

合法正命

福嚴



Fuyan Journal

Vol. 60 2018.10



- 中道行的清淨戒學(三)
- 《大智度論》選讀(九)
- 人間相互引起的憂苦的救濟(一)
- 「第八屆第一次校友大會」暨「第七次佛學研習營」



*samyag-ājīva*

## 福嚴佛學院 107 學年度始業式



## 福嚴佛學院 佛三 (會藏法師 主持) 2018.9.6~8



## 福嚴佛學院 消防演習 2018.10.3



本期主題 >> 合法正命

# Contents



云何正命？若不求無滿意，不以若干種畜生之呢，  
不邪命存命，彼如法求衣被，則以法也。  
如法求飲食、床榻、湯藥、諸生活具，則以法也，是謂正命。

——《中阿含經》

## 慈心慧語

02 中道行的清淨戒學（三） 印順導師

## 人間法音

10 《大智度論》選讀（九） 釋厚觀  
20 人間相互引起的憂苦的救濟（一） 釋開仁

## 佛法啟示

44 印順長老金剛紀念法會暨福嚴佛學院參訪 劉曜璋

## 梵語佛典

48 《中論》〈觀四諦品〉第 18 頌之觀行與義理解析（八） 常精進

## 活動紀實

56 溫故知新 編輯組  
58 「第八屆第一次校友大會」暨「第七次佛學研習營」 編輯組

47、57 附：「素齋食趣」食譜 釋長定





# 中道行的清淨戒學 (三)

文／印順導師  
整理／編輯組

## 五、依悲智合一的正志而進趣 完善的大乘淨戒

### (一) 以悲智融合的菩提心而持戒即 是大乘菩薩戒

一切智智相應作意，是菩薩行的志向。一切智智即佛的無上覺。心與佛的大覺相應，淺顯的說，這是以悲智圓成的大覺大解脫為目標，立定志向而念念不忘的趨求，要求自己也這樣的大覺，這是自增上的意志。

一般的意欲，以自我為中心而無限的渴求。

聲聞行以無貪得心解脫，偏於自得自足。

菩薩的發菩提心，是悲智融和淨化了的意志。有這大願欲，即是為大覺而勇于趨求的菩薩。(《佛法概論》p.252)

如以菩提心持戒，「為」利樂「他」而持清「淨」的「尸羅」(戒)，這

就「入於大乘」，名大乘戒，為成佛的因。所以，優婆塞戒也好，沙彌戒也好，比丘戒也好——七眾的別解脫戒，從菩提心出發而受持的，就是菩薩的別解脫律儀。(《成佛之道(增註本)》p.292~293)

### (二) 菩薩淨戒以十善正行為根本

說到菩薩戒，是以「十善行為」根「本」的。不但菩薩初學，從十善學起，名為十善菩薩。如說：『十善菩薩發大心，長別三界苦輪海』。就是大地菩薩，也就是十善正行的深廣實踐。除身語的正行清淨外，如不邪見而得甚深的正慧，不瞋恚而具廣大的慈悲，不貪欲而成無量三摩地。(《成佛之道(增註本)》p.276~277)

## 1、十善是總相戒，更攝世出世一切戒

### (1) 十善與八正道雖各有所屬但都通世與出世

由於十善是通於一般的，所以被看作人天善法。八正道是出離解脫的正道，所以說是出世的無漏功德。其實，十善與八正道是相通的。

如《中部》(一一七)《大四十經》，對正見、正思惟、正語、正業、正命，都分為有漏福分、無漏聖道二類。

而『雜阿含經』，以為八正道都有世俗有漏有取、出世無漏無取二類。世俗的、有漏的福分善，也就是人天善法。

十善——戒，作為人天善法的，經說固然不少，然也有通於出世的。如《雜阿含經》說：十善是「出法」，(度)「彼岸法」，「真實法」。『增支部』說：十善是「聖法」，「無漏法」，「聖道」，「應現證」。


在《雜阿含經》與《增支部》中，對十善與八正道(《增支部》加正智、正解脫為「十無學法」)，是以同樣的意趣與語句來說明的。

### (2) 舉十善通無漏聖法的明證

十善通於無漏聖法，是聖典所明確表示的，所以

《雜阿含經》卷三七(大正二·二七三上)說：

「離殺生乃至正見，十善業跡因緣故，……欲求剎利大姓家，婆羅門大姓家，居士大姓家，悉得往生。……若復欲求生四王、三十三天，乃至他化自在天，悉得往生。所以者何？以法行、正行故，行淨戒者，其心所願，悉自然得。若復如是法行、正行者，欲求生梵天，……乃至阿伽尼吒，亦復如是。所以者何？以彼持戒清淨，心離欲故。若復欲求離欲惡不善法，有覺有觀，乃至第四禪具足住。……欲求慈悲喜捨，空入處……非想非非想入處。……欲求斷三結，得須陀洹、斯陀含、阿那含，……漏盡智(阿羅漢)，皆悉得。所以者何？以法行、正行故，持戒、離欲，所願必得」。



《中部》（四一）《薩羅村婆羅門經》，大致相同。十善是「正行」、「法行」，是「淨戒」，是生人中大家，諸天，得四禪以上的定（及果），得四果的因緣。

十善淨戒，是戒——尸羅的正體，是戒的通相；其他一切戒善，不過依此而隨機施設。所以《大智度論》說：「十善為總相戒。……說十善道，則攝一切戒」（《初期大乘佛教之起源與開展》p.297~298）

## 2、十善業的擴大即是自利利他的 大乘行

修十善業道，也能「利益於眾生」的。不殺、不盜等的十善業，看來是消極的禁止的善法，實際上也能利益眾生。

如不殺，能使有情減少畏懼的心理；  
不盜，能使有情的生活安定；  
不邪淫，能使人們的家庭和樂融洽，也能保持自己家庭中的和樂，這不是有益眾生嗎？

進一步，不但消極的不殺、不盜、不邪淫，而且積極的救生，施捨，行梵行；不但自己行十善業，而且還讚歎隨喜別人行十善業道。

十善業的擴大，不是通於大乘行嗎？所以不要以為十善業道，是人天的小行；能切實的履行他，是可以自利利他的。（《中觀論頌講記》p.284~285）


## （三）菩薩持戒以護生為本而總攝 為三聚淨戒

### 1、一切戒行皆以護生為主

不殺生，為佛教處世利生的根本法則。一切戒行——道德的行為，都是以此為根源的。如歸依是初入佛門的信行，歸依時就說：「從今日乃至命終，護生」。實踐護生，就不能不受戒。五戒，十善戒，首先是不殺生。歸納戒善的意義，是這樣：

不殺，是不傷害他人的內命；不盜，是不侵害他人的外命。

尊重他人的身命財產，所以能護人的生。



不淫，是不壞他人的家庭和諧，所以能護家族的生。

不妄語，使人類能互諒互信，不欺不誣，所以能護社會、人類的生。

如離去護生的精神，對人對世的一切行為，都惡化而成為不善的邪行了！所以，「護生」為佛法的重要核心，是佛教所本有的，大乘佛法所徹底發揚的。慈悲為本的不殺生，不食肉，都根源於此。(《教制教典與教學》p.96~97)

## 2、從同情尊重他人而作到自身如法持戒，即是護生的意義

戒，雖有世間的，出世間的，出世間上上的，但原則是一樣的——護生。護生，就得同情別人，尊重別人；尊重愛護別人的權利與自由，就要使自己的身心如法持戒，不損害他才得。所以，「戒」以能「斷」「損他」的願心為本。從不損他的意願，而表現於對人類，對眾生的身語行為，就是守法的戒行了。因此，戒是對人類，對眾生，而「普」遍的「施」與「無」

「畏」，造成彼此間，無威脅，無恐怖的和樂與自由。

如持不殺戒的，不是不殺甲，不殺乙；或今天不殺，明天不殺，而是從今以後，於一切眾生離殺害心。持不殺戒的，什麼時候，誰也不會對他有被殺害的威脅與怖畏了。這是約律儀戒說，就有積極的利生意義。能這樣，才能說得上攝善法戒，饒益眾生戒。(《成佛之道(增註本)》p.291)

## 3、從悲心相應的淨戒開展為自利利他的三聚淨戒

在佛法的八正道中，先是正見、正思惟，然後乃有正語、正業、正命。這即是說，有了正思惟(思慧成就)，無論動身發語乃至經濟生活等等，一切都能納入佛法正軌了。這是由思慧成就而引出圓滿的戒德。同時，大乘的淨戒，常與悲心相應；在淨戒中，可以長養悲心；也唯有具足悲心，才能成就完善的大乘淨戒。悲心與淨戒，有著密切的關連性。



佛教的制戒，原來具有兩面性的意義：一是消極的防非止惡，一是積極的利生濟世。

究其動機與目的，則不外乎自利與利他；自利，可以壓制煩惱不生，得到身心清淨；利他，乃因見到眾生苦惱，不忍再加損害，先是實行不作損他的壞事，即防非止惡的消極表現，繼而發為利樂饒益有情的悲行，也就是大乘悲心的成就。

所以菩薩受戒，不僅為自淨其身而防非止惡，同時尤重饒益有情的積極行動。因此布施、忍辱、精進等大乘功行，都與淨戒俱起。（《學佛三要》p.190~191）

從菩薩戒來說，就是十善正行，不過從善行的不同意義，總「攝為三聚」淨「戒」：

一、從離惡防非來說，名律儀戒

二、從廣集一切善行來說，名攝善法戒；

三、從利益救濟一切眾生來說，名饒益有情戒。

總之，菩薩的戒行，是無惡不除，無善不行，無一眾生而不加利濟的。（《成佛之道（增註本）》p.276~277）

#### （四）菩薩的戒行是與悲智相應而更合理更徹底究竟

##### 1、在共聲聞的基礎上，菩薩戒更嚴守障於利他的四項重戒

依詳廣開示的菩薩戒來說，殺、盜、淫、妄等共聲聞重戒，不消說是犯菩薩戒的。不共聲聞的菩薩重戒，諸經及各種戒本中，雖舉事小有出入，而內容都說到了「嫉、慳」、「瞋、慢」的四項重戒。現在且依《瑜伽》戒說。

一、嫉：為了貪求個人的利養恭敬，因此嫉妒別人，故意的自讚毀他。

二、慳：有來求布施的，由於慳吝心，雖然有法有財，而不肯修法施財。

三、瞋：瞋心極重，不但罵詈傷害別人；別人來懺悔，請求諒解，也不受懺謝，永遠的怨恨他。

四、慢：不虛心，自以為了不起，這才宣揚一些似是而非的佛法，反而毀謗別人弘揚的正法。

這四項重戒，都是「障於利他」的菩薩「行」。（《成佛之道（增註本）》p.278~279）



## 2、菩薩不但輕重等持更以智慧 了達持犯不可得

菩薩的受持淨戒，『輕重等護』，比聲聞人的持戒，還要謹嚴得多。菩薩淨戒，是不離三心而修的，所以菩薩雖自己嚴持淨戒，而決「不輕」視「毀犯」戒法的眾生。從大悲心來說，這是可憐憫，而不是可輕視的。雖然犯戒，不是不可能還復清淨，不是不可能成佛的。

凡輕視毀犯的，一定是自以為持戒，自己是怎樣的清淨如法。不知道這早落在我執我慢的分別心中，不成菩薩的戒波羅蜜多了。

而且，如輕視毀犯，由於意識上的對立，不容易教化他，也就失去菩薩利他的方便。

倒不如不輕毀犯，憐愍而安慰他，容易把他感化過來。所以菩薩的淨戒，是無所得的空慧為方便，對於「持」戒「犯」戒，都是「不著」相的。能達『持戒犯戒不可得故』就是三輪體空的淨戒波羅蜜多了。(《成佛之道(增註本)》p.294~295)

## 3、菩薩的持戒是悲智相應利益 眾生無限慈悲的表現

戒：為自他和樂善生而不得殺、盜、淫、妄，菩薩是更徹底的。

聲聞適應印度重定的天行——重於離欲淨心，所以以淫、盜、殺、妄為次第，嚴格的禁止男女情欲。

菩薩從「本來清淨」、「本來不生」的悟解，又從淨化自心而回復到自他的和樂，又以不得殺、盜、淫、妄為次第。對於一切有情的悲濟，雖不為局限于人類的學者所諒解，但擴展慈悲不忍的同情到一切，顯出了對於善生的無限尊重。

從大智的契合真理，大悲的隨順世間來說，戒律決非消極的「不」、「不」可以了事；必須慈悲方便的能殺，能盜，能淫，能妄，才能完滿的實現。

如有人殘害人類——有情，有情因此遭受難堪的苦迫。如不殺這惡人，有情會遭受更大的慘運；惡人將造成更大的罪惡，未來會受更大的痛苦。



那麼寧可殺這惡人，寧可自己墮地獄，不能讓他作惡而自害他。這樣，應以慈悲心殺這惡人，這不是殺少數救多數，是普救一切，特別是對於作惡者的憐愍。因為憐愍他，所以要殺他。但願他不作惡業，不墮地獄，即使自己因此落地獄，也毫不猶豫。對於殺害這個人，是道德的，是更高的德行，是自願犧牲的無限慈悲。

同樣的，無論是國王、宰官、平民，如有非法的掠取財物，那不妨「廢其所主」，取消這王臣及聚落主的權位，從巧取、豪奪、侵佔、偷竊者手中奪回來，歸還被奪者，這當然需要方便——技巧。推翻他，從他手中索回，對於這個人或少數人也是善行。如讓他受用非法得來的財物，即會加深他的罪惡；奪他，即是拯救他。

菩薩的心中，是沒有疾惡如仇的，應該是悲憫惡人過于善人。但這不是姑息縱惡，要以「我不入地獄，誰入地獄」的精神，起來殺他奪他。對於

合理的少數或個人——多數是更應該的，為了救護他，不使他受非法的殺害、掠奪、奸淫、欺誑，如非妄語不可時，即不妨妄語。

對於異性的戀合，如可以因此而引他入正途，使他離惡向善，出家者，也不妨捨戒還俗，以悲憫心而與他好合。

總之，不得殺、盜、淫、妄，為佛法極嚴格的戒條，甚至說：一念盜心即犯盜戒，一念淫心即犯淫戒，謹嚴到起心動念處。然而為了慈悲的救護，菩薩可以不問所受的戒而殺、盜、淫、妄。這樣的犯戒，是合理的持戒，是究竟的持戒，所以說：「有犯戒成尸羅波羅蜜，謂菩薩教化眾生，不自觀戒」（《佛法概論》p.253-255）

# 藥師

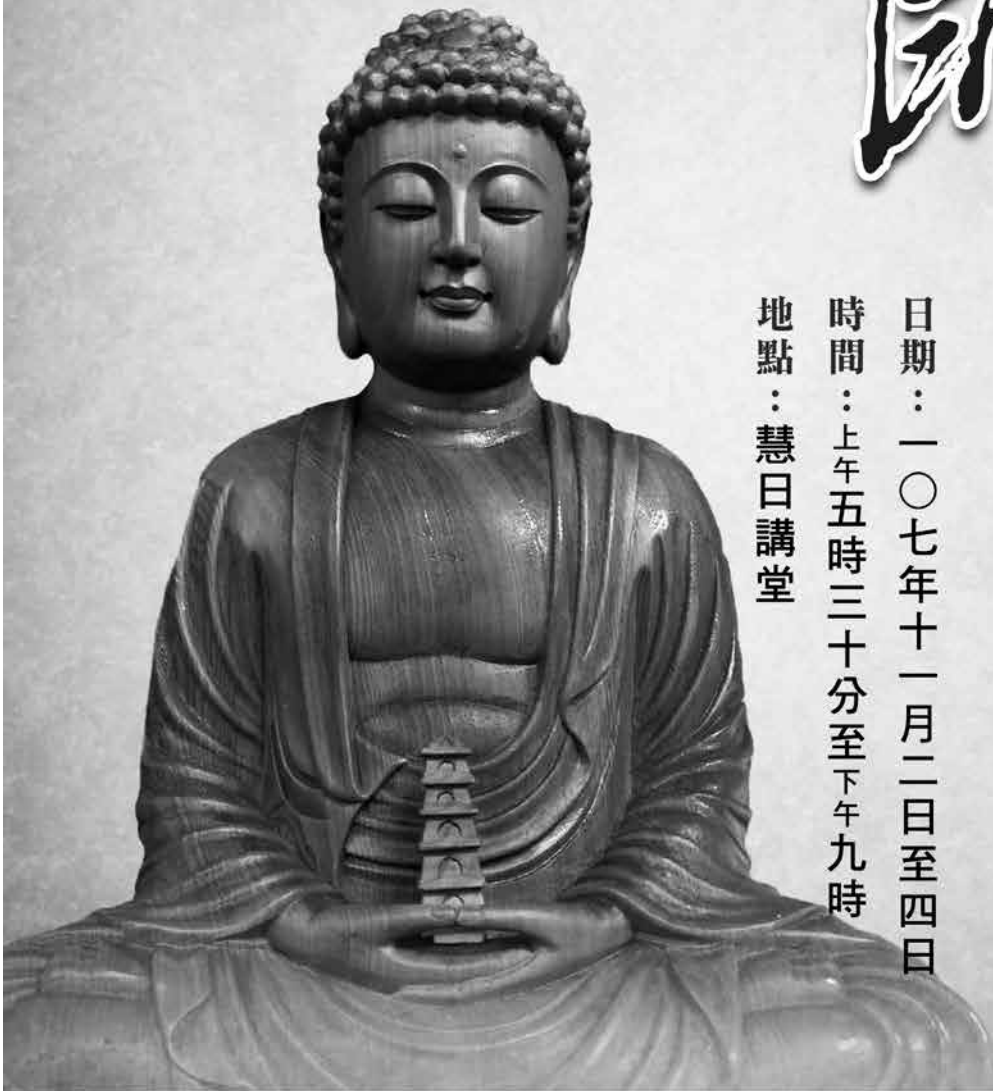
佛三

以此法會功德，迴向世界和平、佛法晶隆，  
法會期間設有消災牌位，祈望大眾親臨法會，  
同得消災延壽、福慧增長、法喜充滿。

日期：一〇七年十一月二日至四日

時間：上午五時三十分至下午九時

地點：慧日講堂



慧日講堂

· 台北市中山區朱崙街36號 · (02)2771-1417  
· light.wisdom@msa.hinet.net · <http://www.lwdh.org.tw>



[www.lwdh.org.tw](http://www.lwdh.org.tw)

# 《大智度論》 選讀(九)



口述／釋厚觀（福嚴佛學院前院長）  
地點／馬來西亞 三慧講堂  
整理／編輯組

## 十八、禪定：不散亂、不貪著

《大智度論》卷17〈1序品〉  
（大正25，189c18-27）：在《大智度論》裡有提到這微細處，就是不散亂、不貪著。《般若經》這樣講：「不亂、不味，名禪波羅蜜。」例如佛告訴舍利弗：「菩薩般若波羅蜜中安住，具足禪波羅蜜，不散亂、不貪著。」

### （一）釋禪亂

亂有微細的亂與嚴重的亂。微細的亂有三種：第一個、貪愛多，第二個、憍慢多，第三個、見多。

什麼是貪愛多呢？得禪定樂，心樂著禪定味，樂著禪味。一般來說，已經得禪定就不亂，但是這裡的標準更高，雖然是已經得禪定，但是如果又

有這樣一點點心念在貪著禪味的話，一樣是散亂，這是微細的散亂。

憍慢多。貪愛與憍慢都是煩惱，這是修惑的煩惱。什麼是慢多？得禪定時，自己覺得在這麼困難下而得到禪定，因此產生高慢。只要有稍微一絲毫的心念引起這高慢心，那就是微細的散亂。

見多。這個「見」字，主要是我見。超凡入聖、證得初果要斷身見、疑、戒禁取見三結。就是說從凡夫要證得初果聖者要斷這三個主要的煩惱，最主要的就是薩迦耶見，也就是我見。我們知道，無我是佛教跟其它宗教不共的特色，也是法印之一，最主要的就是能夠破除我執才能夠超凡入聖。凡夫跟聖者的差別就在有沒有我執，這是最主要的。如果我執破除才是聖

者，以我見等入初禪，還有取相分別。認為這個神我是真實，其它是虛妄的，一起這樣的念頭一樣是散亂。這三種就是微細亂。

因為有這散亂的因緣就容易退失禪定，如果再起貪、瞋、癡三毒，是欲界的煩惱，就名為麤重的亂。所以不要認為我得到禪定就很滿足了，得禪定固然沒有欲界的散亂，但還有微細的亂也要避免。

## (二) 釋禪味

味者，就是初得禪定一心愛著，這名為味。

## 十九、三解脫門

三解脫門，就是一般我們所說的空、無相、無願。

這無願，有的翻譯成無作。無願跟無作，梵文跟巴利文都是一樣，它的意思就是我不願受後有。無作是我不造作三毒。不要造作三毒煩惱，就不會受後有。所以翻譯時重點雖不同，其實內涵是一樣的。


## (一) 三解脫門之殊勝

1、禪定法門甚多，為何獨稱歎三三昧（空、無相、無作）

《大智度論》卷5〈1序品〉（大正25，96c17-28）：

三三昧就是修空、無相、無作三昧，通有漏、無漏，漏是煩惱，如果有的只是修空、無相、無作，在還沒斷我執之前，叫做有漏定，就是說他的禪定還是有煩惱。像釋尊在成道之前，他不是跟著兩位外道老師學習嗎？他們的禪定也很高，但是並沒有真正究竟得解脫，那樣的禪定叫有漏定。而釋尊開悟以後，他所得的禪定就稱為無漏定，這時他已經破除我執，沒有煩惱了。因此這三三昧有分成有漏跟無漏。如果還是有漏的禪定只能稱為三昧，如果是無漏三三昧的話，就可以稱為三解脫門。三解脫門這語詞只能通無漏，也就是說他可以通向涅槃門，藉著這三個可以入解脫門。

三解脫門或三三昧是種種禪定法門中的一種，但是在《大智度論》裡面對三三昧的定位非常高。



有人問：有種種的禪定法，四無量心、十遍處、八背捨、八勝處、還有三三昧，那為什麼特別讚歎這三三昧呢？

論主回答說：這三三昧容易接近涅槃，又被稱為三涅槃門，或者三解脫門，可以讓人心不過分高昂，也不過分下沉，能夠平等、安住不動，其它的禪定則不一定，因此特別讚歎這三三昧。

其它的定有的愛多、慢多或者見多，而這三三昧是最究竟真實可以得到大利益，能夠得涅槃門。因此這禪定法中，以這三法為三解脫門，亦名為三三昧，這三三昧是真實的三昧，由於這三三昧的緣故，其它的定也可以稱為定。

## 2、三解脫門是真實觀，能入涅槃城

《大智度論》卷 20〈1 序品〉（大正 25，206a11-28）：

佛法很多，有三十七道品，有三三昧，有四禪等，這麼多的法門，那龍樹菩薩如何定位呢？

他說譬如有一座涅槃城，它有空門、無相門、無作門三個入門。要進門之前有道路，你從遠地要進城，這個道路就

是三十七道品，這是《大智度論》的定位。也就是說修行這三十七道品是走向涅槃城的道路，真要入涅槃城，要通過空、無相、無作這三門。

涅槃城有空、無相、無作三門。已經說了這三十七道品的道路，應該說到入城的門，而四禪等是助開門法。你雖然是到了門口，但是門鎖住也進不去，這時候要怎麼進去呢？就由四禪等來幫助你開這個門。所以四禪、三十七道品跟三三昧的結合很重要，它們之間的結合要恰到好處。

這裡提到有兩種觀：第一個是得解觀，第二個是真實觀。這裡的得解觀有的翻譯成假想觀。

什麼是假想觀？在《大毘婆沙論》或者《俱舍論》等等，都有提到白骨觀，它是在禪定成就的時候，看到每一個人都是白骨，不管你像瘦皮猴，或有的長得肥滋滋的，看起來一樣都是白骨。但是修成白骨觀，這是不是真實？不是，他肥肉還是很多啊！他還有肉和其它的筋骨等等，並不完全是白骨，這一種就稱為假想觀。雖

然是假想觀，但是對治貪欲的障礙是有幫助的。用白骨觀來對治。

真實觀是三十七道品，像八正道這些就是真實觀。由於真實觀非常難得，因此我們先說得解觀，也就是假想觀，在假想觀當中先對治種種貪欲、瞋恚等等的障礙，心調柔之後，就容易得真實觀，而得真實觀才能夠入三涅槃門。

## (二) 聲聞法之三三昧

《大智度論》卷 20〈1 序品〉(大正 25, 206a11-28)：


### 1、釋義

三三昧、三解脫門有聲聞的也有大乘法的，且先看聲聞法的三三昧。聲聞的《大毘婆沙論》是漢譯獨有的，相傳是五百位阿羅漢所集成的一部重要的論書。它就提到，世尊為什麼不多不少說這三種解脫門，為什麼不說四、不說二呢？這裡回答：因為有三個因緣所以只說三三昧。第一個是為了對治，第二個是期待的心，第三個是所緣。所緣就是心念的對象，就

像修禪定要心安住於所緣，這個所緣有可能是呼吸或者是不淨等等。

為了對治而安立空三昧，用這空三昧來對治有身見(亦稱薩迦耶見、也就是我見)是近對治。我們直接用空來對治我見。那麼期待的心是對應無願三昧，修行者是期待不再受三界的輪迴，不願再來三界輪迴。所緣是對照無相三昧，無相三昧離十種相，因為我們的六根經常會緣外境，那麼緣外境有時候會貪著，就不容易淨心，不容易得解脫。主要的障礙有十種相，這裡就提到色、聲、香、味、觸，我們看到高矮胖瘦就容易起歡喜，或者不喜歡的種種差別心，聽聲音也是一樣。另外有女相、男相，還有生、住、滅三有為相。而這個無相三昧，無相是對應涅槃，涅槃沒有生、住、滅，因此要破除這三有為法以達到不生、不住、不滅，那才是涅槃。

另有一家說法，說三三昧都是因為對治而安立的。空三昧是近對治有身見，對治我見。無願三昧是近對治戒禁取見。無相三昧是近對治疑。初果斷三結，是哪三結？就是薩迦耶見、



戒禁取見、疑，因為三三昧正好能夠對治這三個煩惱，所以它是入涅槃門，很貼切、很接近的修空、無願、無相。

還有一種說法，三三昧是依行相的差別而安立。空三昧是對應苦諦的空跟無我行相。說一切有部立苦、集、滅、道，每一諦都有四種行相。苦諦：安立無常、苦、空、無我四種行相。集諦：安立因、集、生、緣四種行相，如下表，這十六行相，空三摩地，空三昧是對應苦諦的空行相跟無我行相。另外苦諦有兩種行相，是對應無作三昧，無作三昧有十個行相，其中的無常、苦是苦諦的，另外因、集、緣、生是集諦的四個行相。滅諦：這是對應無相三昧，涅槃它是盡、滅、妙、出，有的翻成滅、盡、妙、離。另外道諦：四個行相，就是道、正、迹、到，有的翻譯成道、如、行、出，這個後面還會再提到。

※（印順法師，《大智度論筆記》 [A032] p.60）

┌空（二）——空、無我

三解脫門與十六行┆無相（四）——盡、滅、妙、出

└無作（十）——無常、苦，因、集、緣、生，道、正、迹、到

為什麼三三昧那麼重要，因為三三昧可以直接通無漏門，因為三三昧跟四諦有密切的關連，而四諦是我們要求開悟得解脫的一個非常重要法門。我們要先知道苦，為什麼會有苦？一定有苦的因，這苦的因就是集諦。這個集諦的主要內容是什麼？會造成苦的因是惑跟業，也就是煩惱跟業。惑、業、苦，我們有這樣的煩惱跟造業的因才會受苦。所以我們要先知道苦，我有煩惱病，世間很苦。但是很多人有苦，不想受苦卻不斷地繼續造苦的因，這樣子就沒完沒了。因沒有斷，當然苦就永遠不會斷，所以知道苦就要去追求苦的因。苦的因要完全滅除才能夠釜底抽薪，把煩惱跟業整個拔除，等這個病痊癒了就是滅諦、涅槃，貪、瞋、癡永盡，煩惱就真的斷根了。

如何達到涅槃的境地呢？那就要修道，修八正道等等，涅槃是果，修道是因。因此四聖諦是幫助我們修行、得解脫的一個重要法門。而三三昧不只是禪定，



禪定只是讓我們靜心，一定還要有觀，這觀就是抉擇思惟使行者能夠斷煩惱，這三三昧因為跟四諦十六行相結合，可以成為無漏，成就無漏的定，因此它很重要。三三昧與四諦十六行相的關係：空三昧是跟空、無我行相對應。無願三昧是跟苦、無常、還有集諦的四個行相、道諦的四個行相相應。無相三昧是跟滅諦的四個行相相應。

《大智度論》也提到三三昧，空、無作、無願，空、無作、無相。

什麼是空三昧呢？它是觀五蘊無我、無我所就名為空。《阿含經》所說的空其主要內涵是無我無我所，這是很重要的觀念。大家想到阿含的空就會想到無我無我所。

安住在空三昧，祈願不為後世故起三毒、不想要再受三界輪迴，不受後有。想要不受後有就不要造作三毒，因為一有貪、瞋、癡一定就會受後有。不再造作三毒稱為無作或無願，意即不願受後有。

無相三昧呢？它是離十種相，色、聲、香、味、觸、女相、男相還有生、住、滅相。

### (1) 空門

問曰：何等空涅槃門？


觀諸法無我、無我所，我我所空，這個就是空涅槃門。諸法是從因緣和合而生，沒有實在的作者、受者，這就名為空門。空門如〈忍智品〉中所說「三三昧中之空三昧」。

### (2) 無相門

什麼是無相門？

#### A、知無我我所故實無男女一異等相

知道無我無我所之後，眾生云何於諸法中，心裡又產生執著呢？行者應當這樣思惟：諸法是從因緣生，沒有實在的法，只不過有表相，可是一般的眾生卻取相執著我、我所。因此我現在應當觀這些相到底是不是真實可以執取呢？如實地觀察，知道這種相都不可取，容易取著而無法得解脫的相，主要有色、聲、香、味、觸、女相、男相、一異等相，故這些相都不應該取著。



何以故？諸法無我、無我所故空，既然是空就沒有決定實在的法。這個我都沒有了，哪裡還有男相、女相？這個體都沒有了，哪裡還有男相、女相的差別呢？一、異等法的差別也都不可得了。我、我所中名字是一、是異。意思就是說男女一異等只不過是假名而已，並沒有實體。

因此男相、女相、一相、異相，還有生、住、滅相，色、聲、香、味、觸相，這些相都不可得，都應去除。

#### B、觀身為六界和合故實無男女相

復次，四大及四大所造色包著虛空故名為身，而身有內六入的六根與外六入的六塵，因緣和合而生識種。我們觀身，一般來講是四大假合，不過在其它的經典如《增壹阿含經》、《長阿含經》等，說我們的身是六界和合，六界就是地、水、火、風、空、識。這一段就是在描述六界。四大就是地、水、火、風，圍繞著空就是空界。那麼由根、塵和合產生識，再與空合起來，地、水、火、風、空、

識就是六界。人身只不過是這六界假合，身得識種，「種」就是「大」的意思。這裡的六界有時候稱六大或六界、六種，意思都一樣，都是地、水、火、風、空、識。身因有這六界和合就能夠做種種事，能夠說話、能夠坐著、起立及往來。於空的六種和合中勉強安立這是男眾，那是女眾。事實上其組成元素都一樣。我們的外表看得出有男有女，其實分析起來，你我的成分都一樣是地、水、火、風。從這樣的分析得知其實都是六界和合，只是勉強安立這是男眾，那是女眾。如果六界實有，是男，那應該有六種男，不可以一作六，六作一。

於地種中，我們如果分析地大，地大也沒有分這是男的地大或女的地大。地種中沒有男女相，我們的意識分別也沒有說這是男的識或女獨有的識。若地、水、火、風、空、識，各個中，都沒有男女的分別，和合起來怎麼還會有男女的分別呢？例如六隻狗，其中任何一隻狗都不能夠生獅子，六隻狗合在一起也不會生出一隻獅子來。因為狗無法生獅子的體性的緣故。

再來講三三昧、三解脫門。三三昧的語詞可以通有漏、無漏，但是三解脫門只能限定於無漏，這是已經得到斷盡煩惱的無漏才可以稱為三解脫門。而空解脫門主要是觀無我無我所，如果是聲聞的無相，它是在所緣斷除色、聲、香、味、觸這五種相，另外也要斷除女相、男相，還有生、住、滅相，共有這十相。《大智度論》則多一個，一與異。《中論》談不生不滅、不常不斷、不一不異、不來不去等八不中道，其中就談到不一不異，不執著一，也不執著異，即一相、異相都不執著。

### C、總結明無相

#### (A) 結一異明無相

這是觀察如何破除男女相其中的一個分析方法，瞭解男女都是六界假合而已，並沒有實在性。

若一、若異中，求身不可得；身無故，何處有男女？

若一若異，異有時候是「差別」，有時候是「多」的意思，但不論是


「一」或者「多」，求身不可得，身只是五蘊的假合。佛說身只不過是六界，地、水、火、風、空、識的假合。我們的身體跟身體組織之間，或者腸胃都有些空間，那就是空界。骨頭跟骨頭之間也有些空隙，還有鼻孔等，那就是空。只有地、水、火、風、空，這些都還是無情物，要包括心識才是一個活生生的人。眾生都是由六界的要素組成，都是一樣的，根本沒有男相、女相的自性可得。

其實依現在的生物學去仔細分析，如 DNA 的分析，人、恐龍等動物，其實有很多共通的地方，並沒有說很嚴格區分這是人，那個是什麼的。其實有很多主要的組成元素都是很相近的，因此沒有絕對男相或女相，更沒有說一定是人最高超。其實眾生都有佛性，這樣看來，那人跟其他眾生的組成要素也是平等平等的。

因此，身無故，何處有男女呢？

#### (B) 就即離明無相

如果有男女，那麼到底這個男女就是身，或者離開身有男女？這個是即



跟離，我們在破除五蘊的執著有即蘊計我，或離蘊計我，同這個論法一樣，五蘊是不是就是我？

如果五蘊就是我，這五蘊就有生滅；但是一般人執著的我，是恆常不變、是獨一性的，因此如果你主張五蘊就是我，那麼這樣的我就會變成有生滅，那一般的外人當然不同意。我是恆常不變怎麼會有生滅？

我有主宰性，那如果離開了我、離開了五蘊，有沒有一個實在的我呢？有些人覺得離開了五蘊的色身還是有一個實在的我、靈魂等等。在《大智度論》很多地方都會說，如果你離開了五蘊，有一個實在的神我的話，那這樣的神我就不包含有色蘊，因為他離開五蘊，那色蘊就是色法，代表說，你離開了色法有一個獨立的神我，這樣的神我就不應該有色法。他是無形無相的。

另外他如果離開了五蘊，五蘊裡面還有受、想、行、識等心法、心所法，如果離開了這個心法、心所法有一個獨立的我，這樣的神我就不能夠有認識，不能夠見聞覺知。因為我們能夠見聞覺知、會了別認識，都是因為有

心法和心所法。如果你離開了心法、心所法，色法也沒有，那這樣的我又不能見聞覺知，有什麼用呢？在佛法要觀察無我，有時候會從這邊下手。

這裡同樣用「即、離」來觀察，如果一定要說有男相、女相，請問是身有男相、女相，還是離開了身另有男相、女相？

這裡就是在說，身只不過是六界的假合，根本沒有一個實在的身可得。因為身都不可得了，哪裡還有男相、女相可依附呢？男相、女相一定是附託在身上才可以；如果身都沒有了，哪裡還有男相、女相呢？

有人又執著，如果在餘法，就是離開身又主張有男女，而身是色法，如果離開了色法還有男女，那餘法非色，即其它的法不是色法，那只剩下心法、心所法，還有心不相應行法。這樣的話，離開了身的色法，只剩下心法、心所法，那男相、女相到底是屬於心法還是心所法呢？事實上都不是。

因此無論主張「男相、女相即是身」，或是主張「離開了身另有男相、女相」，都是無法成立的。

### (C) 明起執因緣

可是我們一般的眾生因為二世的因緣，二世就是過去世跟現在世，過去造了種種的因緣，還有今世父精母血的因緣而感得這個色身的果報，可是因為顛倒心的緣故，而妄執有男有女。底下偈頌：

俯仰屈申立去來，視瞻言語中無實，  
風依識故有所作，是識滅相念念無。  
彼此男女有我心，無智慧故妄見有；  
骨鎖相連皮肉覆，機關動作如木人。  
內雖無實外似人，譬如洋金投水中，  
亦如野火焚竹林，因緣合故有聲出。

俯仰，俯就是低頭，仰就是抬頭。彎曲伸直，站立或者來去、或者左右觀望、或者言語，這當中都找不到一個實在的我。風是四大之一，風依識故有所作，這是講言語，我們因言語而出了聲音，因有心識而說出好聽的話，或者是說出罵人的話，是因識而說話，口出聲音有所作。四大跟空都是生滅無常，那心識難道是常嗎？也不是。這個心識即生即滅、念念無常。

因為無明的緣故而看到彼此男女，有了我見而誤認為有實在的我、眾

生。因為無智慧的緣故而妄見有男、有女。事實上分析起來，我們的身只不過骨鎖相連，外面再包覆著一層薄皮而已，這樣子就像機關木人，用木頭做的機器人。機器人雖然有動作，但它畢竟不是一個真實的人。

機關木人或者機器人內雖無實，外表看起來像人，但裡面並沒有人那樣的智慧可以修善。譬如熔化的金投入水中雖會有啞啞的聲音，也像野火在山上燒毀竹林那樣會發出聲音，這樣的聲音只不過是因緣和合而發出的聲音而已，並沒有實體。

如是等相，此中應廣說，是名無相門。意思就是男相、女相最容易讓人執著的，而且會讓人起顛倒煩惱的色、聲、香、味、觸，這些要破除。要進入無為，對於有為法也要捨棄，這就是無相門。

### (3) 無作門

既知無相，都無所作，都沒有男女相等的分別，不再造作貪、瞋、癡等三毒，也都沒有這些相的執取分別。貪、瞋、癡等三毒既然都不造作了，就不會再受後有，這稱為無作門。❏



# 人間相互引起的憂苦的救濟

## (一)

文／釋開仁（福嚴佛學院教師）

### （壹）佛法宗旨——度一切苦厄

**這**句話出自於《心經》：「觀自在菩薩行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。」這是佛法的宗旨，就是要度我們的苦厄。

#### 一、佛陀弘揚佛法的目的，是為了解救眾生的憂苦

《雜阿含經》有兩部經分別提到佛出現世間，就是因為眾生有老病死和貪瞋癡的苦厄，就是因為我們沒有辦法止息貪瞋癡，所以才不斷地生死輪迴。

救濟眾生離苦得樂，是佛陀弘揚佛法的目的，也就是我們信佛學佛的目的，而不是像有些人認為的，學佛只是為了保平安、保健康。

解救自己就是自利，幫助別人就是利他，這就是自利利他的主要意義。佛法是真實不虛的，如果我們照著做，就能夠除苦厄，也只有佛法才能帶領我們徹底地解決一切苦厄。

#### 二、人生有說不盡的憂苦，當然就難得有真正的平安與太平

世間最嚴重的憂苦莫過於人與人之間的殘酷鬥爭，這個我想大家都能認同，不管我們身處哪裡，經常從新聞當中，能看到有的人可能為了某方面的仇恨，或者不滿，而做了一些傷天害理的事，讓其他眾生生活在恐懼中。這一些問題不管用法律還是其他手段，都很難徹底解決，唯有通過學習佛法的道理來改變人的思想，進而改變我們的行為，問題才能得以改善，才能減少苦難的發生。

導師說世界上不同的苦難很多，戰爭只是一類，所以人類常在耽心、憂悶、苦惱中過日子，難得有真正的平安，包括佛教的發展歷史也是這樣。導師在《印度之佛教》說印度的佛教在阿育王時期達到鼎盛，阿育王的護持使佛教發展壯大到全印乃至國外，但阿育王時代一結束，佛教就立刻遇到法難，繼任的國王紛紛開始毀滅佛教、殺害出家眾、毀壞佛寺。

導師觀察其內在的因緣是，當時所有的寺廟和出家眾都忙於佛教事業的擴張，寺院建設非常繁榮興盛，信徒也增加了很多，但卻忽略了出家眾自身佛法正見的教育和戒定慧的內證修持。所以阿育王去世後，由於佛教缺少能夠延續下去的內在能力，一旦失去國王的護持自己就亂了。因此導師說真正護持佛法，不必在意外相的興盛，表相事業再繁榮並不能代表佛教的興盛。佛教真正的興盛是正法品質的保持，這個是最重要的。如果沒有正法，即使有禪定，也不是我們所講的八正道，因為外道也有禪定，但是不一定有正見、正命，導師在《印度之佛教》呼籲要重視教育、正見的培養，這樣才能把握佛法真正的核心。


在《印度之佛教》的第八章和第十七章導師都提到「正本清源」（或叫「固本清源」），他說「正本清源」要有兩個特質，一個就是「淨其戒」，一個就是「直其見」，就是要有清淨的戒跟正見這兩個，沒有講到定。他在第十七章提到佛法不是不重視禪定，其實禪定是基礎，只是相對來說學習禪定、布施或其他法，無法取代戒和慧的最重性，所以《阿含

經》有一部經，佛陀說「淨其戒、直其見，然後才修四念處」，意即止觀的修學要建立在戒慧的基礎上。如果我們戒學不清淨、慧學扎的不深、正見不正確，那麼我們所修的禪定大部分都是相應於外道的禪定。修禪定如果沒有佛法正見，就會停滯在身心體驗的層面，而且沒有辦法分辨是否與正見相應，因為很容易沉迷在身心輕安等境界當中，完全忘了緣起正見的抉擇。

學佛的人寧可走的慢，不要走的亂，你走的快，但是沒有目標亂闖亂撞反而危險，我們知道學習的是正法，持之以恆就有力道了。佛法的學習本來就是這樣，持之以恆就能夠看得到它的效益。

### 三、眾生與世間有當前及無限延續的苦厄，故需要探求一個解脫苦厄之道

這篇文章主要談佛法的救世觀，所以一定要把人間充滿憂苦的一面說出來，並不是說佛教很悲觀，是先讓我們認識世間和自身的苦，所以要先了解苦的面貌，然後導師會讓我們了解為什麼會有苦以及解決的方法。



佛教講的苦不僅是痛苦，是變遷、變異不能主宰，所以叫苦。佛教談苦和其他宗教完全不一樣，一般世間的學問、文化或者宗教比較著重在當前憂苦的解脫，不太提及苦厄的無限延續，以及如何能夠斷除這種痛苦的延續。而佛陀的四聖諦就是斷除憂苦的方法，這是其他宗教所沒有的。四聖諦的滅諦，修道證滅那個滅諦，是未來的苦永不生、畢竟不生才叫做涅槃，如果證了涅槃改天又會再起煩惱的話，就不是真正的涅槃，真正的涅槃或者證得空性，煩惱是畢竟斷的，斷了就不會再生了，那個才是真正的滅諦，所以唯有佛法能做到最徹底地終止苦厄。

苦厄的癥結沒有解決，未來還是一生一生的無限延續，要瞭解解脫苦厄的救世之道，只有佛法能做的到，問題在人類願不願意去實行。

我們為什麼受苦？很多時候是自己造成的，現在不得不面對，不得不接受，即使知道是過去不長進、愚癡導致的，現在承受時都心甘情願嗎？沒有。人世間很多眾生都是如此，我們在承受果的時候，往往做不到淡然面

對，都是充滿抱怨，或是充滿怨恨，我們不只是影響自己的心境，也會影響到家人、朋友。如果現在的年輕人能夠早一點接觸佛法的話，預防勝於治療，很多行為就曉得不該去做，在學校或者是進入社會才不會製造那麼多憂苦的因，以後就不必承受這麼多的苦果。

佛法那麼的好，大家要幫忙介紹出去，至少我們的家人要把他度回來。

## （貳）世間苦厄的問題所在

### 一、就人類的憂苦而思索其根源

每個人承受憂苦的能力雖然不同，但是都無法避免憂苦。不一定說沒得吃沒得穿才是憂苦，有些人生活的很好，但是經常因種種不滿意而引起情緒，所以還是有憂苦。我們要先看清楚憂苦的相貌接著再了解憂苦是從哪裡來的？說因果的話，憂苦屬於果，要追究那個因：憂苦是依什麼而存在、來源是什麼，才能設法去除它。憂苦的來源就是我們講的集諦。

### 二、憂苦可歸納為二大類

導師將憂苦分兩大類來說，一是從



人間關係所構成的角度，家、國、天下所有的不同問題、不同苦難。二是從人的心境說，由於觸對身心、眾生、自然（包括現實環境）三種境界，內心所生起的憂苦。

### （一）因個人、家、國、全人類而生起的苦

#### 1、從問題的形式來看

導師按照修身、齊家、治國、平天下的次第分析，國際問題，由每個國家間的關係而形成。國家問題，是依各社團，各家庭的組合而在。家庭問題，依家庭成員——個己的共聚而有。所以從問題的形式來看，依「天下」、「國」、「家」、「身」而有不同的憂苦。

個人身心的憂苦方面，不管男的女的，隨著年齡增長身體變化的種種情況，我們就慢慢地要去適應它，這種苦和戰爭的苦難當然不一樣，但這種身心引起的苦每個人都會經歷的，即使想辦法逃避不願意面對，但終究還是要自己去面對的，所以我們應該換一個心態去跟它相處：這個身體本來就是不斷在變化，我們慢慢地適應它，讓它維持更好的一個狀況，因為

身體雖然是無常，會老病死，但是我們應該善用它，否則到最後也是骨灰一堆而已，太浪費了。

家庭方面的苦導師舉例說「相見容易相處難」、「別時容易見時難」，這就是怨憎會苦和愛別離苦。


所以我們要觀這個世間的苦，從自己的身上往我們身邊的人、社會、國家、國際慢慢地擴大觀察起來，我們好像每一天都在憂苦當中，只看是八苦裡面的哪一種苦而已。

#### 2、從問題的根本去看

要求世界（天下）太平，必得從國治，從家齊，尤其要從每人自己的「修身」做起。

這是從最廣泛的問題聚焦到最根本的問題，就是自己「修身」的部分要先做。

人間很多憂苦不是自己能夠主導跟想象的，就是要了解它最根本是起於哪裡？起於人心嘛，起於貪心，在這點上儒家和佛法所說的不完全一樣，但是最根本的見地都是一致認為要從自身開始修正。導師會這樣提到「修身」，因為我們通常眼睛都往外



看，都會要求別人，很少往自己的內心看。即使往自己的內心看，也覺得我非常了解自己，我起心動念都掌握的很好，其實不然。因為佛法教導的修持，不是世智辯聰或者世間的觀察力能比的，他是從內心把所有的貪瞋癡拿掉以後的光明，這跟裝出來的不一樣，所以這一點我們慢慢看下去就會更明白。

## (二) 對身心、眾生、自然而生起的苦

這個其實就是導師在《中觀今論》所提到的，觀察緣起必須包括三個層次，第一就是自己的身心；第二就是眾生，也就是自他；第三是自然，就是物跟我的關係。因為這些內容會影響我們產生憂苦，所以都要去了解。

觀察緣起的第一個步驟就是流轉門，流轉門就是講「惑業苦」，「惑業苦」就是我們的身心，所以「緣起」只是佛教的術語，但是它的內容就是從我們的身心開始觀察，層層擴大、推廣。你看《阿含經》的經文，都是從最小，五蘊這個小宇宙開始觀起，從自己的身心開始去分析，五蘊是什麼？色受想行識，如果能夠掌握好自己的五蘊

身心，我們再擴大去觀自跟他，所以身心就是自，人與人之間就是他；有辦法觀察家庭、社會、國家，慢慢的再擴大到物跟我，物質跟我，就是自然界，也包括我們所處的環境。

導師很多其他著作講「緣起」時也按這個次第，修行先從小範圍著手，叫切近處，學習佛法後開始實踐佛法，自己的身心就會逐漸清淨；有了受用就會嘗試把佛法的淨化善用到身邊的人，教導朋友、家人，就是自他；隨著學法的深入這個自他的範圍還會逐漸從親人擴大到怨敵，或者和我們沒有關係的人。慈心觀也是如此，從自身到身邊的人，再擴大到一切的眾生。

要注意的是佛法的緣起不是只有十二緣起，不是只有自己身心這麼狹隘的觀察而已的。大乘佛法所講的法界緣起，是包括身心、自他、物我這三個面向，所以大乘佛法所講的緣起，圓滿的境界包括了整個國土，不是只有身心清淨，還要國土清淨。大家如果只有讀《阿含經》，你會發現跟《般若經》、《維摩經》為什麼有那麼大的不同，其實就是因為所涵蓋的範圍有一些差異。像《阿含經》比較重於「心淨眾生淨」這個部分，

因此有些人就把《阿含經》解說為解脫道，像《維摩經》說的是「心淨國土淨」，範圍就更大，這裡的心淨並不就等於國土淨，如果心淨就等於國土淨，這叫唯心觀，真正大乘佛法的「心淨國土淨」，中間還有一個「眾生淨」，其實是有中間的階段，只是經典沒有說明而已，所以有時候我們在讀經典的時候要回到根本來看，我們的五蘊身心清淨了，自己跟他人的人際關係也就會清淨，人際關係清淨了，再影響到整個國家、整個世界，才成為人間淨土，由小擴大。

由此可知，釋迦牟尼佛對緣起的了解是非常深刻的，絕對比一般其他修行者還要深刻，才會具足功德成佛。因為觀察的夠深刻夠廣大，才能夠度化無量的眾生。

## 1、總說

導師這裡說對身心、眾生、自然而起的苦是約人的心境說，人的心跟境是相對的，心是內在的，境是外在的。內心所產生的憂苦，一定是由於觸對境界才產生的，從對境的差別來說，分為這三類：自己的身心、眾生包括動物和人類、自然包括人類生存


所依賴的資生物和外在環境。

即便你把眼睛閉起來、耳朵塞起來也還是要對境，因為我們的意根對法塵是不用睜開眼睛的。做夢時五根不起但意根卻可以很活躍，這個意根它可以自己運作的，所以佛法比較重視心的修煉，就是從根跟境的相對來說，是有形跟無形都包括在裡面。

現在很多人認為我們佛法所講的內涵，與現實人間脫節，所以要去了解心理學這些知識，才可以把佛法用在生活上，用在臨終關懷上。然而不管心理學怎麼講，都不會有佛法的心理觀這麼微細，而且佛法所講的是一針見血的，我們會有憂惱就是因為有貪瞋癡，一切眾生是平等的，都有五蘊身心，都有生老病死。所以面臨自己的問題時，就看我們的誠懇度到哪裡？如果接受自己有貪瞋癡，那佛陀接下去所講的八正道之修行方法，我們才會如實地去修行。如果沒有的話，對自己都認識不清楚的話，還用一些外在的世俗的東西莊嚴自己，就是本末倒置，無法從佛法中得到真正的安慰。

## 2、別說

### (1) 對身心而引起的苦



導師說老、病、死而引生的憂苦，就是觸對身心而引起的，是自身的。而且一般人總是為此而憂苦，成為現實人生的普遍事實。

比如老年人的思維和我們就很不一樣，因為「老」這件事對我們來說還沒有這麼靠近，但如果家裡老年人因為周圍的朋友紛紛離世，內心的彷徨無措是很苦的。因此我們要善於觀察他們內心不安的情況，適當的時候子女就要多陪伴，因為他從他的生活、朋友當中慢慢產生這種憂苦，一般不會講出來，但是從他的一些表現當中我們就要觀察得到，這樣對老人家的愛護才會比較周嚴。我們每個人都會面對家裡的老年人的這些狀況，而且我們自己也會有老的一天，這種認知要有。

學習佛法是很好的，就不會有這種情況產生。你看導師三十幾歲寫的書和八十幾歲寫的書，當中有很多觀念都還是一樣的，真的讓人驚訝，而且一個人悠遊法海可以這麼自得其樂。所以如果我們希望沒有這種身心的憂苦，就一定要多深入佛法，它不只是能夠安定我們這種恐懼、彷徨的心，還可以讓我們運用佛法的智慧做好各方面的維持和平衡。當然，這需

要我們對法義有真誠的好樂，不是只停留在表面，大家有持之以恆的心力的話，它的力量慢慢就會產生。

除了生理的老病死以外，我們有情身心最難調的就是貪瞋癡苦，像阿羅漢他們沒有心苦但還有身苦，因此稱說為身苦心不苦，當然他那個身苦不會哇哇叫啦，只是感受身體敗壞引起的身苦，《阿含經》說阿羅漢只是身苦心不苦。聖者他是中第一隻箭，不會中第二隻箭，因為第一隻箭是色身，色身本來就會生老病死的。不中第二支箭是心不跟著身體的無常而起伏，所以不中第二隻箭是這樣的意思，不是說阿羅漢連第一隻箭都沒有，有這個五蘊身心就一定有身苦的，只是不會像凡夫那樣產生很大的心苦，聖者的覺受是我們可以學習的。

## （2）對眾生和自然而引起的苦

人與人，由於個性、興趣、見解……的不同，彼此每產生種種的誤會、爭執、仇恨，也就由此而帶來了苦惱。即使感情好，恩愛非常，但感情是沒有定性的，一旦受到某種影響，感情也就隨之而起變化。

這句話導師講的很貼切，不管什麼感情，母子、夫婦、朋友、兄弟，這些感情都是沒有定性的，現在可以感情很好，明天可能就會成為仇人，因為一切的知情意也是生滅法，如果我們沒有學到佛法的智慧，隨著這些無常的變化而心情隨之起伏，就常常會活在憂苦當中。

由自然和環境引起的憂苦也很多，比如人的生存，不能沒有衣、食、住、行等資生物，沒有或缺少，都會苦痛的。但有了多了，也常會引起困難。比如我們要交通方便，發明了汽車，有了汽車就要面對汽車帶來的交通事故、環境污染等苦惱，這種物資生活所帶來的苦也會層出不窮。還有自然界產生的種種變化和災害，從我們生活周遭都很容易感受到這些憂苦。

### 三、解除苦厄的辦法

#### (一) 一切的文化與宗教等，皆因人類自己而出現

導師說上面講的憂苦都是由於我們人類的存在而有的，所以佛教講苦，最後會提到五蘊熾盛苦，所有的苦最根源就是五蘊苦，因為我們有了這個身心，就不得不老病死。有了這個身


體，又想不老不死，哪有可能？

為什麼我要面對這種苦？可以不要面對嗎？為什麼這麼痛苦的輪迴讓我不停息地一直流轉？是誰給我們的嗎？自己給自己的！如果我們不要在這種生老病死中輪迴，也只有自己可以幫助到自己。所以往下導師會把這些問題回歸到根源處，你從自身問題開始吧。我們要別人對自己好，要先改變習氣，對別人好。如果連對自己的要求、自我反省都沒有提升的話，我們怎麼有資格要求別人？

#### (二) 佛法認為唯有提高個人的智慧與道德，才能徹底的解除苦厄

不管我們從歷史上還是從現實上來看，有很多人用各種方式來解決自己生活上、人際關係上遇到的苦，但終究不管他怎麼偉大，自己還是要歷經老病死苦，沒有一個眾生可免的。

世間的學術和教育都是在解決人類的苦，但都不徹底，所以佛法的出現，和其他宗教相比，有更圓滿的道理值得我們學習。佛教並不否認世間的種種知識、學問所能減少的苦厄，但是人類自己終究要面臨的苦，這是



佛教特別要關心的，佛教最關心的是這一塊：我們自己面臨的苦。

導師說佛法認為物產的增加，政治的革新等，對人生苦厄的解除，幸福的增進，雖極為重要，而最根本的，還是每個人理性的智慧，與道德的提高。這兩項一個是理性，一個是感性，導師後面會提到，智慧是理性的，道德是感性，道德是什麼呢？道德就是慈悲。道德的提高就是慈悲心提高。這兩個如果能夠一併提升，一切的苦厄都不成問題。

雖然我自己從來沒有想過發願到什麼世界或下一世要到哪裡去，但至少我很希望學佛越久，自己的憂苦越少，所以導師往下就會提到，其實我們沒有辦法現在一下子做到徹底的解除憂苦，但是要做相對的解除，或者是向慢慢減少的方向前進。如果我們學佛越久，憂苦越多，那是錯的，所以學佛一定要想辦法讓自己的憂苦越來越減少。如果沒有辦法跳脫自己固執的觀念和習氣煩惱，我們其實跟不學佛的人沒差多少。

### (三) 消除種種不良的心裡因素， 淨化自己的身心

消除種種不良的心理因素，淨化自己的身心。重視個人——根本的革新與完善，才能徹底的解除苦厄，實現個人、家庭、國家、國際的真正幸福。

什麼是不良的心裡因素？心裡因素就是我們的心心所法，不良的就是惡心所，全部的惡心所、不善心所都屬於不良的心理因素。我們有情無明，對這些惡心所已經習以為常了，成為自己生活的一部分，所以生起的時候不覺得它是不良的，有時還甚至覺得它還不錯，其實就是我們不知道自己這些心理因素是惡心所。

佛法所講的煩惱，這個煩惱並不是抽象的東西，《順正理論》、阿毘達摩都說煩惱就是不善根、不善心所而已。北傳的阿毘達摩說，所有的煩惱歸結起來就是「貪瞋癡」，所有的善心所歸結起來就是「無貪無瞋無癡」，我覺得也蠻有道理的，為什麼善心所最圓滿的就是「無貪無瞋無癡」？因為涅槃就是「無貪無瞋無癡」，所以我們如果把善心所做到最圓滿的時候，就是涅槃。

善心所和不善心所都是有情與生俱來的東西，我們有辦法把不善心所全部轉換為善心所，那就是轉染成淨，

如果沒有辦法讓善心所生起的更加自然、更加習慣的話，就會被惡心所左右，就會無明觸。如果我們善心所生的習慣、自然，那就變成明觸，任何的煩惱就不會跟著起來。所以在《順正理論》有「三善根」和「三不善根」這樣的語詞，大眾部認為這兩種都是與生俱來的，只是看哪一個在表面，哪一個潛伏著。

《順正理論》提到說，善根跟不善根在我們內心當中都是同時具備的，看我們生活當中接觸境的時候，是產生善心所還是產生惡心所，如果說我們有如理思維，那就會「無貪無瞋無癡」，但是不善根就潛伏著，不是斷除了，因為我們還沒有證到初果或初地，不善根還是會影響我們，一旦忘記如理作意、如理思維，惡心所就會浮現起來。

佛法所講的煩惱，這些不良因素的淨化，在阿毘達摩是很具體的，就是要讓我們學習先斷除惡的，就要持戒，讓已生的惡令斷，未生的惡令不生；未生的善令生，已生的善令增長，這些都是跟善心所、惡心所相對應的。所以我們在平常學習的時候，在生活上大家要去覺照，在吃飯的時候、走路的時候、聽課的時候，是不

是讓這種善良的心理因素不斷地轉起，三善根就會越來越習以為常；如果一點點不如意就不善尋思，就是不如理思維，就會讓惡心所轉起的很習慣，戒就守不好，也不曉得怎麼通過修定降服我們的五蓋。

我們要降服煩惱，淨化我們的身心，都是從這些不良的心裡因素著手開始轉化的。因此佛法所講的修行，就是要讓我們善心所轉起的非常自然，保持正念正知。


## (參) 問題的分析與推究

### 一、總說

#### (一) 導致人類憂苦的四大煩惱

一切憂苦，一切問題，依人類——眾生而存在。個人的問題處理不了，由個人所組成的家庭、國家、社會、國際問題就會層出不窮，所以先要了解最根本的每個眾生身心到底有什麼問題，這樣的解決不了？

依佛的開示總共有四類問題：欲諍、見諍、慢和癡。我們解決不了身心的苦，主要就是因為有這四大煩惱。導師先跟我們分析這四大煩惱，接著就會說明怎麼解決這些煩惱。



## (二) 欲(愛)諍和見諍由受蘊和想蘊引起，是有情輪迴的主要原因

大家留意一下，欲諍、見諍、慢和癡這四個煩惱，只有前面兩個有「諍」字，是因為欲諍跟見諍是表現在動作、語言上，後面兩個「慢」和「癡」是潛伏的，表現的不明顯，別人不一定看得出來，自己知道而已。欲諍就是為了物質的慾望引起的鬥爭，意見不合而起爭執就是見諍，這些「諍」一般人都可以看得到，所以稱此二者為「二諍」。

在阿毘達摩說，引起欲諍、見諍的受蘊和想蘊是導致我們輪迴很重要的原因，所以在五蘊裡別立為蘊。如《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 74（大正 27，385a2-b14）說：

復次，諸有情類耽著樂受，執顛倒想，生死輪迴，受諸劇苦。欲令了知此二過患，故別立蘊。

復次，受、想二法為因，發起二諍根本勝餘法故，別立為蘊。謂受能發起愛諍根本，想能發起見諍根本。如能發起二諍根本，如是能發起二雜染、二邊、二箭、二戲論、二我所，應知亦爾……。

五蘊就是色受想行識，受想行三個是心所法，「行蘊」在所有心所裡面是最複雜的，除了受和想以外其他的心所全部都歸到行蘊裡面。為什麼受跟想最特別，獨立為蘊？這裡就討論說我們有情有兩個東西最特別，成為生死輪迴的根本，第一個是「耽著樂受」，這個受就是「受蘊」；第二個「執顛倒想」，就是「想蘊」，有了受跟想，「生死輪迴，受諸劇苦」。所以為了讓眾生知道這兩個過患，別立為蘊。

下面接著說，受、想二法為因，能夠發起二諍根本，勝其他的法，所以別立為蘊。為什麼呢？因為受能發起愛諍根本，就是欲諍；想能讓我們發起見諍根本，因此這兩個根本就很容易讓我們造生死輪迴的業力。

「識受想行」就是認識的過程，行就是造業，凡夫很容易在生起種種感受的時候產生愛染，然後就會引起愛諍，或者叫欲諍；想是一種取相分別，並安立名言，在這個階段往往對所緣產生片面的錯誤認知，如果我們堅持自己的觀點往往導致見諍，這兩個是我們從認識到造業之前最容易產生的兩種煩惱，就是讓我們有情輪迴根本的原因，有部認為這兩個蘊所產生的問題是非常不容易對治的。



受跟想在認識過程中經常是讓我們產生分別心的一個階段，《阿含經》經文常講的，觸、作意、受、想、思，思就是造作，造業已經來不及了，造業之前受、想這兩個心所，如果受心所，不跟貪愛相應，想心所不總是自以為是，那我們到行（思心所）的時候就是善的速行，就是善業。如果我們受跟想，有諍的話，受的時候耽著貪愛，想的時候執著見解，我們的速行心就一定是雜染的，就一定是不善業，所以我們在受想的時候就一定要有如理作意。換言之，在受和想這兩個階段，就是我們如理作意要用功的地方，在感受的時候不要耽著貪愛，想的時候不要固執己見，這種非理作意我們學佛之後要調整之。

## 二、別說

### (一) 欲諍


「諍」就是不和諧，是世間不和樂的別名，「諍」表現出來就是身口意的動作，包括欲諍和見諍。內心的猜疑也算是意業，只是沒有表現在外表而已，也是煩惱。經中說愛欲是欲諍的原因，內心有貪愛的煩惱作祟，就會不斷地起諍而帶來憂苦，欲諍也稱為「愛諍」。

《雜阿含經》有一經佛陀講了一個故事，有個猴子偷吃東西被人設置陷阱黏住了一隻爪子，猴子就用另外一隻爪子去掰扯，又被黏住，於是猴子用兩隻腳去蹬，結果腳也被黏住，它還不甘心用頭去頂，結果全身都被黏住。

佛陀說愚癡的眾生和這個猴子一樣，受到境界的誘惑，整個身心、六根會被貪慾牢牢繫縛，人就完全被煩惱征服而產生種種憂苦。就像導師所引《義品》的偈頌言：「趣求諸欲人，常起於希望；所欲若不遂，惱壞如箭中。」

這個偈頌很好，對希望的欲求凡夫是不會滿足的，一些論典裡面說，求不得苦是欲界眾生的特質。如果我們要遠離求不得苦，就要記著這個偈頌，它會提醒我們。

接下去導師把欲愛分成三類來說明，第一類是生活的資具，就是物質；第二類是男女之間的愛；第三類是家族或國族繁榮的愛，《佛法概論》裡講的「繁榮欲」就是這個。我們凡夫對於生活、生理或人間所貪求的欲愛都會產生憂苦，一旦遇到不滿的境界就會顯發出來。



這裡提到的欲諍，導師主要講經濟物質的欲愛，因為這一部分要談的是人與人之間的憂苦和解除，到第二個主題講自身憂苦的解除時，再談其他的欲愛。導師先從物慾跟我們說明。

因為諍的原因在內心，依境而顯發，所以我們雖然應該有正常的物質需要，但是有了還想要更多，這種無止境的欲求當然就會憂苦了，導師後面會提到佛陀教導我們要「少欲知足」就是對治這種慾望、欲愛的。

再來看《中阿含》的《苦陰經》對欲的詮釋，佛陀說有情「隨其技術以自存活」，不管是做田業還是「奉王室」（就是現在的公務員），做這些事業都沒有錯，但是往往出現下面三種情形，第一種是從事這些工作求圖錢財，若不得就會憂悲苦惱；第二種情形是得到了要想辦法守護這些錢財也會有憂苦；第三種情形如果財富損失了還是會憂苦，所以沒錢也苦，得到了也苦，損失了更苦。

佛陀說以貪欲為本的話，不管什麼關係什麼輩分，都可能起諍。因此欲為本就是人與人之間會有鬥爭的第一個煩惱，社會、民族國家都會有鬥爭的可能發生，其實很難避免。因為有的人不想付出卻想得到，所以有跟

無、好跟不好的爭執就產生了。如果人人都負起應有的責任，彼此所得到的果報應該差不了多少。

求享受、求佔有、求更多的佔有，用不著也還是要佔有，「物欲」作祟，是如何使人成為愚昧的人類，成為鬥諍不已，憂苦無窮的人類！

導師對人間憂苦的觀察蠻深入的，分析這些欲愛有很多層面，除了內心的物慾以外還有這種佔有慾，佔有也不是用來享用，就是想得到，人類這種貪慾指使下的想要佔有的心態是很微細的，我們要去留意，所以我們在看憂苦的第一個原因就是有這個欲諍。

## （二）見諍

### 1、諍的另一原因是人類的謬誤見解，招致人世間的苦惱

諍的另一個原因是見，所謂見諍，導師說是執著自己的見解才是對的，叫「執見」，就是以自己不完全正確的見解或理論，執為最正確的，希望別人接受自己的看法。

人類有了知覺、認識，就會有意見，但都不免含有錯亂謬誤的成分。

為什麼導師說「不免含有錯亂謬誤的成分」呢？因為每個人與生俱來的無始無明或者我執深淺不一，不過大家都有一個共通點就是一切認識都帶有錯誤跟謬誤的成分，所以我們看待事情或者提供意見，是沒有辦法面面俱到的。導師後面會講我們怎麼克服這種見解上的執著。

可是人類不大了解自己，即使感覺到自己並不完全正確，也還是固執己見。由於謬誤的見解，引起鬥爭，招致人世間的苦惱。

大家在社會上都有工作，人與人之間有很多互動，這種堅持「自己看法」是我們經常都會碰到的問題，工作上的事務不說，連一個吃，你喜歡吃酸的我喜歡吃辣的，也會吵架，很多芝麻小事，都有可能成為我們鬥爭燃火的點，如果沒有佛法的觀念，不願意容忍對方，都要堅持自己的意見，這樣就很容易形成摩擦。很簡單的事情大家也會起爭執，內心埋下不滿，其實是不必要的。


這種見諍，不容易改變，如果一個人在某一個領域，某一個場合被認可、認同之後，更不容易接受別人的指正，如果自己沒有察覺這個問題的話，別人不敢靠近我們。怎麼樣用開闊的心胸接受別人的意見，其實也是不容易的，是要通過培養佛法的正見，避免這種過失。這種執見還屬於比較表面的，大家都可以看到，後面慢和癡兩個煩惱更微細。

導師舉了經文「以見欲繫著故，出家出家而復共諍」，這裡的出家指的是佛陀時代的六師外道的沙門團。現在這個時代，無論在家和出家都有見諍的問題。

比如說喜歡南傳的有些就不喜歡北傳的，喜歡北傳的有些就不喜歡南傳的，如果沒有培養很好的正見，其實佛法演變到越未來，它的分裂就會越來越廣，因為大家若忽略了內在戒定慧的共同點，就在表面起爭執、起比較的話，佛法慢慢就會沒落。

導師接下來舉〈義品〉的偈頌，《大智度論》也曾引用：

各各自依見，戲論起諍競：知此為知實，不知為謗法。佛評論說：「若依自見法，而生諸戲論，若是為淨智，無非淨智者。」



這個「知此為知實」的「此」指前面所講的過失，意思是如果你如實了知眾生起戲論爭執這種問題，是因為執著自己的見解，就是有正見。如果不知道就是謗法。

《大智度論》的翻譯是「各各自依見，戲論起爭競，若能知彼非，是為知正見」。若知道堅持自己的知見起戲論爭執是不對的話，就是有正見。所以見諍就是類似這裡的含義。

佛評論說，眾生堅持自己的看法是對的生諸戲論，如果這些人起的見諍都是清淨的智慧的話，那天底下全部的人都有淨智了，因為每個人都認為自己是對的，這個其實是屬於見諍煩惱。

## 2、凡夫以偏概全的錯謬論斷， 如生盲摸象一樣，也就難 免苦惱無邊

導師舉了《大般涅槃經》「盲人摸象」的故事，這個故事講的是不管你摸到大象的哪個部分，都不能代表象的全貌。一般人不知道緣起性空，會以自己的見解為最真切，就像生盲摸象一樣，其實都是以偏概全，不能見到真實。

因此導師說：「世事是無限複雜的；存於事相中的理性，又是非常深隱的。我人所知所見的本來有限，帶著錯誤的眼光，卻堅決的執著自己的見解。這不是生盲摸象一樣嗎？多少人打著真理招牌，喧囂競諍，世間怎麼能不是苦惱無邊呢！」

這一段第一句話導師要講的是事理的一個關係，導師說在事相上其實是錯綜複雜，就是每個人、每件事的因果關係是無限複雜的，不能光從表面論定實際情況如何。在《阿含經》講這種事相和因果的關係，經常都會用「十二緣起」來說。比如說凡夫為什麼會流轉，因為有無明，所以會有種種的「行」，有了「行」就會有「投生識」去輪迴。一般講「無明」就是惑，「行」是業，「投生識」就是苦，所以「惑業苦」這三個其實就是一個完整的生命流轉過程。

煩惱無明、業力或果報體都是屬於事相，每一個人的無明、造業跟投生識，其因果關係是千差萬別、無限複雜的，從因到果之間依據的是一個深隱的理則，這個理則（也稱為理性）不是表面能看出來的，佛法通常是用「此有故彼有」來說明，就是我造了如是因，就會得如是果，學緣起法就

是要了解「此有故彼有」這個理則。

比如經典上說殺生會得到短命多病的果，殺生是因，短命多病是果，這個是事相上的，我們可以看得出來，但是如果學佛後不要這種果報，希望長命少病，需要做什麼因？起碼要持戒不殺生，就可以努力去爭取長命少病的果報。如果我們知道了這種因果還是要殺生，去造這種惡因，那佛陀也沒有辦法改變的，我們一定會受這樣的果報。所以緣起的道理，這種因果事相的理性慢慢觀察大家就可以發現。

### 3、見諍之根源在唯我無人之實在感，依此為標準，進而否定不合於自己的一切

只有我的意見，我的思想，才是對的、好的，可以存在；別的都是錯的、壞的，不應該存在：這就是最惡劣的「見諍」。

這「唯我無人」的實在感，是「唯神」、「唯我」、「唯心」、「唯物」等宗教、哲學的思想根源。


「有我無人」，這個「有我」就是唯我獨存，沒有別人，只有我的意見

是對的，別人都不對，這一種是最嚴重的思想問題。導師舉了宗教和政治的譬喻，宗教過去都有信我者得永生，不信我下地獄，這個都屬於見諍，不認可其他宗教存在的價值，自讚毀他都屬於見諍煩惱。

以佛教的思想來說，在佛陀的教法當中，佛法並不是要跟別的宗教對立，因為佛法真正的教育是屬於生命的教育，是屬於淨化我們生命，淨化煩惱的一種教育，如果說我們學佛以後，沒有辦法和其他宗教相處的話，這個是自己學的不到家，其實佛法並沒有對立的心態，因為佛法最根本的特質是緣起無我，既然都無我了怎麼還會標立自己最圓滿，別人都是邪的呢？佛法要區別跟別的宗教不同，這種區別並不是唯我獨尊、見諍的另一面，這一點大家要清楚。

很多學佛的人，包括我們出家人都是如此，我可以不要外在的所有物質，但是我的意見你不可以否定。就是我什麼都可以不要的，但是你不能說我沒有修行，其實是你自認為你的修行方法才是最契入佛法的。

佛所講的「見諍」非常的微細，很潛伏的，如果沒有正見，尤其是我們出家越久，修行越久，沒有人敢講



我們，其實是很可悲的，所以讀經論很好，沒有人敢講但是我們可以從經典上看到自己的問題，從經典上思維自己的盲點。這樣比較會有進步的空間，不會落入唯神、唯我、唯見的實在論。

#### 4、每個人的意見都各有所重， 若彼此能取長補短，就不 會成為見諍而造就鬥諍

導師這段寫的蠻好，把人際間經常會發生的矛盾講的很真切：「意見，代表自己對事理的一種理解。事理是無限的複雜與深細，自己的那裡就絕對正確呢！如你不妨談談你自己的意見，我也可以說說我自己的意見，大家如有虛心，有同情，能更多的理解對方，也更多的反省自己。相信不用爭得面紅耳赤，或拼個你死我活，不同的意見，可以互相擇取，取長補短，漸漸的融合而表達得更正確些。」

見諍在佛法來看，是每個人對事相因果不同的看法，所以我們都要有包容的心去聽取、採納別人的看法。雖然可以有自己的意見，但在緣起法當中每個人的意見都有他的可取之處，見諍其實是可以避免的。

越能夠發現見諍的問題，就越能省察跟人相處的態度。如果我們學佛很久很深，還是不斷地想要別人來認可自己，要別人重視自己的意見的話，我會覺得自己的調練尚未達至柔和，因為想一直表達自己。

我自己的一個感觸是，以前認為很重要的東西，現在學佛以後覺得不那麼重要了，因為沒有一樣東西比佛法更重要。所以面對很多事情，比如在學校、在僧團開會，該表達意見的時候我就表達，但是表達過後、裁決過後不採納的話，就踏踏實實做好自己的本分，當一個配角也不錯。我經常舉一個例子，一部電影一定有主角有配角，不可能每個人都做主角，一定要有配角，要有打雜的，你看奧斯卡，什麼獎項都有，不會只頒給主角，因為人在世間本來就有各種角色，扮演好自己的角色就是最漂亮的。

如果沒有學佛，沒有正確的知見是很可怕的，見諍能影響我們造業的善惡，所以說見諍是來自於想，這個想不是想象，「想」是對境界取相後留下的印象，這種印象我們會加諸很多主觀的看法去固化它，比如說我對一個人第一印象不好，以後要改變是不容易的。這個不好的印象就是想蘊造成的。

## 5、「世間紛擾」的原因分析 和正思維的培養

### (1) 世間紛擾的原因分析

《長部》21〈帝釋問經 II 276-77〉講的是「世間紛擾」的原因，這部經跟我們見諍，偏執的見解有深刻的關聯。

帝釋天問佛陀，世間到底是什麼東西纏縛著它，讓眾生內心祈願：沒有怨恨，敵對、攻擊、惱害，過著安樂的生活。但是實際上這種祈願，沒有辦法改變事實，眾生還是充滿怨恨敵對、攻擊、惱害，理由何在？

這是一個很好的問題，尤其是對講信仰的宗教，談修定、冥想這些，是蠻現實的一個問題，就是我們內心可以存有好的想法或種種祝福、祈禱，為什麼世間還是如此地怨恨、敵對、攻擊？


佛陀跟帝釋天說，眾生有這種攻擊、敵對、惱害的苦是來自於慳貪和妒忌；帝釋天繼續問，慳貪和妒忌從哪裡來？佛陀說因為有愛跟憎；愛跟憎從哪裡來，是從慾望來；慾望從哪裡來？從尋思；尋思從哪裡來？從妄見想像的思維。

這部經總共出現六組名詞，1、敵

對和攻擊是果，2、它的因是慳吝和妒忌，3、慳吝和妒忌的原因是有愛憎，4、愛憎是由於慾望，5、慾望是因為尋思，6、尋思是因為妄見和想象的思維。

如果按照這段經文的介紹，妄見和想象的思維是最根本的問題。我們現在活在國與國之間、人與人之間的敵對和攻擊之中，佛講的敵對和攻擊還包括了情緒，不僅僅是打仗這類劇烈的衝突，我們每天都祈求和迴向要過著和平與快樂的生活，但是現實還是有敵對和攻擊，因為我們沒有看到它的真正原因。

人間的這些問題以世間法來說，就只是道德譴責、行政命令或者法律處罰去減少眾生犯罪，但是無法徹底。對行為已經表現出來的惡法，用法制、規章來限制是治標不治本的，包括戒律，如果只是用戒條控制，在大眾面前有效，自己一個人、沒有人看到的時候就又什麼都敢做，這樣的話僅約束到外表這一塊。佛經教導我們一定要重視問題的根源，我們說抓毒蛇，抓到蛇頭才是根本，你抓到尾巴或肚子不僅控制不了它，還會反咬你一口，所以我們抓煩惱要抓到根源的地方，如果只涉及表層，就只能對治



表層的問題，治標不治本，這個是第一組，有敵對和攻擊就有憂苦。

第二組慳貪、妒忌、愛跟憎是煩惱，煩惱在經典裡面大部分指不善心所，就是惡心所，惡心所就是煩惱。善心所就是「無貪無瞋無癡」，就是善根，根本的煩惱是貪瞋癡。如果我們教導讀「唯識」的百法、讀《俱舍論》的七十五法，善心所惡心所全部把它背起來，每天起善心所，這樣能對治煩惱嗎？還是可以。比如吃飯的時候，飯堂的牆上貼著「飲食知節量」，還是有效的，這些提示對引發善心所還是有效，但多是在大眾面前有效，自己一個人的時候，或者沒有和佛友在一起，善心所就不容易產生，所以我們如果只是強迫自己不要起惡心所，要起善心所，但不能保持善心所不間斷。

因此這部經佛陀說我們產生煩惱還有一個原因，就是更深層的內心的思維、尋思、欲求，這三個在我們佛法來說就是最深細的，以這部經的翻譯來看，妄見想象的思維就是不正思維了。因為有不正思維所以有種種的尋思，這個尋思就會引起不好的欲求，當然就會引起煩惱。所以我們學習佛法之後，發現了這種根本的問題，來

自於不正思維，因為有不正思維故而有惡心所，因為有惡心所我們會產生種種的憂苦，這個是問題的層層分析所獲得的了知。

佛陀說我們會有這種敵對和攻擊的憂苦，最根源的是來自於不正思維。

## （2）正思維的培養

學佛之後離開憂苦是要得到安穩的快樂，所以我們要起善心所，善心所我們了解之後希望它一直保持，我們就要培養正思維，因此我們學佛從經典上你可以開演非常多思想的學習。

一般講「惑業苦」，都比較容易能夠觀察，講到無明的煩惱時，《阿含經》有提到說，無明也有因，就是不正思維，所以談到最後最根源的地方還是不正思維。要學習正確的思維才能夠轉起善心所，才能夠讓我們活在快樂當中，因此要不要轉起善心所其實思維是很關鍵的。

大家可能會問到底要怎麼樣正思維？因為很多偏見在我們的心海裡面，並不容易改變的。要養成正思維，菩提長老的著作《八正道》提到，凡夫的知見導致見諍愛諍，所以有錯誤的知見就必有錯誤的思維，錯



誤的思維反過來又會鞏固我們錯誤的知見。學習佛法要有如理的思維，就要改變知見才能改變思維。因為我們的知見不容易改變，甚至不清楚什麼是正確的知見，所以我們要先學習佛法的思想，就是正見。

聽聞佛法就是學習佛法的思想，讓我們了解什麼是正確的知見，這是第一步，對佛法開始信受奉行之後才能慢慢改變我們的認知，第二個次第才能夠真正改變認知，你看四預流支的次第，親近善士，多聞熏習，所以我們在聽聞佛法，了解佛法的思想之後才能夠如理思維，甚至於開始了法隨法行，認知也還在逐漸的修正，直至見道得法眼清淨，才是完全的無我正見。

我們了解了凡夫的情況，想改變還要用心地了解佛法的思想。因為佛法的思想對我們來說是陌生的，跟我們凡夫的心是違背的，佛陀講要少欲知足，但是我們是多欲又不知足，所以學習佛法就是把佛說的法聽聞過後，如理思維，才能夠改變認知，才能夠法隨法行。要建立正思維當然是從正確的思想下手的，就是要了解佛法，所以有沒有聽聞到正確的佛法就成為非常重要的關鍵。


到文章的最後還會談到用什麼方法來對治不正思維。導師就舉了中觀的一個偈頌，不正思維在中觀稱為「戲論」，如何斷除戲論，也就是斷除妄見的不正思維，導師就是用緣起、空觀來教導我們，後面也會討論到比較深的。

### (三) 慢

物質的欲求，是人類生活所必要的；意見也是人類精神生活的重要部分。這兩個不一定是壞事，竟然會成為諍，成為苦痛的原因，是為什麼？依佛法來說，是受到內心深處「慢」煩惱的影響，所以才有這兩個諍產生。

慢是很潛伏的，一旦有表現的機會，很容易展現。小小的爭執也是慢心的表現。如果我們不去發現，即使很有道心，或者很有上進心、精進心，這裡頭都隱含著很多慢心。

慢有一種表現是卑慢，自卑也是不好的，所以大家不要覺得說，我很不行，我什麼都不行，這個叫做卑慢，因為你覺得你的不行也是要別人認同你的，認為這個是真實、無法改變的東西，要別人同情你就叫卑慢。



導師總結說：「內心有了慢，對於物欲，就要求自己多得一些，或者精美一些。如討論不同的意見，希望採納自己的。雖明知自己的見解，並不比別人好，卻不肯心悅誠服，虛心承教，而要固執自己的。在處事情上，就表現為權力意志，要別人接受自己的指導。」

支配欲和權利意志就是「慢」不同的形容詞，這種權利意志，讓別人不敢靠近我們，即使靠近也會受到很多傷害。所以我們在跟別人相處的時候，要提醒自己，不要落入這種慢心而不自知。

#### （四）癡

慢比前面的欲和見還要微細，接下來講我們眾生的問題就是「癡」，就是無明，這個是更微細的。

##### 1、潛在愛、見、慢的底裡，是不明無我而起的「我癡」

「癡」是「不明事理的蒙昧錯亂」。這當中最根本的是不明「無我」的道理，所以叫做「我癡」，這個「我癡」是很可怕很深入的，不容易發現，真

正的「我癡」就是「我執」，就是《阿含經》講的「身見」、「我見」。

如果要了解這個「我癡」，很簡單，就是決定我們凡夫所有身心表現最根源的那個東西，比如說做麵包、蛋糕，基本材料就是麵粉，這個「我癡」就像麵粉的污染源，麵粉被「我癡」污染了，不管再加什麼其他材料進去，加奶油、加雞蛋、加糖，無論最後做出什麼形狀、什麼味道的麵包、蛋糕，每一口都是有毒的。我們有情身心有了這個「我癡」，表現出來的身口意全部的都是帶有我見的，慾、見、慢這些煩惱根本沒有辦法剔除的。因此這個愚癡、無明，在佛法來說是最根本的東西，最難消除的一個問題。後面導師講用「緣起性空」可以解決「我癡」。因為「我癡」就是認為有一個實在的主宰，「緣起性空」就可以破這種自性見，是解決「我癡」最有力的方法。

「我」是主宰意，「主」和「宰」要拆開來理解，「主」是自己要做主一切，「宰」是要與自己有關的一切都要屬於自己，「我是主宰意」就是我要自由的支配一切，就是我的特性。（《雜阿含 110 經》佛用國王能自由支配本國之獎與罰，來形容我見的主宰意。）

凡夫因為不知道「無我」，就會要求自由的支配一切，就會產生種種的我所，我所有的財產、我所有的眷屬等。

所以導師說：「不知越是擴大我所有的，也越是受到一切的制約而不得自由。」

這句話是很有含義的，我所擴大的越多，我們受到的約束就會越多，比如說買一棟房子不錯，再買一棟給小孩，再買一棟給孫子，但是當我們有了十棟二十棟的時候，我所的擴大，任何風吹草動我們的心就會跟著起伏。

不管是佛教還是非佛教，出家還是在家，事業做的大，如果沒有無我的智慧，這種我所的牽扯就會越多，有些人說我能夠度多少人，蓋多大的寺院，如果沒有足夠的智慧，那一種放不下的繫縛比別人都還嚴重。因為貪的太多了，要放下就會更難，因此我們一定要學到佛法「無我」的智慧。如果自己能夠有這種深刻的智慧，就會有福報做佛教的事業，感得更多的人來學習。有足夠的智慧是不會去染著、去主導、去支配這一切的，他會放手讓各種因緣去圓滿它，不會一定要在自己的手上控制。


人就是這樣的追求自由，而以還是不自由來結束一生。

導師這篇文章有很多這種很文藝但耐人回味的話，大家應該把這句話貼在床頭，平時多想想。我們追求很多自由，希望自己能夠支配一切，但是我們卻得到不自由，什麼都不能夠支配最終結束這一生。所以要不要快樂、生命要不要自在都是掌握在自己手上的，自己可以做主，不要把「我」越擴越大讓自己越不自在。

這段話在《佛法概論》裡也有相關的內容：「自我的自由，要在我所的無限擴大中實現；不知我所關涉的愈多，自我所受的牽制愈甚。想佔有外界以完成自我，結果反成為外界的奴隸。」一般世間人都以為事業做的越大越好，實際上越大我們受的約束越多，相對的，我們要得到越多，付出的也就越多。

人人都直覺為有我，人人都有這「主宰」的欲求；不知這種無條件的主宰意識，是愚癡。

慢慢你會發覺，佛法講的愚癡不是笨，是一種錯亂的認識，以為一切是我所能夠自由支配的。有的人頭腦很好但我執很重其實就是無明，所以無明我們不能解釋成笨。



## 2、「我癡」是自我的直感， 與愛、見、慢相關，就成 為「我愛、我見、我慢」

有情最根源的問題就是「我癡」，然後產生「我愛、我見、我慢」。「我愛」，不是染著物欲的愛，最根源是自我生命的愛染，「我愛」在佛教的專用名詞就叫「自體愛」。

眾生對自我生命的愛染是很微細很執著的，到了最後一刻也不會放棄對生命的一種堅持，因此老病死成為眾生最大的憂苦。當然我們知道老病死是一定要面對的，也不是說可以糟蹋自己的生命，只是說佛法告訴我們這種現象的真實，讓我們在有生之年或者因緣還沒有消散時如何去掌握和善用它，這個是學佛應有的智慧。

## 3、「我執」表現出來即主宰 一切的權力意志，由此而 形成憂苦不斷

導師說「我執」在佛法被斥之為妄情計執，是與事理不相合的，因為眾生——人類，是精神、物質（「名色」）的和合體。依種種關係條件而形成，也依種種關係條件而延續。

「依種種關係條件而形成」是講空間，「依種種關係條件而延續」是講時間，形成是無我的形成，延續是無常的延續。

不能正覺緣起（無常無我）的人生，而直覺有我。

這個就是凡夫，我們學習佛法如果沒有發現這種愚癡的樣貌，會讓自己產生很多錯覺以為自己在修行，這是我們要覺察的。

從其他人或者從我們自己的生活，很容易感受到這種愚癡，這種我執的表現，他可以捨棄很多五欲樂，但不自覺地從別人小小的認同、讚美的聲音當中自得其樂，這一種深層的我執如果不去發現的話，其實會成為我們修行的障礙，所以我們學習佛法，理論雖然是理論，但是教理如果不通達的話，很多時候我們的思維停滯在某個層次而已，沒有辦法深到底裡。

大家覺得這個無我的智慧容易學習嗎？其實不容易，我們說「無我」，簡單說就是沒有主宰的慾望，比如說我今天身體有點不舒服，心裡面就希望身邊的人都發現自己不舒服，但是

醞釀了老半天都沒有人察覺，內心就會有很多煎熬，這就是內心潛伏的執取。再比如說出坡，大家都不做只有我做，大家一起在這裡吃飯，為什麼只有我做別人不做，那就不行了，所以自己的我執自己要審核到，自己是最了解自己的，我們最好不要別人審核，要自己審核自己。

學「無我」的道理那麼久了，為什麼我們做事情，比如講課或者去度眾生的時候，累的時候會想不要有人來煩我，讓我靜一靜，為什麼我們還會有這一種想法，就是因為「我執」還會保護我們，不讓我的生命受到創傷。因此真正做到「無我」的人，不會想這麼多，再多的恩怨一覺起來就重新再來，不會睡覺的時候沒事，睜開眼睛有事，這個就是對「無我」體會的不深刻，還是很表面，所以在受到別人傷害或者自己疲勞的時候還是認為這個「我」很累，這種深刻的我執如果沒有透過修行，不容易剷除，不容易連根拔起。

這種「我癡」，為「我慢」、「我見」、「我愛」的根源，為「見諍」與「欲諍」的根源。

這個「我癡」，導師用了兩個「為」，指兩方面的根源。第一個是承接上面所講的四種問題的分析，由於「我癡」，所以有我見、我慢、我愛，這個是造成自己的種種問題；第二個「為」是「我癡」成為見諍、愛諍的根源，這個是導致人與人之間的問題，是因為前一個引起的。見諍和欲諍，前面講過只有這兩個煩惱有「諍」字，因為論典認為這兩種諍來自於我們的五蘊，見諍來自於想蘊，欲諍來自於受蘊，這兩種都根源於癡，所以會於「想」當中起種種的見執，於「感受」當中起種種的慾望。它們的關係是這樣。

這裡只講到癡、無明，我們說「惑業苦」，最根本的惑還是無明，所以還是屬於惡心所，到文章的後面導師會說，無明是來自於妄見的戲論分別，也就是前面《帝釋問經》提到的妄見的不正思維。

問題的分析與推究到這裡就講完了，「見、欲、慢、癡」這四個煩惱在佛法來說是最根本煩惱，所以導師提到很多次，也會教導我們如何去對治，每一個煩惱都會一一的解說，先分析它的樣貌，接下去進入對治的方法。

(下期會訊待續 .....)

# 印順長老金剛紀念法會暨福嚴佛學院參訪

文／法鼓青年·劉曜璋

## ◆ 金剛法會體驗

2018/6/10 這一天，在三五好友的邀請之下，有幸來參加第十三週年的印順長老紀念金剛法會，心情自然是感覺新鮮而且有所期待的。印順長老是在近代佛教史上，尤其是文字般若、佛學方面舉足輕重的大師，能有機會來參加此一法會，順道參觀福嚴佛學院，是難得的機會。

雖然因為要趕法會時間，起得早，但是早上的法會其實感覺自己精神還不錯。早上誦的是《金剛經》以及《無常經》這兩部經典。法會中誦的這兩部經，算是平時較少見的經典。然而在厚觀法師娓娓的解說下，就更能了解，印順長老對這兩部經的讚嘆和重視，以及頌這兩部經，是要參與的人也可以時時憶念起《金剛經》中所說的空慧，以及《無常經》中所強調的「諸行無常、諸法無我」的深刻道理。唯有把無常和空的道理時時在心中反覆觀照，才有可能在面對外界人、事、物的變化時能不為所動，不隨之起舞，保持內心的平靜。甚至，更深刻的思維無常，才對生死的大事也不憂不懼，進而有可能達到「涅槃寂靜」的境界。

## ◆ 福嚴佛學院參訪以及法師座談

參觀過印順長老紀念室之後，下午的重頭戲，在於跟長慈法師見面和交流。長慈法師與厚觀法師一樣，都是有一種讀書人的氣質，講話都是不疾不

徐，溫文儒雅，談吐有內容卻又不失風趣，非常吸引人。古人說為學最難的就是變化氣質，因為嘴巴上、筆上的知識容易學，日常生活的一言一行，平時的「習氣」要能變化，就非在修練心性上下苦功不可了。而長慈法師能展現出這樣脫俗的氣質，必定是日積月累修行而來的。

法師的學經歷非常有趣，是中央大學太空科學研究所畢業，若在世俗之路想必是坦坦大道，然法師竟選擇發心出家，而且出家後又讀了佛學碩士與博士，感覺就是學識淵博而智慧過人的法師。而在與我們對談時也多能切中要害而且引經據典回答我們的問題，相信福嚴佛學院在法師領導之下，將會蒸蒸日上。

在長慈法師開示之後，長定法師也過來與我們聊聊天，互相認識一下。長定法師講話別有一種幽默與風趣的趣味，更像是同輩朋友的感覺。聽長定法師自述其出家經歷，一開始時，早上三點半就得起床做早課，張羅寺院大小事和煮飯，也是非常辛苦。如果說像印順長老、厚觀法師、長慈法師的修行是在慧學上下功夫，那麼長定法師就是在做事情、在日常生活的勞動中來修練自己的身心了。

## ◆ 我與印順長老的相遇

跟印順長老的作品之相遇，其實也可以追溯到五、六年前，那時後才剛開始對佛法發生興趣，有一次剛好看到家裡邊附近有一個文化廣場有辦印順長老《成佛之道》這本書的講座，於是就去參加，在印象之中就覺得分析非常透徹、說理嚴謹並且次第分明，把成佛的步驟和階段都分析得很清楚。

在那之後，因為開始在法鼓山的體系學習，所以慢慢比較密集的接觸聖嚴師父之著作，印順長老的著作就較少閱讀了，但是聖嚴師父也是從印順長老的著作中獲得過許多法益，這件事情也是聖嚴師父經常提到的。直到這一次來參訪，好像又冥冥之中把這條法脈源流和因緣又給重新牽起來了，讓人感覺因緣是不可思議的。

參訪過後，長慈法師送我們好幾本書，其中就包括他極力推薦的《平凡的一生》這本印順導師的自傳。在這幾天閱讀過後，感佩於其實導師是在時代的大洪流中，顛沛流離著存活下來，也在外面的逆境與身體的病痛中，孜孜以求、朝朝暮暮的研讀佛法和撰寫書籍。是在這樣的磨練和逆境

之中成就了一代的思想家和哲人。絕對不是整天舒舒服服地坐在圖書館中吹冷氣搖筆桿而已。

但是，印順導師雖然其治學成就已經受到廣泛認可，卻也還是謙稱自己是「平凡的一生」，並且在自傳的結尾也還是謙稱自己「對佛教只有慚愧，對學友們只留下深深的歉意」（《平凡的一生》（重訂本），印順導師著，正聞出版社。p.227）。不禁讓人感佩他對自己的高要求還有虛懷若谷的精神。或許正是因為導師已

經深深的契入佛法，所以才能對自己的成就根本毫不在意。這正符合了《金剛經》上所說的「無我相、無人相、無眾生相、無受者相」以及「無住相布施」的偉大精神吧！

總而言之，感覺這次的參訪只是起點而不是終點，對於印順導師的思想和行持固然有了多些理解，但對於他的其他著作，還沒有深入探索，之後如有時間，需要好好地吸收與玩味印順導師的文字般若，方能不負導師數十年辛苦研究之精神！







## f 素齋食趣 🔍

食譜撰寫：長定法師  
長定法師小檔案——  
現任華雨精舍副住持  
福嚴佛學院第八屆研究所畢業  
開平高中餐飲科畢業

### 料理食譜

## 梅干紅棗燒苦瓜

### 準備食材 Materials



▣ 材料：白玉苦瓜3條、梅乾菜適量、紅棗適量、薑片、八角2片、辣椒1條。

▣ 調味料：糖、素蠔油膏、白胡椒粉。



### Step 1



▣ 苦瓜洗淨切成大塊、梅乾菜洗淨切粗末，紅棗洗淨備用。



### Step 2



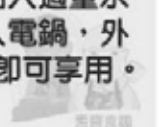
▣ 取一油鍋將瀝乾苦瓜油炸過備用。



### Step 3



▣ 取一炒鍋放入少許油爆香薑片、辣椒、八角、梅乾菜。放入油炸過苦瓜、洗淨紅棗，適量加入糖、素蠔油膏、白胡椒粉拌勻，加入適量水，煮開後盛起，放入電鍋，外鍋放入1杯水跳起即可享用。



**Tips**

因每個人對於食材的運用不盡相同，可依個人喜好自由調整烹調內容。

# 梵語佛典教學與學習之心得筆記



文／常精進

## 《中論》〈觀四諦品〉第18頌之觀行與義理解析（八）

在上一期的《會訊》中，筆者分享說明了與「緣起無生偈」有關的一些語言特徵上的問題，其中亦討論到佛典梵語化過程的一些現象。文中，筆者介紹了葉少勇針對佛典梵語化過程中所觀察到之現象的相關討論。雖然葉少勇所提出之三個所觀察到的現象很有啟發性，論述過程中的舉證與說明亦非常合理，但其中亦有許多地方需要再作進一步的說明與討論。為說明上的方便，於此再將葉少勇的觀察結論歸納如下。葉少勇認為，在佛典梵語化的過程中，為符合詩頌的格律，就其所觀察到之現象，有如下三種方式被採用：

（1）第一種方式是改變某個字原先之「性、數、格」中的「數」，如：“*buddhāna śāsanam*”改為“*buddhasya śāsanam*”。

（2）第二種方式是將原先二詞分立的形式改為複合詞的形式，而原先不符古典梵語的語尾在複合詞中則巧妙地成為後一語詞的接頭

詞。如：“*buddhānu śāsanam*”改為“*buddhānuśāsanam*”。

（3）第三種方式是在不改變文義的情況下補入代名詞，並對字詞作一些些的微小調整。如：“*buddhānu śāsanam*”改為“*etat tad buddhaśāsanam*”。

關於第一種方式，基本上是正確的。但這是假設此一偈頌的源頭「只有」俗語的形式，如巴利語等。然而，我們並不能排除佛陀在為婆羅門種姓出家的弟子以梵語來為他們說法的可能性。印順導師在《原始佛教聖典之集成》（pp. 45–46）中指出，《銅鑠律·小品》中提到有二兄弟向佛陀提出佛語「闍陀」化的要求，即佛法語言的統一化、雅語化，然佛陀拒絕了二兄弟的要求，而聽比丘們以自己的語言來誦習佛語。關於這段佛與二兄弟對話，有些人解讀為佛陀反對以「闍陀」，或者說反對以「梵語」學習佛的教法；但導師認為，依文脈來說，二兄弟的要求是「佛教用語統一化的

要求」，而佛陀拒絕其要求的義涵是「不許以此為標準語」。佛陀的主張，如四分律所說：「聽隨國俗言音所解誦習佛經。」關於佛世時佛弟子是否使用梵語學習佛的教法，導師在〈大乘是佛說論〉中提出他的理解與觀察：

佛制：「聽隨國俗言音學習佛說」。佛法是普應無礙的，不是神教式的執一而強同的。以不同的言音來學習佛說，也是錫蘭律典所共說的。所以，無論釋尊與王舍城結集使用甚麼語文，佛教界並沒有標準的語文。億耳以阿槃地語誦〈義品〉，釋尊是一樣的讚歎他！雅語，起初是恆河上流——西方系所使用的。釋尊不同情他們的「佛法統一化」——雅語化，但並不反對他們以雅語學習佛說。這是佛世即已如此，以雅語誦習佛說，不是後起的變化。（收於《以佛法研究佛法》p. 161）

依上述之印順導師的理解，可知佛陀並不主張用單一語言來傳達佛的教法，反而佛陀是鼓勵弟子們用自己的語言宣揚佛法。若是自己的語言是梵語，則以梵語學習佛陀的教法，傳達佛陀的教導，是有可能的。

關於葉少勇所提的第一項意見中，

單就其所舉的巴利語《法句經》之經文來說，有需要再多作一些說明。事實上，在巴利語佛典中，為符合詩頌的格律，許多字詞也會作調整。以其所舉之法句經為例，“*etaṃ buddhāna sāsanaṃ*”中的“-āna”其實是“-ānaṃ”為配合知音節而改變為“-āna”。在其他的偈頌中，若不影響詩頌格律，則複數屬格形式是以正常的“-ānaṃ”或“-ānaṃ”來表示。以下略舉三例為證：

如巴利語《法句經》第 11 品〈衰老品〉第 9 頌之下半頌為“*visaṅkhāragataṃ cittaṃ taṇhānaṃ khayaṃ ajjhaṅgā*”（心已趣於涅槃，獲至渴愛的盡滅），其中之“*taṇhānaṃ*”為“*taṇhā*”（渴愛）的複數、屬格形。

又如巴利語《法句經》第 14 品〈佛陀品〉第 3 頌之下半頌為“*devā pi tesaṃ pihayanti sambuddhānaṃ satīmatāṃ*”（諸天亦羨慕具正念的正覺者），其中“*sambuddhānaṃ*”為“*sambuddha*”（正覺者）的複數、屬格形。

再如巴利語《法句經》第 14 品〈佛陀品〉第 16 頌之下半頌為“*sukhā saṅghassa sāmaggi samaggānaṃ tapo sukho*”（僧團的和合是可喜的，獻身於和合是可喜的），其中之“*samaggānaṃ*”為“*samagga*”（和合）的複數、屬格形。

根據 Franklin Edgerton 的觀察 (BHS §8.117)，在他所能見到的相關典籍中，複數、屬格語尾 “-āna” 只出現在偈頌中，並且是出現在詩頌格律要求短音節的地方。Franklin Edgerton 亦指出，只有在大眾部說出世部的《大事》(Mahāvastu) 中，複數、屬格語尾 “-āna” 亦見於散文形式的文句。Franklin Edgerton 的觀察，間接證實了巴利語法句經中，複數、屬格語尾 “-āna” 是一種為適應詩頌格律的改變形式。綜合以上的討論，為符合詩頌的格律，改變語詞的形態或文句的形式，在不同俗語的轉換過程中亦有此現象，這些並非只發生在佛典梵語化的情況。

另外，在所提出的第一項觀察中，葉少勇認為頌文的義涵原是表達諸佛所共之教法，而將複數、屬格語尾 “-āna” 或 “-ānu” 改為單數、屬格的 “-asya”，其意義與分量則有所不同。對此，他作了如下的評論：

這一作法的缺陷是改變了偈頌的意義。頌文的本義可以闡釋為「此教法為一切諸佛所共」，改作單數後，其意義的份量大不如前。<sup>1</sup>

此說固然合理，但變成單數形不一定其意義與分量就大不如複數形。在《俱舍論》中有一段內容討論到

三歸依文之歸依佛一句，可以作為葉少勇所提之觀點的反證。由於三歸依文之歸依佛一句中的「佛」是單數 “*buddham*”，因此論主則提出「為歸一佛？一切佛耶？」之設問。在回答中，論主認為：照理說，經文應是要說歸依「一切佛」；若是如此則對應的梵語語詞為 “*sarvabuddhān*”，是複數。換言之，論主認為應用複數來表達，確實會比較理想。但是，論主在最後以「諸佛道相無異故」作結，言下之意即佛佛道同，單數的「一佛」即表示複數的「一切佛」。應用這一思惟理路，“*buddhasya śāsanam*” 之字面義雖是指一佛的教法，但諸佛在面對相同根性的眾生，也同樣地會以相當的教法來教導，因此 “*buddhasya śāsanam*” 也可以理解為 “*etad buddhānām śāsanam*”，即「諸佛的教法」。

在葉少勇所提之觀察的第二項中，他認為《中論》〈觀法品〉第8頌之最後一句 “*buddhānuśāsanam*”，原本或者說龍樹菩薩的原意並非月稱論師所理解的 *buddha-*（佛）與 *-anuśāsa*（隨應教法）的複合（即「諸佛的『隨應教法』」）。依他的推斷，原本的讀法應是 “*buddhānu śāsanam*”，即「諸佛的『教法』」。葉少勇推測，之所以會將原本分立而帶有格位的兩個語詞讀為一複合詞，

1、葉少勇。2012。〈新發現的梵文貝葉寫本《中論頌》與《佛護釋》〉。

《北京大學學報》（哲學社會科學版）47(1): 106。

是為了避免不符合古典梵語規範的複數、屬格語尾“-ānu”出現在古典梵語的典籍中，同時亦能符合詩頌的格律。此一推論在其所提出的第三項觀察中也可以得到支持，即《中論》〈觀法品〉第8頌之最後一句在不同的版本中讀為“*etat tad buddhaśāsanaṃ*”，此一版本的意思只是諸佛的“*śāsana*”（教法）而非諸佛的“*anuśāsana*”（隨應教法）。

此一論述有著非常高的合理性，但似乎意味著月稱論師將原本分立而帶有格位的兩個語詞讀為一複合詞，僅僅只是為了避免不符合古典梵語規範的複數、屬格語尾“-ānu”出現在古典梵語的典籍中；或者說，月稱論師並不容許俗語或佛教混合梵語形式的語詞出現在古典梵語典籍。然這樣的觀點恐怕無法得到很好的支持。在《明句論》中，被月稱論師引用了四次的一個偈頌，暗示了他本人是能夠接受俗語或佛教混合梵語形式的語詞出現在古典梵語的典籍。換言之，這個偈頌提供了當月稱論師在面對不合於古典梵語語尾規範的俗語或佛教混梵語之經文時的另一種處置方式。此一方式即是在不影響詩頌格律的情況下，將原本使用的字詞改為相對應的梵語字詞；若改為梵語拼寫形式變後會影格律者，則保留原來的形式。或者，以另一種角度來說，他的處置方式即是不改動任何的字詞，只是「原封不

動」地原文引述。（詳細說明，請參見本文後半部分關於格律分析的討論。）因此，在梵語的典籍中，當作者或編輯者在面對不合於古典梵語語尾規範的俗語或佛教混梵語之經文時，不一定會如葉少勇所提出的，將二詞讀為一複合詞的巧妙性改變。

綜合以上的討論，對於葉少勇所提出的三項觀察，筆者有如下四點補充意見：

(1) 早期佛教的教法，有些有不同的語言傳本，其中的梵語本不一定是後起，亦有可能是佛世時或佛滅後佛弟子間所傳誦的一種版本。

(2) 為符合詩頌的格律，改變語詞的形態或文句的形式，在不同俗語的轉換過程中亦有此現象，這些並非只發生在佛典梵語化的情況。

(3) 為符合詩頌的格律，將原本為俗語或佛教混合梵語的複數形改變成古典梵語的單數形，在意義上不一定單數形義涵分量會大不如複數形。

(4) 在梵語的典籍中，當作者或編輯者在面對不合於古典梵語語尾規範的俗語或佛教混梵語之經文時，不一定會如葉少勇所提出的，將二詞讀為一複合詞的巧妙性改變，其處置方式亦可以是不改動任何的字詞，而只是「原封不動」地原文引述。

以上是關於「緣起無生偈」中所顯示的語言現象及有關佛典梵語化時所牽涉的一些複雜過程的討論。接著下來要討論「緣起無生偈」的詩頌格律。依據現存《明句

論》之梵本所示「緣起無生偈」為一四句所組成的偈頌，每句共 11 個音節，屬於 *Triṣṭubh* 格律的偈頌。此類詩頌格律為每句的格律形式皆一致，常見的有如下五種形式：

- (1) - - ∪ | - - ∪ | ∪ - ∪ | - - || (Indrevajrā)  
 (2) ∪ - ∪ | - - ∪ | ∪ - ∪ | - - || (Upendrevajrā)  
 (3) ∽ - ∪ | - - ∪ | ∪ - ∪ | - ∽ || (Upajāti, 上述二種的混合型)  
 (4) - - - | -, - ∪ | - - ∪ | - - || (Śālinī)  
 (5) - ∪ - | ∪ ∪ ∪ | - ∪ - | ∪ - || (Rathoddhatā)

此中，“-”表示長音節，“∪”表示短音節，“∽”表示長音節或短音節皆可。<sup>2</sup> 被引述四次的「緣起無生偈」，每次的引述在字詞上有些拼寫形式的差異，以下是四次的引述內容及其格律分析。

(一)

yaḥ pratyayair jāyati sa hy ajāto.

- - ∪ | - - ∪ | ∪ - ∪ | - - || (Upajāti)

no tasya utpādu sabhāvato 'sti.

- - ∪ | - - ∪ | ∪ - ∪ | - ∪ || (Upajāti)

yaḥ pratyayādhīnu sa śūnya ukto.

- - ∪ | - - ∪ | ∪ - ∪ | - - || (Upajāti)

yaḥ śūnyatām jānati so 'pramattaḥ.

- - ∪ | - - ∪ | ∪ - ∪ | - - || (Upajāti)

從分析的結果來看，第一次的引述文字完全符合的詩頌格律，其格律形式為 Upajāti。偈頌中有幾處並不符合古典梵語的規範。以下將一一說明說些情況。

第一個例子是偈頌中“*utpādu*”與“*pratyayādhīnu*”二詞。此二語詞的詞幹形式為“*utpāda*”與“*pratyayādhīna*”，在古典梵語中，“-a”結尾的語詞，其格位語尾中並無“-u”這樣的形式。換言之，語尾“-u”並非古典梵語所規範的語尾。依據文脈，此二詞語應為單數、主格語詞，而依據 Franklin Edgerton (BHSG §8.20) 的觀察，“-u”為陽性、單數、主格語尾。他特別指出，作為陽性、單

2、有關偈頌之長音節與短音節的判別規定，試簡單說明如下。長音節：(1) 音節位置中為長母音或雙母音的情況；(2) 音節位置中為短母音，其後跟隨著兩個子音，或是其後隨著「止韻」“-”，或者其後隨著「隨韻」“-”等情況。短音節：音節位置中為短母音而無前述之(2)的情況。

數、主格語尾的“-u”只在偈頌中出現，並且幾乎總是出現在詩頌格律要求短音的位置。從 Franklin Edgerton 的說明，可知“*utpādu*”與“*pratyayādhīnu*”二詞之所以使用俗語或佛教混合梵語之陽性、單數、主格語尾的“-u”的原因，是為符格律的規範。依據依古典梵語的語尾變化規則，陽性、單數、主格語詞的語尾應是“-aḥ”。若此二語詞以古典梵語的形式出現在偈頌，則將破壞偈頌格律。相關之分析如下：

no tasya utpādaḥ sabhāvato 'sti.  
 - - ˘|- - ■| ˘ - ˘|- ˘||  
 yaḥ pratyayādhīnaḥ sa śūnya ukto.  
 - - ˘|- - ■| ˘ - ˘|- -||

依據上面的分析，此偈頌之格律為 Upajāti，而此格律要求每行的第 6 個音節為短音節，若原來的“*utpādu*”與“*pratyayādhīnu*”改為古典梵語之陽性、單數、主格形式之“*utpādaḥ*”與“*pratyayādhīnaḥ*”，則原來的短音節會變為長音節。理由是，改為古典梵語之陽性、單數、主格之形式後，短母音“-a-”其後跟隨的是止韻“-ḥ”，依據格律之音節長短的規定，短母音其後若跟隨止韻“-ḥ”，則此短母音所在的位置為長音節。如此一來，便無法滿足 Upajāti 格律，即每行第 6 個音節為短音節的要求。

第二個例子是第二行第四個字“*sabhāvato*”（因於自性）一詞，此中之“*sabhāva-*”並非古典梵語的拼寫形式，古典梵語的形式為“*svabhāva-*”。此形式“*sabhāva-*”與俗語之一的巴利語的拼寫形式一致。此處之所以會用俗語形式的“*sabhāva-*”，應是為符合詩頌格律所作的改變。如果此一語詞改以古典梵語形式出現，則格律將被破壞。相關之分析如下所示：

no tasya utpādu svabhāvato 'sti.  
 - - ˘|- - ■|˘ - ˘|- ˘||

由於 Upajāti 格律要求每行的第 6 個音節位置為短音節，若“*sabhāva-*”改為“*svabhāva-*”，則“*utpādu*”之短母音“-u”的位置，因其後跟隨兩個子音“sv-”而變為長音節。<sup>3</sup>

第三個例子，為二母音相鄰時並未依連音規則而變化。如第二行之“... tasya

3、依據格律之音節長短的規定，短母音其後若跟隨兩個子音，則此短母音所在的位置為長音節。

*utpādu ...*”，依古典梵語的連音規則，“-a”“-u-”相鄰時，會變為“-o-”，但如此一來，第二行將少一個音節，此則破壞了 Upajāti 要求 11 個音節的規定。第三行中的“... *sūnya ukto ...*”亦是同樣的道理。

以上，是關於偈頌中一些不符合古典梵語規範之情況的討論，基本上都可以視為是為了符合格律規則所作的改調整或改變。

關於「緣起無生偈」在第二次至第四次引用的字詞表現形式與格律之相符與否的情況，分析如下：

(二)

yaḥ pratyayair jāyati sa hy ajāto.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| -- || (Upajāti)  
 na tasya utpādu **svabhāvato** 'sti.  
 ˘ - ˘| -- ■| ˘ - ˘| - ˘|| ( ? )  
 yaḥ pratyayādhīnu sa sūnyu ukto.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| - - || (Upajāti)  
 yaḥ sūnyatām jānati so 'pramattaḥ.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| - - || (Upajāti)

(三)

yaḥ pratyayair jāyati sa hy ajāto.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| -- || (Upajāti)  
 na tasya utpādu **svabhāvato** 'sti.  
 ˘ - ˘| -- ■| ˘ - ˘| - ˘|| ( ? )  
 yaḥ pratyayādhīnu sa sūnya ukto.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| - - || (Upajāti)  
 yaḥ sūnyatām jānati so 'pramattaḥ.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| - - || (Upajāti)

(四)

yaḥ pratyayair jāyati sa hy ajāto.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| -- || (Upajāti)  
 na tasya utpādu **svabhāvato** 'sti.  
 ˘ - ˘| -- ■| ˘ - ˘| - ˘|| ( ? )  
 yaḥ pratyayādhīnu sa sūnya ukto.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| - - || (Upajāti)  
 yaḥ sūnyatām jānati so 'pramattaḥ.  
 - - ˘| - - ˘| ˘ - ˘| - - || (Upajāti)

由以上之分析結果可知，這三次的引述內容，其使用的字詞形式可說完全一致，除了第二次之引述的第三行中，“*sūnyu*”一詞與其他兩次不同，但這並不影響格律規定。在這三次的引述內容中，一致性地出現了格律被破壞的情形。此即在第二行中因使用了古典梵語形式的“**svabhāvato**”，使得“*utpādu*”之“-u”這個音節變為長音節，此則破壞了 Upajāti 格律要求每行的第 6 個音節位置為短音節之規定。有趣的是，“**svabhāvato**”一詞在第一次引用時是以俗語的形式“**sbabhāvato**”出現，此一形式讓偈頌完美地符合格律規定，這意似乎味著月稱論師原先有留意到，若作“**svabhāvato**”則會破壞格律。其後三次之引用，之所以會變為“**svabhāvato**”的形式，其原因或許是因為習慣了古典梵語的“**svabhāva-**”的形式，一時疏忽，便習慣性地寫為“**svabhāvato**”，這可能發生在月稱論師的原著本身，亦可能是傳抄時才發生這樣的情形。當然，這些



都只是合理性地猜測其原因，真正的原因，恐怕已不得而知了。

以上花了相當多的篇幅討論、介紹此「緣起無生偈」的語言現象及其詩頌格律，主要的目的是希望大家能意識到佛典在口語傳誦過程中或是經本的傳抄過程中，牽涉到不同語言、不同地區、不同傳承之間相互影響等複雜之因素，任何的評價，都應該小

心謹慎，嘗試從不同的角度了解不同之差異的產生原因，如此才能從虛心中獲得藏在其中的佛法智慧。

在討論完與「緣起無偈」相關的語言現象之後，接著要來討論「緣起無偈」義理教學。相關的討論，將在下一期《會訊》中為大家作詳細的分析。期待下一期再與大家分享梵語佛典之學習心得筆記！

## 新書快訊 ▶ 學無止境：常啼菩薩求法故事研究論文集



- 作者：釋長慈
- 出版者：福嚴精舍
- 出版：2018年6月初版 / 25開 (15.0公分×21.0公分)

此論文集集中的文章，是作者長慈法師博士學位論文 *A Study of the Story of Sadāprarudita in the Aṣṭasāhasrikā Prajñāpāramitā Sūtra* 一書中一小部分的篇章。主要是從不同的視角，探討《般若經》中常啼菩薩求法故事在歷史文脈中及現實時空中所具有的意義。除此之外，也是提醒自己奉行「法門無量誓願學」的菩薩願行，效法常啼菩薩為求得般若波羅蜜多的勇猛精進與不屈不撓的精神。

流通處

### 福嚴佛學院

30065新竹市東區明湖路365巷3號  
電話：(+886-3)520-1240  
傳真：(+886-3)520-5041

### 慧日講堂

10489台北市中山區朱崙街36號  
電話：(+886-2)2771-1417  
傳真：(+886-2)2771-3475

# 溫故知新

## 活動回顧

- 08月 ▶ 08/31 福嚴佛學院 16:00 新生報到。
- 09月 ▶ 09/01~02 福嚴佛學院 新生輔導。
- ▶ 09/02 福嚴佛學院 17:00 暑假結束，全院報到。
- ▶ 09/06~08 福嚴佛學院 佛三（會藏法師 主持）。（參閱 p.1）
- ▶ 09/10~01/11 〔1〕福嚴推廣教育班 第 36 期正式上課。  
〔2〕慧日佛學班 第 25 期正式上課。
- 10月 ▶ 10/03~04 「福嚴校友會第八屆第一次校友大會」暨「第七次佛法研習營」  
（地點：中和白馬寺）。（參閱 p.58-65）
- ▶ 10/30~11/01 福嚴佛學院 校外參學（三天）。

## 活動預告

- 11月 ▶ 11/02~04 慧日講堂 藥師佛三。
- ▶ 11/11~17 福嚴佛學院 禪七（開恩法師指導）。
- 12月 ▶ 12/08 福嚴佛學院 大悲懺共修法會（院內）。
- ▶ 12/22 福嚴佛學院 院內論文發表會。
- 2019
- 01月 ▶ 01/30 福嚴佛學院 結業式。
- ▶ 01/31 福嚴佛學院 寒假開始。



f 素齋食趣 🔍



食譜撰寫：長定法師

料理食譜

薏仁玉米猴頭湯

準備食材 Materials



材料：薏仁半斤、腰果一小把、玉米1根、皮絲少許、麻油猴頭菇調理包適量。



素齋食趣

Step 1



- 皮絲前一天洗淨、泡軟，切成適當大小後，過水備用。
- 薏仁、腰果洗淨備用、玉米洗淨切塊備用。



素齋食趣

Step 2



取一湯鍋約2000cc左右水，放入腰果、薏仁、皮絲，煮開後開中火熬約1小時，以薏仁軟爛為完成標準。

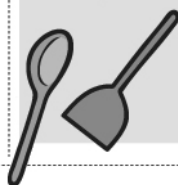


素齋食趣

Step 3



薏仁腰果湯完成後，放入切斷玉米、猴頭菇調理包適量在煮約10分鐘，起鍋前放入適當的鹽巴調味即可（不放也可以）。



素齋食趣

**Tips** 因每個人對於食材的運用不盡相同，可依個人喜好自由調整烹調內容。

感謝插畫家丁丁繪圖，及茹素餐豐食譜編製。

# 「第八屆第一次校友大會」 暨「第七次佛學研習營」 活動紀實

圖文/編輯組

## 壹、緣起

**福**嚴校友會的年度盛事—「校友大會」，十月三日於中和白馬寺隆重舉行。今年除「校友大會」外，亦舉辦「佛學研習營」。本屆的校友大會，係由第四屆校友來規劃承辦，在半年前選定白馬寺作為活動場地後，寺方上下無不動員了起來，其重視的程度可見一斑，其目的就是要讓校友大會的活動，能夠順利圓滿舉行。



## 貳、校友大會（第一天10/3）

### 一、報到

第一天的校友大會，於三日早晨揭開了序幕。校友們紛紛起個大早，搭乘不同的交通工具，到於指定地點集合。中南部的校友，多數搭乘高鐵到板橋再由大會安排接駁車，接到白馬寺報到。亦有北部的校友搭乘捷運，則於南勢角站集合接駁。當然，也有自行開車前往白馬寺報到的。當天約莫十點鐘，校友也幾乎都完成了報到手續。想當然耳，手上肯定又是滿載的結緣品。

### 二、各屆聯誼

接著進行各屆校友的聯誼，此次大會安排各屆都有一個獨立的空間，這樣各界校友就能夠暢所欲言。雖然校友在各各不同的空間聯誼，但走廊上此起彼落的歡笑聲，依然清晰可聞，時間彷彿又回到在學院求學的氣氛當中。十一點許，齋堂響起一陣雲板聲，校友們才驚覺用餐時間已到，要用餐了！不然許久不見的同學當話匣子一打開，肯定有聊不完的話題，必然會錯過用餐的時間。



▲白馬寺

### 三、午餐

步入齋堂，映入眼簾的是擺滿色香味俱全的佳餚。據寺方告知，當信眾得知有這場活動時，便自發性地送很多菜到白馬寺；不僅送菜，還親自到大寮幫忙。所以眼前的佳餚，不但色香味俱全，更是誠意滿滿。校友們紛紛稱許，這精緻的程度，不亞於餐廳外燴所辦的規模。用完午餐畢，校友們紛紛把握難得的因緣，仔細地參觀，被新北市政府列為寺院觀光景點的「白馬寺」。



### 四、幹部會議

中午一點半，校友會先行召開「幹部會議」，針對上午各屆提案內容，作進一步的討論。首先，討論「第八屆第二次幹部會議」舉辦的時間及地點。幹部會議的時間，各屆依照慣例訂於清明節後。經過一番討論後，暫訂於4月10、11日這兩天舉行。幹部會議的地點，選於「金山綠峰山莊」，而相關細節，需要再進一步研擬。會議接著討論「第八屆第二次校友大會」，舉辦的時間與地點。時間方面，各屆都有共識在中秋節過後，再配合大眾時間舉辦。地點部份，則依循第五屆校友的規劃，於「國姓大慈禪寺」舉行。相關活動細節，再交由校友大會及第五屆校友來籌備規劃。



## 五、校友大會

本屆的校友大會，準時於兩點半於白馬寺大雄寶殿召開。現任會長<sup>上</sup>會<sup>下</sup>常法師致詞時，深深感謝白馬寺所有住眾法師，及信眾大德為了籌辦此次活動的辛勞；所以特別致贈感謝狀及禮盒，以表感謝之意。接著由白馬寺導師，同時也是福嚴校友的<sup>上</sup>敬<sup>下</sup>定長老尼致詞，長老尼除了表示非常歡迎諸位校友的蒞臨外，亦簡單介紹白馬寺的建寺因緣，更預祝這兩天的校友大會圓滿順利。



議程接著進行會務報告，首先由校友會關懷組<sup>上</sup>智<sup>下</sup>光法師進行報告，報告了今年關懷校友的案例事項。再者，由<sup>上</sup>長<sup>下</sup>定法師代為報告財務及醫療基金狀況。活動組則由會長<sup>上</sup>會<sup>下</sup>常法師，代為報告校友會今年所參予的活動。報告中提到，今年可說是喜慶之年，因為有多位校友舉行晉山大典，其先後晉山的有：香港普光明寺—<sup>上</sup>果<sup>下</sup>證法師（第13屆）、華雨精舍—<sup>上</sup>長<sup>下</sup>叡法師（第11屆）、慧日講堂—<sup>上</sup>會<sup>下</sup>藏法師（第9屆）、福嚴精舍—<sup>上</sup>長<sup>下</sup>慈法師（第9屆）、台南大仙寺—<sup>上</sup>圓<sup>下</sup>智法師（第15屆）。這正表示福嚴所培育出來的僧才，皆能受到教界及多方的推崇聘請擔任住持，駐錫弘化一方。



▲會藏法師



▲長叡法師▲



◀長慈法師



▲圓智法師



▲果證法師▲



大會接著進行議題討論，由現任會長上會下常法師，報告中午幹部會議所討論的初步結果，於此交由大會追認通過。經過現場大眾同意，明年度的幹部會議時間，原則上訂於清明過後的4月10、11兩天；會議地點於金山綠峰山莊舉行。而第五屆所承辦的校友大會，時間則訂於中秋節過後，於國姓大慈禪寺召開。

上述這兩項主要議題討論完之後，由於現場接著沒有任何其他的提案，加上時間尚早。所以就有校友提出臨時動議，要將晚上要舉行的「佛法大哉問」活動，提前至下午舉行。晚上的時間，就讓校友們有多一點的時間可以敘舊。此項提議也獲得現場一致通過，所以就提前舉行「佛法大哉問」的活動。





## 六、佛法大哉問

「佛法大哉問」活動的設計，是讓大眾先行填寫提問單，大會再將大眾提問的問題，交付給幾位專精且具足正見的法師來回答。藉由彼此間的討論，來釐清一些佛法的議題。

大會收集提問資料後，隨即分給<sup>上</sup>如下正法師、<sup>上</sup>開<sup>下</sup>尊法師、<sup>上</sup>敬<sup>下</sup>定法師等來回覆提問。活動當天問到：「佛是否萬能？為何佛有三不能？」、「佛教出食法的依據及功用為何？是佛傳還是祖師傳？」、「普賢十大願，如何落實在日常生活中？」……等問題。這幾位法師，也一一就其所知所學來回覆提問，讓現場的校友不但參與了一場佛法的饗宴，更讓佛法的正見得以增上。由於當天現場討論法義的氣氛相當熱烈，雖然超過藥石的時間，但還是欲罷不能。最後，大會怕耽誤常住大眾的作息時間，才宣佈結束這場「聖法談」的盛會。

許多校友也紛紛表示，希望以後還能有類似這樣的法義交流活動。而第一天，豐富且精彩的校友大會活動，就在樣充滿法喜的氛圍中，先告一個段落。



### 叁、佛學研習營（第二天10/4）

本屆校友大會另一個活動亮點，就是第二天的「佛學研習營」。今年佛學研習營已經是第七次舉辦，這可見福嚴校友們對於佛法的好樂與精進，雖然離開學院但還是不斷地充實自己。本次研習營分為上下兩場，上午大會邀請到邀請到具有醫方明的<sup>上</sup>自<sup>下</sup>德法師。下午則由新任福嚴佛學院院長<sup>上</sup>長<sup>下</sup>慈法師，來作專題講座。

上午場的講師—<sup>上</sup>自<sup>下</sup>德法師，是一位兼具法師與醫師兩種身份的比丘尼。現任台中寶山禪寺的住持，同時也是台中、伸港兩家寶山中醫診所的院長。當天以「身心靈健康的重要性」為題，來分享她行醫濟世的經驗，以及如何保健利濟眾生的五蘊身。在講演中，<sup>上</sup>自<sup>下</sup>德法師利用穴位圖，來教導現場校友如何來自我保健。不僅如此，法師更親自示範帶著現場的校友，作了幾招筋骨伸展的方法。並強出家眾身體有病時，千萬不要諱疾忌醫，將小病托成大病，到時候連神醫也難治。遂及分享幾位出家眾，因延於就醫而讓病情難以醫治的案例。

<sup>上</sup>自<sup>下</sup>德法師希望大家都能當自己的貴人、當自己的醫生，除了弘法利生之餘，也能留意一下自己的報身，之所謂上醫



治於未病。法師除了演講分享以外，更供養現場每位校友一盒溫灸的艾草，並且教導如何使用，希望法師們都能身安道隆，廣濟眾生。而校友們無不稱讚<sup>上</sup>自<sup>下</sup>德法師，是一位醫病又醫心的大醫王。所以在演講結束後，許多校友也紛紛趨前請益有關醫療保健的問題。

下午的講座，係由福嚴佛學院新任的院長<sup>上</sup>長<sup>下</sup>慈法師主講。而安排此講座的因緣，係因有校友曾在大會提出：在講授《成佛之道》到〈大乘不共法章〉時，總覺得有所滯礙難行，若有明確的重點架構資料，就應該比較容易講說，聽者也比較容易理解。所以大會此次特別禮請福嚴佛學院，教授《成佛之道》的<sup>上</sup>長<sup>下</sup>慈法師，以「〈大乘不共法章〉之義趣與道次第」為題，來分享導師《成佛之道》〈大乘不共法章〉的內容架構要點，以及分享他教學的經驗。

上長下慈法師講演時，提供他細心所整理的科判表，並依境、行、果的角度，來說明導師在〈大乘不共法章〉的文章鋪成。境的部份，內容分「能修之人」與「所知之境」；行的部份，主要以菩薩六度四攝…等學處內容為主；果的部份，則是說明佛的三身功德。順著上長下慈法師的引導說明，對於〈大乘不共法章〉的架構內容，也就得以慢慢釐清。正如導師於《教制教典與教學》所示，修學佛法都應有三個過程：一、得要。二、深入。三、旁通。所以藉由科判來得其要，是再方便也不過了。至於深入旁通後，是否能深入淺出講給信眾或學生們聽懂，這在在就要考驗講師的巧說譬喻了。但相信經由上長下慈法師這樣架構性的領讀，校友們對於〈大乘不共法章〉的內容掌握，應該有絕對性的幫助才是。

上長下慈法師，也分享他的教學經驗，若不是要講整本《成佛之道》的內容，針對居士亦可以採主題性的教學或講演，如以佈施、持戒、精進度…等主題來作分享。演講最後，也開放給現場校友提問問題。則有校友問到觀相念佛的問題；也有請上長下慈法師針對大乘三系，作概要性的提示。然針對這些提問，上長下慈法師也逐項的一一予以回覆。

## 肆、結語

最後的閉幕式，會長再次代表校友會所有校友，萬分感謝上敬下定長老尼以及白馬寺所有住眾法師及信眾的辛勞，提供這麼好的食宿及活動場地，這兩天的「校友大會」及「佛學研習營」，才能夠如此順遂進行。上敬下定長老尼，則藉此機會介紹幾位白馬寺的住眾法師讓校友認識，也歡迎大家有空多到白馬寺走走。今年度的「校友大會」跟「佛學研習營」，就在這樣充滿溫馨的氣氛中，劃下一個完美的句點，更期盼下一個聚會的因緣。





台南大仙寺一上圖下智法師陞座 (第15屆校友) 2018.9.30



# 福嚴校友會

「第八屆第一次校友大會」  
暨「第七次佛學研習營」

印順導師法語

修學解脫道的，開始是先要正直其見解，這就是正見與正思。  
其次是要清淨其行為，這就是正語，正業與正命。

