

從認識論緣起觀談自我淨化（自我輔導）

——以印順導師之認識論緣起觀為主——

釋道一

福嚴佛學院第九屆

目 次

一、前言

二、認識論緣起觀簡介

（一）逐物流轉

（二）觸境繫心

三、認識論緣起觀的應用

（一）用於胎教

（二）用於學習

（三）用於自我淨化

四、結語

一、前言

人類（有情），於五濁惡世是面臨著無量諸苦的，約整體身心而言，身有老病死的苦，而心則有與貪瞋癡煩惱相應之感受上的痛苦。二千五百多年前，印度迦毘羅衛國（約現在的尼泊爾一帶）的喬答摩·悉達多太子，就為了探求人類滅苦的方法，不惜捨棄國土、權力、地位，而毅然地走上離家修道的旅途，一心旨在追求脫離煩惱的最高境界——涅槃（苦的息滅）。在不屈不撓的精進努力下，終於在菩提樹下覺證真理——四諦緣起，達至福德與智慧的究竟圓滿，成為救濟苦難眾生的大醫王——佛陀。

世尊的正覺，明示了一條由凡入聖，從染而淨的正道。換言之，在凡夫位的我人，若能確實地依循佛陀明示的正道而修學，自然能夠假以佛陀的教法（佛法）而漸次地息滅身心諸苦，乃至最終的究竟解脫。然而，在現實的世間生活中，大家雖知佛法甚妙殊好，但為何生活在苦惱中的佛弟子仍舊不少呢？末學認為，有者仍因沒有福德深入瞭解佛法，有者則是在文字上打轉而匱乏了用心領會，方形成佛法不能受用，無法與生活結合，乃至無法解決生活上的難題等窘境！

印順導師曾說：「佛法，不是為了說明世間，而是為了解放自己，淨化世間。」¹這很清楚的說明：佛陀宣揚佛法的主要對象是人類，希望人類能把握向上向善的人生正道，從己身的淨化為出發點，進而淨化世間，共創淨土。這也就是古來所說的：「心淨則眾生淨」，「心淨則國土淨」。而為了達成這理想的遠大目標，導師續而說：「佛法是理智的，德行的，知行綜貫的宗教，要從生活的經驗中實現出來。說它是最高的哲學，不如說它是完善的道德，深化又廣化的道德好。」²這可見佛法，是必須通過親身實踐而去發現它的如實、親切與妙好。正如論中常以六法——「善說、自見、無時、來見、引導、智者可自證知」³，來闡述「佛法」的勝妙功德

¹ 印順導師著，《佛法概論》，p.169。

² 印順導師著，《佛法概論》，p.169。

³ 見《清淨道論》（正覺學會印行），p.214。

佛法中的因緣論，是佛教的核心論題，基於「有因有緣集世間，有因有緣世間集，有因有緣滅世間，有因有緣世間滅。」⁴，以「緣起支性」說明世間集的因緣，並以「聖道支性」說明世間滅的因緣。所謂「世間集」就指一切現實中的雜染事相，確實是招感無量苦迫的；而「世間滅」當然是相對的表示出世間的清淨安樂（其實是絕對的、超越的）。要成佛，也必須要證悟這緣起法則，唯有依著清淨的因緣法去實行，才能遠離雜染的因緣法。所以才說：「佛說此兩大理則，即對於現實人間以及向上淨化，提供了一種必然的理則，使人心能有所著落，依著去實踐，捨染從淨。」⁵

佛曾對阿難尊者說：「十二因緣法之光明，甚深難解。」⁶由此可知，若要透過這二大理則的實踐而「捨染從淨」，對我人而言實有其一定的困難。因此在學習因緣論之時，末學不斷地思索其在生活上的應用，以期可以將佛教所談的緣起法與生命結合，從而去探求佛法可貴及充滿生機之處。所以，撰述本文的動機主要是探討：在我人還未覺證緣起而大徹大悟之前，如何將緣起法在生活中作出初步的發揮（應用），來覺照生活中所面對的困境。

在研究的範疇上，末學將鎖定於印順導師之「認識論緣起觀」，來談如何應用做淨化（輔導）的工作。雖則說菩薩是從利他中完成自利，但也不應忽視「未能自度焉得度人」的教誨！所以，末學提出以認識論來做淨化（輔導）工作，著重之處還是自我淨化、己身輔導為大前提的。唯自己具有正向的人格（僧格）才能進而談助人或輔導他人。因此，要淨化（輔導）他人之前，菩薩應先著重自我淨化（輔導），自心清淨，才能令眾生清淨，共創清淨國土。

本篇的架構，分為四項，略述如下：

一、「前言」，主要說明末學的探討動機、研究的範疇和撰述的架構，以期引導讀者理解及掌握末學所提出的淺見。

⁴ 《雜阿含經》卷 2〈53 經〉（大正 2，12c23～25）。

⁵ 印順導師著，《佛法概論》，p.144。

⁶ 《長阿含經》卷 10《大緣方便經》（大正 1，60b9～10）。

- 二、「認識論緣起觀簡介」，旨在略述印順導師所提出的「逐物流轉」及「觸境繫心」的緣起觀，以說明有情如何由「認識」（接觸外境）而不斷地招感苦迫的流轉，而於三世、三界中求出無期。
- 三、「認識論緣起觀的應用」，學佛人面臨生活上的困境，應當運用佛教的方法（法門與教法）來處理與解決。所以，在應用、實踐的層面上，是學佛人應該關心注重的一環。倘若不能把所學所聞的教法見於事行，又豈能說以「三寶」為究竟歸依處呢？
- 四、「結語」，總結本篇的探討，及提出一些可以再研發的相關論題。

二、認識論緣起觀簡介

釋尊的略教誡說：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教」⁷，這無非要學佛者精勤學習「止惡」、「行善」及「淨心」。換言之，「學佛」即是對此不圓滿的人性、人格、人品，做出重新塑造與雕琢，至臻最圓滿的境地——成就佛德。當世間一切宗教、善學，都努力地朝著引人入善以提升生活品質之時，而以人為本，貴稱悲智圓滿、信智合一的佛教，在這一方面就無一席之地嗎？末學一直深思這個問題：殊妙的佛理，到底應如何用來解決人世間所面臨的種種問題？後來，接觸了導師所撰《唯識學探源》「緣起的解釋」一節，末學確實被導師闡釋緣起觀的方式深深吸引，其獨到的用詞是那麼的親切且又一針見血地刻劃出人（有情）的本性，凡聖差別的樞紐又是那麼的明瞭，正顯佛法活潑的適用性和親切感。

談到「緣起觀」，一般學佛人會聯想到十二支緣起的說法。然而，如導師的研究來說，緣起也有約三支、五支或十支來述說的。對於緣起支數的開合，大可參閱印順導師在《唯識學探源》所論說的「緣起支數的考察」一文，這裡不再贅述。

在十支緣起的說法中，導師別為「胎生學」及「認識論」，來說明緣起觀。這二類說法，都基於「逐物流轉」及「觸境繫心」而論述的。只不

⁷ 「諸惡莫作，諸善奉行，自淨其意，是諸佛教，是名略說戒。」《毘尼母經》（大正24，809b17~18）。

過，若約有情的結生來說，胎生學的十支緣起觀，在有情一期的生死中只發生一次，也就是在入胎結生的那一剎那而已。一旦六根（處）具足且可以發揮功能，胎中的有情即開始觸境繫心、逐物流轉地認識一切外在的境界。⁸換句話說，當六根完備時，有情即使在胎中，也都可以隨因緣條件而對外境產生認識作用。而整個認識作用致使有情承受苦迫，都不離於「逐物流轉」及「觸境繫心」的基本層面。

（一）逐物流轉

何謂「逐物流轉」？導師以「老病死憂悲苦惱（或說『老死』）」、「生」、「有」、「取」、「愛」的五支來闡述有情如何「逐物流轉」。以下節錄導師在《唯識學探源》一書中對此五支的解釋：⁹

- 1、「老病死憂悲苦惱」，凡是眾生，誰也不能倖免。釋尊見到了老、病、死苦，才警覺出家。感到老死大患的逼迫，想找一種解決的方法，這便是釋尊出家的動機之一，也是佛家思想的歸宿所在。
- 2、「生」，是說在魚、鳥、人、天等種種眾生中生。既受了生，那就必然要老死。
- 3、「有」，一般都解釋做業，就是因前生所造的業，才会有此生生命的產生。但依經文看來，還有更主要的解說。經上說，有是欲有、色有、無色有——三有，是能引發三有果報自體的存在。
- 4、「取」有欲取、見取、戒禁取、我語取四種。取是攝受執著追求的意義；因為內心執取自我（我語取），所以在家人執取五欲（欲取），出家人（外道）執取種種錯誤的見解（見取），與無意義的戒禁（戒禁取）。因種種執取的動力，而引發身、語、

⁸ 也許有人會問，在結生的那一剎那以後，及六根具足之前，既不是胎生學也不是認識論，有情是處於甚麼狀態呢？有關於此，《清淨道論》或《阿毘達磨概要》中有作出解釋，也就是：在結生的剎那以後，即落入有分狀態。

⁹ 印順導師著，《唯識學探源》，p.12。

意的一切行動，不論它是貪戀或者厭離這個生命和塵世，都要招感未來三有的果報。

5、「愛」是染著企求的意義，有欲愛、色愛、無色愛三種，就是對三有而起的染著。

有情會「老死」乃是因為有「生」；會「生」則因為過去的種種所作業，稱為「有」；之所以會有所作業，乃是有情的「執取」；而執取又因「愛著」而生。若約前後的時間來看，從「生」到「老死」即指未來果，而現在的「愛取有」即是招感未來果的因。換個角度來說，以現在「愛取有」的「逐物」不斷為因，未來果也必然是延續不斷地「流轉」，所以這五支才稱為「逐物流轉」。

從現在與未來的時間來看，也不盡然要把它們看作現在世與未來世。對於部份不信三世因果的人而言，大可約今世的過、現、未而說明因果間的必然關係。如說，今天（或現在）對某些人事物生起「愛取有」，若沒有妥善的覺照處理，下一剎那乃至明日或更長遠的未來，自然要流轉於「生老病死憂悲苦惱」的苦迫當中。一旦可以接受這小階段的過、現、未，才再進一步約生生世世的生命流來說，這一期生命的「愛取有」，將影響我們下一期生命的「生老病死憂悲苦惱」，這也就是佛教所說的因果業感價值。

（二）觸境繫心

有情為何會「逐物流轉」呢？這就必須再往前探索其因，也就是導師所提的「觸境繫心」了！有關於「觸境繫心」，導師分別再以「受」、「觸」、「六處」、「名色」、「識」的五支來說明。如上所說，整個十支緣起可別為「胎生學」與「認識論」來解釋，而在「觸境繫心」的這個層面是最能看到二者的顯著差異。以下援引導師在《唯識學探源》中對這五支的定義，略述於下表：¹⁰

五支	胎生學的定義	認識論的定義
受	是心的領納作用，有樂受、苦受、捨受三種。在觸對境界而	

¹⁰ 印順導師著，《唯識學探源》，p.15～21。

	生了別認識的時候，在心上現起所知意像的時候，必然帶有一種情緒——隨順，或者違反自己的意樂。這或順或違的欣喜，憂戚的情緒，就叫受。	
觸	依眼、耳、鼻、舌、身、意取境的六根，而生起眼觸、耳觸到意觸。這六觸，可說是認識作用的開始。	
六入	(指)眼、耳、鼻、舌、身、意取境的六根。	
名色	「名色」的色，是色蘊；名是受、想、行、識四蘊。這五蘊——名色，可以總攝一切精神與物質。(父精母血的和合，漸漸發達到成人)	指「境」(按：如《佛法概論》中所談的「意境法」。)
識	是初入母胎的識，因識的入胎，名色才能漸漸的增長、廣大起來。不但胎兒是這樣，就是出胎以後少年到成人，假使識一旦離身，我們的身心組織立刻要崩潰腐壞。這是很明顯的事實，所以說名色以識為緣。	指認識六塵境界的了別識。

簡而述之，若約「胎生學」來說明這五支的關係，有情一期生命的開始於「入胎識」。然而「入胎識」不能單獨存在，而必須依托於「名色」(父精母血的和合，漸漸發達到成人)。一直到這一期生命老死之前，名色與識都是相互依附、不棄不離的，所以經中常說：「識緣名色，名色緣識」。¹¹當六根健全長成，有情即隨外境而產生認識作用了。至此以後，有情「觸」對外境而生起種種「感受」，自然與「認識論」所談的「觸」與「受」是沒有差別的。

若約「認識論」的角度來剖析，有情愛染的生起乃因為對外境生起了「感受」；受的生起又由「觸」而來；而觸的生起則因「根境識」三者的

¹¹ 《長阿含經》卷 10 云：「阿難！是故名色緣識，識緣名色。」(大正 1, 61b19~20)。《雜阿含經》卷 12 云：「尊者舍利弗復問：『尊者摩訶拘絺羅！先言名色非自作、非他作、非自他作、非非自他作無因作，然彼名色緣識生，而今復言名色緣識。此義云何？』尊者摩訶拘絺羅答言：『今當說譬，如智者因譬得解。譬如三蘆立於空地，展轉相依，而得豎立。若去其一，二亦不立。若去其二，一亦不立。展轉相依，而得豎立。識緣名色亦復如是，展轉相依，而得生長。』」(大正 2, 81a29~b8)。

和合。因此，在認識論緣起觀中，「識」所指涉的是「六識」而並非「入胎識（結生識）」；「名色」即是所有精神與物質的所對境；「六處」自然是能對的六根了。

為何稱它們為「觸境繫心」呢？導師解釋說：「實際上，外境並沒有繫縛內心的力量，完全是因內心的味著、染愛，才自己鎖縛著自己。」¹²一切法的生起是以心為主導的，由於心對這不實的「外境」味著、染愛，才因此自我繫縛，在苦迫中不停流轉而不得自在，求出無期！

三、認識論緣起觀的應用

承上之探討，「觸境繫心」可解釋為：有情透過根境識的和合而產生「觸」並生起「感受」，這就是構成「認識」的開始。由這「接觸」而生起的「感受」，讓有情產生「愛取」乃至造作諸業來延續連綿不斷的「生死」，也即說明了「逐物流轉」的認識論緣起觀。對於「逐物」而生起的「流轉」，不消說自然是為有情招感苦果的。倘若只約一期生命來說，由無明觸而生起的認識論，是令有情念念無間地流轉於苦迫當中的；若約生生世世的生命流而言，有情不只是念念流轉於苦迫，且是流轉於生生世世的古老輪迴，求出無期！

由此可見，以無明觸而構成的認識論可說是輪轉的樞紐，「逐物流轉」的認識論緣起觀尤甚。因此，末學以為，有情在一期的生命中應積極認識（接觸）正向且能引人向上向善的外境（人事物及包括名法），以淨化自己來培育正向的人格、建立正確的人生觀，依循人生正軌而邁向佛德的圓滿成就。也因此，依本師釋迦文及賢聖古德們的教誨，無非要我們不離「親近善士，聽聞正法，如理思惟，法隨法行」而自我淨化。學佛人透過此「四支」的學習，不斷地認識（接觸）善法，才能漸而預入聖流，轉凡成聖。

以下，末學將分別以「用於胎教」、「用於學習」及「用於自我淨化」的三個層面來略述認識論緣起觀對我人一生乃至生生世世的影響。

¹² 印順導師著，《唯識學探源》，p.17。

（一）用於胎教

如上所說，十支緣起有「胎生學」及「認識論」的二種說法。有些人也許會誤以為：有情出胎之前乃屬於「胎生學緣起觀」，而出胎以後，才是「認識論緣起觀」的開端。孰不知，有情在胎中之際，一旦六根健全長成，就開始認知外在的境界了。

把握這一觀點，即可用「胎教」發揮自我淨化、己身輔導的工作。甚麼是「胎教」？所謂胎教，就是在妊娠期間，孕婦重視周圍環境的影響，努力培養積極的心理狀況和正向的情緒，讓胎兒在胎內受到良好的感化，使他們出生後身心健全且正向發展。也可以說，透過調整孕婦的身心與生活情形，減低不良刺激對胎兒的影響，並採用一定的方法和手段，如現代醫學所談的「撫摸胎教論」、「音樂胎教論」、「飲食胎教論」等，主動地對胎兒進行訓練和教育，以使胎兒的心智更加健康成熟，為其出生後（此生）的繼續教育，奠定良好的基礎。

在佛教界，印光大師對此是有獨到見解的。大師認為，一個健全人格的培養：首先，要做好胎教；其次，要做好幼教；再次，要做好聖賢教育。在《印光法師文鈔續編·卷下》中曾提到：

母教，第一是胎教，胎教乃教於稟質之初。凡女人受孕之後，務必居心、動念、行事唯誠唯謹，一舉一動不失於正，尤宜永斷腥葷，日常念佛。令胎兒稟受母之正氣，則其生時必安樂無苦，所生兒女必相貌端嚴、性情慈善、天姿聰明。及至初開知識，即為彼說做人之道理，如孝、弟、忠、信、禮、義、廉、恥等及三世因果之罪福、六道輪迴之轉變，俾彼心中常常有所恐怖、有所冀慕，再令念佛、念觀世音，以期增福增壽、免災免難。不許說謊話、說是非、打人罵人，不許遭踐字紙、遭踐五穀、遭踐一切東西，不許亂吃食物，不許與同裡群兒聚戲。稍長，即令熟讀《太上感應篇》、《文昌陰騭文》、《關帝覺世經》，俾知有所師法、有所禁戒。一一為其略說大意，以為後來讀書受益之前導。幼時如是，愈讀書愈賢善，不患不到聖賢地位光宗耀祖也——否則，任性嬌慣，養成敗類，縱有

天姿，亦不知讀書為學聖賢，則讀的書愈多愈壞。¹³

可見，「胎教」就是透過認識論緣起觀來教育或淨化胎兒。若在妊娠期間（六根健全長成後），胎兒所認識的人事物皆是正向且向上向善的，或多或少會影響其未來的學習與成長。

（二）用於學習

出胎以後，我們就不斷地學習外在的一切，這無非就是認識論再發揮其良能。在整個成長的過程中，我們不斷地接觸新穎的人事物，這是學習，亦是認識。從應對人事物的互動中，我們不斷地累積經驗；從經驗中，我們不停地獲得啟發，讓整個生命流（約這一世而言）更顯其意義和價值。這無非就是「認識論緣起觀」透過「根境識」三者的和合而發揮其作用。

再約生生世世的生命流來說，這一期生命的學習，將影響我們下一期的生命，這也就是佛教所說的因果業感價值。換句話說，在認識過程中，當我們不斷地學習善法、養成善的習慣、造作清淨的善業，以致形成一股潛在的推動力（佛教稱為善業力），在下一期的生命自然會招感善果報了。反之，整個認識過程都在學邪習惡，後果當然不堪設想，怨不得別人！如此看來，從今世到未來世，乃至更久遠的未來，當下的認識作用確實是不可忽視的。因此，古德們經常勉勵後學要「多聞熏習」，確實是用心良苦的叮囑。

（三）用於自我淨化

未學佛之前，我們或許也沾染了不少的惡習氣，這當然包括負面的想法（惡意念），邪惡毒辣的言語（惡口業）及粗魯暴戾的行為（惡身行）。如今學佛了，常說要「修行」（淨化），其關鍵就是在改變我們舊有的惡習氣，漸而捨染從淨。然而，知易卻行難是我人常面對的問題所在。

有關於此，末學想透過認識論緣起觀，做出兩個自我淨化方案的分享：一者透過十支緣起而釐清己身的問題所在；二者則是透過更多的正向認

¹³ 《印光法師文鈔續編·卷下》，p.204~206〈家庭教育為天下太平之根本發隱〉（蘇州靈巖山寺版）。

識以扭轉自己的惡習。前者之方案對一般人而言較難，淺顯而說都必須具備對「緣起法則」的認知及自我評估與分析的能力，深層而言就必須透過定慧的培育，以深觀而徹見諸法實相。

至於「透過正向的認識而扭轉改變自己」之方案，末學以為這是較為普遍且是佛子們應積極學習的。既然發心學佛，就應當確實地遵循佛陀的教誨：止惡、行善、淨心，如此堪不失為真佛子。

總的來說，一旦惡念惡行生起，我人就應當從自己故有的認識方式——「觸境繫心」去反省：為何會因此人、事、物的執著，而讓自己流轉於造業與苦迫中——「逐物流轉」？我人若想從這苦迫中超脫出來，不讓它在這一期生命中延續，甚至不讓它流轉到下一期的生命流，是否應該重新以清淨、正向的心境來認識外在一切呢？

佛法中有云：「心能轉境」，倘若我人以惡心邪念看待一切人事物，外在一切自然就是充滿恐怖邪惡的，進而影響自心；反之，若以善心正念正觀人事物，所接觸及認識的外境必然是清淨及令人感恩的。因此時時保持善心正念，則能時時自我淨化；如此眾行清淨方能招感清淨眾緣，共同營造和樂清淨的生活環境——淨土。

四、結語

佛陀宣揚佛法的主要對象是人類，希望人類能把握向上向善的人生正道，從己身的淨化為出發點，進而淨化世間，共創淨土。本篇試著以佛教的核心論題——佛法中的因緣論，來探討自我淨化的課題。因此嘗試描述：在我人還未覺證緣起而大徹大悟之前，如何將緣起法在生活中作出初步的發揮（應用），來覺照生活中所面對的困境。

緣起法，在佛教界是耳熟能詳的課題。然，末學有礙於學養之不足，目前只能鎖定在印順導師的「十支緣起支」的說法，提出淺顯的閱讀心得。導師把「十支緣起支」別為「胎生學」及「認識論」，來說明緣起觀。於此，末學嘗試透過導師所提的「認識論緣起觀」來談自我淨化或自我輔導。

有情，只要六根完備，即使在胎中，也都可以隨因緣條件而對外境產生認識作用。而整個認識作用，以致令有情承受苦迫，都不離於「逐物流轉」及「觸境繫心」的基本層面。「觸境繫心」可解釋為：有情透過根境識的和合而產生「接觸」並生起「感受」，這就是構成「認識」的開始。由這「接觸」而生起的「感受」，則進而讓有情生起「愛取」乃至造作諸業來延續連綿不斷的「生死（苦迫）」，也即說明了「逐物流轉」的認識論緣起觀。

末學以為，有情在一期的生命中應積極認識（接觸）正向且能引人向上向善的外境（人事物及包括名法），以淨化自己來培育正向的人格、建立正確的人生觀，依循人生正軌而邁向佛德的圓滿成就。因此本篇末後分別以「用於胎教」、「用於學習」及「用於自我淨化」的三個層面來略述認識論緣起觀對我人一生乃至生生世世的影響。

本篇乃末學現階段於閱讀及講學過程中所得到的微量啟發，今囑於文字以期回饋印順導師之法乳深恩，並深深感恩福嚴佛學院歷屆師長對僧教育的犧牲奉獻。然而，礙於學力及素養之不足，若在見解與論述上有疏漏及錯謬之處，尚請方家先進不吝珠玉。感恩！

參考書目

一、原典

1. 《長阿含經》22 卷，後秦·佛陀耶舍共竺佛念譯，大正藏第 1 冊。
2. 《雜阿含經》50 卷，劉宋·求那跋陀羅譯，大正藏第 2 冊。
3. 《毘尼母經》8 卷，秦·失譯人，大正藏第 24 冊。
4. 《注維摩詰經》10 卷，後秦·釋僧肇選，大正藏第 38 冊。
5. 《清淨道論》（正覺學會印行）。

二、現代人著作

1. 《印光法師文鈔續編·卷下》（蘇州靈巖山寺版）。
2. 印順導師著，《佛法概論》。
3. 印順導師著，《唯識學探源》。