当烧尽，谁有能信？唯见谛者耳。」都表示了相同的内容，这是

36 13 早期经典中，经常论及的修行方法。无常的现象虽然在我们的世界里一再

36 14 地呈现著（背后的原因是：这是个缘起的世间），然而除了澈见真理的圣

37 1 者外，有谁能体悟呢？一般人在内心的占有欲与执著的驱使下，哪里会甘

37 2 心地接受呢？不过无常的事实总是事实，不甘心的结果，只是徒增自己的

37 3 烦恼与痛苦罢了。所以《说无常经》（一二〇）中说：「色无常，觉、想

37 4 、行、识无常，无常则苦，苦则非神。」「神」是「我」的另一种翻译，

37 5 「非神」是指没有一个不会变化的「我」，也没有一个这样的「我」可以

37 6 阻挡或者改变得了无常的。从这样的观点来看：无常的世间，哪有什么是

37 7 值得欣乐与迷恋的呢？《法乐比丘尼经》（二一〇）中说：「乐觉者，生

37 8 乐住乐，变易苦。无常者，即是灾患，欲使也。」所以会说当修「一切世

37 9 间不可乐想」了。而「不净想」，也就是「不净观」，是以观察或想像身

37 10 体的污秽，来消除对身体的爱恋的，也是「身念处」的修行内容之一，可

37 11 以参考八第九选V。

幻

37 12 第二十三项「五解脱处」，其实是指五个可以获知法义的地方。为什么

37 13 也说是「解脱处」呢？因为「知法解义」是往下「欢悦」、「欢喜」、

37 14 「止身」、：：，到最后「得解脱」的开端缘故吧！

38 1 第二十六项更说明了从善于观察「欲（贪）」、「恚（动怒）」、「

38 2 害（伤害）」、「色（物质）」、「己身（自我感）」，进而能不受这五

38 3 种因素的驱使，而趣向解脱（出要）。其中，「欲」、「恚」、「害」，

38 4 显然都与贪爱有关，我们将在八第六选V中，再作探讨。而「色」，如《

38 5 净不动道经》（七五）经说：「欲者无常，虚伪，妄言。是妄言法，则是

38 6 幻化，欺诳愚疑。」（第一说净不动道）「多闻圣弟子作如是观：若有色

38 7 者，彼一切色，四大及四大造。四大者，是无常法，是苦，是灭。」（第

38 8 二说净不动道）观「色」的内容，还是在观察「色」的组成（四大：地、

38 9 水、火、风），以及其无常性与苦迫性的。「己身」就是指自己，「己身

38 10 」的观察，不仅应当包括对自己身体的观察，而且更应当包括对自己「心

38 11 」的观察。观察的内容，还是在无常、苦、无我（无己身）、不净、不可

38 12 乐想等「五熟解脱想」。

38 13 五根、五力、七财、七力中的「慧」，与「八正道」中的「正见」是

38 14 相通的，「定」是「正定」的范畴，「念」是「正念」的范畴，「惭」与

39 1 「愧」，其精神与「四正断」是相通的：「惭于己恶，愧于不逮」。而信

39 2 ，可以「四不坏净信」来理解。

39 3 第二十九项「七觉支」，也还是「八正道」的内容。《杂·七一五》

39 4 中说：「何等为念觉分食？谓四念处。」「何等为择法觉分食？有择善法

39 5 ，有择不善法。」「何等为精进觉分食？彼四正断，思惟：：。」「何等

39 6 为喜觉分食？有喜、有喜处。」「何等为猗觉分食？有身猗息、心猗息。

39 7 」「何等为定觉分食？谓有四禅。」《杂·七一三》中说：「有舍善法，

39 8 有舍不善法：彼善法舍即是舍觉分。」舍就是舍去执著，还是属于「八正

39 9 道」中「正见」的范畴的。

者
二
水
」
乐

39 10 总括这三十项科目，还是戒、定、慧的修学内容。《法乐比丘尼经》
39 11 (二一〇)中说：「有戒、定、慧三聚摄八支圣道：正语、正业、正命圣
39 12 戒聚所摄；正念、正定圣定聚所摄；正见、正志、正方便圣慧聚所摄。」
39 13 「顶法」，是指努力于思惟观察无常、苦、空、非我（无我）、五蕴
39 14 、爱、界、缘起等诸法的修习。《杂·一》中便是以观察色、受、想、行
40 1 、识无常、苦、空、非我，而称这样的观察为「正观」的。透过这样「善
40 2 观分别」的修行，便能够进入忍（安住）、乐、欲（闻、念、观）于正法
40 3 修学的不动（稳定）境界。然而，如果还没有能到达这样的稳定状况，一
40 4 不努力，「不修守护，不习精勤」，仍然会「复失衰退」的，这样一来就
40 5 称为「顶退法」了。
40 6 经文末后，有八句五言偈诵。这是将经文的主要内容（从第一项到第
40 7 三十项，再加上顶法），以简单而容易忆起内容的字为代表，组合而成的
40 8 ，如以「阴」代表「五盛阴」；以「内」代表「六内处」；以「外」代表
40 9 「六外处」；「识」代表「六识身」；「更」代表「六更乐身」；：：。这
40 10 与《瑜伽师地论》中，称为「蒞奠南诵」的用法相当。这是因为印度早期的
40 11 经典，不用文字记载，而是以背诵口述流传（表示恭敬、慎重），而为了
40 12 方便背诵者记忆，避免遗漏用的。

埽

41 1 第三选

41 2 诸佛所说正要—四圣谛：《象迹喻经》（三〇）

41 3

41 4 (一) 经文大意：

41 5 有一次，佛陀游化到舍卫国，住在胜林给孤独园。

41 6 尊者舍利子告诉诸比丘说：

41 7 「若有无量善法，彼一切法皆四圣谛所摄，来入四圣谛中，谓四圣谛
41 8 于一切法最为第一，所以者何？摄受一切众善法故。诸贤！犹如诸畜之迹
41 9 ，象迹为第一。」

41 10 哪四谛呢？就是苦圣谛，苦集、苦灭、苦灭道圣谛。

41 11 什么是苦圣谛呢？就是生苦、老苦、病苦、死苦、怨憎会苦、爱别离
41 12 苦、所求不得苦、略五盛阴苦。

41 13 什么是五盛阴呢？就是色、觉（受）、想、行、识。

41 14 什么是色盛阴呢？就是一切「四大」以及「四大」的组合物。什么是
42 1 「四大」呢？就是地、水、火、风四界。四界又各分内、外：

42 2 内地界：「内身中在，内所摄坚，坚性住，内之所受。」如发、毛、
42 3 爪、齿、皮肤、肌肉、筋、骨、心、肾、肝、肺、脾、肠、胃、粪等。

42 4 内水界：「内身中在，内所摄水，水性润，内之所受。」如脑、脑根
42 5 、泪、汗、涕、唾、脓、血、肪、髓、涎、胆、小便。

42 6 内火界：「内身中在，内所摄火，火性热，内之所受。」如暖身、热
42 7 身、烦闷、温、壮、消化饮食。

42 8 内风界：「内身中在，内所摄风，风性动，内之所受。」如上风、下
42 9 风、腹风、行风、制缩风、刀风、躄风、非道风、节节行风、息出风、息
42 10 入风。

42 11 外地界、外水界、外火界、外风界谓：

42 12 「大是、净是、不憎恶是。」

42 13 「有时水灾，是时灭外地界。」

42 14 「有时火灾，是时灭外水界。」

43 1 「有时外火界起，起已烧村邑、城郭、山林、旷野。烧彼已，或至道

43 2 、至水，无受而灭。』

43 3 「有时外风界起，风界起时拨屋、拔树、崩山，山岩拨已便止，纤毫

43 4 不动。』

43 5 此外地界、外水界、外火界、外风界：

43 6 「极大，极净，极不憎恶，是无常法；尽法；衰法；变易之法，况复

43 7 此身暂住，为爱所受。』

43 8 所以多闻圣弟子，就不会这样想：

43 9 「是我，是我所，我是彼所。』

43 10 因为能不这么想，所以，如果当此四大之身，遭到骂詈、捶打、愤怒

43 11 指责而生苦，或者受到赞美而生乐，多闻圣弟子明白：

43 12 「我生此苦（乐），从因缘生；非无因缘。云何因缘？缘苦（乐）更

43 13 乐（触）。彼观此更乐无常；观觉（受）、想、行、识无常。彼心缘界住

43 14 ，止合一心，定不移动。』

44 1 如果在平时，也能够常有这样的观想，那么，一旦身体挨了拳头、石

44 2 块、刀杖时，就会这样想：

44 3 「我受此身，色法□质，四大之种，从父母生，饮食长养，常衣被覆

44 4 ，坐卧按摩，澡浴强忍。是破坏法；是灭尽法；离散之法，我因此身致拳

44 5 □、石掷、刀杖加。由是之故，彼极精勤而不懈怠，正身正念，不妄不疑

44 6 ，安定一心。』

44 7 世尊也是这样教我们的：

44 8 「若有贼来，以利刀锯，节节解我身者，因此令我心不变易，不恶语

44 9 言者，当为彼节节解我身者，起哀愍心，为彼人故，心与慈俱，遍满一方

44 10 成就游。如是二、三、四方，四维上下，普周一切，心与慈俱，无结无怨

44 11 ，无恚无诤，极广甚大，无量善修，遍满一切世间成就游。』

44 12 「应惭愧羞厌：我于利无利；于德无德，谓我因佛、法、众，不住善

44 13 相应舍。彼因惭愧羞厌故，便住善相应舍。是妙息寂：谓舍一切有；离爱

44 14 ；无欲；灭尽无余。诸贤！是谓比丘一切大学。』

45 1 「犹如因材木，因泥土，因水草，覆裹于空，便生屋名，诸贤当知，

45 2 此身亦复如是：因筋骨，因皮肤，因肉血，缠裹于空，便生身名。诸贤！

45 3 若内眼处坏者，外色便不为光明所照，则无有念，眼识不得生。」「诸贤

45 4 ！内眼处及色、眼识知外色，是属色阴。」「内意处及法、意识知外色法

45 5 ，是属色阴。若有觉，是觉阴；若有想，是想阴；若有思，是思阴；若有

45 6 识，是识阴。如是，观因缘和会。诸贤！世尊亦如是说：

45 7 「若见缘起，便见法；若见法，便见缘起。』

45 8 所以者何？诸贤！世尊说五盛阴从因缘生：色盛阴、觉、想、行、识

45 9 盛阴。彼厌此过去、未来、现在五盛阴，厌已，便无欲；无欲已，便解脱

45 10 ；解脱已，便知解脱：生已尽，梵行已立，所做已办，不受后有知如真，

45 11 是谓比丘一切大学。』

45 12

45 13 （二）论述：

45 14 《频□娑罗王迎佛经》（六二）、《优婆离经》（一三三）、《梵摩

46 1 经》（一六一）都描述佛陀说法的过程为：「劝发渴仰，成就欢喜已，如

46 2 诸佛法，先说端正法。」使闻法的人，有能力堪受正法，再说如诸佛所说

46 3 正要：「苦」、「集」、「灭」、「道」四圣谛。四圣谛为佛法中的「正

46 4 要」法，一切善法，皆为四圣谛所统摄，都可以归入四圣谛中。也就是说

46 5 ：四圣谛是普遍性的真理，是通往解脱的必经之道。

46 6 在《分别圣谛经》（三一）中，佛陀赞扬尊者舍利子（舍利弗）说：

46 7 「舍利子比丘聪慧、速慧、捷慧、利慧、广慧、深慧、出要慧、明达慧、

46 8 辩才慧；舍利子比丘成就实慧。」为什么会给予这样的赞美呢？是因为「

46 9 我（佛陀）略说此四圣谛，舍梨子比丘则能为他广教、广观、分别发露，
46 10 开仰施設，显现趣向。舍梨子比丘广教、广示此四圣谛，分别发露，开仰
46 11 施設，显现趣向时，令无量人而得于观。舍梨子比丘能以正见为导御也，
46 12 目乾连比丘能令立于最上真际：谓究竟漏尽。舍梨子比丘，生诸梵行，犹
46 13 如生母；目乾连比丘，长养诸梵行，犹如养母。是以诸梵行者，应奉事供
46 14 养、恭敬礼拜舍梨子、目乾连比丘。」尊者舍梨子因为善长于为同修们解
47 1 析四圣谛的道理，以「正见」启发、引导、匡正（御）同修的修学，让许
47 2 多同修，因为熟练应用四圣谛而「得于观」（成就于观察力），建立修行
47 3 的基础，而获得佛陀以「生母」来比喻的赞美。从这段赞美中，我们也可
47 4 以知道，四圣谛是「正见」、是智慧的一环。

47 5 从发现问题，确认它确实是个问题，而引发应当解决问题的认知（驱
47 6 动力），这是解决问题的第一步。

47 7 分析造成问题的原因，将根本原因找出，是解决问题的第二步。

47 8 找出原因后，努力将它灭除，这是解决问题的第三步。

47 9 当确实将造成问题的因素灭除时，问题解决了，解决问题的方法也确
47 10 立了，这是解决问题的第四步。

47 11 修行也一样：先从能感受到苦、不满于苦开始（苦圣谛），才会去找
47 12 造成苦的原因（苦集圣谛）。根本原因找到了，才能够尝试去灭除这个苦
47 13 （苦灭圣谛）。当灭除了苦，灭除苦的方法，也同时确立了（苦灭道圣谛
47 14 ）。所以，与其说「四圣谛」是一种哲理，不如说它是一种方法：一种解
48 1 决问题的方法。例如：一个容易动怒的人，如果能够觉察到自己经常容易
48 2 动怒，感受到这是个困扰（苦圣谛），才可能去分析、观察动怒的原因（
48 3 苦集圣谛），而灭除它（苦灭圣谛、苦灭道圣谛）。能够从观察问题的现
48 4 象，而分析出造成问题的原因，这就是所谓的「观」了，这也是为什么佛
48 5 陀会说：「舍梨子比丘广教、广示此四圣谛，分别发露，开仰施設，显现
48 6 趣向时，令无量人而『得于观』。」

48 7 《增·二十四·五》（二〇九）、《杂·三七九》描述佛陀初成佛时
48 8 ，为五比丘说法，所说的内容就是「四圣谛」的「三转十二行」（另：《
48 9 罗摩经》（二〇四）说是离苦、乐两边的中道——八正道）：
48 10 「初转」先分别说明「苦」、「集」、「灭」、「道」的内容，是初
48 11 「闻」正要法。

48 12 「二转」说明：「苦圣谛智，当复知」；「苦集圣谛，已知当断」；
48 13 「苦灭圣谛，已知当知作证」；「苦灭道迹圣谛，已知当修」。也就是说
48 14 当「修」此四谛法，使「眼生；智生；明生；觉生；光生；慧生」。

49 1 「三转」说明：「苦圣谛，已知；知己出」；「苦集圣谛，已知已断
49 2 出」；「苦灭圣谛，已知已作证出」；「苦灭道迹圣谛，已知已修出」。
49 3 也就是说当「证」此四谛法是「实、定、不虚、不妄、终不有异」。

49 4 每一转都有「苦」、「集」、「灭」、「道」等四「行」，所以三转
49 5 一共有十二「行」，也相当于「闻思」、「修」、「证」的次第。当佛陀
49 6 「三转法轮」后，五比丘中的尊者陈如（即拘邻）当场就「远尘、离垢
49 7 ；得法眼净」（眼生；智生；：）了，这就是著名的「转法轮经」。

49 8 苦，经中列举了八种，在《分别圣谛经》（三一）中，有比较详细的
49 9 说明。其中，描述前面七种苦的每一种为「身受苦」、「心受苦」、「身
49 10 心受苦」；「身热」、「心热」、「身、心热」；「身壮热烦恼忧戚」
49 11 、「心壮热烦恼忧戚」、「身、心壮热烦恼忧戚」。所以，从感受到苦
49 12 的地方来说，可以分为：身体（色盛阴）上的、心理（受、想、行、识盛阴
49 13 ）上的，或者是身、心交错上的，但总是不离五蕴而有苦的。所以，「八
49 14 苦」中的前面七种苦，可以笼统（略）而说是「五盛阴苦」了。另就苦的
50 1 性质与型态来说，苦当然是苦；热、壮热（强烈的热）、烦恼、忧戚等逆

50 2 境，都可以让人们产生苦的感受，甚至过去平顺快乐的经验，也可能加强了逆境中苦的感受，而成为苦的一部份。所以，虽然五蕴中尚有「乐受」
50 3 与「不苦不乐受」，然而，从人们一向趋乐避苦的习性，以及缘起、无常
50 4 的法则来说，「乐受」与「不苦不乐受」终究还是要汇归于「苦受」的（
50 5 杂·四七三），这就是为什么「四圣谛」要从「苦」来说了。
50 6
50 7 《杂·四七〇》经中说：「愚疑无闻凡夫，生苦受、乐受、不苦不乐
50 8 受。多闻圣弟子，亦生苦受、乐受、不苦不乐受。凡夫、圣人有何差别？
50 9 」「愚疑无闻凡夫，身触生诸受，增诸苦痛，愁忧称怨，心生狂乱。当于
50 10 尔时，增长二受：若身受，若心受。譬如士夫，身被双毒箭，极生苦痛。
50 11 」「多闻圣弟子，身触生苦受，不起忧悲称怨、心乱发狂。当于尔时，唯
50 12 生一受：所谓身受，不生心受。譬如士夫，被一毒箭，不被第二毒箭。」
50 13 我们的身体，是「四大之种，从父母生」，经常需要饮食与照顾保养，也
50 14 还是无法避免生病、衰老，或者外力伤害而引起的苦的。「身苦」，显然
51 1 是这个「五蕴和合体」的必然，即使是解脱的圣者，生前也还是无法避免
51 2 的。如《求法经》（八八）中记载：「彼时世尊告曰：『舍利子！汝为诸
51 3 比丘说法如法，我患背痛，今欲小息。』」然而，「身苦」是不必然一定
51 4 要引起「心苦」的，像不中「第二支毒箭」的圣者，就不会让「身苦」引
51 5 起「心苦」。所以，就修行的立场来说，应当下功夫的是「心苦」的止息
51 6 ，以及正念正智，让「身苦」就停留在「身苦」的层次，而不要更进一步
51 7 再引起「心苦」。
51 8 经中说，身体（色盛阴）是由「四大」所组合而成的，是「无常法；
51 9 尽法；衰法；变易之法」，是「灭尽法；离散之法」。又拿盖房屋，来比
51 10 喻身体的组成，以「因缘和会」的角度来作观察。能够作这样的观察（「
51 11 因缘和会」与「无常」），所以就不会认为这个身体是「我的（我所）」
51 12 ，或者是「我的归属（我是彼所）」。因此，当身体受到污辱、伤害而导
51 13 致「身苦」时，还能不动怒，不起「心苦」，而能够「极精勤而不懈怠，
51 14 正身正念，不妄不疑，安定一心」，甚且还能藉此作慈心观，而成就「慈
52 1 无量心」。
52 2 《度经》（一三）说：「云何知苦习（集）如真？谓此爱受当来有乐
52 3 欲，共俱求彼彼有，是谓知苦习如真。」《苦阴经》（九九）说：「是谓
52 4 现法苦阴（苦迫的五盛阴），因缘故欲，以欲为本（根本原因）。」《杂
52 5 ·二五〇》说：「非眼系色，非色系眼，乃至非意系法，非法系意。于其
52 6 中间，若彼欲贪，是其系也。譬如二牛，一黑、一白，共一轭鞅缚系，非
52 7 黑牛系白牛，亦非白牛系黑牛，然于中间，若轭、若系鞅者，是彼系缚。
52 8 」「《增·二十四·五》（二〇九）中说：「云何苦习谛？所谓受爱之分，
52 9 习之不倦，意常贪著，是谓苦习谛。」这些，都是在告诉我们：造成「心
52 10 苦」的原因（集），是因为「欲爱」；由「身苦」而引发「心苦」的关键
52 11 ，是「欲贪」。又如《爱生经》（二一六）中，描述一位梵志，因为所深
52 12 爱的独子过世了，过份悲伤的结果，「不能饮食，不著衣裳，亦不涂香，
52 13 但至冢哭，忆儿卧处。」佛陀因此而说：「若爱生时，便生愁戚、啼哭、
52 14 忧苦、烦惋、懊恼。」这和一般人的观念：「若爱生时，生喜心乐」，是
53 1 何等的不同啊！
53 2 经中说：「厌（五盛阴）已，便无欲；无欲已，便解脱。」《杂·一
53 3 》说：「正见者则生厌离，厌离者喜贪尽，喜贪尽者说心解脱。」《度经
53 4 》（一三）说：「云何知苦灭如真？谓此爱受当来有乐欲，共俱求彼彼有
53 5 断无余；舍；吐尽；无欲；灭；止；没，是谓知苦灭如真。」《分别圣谛
53 6 经》（三一）也说：「彼若解脱，不染不著；断；舍；吐尽；无欲；灭；
53 7 止；没者，是名苦灭。」《增·二十四·五》（二〇九）中说：「云何苦
53 8 尽（灭）谛？能使彼爱灭尽无余，亦不更生，是谓苦尽谛。」可以说：一

53 9 且舍离了欲爱，就舍离了忧悲恼苦了。所以，经中会赞叹「舍一切有；离
53 10 爱；无欲；灭尽无余」为「善相应舍」（与善—解脱相呼应的舍离）；
53 11 为「妙息寂」（奥妙的止息与寂静），是「比丘一切大学」（修行者修学
53 12 的根本重大项目）。欲爱，是人生苦的根源，这是个很值得探究的主题，
53 13 我们将在八第六选V中，再作讨论。
53 14 「苦灭道圣谛」，就是涵盖了「戒」、「定」、「慧」的「八正道」
54 1 了，可以参考八第二选V中，论述的部份。
54 2 经末又说：「若见缘起，便见法；若见法，便见缘起。」说明了「缘
54 3 起」（因缘）理则统摄著「法」（包括四圣谛）的根本地位，将在八第四
54 4 选V中讨论。

危

55 1 第 四 选

55 2 佛法的不共理则—因缘：《□帝经》（二〇一）

55 3

55 4 （一）经文大意：

55 5 有一次，佛陀游化到舍卫国，在胜林给孤独园。

55 6 当时有一位鸡和哆的儿子，名叫□帝的比丘，有了这样的错误观念（
55 7 恶见）：

55 8 「我知世尊说如是法：今此识，往生不更异。」

55 9 同修的比丘们，规劝他说：

55 10 「汝莫作是说，莫诬谤世尊。」「今此识，因缘故起，世尊无量方便
55 11 说：识因缘故起，有缘而生，无缘则灭。」

55 12 然而，□帝比丘仍然再三强硬地坚持己见。比丘们无法使□帝比丘舍
55 13 此恶见，于是就去禀告佛陀。

55 14 佛陀当面确认□帝比丘是这么认为的，然后又澄清□帝比丘所说的识
56 1 指的是什么。□帝比丘回答说：

56 2 「谓此识说，觉，作、教作，起、等起，谓彼作善恶业而受报也。」

56 3 于是佛陀当面呵责□帝比丘，说他是愚疑人，并且赞叹比丘们说：

56 4 「善哉！善哉！诸比丘，汝等知我如是说法，所以者何？我亦如是说
56 5 ；识因缘故起，我说识因缘故起。识有缘则生，无缘则灭，识随所缘生，
56 6 即彼缘，说缘眼、色生识，生识已说眼识。如是耳、鼻、舌、身、意法生
56 7 识，生识已说意识。犹若如火，随所缘生，即彼缘，说缘木生火，说木火
56 8 也；缘草粪聚火，说草粪聚火。如是，识随所缘生。」

56 9 「若汝等如是知、如是见，谓我此见如是清淨，不著彼、不借彼、不
56 10 守彼，欲令舍者，汝等知我长夜说筏喻法，知己，所塞流开耶？」

56 11 比丘答曰：「唯然！世尊。」

56 12 佛陀接著又问，如果有异教徒（异学）来问，这样清淨的见解，有什
56 13 么意义？有什么用处？有什么功德？那么，应该怎么回答呢？比丘答曰：

56 14 「我等当如是答：诸贤！为厌义，为无欲义，为见知如真义故。」

57 1 佛陀赞叹这样的回答，并且接著说：

57 2 「所以者何？此所说观：一曰转食□细，二曰更乐（触），三曰意念
57 3 ，四曰识也。此四食何因？何习？从何而生？由何而有耶？」

57 4 「彼四食者，因爱；习爱，从爱而生；由爱而有也。」

57 5 「爱者，因觉（受）；习觉，从觉而生；由觉而有也。」

57 6 「觉者，因更乐（触）；习更乐，从更乐而生；由更乐而有也。」

57 7 「更乐者，因六处；习六处，从六处而生；由六处而有也。」

57 8 「六处者，因名色；习名色，从名色而生；由名色而有也。」

57 9 「名色者，因识；习识，从识而生；由识而有也。」

57 10 「识者，因行；习行，从行而生；由行而有也。」

57 11 「行者，因无明；习无明，从无明而生；由无明而有也。」

57 12 「缘『无明』有『行』，缘『行』有『识』，缘『识』有『名色』，

57 13 缘『名色』有『六处』，缘『六处』有『更乐』，缘『更乐』有『觉（受

57 14 ）」，缘『觉』有『爱』，缘『爱』有『受（取）』，缘『受』有『有』

58 1 ，缘『有』有『生』，缘『生』有『老死、愁戚、啼哭、忧苦、懊恼』，

58 2 如是，此等大苦阴生。」

58 3 「无明灭则行灭，行灭则识灭，识灭则名色灭，名色灭则六处灭，六

58 4 处灭则更乐灭，更乐灭则觉灭，觉灭则爱灭，爱灭则受灭，受灭则有灭，

58 5 有灭则生灭，生灭则老死灭；愁戚、啼哭、忧苦、懊恼可得灭，如是此淳

58 6 大苦阴灭。」

58 7 「若汝等如是知、如是见，汝等颇于过去作是念：我过去时有，我过

58 8 去时无；云何过去时有？何由过去时有耶？」

58 9 「汝等颇于未来作是念：我未来当有，我未来当无；云何未来有？何

58 10 由未来有耶？」

58 11 「汝等颇于内有疑惑：此云何？此何等？此众生从何所来？趣至何处

58 12 ？何因已有？何因当有耶？」

58 13 「汝等颇故杀父、母，害弟子阿罗诃，破坏圣众，恶意向佛，出如来

58 14 血耶？」

59 1 「汝等颇故犯戒，舍戒、罢道耶？」

59 2 「汝等颇舍此，更求外尊，求福田耶？」

59 3 「汝等颇作沙门梵志，如是说：诸尊！可知则知，可见则见耶？」

59 4 「汝等颇吉祥为清净耶？」

59 5 「汝等颇为诸沙门梵志，吉祥相应，诸见杂苦、杂之（毒）、杂烦热

59 6 、杂懊恼，彼是真实耶？」

59 7 「汝等颇身生疹患，生甚重苦，乃至命欲断，舍此更求外，颇有沙门

59 8 梵志持一句咒、二句、三句、四句、多句、百句，持此咒令脱我苦，是谓

59 9 求苦习（集），苦，得苦尽耶？」

59 10 「汝等颇受八有耶？」

59 11 「汝等颇如是说：我等恭敬沙门、敬重沙门，沙门瞿昙是我尊师耶？」

59 12 』

59 13 比丘答曰：「不也！世尊。」

59 14 「复次，三事合会，入于母胎；父母聚集一处、母满精堪耐、香（生

60 1 ）阴已至。三事合会，入于母胎，母胎或持九月、十月更生。」「彼于后

60 2 时，诸根转大，根转成就。」「彼眼见色，乐著好色，憎恶恶色，」「如

60 3 是耳、鼻、舌、身、意知法，乐著好法，憎恶恶法，不立身念，少心，心

60 4 解脱、慧解脱不知如真，所生恶不善法不灭尽无余，不败坏无余。彼如是

60 5 随憎、不憎所受觉（受），或乐、或苦、或不苦不乐。」「彼乐彼觉，求

60 6 、著、受彼觉已，若乐觉者是为受（取），彼缘受有『有』，缘『有』有

60 7 生，缘生有老死、愁戚、啼哭、忧苦、懊恼，如是，此淳大苦阴生。比丘

60 8 ！非为具足爱所系相续，如帝比丘鸡和哆子耶？」

60 9 「若时，如来出世，无所著、等正觉、明行成为、善逝、世间解、无

60 10 上士、道法御、天人师，号佛、众佑，彼眼见色，于好色而不乐著，于恶

60 11 色而不憎恶，」「如是耳、鼻、舌、身、意知法，不著好法，不恶恶法，

60 12 立身念，无量心，心解脱、慧解脱知如真，所生恶不善法灭尽无余，败坏

60 13 无余。彼如是减憎、不憎所受觉（受），或乐、或苦、或不苦不乐。」「

60 14 彼不乐彼觉，不求、不著、不受彼觉已，若乐觉者彼便灭，乐灭则受灭，

61 1 受灭则有灭，有灭则生灭，生灭则老死灭，愁戚、啼哭、忧苦、懊恼可得

61 2 灭，如是，此淳大苦阴灭。比丘！非为具足爱尽解脱耶？」
61 3 比丘答曰：「如是！世尊，具足爱尽解脱也。」
61 4 是故，此经称「爱尽解脱」。

61 5 61 6 (二) 论述

61 7 □帝比丘所说的「识」，就是一般所说的「神识」；或者是通俗观念
61 8 中的「灵魂」，□帝比丘以「说」、「觉」、「作」、「教作」，「起」
61 9 「等起」等来形容，这是从其功能性来说的，其实都是在指「识」。「
61 10 说」，可以理解为「意念的表达」；「觉」，可以理解为「觉知」；「作」
61 11 ，可以理解为「行为」；「教作」则可以理解为「行为的推动意志」；「起」
61 12 ，可以理解为「生起」，特别是指一个新生命的和合生起。（依《望月》
61 13 《三六四八》中的解说，「起」为「中有」的异名，不过「中有」的说法，
61 14 恐怕是在《中阿含经》集成以后，才出现的吧！）「等起」，《望月》三
62 1 《八四八下》的解说，就是指「意」，因为「意」能引发「身」、「口」二业
62 2 ，「身」、「口」二业随著「意」而几乎同时生起，故称「等起」。（印
62 3 顺法师在《辨法法性论讲记》第七二页说：「先如此，后如此，如生死不
62 4 得解脱，以后还是如此，这名为『等起』。」也可以参考。）末后，□帝
62 5 比丘总结的说，他所说的「识」，就是那个能为善造恶，并且接受业报的
62 6 主体，并且认为这个「识」，是在轮回生死（往生）的变化中，可以一直
62 7 保持著不变（不更异）的真实部份。这样的观点，就是所谓的「常见」，
62 8 和《杂·一〇四》中，焰摩迦比丘认为「漏尽阿罗汉身坏命终，更无所有」
62 9 的「断见」，正是人们所常犯两个极端错误的邪见。

62 10 在《杂·二六二》中，阿难告诉阐陀比丘说：「我亲从佛闻，教摩诃
62 11 迦旃延：『世人颠倒，依于两边：若有、若无。』」这里所说的「有」，
62 12 就是指：以为生命中存在著某种「不会改变」的部份，也就是「常见」，
62 13 正如□帝比丘的观念。所说的「无」，就是否定生命「因缘相续」现象的
62 14 「断见」，如焰摩迦比丘的观念。然而，佛陀所悟见的真理却是：「如实
63 1 正观世间（指五蕴、六处的身、心，参考《杂·二三〇、二三三》）集者，
63 2 则不生世间无见；如实正观世间灭，则不生世间有见。迦旃延！如来离
63 3 于二边（常见、断见），说中道：所谓此有故彼有，此生故彼生，谓缘无
63 4 明有行，乃至生、老、病、死，忧、悲、恼、苦集。所谓此无故彼无，此
63 5 灭故彼灭，谓无明灭则行灭，乃至生、老、病、死，忧、悲、恼、苦灭。
63 6 」「集」，就是因缘的聚集。五受蕴（杂染的生命）的集，就是指生命的
63 7 「流转」（或者，也可以通俗地说是「轮回」、「往生」）。「灭」，就
63 8 是因缘的消散。五受蕴的灭，就是指生死轮回（异阴相续）的「止息」（
63 9 或者，也可以说是「解脱」、「涅槃」）。

63 10 《频伽婆罗王迎佛经》（六二）中，描述佛陀为频伽婆罗王说五蕴是
63 11 生灭（无常）法：「犹如大雨时，水上之泡，或生或灭。」接著又说，如
63 12 果能有这样的觉悟，就「不著、不计、不染、不住、不乐」色、受、想、
63 13 行、识是「我」，不但当下如此，未来也如此。生命中，真的是找不到一
63 14 个不变的核心「我」，在流转生、死的。这样的事实，让您感到一无所有
64 1 的害怕吗？让您困惑了吗？在佛陀说法的当时，听众中就有摩竭陀人，在
64 2 心中这么想：「若使色、觉、想、行、识无常，谁活？谁受苦乐？」或许
64 3 我们还要问：是谁在修行？修行还有意义吗？然而，佛陀的回应却是：「
64 4 愚疑凡夫不有所闻，见我是我而著于我，但无我、无我所，空我、空我所
64 5 。法生则生，法灭则灭，皆由因缘合会生苦，若无因缘，诸苦便灭。众生
64 6 因缘会相连续，则生诸法。如来见众生相连续生已，便作是说：有生有死
64 7 。」说众生生、死流转，为恶受恶报，生恶处、地狱；为善受善报，生善
64 8 处、天上，都是依据「因缘相续」的规律脉络来说的，而并不表示其中有

64 9 一个不变的「我」。所以佛陀接著说：「我知彼（生死流转；善恶业报）
64 10 如是，然不语彼：此是我，为能觉、能语，作、教作，起、教起，谓彼彼
64 11 处受善恶业报。」很明显地，佛陀不说生命中有一个「我」，主导著意见
64 12 的表达；觉知；行为以及行为的推动意志；或是一个能入母胎的「香阴」
64 13 、意念，在承受著善恶业报的，正好否定了□帝比丘的说法。佛陀只一贯
64 14 地说：「因此生彼，若无此因，便不生彼；因此有彼，若此灭者，彼便灭
65 1 也。所谓缘无明行，乃至缘生有老死；若无明灭，则行便灭，乃至生灭则
65 2 老死灭。」

65 3 彻底地破除「我」的执著，佛陀形容这样的人说是：「无量、不可计
65 4 、无限得息寂。若舍此五阴已，则不更受阴也。」——《频□娑逻王迎佛
65 5 经》（六二）《杂·一〇五》也说：「诸慢（我慢）断故，身坏命终，更
65 6 不相续。如是弟子，我不说彼舍此阴已，生彼彼处。所以者何？无因缘可
65 7 记说故。欲令我记说者，当记说：彼断诸爱欲，永离有结，正意解脱，究
65 8 竟苦边。」佛陀对这样的生命现象，举了两个譬喻，如《分别六界经》（
65 9 一六二）说：「譬如燃灯，因油因炷。彼若无人更增益油，亦不续炷，是
65 10 为前已灭讫，后不相续，无所复受，是谓第一正慧，成就第一真谛处。」
65 11 《杂·九六二》说：「于一切见，一切受，一切生，一切我、我所见，我
65 12 慢，系著，使，断灭、寂静、清凉、真实，如是等解脱，生者不然，不生
65 13 亦不然。犹如有人于汝前然火，薪草因缘故然。若不增薪，火则永灭，不
65 14 复更起，东方、南方、西方、北方去者，是则不然。色、受、想、行、识
66 1 已断，已知，断其根本，如截多罗树头，无复生分，于未来世永不复起。
66 2 若至东方、南方、西方、北方，是则不然，甚深广大，无量无数，永灭。
66 3 」断除了对自我最细微的爱——「我慢」的生命，正如同没有人添油续炷
66 4 的油灯；没有人添增薪草的火，阴、阴相续的爱染止息了，真的是没有因
66 5 缘可以记说，要往生何处了。

66 6 那么，杂染的生命，又是怎么流转的呢？经中说，是因为「父母的聚
66 7 合」（性交）、「母满精堪耐」（精、卵健康）、「香阴已至」等三个因
66 8 缘的和合，而入于母胎的。三个因缘后面，又都各有一连串无数的因缘聚
66 9 集，才能成就的，是因缘相依的，是无常的，是没有主宰者的。其中「香
66 10 阴」，就是指对生命的执取，受「爱染力」（业力）推动的「识」，人们
66 11 最容易将之误以为就是「我」了。其实，这这一部份也还是因缘和合，一
66 12 直在改变著的，怎么可以说这才是「我的原貌」呢？即使在日常生活中，
66 13 我们的一举一动，甚至于心中抽象的一个想法、一个愿望、是非观念、喜
66 14 怒哀乐、：：的形成，哪一个不是因缘和合的呢？哪里不是变化无常的呢
67 1 ？哪里分离得出一个「我」呢？

67 2 《杂·三九》中说：「彼五种子者，譬取阴俱识。地界者，譬四识住
67 3 。水界者，譬贪喜四取攀缘识住。何等为四？于色中识住，攀缘色，贪喜
67 4 润泽，生长增广；于受、想、行中识住，攀缘受、想、行，贪喜润泽，生
67 5 长增广。」这是以「种子」比喻作「识」；以「土地」比喻「色、受、想
67 6 、行」等，「识」所攀缘依住（生存）的四个地方；以「水」比喻「贪喜
67 7 」（爱染）。我们知道，在我们的生活环境中，当种子撒入土地中，加上
67 8 水的润泽，便会发芽生长。同样的，「识」在「贪爱」的推动下，到处找
67 9 机会（攀缘）于色、受、想、行中生长。所以「十二缘起」中说，「识缘
67 10 名（受、想、行的总称）、色」。然而在《大因经》（九七）中，除了说
67 11 ：「缘识故，则有名、色。」外，接著又说：「当知所谓缘名、色有识。
67 12 」也就是说，在生命的现象中，「识」与「名」、「色」都不可能单独存
67 13 在，是必须相互依存的，想要将「识」（或者「名」、「色」）单独切割
67 14 出来，是事实上的不存在。正如《杂·二八八》中，「三芦鼎立」的譬喻
68 1 ：「譬如三芦，立于空地，展转相依，而得竖立。若去其一，二亦不立。

68 2 若去其二，一亦不立。识缘名色，亦复如是，展转相依，而得生长。」所以，经中说：「识有缘则生，无缘则灭，识随所缘生，即彼缘，说缘眼、
68 3 色生识，生识已说眼识。」识，必须在六根中生长。在六根中生长的识，
68 4 因为具有不同的功能，而被赋予不同的名称。

68 5 因为缘起的，所以因缘条件都具足了，才能存在。因为是缘起的，
68 6 一切决定于因缘，连因缘都决定于因缘，因而一切都随著因缘而变化，表现著「无常」的现象，不会有能够单独存在、永恒存在的生命，一切都在
68 7 变迁中（诸行无常），都是相互依存，而没有所谓的主宰与支配的。同样的道理，在我们五蕴和合的身、心中，也找不到有个不变的主体在运作。
68 8 即使在从此世到彼世的流转中，也没有一个不变的真我，在生死轮回，一切都在随因缘条件变化的无常中，是「无我」的（诸法无我）。《度经》
68 9 （一三）中，佛陀反对：人所为一切皆因「宿命造」、「尊佑造」、「无因无缘」等三种主张。这三种主张，是不符合缘起法「此有故彼有，此无
68 10 故彼无」的理则的。「宿命造」，就是「宿命论」，认为一切都已经在一一定的命运安排中了。这是只有约略地看到「此有故彼有」——流转（果报）
68 11 的可能性，而没有能透彻地观察到流转的「集」，因此也就看不到「此无故彼无」——还灭的可能变化。「尊佑造」，就是认为存在一个宇宙初始的创造神，他创造了这个世界，是这个世界的主宰者，一切的作为，都
68 12 在他的控制下。「无因无缘」，这是说，一切都是偶然生成的，没有规则脉络可循。如果这三种主张的任何一种，是事实的话，那么经中说：「作
68 13 （造作；作为）以不作，都无欲（意欲）、无方便（精进）。」也就是说，不会有应、不应该做的事；善、恶没有差别，修行也没有用了。
68 14

69 1 彻底的主张缘起法，是佛教与其它宗教，在教义上最大的差异。缘起
69 2 法的理则，就是「此有故彼有，此无故彼无」。也就是说，任何一件事、物的存在（当然，依佛法关切的重心，还是指五蕴、六处这个「世间」），
69 3 都依赖著它存在的因缘条件，只要因缘条件有变化，或者消失了，那么，事、物就会跟著变化或消失。这个道理很像很简单，人们也或多或少能有这样的体会与经验，感觉上好像也不是什么特别艰深难懂的大道理。然而，
69 4 要能在自己的身、心活动中；待人处事上彻底地实践、体证，实际上却又是那么地遥不可及。如《大因经》（九七）中，阿难说：「此缘起甚奇、极甚深，明亦甚深，然我观见：至浅至浅。」然而佛陀却立刻纠正说：
69 5 「阿难！汝莫作是念：此缘起至浅至浅。所以者何？此缘起极甚深！明亦甚深！阿难，于此缘起不知如真，不见如实，不觉不达故，令彼众生如织机相锁，如蕴蔓草，多有稠乱，忽忽喧闹，从此世至彼世，往来不能出过生死。阿难，是故知此缘起极甚深！明亦甚深！」对缘起法在观念上不清楚（不觉），行为上不能随顺（不达）的结果，就只能在生死中打滚，
69 6 这就是为什么要说：「此缘起极甚深」了。事实上，世事的因缘错综复杂，要能放得下自己的主观成见，作如实的观察明白，就已经很难了，更何况是要能亲身体证随顺因缘，远离一切取著、爱染，而趣入涅槃呢！《杂·二九三》中也说：「此甚深处：所谓缘起。倍复甚深难见：所谓一切取离、爱尽、无欲、寂灭、涅槃。」因为，在我们凡夫内心的深处，是多么根深蒂固地抗拒著缘起法啊！
69 7
69 8
69 9
69 10
69 11
69 12
69 13
69 14

70 1 从八第三选V中，我们知道「爱」，是苦迫（五盛阴苦）的原因，「
70 2 爱」的熄灭，就是苦迫的熄灭。也可以说：因为有爱染（此有），所以有苦迫的生命流转（彼有）；因为爱染的灭除（此灭），所以止息了苦迫的生命流转（彼灭）。而本经更从长养生命的「四食」（四种食物，可以参考印顺法师著《佛法概论》第八章第一节V）谈起，由四食的「集」——「爱」切入，进一步从「爱」溯源上推，细分出「受」↑「触」↑「六处」↑「名色」↑「识」↑「行」↑「无明」；往下推，分析出「取」↓
70 3
70 4
70 5
70 6
70 7
70 8

71 9 「有」↓「生」↓「苦」（老、病、死，忧、悲、恼），共十二个相互依
71 10 存的阶段，称为「缘起十二支」或「十二缘起」。《智经》（二三）中，
71 11 尊者舍利子在佛陀验证他是否已经证入阿罗汉果的答问中，略说觉（受）
71 12 ↓爱↓受（取）↓有↓生，而佛陀赞叹他已「深达法界」。所以，如果仅
71 13 以「觉、爱、受、有、生」这五支，也还是足以分析生命苦迫流转的过程
71 14 的。而尊者舍利子末后又说：「我自于内，背而不向，『则诸爱尽』，无
72 1 惊无怖，无疑无惑，行如是守护，如是守护已，不生不善漏。」也同样地
72 2 表达了以「爱」，为止息苦迫关键地位的意思。

72 3 经中所说缘起的十二支，是从六根对六尘的「乐著」、「憎恶」说起的。
72 4 也就是说，是以当下烦恼（苦）的流转为对象来说明的。它显然是个
72 5 完全封闭式的循环，无始无终。沉沦其中的凡夫（「具足爱所系相续」），
72 6 当如何突破这样的封闭式循环，而脱离苦海呢？佛陀说「具足爱尽解脱」，
72 7 显然是告诉我们，在缘起的十二支中，「爱」是这十二支相续系著
72 8 的关键，所以应当从止息爱染，来突破这十二支的封闭循环，才能脱离这个
72 9 苦海啊！

72 10 建立了缘起这样正确（清净）的观念，做什么用呢？经中说，是为了
72 11 「厌义」、「无欲义」，以及为了认清事实的真相（见、知如真义），而
72 12 不要再沾沾自喜于觉得自己观念很正确、很好，又形成另一种的「爱染」
72 13 与「执著」。也就是说：缘起观的功能与价值，还是在于帮助我们止息「
72 14 爱染」！思惟因缘法，对烦恼、欲贪、镇恨的解除，常有很好的效果。当
73 1 我们因得不到想要的东西，而处于不甘心或渴求的恼热时；当我们因得不
73 2 到合理的对待，而处于愤愤不平的镇恨时；当我们因失去所爱，而悲伤不
73 3 已时；当我们对不确定的未来，感到担忧时，思惟缘起法，将增强我们「
73 4 承担」的能力，而且，更进一步地，能使我们逐渐获得苦迫的止息与清凉
73 5 。思惟得愈深刻，将可以获得愈彻底的清凉。想一想，让人们悲欢离合、
73 6 忧苦愁戚的事，哪一项不是因缘具足了，才产生的呢？哪里是人们情绪可
73 7 以改变的呢？这些情绪，只是徒增自己和别人的困扰而已。配合著四谛（
73 8 苦、集、灭、道）的思惟次第，会发现产生这些情绪的推动力量，常常是
73 9 因为不能随顺因缘，充份地尊重因缘的执著。平时，对周遭逆境的多作比
73 10 拟观察，多思惟缘起法，多作心理准备，将有助于减轻这样的执著。

73 11 能对缘起有「如实知见」的人，经中说，就不会对「有」、「无」、
73 12 「生命流转」等有疑惑（破「疑」），不会破戒、退失修道心，不会到处
73 13 求神问卜、改运求福，不会浑浑沌沌、人云亦云，不会以吉祥为清净、不
73 14 会以号称是吉祥，而却会引起苦迫的见解为真实，不会用持咒来解除自己
74 1 的病痛（破除「戒禁取」结），不会有第八次的流转生死（即间接地指入
74 2 初果的圣者），不会因尊师而轻法（依法不依人）。

74 3 经文中，在佛陀呵责□帝比丘之后，与诸比丘间有一段问答：「真说
74 4 ，见耶？」「如来真说，见耶？」「如来灭已，所有真（说），彼亦灭法
74 5 ，见耶？」：：语意不甚明确，无法清楚地解读。不过，略过此段，应该
74 6 是不至于影响对整个经法味的把握的。

74 7 在《阿含经》中，提到「十二缘起」的经，大约《杂阿含》中有四十
74 8 一经，《中阿含》中有七经，《长阿含》中有二经，《增一阿含》中有六
74 9 经。其中，《中阿含》《大因经》（九七）说：「当知所谓缘生有老死：
74 10 阿难！若无生，鱼、鱼种，鸟、鸟种，蚊、蚊种，龙、龙种，神、神种，
74 11 鬼、鬼种，天、天种，人、人种，阿难！彼彼众生随彼彼处，若无生，各
74 12 各无生者，设使离生，当以老死耶？」很明显地，这里是以一期生命的出
74 13 生，来解说「十二缘起」中的「生」的。又《杂·二九八》中说：「缘有
74 14 生者，云何为生？若彼彼众生，彼彼身种类，一生超越和合出生，得阴、
75 1 得界、得入处、得命根，是名为生。」《增·四九·五》（四三八）中也

75 2 说：「彼云何名为因缘之法？所谓无明缘行，：：有缘生，生缘死，死缘
75 3 忧悲苦恼，不可称计。如是，成此五阴之身。：：彼云何为生？等具出家
75 4 （处）受诸有，得五阴，受诸入，是谓为生。」都表示了相同立场的解释
75 5 。此外，「十二缘起」可以是涵盖了一期、一期生命流转现象的阐释，也
75 6 可以从经中对「识缘名色」的解释看出来：如《大因经》（九七）中说：
75 7 「当知所谓缘识有名、色。阿难！若识不入母胎者，有名、色成此身耶？」
75 8 』《长·一三》（《大缘方便经》）与《大因经》（九七）有相似的内容
75 9 ：「阿难！缘识有名、色，此为何意？若识不入母胎者，有名、色不？」
75 10 经中另一类的解释，如《杂·二九八》中说：「云何为行？行有三种
75 11 ：身行、口行、意行。缘行识者，云何为识？谓六识身：眼识身、耳识身
75 12 、鼻识身、舌识身、身识身、意识身。」《增·四九·五》（四三八）中
75 13 说：「彼云何名为行？所谓行者有三种：云何为三？所谓身行、口行、意
75 14 行，是谓为行。彼云何名为识？所谓六识身是也。云何为六？所谓眼、耳
76 1 、鼻、舌、身、意识。」这类的解释，有可能是比较倾向于就当下的身、
76 2 心状况来说的。又，从「六入」↓「触」↓「受」↓「爱」↓「取」↓「
76 3 有」的这一部份，经中也大多倾向于以当下身、心的反应来作解释的。
76 4 从生命流转的大环境来说，尚未解脱的凡夫，现在的染著，既受到过
76 5 去染著的影响，也必然会影响到将来（薰习↓成性↓薰习）。所以，可以
76 6 说，「十二缘起」所照顾的层面，不适合认为只是在说明当下烦恼、苦迫
76 7 的流转而已。况且，从「此有故彼有」的缘起理则来看，也不适合忽略生
76 8 命的三世流转，而排斥一期期生命三世流转的「十二缘起」说。当然，对
76 9 于能够完全做到「不追悔过去，不欣乐将来，不染著现在」（请参考第八
76 10 第五选V）的解脱圣者来说，它们已经成功地突破了「十二缘起」无明、爱
76 11 染的连环钩锁，自然也不必再用「十二缘起」来解释他们的身、心活动，
76 12 更不必论「十二缘起」是适用于「三世」或「当下」了。

掩

77 1 第五选

77 2 佛法的价值观（一）——活在当下：《阿难说经》（一六七）

77 3

77 4 （一）经文大意：

77 5 有一次，佛陀游化到舍卫国，住在胜林给孤独园。

77 6 有一晚，尊者阿难为聚集在讲堂的比丘，说跋地罗帝偈，及其含义。
77 7 佛陀听说了这件事，就当面询问尊者阿难，是如何为诸比丘说跋地罗帝偈
77 8 ，及其含义的。尊者阿难说：

77 9 「慎莫念过去，亦勿愿将来；过去事已灭，未来复未至。

77 10 现在所有法，彼亦当为思：念无有坚强，慧者觉如是。

77 11 若作圣人行，孰知愁于死？我要不会彼，大苦灾难终。

77 12 如是行精勤，昼夜不懈怠；是故常当说，跋地罗帝偈。」

77 13 世尊问：「阿难！云何比丘念过去耶？」

77 14 尊者阿难答：「世尊！若有比丘乐过去色，欲、著、住；乐过去觉（
78 1 受）、想、行、识，欲、著、住，如是比丘念过去也。」

78 2 世尊再问：「阿难！云何比丘不念过去？」

78 3 尊者阿难答：「世尊！若比丘不乐过去色，不欲、不著，不住；不乐
78 4 过去觉、想、行、识，不欲、不著、不住，如是比丘不念过去。」

78 5 世尊再问：「阿难！云何比丘愿未来耶？」

78 6 尊者阿难答：「世尊！若比丘乐未来色，欲、著、住；乐未来觉、想
78 7 、行、识，欲、著、住，如是比丘愿未来也。」

78 8 世尊再问：「阿难！云何比丘不愿未来？」

78 9 尊者阿难答：「世尊！若比丘不乐未来色，不欲、不著、不住；不乐

78 10 未来觉、想、行、识，不欲、不著、不住，如是比丘不愿未来。」

78 11 世尊再问：「阿难！云何比丘受现在法？」

78 12 尊者阿难答：「世尊！若比丘乐现在色，欲、著、住；乐现在觉、想

78 13 、行识，欲、著、住，如是比丘受现在法。」

78 14 世尊再问：「阿难！云何比丘不受现在法？」

79 1 尊者阿难答：「世尊！若比丘不乐现在色，不欲、不著、不住；不乐

79 2 现在觉、想、行、识，不欲、不著、不住，如是比丘不受现在法。世尊！

79 3 我以如是为诸比丘夜集讲堂，说跋地跋罗帝偈及其义也。」

79 4 于是，世尊赞叹尊者阿难「有眼、有智、有义、有法」，对跋地罗帝

79 5 偈「观义应如是」。

79 6

79 7 (一) 论述：

79 8 「跋地罗帝」，依杨郁文先生直译为：「『贤善一夜』，意谓夜夜（

79 9 日日）全然如是贤善生活之人。」（《佛光大藏经·阿含藏·中阿含经》

79 10 第一四八三页）

79 11 在《中阿含经》中，以「跋地罗帝偈」为主题的经，共有三部：《温

79 12 泉林天经》（一六五），《释中禅室尊经》（一六六）与《阿难说经》（

79 13 一六七）。《阿难说经》（一六七）中所记录的解释经文，与《释中禅室

79 14 尊经》（一六六）中佛陀的解释经文完全相同。而《温泉林天经》（一六

80 1 五）中，尊者大迦旃延的解释为：

80 2 「云何比丘不念过去？诸贤！比丘实有眼知色可喜，意所念，爱色，

80 3 欲相应，心乐，扪摸本，本即过去也。彼为过去识不欲染著，因识不欲染

80 4 著已，则便不乐彼；因不乐彼已，便不念过去。如是耳、鼻、舌、身，实

80 5 有意知法可喜，意所念，爱法，欲相应，心乐，扪摸本，本即过去也。彼

80 6 为过去识不欲染著已，则便不乐彼；因不乐彼，便不念过去。诸贤！如是

80 7 比丘不念过去也。」

80 8 「云何比丘不愿未来？诸贤！比丘若眼、色、眼识未来者，未得不欲

80 9 得，已得心不愿，因心不愿已，则便不乐彼；因不乐彼已，便不愿未来。

80 10 如是耳、鼻、舌、身，若有意、法、意识未来者，未来不欲得，已得心不

80 11 愿，因心不愿已，则便不乐彼，因不乐彼已，便不愿未来。诸贤！如是比

80 12 丘不愿未来也。」

80 13 「诸贤！云何比丘不受现在法？诸贤！比丘若眼、色、眼识现在者，

80 14 彼于现在识不欲染著，因识不欲染著已，则便不乐彼，因不乐彼已，便不

81 1 受现在法。如是耳、鼻、舌、身，若有意、法、意识现在者，彼于现在识

81 2 不欲染著，因识不欲染著已，则便不乐彼；因不乐彼已，便不受现在法。

81 3 诸贤！如是比丘不受现在法。」

81 4 尊者阿难，是从五蕴的「不乐、不欲、不著、不住」，来说明「跋地

81 5 罗帝偈」的。而尊者大迦旃延，则从六根对六尘中，识（触；认知了别）

81 6 的「不欲染著、不愿不乐」来说明。不论是从「五蕴」，或是从「六处

81 7 」来说明，主要的重点，都是在「不爱染、不执著」。所谓「不追悔过去

81 8 ，不欣乐将来，不染著现在」就是「跋地罗帝偈」中，所表达的主要精神

81 9 。

81 10 《杂·二二一》中，世尊说：「我昔未成正觉时，独一静处，禅思思

81 11 惟，自心多向何处？观察自心，多逐过去五欲功德，少逐现在五欲功德，

81 12 逐未来世转复为少。」杂染的五欲，之所以也称为功德，是偏重于其令人

81 13 愉悦，并且能起世间名闻利养来说的。人们总是比较缅怀过去的美好感觉

81 14 ，让过去的经验，深深地印在心灵之中，难以忘怀。其实，过去的事，因

82 1 缘已不存在，不论是多么美好，或是多么地令人扼腕，都没有必要沉沦于
82 2 顾念过去的情绪中。对过去的怀念或追悔，只是徒增自己的忧伤与沮丧，
82 3 进而干扰对当下因缘的正确处理而已。思考过去的因缘，而作检讨反省是
82 4 可以的，但却没有必要让过去的因缘，造成当下情绪的起伏。这与一般对
82 5 缅怀（眷恋）过去带有同情，甚至有所赞许的世俗价值观，是不同的。

82 6 将来的事，因缘还未成熟，也是处于不存在的状况，也没有必要让它
82 7 造成当下情绪的起伏。期待的情绪，常常夹带著主宰因缘的主观意图，也
82 8 常常会因此而引起烦恼。人们总是对自己所喜欢的，有所期待，所以说「
82 9 欣乐未来」。期待的心情，常是七上八下的，或许能带著些愉悦，但却不
82 10 难发现，也常跟随著渴求的煎熬。姑不论未来是否能如预期，现在就已经
82 11 在烦恼（渴求的煎熬）之中了。即使未来果真能如其所愿，然而，满足的
82 12 愉悦，又不免成了长养欲贪的养料。如果不如预期，又难免失望而情绪低
82 13 落，或者愤愤难平。这与赞美常活在希望中的世俗价值观，是多么的不同
82 14 啊！

83 1 排除了活在执著过去、未来的世界里，所剩下来的，就是「活在当下
83 2 」了。即使是「活在当下」，对当下的起心动念，还是要清清楚楚，注意
83 3 著不可染著。当下的每一个念头，都还是缘生、缘灭的，所以偈诵说「念
83 4 无有坚强」，这是贤者的智慧与生活态度。如果能够像这样的生活，所有
83 5 的苦难，自然就会终止了，还有谁会忧愁死亡呢？

83 6 就修学者来说，要怎样注意染著的排除呢？个人以为可以依著「苦」
83 7 、「集」、「灭」、「道」四圣谛的修行方法：首先，当要能自我训练，
83 8 觉察自己的爱染（苦）。其次，思维观察自己爱染的原因，选择确当的方
83 9 法，来解除这些原因，才能排除爱染。要能尽早发现自己的染著，这需要
83 10 靠时时保持正念的清明。尤其是对「六根」、「六尘」、「六识」和合所
83 11 产生的「触」（了别），以及由「触」而生的「受」（情绪），更应当时
83 12 时观照，保持警觉，因为烦恼与染著，常悄悄地从这两处进来。如《杂·
83 13 二〇九》中，佛陀说：「有六触入处：眼触入处、耳、鼻、舌、身、意触
83 14 入处。于此六触入处集、灭、味、患、离不如实知，当知去我法、律远，
84 1 如虚空与地。于此眼、耳、鼻、舌、身、意触入处，非我、非异我、不相
84 2 在，作如是如实知见者，不起诸漏，心不染著，心得解脱。是名六触入处
84 3 ，已断已知，断其根本，如截多罗树头，于未来世，欲不复生。」又如《
84 4 杂·二一三》中说：「缘眼、色，眼识生，三事和合触，缘触生受——若
84 5 苦、若乐、不苦不乐。若于此受集、受灭、受味、受患、受离不如实知者
84 6 ，种贪欲身触、种镇恚身触、种戒取身触、种我见身触，亦种殖增长诸恶
84 7 不善法。如是，纯大苦聚，皆从集生。如是，耳、鼻、舌、身、意、法，
84 8 缘生意识，三事和合触，广如上说。」所以，如果能够让「触」就只停留
84 9 在「触」；例如：看到前面路上车阵大排长龙，知道遇上大塞车了。在塞
84 10 车的因缘仍然存在时，随顺之，让「明白」就只是「明白」，不要让主宰
84 11 的意念任意发展。然而，如果再不够警觉，做不到这样，就可能会因为失
84 12 于正念而急躁不安，于是苦的情绪感受就产生了。假如对这苦的情绪（受
84 13 ），清清楚楚明明白白，并且就在这里打住，让情绪就只是情绪，不要让
84 14 「不喜欢」塞车，「希望」别人多让我的「爱染」发展出来，那么「十二
85 1 缘起」的钩链，便能在此打断，往下的「取」、「有」、「生」（烦恼、
85 2 造业的「生」）也就不会再生起了。假如正念不足，「十二缘起」的钩链
85 3 ，一旦闯过了「受」的阶段，往后的发展，恐怕就要如山洪爆发一般，一
85 4 发就难以止息了（参考《菩提树的心木》第二三页，佛使比丘演讲·郑振
85 5 煌译·慧炬出版社）。正念的内容，就是四念处。四念处的修行方法，我
85 6 们将在八第九选V中，再作讨论。

85 7 使自己染著的原因，常是欲贪，是爱染。推动欲贪与爱染的力量，是

85 8 来自于理智上不能随顺因缘的执取（以自我为中心的「我见」）。那么就
85 9 只有常常从深入地观察「无常」，多思惟、多体会缘起法，逐渐地建立顺
85 10 乎缘起法的观念（正见），让深刻的观念形成个性，才能有所改善。而对
85 11 早已习惯执取的一般人来说，要建立这样的个性，却也不是一、二天的事
85 12 ，所谓「先以习成性，次以性养习」，就是这个意思。这是扎实的功夫，
85 13 需要「行精勤，昼夜无懈怠」，从多思维缘起法做起，点点滴滴的累积的
85 14 呢！
86 1 表现于情感上的爱染，其灭离的过程，可以说是随顺于「味」、「患
86 2 」、「离」的修行次第的，我们将在A第六选V中，再作讨论。

塬

87 1 第 六选

87 2 佛陀的价值观（二）——离欲：《苦阴经》（九九）

87 3

87 4 （一）经文大意：

87 5 有一次，佛陀游化到舍卫国，住在胜林给独园。

87 6 有一天，讲堂里，来了许多外教异学，告诉诸比丘说：

87 7 「诸贤！沙门瞿昙施設知、断欲，施設知、断色，施設知、断觉（受
87 8 ）。诸贤！我等亦施設知、断欲，施設知、断色，施設知、断觉。沙门瞿
87 9 昙及我等此三知、三断，为有何胜、有何差别？」

87 10 讲堂里的诸比丘，无法回答这个问题，就去问佛陀。世尊告诉诸比丘
87 11 说，你们当时应该问那些教外异学：

87 12 「云何欲味？云何欲患？云何欲出要？云何色味？云何色患？云何色
87 13 出要？云何觉（受）味？云何觉患？云何觉出要？」

87 14 大家如果能这样问，他们必然会没有一致的答案，相互争吵而离去。

88 1 因为在这个世间，只有如来以及如来的弟子，知道这些意义。

88 2 什么是「欲味」呢？

88 3 「谓因五欲功德，生乐生喜，极是欲味，无复过是，所患甚多。」

88 4 什么是「欲患」呢？

88 5 人们依著自己的技能，辛勤的工作，求图钱财，以维持生活。如果辛
88 6 勤地工作，而仍然得不到钱财，那么「便生忧苦、愁戚、懊恼，心则生疑
88 7 」，而认为白忙一场，所求无果。能够获得钱财的人，「彼便爱惜，守护
88 8 密藏」。但如果为「王夺、贼劫、火烧、腐坏、亡失，便生忧苦、愁戚懊
88 9 恼，心则生疑」，自认「若有其长夜所可爱念者，彼则亡失」。这就是「
88 10 现法苦阴，因欲缘欲，以欲为本」。

88 11 其次，「众生因欲缘欲、以欲为本故，母共子诤、子共母诤，父子、
88 12 兄弟、姊妹、亲族辗转共诤。彼既如是共斗争已，母说子恶，子说母恶，
88 13 父子、兄弟、姊妹、亲族更相说恶，况复他人，是谓现法苦阴，因欲缘欲
88 14 ，以欲为本」。

89 1 其次，「众生因欲缘欲、以欲为本故，王王共诤，梵志梵志共诤，居
89 2 士居士共诤，民民共诤，国国共诤，彼因斗争，共相憎故，以种种器仗，
89 3 转加相害，或以拳石掷，或以杖打刀斫。彼当斗时，或死或怖，受极重
89 4 苦，是谓现法苦阴，因欲缘欲，以欲为本」。

89 5 其次，「众生因欲缘欲，以欲为本故，行身恶行，行口、意恶行。彼
89 6 于后时，疾病著床，或坐、卧地，以苦逼身，身受极重，苦不可爱乐。彼
89 7 若有身恶行，口、意恶行，彼临终时，在前覆障，犹日将没大山岗侧，影
89 8 障覆地。如是，彼若有身恶行，口、意恶行，在前覆障，彼作是念：我本
89 9 恶行，在前覆我；我本不作福业，多作恶业。若使有人作恶、凶暴，唯为

89 10 罪，不作福、不行善；无所畏、无所依、无所归，随生处者，我必生彼。

89 11 从是有悔，悔者不善死，无福命终，是谓现法苦阴，因欲缘欲，以欲为本

89 12 。」

89 13 其次，「众生因欲缘欲，以欲为本故，行身恶行，行口、意恶行。彼

89 14 因身、口、意恶行故，因此缘此，身坏命终，必至恶处，生地狱中，是谓

90 1 后世苦阴，因欲缘欲，以欲为本，是谓欲患。」

90 2 什么是「欲出要」呢？

90 3 「若断除欲，舍离于欲，灭欲欲尽，度欲出要，是谓欲出要。若有沙

90 4 门、梵志，欲味、欲患、欲出要不知如真者，彼终不能自断其欲，况复能

90 5 断于他欲耶？若有沙门、梵志，欲味、欲患、欲出要知如真者，彼既自能

90 6 除，亦能断他欲。」

90 7 什么是「色味」？

90 8 「若刹利女、梵志、居士、工师女，年十四、五，彼于尔时，美色最

90 9 妙。若因彼美色、缘彼美色故，生乐生喜，极是色味无复过是，所患甚多

90 10 。」

90 11 什么是「色患」？

90 12 「若见彼姝而于后时，极大衰老，头白齿落，背偻脚戾，拄杖而行，

90 13 盛壮日衰，寿命垂尽，身体震动，诸根毁熟」；「若见彼姝疾病著床，或

90 14 坐、卧地，以苦逼身，受极重苦」；「若见彼姝死，或一、二日，至六、

91 1 七日，鸟麋所啄，豺狼所食，火烧埋地，悉烂腐坏」；「若见彼姝息道，

91 2 骸骨青色烂腐，余半骨啞在地」，本来具有美色，如今美色消失了，不是

91 3 会因此而产生痛苦吗？这就是「色患」。

91 4 什么是「色出要」？

91 5 「若断除色，舍离于色，灭色色尽，度色出要，是谓色出要。若有沙

91 6 门、梵志，色味、色患、色出要不知如真者，彼终不能自断其色，况复能

91 7 断于他色耶？若有沙门、梵志，色味、色患、色出要如知如真者，彼既自

91 8 能除，亦能断他色。」

91 9 什么是「觉味」？

91 10 「比丘者，离欲、离恶不善之法，至得第四禅成就游。彼于尔时，不

91 11 念自害，亦不念害他。若不念害者，是谓觉乐味。所以者何？不念害者，

91 12 成就是乐，是谓觉味。」

91 13 什么是「觉患」？

91 14 「觉者，是无常法、苦法、灭法，是谓觉患」。

92 1 什么是「觉出要」？

92 2 「若断除觉，舍离于觉，灭觉觉尽，度觉出要，是谓觉出要。若有沙

92 3 门、梵志，觉味、觉患、觉出要不知如真者，彼终不能自断其觉，况复能

92 4 断于他觉耶？若有沙门、梵志，觉味、觉患、觉出要知如真者，彼既能自

92 5 除，亦能断他觉。」

92 6

92 7 (二) 论述：

92 8 「阴」，指的就是「五阴」，「苦阴」，就是指苦迫的生命。生命的

92 9 苦迫，其主要的原因，是爱染。止息苦迫流转的「缘起十二支」，也要从

92 10 止息「爱染」著手（请参考∧第三选∨与∧第四选∨）。「欲」，我们常

92 11 与「贪」连用，而说「欲贪」，也常与「爱」连用，而说「欲爱」。这是

92 12 因为「欲」，常是人们「贪」与「爱」的动力。「欲」、「爱」、「贪」

92 13 ，其实是一样性质的东西。所以也可以说，解除生命的苦迫，要从止息「

92 14 欲」、「贪」著手。

93 1 依世俗的价值观，对欲与贪，多少还有些贬斥，但对于爱，却是多所

93 2 赞美。其实，平静的想一想，我们凡夫的爱，离开欲了吗？离开了执取的

93 3 染著了吗？或许，人们认为：「爱」，能带来愉悦与温馨，勇气与力量，
93 4 所以多所赞美。然而，依佛法的价值观，却不是这样认为的。在《爱生经
93 5 》（二一六）中，描述一位梵志，因爱子的卒逝，伤心愁忧得无法过正常
93 6 的生活。佛陀告诉这位梵志说：「若爱生时，便生愁戚、啼哭、忧苦、烦
93 7 惋、懊恼。」但是，这位梵志无法接受佛法的价值观，对佛陀说：「瞿昙
93 8 ！何言若爱生时，便生愁戚、啼哭、忧苦、烦惋、懊恼耶？瞿昙！当知若
93 9 爱生时，生喜乐心。」然后掉头而走。这位梵志的观点，代表者典型的世
93 10 俗价值观：只要心中有爱，就会有欢乐。却不知道，眼前的痛苦，是根源
93 11 于爱染。所以，即使是已经处于因爱带来的忧苦（爱患）中了，仍然无法
93 12 认清事实的真相。可以想见的，这位梵志，是还要继续沉沦于因为爱染而
93 13 带来的忧苦之中，不得平息的。

93 14 佛陀主张断欲、断色、断受，外道也主张断欲、断色、断受，这中间
94 1 有什么差别呢？差别就在于只有佛陀，以及跟随佛陀修学的弟子，能指出
94 2 断欲、断色、断受的关键过程，是味、患、离（出要）。因为「欲」能令
94 3 人「味著」，「味著」会而带来「过患」，因为觉醒到会带来「过患」，
94 4 才能决心「远离」，这是环环相扣的修行解脱次第。

94 5 习惯于爱染的人们，从五官的感官觉受中，而有五欲。五欲，确实是
94 6 可以带来暂时性喜乐与甜蜜的。喜乐与甜蜜，是那么地美好，常使人无穷
94 7 回味，这就是「欲味」了。然而在这个不圆满的缘起世间，是变化而无常
94 8 的。因五欲功德所生的喜乐，也必然是在变化的无常中，生生灭灭。人们
94 9 如果不愿意接受无常的事实，其结果必然是，当喜乐的因缘消失时，心境
94 10 上还在这个喜乐的回味中。愉悦的经验与回味，常是更多愉悦需求（欲）
94 11 的动力，所以就会有更多欲望的需求了。《增·一七·七》（一三六）中
94 12 说：「诸有众生，兴欲爱想，便生欲爱，长夜习之，无有厌足。」就是这个
94 13 意思。又如《增·二一·九》（一八三）中，更广泛地说：「于此五欲
94 14 之中，起苦、乐心，是谓欲味。」则不但包括了过去愉快（乐）的回味，
95 1 也涵盖了过去不愉快（苦）经验的影响。所以，严格来说，活在过去五欲
95 2 经验的影响里，不论愉快的或是不愉快的，其实都算的上是在「欲味」之
95 3 中了。

95 4 由「欲味」演变到「欲患」，是因为人们无法接受世间一切都是「无
95 5 常」、「无我」的事实。《说无常经》（一二〇）中说：「色无常，觉、
95 6 想、行、识无常，无常则苦，苦则非神（我；执著。可以参考八第四选√
95 7 ）」「无著第一乐，断欲无有爱；永舍离我慢，裂坏无明网（无明↓行↓
95 8 ；：↓受↓爱↓取↓；：↓忧悲恼苦↓无明↓；：等十二缘起的封闭型钩
95 9 锁，就像网子一样）。」人们总希望能够拥有什么的（爱↓有↓取），譬
95 10 如财富、美色、名望、地位等等，所以会因为要争夺、保卫这些东西，小
95 11 而从人与人，大至国与国间，便相互争斗、残害，因而造成自己和别人的
95 12 痛苦。可以说，所有的身、口、意的恶行，都是从欲望发展、演变出来的
95 13 。因此，《阿梨吒经》（二〇〇）与《晡利多经》（二〇三）中都说：「
95 14 欲有障碍」，「欲如骨锁」（如狗啃骨头，味淡而不饱），「欲如肉糜」
96 1 （诸多竞逐），「欲如把炬」（终要烧向持火炬的手），「欲如火坑」，
96 2 「欲如毒蛇」，「欲如梦」（不真实），「欲如假借」（就像借来的东西
96 3 ，终究是要还回去的），「欲如树果」（多所争夺，终致伤树）。用了这
96 4 这么多的比喻，就是要说明一个事实：欲是「乐少苦多」，多所灾难的。

96 5 认清了欲的本质，是欲味、欲患，经中说只有「断除欲，舍离于欲，
96 6 灭欲欲尽」，才能从欲所带来的忧苦中，解脱出来，这就是「欲出要」，
96 7 也称为「欲离」。《杂·五八》说：「调伏欲贪、断欲贪、越欲贪，是名
96 8 色（受、想、行、识）离。」则更进一步清楚地指出，「离」的修学过程
96 9 （次第），先是「调伏」，其次是「断除」，最后是「超越」。「调伏」

96 10 ，也可以说是「调御」，是「放纵」的相反。就是说，先要朝著自己欲望
96 11 的反向行动，克制欲望的冲动。这就像开车，当车子往左偏时，需要向右
96 12 调整，当向右调得太多时，则又要向左回调，总是得时时注意用心调整，
96 13 才能控制得宜。像这样，时时注意对自己的欲求踩刹车，渐渐地，就能一
96 14 点一滴地脱离欲求的威势控制，而能够在行为上断除欲求、占有（取）了
97 1 。断除了行为上欲求、占有的习惯，「以习性」的养分枯竭了，内心上
97 2 欲求的最后根据地，也一天天地瓦解，直至完全消失。这时，就完全超越
97 3 了欲求，即使面对「五欲功德」，内心再也兴不起半丝的涟漪了。举个例子
97 4 来说：一个喜欢抽菸的人，因为依赖尼古丁，而上瘾；因为上瘾，而越
97 5 抽越多（欲味）。不但到处受人嫌弃，而且菸瘾上来了，想抽又不方便抽
97 6 时，又很难过。肺部的抵抗力也变差了，经常要遭受咳嗽的折磨（欲患）
97 7 。在一次重病后，终于警觉到抽菸的祸患，而下定决心戒菸（出离）。刚
97 8 开始戒菸时，从刻意地压抑抽菸的冲动，由减量抽菸开始，并且藉助于吃
97 9 口香糖来抗拒菸瘾（调伏）。渐渐地，菸瘾逐渐减少了，在抗拒菸瘾意志
97 10 力的坚持下，虽然看到别人抽菸，或者闻到菸味，心中尚有不太一样的感
97 11 觉，但是，行动上终于能够做到完全不抽菸了（断）。进一步，由于久不
97 12 抽菸，再加上之前已有深刻的体验，最后，连看到别人抽菸，或者闻到菸
97 13 味，心中能够全然不起波动，已经不必再刻意地发动抗拒菸瘾的意志力，
97 14 就能自自然然地不会想再抽菸。这时，是真正地超越了菸瘾了（越）。

98 1 离欲，是要能够发源于内心的超越欲贪，而不是外表行为上的趋乐避
98 2 苦，或趋苦避乐。如《拘楼瘦无诤经》（一六九）中，佛陀说：「莫求欲
98 3 乐、极下贱业，为凡夫行；亦莫求自身苦行，至苦非圣行，无义相应。离
98 4 此二边，则有中道，成眼成智，自在成定，趣智、趣觉、趣于涅槃。」《
98 5 受法经》（一七四）中，佛陀评论修苦行的外道是「受无量苦，学烦热行
98 6 」，「受法现苦当来亦受苦报」。所以，只有充份地体会缘起法，体会诸
98 7 行无常，放弃执著，如实地明白欲味、欲患，才能正确地握离欲的精神。

98 8 我们常说，佛法是出离于世间的。出离世间的意义，并不是远离于这
98 9 个社会，到深山去不食人间烟火，不与人群发生关系，而是内心的离欲：
98 10 调伏自己的欲贪（爱染），让自己断除欲贪、超越欲贪。甚至，我们说「
98 11 发出离心」，也都应该是把握出离于欲贪，为其主要内涵的。

98 12 《拘楼瘦无诤经》（一六九）中又说，「彼若因五欲功德生喜生乐，
98 13 此乐非圣乐，是凡夫乐，病本、痲本、箭刺之本，有食；有生死，不可修
98 14 、不可习、不可广布；」「若有比丘离欲、离恶不善之法，至得第四禅成
99 1 就游，此乐是圣乐、无欲乐、离乐、息乐、正觉之乐，无食无生死，可修
99 2 、可习、可广布。」然而，欲贪是遍三界众生的，或有如欲界众生表现的
99 3 粗重贪求，或有如无色界众生细微潜藏的贪求，它是无孔不入的。即使是
99 4 禅定的圣乐，还是有可能再生欲贪的，如经中说：「不念害者，成就是乐
99 5 ，是谓觉味。」所以《阿梨吒经》（二〇〇）中，佛陀会强调说：「我为
99 6 汝等长夜说筏喻法，欲令弃舍，不欲令受，若汝等知我长夜说筏喻法者，
99 7 当以舍是法，况非法耶？」

99 8 修行的法门，纵有无数无量，然而离欲，却是趣向解脱的必经之路。

卅

101 1 **第七选**
101 2 佛法的价值观（三）——无记：《箭喻经》（二二一）
101 3
101 4 （一）经文大意：
101 5 有一次，佛陀游化到舍卫国，住在胜林给孤独园。

101 6 尊者口童子，于傍晚时分，从禅坐起来，去见佛陀，向佛陀表明自己
101 7 刚才在禅坐中的想法：
101 8 「所谓此见，世尊舍置除却，不尽通说，谓：世有常，世无有常；世
101 9 有底，世无底；命即是身，为命异身异；如来终，如来不终，如来终不终
101 10 ，如来亦非终、亦非不终耶？我不欲此！我不忍此！我不可此！」
101 11 「若世尊一向知世有常者，世尊！当为我说。若世尊不一向知世有常
101 12 者，当直言不知也。」
101 13 「如是，世无有常；世有底，世无底；命即是身，为命异身异；如来
101 14 终，如来不终，如来终不终，如来亦非终、亦非不终耶？若世尊一向知此
102 1 是真谛，余皆虚妄言者，世尊！当为我说。若世尊不一向知世有常者，当
102 2 直言不知也。」
102 3 世尊问尊者口童子说：当初，是因为对你说这些法，才吸引你来跟我
102 4 学梵行的呢？还是一开始，你就指明是要来跟我学这些法的呢？当初都没
102 5 这样说，为何现在要这样虚妄诬谤我呢？
102 6 尊者口童子，经世尊「面诃责数」后，「内怀忧戚，低头默然，失辩
102 7 无言，如有所伺」。
102 8 世尊诃责口童子后，告诉诸比丘说：
102 9 「若有愚疑人，作如是念：若世尊不为我一向说世有常者，我不从世
102 10 尊学梵行。彼愚疑人竟不得知，于其中间，而命终也。」
102 11 「如是，世无有常；世有底，世无底；命即是身，为命异身异；如来
102 12 终，如来不终，如来终不终，如来亦非终、亦非不终耶？若有愚疑人，作
102 13 如是念：若世尊不为我一向说此是真谛，余皆虚妄言者，我不从世尊学梵
102 14 行。彼愚疑人竟不得知，于其中间，而命终也。」
103 1 就好比有人身中毒箭，很痛苦，他的亲人怜悯他，想为他解除中毒箭
103 2 之苦，为他请来专门治疗箭伤的医生。然而他却想：箭不可拔，应先知道
103 3 射箭的人，姓什么？名什么？是长得高、矮、胖、瘦？肤色如何？又是哪
103 4 一族人？住在哪个方向？所用的弓、弓扎、弓弦、箭杆、箭缠、箭羽、箭
103 5 头的材质、颜色？制造箭头的人，姓什么？名什么？他的长相与身份又是
103 6 如何？结果「彼人竟不得知，于其中间，而命终也。」
103 7 「世有常，」「世无常；世有底，世无底；命即是身，命异身异；如
103 8 来终，如来不终，如来终不终，如来亦非终、亦非不终，」
103 9 「因此见故，从我学梵行者，此事不然。」
103 10 「有此见故，不从我学梵行者，此事不然。」
103 11 「无此见故，从我学梵行者，此事不然。」
103 12 「无此见故，（不）从我学梵行者，此事不然。」
103 13 「世有常者，」「世无常；世有底，世无底；命即是身，命异身异；
103 14 如来终，如来不终，如来终不终，如来亦非终、亦非不终者，有生、老、
104 1 病、死，愁戚、啼哭、忧苦、懊恼，如是淳大苦阴生。」
104 2 「世有常者，」「世无常；世有底，世无底；命即是身，命异身异；
104 3 如来终，如来不终，如来终不终，如来亦非终、亦非不终，我不一向说此
104 4 ，何以故我不一向说此？此非义相应，此非法相应，非梵行本；不趣智、
104 5 不趣觉、不趣涅槃。是故，我不一向说此。」
104 6 「何等法我一向说耶？此义我一向说：苦、苦集、苦灭、苦灭道迹，
104 7 我一向说。以何等故，我一向说此？此是义相应，是法相应，是梵行本，
104 8 趣智、趣觉、趣涅槃。」
104 9 「是为不可说者，则不说；可说者，则说。当如是持！当如是学！」
104 10
104 11 (二) 论述：
104 12 佛法，是紧紧扣住众生的「生、老、病、死，愁戚、啼哭、忧苦、懊

104 13 恼」等，苦迫生命现象的止息来说的。而六根与六尘，则是众生苦迫生命
104 14 现象的舞台。离开了解决六根对六尘烦恼的论谈，就是经中所指的「不可
105 1 说者，则不说」了。浪费精力于探索这些「不可说者」，其结果，正如佛
105 2 陀所说的「彼愚疑人竟不得知，于其中间，而命终也」。

105 3 「世有常，世无有常；世有底，世无底；命即是身，为命异身异；如
105 4 来终，如来不终，如来终不终，如来亦非终、亦非不终」的论题，大概是
105 5 佛陀时代所流行的话题，换成今天的话题，可能会是：宇宙是怎么形成的
105 6 ？空间是不是无限？最小的粒子元素是什么？乃至先有鸡还是先有蛋？
105 7 ；：。

105 8 这些问题，佛陀总是不予回答，而称为「无记」。因为穷一辈子的精
105 9 力，去探讨这一类复杂的问题，即使获得了答案，对人生烦恼的消除，也
105 10 没有助益，无法帮助我们「趣智、趣觉、趣于涅槃」。就好比浪费精力去
105 11 探询弓箭的种种，并无助于眼前箭伤痛苦的解除一样。佛法的价值观，是
105 12 很明确地建立在烦恼的解决上，也就是要能「趣向涅槃」。能帮助我们解
105 13 决贪、镇、疑的，就是有价值的，否则，就是没有意义。

105 14 另一类论题，如《优昙婆罗经》（一〇四）中所说的「种种鸟论」《
106 1 五支物主经》（一七九）、《箭毛经》（二〇七）中所说的「种种畜生之
106 2 论」（语论、王论、贼论、斗争论、饮食论、衣被论、妇女论、童女论、
106 3 淫女论、世俗论、非道论、海论、国问论），也与烦恼的止息无关，浪费
106 4 时间在这样的闲谈上，依佛法的价值观来说，也不值得。

106 5 二十世纪的科技文明，比起西元前六世纪，那不知相距有多远。人们
106 6 的生活领域，因交通的便捷，而大大的扩增，物质的供给，也因生产技术的
106 7 进步，而大为丰富。人们的生活型态，已与过去大异其趣。然而，近代
106 8 人因贪、镇、疑而带来的烦恼，竟然和西元前六世纪时的人们，没有两样
106 9 ！

106 10 二十世纪，是太空与原子科技很有突破的时代。人们的知识领域，向
106 11 浩瀚的太空与微小的原子，伸出触角。然而，对人们心灵探索的成绩，显
106 12 然还是那么的微不足道。今天，我们生活在这种型态的社会，依缘起法的
106 13 理则，还要随顺这样的因缘，求取过正当生活所必需的技能。然而，时常
106 14 要提醒自己的是：学习烦恼的解除，才是真正有价值的事。

107 1 生命的意义，不是在创造宇宙继起的生命，而是在止息这个生、死不
107 2 断相续的苦迫生命。而生活的目的，是在学习烦恼的解除。不论我们每天
107 3 的工作性质是求真（如技术生产业）、求善（如维系社会制度的秩序与大众
107 4 服务业）或是求美（如艺术文化业），如果未能时时将真、善、美的追
107 5 求，反射回自己的内心上，时时照顾到自己，免于烦恼的苦迫，那么，不
107 6 论是诺贝尔奖的得主，亦或是街头无家可归的流浪汉，就佛法的价值观来
107 7 看，都是一样的贫乏。如果能够时时观照自己的烦恼，顺应缘起法，降伏
107 8 自己的烦恼，那么，即使是物质匮乏到只能衣衫褴褛地乞食过活，也值得
107 9 我们尊敬。

107 10 不要去追求那些对烦恼解脱没有助益的事，不要浪费精力于寻找与生
107 11 死烦恼无关的答案。集中自己有限而微小的力量，用来专心学习佛陀教导
107 12 我们的，能止息烦恼苦迫的佛法吧！

捨

109 1 **第 八选**
109 2 佛法的业报观：《揜破经》（一二）
109 3
109 4 （一）经文大意：

109 5 有一次，佛陀游化到自己的故乡；释□瘦迦维罗卫国，住在尼拘类园
109 6 。

109 7 当时，尊者大目□连与比丘众，于午餐后，因故在讲堂集会。这时，
109 8 外道尼乾，有一位属于释□（释迦）族的学生，名叫搢破，也来到这里。
109 9 于是，尊者大目□连问道：
109 10 「于搢破意云何？若有比丘身、口、意护，汝颇见是处：因此生不善
109 11 漏，令至后世耶？」
109 12 搢破回答说：
109 13 「大目□连！若有比丘身、口、意护，我见是处：因此生不善漏，令
109 14 至后世。大目□连！若有前世行不善行，因此生不善漏，令至后世。」

110 1 这时，世尊正好在安静处禅坐，以天耳神通，听到尊者大目□连，与
110 2 尼乾弟子释搢破间的论答。于是，世尊在傍晚时，从禅坐中起来，也来到
110 3 了讲堂，在比丘众前，敷座而坐。
110 4 世尊坐定后，问尊者目□连，刚才与尼乾弟子释搢破，在谈论些什么
110 5 ，又以何事集坐讲堂。尊者目□连，都一一地据实回答。
110 6 于是，世尊告诉尼乾弟子释搢破说，如果我说的对，你应当回答说：
110 7 「对」；如果不对，就回答说：「不对」。如果有所疑问，便可以问我：
110 8 「这是什么意思」。如果你同意这一种的论答方式，那么，我可以和你讨
110 9 论这件事。
110 10 搢破同意了，并请求世尊讨论此事。
110 11 世尊问：
110 12 「于搢破意云何？若有比丘生不善身行、漏、烦热、忧戚，彼于后时
110 13 ，不善身行灭，不更造新业，舍弃故业，即于现在世，便得究竟，而无烦
110 14 热，常住不变，谓圣慧所见、圣慧所知也。身生不善、口行不善、意行不
111 1 善无明行、漏、烦热、忧戚，彼于后时，不善无明行灭，不更造新业，舍
111 2 弃故业，即于现在世，便得究竟，而无烦热，常住不变，谓圣慧所见、圣
111 3 慧所知也。云何搢破！如是，比丘身、口、意护，汝颇见是处：因此生不
111 4 善漏，令至后世耶？」
111 5 搢破回答说：
111 6 「瞿昙！若有比丘如是身、口、意护，我不见是处：因此生不善漏，
111 7 令至后世。」
111 8 世尊赞叹说：
111 9 「善哉！搢破！云何，搢破！若有比丘，无明已尽，明已生，彼无明
111 10 已尽，明已生，生后身觉，便知生后身觉；生后命觉，便知生后命觉，身
111 11 坏命终，寿已毕讫，即于现世，一切所觉，便尽止息，当知至竟冷。犹如
111 12 ，搢破！因树有影，若使有人，持利斧来斫彼树根，段段斩截，破为十分
111 13 ，或为百分，火烧成灰，或大风吹，或著水中，于搢破意云何？影因树有
111 14 ，彼影从是已绝其因，灭不生耶？」
112 1 搢破答曰：「如是，瞿昙！」
112 2 「搢破！当知比丘亦当如是：无明已尽，明已生，彼无明已尽，明已
112 3 生，生后身觉，便知生后身觉；生后命觉，便知生后命觉，身坏命终，寿
112 4 已毕讫，即于现世，一切所觉，便尽止息，当知至竟冷。搢破！比丘如是
112 5 正心解脱，便得六善住处。云何为六？搢破！比丘眼见色，不喜不忧，舍
112 6 求无为，正念正智。搢破！比丘如是正心解脱，是谓得第一善住处。如是
112 7 ，耳、鼻、舌、身、意知法，不喜不忧，舍求无为，正念正智。搢破！比
112 8 丘如是正心解脱，是谓得第六善住处。搢破！比丘如是正心解脱，得此六
112 9 善住处。」
112 10 搢破完全同意世尊的教说，而向世尊说：
112 11 「瞿昙！我已知；善逝！我已解。瞿昙犹明目人，覆者仰之，覆者发

112 12 之；迷者示道，暗中施明。若有眼者，便见于色，沙门瞿昙，亦复如是，
112 13 为我无量方便说法、现义，随其诸（甚深）道。世尊！我今自归于佛、法
112 14 及比丘众，唯愿世尊，受我为优婆塞！从今日始，终身自归，乃至命尽。
113 1 世尊！犹如有人养不良马，望得其利，徒自疲劳，而不获利。世尊！我亦
113 2 如是，彼愚疑尼乾，不善晓了，不能解知。不识良田，而不自审，长夜奉
113 3 敬，供养礼事，望得其利，堂苦无益。世尊！我今再自归于佛、法及比丘
113 4 众，唯愿世尊，受我为优婆塞！从今日始，终身自归，乃至命尽。世尊！
113 5 我本无知，于愚疑尼乾，有信有敬，从今日断。所以者何？欺诳我故。世
113 6 尊！我今三自归于佛、法及比丘众，唯愿世尊，受我为优婆塞！从今日始
113 7 ，终身自归，乃至命尽。」

113 8
113 9

（二）论述：

113 10 佛法说缘起，说无常，说没有永恒不变的主体—无我，而《盐喻经
113 11 》（一一）中又说：「随人所作业，则受其报。如是，不行梵行，不得尽
113 12 苦。」「修行梵行，便得尽苦。」那么，依佛法的观念，业报到底是怎么
113 13 一回事呢？

113 14 我们也常听到「善有善报，恶有恶报，不是不报，时间未到」的说法
114 1 ，而且，也经常被认为，是佛教的业报说的。在这个说法中，时间很像是
114 2 左右业报的一项重要因素。然而，一般人说这句话，真正要表达的，恐怕
114 3 是有业（行为），必有报的「绝对性」。其实，佛陀真的是这么主张的
114 4 吗？

114 5 揜破早先说：「若有前世行不善行，因此生不善漏，令至后世。」即
114 6 使是能时时守护自己身、口、意的圣者也一样。也就说，他认为人们如果
114 7 曾经有过不端正的行为，将来（或说是来世）必定要受到不善报。这样的
114 8 说法（业报的「绝对性」），能符合佛法「此有故彼有；此无故彼无」的
114 9 缘起理则吗？

114 10 其实，什么是善报？什么是恶报呢？在我们一般人的观念里，善报，
114 11 总不外乎是指能够带来幸福愉悦的。而恶报，大概就是指会带来烦恼
114 12 与苦迫的了。如果，进一步来论究愉悦与苦迫的心理感受，到底是如何
114 13 发展与成长的，那么，我们可以明白，它们共同的原因（集），是贪爱（
114 14 请参考∧第二选∨到∧第七选∨中的探讨）。正如同经中所举，「树」与
115 1 「树影」的例子，我们也可以这样说：如果贪爱是树，那么，幸福愉悦、
115 2 烦恼苦迫就是树影。再进一步，或许我们也还可以这么说：贪爱与执著，
115 3 是构筑善、恶业报运转与发挥影响力的基础。

115 4 贪爱，是长久以来习惯于执取（执著）的凡夫，所必然有的反应。在
115 5 这样的大前提下，所以可以说：「随人所作业，则受其报。」而解脱的圣
115 6 者，在六根对六尘的身、心活动中，随顺因缘，不会再有欲爱的执取，因
115 7 而瓦解了「十二缘起」的连环钩锁，远离了愉悦与苦迫的情绪，正如将「
115 8 树」连根砍下来了，烧成了灰，或随风飘散，或撒入水中。这时候，还会
115 9 找得到「树影」吗？解脱的圣者，「无明已尽，明已生」，断除了最细微
115 10 的爱染—「我慢」，也断除了对生命的执取—「后有爱」，「心苦」
115 11 完全止息了，自己知道（觉）这已经是最「后身」；最「后命」了。等到
115 12 这一期五蕴分散了以后，连最后的「身苦」也止息了（「便尽止息」），
115 13 就是彻底的清凉（竟冷）了。对这样的解脱圣者论业报，还有什么意义？
115 14 所以，对能守护身、口、意，在六根对六尘中，远离爱染（亦即安住于「
116 1 六善住处」中），不喜不忧，舍求无为，正念正智的圣者，佛陀会引导揜
116 2 破说：「我不见是处：因此生不善漏，令至后世。」

116 3 所以，对一个向往解脱，或者说，以成佛为目标的修行者来说，根本
116 4 之道，在于六根对六尘时，不忧不喜，不贪不执的锻炼，而不在于强调业

116 5 报「丝毫不爽」的可怕。

116 6 从「无我」的观点来看，又当如何面对业报呢？《杂·三三五》中说：

116 7 「云何为第一义空经？眼生时，无有来处；灭时，无有去处。如是，眼

116 8 不实而生，生已灭尽，有业报而无作者，此阴灭已，异阴相续，除俗数法

116 9 。」「俗数法」，就是指一期、一期生命（此阴、异阴）的生、死相续流

116 10 转。经中说，就只有这样的生、死相续流转了，再也找不到有什么「实在

116 11 」（我）的东西了；只有感受到业报的苦、乐、不苦不乐，而没有一个「

116 12 实在」作业、受报的「我」；「实在」的眼在看到什么；乃至「实在」

116 13 的业报了。又如《杂·二六二》中，阿难引用佛陀教导摩诃迦旃延的话，

116 14 告诉阐陀说：「世人取诸境界，心便计著。若不受、不取、不住，不计于

117 1 我，此苦生时生，灭时灭。于此不疑、不惑，不由于他，而能自知，是名

117 2 正见如来所说。」如果不误以为有一个实在的「我」，那么，事情处理起

117 3 来，就单纯、容易多了：让眼「生时生、灭时灭」；苦（业报）也「生时

117 4 生、灭时灭」，不要引入「执著」，而做到「不受、不取、不住，不计于

117 5 我」，那么，虽然业报仍然存在，但是，在无我的大海里，却再也兴不起

117 6 什么波浪了。

117 7 在《分别大业经》（一七一）中，异学哺罗陀子说，他曾经当面听佛

117 8 陀说：「身、口业虚妄，唯意业真谛。或有定，比丘入彼定，无所觉。」

117 9 尊者三弥提纠正他说：「世尊无量方便说：『若故（故意）作业，作已成

117 10 者，我说无不受报，或现世受，或后世受。若不故作业，作已成者，我不

117 11 说必受报。』」「若故作业，作已成者，必受苦也。」尊者阿难请佛陀评

117 12 论这件事，佛陀说：「阿难！看三弥提比丘疑人无道。所以者何？异学哺

117 13 罗陀子问事不定（问题不明确），而三弥提比丘疑人一向答也（给予肯定

117 14 的回答）。」尊者阿难听佛陀这么说，就以「所有觉（受）是苦」来为尊

118 1 者三弥提答辩，但亦受佛陀诃责。佛陀说，应该这样回答：「若故（故意

118 2 ）作乐业，作已成者，当受乐报。若故作苦业，作已成者，当受苦报。若

118 3 故作不苦不乐业，作已成者，当受不苦不乐报。」虽然说，在生死循环中

118 4 的众生，是「淳大苦阴」，但是，与一般人谈论业报，还是要随顺一般

118 5 人的感受，说苦、乐、不苦不乐为恰当。接著，佛陀为阿难举四种情形，来

118 6 说明业报的复杂：

118 7 第一种情形：「或有一不离杀、不与取、邪淫、妄言、：：乃至邪见

118 8 ，此不离、不护己，身坏命终，生善处天中。」

118 9 第二种情形：「或有一离杀、不与取、邪淫、妄言、：：乃至邪见，

118 10 此离、护己，身坏命终，生恶处地狱中。」

118 11 第三种情形：「或有一不离杀、不与取、邪淫、妄言、：：乃至邪见

118 12 ，此不离、不护己，身坏命终，生恶处地狱中。」

118 13 第四种情形：「或有一离杀、不与取、邪淫、妄言、：：乃至邪见，

118 14 此离、护己，身坏命终，生善处天中。」

119 1 在这个经中，个人认为至少有三个观念，值得注意：

119 2 首先，是有关「故意」作业的问题。《思经》（一五）中说：「若有

119 3 故（故意）作业，我说彼必受其报：或现世受，或后世受。若不故作业，

119 4 我说此不必受报。身故作三业（杀生、不与取、邪淫），不善与苦果，受

119 5 于苦报。口有四业（妄言、两舌、口言、绮语），意有三业（贪伺、嫉恚

119 6 、邪见），不善与苦果，受于苦报。」故意作业，因为是经过了内心拿定

119 7 主意的，必然很清楚地印入了自己的记忆中，对自己习性的长养，也比较

119 8 深刻的缘故，所以会说「必受其报」。另一方面，来自身（行为）、口（

119 9 语言）、意（心念）所造的三种业中，也以意业的影响，最为深远。如经

119 10 中所列举的，包括身、口、意的十恶业中，当以贪、镇（嫉恚），以及错

119 11 误的观念——邪见；疑的一类，影响会最深远。然而，虽然说「意业」的

119 12 影响最为深远，但这并不表示，就如同哺罗陀子所说的，只有意业才是真的
119 13 的，才会有业报，其余身、口二业都是虚假的。

119 14 其次，则是业报的复杂性：

120 1 在佛陀为阿难所举的四种情形中，第一种情形是说，虽然行为不端正
120 2 ，但是死后却生于「善处天」中。这种情形，是比较难以理解的。而佛陀
120 3 的解说是，有下列几种可能的情形：

120 4 ①此生所做的不善业「于现法中（当下或当生中）受报讫，而生于彼
120 5 。」不善业怎样才能「于现法中受报讫」呢？如《盐喻经》（一一）中所
120 6 说：「云何有人作不善业，必受苦果现法之报？谓有一人修身、修戒、修
120 7 心、修慧，寿命极长，是谓有人作不善业，必受苦果现法之报。犹如有人
120 8 以一两盐投恒水中，欲令水咸不可得饮，于意云何？此一两盐能令恒水咸
120 9 叵饮耶？」这是说，只要有足够的时间（寿命）来「稀释」，此生所做的
120 10 的不善业，就可能在当生中，耗尽其影响力（受报完毕），正如同将一两盐
120 11 ，投入河里，这一两盐，在被大量的稀释下，就起不了什么作用一样。

120 12 ②此生所做的不善业「因后报故（来世才受报应），彼不以此因、不
120 13 以此缘，身坏命终，生善处天中。」这是说，此次生善处天中的因缘，不
120 14 是反应此生的不善业；此生的不善业，可能在来世才反应。

121 1 ③「本作善业（过去或前世的善良作为），作已成者，因离、护故，
121 2 未尽应受善处报，彼因此、缘此故，身坏命终，生善处天中。」这是说，
121 3 此次生善处天中的因缘，不是反应此生的不善业，而是反应过去世所造，
121 4 但尚未反应完毕的善业；亦即尚在过去善业的影响力下。

121 5 ④「死时生善心，心所有法正见相应，彼因此、缘此，身坏命终，生
121 6 善处天中。」这种情形，就如同《杂·一二六五》中所记载的尊者跋迦梨
121 7 ，因不堪疾病困苦，而执刀自杀。不过，尊者跋迦梨在自杀前说：「然我
121 8 今日，于色无常，决定无疑；无常者是苦，决定无疑；若无常、苦者，是
121 9 变易法，于彼无有可贪、可欲，决定无疑。受、想、行、识，亦复如是。
121 10 」也就是说，尊者跋迦梨是在「心所有法正见相应」的情形下自杀的。于
121 11 是，佛陀告诉诸比丘说：「跋迦梨善男子，不住识神，以刀自杀。」而为
121 12 尊者跋迦梨说第一记。相同的例子，如《杂·一〇九一》的尊者瞿低迦，
121 13 佛陀告诉诸比丘说：「然比丘瞿低迦，以不住心，执刀自杀。」而为尊者
121 14 瞿低迦比丘，受第一记。就因缘的相续性来看，要能够有「死时生善心，
122 1 心所有法正见相应」的功夫，想要仅是靠「临终的一念」，可能并不可靠
122 2 ，比较可靠的方式是，要在平时就得努力，累积资粮的。如《杂·九三〇
122 3 》中，佛陀安慰摩诃男说：「莫恐、莫怖！命终之后，不生恶趣，终亦无
122 4 恶。譬如大树，顺下、顺注、顺输，若截根本，当堕何处？」平时，多注
122 5 意正见的思维与实践，临终时，「生善心，心所有法正见相应」的可能性
122 6 就比较大了。

122 7 第二种情形是说，虽然行为端正，但是死后却生于「恶处地狱」中。
122 8 这种情形，也是比较难以理解的。而佛陀的解说是，有下列几种可能的情
122 9 形：

122 10 ①此生所做的善业「于现法中（当下或当生中）受报讫，而生于彼。
122 11 」善报已于当生中耗尽，无法再影响下一期生命了。

122 12 ②此生所做的善业「因后报故（来世才受报应），彼不以此因、不
122 13 以此缘，身坏命终，生恶处地狱中。」这是说，此次生恶处地狱中的因缘，
122 14 不是反应此生的善业，此生的善业，可能在更后面的来世才反应。

123 1 ③「本作不善业（过去或前世的不端正作为），作已成者，因不离、
123 2 不护故，未尽应受地狱报，彼因此、缘此故，身坏命终，生恶处地狱中。
123 3 」这是说，此次生恶处地狱的因缘，不是反应此生的善业，而是反应过去
123 4 世所造，而未反应完毕的恶业；亦即尚在过去恶业的影响威势下。

123 5 ④「死时生不善心，心所有法邪见相应，彼因此、缘此，身坏命终，
123 6 生恶处地狱中。」

123 7 第三种情形是说，行为不端正，死后生于「恶处地狱」中。这种情形
123 8 ，就如《盐喻经》（一一）中所说：「云何有人作不善业，必受苦果地狱
123 9 之报？谓有一人不修身、不修戒、不修心、不修慧，寿命甚短，是谓有人
123 10 作不善业，必受苦果地狱之报。犹如有人以一两盐投少水中，欲令水咸不
123 11 可得饮，于意云何？此一两盐令少水咸叵饮耶？」这是说，没有足够的时
123 12 间（寿命）来「淡化」恶业的影响力，正如同将一两盐，投入一小杯水中
123 13 ，这两盐的影响力，就很大了。

123 14 又如，平时行为不端正，而且「死时生不善心，心所有法邪见相应，
124 1 彼因此、缘此，身坏命终，生恶处地狱中。」

124 2 第四种情形是说，行为端正，死后生于「善处天」中。这是说，当生
124 3 的善行，当生尚未耗尽，或者「死时生善心，心所有法正见相应，彼因此
124 4 、缘此，身坏命终，生善处天中。」

124 5 业报，其实可以看做是人们的行为，对自己的影响力。行为不断地发
124 6 生，影响力不断地累积与变化，纵深影响于长远的三世，其复杂的程度，
124 7 并不是一般人有能力完全辨别清楚的，正如人们心理反应的细腻与复杂。

124 8 佛陀责备三弥提比丘「疑人一向答也」，所以，最后也来谈谈有关讨
124 9 论对象的选择问题。《说处经》（一一九）中说，有八种情形，不适合作
124 10 讨论：「若使此贤者，一向论不一向答者（应该作决定解答的问题，不作
124 11 决定的回答）、分别论不分别答者（应该作分别解答的问题，不作分别
124 12 的回答）、诘论不诘答者（应该作反问解答的问题，不作反问的回答）、止
124 13 论不止答者（应该不必回答的问题，而作回答），如是，此贤者不可共说
124 14 ，亦不得共论。」（参考佛光版《中阿含经》第九七九页注解②）「若使
125 1 此贤者，于处非处（理、非理）不住（确立）者、所知不住者（意旨不确
125 2 立）、说喻不住者（开悟者之语不确立）、道迹（道行）不住者。如是，
125 3 此贤者不可共说，亦不得共论。」（参考佛光版《中阿含经》第九七九页
125 4 注解④）异学哺罗陀子的问题，大概可以归类到「止论不止答」，或者「
125 5 所知不住」的一类。

125 6 能参考这八种不适合共论的情形，应该有助于减少不必要的争论的。

125 7 《受法经》（一七四）中，世尊告诉诸比丘说：「世间真实有四种受
125 8 法。云何为四？或有受法现乐，当来受苦报。或有受法现苦，当来受乐报
125 9 。或有受法现苦，当来亦受苦报。或有受法现乐，当亦受乐报。」

125 10 第一种情形指的是，纵欲于五欲功德，执迷于欲乐的人，不知道要止
125 11 息自己的欲贪，那么，终究是会受欲贪所带来的苦报的。

125 12 第二种情形指的是，还无法脱离强烈欲（贪）、镇、疑束缚的人，因
125 13 贪、镇、疑而受苦忧戚。因为感受到贪、镇、疑会带来苦忧，所以决心尽
125 14 形寿，修行梵行。虽然，目前刻意地「反欲贪而行」修得很辛苦，但是，
126 1 只有这样地釜底抽薪，才能止息往后无限的苦，而说「当来受乐报」的。

126 2 第三种情形指的是，不具正见，未能如法，而修苦行的人。如果未能
126 3 离贪、镇、疑来修苦行，尤其是离执著（我），而只是一味地折磨自己，
126 4 当下当然是在受苦报，就是往后，也还是解脱无望，而还要继续受苦报的
126 5 。

126 6 第四种情形指的是，修行已有成就的圣者，已经能不随贪、镇、疑而
126 7 受苦忧戚，能够以乐以喜，尽其形寿，修行梵行。

126 8 此外，我们不难发现，不同个性的人，有著不同的行为倾向。性向相
126 9 近的人，常常能够相互吸引而聚集成群。依这种行为观察，来了解业报，
126 10 那么心地善良的人，不会想到作恶的地方去，即使误闯了，也会觉得不自
126 11 在，觉得不安，而尽早离开。一心向往解脱的人，即使生在五浊恶世，也

126 12 会朝向解脱法处靠近的。这种情形，当如前面所说的「譬如大树，顺下、
126 13 顺注、顺输，若截根本，当堕何处？」也如《杂·一一七三》中所说的「
126 14 譬如恒河，长夜流注东方，多众断截，欲令流注西方，宁能得不？」我们
127 1 常说：「以性成习，以习养性」，行为不断地反射回心里，可以成为习惯
127 2 性（个性），而个性，又是行为的主导。行为与个性间，是如此反覆、相
127 3 互影响的。这样的道理，也可以让我们部份地了解业报的运转方式。
127 4 业报，依缘起法的理则来思惟，是不应当有外在、强制性审判的存在
127 5 的。不论是阎罗王的地狱审判，或上帝的最后审判，乃至强制执行升天堂
127 6 、下地狱的观念，都与缘起法则有所冲突，难离人们主宰欲的阴影。
127 7 再让我们想一想：业报是怎么发生的呢？纵使业报的发生，有再复杂
127 8 的因素，个人认为，都可以归结为「是透过贪、镇、疑发生的」。只要贪
127 9 、镇、疑未能止息，业报，就经由贪、镇、疑不停地发生。所以，与其花
127 10 心力去研究、宣扬种什么因，将会得什么果，不如鼓励赶快学习，如何从
127 11 根本著手，去止息自己的贪、镇、疑。只要有足够的时间，来转变贪、镇
127 12 、疑的个性，那么，就像撒一两盐入恒河一样，贪、镇、疑的影响力变淡
127 13 了，业报的影响力，也随之而弱了。如《杂·一〇七七》与《增·三八·
127 14 六》（三三八）中，描述杀人无数的央瞿利罗（鸯掘魔），经过佛陀的教
128 1 导后，也能在当生中证入阿罗汉果，再也没有机会受杀人的恶业报应一样
128 2 。这正如《分别六界经》（一六二）中说：「譬如燃灯，因油因炷，彼若
128 3 无人更增益油，亦不续炷，是为前已灭讫，后不相续，无所复受。」证入
128 4 阿罗汉的圣者就是这样，止息了贪、镇、疑，就如同无人增油续炷的灯一
128 5 样，熄灭停止了。而过去累世复杂的业报，也随著贪、镇、疑的熄灭，而
128 6 止息了。

埽

129 1 第九选

129 2 佛法的修行方法（一）—四念处：《念处经》（九八）

129 3
129 4 （一）经文大意

129 5 有一次，佛陀游化到拘楼瘦，住在剑磨瑟昙拘楼都邑。

129 6 当时，世尊告诸比丘说：

129 7 「有一道，净众生，度忧畏，灭苦恼，断啼哭，得正法，谓四念处。
129 8 若有过去、未来诸如来、无所著、等正觉，悉断五盖、心秽、慧羸，立心
129 9 正住于四念处，修七觉支，得觉无上正尽之觉；我今现在如来、无所著、
129 10 等正觉，悉断五盖、心秽、慧羸，立心正住于四念处，修七觉支，得觉无
129 11 上正尽之觉。云何为四？观身如身念处，观觉（受）如觉（受）念处，观
129 12 心如心念处，观法如法念处。」

129 13 什么是「观身如身念处」？

129 14 「比丘者，行则知行，住则知住，坐则知坐，卧则知卧，眠则知眠，
130 1 寤则知寤，眠寤则知眠寤。」

130 2 「比丘者，正知出入，善观分别，屈伸低仰，仪容庠序，善著僧伽梨
130 3 ，及诸衣蓐，行住坐卧、眠寤语默，皆正知之。」

130 4 「比丘者，生恶不善念，以善法念治断灭止，犹木工师、木工弟子，
130 5 彼持墨绳，用□于木，则以利斧斫治令直。」

130 6 「比丘者，齿齿相著，舌逼上口，以心治心，治断灭止。犹二力士，
130 7 捉一羸人，处处旋捉，自在打锻。」

130 8 「比丘者，念入息即知念入息，念出息即知念出息。入息长即知入息
130 9 长，出息长即知出息长，入息短即知入息短，出息短即知出息短。觉一切

130 10 身息入，觉一切身息出。觉止身行息入，觉止口行息出。」

130 11 「比丘者，离生喜乐，渍身润泽，普遍充满于此身中。离生喜、乐，

130 12 无处不遍，犹工浴人，器盛澡豆，水和成抔，水渍润泽，普遍充满，无处

130 13 不周。」

130 14 「比丘者，定生喜乐，渍身润泽，普遍充满于此身中。定生喜、乐，

131 1 无处不遍，犹如山泉，清净不浊，充满流溢，四方水来，无缘得入，即彼

131 2 泉底，水自涌出，流溢于外，渍山润泽，普遍充满，无处不周。」

131 3 「比丘者，无喜生乐，渍身润泽，普遍充满于此身中。无喜生乐，无

131 4 处不遍，犹青莲华，红、赤、白莲，水生水长，在于水底，彼根茎华叶，

131 5 悉渍润泽，普遍充满，无处不周。」

131 6 「比丘者，于此身中，以清净心意解，遍满成就游。于此身中，以清

131 7 净心，无处不遍，犹有一人，被七肘衣，或八肘衣，从头至足，于其身体

131 8 ，无处不覆。」

131 9 「比丘者，念光明想，善受善持，善忆所念。如前后亦然；如后前亦

131 10 然；如昼夜亦然；如夜昼亦然；如上下亦然；如下上亦然。如是不颠倒，

131 11 心无有缠，修光明心，心终不为口之所覆。」

131 12 「比丘者，善受观相，善忆所念。犹如有人，坐观卧人，卧观坐人。

131 13 」

131 14 「比丘者，此身随住，随其好恶，从头至足，观见种种不净充满：我

132 1 此身中，有发、髭、爪、齿、□细薄肤、皮、肉、筋、骨、心、肾、肝、

132 2 肺、大肠、小肠、脾、胃、抔粪、脑及脑根、泪、汗、涕、唾、脓、血、

132 3 肪、髓、涎、痰、小便。犹如器盛若干种子，有目之士，悉见分明，谓稻

132 4 、粟种、蔓菁、芥子。」

132 5 「比丘者，观身诸界：我此身中，有地界、水界、火界、风界、空界

132 6 、识界。犹如屠儿杀牛，剥皮布于地上，分作六段。」

132 7 「比丘者，观彼死尸，或一、二日，至六、七日，鸟麋所啄，豺狼所

132 8 食，火烧埋地，悉腐烂坏。见已自比：今我此身，亦复如是，俱有此法，

132 9 终不得离。」

132 10 「比丘者，如本见息道，骸骨青色，烂腐余半，骨锁在地。见已自比

132 11 ：今我此身，亦复如是，俱有此法，终不得离。」

132 12 「比丘者，如本见息道，离皮肉血，唯筋相连。见已自比：今我此身

132 13 ，亦复如是，俱有此法，终不得离。」

132 14 「比丘者，如本见息道，骨节解散，散在诸方，足骨、膊骨、髀骨、

133 1 髁骨、脊骨、肩骨、颈骨、髑髅骨，各在异处。见已自比：今我此身，亦

133 2 复如是，俱有此法，终不得离。」

133 3 「比丘者，如本见息道，骨白如螺，青犹鸽色，赤若血涂，腐坏碎□

133 4 。见已自比：今我此身，亦复如是，俱有此法，终不得离。」

133 5 「如是，比丘观内身如身，观外身如身，立念在身，有知有见，有明

133 6 有达，是谓比丘观身如身。若比丘、比丘尼，如是少少观身如身者，是谓

133 7 观身如身念处。」

133 8 什么是「观觉（受）如觉（受）念处」？

133 9 「比丘者，觉乐觉时，便知觉乐觉、觉苦觉时，便知觉苦觉、觉不苦

133 10 不乐觉时，便知不苦不乐觉；

133 11 觉乐身、苦身、不苦不乐身；

133 12 乐心、苦心、不苦不乐心；

133 13 乐食、苦食、不苦不乐食；

133 14 乐无食、苦无食、不苦不乐无食；

134 1 乐欲、苦欲、不苦不乐欲；

134 2 乐无欲觉、苦无欲觉、不苦不乐无欲觉时，便知觉不苦不乐无欲觉。

134 3]
 134 4 「如是，比丘观内觉如觉，观外觉如觉，立念在觉，有知有见，有明
 134 5 有达，是谓比丘观觉如觉。若比丘、比丘尼，如是少少观觉如觉者，是谓
 134 6 观觉如觉念处。」
 134 7 什么是「观心如心念处」？
 134 8 「比丘者，有欲心知有欲心如真、无欲心知无欲心如真；有慧、无慧
 134 9 ；有疑、无疑；有秽污、无秽污；有合、有散；有下、有高；有大、有小
 134 10 ；修、不修；定、不定；有不解脱心知不解脱心如真、有解脱心知解脱心
 134 11 如真。」「如是，比丘观内心如心，观外心如心，立念在心，有知有见，
 134 12 有明有达，是谓比丘观心如心。若有比丘、比丘尼如是少少观心如心者，
 134 13 是谓观心如心念处。」
 134 14 什么是「观法如法念处」？
 135 1 「眼缘色，生内结。」
 135 2 「如是，耳、鼻、舌、身、意缘法，生内结。比丘者，内实有结，知
 135 3 内有结如真；内实无结，知内无结如真。若未生内结而生者，知如真；若
 135 4 已生内结，灭不复生者，知如真。
 135 5 如是，比丘观内法如法，观外法如法，立念在法，有知有见，有明有
 135 6 达，是谓比丘观法如法，谓六内处。」
 135 7 「比丘者，内实有欲，知内有欲如真；内实无欲，知无欲如真。若未
 135 8 生欲而生者，知如真；若已生欲，灭不复生者，知如真。
 135 9 如是，镇恚、睡眠、掉悔，
 135 10 内实有疑，知内有疑如真；内实无疑，知无疑如真。若未生疑而生者
 135 11 ，知如真；若已生疑，灭不复生者，知如真。
 135 12 如是，比丘观内法如法，观外法如法，立念在法，有知有见，有明有
 135 13 达，是谓观法如法，谓五盖也。」
 135 14 「比丘者，内实有念觉支，知有念觉支如真；内实无念觉支，知无念
 136 1 觉支如真。若未生念觉支而生者，知如真；若已生念觉支，便住不忘而不
 136 2 退转，转修增广者，知如真。
 136 3 如是，择法、精进、喜、息、定，
 136 4 内实有舍觉支，知有舍觉支如真；内实无舍觉支，知无舍觉支如真。
 136 5 若未生舍觉支而生者，知如真；若已生舍觉支，便住不忘而不退转，转修
 136 6 增广者，知如真。
 136 7 如是，比丘观内法如法，观外法如法，立念在法，有知有见，有明有
 136 8 达，是谓观法如法，谓七觉支。
 136 9 若有比丘、比丘尼如是少少观法如法者，是谓观法如法念处。」
 136 10 若有比丘、比丘尼，长则七年，短则七日七夜，
 136 11 「立心正住四念处者，必得二果：或现法得究竟智，或有余得阿那含
 136 12 。」
 136 13 「若有比丘、比丘尼，少少须臾顷，立心正住四念处者，彼朝行如是
 136 14 ，暮必得升进；暮行如是，朝必得升进。」

137 2 (二) 论述

137 3 《分别圣谛经》(三一)中说：「云何正念？谓圣弟子念苦是苦时；
 137 4 集是集；灭是灭，念道是道时(即念「四圣谛」)，或观本所作，或学念
 137 5 诸行，或见诸行灾患，或见涅槃止息，或无著念观善心解脱时，于中，若
 137 6 心顺念，背不向念，念遍，念忆，复忆，心正，不忘心之所忆，是名正念
 137 7 。」这是广泛地以「心向正法(佛法)」，而为正念的内容的。又《圣道
 137 8 经》(一八九)中说：「云何正念？比丘者，观内身如身，观至觉(受)
 137 9 、心、法如法，是谓正念。」这是直接地指出，「四念处」就是八正道中

137 10 ，「正念」的内容的。经中说，这是净化众生，消除苦恼，度忧畏，断啼
137 11 哭的方法，过去、未来、现在诸佛，都是修「四念处」与「七觉支」而成
137 12 就的。《阿那律陀经》（二一九）说：「若比丘观内身如身，乃至观觉（
137 13 受）、心、法如法，是谓比丘不烦热死、不烦热命终。」也表达了相似的
137 14 立场。经文末尾甚且说，只要早上依著「四念处」的方法修，即使只到晚
138 1 上这么短的时间，就能有进步。「四念处」是很实在，而且很有威力的修
138 2 行方法。

138 3 此外，在《阿含经》中，共有六个经说到「自依止、法依止」：
138 4 《杂·六三九》中，佛陀告诉诸比丘说：「是故，汝等当知：自洲以
138 5 自依，法洲以法依，不异洲、不异依。谓内身身观念住，精勤方便，正智
138 6 、正念，调伏世间贪忧；如是外身；内外身；受；心；法法观念住，精勤
138 7 方便，正智、正念，调伏世间贪忧，是名自洲以自依，法洲以法依，不异
138 8 洲、不异依。」《杂·六三八》也有相同的经文，这里略而不引。

138 9 《杂·三六》中，佛陀告诉诸比丘说：「当正观察，住自洲、自依，
138 10 法洲、法依，不异洲、不异依。何因生忧、悲、恼、苦？云何有因？何故
138 11 何系著？云何自观察未生忧、悲、恼、苦而生？已生忧、悲、恼、苦而生
138 12 增长广？」

138 13 《增·四七·七》（四二四）中，佛陀说：「当自修己炽然法行，自
138 14 归最尊。若比丘能自修己兴隆法乐者，此人之类，便为我躬自所生。云何
139 1 比丘能自炽然，兴隆法乐，无有虚妄，自归最尊？于是，比丘内自观身，
139 2 身意止自摄其心，除去乱想，无有忧愁。外自观身，：：。有复内外观身
139 3 ，：：。内观痛（受），外观痛，内外观痛。内观心，外观心，内外观心
139 4 。内观法，外观法，内外观法，法意止自摄其心，除去乱想，无有忧愁。
139 5 如是，比丘能自炽然其行，兴隆法乐者，自归最尊。」

139 6 《长·二》（《游行经》）中，佛陀告诉阿难说：「吾已老矣，年且
139 7 八十。譬如故车，方便修治，得有所至，吾身亦然，以方便力，得少留寿
139 8 ，自力精进，忍此痛苦，不念一切想，入无想定时，我身安稳，无有恼患
139 9 。是故，当自炽然，炽然于法，勿他炽然；当自归依，归依于法，勿他归
139 10 依。云何自炽然，炽然于法，勿他炽然；当自归依，归依于法，勿他归依
139 11 ？阿难！比丘观内身，精勤不懈，忆念不忘，除世贪忧。观外身、观内外
139 12 身，精勤不懈，忆念不忘，除世贪忧。受、意（心）、法观，亦复如是。
139 13 』

139 14 《长·六》（《转轮圣王修行经》）中，佛陀告诉诸比丘说：「于是
140 1 ，比丘内身身观，精勤不懈，忆念不忘，除世贪忧；外身身观；内外身身
140 2 观；精勤不懈，忆念不忘，除世贪忧；受、意、法观，亦复如是，是为比
140 3 丘自炽然，炽然于法，勿他炽然；当自归依，归依于法，勿他归依。」

140 4 其中，除了《杂·三六》外，都直接地说修习「观身、受、心、法」
140 5 等「四念处」，为成就「自依止、法依止」的修行方法。这些经文，也提
140 6 供了「四念处」在修行上重要性的讯息。

140 7 「四念处」的内容，并不如一般所熟悉的「观身不净，观受是苦，
140 8 观心无常，观法无我」而已。而是「观身如身，观受如受，观心如心，观
140 9 法如法」。其所强调的，是「如身」、「如受」、「如心」、「如法」的
140 10 「如实观」与「如实知」；也就是说：观察「身、受、心、法」的实际状
140 11 况，透过如实地观察，清清楚楚地掌握自己的身、心状态，自己的觉受与
140 12 思惟变化。简单的讲，就是随时随地清楚自己在做什么、想什么。

140 13 为什么随时清楚自己在做什么、想什么，就是一种很有效的修行方法
140 14 呢？《增上心经》（一〇一）中，举一个例子说：「犹人行道，进路急速
141 1 ，彼作是念：我何为速？我今宁可徐徐行耶？彼即徐行。」从走得很快，
141 2 到慢下脚步来，中间经历几个重要过程：察觉自己走得很快（「四念处」

141 3 中的身念处，正知；苦谛：发现问题），问自己为什么要走这么快（原因
141 4 ；集谛），认为自己不必要走这么快（观念的改变，驱动力、原因的灭除
141 5 ），于是放松自己，放慢脚步（抉择的执行，道谛）。所以，能察
141 6 觉到自己走得很快，是整个改变的开端。烦恼的消除，也是这样，要先能
141 7 察觉自己是在烦恼的状况下了，才有消除的可能。能愈早察觉情绪的变化
141 8 ，就愈能掌握纾解的先机，否则，到情绪变化很大以后，其余势的冲击力
141 9 ，也跟著升高，纾解的时间必定也要跟著拉长。就像如果能在一开始不愉
141 10 快时，就能察觉，与盛怒后，甚至于动手打人了以后，才察觉，所需要纾
141 11 解、平息的时间与费力程度，是有很大差异的。

141 12 五蕴和合的众生，在六根与六尘的接触中，身、心是相互影响的。四
141 13 念处的每一念处也一样，不是身、受、心、法各自独立的，而是相互牵引
141 14 的。比如生气时，我们可以从呼吸不顺畅、闷胸、胃部刺痛的觉察，而追
142 1 察出来，也可以从不愉快的感受察觉，也可以从自己心里在想什么（心念
142 2 ）察觉，端看自己的熟练情形。通常，「身」的变化比较粗重、具体，而
142 3 容易察觉，但大都是属于「下游」端的变化。「心」与「法」的变化比较
142 4 细腻、潜微，而不容易察觉，是属于「上游」发动端的变化。「受」的变
142 5 化，大概居其中间。就解脱的立场来看，不论是观「身」的变化，或是观
142 6 「受」的变化，都还要上溯到「心」与「法」的变化来，才有意义。否则
142 7 ，光察觉自己走得很快，光察觉自己在生气，在忧虑，在痛苦中，不去做
142 8 更深入的原因追察，纵使缘生缘灭；走慢下来了；气过了；愉快起来了，
142 9 那么也都还在随波逐流，生生灭灭的反反覆覆中而已。

142 10 如「观身」的内容，经中从最粗浅的行、住、坐、卧、眠、寤、眠寤
142 11 （似睡似醒的状况），甚至穿衣、持钵等，日常生活中举止行动的觉察开
142 12 始，然后进入需要细腻度更高的禅定修学（以心一定治心）。禅定的修
142 13 学，首先说的，是以专注于观察呼吸为对象的「安那般那念」。「安（阿
142 14 ）那般那」，也称为「入、出息」；「身行」；「风」。「入息」是指吸
143 1 气，「出息」是指呼（吐）气，所以，「入、出息」就是指呼吸（参考《
143 2 瑜伽师地论》入本地分V；《大正·三十·四三一上》，或《杂阿含经论
143 3 会编》中册第四〇四页）。其中，「一切身息入、出」与「止身行息入、
143 4 止口行息出」；《杂·八〇三》作「一切身入、出息」与「一切身行息入
143 5 、出息」；《杂·八一〇》作「一切身行入、出息」与「身行休息入、出
143 6 息」。「一切身息」、「一切身」、「一切身行」，应该是相同含意的，
143 7 指的是呼吸（身行）时，身体随著呼吸律动的全部（一切）过程。如鼻端
143 8 感受到空气进、出的摩擦，胸部、腹部跟著的起伏律动，或者，更敏锐地
143 9 感受到或「丹田」，或手掌心，或脚掌心，或全身肌肤上的毛细孔，在吸
143 10 气、吐气时的不同感受过程。「止」，就是止息、休息，平静下来的意思
143 11 。也就是指在十分轻松、安详与平静情况下的呼吸。（可以参考《清净道
143 12 论》入第八章·第九节V觉音论师著·叶均先生译·华宇出版社）

143 13 如果能够藉著专注于察觉与感受呼吸时，身上的变化，而达到十分轻
143 14 松、安详与平静的状况，再进一层，心中由于远离了欲念、五盖等不善法
144 1 ，而生起了喜与乐的感受（离生喜乐），遍满全身，这就是进入「初禅」
144 2 的境界了。再进一层，心中由于专一安住（定），而生起了喜与乐（定生
144 3 喜乐），遍满全身，这就是进入「二禅」的境界了。再进一层，心中舍离
144 4 了带有激动性质的喜，但仍然留有乐的愉悦（无喜生乐），遍满全身，这
144 5 就是进入「三禅」的境界了。再进一层，连微妙的乐都超越舍离了，心中
144 6 只剩下（清净：无瑕疵的意思）不苦不乐（以清净心意解），遍满全身，
144 7 这就是进入「四禅」的境界了。（参考《清净道论》入第四章V入四种禅
144 8 的修习法V）

144 9 如《意行经》（一六八）中说：

144 10 「若有比丘，离欲、恶不善之法，有觉（又译为「寻」，心念于所缘
144 11 的大目标内寻求——作多方的观察思惟。）、有观（又译为「伺」，心念
144 12 集中于定点，作深入的观察思惟），离（欲、恶不善之法，或直接说是离
144 13 『五盖』）生喜、乐，得『初禅』成就游。」

144 14 「比丘觉、观已息（止息；超越），内静（内心止静）、一心（专一
145 1 的心；定），无觉、无观，定生喜、乐，得『第二禅』成就游。」

145 2 「比丘离于喜欲（无喜），舍、无求游，正念正智而身觉乐（生乐）
145 3 ，谓圣所说，圣所舍、念（忆念、守护不忘失）、乐住、空（舍而不执著
145 4 ），得『第三禅』成就游。」

145 5 「比丘乐灭、苦灭，喜、忧本已灭，不苦不乐，舍念清净，得『第四
145 6 禅』成就游。」

145 7 这是《意行经》（一六八）中对四种禅定的描述，可以作比对参考。

145 8 接下来的，也还是可以与修定有关的「光明想」与「不净观」。而包
145 9 括观察死尸变化的「不净观」与「安般」（安那般那念），被称为「二甘
145 10 露门」（《出曜经》，《大正·四·六九八中》）。这是要从外在的观察
145 11 中，「见己自比」，让自己时时刻刻地对自、他（内、外）的身体，警觉
145 12 于无常，警觉于欲贪。

145 13 观受（觉），主要是觉察在各种情况下，所生起的感受：或苦受，或
145 14 乐受，或不苦不乐受等三种变化，经中举了六种情况来说明。其中，「食
146 1 与「无食」，还是指与五欲相关的。如第《杂·四八三》说：「云何食
146 2 念？谓五欲因缘生念。」「云何有食乐？谓五欲因缘生乐、生喜。」「云
146 3 何无食乐？谓息有觉、有观，内净、一心，无觉、无观，定生喜、乐。」
146 4 而身体上的「觉乐身、苦身、不苦不乐身」，与属于心理上的「乐心、苦
146 5 心、不苦不乐心」，大概就涵盖了所有我们所能观察的受了。

146 6 观心，主要是觉察心念的状态。经中所举的心念种类有：有没有贪心
146 7 （欲）、有没有动怒（恚）、明不明就里（疑）、有没有坏念头（秽污）
146 8 、心念是集中（合）或是散乱（散）、心情低沉（下）或高亢（高）、心
146 9 量或大或小、是否依正法修心、心中是否安定、是否解脱（没有贪、镇、
146 10 疑）。时时清楚心理的处境，尤其在情绪有变化时，更应注意觉察。

146 11 「法」所指的范围很广，在这里可以理解为：是一个观念；一个想法
146 12 ；一个价值观。这是心念发动的驱动力，但又与心念同时生起与消失。如
146 13 《杂·六〇九》中说：「何等为四念处集（生起），四念处没（消失）？
146 14 食集则身集，食灭则身没。触集则受集，触灭则受没。名色集则心集，名
147 1 色灭则心没。『忆念（心念）集则法集，忆念灭则法没。』」经中举「六
147 2 内处」、「五盖」、「七觉支」等三大类「法」为例，说明在觉察「心」
147 3 的状态时，也应当清楚支持形成这个心理状态的观念（「法」）。如果能
147 4 追究到法念处，那么，就比较能够觉察问题的根本所在，也比较有机会作
147 5 根本地解决。

147 6 「结」，就是打了结，也可以理解为「烦恼、执著」的意思。法念处
147 7 的观察，除了作存在状况的检查外，经中还说，亦应当涵盖到动态的检查
147 8 ，如察觉「未生而生，已生而灭」。这种动态的检查，除了有保持时时刻
147 9 刻的绵密作用外，应当还含有「四正勤」积极开发修行的意味。

147 10 经中说「观内身如身，观外身如身」、「观内觉如觉，观外觉如觉」
147 11 、「观内心如心，观外心如心」、「观内法如法，观外法如法」，《长·
147 12 十七》（《清净经》）中，佛陀告诉诸比丘说：「云何比丘灭此诸恶，于
147 13 四念处当修三行？比丘谓内身身观，精勤不懈，忆念不忘，除世贪忧；外
147 14 身身观，精勤不懈，忆念不忘，除世贪忧；内外身身观，精勤不懈，忆念
148 1 不忘，除世贪忧；受、意、法观，亦复如是，是为灭众恶法，于四念处，
148 2 三种修行。」「内」、「外」以及「内外」（即「三种修行」），分别指

148 3 的是什么呢？《说处经》（八六）中说：「阿难！我本为汝说六内处：眼
148 4 处，耳、鼻、舌、身、意处。」「阿难！我本为汝说六外处：色处，声、
148 5 香、味、触、法处。」亦即以「眼、耳、鼻、舌、身、意」为「内」；以
148 6 「色、声、香、味、触、法」为「外」。除此而外，经中很像没有再进一
148 7 步的解说，可以参考的了。不过，往后的论师，则提供了一些论说可供参
148 8 考：

148 9 《法蕴足论》∧念住品第九∨中说：「内身（受、心、法）者，谓自
148 10 身（受、心、想蕴、行蕴），若在现相续中，已得、不失。」「外身（受
148 11 、心、法）者，谓自身（受、心、想蕴、行蕴），若在现相续中，未得、
148 12 已失，及他有情（即他人）所有身相（诸受、诸心、想蕴、行蕴）。」（
148 13 《大正·二六·四七五-四七九》）

148 14 《集异门足论》∧五法品第六∨中，以「色（受、想、行、识）在此
149 1 相续，已得不失（即在持续存在的状态），是名内色（受、想、行、识）
149 2 」，以「色（受、想、行、识）在此相续，或本未得，或得已失（即现在
149 3 不存在的状况），若他（相对于自己）相续，是名外色（受、想、行、识
149 4 ）。」（《大正·二六·四一二-四一四》）

149 5 《舍利弗阿毘昙论》∧非问分念处品第六∨中，以「若内、缘生、自
149 6 性、己分，是名内（身、受、心、法）。」「非受、非内、非缘生、非自
149 7 性、非己分，是名外（身、受、心、法）。」「若受、若非受，是名内外
149 8 （身、受、心、法）。」这里加入了以「能缘」（主）、「所缘」（客）
149 9 为内、外区分的说法。（《大正·二八·六一二-六一六》）

149 10 《大毘婆沙论》∧大种蕴第五∨中说：「然内、外法，差别有三：一
149 11 ，相续内、外，谓在自身，名为内。在他身及非有情数，名为外。二，处
149 12 内、外：谓心、心所所依名内，所缘名外。三，情、非情内、外：谓有情
149 13 数法，名内。非有情数法，名外。」（《大正·二七·七一四上》）

149 14 《大毘婆沙论》∧见蕴第八∨中说：「自相续所摄色（受、心、法）
150 1 ，名内身（受、心、法），他相续所摄色（受、心、法），及非有情数色
150 2 （受、心、法），名外身（受、心、法）。」「有余师说：有情数色，名
150 3 内身，非有情数色，名外身。内法、外法说亦尔。受、心如前说。胁尊者
150 4 言：现在名内，过去、未来及无为名外。」（《大正·二七·九四〇上》
150 5 ）

150 6 《大智度论》∧初品·三十七品义∨中说：「内名自身，外名他身。
150 7 」「眼等五情为内身，色等五尘为外身。」「觉苦乐处为内身，不觉苦乐
150 8 处为外身。」「佛说有二种受：身受、心受。身受是外，心受是内。复有
150 9 五识相应受是外，意识相应受是内。十二入因缘故，诸受生：内六入分生
150 10 受，是为内，外六入分生受，是为外。□受是为外，细受是为内。」「缘
150 11 内法是为内受，缘外法是为外受。」「心虽内入，摄缘外法故，名为外心
150 12 ，缘内法故，是为内心。意识是内心，五识是外心。摄心入禅是内心，散
150 13 乱心是外心。」「如佛所说：依缘生意识。是中，除受余心数法，是为内
150 14 法，余心不相应行及无为法，是为外法。」（《大正·二五·二〇二》）

151 1 《瑜伽师地论》∧摄决择分∨中说：「若于其外，五种妙欲，诸杂乱
151 2 相所有寻思，随烦恼中，及于其外所缘境中，纵心流散，当知是名『外心
151 3 』散动。若由□沈，及以睡眠，或由沈没，或由爱味三摩苾底，或由随一
151 4 三摩苾底，诸随烦恼之所染污，名『内心』散动。」（《大正·三〇·七
151 5 二七中》）

151 6 综合论师们的意见：自己是「内」，他人是「外」；现在持续存在的
151 7 是「内」，已不存在的是「外」；具主动性质的是「内」，被动的是「外」
151 8 ；身是「外」，心是「内」；内六处是「内」，外六处是「外」；粗重
151 9 的是「外」，细腻的是「内」。如果观察他人，而能反省到自身，就可以

151 10 称为「内外」了。分「内」、「外」，实在是相对而不是一成不变的。
151 11 其它有关「内」、「外」的论说，可以参考的部份，如《大□婆沙论
151 12 》（《大正·二七·一〇六中》，《大正·二七·九五一中》），《阿□
151 13 昙婆沙论》（《大正·二八·八七上》，《大正·二八·二八六中》），
151 14 《顺正理论》（《大正·二九·三六〇—三六二》），《俱舍论》（《大
152 1 正·二九·四下》，《大正·二九·一六五上》），《瑜伽师地论》（《
152 2 大正·三〇·二九〇中》，《大正·三〇·七二五下》），《大乘阿□达
152 3 摩集论》（《大正·三一·六八四中》，《大正·三一·七三九上》），《
152 4 大乘庄严经论》（《大正·三一·六一〇中》）等。

卅

153 1 第十选

153 2 佛法的修行方法（二）：《小空经》（一九〇）

153 3

153 4 （一）经文大意：

153 5 有一次，佛陀游化到舍卫国，住在东园鹿子母堂。

153 6 当时，尊者阿难在傍晚时分，禅坐完毕后，去见佛陀，问佛陀说，世
153 7 尊在释迦族的城市游化时，曾经说过：「阿难！我多行空。」不知道我有
153 8 没有说错？

153 9 世尊回答说：

153 10 「阿难！彼我所说，汝实善知、善受、善持。所以者何？我从尔时及
153 11 至于今，多行空也。阿难！如此鹿子母堂，空无象、马、牛、羊、财物、
153 12 谷米、奴婢，然有不空，唯比丘众。是为，阿难！若此中无者，以此故，
153 13 我见是空，若此有余者，我见真实有。阿难！是谓行真实、空、不颠倒也
153 14 。

154 1 阿难！比丘若欲多行空者，彼比丘莫念村想，莫念人想，当数念一无
154 2 事想。彼如是知：空于村想，空于人想，然有不空，唯一无事想。若有疲
154 3 劳，因村想故，我无是也。若有疲劳，因人想故，我亦无是。唯有疲劳，
154 4 因一无事想故。若彼中无者，以此故，彼见是空，若彼有余者，彼见真实
154 5 有。阿难！是谓行真实、空、不颠倒也。

154 6 复次，阿难！比丘若欲多行空者，彼比丘莫念人想，莫念无事想，当
154 7 数念一地想。彼比丘若见此地有高下，有蛇聚，有棘刺丛，有沙有石，山
154 8 口深河，莫念彼也。若见此地平正如掌，观望处好，当数念彼。阿难！犹
154 9 如牛皮，以百钉张，极张托己，无皱无缩。」「彼如是知，空于人想，空
154 10 无事想，然有不空，唯一地想。若有疲劳，因人想故，我无是也。若有疲
154 11 劳，因无事想故，我亦无是。唯有疲劳，因一地想故。若彼中无者，以此
154 12 故，彼见是空，若彼有余者，彼见真实有。阿难！是谓行真实、空、不颠
154 13 倒也。

154 14 复次，阿难！比丘若欲多行空者，彼比丘莫念无事想，莫念地想，当
155 1 数念一无量空处想。彼如是知，空无事想，空于地想，然有不空，唯一无
155 2 量空处想。若有疲劳，因无事想故，我无是也。若有疲劳，因地想故，我
155 3 亦无是。唯有疲劳，因一无量空处想故。若彼中无者，以此故，彼见是空
155 4 ，若彼有余者，彼见真实有。阿难！是谓行真实、空、不颠倒也。

155 5 复次，阿难！比丘若欲多行空者，彼比丘莫念地想，莫念无量空处想
155 6 ，当数念一无量识处想。彼如是知，空于地想，空无量空处想，然有不空
155 7 ，唯一无量识处想。若有疲劳，因地想故，我无是也。若有疲劳，因无量
155 8 空处想故，我亦无是。唯有疲劳，因一无量识处想故。若彼中无者，以此
155 9 故，彼见是空，若彼有余者，彼见真实有。阿难！是谓行真实、空、不颠

155 10 倒也。

155 11 复次，阿难！比丘若欲多行空者，彼比丘莫念无量空处想，莫念无量

155 12 识处想，当数念一无所有处想。彼如是知，空无量空处想，空无量识处想

155 13 ，然有不空，唯一无所有处想。若有疲劳，因无量空处想故，我无是也。

155 14 若有疲劳，因无量识处想故，我亦无是。唯有疲劳，因一无所有处想故。

156 1 若彼中无者，以此故，彼见是空，若彼有余者，彼见真实有。阿难！是谓

156 2 行真实、空、不颠倒也。

156 3 复次，阿难！比丘若欲多行空者，彼比丘莫念无量识处想，莫念无所

156 4 有处想，当数念一无想心定。彼如是知，空无量识处想，空无所有处想，

156 5 然有不空，唯一无想心定。若有疲劳，因无量识处想故，我无是也。若有

156 6 疲劳，因无所有处想故，我亦无是。唯有疲劳，因一无想心定故。若彼中

156 7 无者，以此故，彼见是空，若彼有余者，彼见真实有。阿难！是谓行真实

156 8 、空、不颠倒也。

156 9 彼作是念：我本无想心定，本所行、本所思。若本所行、本所思者，

156 10 我不乐彼，不求彼，不应住彼。如是知、如是见，欲漏心解脱，有漏、无

156 11 明漏心解脱。解脱已，便知解脱：生已尽，梵行已立，所作已办，不更受

156 12 有，知如真。彼如是知，空欲漏，空有漏，空无明漏，然有不空，唯此我

156 13 身六处命存。若有疲劳，因欲漏故，我无是也。若有疲劳，因有漏，无明

156 14 漏故，我亦无是。唯有疲劳，因此我身六处命存故。若彼中无者，以此故

157 1 ，彼见是空。若彼有余者，彼见真实有。阿难！是谓行真实、空、不颠倒

157 2 也，谓漏尽、无漏、无为、心解脱。」

157 3 不论是过去、未来、现在诸佛，都行此真实、空、不颠倒，谓漏尽、

157 4 无漏、无为、心解脱。阿难！当学如是。

157 5

157 6 （二）论述：

157 7 经中所说的修行方法，其特色就是以较轻的染著，来替代已经存在的

157 8 较重染著（烦恼）。不断地替代下去，直到能完全地消除为止，这就是经

157 9 中所说的「多行空」了。

157 10 经中所说的「空」，应该有两层含意：其一，是与一般用法相同的，

157 11 指实物上的不存在。其二，则是指舍除；尤其是指烦恼的舍除。就第一层

157 12 含意来说，如果是当前因缘和合而存在的，就相对地称为「不空」。例如

157 13 ，在鹿子母讲堂中，只有比丘众，而没有象、马、牛、羊、财物、谷米、

157 14 奴婢。所以，空的是象、马、牛、羊、财物、谷米、奴婢等，不空的是比

158 1 丘众。这就是经中所说：「若彼中无者，以此故，彼见是空，若彼有余者

158 2 ，彼见真实有。阿难！是谓『行真实、空、不颠倒』也。」的意思，这是

158 3 一种充分尊重因缘存在的如实态度。不颠倒，也就是不错乱的意思，不过

158 4 ，在方法的使用上，如「地想」、「无量空处想」、：：等，都还是以「

158 5 假想观」的禅思观想技巧来成就的。

158 6 思惟（想），如果能够逐渐地止息到「无想定」，而且还能够再进一

158 7 步地突破对「无想定」境界的执取；即经中所说的「不乐彼、不求彼、不

158 8 应住彼」（「彼」即是指「无想定」的境界），那么便是契入解脱了。而

158 9 要使自己的心思，能够从像瀑流般的奔腾杂乱，止息到能体会「不乐、不

158 10 求、不住」的舍离境界，经中施设了六个中继目标：首先，以念「无事」

158 11 ，来取代平常挂念东、挂念西的纷乱念头与烦恼。等到挂念东、挂念西的

158 12 疲劳（烦恼），完全被专注力较强的「无事想」所替代而不存在了（空了

158 13 ），这时，可能造成烦恼的，就只有「无事想」了。像这样，依此类推，

158 14 以专注力较强的观想：「地遍处想」↓「无量空处想」↓「无量识处想」

159 1 ↓「无所有处想」↓「无想定」（无想定，即非想非非想处定），一

159 2 直替代下去，结果心思愈来愈细腻，烦恼（疲劳）的强度，也愈来愈微弱

159 3 。而要能一层一层的替代深入，其关键所在，还在于佛法的正见——「舍
159 4 离」上。只要在这中间的任何一个中继站上，觉得「感觉很好」，而有所
159 5 恋栈的话，那么，就会在那个境界上停滞，无法再作更深一层的进展。即
159 6 使到了「无想定」的境界，如果不能有所突破，「不乐彼，不求彼，不住
159 7 彼」的话，那么仍然是缺那临门一脚，与解脱无缘。

159 8 「地遍处」，指的是观想一大片平整的地面，而得定的。平整的地面
159 9 ，其平整程度，经中形容为就像一张拉平钉紧的牛皮（鼓面）。这是要靠
159 10 著集中注意力，从实际上的一小片平整地面观察做起，将平整地面的影像
159 11 ，清清楚楚地印入脑海里，然后以专注的观想力，拓展出一个广大，而且
159 12 平整地面影像的「假想观」。此时，因为专注于经营「地遍想」，所以没
159 13 有空闲去想那关于「人」、关于「村落」的事情，因此也就不会有因「人
159 14 」、因「村落」而来的烦恼（疲劳）。成就了「地遍想」的，其禅定程度
160 1 ，最深的，可以达到色界中最高的「第四禅」。之后，再往更深处而能够
160 2 替代「地遍想」的，就得进入「无量空处想」了，这是属于无色界禅的禅
160 3 定。

160 4 如果参考「青、黄、赤、白、地、水、火、风、空、识」等「十遍处
160 5 」的禅定修学内容，我们可以推论，经中所述取代「无事想」的「地遍想
160 6 」，也可以换成「青想」、「黄想」、「赤想」、「水想」、「火想」、
160 7 「风想」中的任何一想。因为这些想，所用的方法原则上相同，细微的程
160 8 度也相近，只是用来观想的对象不同而已。

160 9 「无量空处想」（也就是「空无边处想」），这是在「第四禅」「舍
160 10 离」的基础上，更深一层的超越了物质的境界，而以无量的虚空为观想对
160 11 象的。「无量识处想」（也称为「识无边处想」），则又超越了虚空观想
160 12 的对象，而返回到以自己能观的「识」（或说「心」、「意」）为专注对
160 13 象的。往后，再深一层，则又得超越了对「意念」刻意的想，而进入「无
160 14 所有处想」。最后，更要平息了一般想的作用（相当于「非想」），而进
161 1 入「无想定」（「无想定」，即「非想非非想处定」。「无想定
161 2 」，虽说是无想，其实还是存在著细微的乐著想的，所以又称为「非非想
161 3 」。「非想非非想」可以理解为：不是一般粗重的想，但也不是完全没有
161 4 想的，就像水面上的油花，虽然无法捞起来当油用，但又的确是带有油的
161 5 性质，不能拿来当一般用水一样。心念虽然到了这样微细的程度，但是也
161 6 还未能达到解脱，只有觉悟到应该「不乐彼，不求彼，不住彼」，连最细
161 7 微的乐著想都能舍离，才能契入解脱的。（参考《清净道论》∧第四：说
161 8 地遍品∨、∧第五：说余遍品∨、∧第十：说无色品∨，印顺法师著《空
161 9 之探究》∧第一章∨第四、五、六、十节）

161 10 从「无事想」到「无想定」，《小空经》所说的修行方法，是一连
161 11 串的禅定修习，这是重于禅定修行的法门的。在《罗摩经》（二〇四）中
161 12 ，描述了佛陀自述其修学过程，从其间，我们可以了解到，佛陀也曾经经
161 13 历了「无所有处想」与「非想非非想」的深定，也许，这是当时修行的主
161 14 流吧！然而，佛陀在经历了这些深定后，「复作是念：此法不趣智，不趣
162 1 觉，不趣涅槃」而超越舍离了。所以，后来在佛陀的教学中，并不是以这
162 2 样的方法（定），为修行最后的目标。而解脱的阿罗汉圣者中，也还有
162 3 不会入深定的「慧解脱」阿罗汉呢（《大因经》（九七））。

162 4 《小空经》中所提供的修行方法，应当以治标替代的渐次修行原则为
162 5 重点，而这样的修行原则，是可以扩展到无关于修定技巧方面的，可以在
162 6 修行上，广作运用。如《增上心经》（一〇一）中，举出的五种消除恶念
162 7 方法：

162 8 ①念与善相应的事，让念头没有机会念恶。如果在念善相时，还是有
162 9 其它的恶念延伸出来，那么，就应该再以其它的善念，来止息这个又生起

162 10 来的恶念。就如同木匠，用墨绳、利斧等工具（善相应事），来治木令直
 162 11 。

162 12 ②以观想恶念所会带来的灾患，来止息这个延伸出来的恶念。就如同
 162 13 在一位端正可爱的少年人脖子上，挂上腐胀臭烂，流脓的死尸，那么，他
 162 14 就显得恶秽，也就不会再去爱染他了。

163 1 ③如果采用上面的方法，还是会延伸出其它恶念时，那么就应当以停
 163 2 止上面所说的所有念头（不念念），来止息恶念。就如同闭上眼睛不去看
 163 3 ，或根本就避身而离去一样。

163 4 ④如果以停止观想（不念念），还会有恶念产生时，那么，就应当以
 163 5 渐进的方式，以「思行（意志力）渐减其念」，直到连恶念都消除为止。
 163 6 就如同走得很慢的人，先想慢下来，待走慢下来，才能再想坐下来，待坐
 163 7 下来后，才能再想躺下来一样。

163 8 ⑤当在以「思行渐减其念」当中，还会延伸出恶念时，那么，就应当
 163 9 「齿齿相著，舌逼上口，以心修心（入禅定），受持降伏」。就像两个大
 163 10 力士，捉一个瘦弱的人，很容易就能将他完全降伏一样。

163 11 在这五种方法中，除了第②以外，可以说都与《小空经》的修行原则
 163 12 —替代法有关，尤其以第④最为相近。替代的修行法，常是治标的。治
 163 13 标的方式，虽然不是根本的，而且也可能会有其它的副作用产生，但是，
 163 14 治标的法门，如果仍然不忘失解脱的目标，或者，最后还是能够引导趣向
 164 1 解脱，那么，即使只是粗略的，只要立即有效，也都不失为好的修行方法
 164 2 。

堦

165 1 第十一选

165 2 佛法的修行方法（三）：《大空经》（一九一）

165 3

165 4 （一）经文大意：

165 5 有一次，佛陀游化到释迦国迦维罗卫，住在尼拘类园。

165 6 有一天，尊者阿难与众多比丘，在加罗释精舍缝衣。佛陀入迦维罗卫
 165 7 乞食，吃过食物后，也正好来到加罗释精舍。尊者阿难遥见佛来，便出来
 165 8 迎接，为佛陀敷坐洗足，并向佛陀解释，众多比丘正聚集在这里缝衣。

165 9 佛陀告诉尊者阿难说：「比丘不可欲哗说、乐于哗说、合会哗说、欲
 165 10 众、乐众、合会于众、不欲离众、不乐于独住远离之处。」

165 11 「若有比丘不欲哗说、不乐哗说、不合会哗说、不欲于众、不乐于众
 165 12 、不合会众、欲离众、常乐独住远离处者，谓有乐、圣乐、无欲之乐、离
 165 13 乐、息乐、正觉之乐、无食之乐、非生死乐。若得如是乐，易不难得者，
 165 14 必有是处。」

166 1 「得时爱乐心解脱，及不时不移动心解脱者，必有是处。」

166 2 「所以者何？我不见有一色，令我欲乐。彼色败坏变易，异时生愁戚
 166 3 啼哭、忧苦、懊恼。以是故，我此（异）住处，正觉尽觉，谓度一切色想
 166 4 ，行于外空。

166 5 阿难！我行此住处已，生欢悦。我此欢悦，一切身觉正念正智，生喜
 166 6 、生止、生乐、生定。如我此定，一切身觉正念正智。

166 7 阿难！或有比丘、比丘尼、优婆塞、优婆私（夷）共来诣我，我便为
 166 8 彼行如是如是心：远离，乐无欲。我亦复为彼说法，劝助于彼。

166 9 阿难！若比丘欲多行空者，彼比丘当持内心住止，令一定。彼持内心
 166 10 住止，令一定已，当念内空。阿难！若比丘作如是说：『我不持内心住止
 166 11 ，不令一定，念内空』者，当知比丘大自疲劳。

166 12 阿难！云何比丘持内心住止，令一定耶？比丘者，此身离生喜、乐，
166 13 渍、尽润渍，普遍充满，离生喜、乐，无处不遍。阿难！犹人沐浴，器盛
166 14 澡豆，以水浇和，和令作丸，渍、尽渍，普遍充满，内外周密，无处有漏
167 1 。」
167 2 「彼持内心住止，令一定已，当念内空。彼念内空已，其心移动，不
167 3 趣向近，不得清澄，不住不解于内空也。」
167 4 「不住不解于内空者，彼比丘当念外空。彼念外空已，其心移动，不
167 5 趣向近，不得清澄，不住不解于外空也。」
167 6 「不住不解于外空者，彼比丘当念内外空。彼念内外空已，其心移动
167 7 ，不趣向近，不得清澄，不住不解于内外空也。」
167 8 「不住不解于内外空者，彼比丘当念不移动。彼念不移动已，其心移
167 9 动，不趣向近，不得清澄，不住不解于不移动也。」
167 10 「不住不解于不移动者，彼比丘彼彼心于彼彼定，御复御，习复习，
167 11 软复软，善快柔和，摄乐远离。」
167 12 「摄乐远离已，当以内空成就游。彼内空成就游已，心不移动，趣向
167 13 近，得清澄住，解于内空。阿难！如是比丘观时，则知内空成就游，心不
167 14 移动，趣向于近，得清澄住，解于内空者，是谓正知。
168 1 阿难！比丘当以外空成就游，彼外空成就游已，心不移动，趣向近，
168 2 得清澄住，解于外空。阿难！如是比丘观时，则知外空成就游，心不移动
168 3 ，趣向于近，得清澄住，解于外空者，是谓正知。
168 4 阿难！比丘当以内外空成就游，彼内外空成就游已，心不移动，趣向
168 5 近，得清澄住，解于内外空。阿难！如是比丘观时，则知内外空成就游，
168 6 心不移动，趣向于近，得清澄住，解于内外空者，是谓正知。
168 7 阿难！比丘当以不移动成就游，彼不移动成就游已，心不移动，趣向
168 8 近，得清澄住，解于不移动。阿难！如是比丘观时，则知不移动成就游，
168 9 心不移动，趣向于近，得清澄住，解于不移动者，是谓正知。
168 10 阿难！彼比丘行此住处心，若欲经行者，彼比丘从禅室出，在室影中
168 11 露地经行，诸根在内，心不向外，后作前想。如是经行已，心中不生贪伺
168 12 、忧戚、恶不善法，是谓正知。
168 13 阿难！彼比丘行此住处心，若欲坐定者，彼比丘从离经行，在经行道
168 14 头，敷尼师檀，结跏趺坐。如是坐定已，心中不生贪伺、忧戚、恶不善法
169 1 ，是谓正知。
169 2 阿难！彼比丘行此住处心，若欲有所念者，彼比丘若此三恶不善之念
169 3 ：欲念、悲念、害念，莫念此三恶不善之念。若此三善念：无欲念、无悲
169 4 念、无害念，当念此三善念。如是念已，心中不生贪伺、忧戚、恶不善法
169 5 ，是谓正知。
169 6 阿难！彼比丘行此住处心，若欲有所说者，彼比丘若此论非圣论，无
169 7 义相应，谓论王论、贼论、斗争论、饮食论、衣被论、妇女论、童女论、
169 8 淫女论、世间论、邪道论、海中论，不论如是种种畜生论。若论圣论与义
169 9 相应，令心柔和，无诸阴盖，谓论施论、戒论、定论、慧论、解脱论、解
169 10 脱知见论、渐损论、不会（贪）论、少欲论、知足论、无欲论、断论、灭
169 11 论、燕坐论、缘起论，如是沙门所论。如是论已，心中不生贪伺、忧戚、
169 12 恶不善法，是谓正知。
169 13 复次，阿难！有五欲功德——可乐、意所念、爱色欲相应：眼知色、
169 14 耳知声、鼻知香、舌知味、身知触。」
170 1 「阿难！若比丘观时，则知此五欲功德，随其功德，心中行者，彼比
170 2 丘彼彼功德，观无常、观衰耗、观无欲、观断、观灭、观断舍离，若此五
170 3 欲功德有欲染者，彼即灭也。阿难！若如是，比丘观时，则知者此五欲功
170 4 德有欲有染，彼已断也，是谓正知。」

170 5 复次，阿难！有五盛阴：色盛阴，觉、想、行、识盛阴。谓比丘如是
170 6 观兴衰，是色、是色集、是色灭，是觉（受）、想、行、识，是识、是识
170 7 集、是识灭，若此五盛阴有我慢者，彼即灭也。阿难！若比丘观时，则知
170 8 阴中我慢已灭，是谓正知。

170 9 阿难！是法一向可，一向乐，一向意念，无漏无受（爱），魔所不及
170 10 ，恶所不及，诸恶不善法、污秽、当来有本烦热苦报—生老病死因亦所
170 11 不及，谓成就此不放逸也。所以者何？因不放逸，诸如来、无所著、等正
170 12 觉得觉。因不放逸根，生诸无量善法，若有随道品。阿难！是故汝当如是
170 13 学，我亦成就于不放逸，当学如是！」

170 14 佛陀接著又问阿难，为什么信弟子要跟随世尊一辈子呢？

171 1 佛陀为阿难分析说，如果只是为了「正经、歌咏、记说」，而一辈子
171 2 追随世尊，「阿难！如是为烦师，为烦弟子，为烦梵行。」

171 3 什么是烦师、烦弟子、烦梵行呢？那就是能在无事处山林树下，「学
171 4 远离精勤，得增上心，现法乐居，」然而，一旦随著弟子、同修回到村落
171 5 人群，便贡高还家（俗），再度被恶不善法、污秽、当来有本烦热苦报—
171 6 —生老病死因所烦。这就是烦师、烦弟子。而这样的修行，就叫作烦梵行
171 7 。

171 8 「阿难！于烦师、烦弟子，此烦梵行最为不可、不乐、不爱，最意不
171 9 念。阿难！是故汝等于我行慈事，莫行怨事。」

171 10 怎样是弟子对尊师行慈事，不行怨事？如果尊师以悲悯心，为弟子求
171 11 义及饶益，求安稳快乐，而弟子「恭敬顺行而立于智，其心归趣向法、次
171 12 法，受持正法，不违犯师教，能得定者，如是弟子于师行慈事，不行怨事
171 13 。

171 14 阿难！是故汝等于我行慈事，莫行怨事，所以者何？我不如是说：如
172 1 陶师作瓦。阿难！我说严急至苦，若有真实者，必能往（作）也。」

172 2

172 3 （二）论述：

172 4 经中从远离人群的热闹喧哗，独住远离，说到「不移动心解脱」。又
172 5 说：「我不见有一色令我欲乐，彼色败坏变易，异时生愁戚啼哭、忧苦、
172 6 烦恼。以是故，我此（异）住处，正觉尽觉，谓度一切色想，行于外空。
172 7 」「我此（异）住处，正觉尽觉」，也就是说，成就了断欲贪、越欲贪的
172 8 解脱境界（即『异』于「色令我欲乐」的境界），这是藉由外在环境有形的
172 9 宁静（「空」于喧闹吵杂），而深入到内心抽象的宁静的（「空」于欲
172 10 贪的烦恼）。所以，空的含义，就由实际上喧闹吵杂不存在的概念，超越
172 11 到表示了舍离欲贪，清净解脱的抽象概念，而最后，这样的抽象概念，便
172 12 成为佛法中「空」的主要内涵了。

172 13 经中所说的修行次第为：观察「无常」（彼色败坏变易）↓「苦」（
172 14 异时生愁戚啼哭、忧苦、懊恼）↓「离欲」（我不见有一色，令我欲乐）
173 1 ↓「外空」↓「欢悦」↓「生喜、生止、生乐、生定」↓「内心住止，令
173 2 一定」（初禅）↓「念内空」↑↓「念外空」↑↓「念内外空」↑↓「念
173 3 不移动」↓「成就内空」↓「成就外空」↓「成就内外空」↓「成就不移
173 4 动」。「持内心住止，令一定」，经中的解说是「离生喜、乐，渍、尽润
173 5 渍，普遍充满」，这应当是指「初禅」的境界。这和《小空经》一样，都
173 6 是重于禅定的修行法门。经中说：「若比丘作如是说：『我不持内心住止
173 7 ，不令一定，念内空』者，当知比丘大自疲劳。」所以，入「初禅」的禅
173 8 定能力，是修习这个法门的必要条件了，那么，慧解脱阿罗汉，恐怕就不
173 9 是修习这样的法门了。不过，就其直接趣向解脱的修行原则来说，是可以
173 10 不必仅限于禅定技巧的，这和《小空经》重于禅定，但是不必只限于禅定
173 11 修学的原则是一样的。

173 12 有关《大空经》与《小空经》修行方法的说明与比较，可以参考印顺
173 13 法师著《空之探究》第一章第七节V。

173 14 禅思中的主题：念「内空」、「外空」、「内外空」、「不移动」，
174 1 是可以交叉运用的，当尝试安住于「内空」不得成就时，可以转而尝试安
174 2 住于「外空」、「内外空」与「不移动」，只要其中的任何一项成就了，
174 3 那么其它各项，就都能成就。这与《小空经》的一阶替代法，是不同的
174 4 。成就了这样的修行法门之后（即经中所说的「心不移动，趣向于近，得
174 5 清澄住」、「行此住处心」），那么，不论是经行、入定、起心动念、与
174 6 人言论，心中都不再产生贪伺、忧戚、恶不善法，称之为「正知」。以这
174 7 样的正知，就能观察到内心对五欲功德的欲染而舍离，乃至最后能观察
174 8 到于五盛阴有我慢的存在而灭除。

174 9 内空与外空的含意，与内法、外法（请参考第九选V）的含意有关
174 10 。如《舍利弗阿毘昙论》非问分V中说：「何谓内（外、内外）空？如
174 11 比丘，一切内（外、内外）法，若一处内（外、内外）法，思惟空，知空
174 12 解空。以何义空？以我空、我所亦空、常空、不变易空。如是不放逸观，
174 13 得定心住、正住，是名内（外、内外）空。」（《大正·二八·六三三上
174 14 》）

175 1 《杂阿毘昙心论》定品V中说：「内空者，谓『内入』空，作无我
175 2 思惟。外空、内外空、有为空、无为空、有为无为空亦如是。」（《大正
175 3 ·二八·九二五下》）

175 4 《瑜伽师地论》本地分V中说：「当知空性略有四种：一、『观察
175 5 空』：谓观察诸法空无常乐，乃至空无我、无我所。二、『彼果空』：谓
175 6 不动心解脱，空无贪等一切烦恼。三者『内空』：谓于自身空，无计我、
175 7 我所及我慢等一切僻执。四者『外空』，谓于五欲，空无欲爱，如说我已
175 8 超过一切有色想故，于外空身作证具足住，乃至广说。此中，缘妙欲想，
175 9 名为色想，此想所起贪欲断故，说为外空。又修行者由『彼果空』，或时
175 10 作意（刻意地）思惟外空，或时作意思惟内空。由『观察空』，或时思惟
175 11 内外空性。由此力故，心俱证会。设复于此内、外空性不证会者，便应作
175 12 意思惟『无动』。言无动者，谓无常想，或复苦想。如是思惟，便不为彼
175 13 我慢所动。由彼不为计我、我慢乃至广说动其心故，便于二空（内、外空
175 14 ），心俱证会。」（《大正·三〇·三三七中》）

176 1 《瑜伽师地论》摄事分V中说：「应所证空，略有二种：一者『内
176 2 空』，二者『外空』。『外空』者，谓超过一切五种色想，则五妙欲之所
176 3 引发，于离欲贪，正能作证。『内空』者，谓于内诸行，断增上慢，正能
176 4 作证。」（《大正·三〇·八一三中》）

176 5 《十八空论》中说：「第一、内空，亦名受者空。凡夫二乘谓六入为
176 6 受者，以能受六尘果报故。今明但有六根，无有能执，以无执故，言受者
176 7 空也。第二、外空，亦名所受空。离六外入，无别法为可受者也，如诸众
176 8 生所受所用。但是，六尘内既无人能受，外亦无法可受，即人、法俱空，
176 9 唯识无境，故明外空。以无境故，亦无有识，即是内空。六入无识，即是
176 10 无人，无有根、尘，即是无法，故内、外二空，两义相成也。第三、内外
176 11 空，谓身空也。此身四大，为内外所依。内依即六根：若五根皆有净色及
176 12 意根，并依此身，故名内依。外依者，谓外六尘，若己身四大，唯除五根
176 13 净色，所余色、香等，属外六尘，摄持于五根，故称为外，非离身之外也
176 14 。此身能持根、尘，故名为依，根、尘所依也。此根及非根，皆悉是空故
177 1 ，名内外空也。」（《大正·三一·八六一中》）

177 2 当「念内空」、「念外空」、「念内外空」、「念不移动」都「不得
177 3 澄清，不住不解」；即无法专心地安住于思惟（念）的主题时，应当「彼
177 4 彼心于彼彼定，御复御，习复习，软复软，善快柔和，摄乐远离」，也就

177 5 是说，应当反覆地练习，驯服（善快柔和）自己的心思与习性，使自己自
177 6 自然地习惯于、乐意于「远离」杂念以及其它的干扰，直到能专注于思
177 7 惟自己所选定的主题——内空、外空、内外空、不移动为止。依《瑜伽师
177 8 地论》八本地分V的说法，说「无动」（不动）——由思惟无常、苦，而
177 9 得以不为我执、烦恼所动摇，「便于二空（内、外空），心俱证会」，也
177 10 就是说，「不动」是可以方便于成就内空与外空修习的。
177 11 依论师们的意见，以「空」为主题的禅思修行，其核心就在于我、我
177 12 所、我慢观念与习性的瓦解，而在方法上，则是由观察无常、苦，断除欲
177 13 爱来著手。欲爱，通常是关涉到外在的，所以称为「外」；而我、我所、
177 14 我慢，则是关于自己主观认知的，所以称为「内」，其实「内」与「外」
178 1 是紧密相关的，所以《十八空论》中会说：「故内、外二空，两义相成也
178 2 。」不过，就一般人习性的改变，与觉悟的难度来说，我、我所、我慢
178 3 执著的消除，有可能是比较根本（源头）而困难的。
178 4 末后，经中谈到修学佛法的态度，应当要能落实到身心的受益（求义
178 5 及饶益），以及烦恼的解除与远离（求安稳快乐）上，而不是只在经义上
178 6 的理解而已。其中，「正经、歌咏、记说」为「十二分教」的部份内容，
178 7 是佛陀般涅槃后一、二两百年内（介于「第一集结」与「第二集结」间）
178 8 ，经典集结的分类。「十二分教」的内容，《善法经》（一）与《阿梨吒
178 9 经》（二〇〇）中作：「正经、歌咏、记说、偈他、因缘、撰录、本起、
178 10 此说、生处、未曾有、说义」。其有关之详细解说，可以参考印顺法师著
178 11 《原始佛教圣典之集成》八第一章·第二节：圣典（佛法）的来源与成立
178 12 V，以及八第八章：九分教与十二分教V。

堯

179 1 第十二选

179 2 阿罗汉的人间关怀：《梵志陀然经》（二七）

179 3
179 4 （一）经文大意：

179 5 有一次，佛陀游化到王舍城，在竹林迦兰哆园，与大比丘们，共受夏
179 6 坐（结夏安居）。当时，尊者舍利子则是在舍卫国受夏坐。

179 7 三个月的夏坐期过了，有一位比丘，做完夏坐结束前的例行补衣工作
179 8 后，从王舍城，游化到舍卫国来，住在胜林给孤独园，并且前往拜见尊者
179 9 舍利子。

179 10 尊者舍利子得知这位比丘从王舍城来，曾与世尊在王舍城共受夏坐，
179 11 于是就向这位比丘探询（关切）在王舍城的世尊、比丘众、比丘尼众、优
179 12 婆塞众、优婆夷众，以及其他异学沙门梵志的身体状况，和修学佛法的情
179 13 形。

179 14 接下来，又向他打听昔日未出家前的好友，梵志陀然的近况。知道梵
180 1 志陀然「不精进，犯于禁戒，彼依傍于王，欺诳梵志、居士；依恃梵志、
180 2 居士，欺诳于王」。

180 3 于是，尊者舍利子在三个月的夏坐期满，做完例行的补衣工作后，就
180 4 从舍卫国出发，来到了王舍城，住进竹林迦兰哆园。

180 5 次日清晨，尊者舍利子，入王舍城，次行乞食。乞食后，就前往梵志
180 6 陀然的家。梵志陀然正要出门，管理民众工作（苦治居民），看见尊者舍
180 7 梨子来访，就十分恭敬地再三礼请尊者舍利子在家供养用食。然而，尊者
180 8 舍利子却也再三地婉拒了。

180 9 梵志陀然疑惑的问道：「舍利子！何故入如是家而不肯食？」

180 10 尊者舍利子回答说：「陀然！汝不精进，犯于禁戒，依傍于王，欺诳

180 11 梵志、居士，依傍梵志、居士，欺诳于王。」

180 12 于是，梵志陀然答辩说：「舍梨子！当知我今在家，以家业为事，我

180 13 应自安隐，供养父母，瞻视妻子，供给奴婢，当输王租，祠祀诸天，祭口

180 14 先祖及布施沙门、梵志，为后生天而得长寿，得乐果报故。舍梨子！是一

181 1 切事不可得废，一向从法。」

181 2 尊者舍梨子反问陀然说，假若有人为父母、妻子、奴婢，为王、为天

181 3 、为先祖，为沙门、梵志而作恶，因作恶的缘故，身坏命终趣至恶处，生

181 4 地狱中，能够因为不是为自己作恶，就能逃脱地狱业报之苦吗？如果以如

181 5 法、如业、如功德而获取钱财，尊重奉敬孝养父母，爱念妻子，供给胆视

181 6 ，愍伤奴婢，给恤胆视，尊重供养沙门梵志，行福德业，不作恶业，便可

181 7 获得父母的爱念，妻子、奴婢的尊重，沙门梵志的爱念，而德业日进，终

181 8 无衰退。

181 9 于是，梵志陀然即从座起，恭敬地向尊者舍梨子坦承，他是因为名叫

181 10 端正的情妇缘故，而行放逸，大作罪业。即日起，他愿意舍离情妇端正，

181 11 而归依尊者舍梨子。

181 12 尊者舍梨子说：「陀然！汝莫归我，我所归佛汝应自归。」

181 13 梵志陀然回答说：「尊者舍梨子！我从今日，自归于佛、法及比丘众

181 14 ，唯愿尊者舍梨子受我为佛优婆塞！终身自归，乃至命尽。」

182 1 尊者舍梨子为梵志陀然说法，劝发渴仰，成就欢喜后，在王舍城游化

182 2 了几天，就往南山，住进南山村北尸摄揞林中。

182 3 过了一些时候，有一位比丘，也从王舍城来到南山村北尸摄揞林，并

182 4 前往拜访尊者舍梨子。尊者舍梨子再向这位比丘，打听梵志陀然的近况，

182 5 得知梵志陀然病极危笃，可能因此而命终。于是尊者舍梨子又到回王舍城

182 6 ，探望好友陀然。

182 7 梵志陀然卧病在床，见尊者舍梨子前来探病，想要起床相迎。尊者舍

182 8 梨子制止了他起床，并探问病况。

182 9 陀然说：「所患至困，饮食不进，疾苦但增而不觉损。」

182 10 于是，尊者舍梨子再度为梵志陀然说法。

182 11 尊者舍梨子说，在地狱、畜生、饿鬼、人、四王天、三十三天、焰摩

182 12 天、兜率天、化乐天、他化乐天、梵天的诸界中，以梵天的境界，最为殊

182 13 胜。

182 14 接著又说：「陀然！世尊、知、见、如来、无所著、等正觉说四梵室

183 1 ，谓族姓男、族姓女修习，多修习，断欲、舍欲念，身坏命终生梵天中。

183 2 云何为四？陀然！多闻圣弟子心与慈俱，遍满一方成就游。如是二、三、

183 3 四方，四维上下，普周一切，心与慈俱，无结无怨，极广甚大，无量善修

183 4 ，遍满一切世间成就游。如是悲、喜心与舍俱，无结无怨，极广甚大，无

183 5 量善修，遍满一切世间成就游。是谓，陀然！世尊、知、见、如来、无所

183 6 著、等正觉说四梵室，谓族姓男、族姓女修习，多修习，断欲、舍欲念，

183 7 身坏命终生梵天中。」

183 8 尊者舍梨子为梵志陀然说梵天法后，就离开了。在出了王舍城，还未

183 9 到竹林迦兰哆园的途中，梵志陀然已修习慈、悲、喜、舍等四梵室，成就

183 10 断欲、舍欲念，身坏命终，生于梵天中。

183 11 此时，世尊在竹林迦兰哆园，为无量大众说法，遥见尊者舍梨子来，

183 12 告诉大家说，舍梨子比丘聪慧、速慧、捷慧、利慧、出要慧、明达慧、辩

183 13 才慧、成就实慧，为梵志陀然说梵天法来。如果能够再作更上一层的教化

183 14 ，梵志陀然必可速知法如法。

184 1 尊者舍梨子回答世尊说：「彼梵志长夜爱著梵天，乐于梵天，究竟梵

184 2 天，是尊梵天，实有梵天，为我梵天。是故，世尊！我如是应。」

184 3

184 4 (二) 论述：
 184 5 尊者舍利子，就是舍利弗。在佛陀的弟子中，是智慧第一的解脱阿罗
 184 6 汉，与神通第一的目犍连，并称为佛陀的两大弟子。
 184 7 我们说，解脱的阿罗汉圣者，必然是贪、镇、疑永尽，一切烦恼永尽
 184 8 的（《杂·四九〇》），没有我执，没有爱染，过著不顾念过去，不期待
 184 9 将来，于当下不染著的生活。这是怎样的生活呢？离开解脱愈远的人，是
 184 10 愈难体会，而且是可能会有愈多的误解的。典型的是，认为这样的生活太
 184 11 消极，没有（执著的）目标，没有乐趣，甚至于说没有意义。尤其人们习
 184 12 惯于爱染，对于离开爱染的生活，通常只能偏于以冷漠来臆想而已。然而
 184 13 ，从《梵志陀然经》，尊者舍利子对昔日好友的种种，我们可以获得一个
 184 14 重要的讯息：解脱的阿罗汉圣者，仍然有著人间关怀。离开了爱染，而仍
 185 1 然有著关怀，这是一般平常人所做不到的。为人父母的，常常不自禁地以
 185 2 「担心」，来表现对子女的关怀；为人眷属的，又常以「相思」，来表现
 185 3 彼此的深情。其实就佛法的观点来说，关心，并不必然要跟隨著担心与思
 185 4 恋的。担心与思恋的出现，不是因为关心，恐怕是因为不能「随顺因缘」
 185 5 的「我执」与「爱染」吧！假如，我们因为关怀某件事，或某个人，而演
 185 6 变到「忧心忡忡」，或者「痛心疾首」时，何不应用佛法的「四谛法」及
 185 7 「缘起观」，好好地反省检讨，仔细而深入地追究，「忧心忡忡」与「痛
 185 8 心疾首」，到底是怎么一回事，其背后的推动力量，又是什么？
 185 9 解脱的阿罗汉圣者，同证佛陀的法，过著与佛陀相同品质的精神生活
 185 10 ，不应当只以「自了汉」而偏视之。

堺

7/31/95, 2/14/96

引用经典索引

引用经典索引

— 杂阿含经 —

— 杂阿含经 —

	(印顺本)[佛光本]	页 / 行
(印顺本)[佛光本]		
	页 / 行	
	杂·713..(910)..[725].....	039/07
杂·1....(1)....[1].....		039/14, 053/02
	杂·715..(912)..[727].....	039/03
杂·36...(148)..[82].....		138/09, 140/04
	杂·748..(968)..[760].....	031/11
杂·39...(151)..[85].....		067/02
	杂·750..(970)..[762].....	035/03
杂·42...(154)..[88].....		011/11
	杂·785..(1042)..[797].....	030/12
杂·58...(170)..[104].....		096/07
	杂·797..(1067)..[809].....	034/14
杂·104...(172)..[106].....		062/08
	杂·803..(1084)..[815].....	143/04
杂·105...(173)..[107].....		065/05
	杂·810..(1098)..[822].....	143/05
杂·209...(271)..[211].....		083/13

引用经典索引

引用经典索引
— 中阿含经 —
— 中阿含经 —

页 / 行

页 / 行

优婆离经 (133)	015/07, 045/14
分别圣谛经 (31)	028/05, 046/06, 049/08
释问经 (134)	011/10, 028/03
053/03, 137/03	
须闲提经 (153)	015/14
郁伽长者经 (38)	015/06
梵摩经 (161)	015/07, 045/14
何义经 (42)	004/10, 014/10
分别六界经 (162)	065/08, 128/02
不思经 (43)	014/09
分别六处经 (163)	025/02
本际经 (51)	015/04
温泉林天经 (165)	079/12/14
频伽婆罗王迎佛经 (62)	015/06, 045/14
释中禅室尊经 (166)	079/12/13
063/10, 065/04	
阿难说经 (167)	077/02, 079/12/13
大天荑林经 (67)	028/02
意行经 (168)	008/01, 144/09, 145/07
净不动道经 (75)	013/09, 038/05
拘楼瘦无净经 (169)	098/02/12, 129/05
娑鸡帝三族姓子经 (77)	005/03
分别大业经 (171)	117/07
有胜天经 (79)	032/09
受法经 (174)	098/05, 125/07
迦那经 (80)	004/07
五支物主经 (179)	106/01
长老上尊睡眠经 (83)	005/04
多界经 (181)	027/03
真人经 (85)	015/12
圣道经 (189)	029/11, 031/10, 137/07
说处经 (86)	005/04, 148/03
小空经 (190)	153/02, 161/10, 162/04, 163/11
求法经 (88)	013/13, 015/14, 051/02
	173/05/10/12, 174/03
周那问见经 (91)	005/05
大空经 (191)	005/05, 165/02, 173/12
大因经 (97)	007/14, 008/13, 067/10, 070/03
加楼乌陀夷经 (192)	006/12
074/09, 075/06/08, 162/03	
阿梨吒经 (200)	013/04, 095/13, 099/05, 178/08
念处经 (98)	129/02
帝经 (201)	055/02
苦阴经 (99)	052/03, 087/02

哺利多经 (203)	095/13
增上心经 (101)	140/14, 162/06
罗摩经 (204)	007/06, 027/14, 048/09, 161/11
念经 (102)	015/14
箭毛经 (207)	106/01
优昙婆罗经 (104)	105/14
法乐比丘尼经 (210)	024/13, 037/07, 039/10
诸法本经 (113)	036/06
爱生经 (216)	052/09, 093/04
优陀罗经 (114)	005/05
阿那律陀经 (219)	137/12
说处经 (119)	124/09
箭喻经 (221)	101/02
说无常经 (120)	037/03, 095/05, 113/10
优婆塞经 (128)	004/08, 035/11

引用经典索引

引用经典索引

— 其它 —

— 增一阿含经 —

	页 / 行
集异门足论	148/14
增·17· 7 (136)	094/11
顺正理论	151/14
增·21· 9 (183)	094/13
瑜伽师地论	032/05/08, 040/10, 143/02, 151/01
增·24· 5 (209)	048/07, 052/08, 053/07 152/01, 175/04, 176/01, 177/07
增·38· 6 (338)	127/14
杂阿毘昙心论	175/01
增·39·10 (354)	010/11
十八空论	176/05, 178/01
增·41· 1 (365)	011/13
望月 858 中	012/02
增·47· 7 (424)	138/13
望月 1850 下	033/14
增·49· 5 (438)	075/01/12
望月 1885 上	012/03
望月 3648 中	061/13
— 长阿含经 —	
望月 3848 下	062/01
页 / 行	
望月 4206 中	009/06
长·13 (大缘方便经)	009/09, 075/08
埽	埽
长· 2 (游行经)	139/06

长. 6 (转轮圣王修行经)139/14
长. 17 (清净经)147/12

- 其 它 -

页 / 行

出曜经.....145/10
大乘阿口达摩集论.....152/02
大乘庄严经论.....152/04
大智度论.....150/06
大阿婆沙论.....149/10/14, 151/11
中论.....013/14
法蕴足论.....148/09
舍利弗阿口昙论.....149/05, 174/10
阿口昙婆沙论.....151/13
俱舍论.....151/14
清净道论.....143/11, 144/07, 161/07

~IVFL5TX24TY20X0Lc0g2
助 印 微 信

~ITX24TY20X0g2

~f13;

~f13;

~ivtx24ty20L25x0g2

~f1;

~f1; 正信佛青会宏法基金 \$43,000.

五巷三号

~f1;

~f1;

江

~f1;

~f1;

公司 苜 07-3639118

~f1;

八四号

~FB5TX32TY28;中阿含经十二选

|
|

| ~fm; 作 者: 庄 春 江
| ~fm; 高市楠梓后昌路二五

| ~fm; 发 行 人: 庄 春 江
| ~fm; 校 对: 吕 胜 强·庄 春

| ~fm; 排 版: 庄 春 江
| ~fm; 印 刷: 加昌印刷股份有限

| ~fm; 高市楠梓新昌街

|
~tx22ty18g2x2
221.82 85001724
~itx18ty18g2x6l6
|

~ITX26TY30FR9X01c35

珍惜资源，流通再用：

~ITX21TY23F13X010

堡 如果您已不再需要此书，请将它寄回流通处，
或转送他人。感谢您啣 堡

△ 珍惜森林资源，本书内页使用再生纸。

~PP

~Itx22ty24fmx0140

作者按：

将《阿含经》称为『小乘经典』为国立中央图书馆的编法。然，依近代日本与欧美学者的研究与思潮，已扬弃『小乘』这样不恰当的称呼，而改以『原始佛教』、『部派佛教』、『大乘佛教』、『秘密大乘佛教』等称呼了。

近代日本与欧美学者，是将《阿含经》划为『原始佛教』圣典的，因为各部派都有重叠性很高的《四阿含经》，表示了《阿含经》的集出，早于部派开始分裂的时代，是现存最接近释迦牟尼佛时代的佛教经典。

~itx16ty16r2140x0

京都·金阁寺·庄春江摄 京都·金阁寺·庄春江摄 京都·金阁寺·庄春江摄

京都・永观堂・庄春江摄 京都・相国寺・庄春江摄 京都・东寺・庄春江摄
京都・东寺・庄春江摄 鹤见・总持寺・庄春江摄 鹤见・总持寺・庄春江摄
川崎・川崎大师・庄春江摄 鹤见・总持寺・庄春江摄 鹤见・总持寺・庄春江摄
鹤见・总持寺・庄春江摄 鹤见・总持寺・庄春江摄 鹤见・总持寺・庄春江摄
镰仓・建长寺・庄春江摄 横滨・三溪园・庄春江摄 芝加哥・溪园・庄春江摄
~r1