

## 佛遗教经讲记目录

### 净界法师讲述

佛遗教经讲记（01）·····	第 001 页
佛遗教经讲记（02）·····	第 010 页
佛遗教经讲记（03）·····	第 018 页
佛遗教经讲记（04）·····	第 026 页
佛遗教经讲记（05）·····	第 035 页
佛遗教经讲记（06）·····	第 043 页
佛遗教经讲记（07）·····	第 051 页
佛遗教经讲记（08）·····	第 061 页
佛遗教经讲记（09）·····	第 069 页
佛遗教经讲记（10）·····	第 077 页
佛遗教经讲记（11）·····	第 086 页
佛遗教经讲记（12）·····	第 094 页

## 佛遗教经讲记(一)

### 净界法师主讲

和尚尼慈悲，诸位法师、诸位居士，阿弥陀佛！好，请放掌。

我们从今天开始有六个讲次，跟大家共同学习《佛遗教经》。在正式讲这部经之前，我想先简单的说明本经的特色。身为一个佛弟子，我们在学佛的过程，刚开

始是皈依三宝，也就是说我们仰仗一份清净的信心，相信三宝是无所不在的，也相信三宝能救拔我们，所以刚开始我们是皈依三宝。第二个是修学佛法，我们会选择一个适合自己根基的法门来修学。整个修学佛法的过程，基本上是为达到离苦得乐的目的。虽然我们在学佛过程当中，我们希望能离苦得乐，但是我们冷静的去回顾我们过去的生命，我们感觉到我们的生命当中痛苦时间多，安乐时间少，也就是说我们的生命还是安住在苦多乐少当中。这就表示我们在修学佛法的过程当中，没有真正的找到离苦得乐的根源，也就是说，我们在修学佛法的时候只是在一种表相的仪轨上的修学，没有真正的理解什么是离苦得乐的因素，这就是为什么我们在修学的过程当中痛苦不能消失，安乐不能生起的主要理由。

什么才是离苦得乐的主要因素呢？这当中有两个因素：

第一个：**业力**。当我们依止贪瞋痴烦恼所发动的罪业，这样的罪业会召感痛苦的果报；那我们依止这种清净的慈悲心，所发动的这种身口意的善业，就会在生命当中召感安乐的果报。所以我们要离苦得乐的第一个条件，就必须透过持戒修福，使令我们的色身离苦得乐，所以我们要离苦得乐第一个呢要注意我们身口意的造作，也就是我们的业力。

第二个因素：**爱取烦恼**。我们这一念心跟这些痛苦果报或安乐果报接触时候，我们会产生一种盲目颠倒的执取，由于这种执取就产生一种内心的痛苦。不管这个果报是快乐的或者是痛苦的，只要我们产生了爱取，这个果报就会带给我们内心种种的忧惧跟种种的苦恼。所以在修学佛法过程当中，我们要应该透过持戒修福使色身离苦得乐，进一步的修学止观，使令我们内心离苦得乐。也就是说，我们如何能够正确的修学戒定慧，来消灭痛苦，成就安乐，这是整个佛法修学的重点。

在整个戒定慧修学当中呢，本经具足两个特色：

第一个本经有**普遍性**：一般的经典在解释戒定慧，有的是偏重在持戒，偏重在

持戒来断恶修善，有的是偏重修习止观，来调伏心中的爱取烦恼。那么《佛遗教经》的特色，它能够普遍的把「持戒」跟修「止观」都能够正确的表达出来，所以本经呢，它在所有经典当中的第一个特色，它具足一种普遍性。

第二个特色就是它具足了**简要性**：因为本经是所谓的佛遗教经，佛陀在生平的时候讲了很多持戒跟修止观的方法，那么在临命终的时候呢，这个时候的时间是非常的紧迫，马上就要入涅槃，马上就要离开人世间，所以在这么一个非常紧迫的情况之下，佛陀一定会把戒定慧的一些修学重点，作一个简单扼要的回顾。所以本经在修学戒定慧的时候，它具足一种简要性，使我们能在最短时间，掌控整个戒定慧修学的一个重要的关键点，这就是本经在修习戒定慧的内涵其中的一个**普遍性与简要性**。以上是说明本经的特色。这以下我们请看讲议：

佛遗教经讲表：将释此经大分为三：我们这次有三大科来解释本经。

第一科是解释经题，我们首先解释本经的经题；第二科是经文大意、经文大意当中我们就引用莲池大师跟天亲菩萨的对《佛遗教经》的注解，他有一个经文大意的开示，我们就根据这两个古德的开示来了解经文大意；第三科是随文释意，正式的随顺经文来解释它的义理。我们先看

### **第一科、解释经题：**

本经的经题有二：

第一个是：《佛遗教经》

第二个是：《佛垂涅槃略说教诫经》。

先说明《佛遗教经》，经题中的「佛」是说法者，「遗教」是所说的法，人法双举，故名《佛遗教经》。所以本经是人与法的和合。其中「佛遗教」是别题，「经」是通题。先解释别题中的「佛」，佛陀翻成中文为「觉」，他依止清净智慧，觉悟真理。觉悟的相对名词是无明，凡夫心安住在无明大梦中，一天过一天，一生过一生，如是生活在无明大梦中。为何把无明譬喻为梦呢？因无明的体性是「**执妄**

为真」，有如做梦时，在梦境中对所见的人事因缘，都以为真实。凡夫心跟因缘所生法接触时产生执取，这跟做梦时执妄为真是相同的。佛陀透过所觉悟的真理，能消灭心中的无明。在藕益大师对本经的注解中，他根据《大乘起信论》，说明「觉」有「本觉」、「始觉」、「究竟觉」三种。觉悟就是智慧的观照，以下根据《大乘起信论》的重点，简要说明其内容：

**第一本觉：**本觉是心中本来具足的智慧，我们心中虽起种种的颠倒妄想，但在打妄想的明了心性中，具足了觉照的智能，只是它没有表现出来而已。这种本来具有的智慧，不是假借佛法的熏习而生起，而是本来就有，法尔如是。本来就有的，叫作本觉。

**第二始觉：**始觉是依佛法的熏习而生起的观照智慧。根据马鸣菩萨在《大乘起信论》所说，始觉的智慧有三种差别：

一、**凡夫觉：**凡夫的观照智慧是觉悟业果的道理，他观察生命有如一无穷尽的水流，有过去、现在、未来的生命，影响生命水流的因素是身、口、意所造作的业力，由于过去的业力而创造今生的生命，再依止今生的生命而创造另一业力，这业力又召感来生的生命，如是造成业果的相续。从这业果的观察，我们内心安住善业，对治恶业，这样的智慧成就了人天果报，这是凡夫觉。譬如我们有时身体会出现病痛，或是人事因缘有障碍，这时我们自我反省，如果在病痛与障碍中，内心产生沮丧跟痛苦，这表示我们心中已丧失观照力，堕落现前境界而产生执取。反之，如果面对病痛跟人事障碍时，内心生起业果的观照，知道这件事的出现是有它过去的业力，则这样的逆境，不但不会造成心情的沮丧，反而给我们警惕，鼓励自己精进断恶修善。所以一个境界的现前，也就考验我们的观照力是否能如实的生起，若失去观照力，内心起颠倒，对现前境界产生执取，可能就会造罪业了。过去的罪业创造一个果报，在现前果报中起颠倒，又造罪业，如是落于可怕的恶性循环，这就是所谓的「惑、业、苦」，起惑、造业、受苦，在受苦中，又起另一「惑、业、苦」，

我们就无法从这恶性循环中解脱出来。所以在内心的黑暗中，培养的第一道光明，是要观察「因果丝毫不爽」，也就是说，只要出现在我们生命中的任何境界，这一定跟自己的业力有关，若无业力而召感果报，这是违背佛法的真理，我们绝不相信。所以刚开始观察自己

的生命，善业决定召感安乐果报，罪业决定召感痛苦果报，我们对于这样的真理，深信不疑，这是培养智慧的第一个层次一凡夫觉。

二、**二乘觉**：前面业果决定的观察，是观察因果的表面现象，我们应进一步观察因果的循环，不论是安乐或痛苦的果报，它都是无常无我，刹那刹那的生灭，在生灭中没有一个恒常住不变异的「我」存在，它只是因缘所生，不断流动的影像而已。这种二乘的觉悟，是透过「诸行无常，诸法无我」的道理，观察生命的相貌是「生灭变异，虚伪无主」，察觉到业果的本质是毕竟空寂，这时我们对于任何因果的流动就能安住于空性，以空性为住，而对治有相果报的执取。如是对生命的观察更深入透彻，内心的安乐也更加坚固而不可破坏。

三、**菩萨觉**：菩萨观察因缘法，无论是表相因果的流动，或是因果的空性本质，亦即诸法的本性，这些有相的现象与无相的本性，都是一念的心性所变现，如是我们找到一切因缘的根源，原来是一心所变现。这时我们观察到，若要改造生命就必须改造心念，因为整个因缘就在刹那刹那的起心动念中，不断的变现，所以改造心念非常重要。在改造心念中，《大乘起信论》说，观察这念心有二个相貌：

**第一真如心**：这是跟我空、法空相应的真如门，它是一切安乐的根本。

**第二生灭心**：这是跟我、法二执相应的生灭门，它是一切的根源。若要离苦得乐，讲到究竟处，就不完全只是断恶修善；更重要的，要使心念「弃生灭，守真常」，消灭有所得的攀缘心，安住于无所得的清净本性，这才是真实究竟的离苦得乐。

前几天台中有位居士打电话给我，我听他讲话的口气，觉得他是一位很用功的



修行者，他说开始修习佛法后，经常自我反省。身为一位居士，他所接触的环境错综复杂，所以有时觉得自己还是经常有贪欲烦恼、瞋恚烦恼、忌妒心、高慢心。他说以前还未学佛时，不知道会起这些烦恼，自己活在不明大梦中，现在眼睛打开了，启动观照力以后，发觉内心有这么多的烦恼，他感到非常沮丧，有时非常厌恶自己，他问我该怎么办？他能观察到有相的善恶因果，这已经很难得，但他还可以提升观照力。虽然自己厌恶贪欲烦恼、瞋恚烦恼，但这些烦恼并不代表自己，厌恶烦恼并不表示要讨厌自己，什么才是自己呢？每一众生的本来面目是「何期自性，本自清淨。」这才是自己的本性，而所有的烦恼跟罪业，都是后来熏习而有，这都是外来的东西，它不能代表自己，所以我们应该厌恶烦恼，并且要肯定自己。什么才是自己呢？简单的说，「何期自性，本自清淨」，这才代表自己。所以菩萨从观察整个真如与生灭的因缘，觉悟自己的本来面目是「真如」，其他生灭变化流转的烦恼障、业障、报障，都是一时的颠倒熏习而有，所以也可以假借佛法的熏习，把它消灭。以上是在学佛过程中重要的觉悟一始觉。

**第三、究竟觉：**当所栽培的始觉智慧与本觉智慧，合和为一，始本不二，始本一如，这是究竟觉。觉悟是指内心的观照，这在佛法中非常重要。佛法的修学有内的观照及外在的行动两种，观照有法的角度来说，假如内心观照真理的智慧消失，即使断恶修善，也只能成就人天有漏的福报，不能成就解脱的。古德说：「刹那失照，犹如死尸。」一位修行人，无论拜佛或持戒，譬如修持戒，如果没有跟四念处的观照相应，内心只在戒相上造作，就不能产生解脱功德，所以「刹那失照，犹如死尸。」在禅宗的传承，每天在静坐反省自己时说：「主人翁，你要醒一醒啊！」也就是说，经常要提醒自己，不要被眼前境界所转，心不随境转，要求自己跟境界接触时，启动观照智慧，安住于真理，不要着于外在的境界，如是渐渐能趋向佛道。

以下解释经题《佛遗教经》的「遗教」。佛陀在本经宣说「遗教」，「遗」的「顾命」，也就是世间人所谓的「遗嘱」。「顾命」的顾是回首，佛陀一生中宣说

了很多戒定慧法门，在临命终时把他做了重点式的回顾，称为「顾命」。「遗嘱」是佛陀在临命终时，对于还未修成阿罗汉的弟子们，把戒定慧的重点做最后的告诫。所以身为佛弟子，依之而修行才是真正的法子，假如违背佛陀的遗教，则是大逆不孝。身为佛弟子，我们孝顺佛陀主要是依法而行，所谓「孝顺」，百孝不如一顺，真正的孝是顺从佛法修学，这才是真实孝顺佛陀。最后经题之「经」，古德的解释有二：

（一）**法**：法是轨则，佛陀说法时，经常宣说：杂染法有杂染法生起的规则，清净法有清净法生起的规则。

（二）**常**：佛陀所宣说的染净规则，不随时空而改变，过去如是，现在如是，未来亦复如是。

这部经是佛陀的遗教，佛在世时，弟子们依止佛陀而修行，以佛为师经常亲近佛陀，请佛陀开示，佛为师。一位内心颠倒的众生，佛陀以他的智慧，观察众生的根基，知道众生烦恼的厚薄，善根的浅深，为众生破除种种障碍，所以佛在世时，弟子们若有问题，请佛陀开示即能解决。但现在佛陀即将灭度，这时弟子们有两种心情，若是四果以上的阿罗汉圣人，他内心已有清净光明的戒定慧，他安住在无漏的戒定慧中，对佛陀的灭度只是感到很遗憾，如果佛陀能住世久一点，则会更好。所以四果以上圣人对佛陀灭度的悲伤，比较轻微，他只是感到遗憾，因他内心中已经有一个「家」，他有戒定慧的法宝来摄受他的心。但四果以下的圣人及凡夫就不同，他们大事未办，而且内心的「家」尚未生起，有的还未完成，这时佛陀即将灭度，他们顿失依护，所以内心非常惊怖，尤其生死凡夫更感惊恐。佛陀在离开众生之前安慰弟子们说：「**我在世时，以佛为师，佛灭度后，以法为师。**」虽然佛陀已灭度，但弟子们能遵循佛陀教法，「**展转行之，则是如来法身常住而不灭也。**」也就是说，佛陀虽已灭度，但如果对佛陀日常生活中的开示，能精进修学，就像佛陀在世时一样，大家也可以得到离苦得乐的功德。所以后面的流通分中说：「佛在世

时，以佛为师，佛灭度后，以法为师。」以佛陀的戒定慧法门修学，也就代表佛陀法身常住而不灭。

## 二、《佛垂涅槃略说教诫经》

本经的第二个翻译是《佛垂涅槃略说教诫经》。「垂」是将入未入之时，佛陀在临命终时，将入涅槃而未入涅槃的时候，称为「垂」。「涅槃」是「**离过绝非，不生不灭之义。**」涅槃是相对「生死」而说，它有二层意义：

第一是**离过绝非**：涅槃本身没有烦恼跟罪业，它是大安乐的境界，跟凡夫的生死烦恼不同。佛陀内心昨天的安乐，跟今天、明天没有任何变化，不生不灭，不增也不减。涅槃的安乐境界是不生不灭，它不像凡夫的安乐是不断的刹那刹那流动改变的，若安乐是完全相同的，没有任何变化，不生也不灭，不垢也不净，立为涅槃。涅槃的内涵包括了「离过绝非」及「不生不灭」，这种境界安住这里的涅槃是约小乘的「无余依涅槃」而论。

「略说」是「对平日广说，此为要略。」平常佛陀说法时，时间很充裕，所以很广泛的宣说戒定慧法门，但这时佛陀临灭度间紧迫，所以佛陀只能选择戒定慧中比较扼要的，加以说明，这是略说的第一层意义。此外，「又对大机所见《大般涅槃经》，此为简略故也。」前面是约量的广略，这里是约内涵的浅深来说。大乘根基的人，他所听闻佛陀的教诫是四十卷的《大般涅槃经》，这是比较深入的一部经，小乘根基的人听到的是本经的《佛遗教经》。藕益大师在解释经题时说，本经从当体上来说，是声闻法，但旁通大乘。声闻法对菩萨来说是共学的，声闻法主要是对治三界的见思烦恼，所以对凡夫是比较实际一点，因我们现在经常所起的烦恼都是三界的见思烦恼，所以如果能善加利用声闻法，对我们现前的环境来说特别扼要。

这里对涅槃与生死作一简单的说明：我们这一期生命的死亡，从凡夫来说，生死的依止处是无明，亦即我爱执，这是以自我为中心，所生起的生灭心识，亦称为阿赖耶识。凡夫的死亡，因他内心中有自我意识，所以他积集很多的烦恼与罪业。



在一期生命结束后，他必定召感三界的有漏果报，所以凡夫的生死是不能作主的，「引满能招业力牵」，是由业力所引导。我们一次又一次在生命中起同样的烦恼，造同样的错误，受同样老病死的痛苦，不断的重复我们生命的历史，这就是所谓的生死。佛陀在生死中，他的心安住于涅槃，涅槃的依止处是跟我空、法空相应的清净法身，也就是说，佛陀那念清净明了的心性是没有烦恼跟业力的，所以说是离过罪非。若没有烦恼跟业力，他为何来到人世间呢？他是依止大悲心，所谓的「从本垂迹」，从清净的法身中，依止大悲心，来到人世间陪我们流转，为众生宣说佛法。当死亡来临时，佛陀「摄迹归本」，又回到清净法身，所以在整个过程中，他是清楚分明，完全能自在作主，这跟凡夫是不同的。以上是解释经题，这有《佛遗教经》与《佛垂涅槃略说教诫经》两种的经题。

## 第二科、：经文大意

### 一、总标

夫化制互陈戒定齐举，莫大乎遗教经焉；推征解释开诱行业，莫深于马鸣（天亲）论矣！然则论主发挥遗教，亦犹龙树启明大品欤。彼则融有而即空，此乃扶律以诠定。是故中夜三唱，圆戒珠以严身；上士七科，滋法乳而延命。既而寡尤寡悔，二乘由是而功成；即事即心，三贤于斯而果满。非夫至圣最后垂范者，则安能至于兹乎！

然则论主发挥遗教，亦犹龙树启明大品欤。彼则融有而即空；此乃扶律以诠定。非夫至圣最后垂范者，则安能至于兹乎！夫是故既而化制互陈戒定齐举，莫大乎遗教经焉；

推征解释开诱行业，莫深于马鸣论矣！中夜三唱，圆戒珠以严身；上士七科，滋法乳而延命。寡尤寡悔，二乘由是而功成；即事即心，三贤于斯而果满。

这段总标是藕益大师在《佛遗教经论疏节要》中，注解《佛遗教经》前的一段开示，以说明本经特色。在佛陀一生所说的教法中，讲到化教与制教，「制教」诠

释戒律之学，以摄受我们身口二业，对治身口的罪业；「化教」则诠释定慧之学，调伏我们意业的爱取颠倒。在佛陀一代的教法中，对制教的戒学及化教的定慧之学，都能叙述其事相，张举其义理的，可说没有超过《佛遗教经》的了。也就是说，一般的经典都有所偏重，或偏重戒律，或偏重止观，只有本经是戒定慧三学都完全开展叙述。

在《遗教经》的诸多注解中，若讲到义理的解释，乃至修行方面的开导，则没有超过天亲菩萨《佛遗教经论》的周详了。《佛遗教经论》的作者，古代有二种说法，有说是马鸣菩萨所作，有说是天亲菩萨所作，但现代人偏重认为是天亲菩萨所作，但这二种说法都是存在的。在入正文解释时，无论是科判或义理的发挥，都是根据藕益大师的《佛遗教经解》，而藕益大师的注解，事实上多分参考天亲菩萨的注解，很多地方是类似的，只是藕益大师将它简化扼要。这里莲池大师赞叹天亲菩萨的《佛遗教经论》，认为它能了解佛陀的真实义，把《佛遗教经》的义理完全开显出来。天亲菩萨对《佛遗教经》注解的地位，有如龙树菩萨之解释《大品般若经》，《大品般若经》在历代的注解中，以龙树菩萨的《大智度论》最为权威。天亲菩萨的《佛遗教经论》亦复如是，它也能把佛陀《遗教经》的真实内涵完全表达出来。以上是这二部论的相同处。

「彼则融有而即空，此乃扶律以诠定。」这二部论的不同处，《大智度论》是融会有相的因缘法，入无相的空性，也就是说，《大智度论》所讲的因缘所生法，不论是生死的杂染缘起，或清净涅槃的还灭缘起，都是假借因缘所生，其体性是毕竟空。所以《心经》说：「是故空中无色，无受想行识，无眼耳鼻舌身意。」在空性的观察中，不但凡夫的有漏法是毕竟空，乃至「无苦集灭道，无智亦无得。」圣人所觉悟的四圣谛真理也是毕竟空，都是假借因缘才出现。所以《般若经》的重点偏重在发明无相空性，本经则不同，「此乃扶律以诠定」，本经一方面重视戒律的修持，一方面更强调止观的修学。所以在修学的方法上，有的经典是属于破坏性的，

如「般若经」专门破执，你讲一个东西，它就来破，破到最后就无有少法可得；有的经典则是建设性的，它要你这件事要做，那件事也要做，这是属于有相行。本经属于建设性的经典，建立我们的戒定慧之学。「是故中夜三唱，圆戒珠以严身；上士七科，滋法乳而延命。」所以佛陀临终时的三唱，使我们能戒身具足，经过天亲菩萨七科的说明，使佛法能永远相续存于我们的心中，因佛陀有时讲得很简略，须假借天亲菩萨七科的说明，才能把佛陀的法义转入众生心中，使法身相续不断。

最后总结：「既而寡尤寡悔，二乘由是而功成；即事即心，三贤于斯而果满。」从灭恶角度来说，修学本经能减少身口的过失，「尤」是指口业的过失，「悔」是指身业的过失，所以修习本经能减少身口的过失，而奠定止观的基础。在生善方面，若能把持戒的事相，会归到止观的修行，则能成就三乘的圣果。这样的经典，如果不是佛陀在临命终时，彻底悲心的告诫，怎能发挥如此殊胜的功德呢？我们读本经时，会有一种深刻的感受，我们过去虽也学过戒律与止观，但本经的不同处，在于它特别扼要，譬如持戒，佛陀在本经告诉我们有几个重点要先成就；在灭恶方面，恶法虽有很多，但哪些恶法绝不能触犯，若触犯马上会障道；在生善方面，善法虽也众多，佛陀告诉我们哪些功德一定要先成就，否则将一事无成。所以佛陀在临命终时，对灭恶生善的内涵已没有太多时间广说，只能抓住重点宣说，诸位在读本经时，你将能体会佛陀的彻底悲心他把重要处都标列出来。

## 佛遗教经讲记(二)

净界法师主讲

### 二、别明

前面的总标是引用莲池大师的开示，以下根据天亲菩萨的《佛遗教经论》，说

明本经的大意。天亲菩萨在造论之前也造了一些偈颂，以下是其后半段的偈颂：「为彼诸菩萨，令知方便道。以知彼道故，佛法得久住。灭除凡圣过，成就自他利。」佛陀为什么宣说这部经呢？天亲菩萨说，佛是为大乘菩萨而说。本经的当体虽然是声闻法，它所对治的是三界的见思烦恼，但身为大乘菩萨要共声闻修学本经，因大乘的凡夫位菩萨，他心中也有这种见思的过失。本经使我们在对治见思烦恼时，能正确的了知方便道，这方便道是指戒定慧法门，也就是说，若要契入涅槃，须假借戒定慧作为方便。虽然戒定慧本身不是涅槃，它是一种有为的造作，仍是生灭之法，但假借戒定慧的生灭法，能使我们趋向不生不灭的涅槃，所以戒定慧是趋向涅槃的方便。我们若能如实了知戒定慧的方便道，则有两种的功德：

（一）**灭除凡圣过**：这是成就自利的功德。凡夫跟圣人在修习戒定慧时，凡夫有增益的过失，他会产生有相的执取，因这我相的执取，使戒定慧的功德无法完全开显出来。所以凡夫在持戒修止观时，他在心中产生我相的执取，这我相本来是不存在的，是因凡夫执取而有，故称为增益的过失。小乘的圣人在修习戒定慧时，产生对空性的执取，他内心安住在少事、少业、少希望住，这样就产生方便道，调伏粗重烦恼劝修出世法要劝修方便（无求、知足、远离、不疲倦、不忘念）劝修正行（禅定、智慧）劝修结行（不戏论）调伏五根，调伏意根（对治烦恼）遮止邪业（对治邪业）收摄五根（对治止苦）生减损的过失，本来戒定慧是为成就自利利他，但二乘的圣人因内心安住在少事、少业、少希望住，所以是一种减损的过失。若能如法的修学《佛遗教经》，则能免除凡夫的增益之过，跟圣人的减损之过。本经告诉我们，何种戒定慧的修学才合乎中道，不增也不减，如是才能完全开显戒定慧灭恶生善的功德。

（二）**佛法得久住**：这是成就利他功德。佛法不共外道处，在于它的解脱道，而佛法之有解脱的功德，来自于对生命正确的观照，亦即所谓的正见。如果佛弟子没有戒定慧的正见，只是在表相上修学，这种表相的修学没有观照力的引导，只是

人天的善法，则佛法跟一贯道、基督教没有什么不同，也就是说，一贯道、基督教的教法，能使生死凡夫暂时的生天，如果佛法的修学也只是使人生天而已，则佛法的尊贵处就消失了，因为它没有比外道更加殊胜。所以佛法的可贵处在于它的修学中，都有对生命如实观照的正见，这是佛法之所以成就解脱的主要因素。本经使我们能正确生起修习戒定慧的正见，如是佛法的功德才能代代相传，利益后世众生，所以本经能使解脱道的功德久住。总之，因为知道戒定慧的方便道，成就自利与利他功德，所以佛陀在临命终时必须加以宣说。

什么是方便道呢？这里根据藕益大师的科判，画成讲表来作说明。本经的修学主要有二：

**第一调伏粗重烦恼：**这是以持戒为根本，调伏我们的粗重烦恼。这里偏重在断恶，这是依止六根来断恶，分成二部分：

**（一）调伏五根：**先调伏眼耳鼻舌身前五根，藕益大师对调伏五根又分成二段：

**（1）遮止邪业（对治邪业）：**有些事业在造作后会在内心中产生负面功能，对戒定慧的修学有破坏性，这称为邪业。这些邪恶事业障碍修学圣道，故要遮止避免造作。

**（2）收摄五根（对治止苦）：**很多的烦恼都是起源于放纵五根感官的感受，故要收摄五根。

**（二）调伏意根：**调伏粗重烦恼的第二部分是要调伏意根，这比较重要，因为「心为业主」，对这念心的攀缘烦恼要加以收摄。以上在持戒方面是偏重都摄六根，调伏粗重烦恼。

**二、劝修出世法要：**这是止观双运。出世法要在本经中有三个阶段：

**第一劝修方便：**在正修止观之前，须具足以下五种前方便，否则就不能生起止观。

**（1）无求：**无求即是少欲。既然想要成就出世的功德，对于平常生活资具的欲



望要淡薄些，尽量能少欲。

(2) **知足**：对于已经获得的生活资具感到满足，并知感恩。

(3) **远离**：远离不必要的人事攀缘，若人事因缘太复杂会妨碍止观的修学。

(4) **不疲倦**：这是精进，要有不断的定课，专一相续的修学。

(5) **不忘念**：在佛堂做完功课出来后，对于在功课中所栽培止观的正念，保持不失，经常忆念在止观中所栽培的观照力。

**第二劝修正行**：本经能使佛法久住，灭除凡圣的过失，主要是靠禅定跟智慧，这是正行，经文中会说明如何修习禅定跟智慧。

**第三劝修结行**：当禅定跟智慧的功德生起后，如何能保任不失，这要不戏论，这里的不戏论是指不颠倒，使止观能保任不失。以上是整个经文的修学大纲。藕益大师说本经当体是声闻法，但又旁通大乘。一般的持戒只是遮止邪业，对于不能做的事加以遮止，但它并没有要求我们都摄六根，都摄六根要依止止观，不是靠持戒。但本经在持戒时，止观就现前，也就是说，戒引生止观，止观又反过来帮助持戒，所以这里的止观是相辅相成，这种观念只有在大乘的教法中，才有这样的传承。所以本经所对治的虽是见思烦恼，当体是声闻法，但在实际操作时，却有非常浓厚的大乘精神，因本经在持戒时，它有用止观来都摄六根，在持戒时都有止观的观照力现前，这是本经旁通大乘的理由。

### 第一科、随文释义

○ 入文分三。甲一、序分；甲二、正宗分；甲三、流通分。

甲一、序分

释迦牟尼佛，初转法轮，度阿若憍陈如；最后说法，度须跋陀罗。所应度者，皆已度讫。于娑罗双树间，将入涅槃。是时中夜，寂然无声。为诸弟子，略说法要。

**释义** 藕益大师的注解中说，这段序分主要是赞叹说法者的功德。这分为二，第一段说明生平的功德，第二段说明临终的功德，以下先说明生平的功德。生平功

德又分为自利功德跟他利功德，「释迦牟尼佛」这句话是说明说法者所成就的自受用功德。依南传佛教的记载，释迦牟尼佛大约在二千五百多年前，也就是中国的周昭王时代，出生于印度的迦毗罗卫国，父亲是净饭王，母亲是摩耶夫人。摩耶夫人于蓝毗尼花园的无忧大树下，在散步时生下释迦太子。太子出生后，净饭王请外道长者阿斯陀仙人为太子看相，仙人见太子具足三十二相八十种好，他就说：「太子如果是在家，以他的福德力能统领四天下，成就转轮圣王；如果出家，则能成就无上正等正觉。」父亲净饭王因为个人的私情，希望太子在家继承王位，统领四天下，成就释迦族的霸业。所以太子年轻时，父亲就为他建造了春夏秋冬四种宫殿，供太子享用，目的是希望假借世间的五欲，打消太子出家的念头。五欲的快乐夹杂烦恼跟罪业的过失，这种快乐使人「常者生厌」，所以太子在十九岁时对这五欲的快乐产生厌倦，于是带着随从到宫外观看人群，他在人群中见到三种人，对他产生很大的刺激：第一是老人，原来总有一天人会衰老，头发变白，皮肤起皱纹，身体虚弱。第二，他见到人会生病，疾病造成身体种种的痛苦，当病痛出现时，即使受用种种快乐也没有意义。第三，也是最可怕的，他见到人最后会死亡，死亡来临时，所有的安乐全部消灭。这时太子见到人必定经过老病死三个阶段，他内心产生惊怖，感到世间的快乐是如此的脆弱，如此的无常败坏，所以太子就在十九岁时，放弃王位，出家修道。太子出家修学，有三个阶段值得加以说明：

（一）五年的参学：当时印度是宗教哲学思想非常昌盛的国家，他当初参访的外道主要是冥想外道，这是使人内心保持无想，以无想为解脱的根源。太子跟随冥想外道修习无想，成就了种种的禅定。后来他自己觉悟，若只是让内心保持无分别住的无想，这种境界只是「如石压草」，不能真实消灭老病死痛苦的根源，这种禅定不是解脱之道。

（二）苦行林的修学：第二阶段他走入苦行林，开始修学六年的苦行，他想假借身体的苦行，以消灭烦恼与罪业。在六年的苦行中，每天日食一麻一麦，经过六年

的苦行修学后，太子如是思惟：众生在五欲中有过多的享受，这是障碍圣道，但过度的苦行，身体虚弱以致不能专注，这样子也障碍圣道，只有中庸才是随顺圣道。所以参学五年的禅定，乃至六年的苦行后，他知道禅定跟苦行都不是解脱的因缘。于是他离开了苦行林，接受牧牛女供养由牛奶与粥煮成的乳粥，太子吃下乳粥后，精神饱满，进入他生命中最重要阶段，走入菩提树下静坐。

（三）静坐成佛：太子在十二月初八的晚上，夜睹明星，豁然开悟，通达生命的真实相，生起了无漏智慧，成就了所谓的「释迦牟尼佛」。以上说明佛陀的自利功德。

以下说明佛陀的利他功德。佛陀成道后，最初在鹿野苑三转四谛法门，度五比丘中的阿若憍陈如。当初太子决定出家，净饭王因爱护儿子，就在释迦族中挑选五位年轻人，陪伴太子修学。当太子修学苦行时，有几位陪伴者受不了苦行而离开，其它剩下的几位陪伴者，当他们见到佛陀接受牧牛女的供养，放弃苦行后，他们也离开了太子。等到佛陀成道，佛陀就到鹿野苑找寻当初陪伴他修行的这五个人，所找到的第一人就是阿若憍陈如，当时他继续在修习苦行，佛陀就为他三转四谛法门。刚开始佛陀为他示相转，告诉他修行不只是修苦行，而是要知道生命有二种因缘：

（一）苦集的因缘。

（二）灭道的因缘。生命有痛苦，痛苦的来源是因内心有烦恼跟罪业，这跟色身没有关系，所以修苦行用种种方法来折磨色身，不能解决生命的痛苦，有如牛车不走，就算你打坏牛车，也并不能解决问题，因那是牛有问题。佛陀说三界流转的因缘是「苦集」；生命光明的因缘在于「灭道」，解脱生命流转的因缘是涅槃，这是寂静永恒不可破坏的安乐，若想得到涅槃的安乐须修戒定慧之道。佛陀为五比丘的阿若憍陈如指出生命的二种相貌：「苦集」的流转门及「灭道」的还灭门，生命有这两种选择，以上是示相转。

其次，佛陀对阿若憍陈如劝修转，这是「知苦、断集、慕灭、修道。」要知道

「苦」的相貌，对「集」要断除，对涅槃要生起欣慕之心，对「道」要如实修行。佛陀第二次转四谛法门是劝修转，想要解脱痛苦，须做四件事：「**知苦、断集、慕灭、修道。**」

第三次是作证转，佛陀以自己的修行经验做为阿若憍陈如的榜样，佛说：「**此是苦，我已知；此是集，我已断；此是灭，我已证；此是道，我已修。**」佛陀所宣说「苦集灭道」的道理，不只是一种理论，这是可成就的真实功德，不是天方夜谭的假想理论。

龙树菩萨的《大智度论》讲到转法轮时，说明佛陀在成道后要修百劫以成就三十二相，这是为取信于众生，也就是说，佛陀必须具足三十二相的威神力，使佛陀所宣说的法，众生都会信服。佛法的道理常跟众生颠倒思想冲突，则如何取信于众生呢？刚开始要靠佛陀三十二相八十种好的威神力来摄受众生，所以佛陀在现出三十二相后，说这四圣谛的道理是可以修成的。阿若憍陈如如是思惟四圣谛，他就证得阿罗汉果，这是最初僧宝的出现。佛陀次第在苦行林寻找其它四位年轻人，后来他们也都次第证阿罗汉果，这是佛陀最初的僧团。

佛陀最后临灭度在涅槃会上度化须跋陀罗。他本来是修习禅定的外道，已一百二十岁，有一天从禅定出来，听闻佛陀即将灭度，因他过去世有善根，他在一百二十岁的高龄才产生惊怖，所以赶快去面见佛陀。侍者阿难尊者遮止须跋陀罗，说佛陀身体不舒服，不准有人再进去见佛，佛陀天耳遥闻，知到须跋陀罗跟他有因缘，招呼阿难尊者让他进来，佛陀为他宣说**八正道**的道理，当时他就证初果，佛又为他讲**四圣谛**，他也证得四果，须跋陀罗就在佛陀面前先灭度。

以上说明佛陀说法功德的最初跟最后情况，中间的情形则是「**所应度者，皆已度讫。**」这是赞叹佛陀后得智的观机逗教，皆没有错谬，也就是说，众生的善根什么时候成熟，佛陀的观察皆没有任何差错。譬如说，你修止观的内在善根在今天成熟，佛陀绝不会等到明天才度化你，所以你什么时候善根成熟，佛陀就什么时候出

现，说法使你成就解脱。所以佛陀一生成化众生，「所应度者，皆已度讫。」佛陀的后得智没有任何差错，众生之所以没有被度化，是因其善根尚未成熟。以上是赞叹佛陀生平的功德。

以下说明佛陀临灭度时，他也是表现自利利他的功德，先说明佛陀的自受用功德。佛陀临灭度时是在娑罗树下，娑罗树坚固高大有三十二尺高，这娑罗树二棵连在一起，称为双树，上枝相合，下根相连，这表示佛陀所觉悟的真理是不常也不断：佛陀对生命的观察，生命的相貌是不断灭的，因果丝毫不爽，有相的因缘只要有造因，因地的业力就不会消失，因地就有召感果报的功能，这是说明生命不断灭的道理；不常是指虽然不断灭，但业果召感的本身是刹那生灭，变化无常，从本性上来说，体性是空寂的。以上表示佛陀对生命的观察是不常亦不断，非空亦非有的中道实相。所以佛陀将入涅槃时，他那念清净明了的心性是安住在中道实相的真理中。

「是时中夜，寂然无声。」藕益大师解释无声为「言语道断，」内心中没有任何的名言；寂然是指「心行处灭」，内心没有分别的戏论。这「寂然无声」是形容佛陀临灭度时，他内心安住在「言语道断，心行处灭」的寂然无声状态，他心中是离开一切名言及一切的分别，而安住在不常又不断的中道实相。以上是赞叹佛陀临灭度时的自受用功德。

佛陀临终时的他受用功德一「为诸弟子，略说法要。」这时佛陀知道他一生的教化即将结束，所以需要在临灭度时的关键时刻，把一生所宣说的戒定慧法门，做一扼要的总结，让弟子们知道如何正确修学戒定慧，所以略说法要。以上是赞叹佛陀的大悲心，他不但自己安住在寂然无声的中道实相中，同时又能从空出假，「为诸弟子，略说法要。」这是赞叹佛陀的临终功德。藕益大师对经文序分的注解，他说在正式宣说《遗教经》之前，先赞叹说法者的功德。说法者的功德可从二方面来说：

（一）以法为师：释迦牟尼佛为何能成佛？主要原因是以法为师，他不是靠禅



定也不是靠苦行，他是依止佛法的熏习，在菩提树下，夜睹明星，豁然开悟，成就自利功德。

（二）**以法师人**：佛陀「以法为师」得到自利后，接着「以法师人」。佛陀一生中没有什么慈善事业，他就是宣说佛法，广度众生。

我自己读「遗教经」，读到「**于娑罗双树间，将入涅槃。是时中夜，寂然无声。**」我对这句话很感动，一个人临命终时保持「寂然无声」，这是什么境界呢？我们一生的修行，临终一关最为要紧，所谓「养兵千日，用在一朝。」佛陀在临灭度时，色身败坏，弟子们哭泣着，这时佛陀内心的观照力现前，他能不随境转，这是一个重点。当然佛陀是示现告诉我们，不论一生中做了多大的事业，摄受多么多的眷属，盖了多少庙，这些有为法都是其次，临命终时是否过得了关，关键点在于「**寂然无声**」，内心是否能真实放下因缘，向内安住，这才是重点，修净土者更是如此。

藕益大师说：「**得生与否，全由信愿之有无。**」自己一生中持多少佛号，这倒是其次，往生的关键，在于临终时是否能「**心不贪恋，意不颠倒，正念分明。**」首先自己内心相信阿弥陀佛的功德，绝对有能力救拔你；其次，你真实「**厌离娑婆，欣求极乐**」，一心一意等待弥陀的现前，然后安住在现前佛号上，这才是关键。如果平时虽念一万、二万声佛号，临命终时却起颠倒，东罣碍西罣碍，则这人决不可能往生，因颠倒错乱现前，没有安住在内心的正见与正念中。所以临命终时要注意，你这时「**云何安住，云何降伏其心？**」自己要安住在真理上，不能向外安住，若向外安住，「**瞥尔情生，三界枷锁，万劫缠绕。**」一个人临命终时的失败，就是一生修行的失败，则要从头再来努力几十年。平时的挫折，可能拜个忏，忏悔几天就走过去了，但临命终时的失败，却要付出另一期生命的代价，这有多可怕。为什么临命终时会错乱呢？世间上的事情有它的等流性，有它的前因后果，藕益大师说，没有平时的正念，绝无临终时的正念，若平时就很少在真理上安住，很少生起观照，则临终时就无法生起观照力。今生虽修习持戒修福的善业，来生就在三界得有漏果

报，如此而已。所以这段经文：「于娑罗双树间，将入涅槃。是时中夜，寂然无声。」这是非常重要。佛陀一生中虽也做了很多事业，如「初转法轮，度阿若憍陈如；最后说法，度须跋陀罗。所应度者，皆已度讫。」佛陀做了这么多事业，而在临终时，佛陀是以什么心态来面对灭度呢？「是时中夜，寂然无声。」这段经文就是告诉我们要这样的修行。

## 佛遗教经讲记(三)

### 净界法师主讲

和尚尼慈悲，诸位法师、诸位居士，阿弥陀佛！好，请放掌。

#### 甲二、正宗分

前面序分是赞叹释迦牟尼佛，从最初的出生、出家、成道，乃至转法轮、入涅槃，把佛陀一生所成就自利与利他的功德，作一简略说明，这是赞叹说法主的功德。以下的正宗分正式说明佛陀的遗教，在正式解释佛陀遗教之前，先说明修学佛法的内涵中，最为基础也是最为重要的两个法门：

（一）深信业果：身为佛弟子，首先对于生命果报应该生起信心。一般人总是觉得生命果报只是一种偶然，整个生命就只有今生，没有过去生命，也没有未来生命。这种只有今生的生命观，引生了「及时行乐」的思考模式，对来生生命没有任何目标与期待，所以他自然不会断恶修善，完全凭着自己感觉来做事，这是颠倒的凡夫心。我们对生命果报体相信「恒转如暴流」，生命是一个没有穷尽的水流，它有过去、今生，及来生的生命，这无量无边的水流在三界六道流转中，由自己身口意的业力，决定成就安乐果报，或成就痛苦果报。若创造善业，来生召感安乐果报，若造罪业，来生则召感痛苦果报，所谓「万般皆是业，半点不由人。」果报是由业力所创造，这是初学佛法时的深信业果。从深信业果中，思惟无量劫来在三界的流

转中，我们的生命累积了很多生死的业力，所以我们是业力凡夫，凭靠自己的力量并没有出离三界的因缘。其次，我们相信三宝有大威德力，它决定能救拔我们，所以从业果的思惟，带动我们真实皈依三宝，祈求三宝的救护。

（二）**皈依三宝**：皈依三宝在修学内涵上，有两种的不同：

（1）佛在世时：佛在世时，佛陀心中有**根本智**及**后得智**，佛陀我空法空的根本智，使佛陀安住在寂静安乐的涅槃中，这是自受用功德；佛陀的后得智能观察众生根机，开示众生适当的教法。所以佛在世时，皈依三宝是「**以佛为师**」，只要我们亲近佛陀，他就知道我们的根机适合修学何种法门，若遇到障碍，佛陀也知道如何引导我们解脱障碍，所以在三皈依中，佛在世时是以佛为师。

（2）佛灭度后：当佛陀入灭后，佛陀的色身已不存在，我们再也不能听闻佛陀的法音，这时的皈依三宝是「**以法为师**」，佛陀一生中所宣说的教理，经过弟子们结集而辗转流通于后世的戒定慧法门，就变成我们在像法与末法时代的皈依处。所以在佛陀将灭度，众生变成要「以法为师」，佛陀就必须在无量的戒定慧法门中，作一简单扼要的开示，标出重要处，使弟子们修行有标准，这是正宗分的佛陀遗教。

藕益大师对正宗分分成二科：乙一、**明共世间法要**。乙二、**明不共世间法要**。首先要修共世间法要，所谓「共世间」是指共于世间君子所修的人天善法，这是依止持戒修福而成就人天安乐果报。其次，「**不共世间法要**」是世间法或外道所没有，只有佛法才有宣说，修此「不共世间法要」能成就出世的解脱功德，这是透过修学禅定与智慧而成就永恒的解脱。在共世间的人天善法中分成三科：丙一、**对治邪业法要**。丙二、**对治止苦法要**。丙三、**对治灭烦恼法要**。

先看丙一、对治邪业法要，邪业是指邪恶的业行，邪业会障碍修学圣道。对治邪业法要是指持戒，透过持戒以对治邪业。持戒又分成四科：丁一、**明根本清净戒**。丁二、**明方便远离清净戒**。丁三、**明戒能生诸功德**。丁四、**说劝修戒利益**。以下先看第一科明根本清净戒。

## 丁一、明根本清净戒

汝等比丘，于我灭后，当尊重珍敬「波罗提木叉」。如闇遇明，贫人得宝。当知此则是汝等大师，若我住世，无异此也。

**消文** 佛陀在灭度之前先讲根本清净戒，**根本清净戒有四条戒：不杀、不盗、不淫、不妄**。佛陀在宣说所依止法门之前，招呼了「汝等比丘」，在后面的经文也处处谈到「汝等比丘」，藕益大师说这有三层意义：

（一）**示远离相**：比丘是出世的声闻众，他有远离世间杂染相的功能，所以「汝等比丘」表示这是声闻众所修学的当体法门，声闻众是当机众。

（二）**示摩诃衍方便道**：摩诃衍就是大乘，佛陀讲「汝等比丘」，这也等于要求所有菩萨应该共同修学，因声闻法是大乘菩萨的前方便，菩萨若没有声闻法的自利作为基础，自然也没有清净的菩萨道，所以佛陀讲「汝等比丘」，这也表示是大乘佛法的前方便。

（三）**示四众之首**：佛陀的出家二众与在家二众的四众弟子中，比丘是四众之首，所以举其首以该四众，也就是说，即使你是人天乘的根机也应修学，因比丘是四众之首。

所以从义理上来说，佛陀招呼「汝等比丘」，以下经文所摄受的当体虽是声闻众，但它旁通菩萨众与人天众的根机，这表示五乘根机的众生都必须修学此佛陀的遗教。

「**当尊重珍敬波罗提木叉**」：「波罗提木叉」是「别别解脱」，佛陀所制定的戒法，包括在家的五戒、八戒，乃至出家的比丘戒、比丘尼戒，如果能奉持这些戒法一分，就能得到一分的解脱，奉持十分，就能得到十分的解脱，故称为「**别别解脱**」。藕益大师说，佛陀要我们尊重珍敬戒法，这有一层涵义：佛陀有二身，一者色身，二者法身。佛在世时，弟子依止佛陀色身，跟佛陀同住，听闻佛陀的教诲以灭恶生善。但佛陀的色身也有生老病死，它是一种生灭之法，色身有生也就有灭，

我们无法长久依止，只能暂时依止。现在佛陀即将灭度，他不要我们依止他的色身，而应依止佛陀的法身而住，佛的法身是无漏的**戒身、定身、慧身、解脱身、解脱知见身等五分法身**。譬如《阿含经》讲到舍利弗尊者即将灭度，阿难尊者非常悲痛，无法接受舍利弗尊者要入灭的事实，佛陀就找来阿难尊者说：「舍利弗的色身要灭度，他内心的戒身、定身、慧身是否有入灭？」阿难尊者答说：「否也，世尊。」这是说，身为佛弟子，佛陀是我们的皈依境，但佛陀的色身也有生老病死，所以弟子们面临佛陀的灭度非常悲痛，感到顿失依护。佛陀安慰弟子们，在佛陀灭度后，应依止他的法身而住，这法身包括戒定慧，这里先解释依止戒身而住。应该如何依止**戒身**而住呢？佛陀讲出两个方法：

（一）**尊重**：灵芝律师对这段经文解释说：「**保持不失，谓之尊重。**」既然依戒法而安住，首先要不断的忆念戒体。我们曾经在三宝面前发愿：「**誓断一切恶，誓修一切善，誓度一切众生。**」许下修学佛法的目标之后，这时应不断的忆念，自己已不是过去的我，过去的我已全部死亡，现在是新生命的开始，自己已受戒法，内心许下誓愿断恶、修善、度众生，怎能起邪恶念头做错误行为呢？

（二）**珍敬**：灵芝律师说：「**谨慎不慢，谓之珍敬。**」对外在身口二业的行为，应谨慎护持戒行，不要对戒法生起轻慢之心，这是珍敬戒法。

佛陀在灭度之前告诉弟子们，应当尊重与珍敬佛陀所制定的戒法。为什么要如是依止戒法而住呢？佛陀接着说明依止戒法而住的功德：「**如闇遇明，贫人得宝。**」弟子们虽面临佛陀色身的灭度，如果能如法的尊重珍敬戒法，我们的生命会有两种功德：

（1）**如闇遇明**：「闇」是指过去生中我们所累积的烦恼跟罪业，这譬喻为黑暗；戒法就像黑暗中的光明，若能尊重珍敬戒法，就能破除心中所累积的烦恼跟罪业，有这种破恶的功能，如法的持戒能灭除罪障。

（2）**贫人得宝**：贫人是指无量劫中，我们内心没有佛法的善根，缺乏佛法的「信、



进、念、定、慧」的善根。如果能如法持戒，就能增长我们对三宝的信心，乃至于有精进心、智慧心等，所以持戒有生善的功能。

所以佛陀说：「当知此则是汝等大师，若我住世，无异此也。」佛陀所制定的戒法，有如我们殊胜的导师。如果我们生长于佛在世时，跟佛陀同住，他所能给我们的功能也是灭恶生善。即使佛陀已不在世，若尊重珍敬佛陀的戒法，我们也能产生灭恶生善的功能，所以如果能如法持戒，就跟佛陀同住无异，故说「若我住世，无异此也。」这是佛陀在临命终时的第一个交代，要我们善加受持四众戒法，以产生灭恶生善的功能。

**释义**《楞严经》也非常强调四众戒法，说四众戒法三世诸佛的四种「清净明诲」。《楞严经》说，积集善业有二种功德：

（一）召感有漏的福报。

（二）成就清净的功德。而清净功德生起的关键，就以四众戒法作为判定标准，所以说是**四种清净明诲**。《楞严经》以杀生为例，譬如你虽造善业，广泛的修布施、忍辱、精进、禅定等，这些善业很强，但你杀心也很重，来生会因善业的关系而堕落神道，如果福报大者为鬼王，福报小者为鬼兵鬼将等。中国历史上有些民族英雄或革命烈士，他们也是积集很大的善业，为公为众，但杀业重则很可能堕为鬼王的境界，因这四种清净明诲是判定成就尊贵果报或卑贱果报的标准，所以若积集善业却又广造杀业，容易堕为神道。其次，若积集善业却犯偷盗，则容易堕为邪道，邪道是山精鬼怪，他们白天不敢现身，晚上才敢出来做些偷鸡摸狗的事情，偷盗的业力有这样的果报。第三邪淫，邪淫的业力容易召感魔道，如今生善业强，则来生做为魔王，善业弱则为魔民与魔女，所以淫业是召感魔眷属的因缘。第四妄语，妄语是邪曲之心，这使所修的善法都不能成就。以上**四种清净明诲**是三世诸佛讲到因果报时，它是清净果报或杂染果报的判定标准。所以佛陀在临灭度时教诲说，修行人的首要之务是护持四众戒法以灭恶生善。

## 丁二、明方便远离清净戒

依本经的解释，持戒的功德有二：

（一）成就功德。

（二）成就**安稳**。如果违犯根本戒法，则失去清净的功德，即使修种种布施、放生的善业，若违犯四众罪法，善业不能成就尊贵身，只能在卑贱身或畜生道享受福报，所以四众戒法影响了我们功德是否能成就。以下「方便远离清净戒」是遮戒，若违犯以下的戒法，功德虽仍存在，但会受折损而变得不安稳。所以前一科的根本清净戒影响了功德的有无，以下这一科影响功德的安稳性。

**持净戒者，不得贩卖贸易，安置田宅，畜养人民、奴婢、畜生，一切种植，及诸财宝。皆当远离，如避火坑。不得斩伐草木，垦土掘地。**

**消文** 藕益大师对方便远离清净戒的注解有三科，这一科是说明**远离凡夫的增过**，凡夫在以下的十一件事，容易增长过失，故要远离。

（一）**不得贩**：贩是方便求利，这是买贱卖贵，以低价买进，等高价卖出，这称为贩，这是假借买卖，求取利养。

（二）**不得卖**：卖是现前求利，这跟方便求利有何差别？贩是刚开始就有卖出的动机，把买卖当做职业。而「卖」在买时并没有想要卖出，但后来不需要了，就以高价卖出，这就形成卖，它是以现前因缘成就利养。

（三）**不得贸易**：贩卖都是与金钱有关，都透过金钱的媒介。贸易则没有经由金钱，而是以物易物，以自己之物交换别人之物，由以物易物中获得价差，这也是求取利养。

以上三种贩、卖、贸易，容易增长我们的贪欲烦恼。依戒律的涵义，贩、卖、贸易这三件事可从二方面来说：

（1）如果出家众跟出家众间是可以以物易物，但不能有投机的价差，当初是什么价钱就以这个价钱跟对方交换。

(2) 出家众跟居士当中，不能有任何的贩卖贸易。如果僧团有种植水果或其它东西要卖，应该透过居士作为代表，不能直接由出家众跟居士做贩卖贸易，只能开缘由居士跟居士做贩卖贸易。

(四) **不得安置田宅**：安置田宅是广泛购买田地屋宅，这有求多安稳的过失。求多安稳为什么是一种过失呢？依佛法之意，出家众对三界果报的心情是「**观三界如牢狱，视生死如冤家。**」对三界果报要有无常、痛苦的感受，如是而启发精进追求圣道、精进皈依三宝的决心。如果广泛安置田宅，则出离三界之心就松懈了，而出离心是整个修行的动力，所以如果松懈了出离心，即使广泛的拜忏、念佛，这些善业变成没有方向，所以广泛的安置田宅，容易对三界果报产生执取，则临命终时，很可能对正念造成罣碍，所以佛陀劝我们不要安置田宅，当然如果是为了三宝的因缘是可以开缘的。

(五) **不得畜养人民**：这「人民」是指外眷属，内眷属是徒弟，对徒弟要以法以食教育他。外眷属是指不是佛教徒的工作者，他可能是水电工或土木工等，他本身不是佛教徒，而他的身口意有过失，既然不是同修梵行是不能共住的，他的行为会染污整个清净的僧团，所以佛陀要我们不能畜养人民，有事情请他来工作，工作完毕就请他回去。

(六) **不得畜养奴婢**：前面的人民是工作者，这里的奴婢是侍奉生活起居的仆从。出家众不能请印度尼西亚佣、菲律宾女佣等，为什么呢？因这有增长高慢心的过失。如果请奴婢为我们做事，时间久后，内心总觉得高人一等，这高人一等的心，会障碍修学佛法的进步，所谓「**我慢山高，法水不入。**」有高慢就很难听从别人的劝谏，听不进别人的劝谏则很容易栽跟头，所以不能畜养奴婢。

(七) **不得畜养畜生**：藕益大师解释畜养畜生有二：

(1) 求利养而畜养畜生，如养鸡养鸭而贩卖，这容易造成杀生的助缘。

(2) 不能畜养像猫、狗的畜生，因猫、狗会追杀老鼠等弱小动物，畜养牠们也可能造成杀生的因缘，所以要避免。

(八) **不得一切种植**：一切种植包括种菜、水果、树等，因这有多诸杂务的过失。人的精神体力有限，若将精神体力用在种植上，精神体力耗尽，修止观时就会打瞌睡，所以多诸杂务障碍修学圣道。

(九) **不得集诸财宝**：积集财宝会造成悭贪心。理论上，一个人财富愈多，就愈慷慨愈肯布施，但事实上刚好相反，财富累积愈多，会愈悭贪。有十万元时，目标就锁定一百万，等到有一百万时，就拟定目标为一千万，为什么这样呢？因贪欲是不可能满足的，欲望愈受刺激，它愈广大。佛陀的智慧告诉我们，多余的钱财要赶快布施出去。当然若为弘扬三宝的因缘而蓄存财宝，这是可以开缘，若为个人积蓄钱财则很容易造成悭贪心。

(十) **皆当远离**：对于前面九条的过失，自己心中没有生起想要远离之心，不把它当作火坑来避免，虽然自己没有造作，但内心不想远离，这是不觉悟的过失，也就是愚痴的过失。

(十一) **不得斩伐草木，垦土掘地**：为什么不能砍伐草木呢？这有两层意义：

(1) 草木多数是畜生所依止的处所，很多畜生依止草木而住，故在砍伐的过程中，很容易伤害其身体，这有杀生害命的过失。

(2) 高大过人头的树木，都是鬼神所依止的处所，称为鬼神村，若破坏其处所，他们容易起瞋心，所以在律上说，若要砍伐高大树木，先要跟鬼神沟通，烧香告诉他们，今天这里有三宝的因缘，请他们搬离此处，一星期后的某天要砍掉这棵树，希望他们慈悲成就三宝的功德。在这一星期中，如果有出现异象，如他们托梦不想搬离，因有些鬼神很执着，他觉得住这里很好不想搬离。当有异相出现时，就不能砍伐这些树木，而要等待因缘。如果一星期没有出现异象，表示他们同意你的看法。除了草木不可砍伐，土地也不可垦掘，因土地里有很多的畜生，如蚯蚓及蚂蚁等，

牠们都依止土地而住，如果我们垦土掘地，会伤害牠们的生命。所以斩伐草木，垦土掘地有伤生害命的过失，戒律上是禁止的。

**释义** 以上十一条戒法都是远离凡夫的增过，古德总结以上十一种情况有三种过失：

（一）增长烦恼：造作贩卖贸易，安置田宅，很容易引生贪、瞋烦恼。

（二）妨碍修道：在这十一种情况中，种种造作会耗损很多的精神体力，对修道会产生分心与障碍。

（三）乖违威仪：出家众与人做买卖，乃至种种的种植、砍草掘地，这些乖违威仪的事情，很容易被人讥嫌，造成众生对三宝退失信心。因有以上三种过失，所以佛陀在临灭度前，要修行人避免造作以上十一条的事情。

## 佛遗教经讲记(四)

### 净界法师主讲

方便远离清净戒共有三科的经文，前面的一科是远离凡夫的增过，有十一条戒法要护持。以下看第二科：

**合和汤药，占相吉凶，仰观星宿，推步盈虚，历数算计，皆所不应。**

**消文** 这一科是**远离外道的损智**，佛弟子若做以下这五种事情，很容易折损清净的智慧，故应避免造作。

（一）合和汤药：这是透过炼丹制药来为人治病。

（二）占相吉凶：「占」是占卜，如文王八卦或米卦等，从卦象中看出一个人的吉凶祸福。「相」是看相，看一个人五官的长相，来判定吉凶祸福。以上的占相吉凶也就是所谓的为人算命。

（三）仰观星宿：透过观察夜晚星宿的变化，推测人世间因缘的变化，这是以星



宿的变化来判定人事因缘的变迁，称为仰观星宿。

（四）推步盈虚：前面「仰观星宿」是以眼睛观察星宿的变化，这「推步盈虚」则是由仪器推测星宿的变化，以判断人事的吉凶祸福。

（五）历数算计：由计算天干地支、生辰八字等阴阳数字，推算出一生的吉凶祸福，如紫微斗数、四柱等的算命，「皆所不应」，皆不该从事这些事。

**释义** 藕益大师总结前面五条戒，说这是「邪心求利，不达正因缘法。」对因缘观还未坚固之前，若经常做这五件事，则容易生起颠倒的智慧。我在未出家前，也曾亲近一些外道的大修行者，后来我发觉这有问题，外道虽也强调断恶修善，但他们的断恶修善并没有判定标准，如这件事是否该做，他们就卜卦问神明，神明说可以做，他们就去做，神明说不可做，就不去做。如此久后，自己的这念心完全没有判断能力，也就是说，什么事情该做或不该做，自己的明了心完全要诉诸于外在的卜卦、神明的指示，否则自己不敢下决定。我发觉一个人待在外道久后，内心会丧失判断能力。佛法的八正道中，第一个就是正见，一个人一定先要有正见智慧，才能行善法，先要知道什么是功德相、过失相，由正见才产生正思惟，也才产生正确的身口意。若对佛法因缘观的真理没有胜解前，就做前面的五件事，则你的心容易心外求法，时间久后，对吉凶祸福的因缘，这件事为什么是功德相或过失相，你完全不能了知。我有位师兄弟，他闭关好多年，后来他就不看教理，一路在行门上用功，后来他出了一些问题，请我帮他处理。他说他现在什么事都请示观世音菩萨，听他讲的意涵，我认为那不是观世音菩萨，因他甚至今天中午要吃几碗饭，也要请示菩萨。我对他说，你这样内心已没有智慧，犹如行尸走肉一般。佛法的六波罗蜜中，最尊贵的是般若波罗蜜，这犹如人的眼睛。修行要目足双运，所有的修行是依止智慧的引导而成就解脱，如果甚至中午要吃几碗饭，自己都无法判断，则怎么能知道什么是生死的因缘？什么是涅槃的因缘呢？临命终时什么该放下，什么该追求，则更不可能了知了。所以前面的五件事虽是摄受众生的方便，但佛陀提醒我们，做

这些事情会折损我们的智慧，自己要小心。

我曾读过一本古书，书中说：山上有一大户人家，有众多眷属住在一起，这家人的长者往生，于是请山下一位有名的地理师来看风水地理。这地理师从山下走到山上，非常辛苦疲惫，这户人家就准备热开水给他解渴，而且在开水上面洒了一层粗糠。这地理师喝开水时起烦恼，他认为这户人家请他喝水没诚意，竟在上面洒粗糠。这样的一念生起瞋心，他就把最坏的凶宅地理介绍给他们，说祖先若埋葬此处，家族会兴盛，这地理师是想报复。过了几年，他想到这件事感到非常后悔，别人只是在开水上洒了一些粗糠，自己怎么就做出如此大的报复呢？于是他又去找寻这户人家，看看他们是否凶多吉少。结果他发现这户人家的家宅，非但没有凶多吉少，还更加繁荣，房子盖的更大。这户人家看到地理师来访，表示非常感激。地理师问说，当时他从山下走到山上，为什么请他喝的开水上面会洒一层粗糠？他们答说：「你从山下走上来，怕你口渴，喝水太急，热开水会烫伤喉咙，洒一点粗糠，你会吹开它，喝水就比较慢一点。」地理师于是说：「**一念善心，转凶宅为吉宅。**」

我们虽同意世间的因缘法，有阴阳五行的吉凶祸福，但从因缘上的观察，心是根本，讲因缘时若不讲心则不是佛弟子。若只是观察外在的因缘，心只是次要的角色，则你跟外道就相同了。佛法认为一切的因缘中，心是主要的因缘，外在因素是其次。若这样，是否还需要看地理风水呢？我个人做出一个结论：如果内心对业果的道理深信不疑，内心完全安住于真理，不把外境的因缘变化当作一回事，自己永远相信，善业召感安乐果报，罪业召感痛苦果报，对这真理深信不疑，那么不用看地理，你的心能转境。如果对真理的信心跟理解有所动摇，心多少还会攀缘外在的境界，则也不妨看一下地理，因你的心对它有所著，它就会对你产生影响。所以若心一半安住在真理，一半安住在外境，则这部分对你就会有影响。菩萨戒在讲到摄众生戒也有这观念，若菩萨已通达诸法实相的道理，对真理深信不疑，永远相信，心若安住在善法，一定召感安乐果报，若安住恶法，则召感痛苦果报。若自己对生

命缘起的真理，已深信不疑，则可以花三分之一的的时间学地理风水算命，为什么呢？因有些众生若对他讲真理，他不会相信，先以这种方便，「先以欲勾牵，后令入佛智。」你为他算命，他对你有信心，再为他讲道理。但这里《遗教经》的涵义，从自利的角度上，这些占相吉凶的事情，对初学佛法者而言，能够不接触就尽量不接触，因学了这些占相之术，对生命的因缘就会把它寄托在外境上，这对建立佛法的正见智慧会有所折损，所以经文上说：「皆所不应。」

前面是**远离凡夫的增过及远离外道的损智**，这是灭恶；以下是生善的安住清净戒法。安住清净戒法又分为：（一）身业的安住戒法。（二）口业的安住戒法。（三）意业的安住戒法。先看身业的安住戒法。

**节身时食，清净自活。不得参预世事，通致使命。**

**消文** 身业的安住有五条戒法要奉持：

（一）**节身**：节身是节制自身的行为，避免放逸他求，不能想要做什么就去做，要有所节制，以避免「他求」。佛法认为追求内心戒定慧的增长是「自求」，这是向内的追求；向外攀缘则是「他求」。自己应该判断，今天出去是为了放逸他求，或是为成就功德，对身体的行动要加以反省，有所克制，要节制自身的行为。

（二）**时食**：这是饮食的克制。「时」是指从早上到中午的时间，「时食」等于过午不食，这有二层意义：（1）减少欲望：晚上饭食容易增长贪欲。（2）色身健康：过午不食使饮食能完全消化而有助健康。

（三）**清净自活**：佛弟子不要攀缘权贵信众，若攀缘有权力福报的信众，容易产生贪求之心。有些东西本来不需要，但因攀缘权贵就容易得到，这增长自己的起心动念，增长贪欲烦恼的活动，所以佛陀要求清净自活。

（四）**不得参预世事**：出家众特别要避免参预世事，不要参加政治活动，不能做官，也不能参选立法委员。政治活动最后都是盲目的，信者恒信，不信者恒不信。若参加政治活动，起初可能很客观，但时间久了以后，自己就颠倒了，凡是同党的

人所做的一切都是对的，不同党的人所做的一切都是错的，所以参加政治活动的结果，就会跟某类众生产生对立，如此一方面破坏了内心的大慈悲心，一方面容易产生对佛教负面的情况。中国历史上有四次毁灭佛教的悲剧，这四次中有好几次都是因为出家众参加政治活动，最后引起皇帝的瞋心而全面毁灭佛教。参加政治活动会使佛教跟某类众生产生对立，所以一位宗教师应该立场超然，决不可以政治中公开表态，因这样会对佛教产生很大的负面影响。

（五）**不得通致使命**：这是做甲乙两方的使者来密通消息。自己本来是修行者，因做这种卑贱工作而轻贱自身。以上五件事是佛陀要我们的色身如法安住戒法。古德解释这五条戒法，前面的三条戒法：节身、时食、清净自活等，须有所节制，换句话说，色身的行动、饮食及结交信众等，虽不能完全避免，但要有所节制。但参与世事及通致使命，古德认为此二事要完全避免。以上是身业的安住，以下是口业的安住戒法。

**咒术仙药，结好贵人，亲厚媠慢，皆不应作。**

消文 口业安住的主题有二：

（一）**不得依邪法语而住**：这有两个内涵，首先是咒术，咒术即是巫术，这是透过持咒招引鬼神来替自己做事情，这样容易恼害众生，横结恶缘，这是邪法语，所以我们不能以嘴宣说咒术。其次是仙药，这是宣说某种药物能使人长生不老，乃至成就种种神通，及有种种怪力乱神之作用，这是口业的妄语。以上咒术及赞叹仙药功德皆是邪法语。

（二）**不得依邪人语而住**：邪人是指「**结好贵人，亲厚媠慢**」。贵人是掌握权力之人，若出家众结交贵人，乃致彼此关系亲厚，就容易产生「媠」「慢」的过失。媠是放逸，权贵之人有钱又有空闲，他的生命就是享受人生，及时行乐，他容易讲出放逸的言语，所以结交权贵之人，容易受其影响而说出放逸的言语。其次，权贵之人常有傲慢之语，所以结交权贵容易产生傲慢言语，丧失修行者谦卑的态度，所

以「皆不应作」。以上是口业的安住戒法，以下是意业的安住。

**当自端心，正念求度。不得包藏瑕疵，显异惑众。于四供养，知量知足；趣得供事，不应畜积。**

**消文** 意业的安住有如下几项：

（一）**当自端心**：这是当观自心，不见他过。这念心在观照时，不要观察别人身口意的过失，而要观察自己内心的起心动念是善念或恶念。出家众若从安住的角度来说，「当自端心」是重要因素。有些出家众在僧团能安住五年、十年、二十年，有些人在僧团安住却觉得困难，「当自端心」是重要指标，这念心是向内或向外观察，这是能否安住的重要因素。佛陀要我们修行时，最好向内观察自己，使自己的恶法减少，善法的功能增加，这是「当自端心」。

（二）**正念求度**：藕益大师解释正念求度为「如理思惟，希求解脱。」如理思惟是随顺真理而做思惟，如经常思惟业果道理、空性道理，乃至真如佛性的道理，一心一意希求解脱。印光大师说念佛法门的成败在于出离心，修净土者须「信愿具足」，每一句佛号都具足信心、愿力，这愿力包括「厌离娑婆，欣求极乐。」凭良心讲，「欣求极乐」并不难，修行人对极乐世界依正二报的功德，生起好乐心、追求心，这是不难的，但「厌离娑婆」则不容易，能安祥走出三界，没有任何罣碍，没有几个人能做得到，因想要寻求解脱的心不具足。所以印光大师说，我们应该经常思惟，若今生没有出离三界，来生就要堕落三恶道，因内心的罪业会召感三恶道的果报。这里佛陀要我们内心经常正念思惟真理，产生希求解脱之心。

（三）**不得包藏瑕疵**：瑕疵是指一时的缺陷，譬喻我们起心动念中都有一些贪、瞋、痴、高慢的烦恼。修行人的身业、口业可能有一些过失，或讲错话，或身体行为不正当，这时自己会知道，别人也会知道，所以很容易把它抓出来，透过忏悔来产生对治。但修行人最大的问题是意业的过失，自己心中经常起恶念，别人却不知道，如果自己不观照，就会有问题。憨山大师说，一般念佛人，一方面起烦恼又不



对治，如是心中就有二种功能，一是念佛的善功能，一是烦恼的功能，则「佛只听念，烦恼只听长」，到了临命终时，念佛的力量现前，烦恼的力量也现前，不幸的是，烦恼是多生熏习所成，是熟境界；念佛是今生才修习，是生疏的境界，所以最后烦恼把佛号的力量吃掉了。有些人在修念佛净土法门时，从来不对治烦恼，反正也没有人知道。修行比较好的人，发现意业起烦恼，就赶快转念念佛，如是停止烦恼后又开始念佛，念佛一段时间后又起烦恼，发现烦恼时又提起佛号，如是又中断烦恼，但烦恼的势力永远存在，若没有以呵责或观照四念处来对治，烦恼就会永远存在，临命终时，自己的佛号不是烦恼的对手。所以这里佛陀的大慈悲，告诉我们不要包藏瑕疵，因为若放纵烦恼瑕疵，它就会不断的增长广大。所以憨山大师的慈悲，告诉我们要对治烦恼，念佛法门一定要调伏现前烦恼，烦恼现前时，或者以呵责的方式，观照烦恼如大火，让我们热恼；烦恼如冤贼，偷走我们的功德法财；烦恼如毒蛇，伤害我们的法身慧命。如是一方面思惟烦恼的种种过失，一方面用无常无我的智慧来观察它，烦恼也是因缘所生法，若以观照力来对治，它的势力就会减弱。所以这里经文告诉我们要对治烦恼，不要放纵它。

（四）**不得显异惑众**：异是指与众不同，古德解释这是显示自己的功德来迷惑众生，这里特别是指显示自己有神通感应的功德。佛法认为神通感应是很正常的事情，一个人只要不断的静坐，调伏粗重心，心静下来就会知道一些消息，这都是正常的现象，因为世间上的事情要出现前都会有征兆，所谓「月晕而风，处润而雨。」看见夜晚有月晕，就知明天要起风，吉凶祸福出现前都有征兆，所以心静下来就会知道一些事情。但佛法中不能宣说，因为宣说神通感应，大众就会以神通感应做为追求的目标，而不重视真理了，不再重视修学最为珍贵的智慧，所以宣说感应神通让众生产生迷惑颠倒，增长众生对生命价值的错误判断。

（五）**于四供养，知量知足**：对饮食、衣服、汤药、卧具的供养，知道需求有一定的数量，得到后要满足感恩，不要多多追求。

(六) **趣得供事，不应畜积**：趣是随顺，随顺应得的供养，有多的就布施给常住或是需要的人，不要贪蓄积聚。以上六点是意业戒法的安住。

**释义** 身口意三业的安住，我个人认为有二段经文最为重要：第一是「**节身食时，清净自活。**」对出家众来说，自己有二个选择，一是过「少欲知足」的生活，对别人无所求，如此就能把自己的精神体力，完全用于修学戒定慧以追求不朽的功德，追求临命终时带得走的功德。第二个选择，自己喜欢过舒适的生活，则必须与有钱的信徒交往联络，你对他有所求，他也对你有所求，你得耗损很多精神体力陪着他，自己所剩下的时间就不多了，到了临命终时，你绝对会后悔。所以这里佛陀要我们觉悟，「**节身食时，清净自活。**」要尽量过着少欲知足的生活，则对信施无所求，自己就能做主，把握时间，多在佛法上用功。

第二是「**当自端心，正念求度。**」只是「少欲知足」还不够，内心要生起希求解脱之心，培养止观的正念。以上这二点，我认为是非常重要的。前二段的经文，佛陀把根本戒与方便戒皆宣说完毕，以下佛陀赞叹根本戒与方便戒能引生种种功德。

### 丁三、明戒能生诸功德

此则略说持戒之相。戒是正顺解脱之本，故名「**波罗提木叉**」。因依此戒，得生诸禅定，及灭苦智慧。

**消文** 以上的根本戒与方便戒的戒法众多，受戒后，所要断恶修善度众生的境界有无量无边之多，佛陀在临灭度时，挑选其中最重要的部分，故称为略说。持戒是「**正顺解脱之本**」，这里是拣别外道的无益苦行，外道他虽也能持种种的苦行，但不能成就解脱。解脱是能解脱烦恼跟痛苦，此处的解脱主要是指禅定跟智慧，戒法本身虽非禅定跟智慧，但它能随顺解脱及随顺智慧，所以它是正顺解脱之本，故有资格称为「**波罗提木叉**」，它是别解脱。

「**因依此戒，得生诸禅定，及灭苦智慧。**」透过前面的根本戒而产生功德，透

过方便戒使这功德更加安稳，更加增长广大，如是而生起禅定，禅定则能解脱我们对三界的欲望。一个人若贪欲重，内心扰动不安，这是苦恼的境界。得到禅定后，内心能够感到寂静安乐，所以禅定有解脱欲望的功德。其次，由戒、定的帮助，能产生智慧，我空、法空的智慧能灭除三界的痛苦。持戒而生禅定，由禅定而生智慧，持戒跟禅定本身是扮演增上缘的角色，也就是说，虽然持戒，但要修禅定仍要修「心一境性」，须修专注力与相续力，心于所缘专一安住，心于所缘相续安住。得到禅定后，若要成就智慧，仍要在教法上闻思修，闻所成慧，思所成慧，修所成慧。因此戒与定是增上因缘，它不是亲因缘。

#### 丁四、说劝修戒利益

是故比丘，当持净戒，勿令毁缺。若人能持净戒，是则能有善法。若无净戒，诸善功德，皆不得生。是以当知，戒为第一安隐功德住处。

**消文** 佛陀在讲完戒法后，总结说：「是故比丘，当持净戒，勿令毁缺。」这里的「当持净戒」主要是指根本戒，须执持根本戒。「勿令毁缺」古德解释是指方便戒，对身、口、意的方便戒不能缺损。为什么要持戒呢？因为只有透过持戒才能产生出世的善法，这善法包括禅定跟智慧。

如果不能依止根本戒与方便戒，则种种出世的禅定与智慧功德，皆不能生起，未生的不生，已生的也会丧失，所以「戒为第一安隐功德住处。」我们在成就禅定跟智慧之前，内心要找到二个住处，第一是功德住处，这是指受持四根本戒，则起码自己的身、口、意安住在功德。佛法讲功德是指三善道以上才称为功德，五乘中的功德，起码成就人天乘的功德。若不奉持四众戒法，即使你布施盖医院，做种种慈善事业，若戒法有所亏损，这善业不能成就功德，而到畜生道做一只狗，福报虽很大，有人侍奉你，但你得不到尊贵身，只在卑贱的果报中享受善业。若要成就功德住处，须持四根本戒法，保住人天、声闻、缘觉、菩萨的尊贵身，所以修学佛法，

第一要先找到功德住处。其次要找到安稳住处，这是方便戒，若对已有的功德要增长广大，对于远离凡夫的增过，远离外道的损智，乃至安住身、口、意的戒法，都必须要奉持，功德才能安稳。

**释义** 龙树菩萨的《大智度论》，对于「戒为第一安隐功德住处」，曾讲一个小故事：有一贫穷人供养天神，求能离苦得乐，他早晚上香供水供花，如是虔诚供养十二年。天人被他所感动，有一天这天人化成白发老翁来敲他的门，这贫穷人问：「你是谁啊？」老翁答说：「我就是你供养的天神，我被你十二年虔诚供养所感动，你有什么祈求呢？」贫穷人说：「我希望能离开痛苦，得到安乐」。于是天人给他一个「得瓶」，只要向「得瓶」祈求，绝对能「所求如愿」。这贫穷人向「得瓶」祈求房子，如他所愿的出现房子，以后又祈求车乘及种种享受的资具，这穷人也就解脱贫穷，得到快乐的生活。有一天他举办一场庆祝法会，请过去所有的朋友来共同庆祝。那些朋友都是贫穷人，他们问主人说：「你以前跟我们一样贫穷，现在怎能变成这么富有？」主人答说：「我以前是很贫穷，但我辛苦的向天神祈求十二年，他送我一个得瓶，我向得瓶祈求，就能出现种种我所要的东西。」他的贫穷朋友请他表演这稀有事，主人于是在大众面前向得瓶祈求某种东西，得瓶就现出这东西，大家非常惊喜，欢喜赞叹鼓掌。主人这时得意忘形，开始唱歌跳舞，在跳舞中不慎打破得瓶，于是从得瓶中出现的房子、车乘、珍宝也随之全部消失，他又恢复了贫穷。

龙树菩萨告诉修行人，「得瓶」就是戒法，我们刚开始修学佛法时是带着虔诚恭敬的心，所以会珍重「波罗提木叉」，因为没有皈依三宝的人，身心苦恼，后来戒法散发功德，使人身体健康，事事如意，乃至来生有人天的安乐果报。如果没有生起出世解脱心，因为持戒而福报现前，就容易志得意满。诸位要知道，我们之所以有福报是因有戒法，有如这贫穷人本来没有财富，是因「得瓶」而致富，也就是说，我们这念心本来充满烦恼跟罪业，如果身口意有些功德，这是因皈依三宝的关

系，在刚开始修行时特别是指因有法宝的戒法。所以如果放逸不持戒，就会丧失功德，又恢复过去的贫穷。龙树菩萨以「得瓶」故事开示说：「持戒之人，所求如愿；破戒之人，一切皆失。」故佛陀开示说：「是以当知，戒为第一安隐功德住处。」我们在身心苦恼时，要先找一功德住处、安稳住处，「波罗提木叉」即是我们的安稳功德住处。所以在还未离开三界时，先把住处建造安稳有功德，这是一切修行的基础。

## 佛遗教经讲记(五)

净界法师主讲

和尚尼慈悲，诸位法师、诸位居士，阿弥陀佛！

请大家打开讲义第十面，

### 丙二、对治止苦法要

佛陀在经典上讲到我们生命的相貌，生命就像一个没有止尽的水流，我们由于过去的业力而召感今生的果报，也会因今生的业力而召感来生的果报，从这个因果相续的道理，就构成永无止尽的生命轮回。在这广大无边的生命轮回中，我们的生命会出现二种相貌，一是痛苦忧伤的果报，一是寂静安乐的果报。当我们开始厌离痛苦果报而追求安乐果报，这样的生命转变的主要关键点在于皈依三宝。在皈依三宝中，我们真正所皈依的是**法宝**，因为佛陀不能以他的神通力消除我们的罪障，也不能把他的功德直接输送到我们心中。佛陀的出现于世，对众生所能做的是说法度众生，使我们依止佛陀的教法修学，达到灭恶生善，离苦得乐的目的。所以宗喀巴大师在他的开示中一再强调，所谓的皈依三宝，真正所皈依的是**法宝**，因为佛有说法之恩，僧有住持正法之恩，所以也皈依佛宝与僧宝。

佛陀教法的内涵开展出**戒定慧**三学，这三种法门能使众生离苦得乐。本经把



佛陀的戒定慧之学，依其浅深分成二类，一是共世间法要，一是不共世间法要。前面所修学的是成就人天安乐果报的戒定慧，这是基础的共世间法要。这又分成三科，前面第一科是对治邪业，这是偏重持戒，以对治身口的过失。以下的二科，包括本科的对治止苦法要，这是透过止观的修学，以消灭心中的颠倒。所以戒定慧的分判，前面的一科偏重戒学，丙二的对治止苦法要，及丙三的对治灭烦恼法要，都属于定学与慧学所收摄，这是整个科判的大意。

对治止苦的「对治」是因地的修学，透过戒定慧的修学，对治心中的烦恼与罪业。「止苦」是果地的功德，经由前面的对治使身心世界离苦得乐。

对治止苦共有三个法要：丁一、根欲放逸苦对治。丁二、多食苦对治。丁三、懈怠睡眠苦对治。

### 丁一、根欲放逸苦对治

#### 戊一、根放逸苦对治

汝等比丘，已能住戒。当制五根，勿令放逸，入于五欲。譬如牧牛之人，执杖视之，不令纵逸，犯人苗稼。

消文「根放逸苦对治」共有三段，这一段是说明调伏五根的功德。佛陀招呼比丘说：「汝等比丘，已能住戒。」在佛陀灭度前，诸位比丘乃至七众弟子，聆听佛陀前面开示的对治邪业法要，身口二业安住在根本戒及方便戒，内心产生清淨的功德及安稳的功德。有了前面的功德，应如何修，才能使功德继续增长广大呢？「当制五根，勿令放逸，入于五欲。」在持戒后，应进一步调伏五根。眼耳鼻舌身五根是前五识活动的工具，五识要生起了别功能，须依止五根做为工具，五根的活动就带动五识的了别。这五根在色声香味触法的境界活动，眼识了别种种颜色，耳识了别种种的音声，乃至身识了别种种的触感。佛陀告诉我们，五识依止五根接触五尘时，「勿令放逸」，这放逸有二层意义：

（一）内心对于杂染法不能加以防止，对接触杂染法认为无所谓。

(二) 于清净法不加修学，对三宝的清净功德没有主动追求的意乐。

放逸者的**眼耳鼻舌身**五识，漫无目标的攀缘尘境，对于恶法不想防止，对于善法也不想成就，只随顺自己的妄想而活动，这称为放逸。应如何调伏五根呢？佛陀以牧牛的譬喻来做说明：牛是指眼耳鼻舌身五根，牧牛之人是指修行人，佛弟子应以什么心态来调伏五根呢？「**执仗视之，不令纵逸，犯人苗稼。**」苗稼是已成熟的稻米，这里是指经由持戒所产生的清净安稳功德。「**执仗视之**」的「**视**」是内心的观照力，这观照力主要是观照业果的道理，以业果的道理来观照**眼耳鼻舌身**五识的活动。业果又如何观照呢？在宗喀巴大师的《广论》中说，观照业果有三个内涵：

(一) **业果决定**：观照由五根所造的善业决定召感安乐果报，罪业决定召感痛苦果报，这道理绝不错谬，也绝无侥幸。若造罪业，一定会带来痛苦，只是时间迟早的问题而已，这道理是绝不能改变的。

(二) **业果不失**：所造的业绝对不会丧失，即使今生没有承受业果，来生也决定要承受果报。

(三) **业果增长**：造恶业后如果没有如法的忏悔，它会日日增长广大。过去有一禅师修行时得到禅定，在禅定中见到像山一般高大的盐巴，于是观察这因缘，才知原来是他过去做沙弥时，曾向常住偷拿少许的盐巴，就因这样的行为，当时没有如法忏悔，等他成为老和尚时，这少许的盐巴已变成像山一样广大，因此他赶紧忏悔，补贴常住后，老和尚定境中的盐山才消失。所以业本身是有为法，它在心中不是增长就是消减。

透过思惟业果的决定性、不失性及增长性，以这样的道理来约束心中的牛，如果牛正常的工作，我们以手杖鼓励牠，如果牛开始失去控制，则以手杖鞭打牠，不让牠破坏已成就的功德。故我们对眼耳鼻舌身五根，要有所坚持，有所让步。当五根处于善法的因缘中活动，我们对它表示赞叹，鼓励自己；如果五根是在杂染的境界攀缘，则以业果道理来呵责它，所以心中要有一标准来管束五根，使持戒功德不

会因五根的放逸而遭受破坏。这是在持戒后，应进一步调伏五根，以保持持戒的功德。以上是调伏五根的功德，以下说明放纵五根的过失。

**若纵五根，非唯五欲，将无涯畔，不可制也。亦如恶马，不以辔制，将当牵人，墜于坑堦。如被劫贼，苦止一世。五根贼祸，殃及累世，为害甚重，不可不慎。**

**消文** 如果对五根的活动不加以约束，认为只要奉持比丘的二百五十条戒，比丘尼三百四十八条戒，而在戒法的空档中，放任五根攀缘活动，这样会有什么过失呢？

**（一）增长烦恼障：**若放纵五根，五根不会对现前的境界感到满足，五识的分别性若受放纵，欲望「**将无涯畔，不可制也。**」我们永远不可能满足五识的贪欲，所以古德说，若放纵一次欲望，有如在一堆燃烧的火中又丢进一根木头，也就是说，若满足一次欲望，欲望的烦恼之火就更增长广大，下一次将更难控制。在美国很多企业家都要吃安眠药才能入眠，他们虽有广大的财富，但因其五根长期在金钱境界上活动，所以他们永远不可能感到满足，欲望烦恼的增长使他们无法安心睡眠。所以放逸五根只有增长欲望，最后「**将无涯畔，不可制也。**」烦躁扰动随放逸而增长广大，使自己苦恼不已。

**（二）增长罪障：**如果不约束五根，这有如一只暴恶的马，没有马绳的控制，马不受约束就会失控，于是马与所载的人全坠落坑陷中。也就是说，前面增长欲望烦恼后，接着就造杀盗淫妄的罪业，这罪业有如坑陷，使我们陷于障碍而不能自拔，这业力也会障碍我们的安乐及修习圣道，从今以后的念佛持咒再也不能感到相应，有如被坑陷障碍而深陷其中。

**（三）增长报障：**有了罪业后，就有如盗贼抢夺我们的财富，财富被抢只是一生一世的痛苦，但放纵五根所造作的罪业，却召感多生多劫的三恶道果报，所以「**危害甚重，不可不慎。**」

**释义** 以上这一科是说明放纵五欲的结果，它会增长烦恼、罪业及来生痛苦的

果报。这段经文是说，我们起初仰仗对佛陀的信心，相信佛陀是一切智者，他所开显的戒法，什么事该做，什么事不该做，皆是离苦得乐之道，我们就遵循佛陀的制教，约束自己的身口二业，透过持戒的功德，使自己的善业增长广大。若要进一步保持这功德，对五根要有所约束，这是以业果的道理来约制五根活动的范围。若对五根不加约束，就会发动烦恼、罪业跟痛苦的果报。初学的比丘、比丘尼比较会遵守规矩，我们回顾历史的教训，一个人破戒之前的征兆就是先放逸，他不管束五根的活动时，下一步就是准备要破戒了，所以佛陀在这里提醒我们要收摄五根。以下第三段是结示劝修。

**是故智者，制而不随，持之如贼，不令纵逸。假令纵之，皆亦不久见其磨灭。**

**消文** 一位有智慧、有志于离苦得乐的修行者，应该经常保持正念，对于五根要适当的管制，不能随顺习气而让它自由活动，应该把五根当作盗贼般管束。如果放纵它，我们持戒的功德不久就会被破坏，就像牛失控而犯人苗稼，所以佛陀要我们收摄五根。

**释义** 在共世间法要中，以上道理是通于儒家的修学。譬如颜渊有一天问孔子：「颜渊问仁。」孔子说：「克己复礼为仁。」「仁」在儒家的修学中是最高目标，犹如佛教徒说：「什么是成佛？」孔子说若要达到仁的境界，心中要有克制私欲的力量，调伏自己的欲望，使身口意随顺圣人的礼法一君君、臣臣、父父、子子。颜渊又问说，克己复礼应如何下手呢？孔夫子进一步说：「非礼勿言，非礼勿听，非礼勿视，非礼勿动。」若想克己复礼，先要收摄五根。

孔夫子有一弟子子路，他是一位很有忠义的人。起初他遇见孔子时，问说：「你是宣扬什么教法？」孔夫子说：「我是宣扬圣贤之道，这就是礼。」一个人要遵守礼节，才能使个人、社会得到安乐。每一个人在生命中都有他的定位，自己应遵循自己的定位，无论是君、臣、父、子乃至兄弟，每人都应尽其本分，则小至家庭，大至社会，大家都能离苦得乐。子路说，一个人只要心地善良，对得起良心就好，

为什么要遵守这些礼法呢？子路也讲出一个譬喻：「南山有竹，斩而射之，入于皮革。」南山的剑竹，天生就很直，把它砍下来当作剑来射，能射穿皮革，南山的竹根本没有加以修饰，就能射穿皮革，为什么还要遵循礼法呢？孔子说，把南山竹的前端弄尖，尾巴加些羽毛，岂不是射得更深吗？这也就是说，如果心地善良，再加上持戒的礼法，及五根的摄受，则善的功能更能增长广大。子路听后觉得有道理，以后他也跟随孔子学习礼法。子路后来做卫国一位士大夫的家臣，后来卫国发生政变，子路为了救士大夫的家族，被政变的军人砍倒在地，子路于临死时，身体坐直，说：「君子死，冠不眠。」身为君子要遵循圣贤教法，死亡之前，帽子不能戴歪，所以他把帽子戴正后才被杀死。我们现在思考这问题，子路虽然本性善良，但他起初是个完全不遵守章法的人，在跟孔夫子学习儒家教法后，竟然连临命终时做事情都有章法，临死前都要将帽子戴正，可见一个人是习久成性。众生的身心世界具有可塑性，五根若善加收摄，它就在三宝境界创造功德；如果放纵五根，沉溺五欲就会广造恶业。所以佛陀在临灭度时劝勉我们，**除持戒外，也要制伏五根。**

## 戊二、欲放逸苦对治

此五根者，心为其主。是故汝等，当好制心。心之可畏，甚于毒蛇、恶兽、怨贼。大火越逸，未足喻也。

**消文** 前面「根放逸苦对治」的「根」是指眼耳鼻舌身五根，这里「欲放逸苦对治」是指第六意识的放逸苦对治，这也分成三段，先看第一段，首先把五根与第六意根的相互关系加以说明。第六意识为前五识的主导者，什么叫主导？有二层意义：

（一）前五识不能单独生起了别的功能，必须依止第六意识而运作，所以当你在看一朵莲花时，眼识如果没有第六意识的支持，则不能了别莲花，因此古人说：「心不在焉，视而不见，听而不闻，食而不知其味。」前五识的了别一定要有第六意识的资助，否则前五识根本无法了别，所以第六意识在前五识的了别中，它居于



主导地位。

（二）第六意识有强大的思想力，因前五识不能安立名言，也就是说，前五识没有思想，它完全是直觉作用，当它在了别颜色、音声乃至种种的感觉时，只是直接的反应。但第六意识能安立种种名言，产生很多思想，故影响力特别广大。譬如我们的第六意识有时心情特别愉快，这时若置身在一个不好的环境，眼睛见到丑陋的颜色，耳朵听闻刺耳的音声，此时心情仍能快乐法喜。反过来说，如果心情不愉快，即使眼见美色，耳听悦耳的音声，自己还是不快乐，所以第六意识在整个六识中，有主导前五识的力量，因它有思想力，能安立名言。所以前面说调伏五根，其实重点在第六意识，因为五根是听第六意识招呼，有如牛与车的关系，车子要到哪里去是由牛决定，牛就是第六意识。所以佛陀说：「**此五根者，心为其主。**」第六意识是前五识的主导者。我们若想要调伏五识，「**当好制心**」，先调伏第六意识。若想调伏第六意识，先要知道它的相貌。「**心之可畏，甚于毒蛇、恶兽、怨贼。**」心有三种差别的相貌：

（一）**毒蛇**：这是比喻贪爱烦恼，贪烦恼主要的活动范围是在可爱的境界，欢喜的境界容易引生贪爱烦恼。贪爱烦恼为什么比喻为毒蛇呢？因毒蛇都是在草丛中，偷偷跑出来咬我们一口，贪烦恼亦复如是，它本身的形象不是很明显，当我们起贪烦恼时，内心往往是寂静的一种乐受，而这乐受夹带过失，所以对贪烦恼往往是很难察觉。

（二）**恶兽**：恶兽是指狮子、老虎，这是比喻瞋心烦恼，它所活动的范围是不可爱的境界，对不如意境界才会引生瞋心。瞋心的相貌是扰动不安，所以它的形象特别明显，有如见到老虎、狮子般的明显存在。

（三）**怨贼**：怨贼是指对真理迷惑的痴心烦恼，怨贼善于伪装成朋友来偷取我们的钱财，这是譬喻愚痴的形象是微细难知。

「**大火越逸，未足喻也。**」前面的毒蛇、恶兽、怨贼是贪、瞋、痴烦恼的别相，

这里的大火是指总相，也就是说，所有烦恼都是热恼不安，有如我们接近大火时，色身会感到热恼不安。其次，烦恼皆会破坏善根，有如大火会烧毁钱财。以上是在对治第六意识之前，先解释心识的差别相貌。

**释义** 一切生命以心为主，「**流转三界中**」，其实是这念心在流转。色身有如房子，房子坏了又换另一新房子，心有如房子里的主人，主人是不变的。佛陀在声闻法与菩萨法对心的解释不同，在声闻教法中，佛陀对心的看法：「**心之可畏，甚于毒蛇、恶兽、怨贼。大火越逸，未足喻也。**」因声闻教法偏重灭恶，所以佛陀强调心的邪恶功能，如《八大人觉经》也是说：「**心是恶源，形为罪藪。**」但在大乘经典中，尤其在《楞严经》、《法华经》、《华严经》等经，佛陀描述众生的心则不是这种态度，而是说：「**何期自性，本自清静。何期自性，本自具足。何期自性，能生万法。**」佛陀对心的功能相貌是赞叹的，这念心具足无量无边的功能德用，有大智能光明义，常乐我净功德义等等，这念心是无穷尽宝藏，等待我们去开发。所以读经典时要知道，有的经典对心是对治调伏，所以它强调心的邪恶部分；有的经典鼓励我们修善，所以在修善之前一定要先肯定心的功能，才会启动心的明了性，所以大乘经典对心的功能是赞叹有加的。在修行时，如果太过放逸，声闻法非常重要，依声闻法告诉自己说：「**心之可畏，甚于毒蛇、恶兽、怨贼。大火越逸，未足喻也。**」如果心太沉闷时，对自己没有信心，这时读诵大乘经典，「**自知我是未成之佛，诸佛是已成之佛，其体无别。**」这时大乘经典会鼓励自己往前走。所以调心之法，要在中庸之道，太沉闷时需要鼓励，太放逸时要调伏摄受，这是调心的方便之道。

譬如有人，手执蜜器，动转轻躁，但观于蜜，不见深坑。譬如狂象无钩，猿猴得树，腾跃踔踔，难可禁制。当急挫之，无令放逸。

**消文** 前面一段说明心识的差别相貌，这一段是说明放纵心识的过失。分成二科，先说明过失相，再说明对治方法。过失相中又分成二小段，第一小段先说明过

失所召感的异熟果。「譬如有人，手执蜜器，动转轻躁，但观于蜜，不见深坑。」有一个人「手执蜜器」，这个手是指第六意识，第六意识攀缘「蜜器」，蜜器是指安乐果报，第六意识执取安乐果报，在安乐果报中「动转轻躁」，到处的执取攀缘，这时第六意识只见蜜器而未见前面的深坑。

依唯识角度，我们的生命有二种作用：（一）受用果报。（二）造作因地。所以我们生命的每一个点都是在受用果报，又同时造作业力。生命的这二种相貌，菩萨与凡夫的重点不同，所谓「**菩萨畏因，众生畏果。**」颠倒众生不在乎自己造了什么业力，他所在乎的是现前果报的快乐。所以他不允许今生果报有痛苦出现，如果有人障碍他的安乐，他宁可造罪业以排除痛苦，这是本经所说的：「手执蜜器，动转轻躁，但观于蜜，不见深坑。」凡夫众生只见现前安乐，不惜造作罪业召感来生痛苦。菩萨则不同，「**菩萨畏因**」，菩萨了知今生果报的痛苦跟快乐，皆过去业力所召感，是刹那刹那变化无常，总会过去的，重点在于面对果报时，自己又创造了什么业力，这才是重点。因业力会影响来生的果报，所以菩萨不在乎现前一时的快乐或痛苦，他所追求的是来生的究竟安乐。因此这里的经文说明，放纵心识有召感异熟果的功能。

前面说明异熟果，以下说明等流果。「**譬如狂象无钩，猿猴得树，腾跃踔躑，难可禁制。当急挫之，无令放逸。**」如果放纵第六意识，就有如狂暴的象没有铁钩来制伏；又如猿猴爬到树上，一下子腾跃，一下子踔躑停止，很难管制牠。所以西藏的上师说，放纵一千次的欲望，比不上调伏一次的欲望，因为若放纵欲望，有如猴子到树上，你再也无法控制牠。这该怎么办呢？「**当急挫之，无令放逸。**」我们对内心的烦恼，应该当下消灭，若不当下消灭，首先它会召感当来痛苦的三涂果报；其次，它又增长烦恼的势力。所以对内心的烦恼，应在当下生起时，赶快加以消灭。以上说明放纵心识的过失。

## 佛遗教经讲记(六)

净界法师主讲

请大家打开讲义第十一面：

纵此心者，丧人善事；制之一处，无事不办。是故比丘，当勤精进，折伏汝心。

**消文** 这段经文是佛陀的结示劝修。修行人对心有二种选择：一是放纵第六意识，心想什么就做什么，心随妄转，现在打什么妄想就去做，对妄想的善恶不加以判断管制，结果则「丧人善事」，对以前所修布施、持戒的功德，因对第六意识的放纵而遭受破坏。反过来说，「制之一处，无事不办。」藕益大师解释「制之一处」为无二念三昧，无二念亦即只有一念，也就是修习「止」，使内心专一安住在念佛或持咒的所缘境上。以「制之一处」的方法收摄第六意识，这有何功德呢？「无事不办」，一切的过失皆能消灭，一切的功德皆能成办。所以佛陀在临灭度时，劝勉我们：「是故比丘，当勤精进，折服汝心。」

**释义** 这段经文讲到调伏第六意识。天台宗的教观，智者大师把佛陀一代的时教，分成教与观二种：

(一) **教法**：智者大师对教法开出五时八教，这五时八教如果详细分判，则有三类：

(1) **顿教法门**：如《华严经》、《梵网经》等，佛陀为善根成熟菩萨，开显大乘法门，这是顿教法门。直接

(2) **渐教法门**：有些众生大乘善根尚未成熟，所以用渐教法门，次第的调伏对治，故佛陀宣讲《阿含经》、《方等经》、《般若经》等经，经过三时的调整，栽培其善根，这属于渐教法门。

(3) **摄渐归顿法门**：把前面的渐教善根收摄入顿教，如《法华经》。智者大

师认为，佛陀一代时教，一百部大藏经，开展出的教法就是三类：

（一）直说大法的顿教。（二）次第调伏对治修学的渐教。（三）摄渐归顿，这是《法华经》的会三归一。

（二）**观法**：智者大师在观照生命真相时，强调观心，**观照现前一念心性**。在观心中，智者大师强调说，从经论上，佛陀对心识的描述有二：

（1）**众祸之门**：佛陀在经典上说，我们这念心是众祸之门，一切灾难的根本是由心所发动。

（2）**众妙之门**：一切功德也是由心所发动，如发菩提心、修六波罗蜜等，也是依这念心而生起。

总而言之，这念心是不二法门，杂染是它，清净也是它，关键点在于是否能调伏。有如一条牛，我们很难说这牛是好是坏，如果受到调伏，牠乖顺的耕田，就能创造很多的苗稼功德；如果牛未受调伏，失去章法，与颠倒相应，牠就会破坏所有的苗稼。所以在修行过程中，调伏这念心变得非常重要，我们这念心，有可能创造地狱果报，也可能创造极乐世界的果报，关键点在于是否受到调伏。

这里的经文说出一个消息，不论是比丘或比丘尼，起初是仰仗对三宝的信心，皈依了三宝，相信依止三宝的加持力，决定能使我们离苦得乐。我们也会因信心的增长，奉持戒法，决定什么事该做，什么事不该做，持戒是修行的第一步，是所有修行的道前基础。但如果只有持戒，会出现一些问题，因为佛陀所制的戒法有限，譬如比丘尼最多只有三百多条戒，但这念心所面对的是「法界尘沙」，无量的法都是所面对的境界。如果只是持戒，而不收摄第六意识，则三百多条戒以外，第六意识活动的空间还是很大。所以如果只是持好戒律，但第六意识到处攀缘，这戒也持得不够庄严。若只是事相上的持戒，心却往外攀缘，则难保持戒清净，所以这里经文说：「是故比丘，当勤精进，折伏汝心。」我们在持戒之余，心中应该拥有法宝来调伏这念心，使它安住调伏。



今天如果我们是初学者，对整个佛教、僧团还没有很大的责任，自己还不是方丈，我建议大家少管闲事。虽然出家人要有理想抱负，但在整个修学过程中，一开始先要内观，先要调伏自己，一位出家众的攀缘心若无法调伏，很难想象后面的路该怎么走。虽然你积集很多善业，但攀缘心未调伏，则善业中都夹带烦恼跟罪业，有如甜美食物中夹杂毒药，以后得果报时会出现问题，有快乐也有痛苦，果报不庄严。所以刚出家时，除非是大善根者，所有修行人都要先大死一番，然后再大活，也就是说，起初要先做一番调伏功夫，这过程是不能避免的。调伏自心平静后，对自己的身口意已有点把握，再修善度众生，这样比较稳当保险。所以佛陀在临灭度时，悲切地劝勉我们：「是故比丘，当勤精进，折服汝心。」修学过程的次第，先折服内心一段时间，以后无论修善或度众生，功德则是清净庄严的；如果不能折伏自心，有如毒蛇、恶兽、怨贼、大火等的过失则很难避免。以上是佛陀宣讲对六根的收摄调伏。

## 丁二、多食苦对治

汝等比丘，受诸饮食，当如服药。于好于恶，勿生增减。趣得支身，以除饥渴。如蜂采华，但取其味，不损色香。比丘亦尔，受人供养，趣自除恼。无得多求，坏其善心。譬如智者，筹量牛力，所堪多少，不令过分，以竭其力。

消文 这段是有关饮食的调伏。所有的四众弟子，都是欲界的果报体，故需要饮食，在接受饮食中，有二个重点值得注意：

（一）调身少病：前面的都摄六根，对于烦恼欲望要完全消灭，因这些是颠倒所生，但饮食则是生活所需要，并非颠倒所生。饮食应当作药想，有如病痛时需要吃药，既然当作服药想，对于美好的食物或粗鄙的饮食，不要生起多吃或少吃之心，重要的是「趣得支身，以除饥渴。」只求获取营养来支持色身体力，以灭除饥渴之病，以上的饮食调身主要是指量的多寡。依天台宗小止观，饮食过多或过少皆不宜，譬如依自己的身体状况应该吃二餐，若想要博取日中一食的美名，强迫自己只吃一

餐，结果造成身体虚弱，修行时就难以专注。又如贪好美食，吃得过量，气急生满，百脉不通，整个身体胀胀的，内心闇钝，第六意识活动迟钝，提不起心力修止修观，因此饮食数量的调和很重要。古德说，若不能调至中庸之道，可调到稍微略少于适当的量。饮食少一点，对修观照力有帮助，但也不能过于少量。以上说明饮食有调身的作用，至于饮食的量，应该视自己的需要，而不能贪求美味。

（二）调心离过：「如蜂采华，但取其味，不损色香。」这里譬喻蜜蜂采华，牠只取走花的内在滋味，而不损害外在的颜色香味，所以蜜蜂不会破坏花，花仍存在。「比丘亦尔，受人供养，趣自除恼。无得多求，坏其善心。」比丘受供养时，他也是取走饮食的营养，来除自己的饥渴之病，不应该多求，破坏自己的善心。破坏善心的意义有二：（1）破坏自己寂静的善心：本来修戒定慧很寂静，但见到美好饮食起贪心，内心就不寂静。（2）破坏信徒清净的信心：信徒见出家众贪求美食，会破坏对三宝的信心。

最后总结说：「譬如智者，筹量牛力，所堪多少，不令过分，以竭其力。」一位有智慧者，对于自己的身心状态，应该堪受多少饮食，自己要清楚分明，饮食不能过多或过少，而耗损自己的福报。

**释义** 古德说：「身安则道隆。」饮食会影响我们的根身，心识依止根身生起了别，所以根身有障碍，心就会有障碍。譬如佛在世时，周利盘陀伽到斯提国托钵，斯提国当时有毒龙危害百姓，居民请周利盘陀伽尊者降伏毒龙，尊者是大阿罗汉，具有三明六通八解脱，于是他到毒龙处所入火光三昧，降伏了毒龙。居民为感谢尊者，准备许多美好奶酪牛奶供养他。有一女众想，尊者吃太多牛奶恐怕太冷，于是取来与水同样颜色的酒供养尊者，尊者喝酒后，酒性发作，回精舍途中竟醉倒路旁。佛陀跟阿难尊者托钵回来见状，佛陀就明知故问说：「这是谁啊？」阿难尊者说：「他是周利盘陀伽。」佛陀说：「他能降伏毒龙啊，而现在却连一只蛤蟆都不能降伏。」佛陀呵责后就制定了不饮酒戒。这故事是说，圣人饮酒尚且会引起过失，何

况是凡夫！所以我们内心会受生理状态的影响，因为心的活动要依止根身，而根身受饮食影响。所以有志于修行者，除了饮食数量的多少要拣别外，太污浊的饮食最好不要食用，如葱、蒜等，生吃增淫，熟食增慧。此外，加工食品或化学药品等，也最好不要食用。有些人的体质很特别，如吃某种饮食就感觉不对劲，则此类食物即不适合食用。莫说是凡夫，甚至阿罗汉的饮食也要注意，因为饮食会影响生理状态，生理状态又影响心理状态，所以要知道自己身体的体质是冷性或热性，适合吃哪些食物，修行时的明了性才会强。这里说明调和饮食，一定要知道调身调心，一方面使色身保持最佳状态，一方面远离贪瞋的过失。

### 丁三、懈怠睡眠苦对治

在《大毘婆沙论》说，睡眠因缘有三：

（一）饮食引生：只要有饮食就一定要有睡眠，若整天不睡眠，这是不正确的，为了消化食物，就需要睡眠。

（二）时节因缘：睡眠跟天气有关，有些人到晚上天黑时，就需要睡眠。

（三）懈怠引生：有些人的人生没有目标，没事就想睡。这里经文所说睡眠的对治，正是对治懈怠所引生的睡眠。至于饮食跟时节所引生的睡眠，在凡夫阶位暂时不能避免。

汝等比丘，昼则勤心修习善法，无令失时。初夜后夜，亦勿有废；中夜诵经，以自消息。无以睡眠因缘，令一生空过，无所得也。

**消文** 这是第一科总标「精进之相」。精进的相貌是白天修习止观，莫浪费时光。佛在世时的时间是分成六时，昼三时及夜三时，晚上分成初夜、中夜及后夜等三时，一个时节等于四个小时。初夜及后夜也不停止修习止观，中夜时比较容易昏沉，故用来诵经。「无以睡眠因缘，令一生空过，无所得也。」这里的完全没有睡眠，是指大阿罗汉的精进，如目犍连尊者、舍利弗尊者等具有三明、六通、八解脱的大阿罗汉，他们具有禅定三昧，根本不需要睡眠，普通的**慧解脱**阿罗汉都还做不到。《阿

舍经》上说，外道质问佛陀：「您老人家有睡眠吗？」佛陀答说：「我也有睡眠。」佛陀是在中夜睡四个小时，外道就讥嫌佛陀说：「佛陀您也睡眠，睡眠是愚痴相，您也跟愚痴相应。」佛陀说：「你根本不知什么叫愚痴相。」睡眠是不定心所，怎么会是愚痴呢？这是说，佛陀对睡眠跟饮食都是调和的。我们在读这段对治时要注意，前面讲到五欲的放纵，这是生理状态完全不需要的，是自己的妄想颠倒所捏造出来，故要完全消灭。但饮食睡眠不是颠倒心所捏造，人的果报体其生理结构需要饮食睡眠，故要调伏而不是断除。这段经文中，佛陀对具有禅定的大阿罗汉，标出精进之相，让我们产生惭愧心。

**当念无常之火，烧诸世间；早求自度，勿睡眠也。诸烦恼贼，常伺杀人，甚于怨家；安可睡眠，不自警寤？**

**消文** 这段经文说明对懈怠所引生睡眠的修观对治，这有二个观法，第一个观法：「**诸烦恼贼，常伺杀人，甚于怨家。**」我们不应该懈怠睡眠，因为我们心中有很多的烦恼罪业，犹如盗贼经常在身旁出没，随时想杀害我们，故不应该懈怠。第二应观想：「**当念无常之火，烧诸世间。**」我们生命中所能用的时间有限，无常火在我们出生后就不断燃烧，一天一天的过去，寿命也随之减少，我们应当利用有限的生命早求解脱，不要空过时间而放纵自己懈怠睡眠。

**释义** 以下讲一个修观对治懈怠的故事：佛在世时有一商人带着狗出外经商，在休息时，狗把商人所带的肉全部吃光，商人知道后非常生气，就把狗儿的四条腿打断，丢弃旷野让牠自生自灭。狗被打断腿非常瞋恨，牠含瞋恨之心即将死亡，这时舍利弗尊者于寮房中打坐，他清净光明的心，昼夜六时观照众生得度与否，这时他知此狗因瞋心将堕三恶道，尊者就以神通力来到狗儿的地方，先给牠一碗牛奶喝，再为牠说法，以消灭狗心中的瞋恨障碍，不久狗就往生，并投生于舍卫国一户长者人家做儿子。当他七岁时，舍利弗尊者向长者要求这儿子做他的沙弥弟子，长者也答应了。沙弥跟尊者回精舍后，精勤修学，很快就证到阿罗汉果。比丘们对这件事

议论纷纷，这沙弥怎么能如此迅速证得阿罗汉果呢？佛陀说：「这沙弥以前是迦叶佛时代的维那师父，他的声音特别清澈嘹亮，经常带领大众师共修。有一天共修中，有一老比丘的声音比较污浊迟钝，这维那师就讥嫌老比丘说：「你的声音怎么像狗叫一样难听。」老比丘说：「你怎么能对我讲这种话呢？你知道我是谁吗？」维那师说：「你是迦叶佛时代的比丘。」老比丘说：「不仅如此，我是一位阿罗汉，你对我讲这种话适当吗？」维那师父知道他是位圣人，赶紧向他忏悔。忏悔灭除了地狱果报，但余报还在，所以五百世堕为狗身，在这五百世中，大多没有吃饱饭。经过五百世老病死的生死折磨，才在这最后一世，又即将堕落三恶道时，舍利弗尊者见他有善根，出手救牠，牠后来出生为人而成就圣道。

以上故事是说，我们在还未入初果的位不退之前，虽然内心中积集了善根善业，但是我们心中也有烦恼跟罪业，如果临命终或其它时候触动这烦恼罪业，「一失人身，万劫不复。」你要得到像今生的因缘，有健康的身体，遇到三宝的住世，有一道场安住，听闻佛法，专心修学，这是不可得也。有时我们看一只蚂蚁，牠到处乱窜，承受流转的痛苦。而我们今天得到尊贵人身，结果却浪费这个人身，实在非常可惜。我们今生中有很大的机会能成就解脱，如果不把握今生，「诸烦恼贼，常伺杀人，甚于怨家；安可睡眠，不自警寤？」万一触动罪业，万劫不复人身。所以这里从烦恼势力的强大，及在无常大火中，我们所能把握的时间不多，以这二方面来做观察，警惕自己精进修行。这要如何精进呢？看下一段经文的持戒对治。

**烦恼毒蛇，睡在汝心；譬如黑虻，在汝室睡。当以持戒之钩，早摒除之。睡蛇既出，乃可安眠。不出而眠，是无惭人。**

**消文** 先讲一个譬喻：烦恼毒蛇睡在我们心中，「睡」是指种子，唯识学说，我们内心的相貌有二：一是现行，一是种子。种子虽没表现出来，但潜伏在第八识中。一个人虽暂时不起烦恼，但烦恼的功能仍存在，有如一个人睡觉，只要把他叫醒，他就会起来活动。譬如有一毒性很强的黑蛇，跟我们同一房间共住，表面上毒蛇虽



未活动，但只要有一点音声吵醒牠，毒蛇就会伤害我们。所以心中的烦恼，只要遇上恶因缘，就可能触动烦恼而造罪业，故「当以持戒之钩，早摒除之。」蕩益大师说，这里的持戒不完全只是律仪戒，因律仪戒对治身口的过失，这里的持戒还包括定共戒、道共戒，含有止观的力量，尤其是有四念处的观行，以不净、苦、无常、无我四种智慧，观照我们的身心世界，以调伏爱取烦恼。烦恼蛇灭除后，才能安稳睡眠，睡眠也不再障碍心中的圣道。

我们的果报体需要饮食跟睡眠，《瑜伽师地论》说，睡眠的方法要采取分段的方式，一次不要睡太久，不宜连续睡眠超过六小时，否则心性容易闇钝。晚上睡眠不超过六小时，有时中午饭后会疲累，可小睡片刻。所以宁可以小睡的方式休息，也不要连续睡眠超过六小时。若要睡得少，应少吃甜点，饮食不可吃太多，吃得多就会睡得多。以上是睡眠的调和，以下是结示劝修。

惭耻之服，于诸庄严，最为第一。惭如铁钩，能制人非法。是故比丘，常当惭耻，无得暂替；若离惭耻，则失诸功德。有愧之人，则有善法；若无愧者，与诸禽兽，无相异也。

消文 这里的结劝不只针对睡眠，也包括前面的调伏五根，调伏第六意识，乃至调和饮食与睡眠的结劝。在整个修行当中，保持惭愧心非常重要，有如衣服能庄严色身，惭愧心能庄严功德，所以惭愧有生善的功能。其次，惭愧心就像铁钩，铁钩能制伏过失，所以惭愧心也有灭恶的功能。一个人若没有惭愧心，即使能布施、持戒，功德也难保持不失。有惭愧心的人才能生起善法，若无惭愧，则与畜生没有差别。

释义 佛陀讲完这段经文后，以惭愧做总结，惭愧的意义是内心能「崇重贤善，轻拒暴恶。」内心当中思惟人世间有贤善之法，也有暴恶之法，自己对善法是尊重赞叹，虽然不能马上做到，但对善法有好乐追求之心。对恶法虽然不能马上消灭，但能厌恶呵责，这就是惭愧。畜生道的生命是完全跟着直觉走的，如猫、狗饿时就

寻找食物吃，累了就躺着睡，牠们没有什么惭愧。惭愧生起的因缘是来自于对生命的正见，知道善业召感安乐果报，罪业召感痛苦果报，故站在离苦得乐的角度，才会尊重善法，厌离恶法。在菩萨的修学中，到了十住位，以空性为住时，就不退转了。但在十住位前的十信位，《瑜伽师地论》说，十信位的菩萨从初信到十信，他所依止的就是**增上惭愧**，「**虽做恶业，速疾能悔；若堕恶趣，终不久留。**」若出现身、口、意的过失，自己能产生反省对治的力量。为什么能反省对治呢？因广泛学习经论，内心能对善、恶划出一道标准，知道什么事该做，什么事不该做，他的行为自然会有章法。我总觉得一个人即使行菩萨道，自己也要有章法，有所坚持，有所让步，不论待人处事要有底限，若完全随顺众生，自己就丧失了应有的格调。这底限如何判断呢？这要从经论中学习义理，做为判断的标准，也就是要有惭愧心。内心要有好乐善法，厌离恶法的心态，这是一个人进步的最主要动力，如果不想追求善法，厌离恶法，则生命跟畜生就没有什么差别，因畜生只为饮食与睡眠而活，牠的生命完全没有增上的功能。

## 佛遗教经讲记(七)

净界法师主讲

和尚尼慈悲，诸位法师、诸位居士，阿弥陀佛！

请大家打开讲义第十三面，

### 丙三、对治灭烦恼法要

基本上，从事宗教的修学，目的是为了改造我们的生命，希望透过宗教的修学，使生命离开痛苦，得到安乐。既然是为了改造生命，从修学的次第上来说，一定要先知道生命的真相。所有宗教师对生命的看法，基本上分成三大类：

(一) **无因缘论**：这类宗教师认为生命的痛苦跟快乐，都是没有因缘的，换句话说，生命只是一个偶然，痛苦是因为他运气不好，快乐是因为他比较幸运，苦

乐的背后没有因缘力量的支持。如果建立这样的知见，想要离苦得乐唯一能做的就是及时行乐，因为生命没有因缘，所以断恶修善、皈依三宝并无意义，这种颠倒的思想就带动错误的行为，这是无因缘论。

（二）**邪因缘论**：邪因缘论者认为，生命的快乐跟痛苦是有其因缘，这因缘寄托在有主宰性的天神，天神是我们痛苦跟快乐的唯一因缘，换句话说，希望离苦得乐，自己并没有任何办法，我们没有自主的能力，只能仰仗对天神的皈依、礼拜、祈祷、供养，使天神赐给我们快乐，拔除我们的痛苦。这样的思想，佛法认为是心外求法，名之为外道，因他们认为苦乐的因缘是在心外，除了现前一念心性，另外有一强大力量主宰我们的苦乐，所以改造内心没有意义，我们所能做的就是向外对天神的祈祷。佛法认为这种思想是邪因缘论，虽然有因缘，但这是一种错误的因缘。

（三）**正因缘论**：佛法提出正因缘论，佛陀出世就对大众宣布，生命的痛苦跟快乐有其因缘，因缘的本身跟身口意所造作的业力有关系，故是自作自受，自己创造某种业力，就召感这种果报。佛法认为生命有一定的轨则，什么业力就召感什么果报，这是佛法的根本思想，站在本经的角度，佛陀想引导我们离苦得乐，他提出两个主题：

第一个：**共世间法要**：透过共世间法要的修学，以成就人天的安乐果报。

第二个：**不共世间法要**：遵循出世的规则，成就永恒的解脱。

这里是讲到共世间法要，我们的身口意三业，只要能遵守以下的三大规则，就能离苦得乐：

（1）**对治邪业**：这是持戒清净，若想离苦得乐，首先要遵守佛陀的根本戒与方便戒。

（2）**对治止苦法要**：这是都摄六根。我们在持戒以后，对六根要善加管制，不能使令它完全没有目标的放逸，放逸会破坏我们持戒的功德，所以在持戒后，对六根要加以收摄。

(3) **对治烦恼法要**：想成就人天安乐的果报，有三种烦恼要加以对治，因这三种烦恼的活动，会严重破坏人天安乐果报。所以遵守这三个规则：①、持戒。②、都摄六根。③、对治烦恼。则能成就人天的安乐，以下即说明对治灭烦恼法要。

佛陀在临灭度前告诫我们，内心的**瞋恚、贡高、谄曲**等烦恼，会严重伤害我们人天的安乐果报，所以应该加以对治。

### 丁一、瞋恚烦恼对治

首先解释「瞋恚」的相貌，什么叫瞋恚？对于不如意的境界，内心感到愤发，愤发是一种不安稳性的造作。当身口意遇到不如意境界而失去控制时，产生造作不安稳性的行为，称为瞋恚。瞋恚烦恼的对治，在经文中分成三科，以下第一科先说明忍辱的相貌。

**汝等比丘，若有人来节节支解，当自摄心，无令瞋恨；亦当护口，所遇到的境缘，勿出恶言。若纵恚心，则自妨道，失功德利。**

**消文** 佛陀在临灭度前，把自己过去世修学菩萨道提出来对弟子们有所勉励。佛陀说，如果有人拿刀对我们一节一节的割开身体，这样的伤害所造成的痛苦虽非常严重，但我们应该「**当自摄心，无令瞋恨。**」这时不论外境是否合理，这念心要「**都摄六根**」，将之收摄回来，思惟佛法的真理。要如何思惟呢？佛法认为生命有其因缘，「**应观法界性，一切唯心造。**」也就是说，今天会遭遇这种痛苦，主要是因内心有罪业，外在的人事只是增上缘，外在人事的刺激把心中的罪业逼出来，所以一切痛苦都是心中的罪业所召感，故一切都是「**自作自受**」，没有必要瞋恨。此外，也要护持口业，不要生起粗暴的言词。若不这样如理思惟佛法真理，而放纵自己的情绪，则所产生的瞋心之火，就破坏了先前所栽培的布施、持戒等种种的善业功德。也就是说，所发动的瞋心，先伤害自己，再伤害别人。

**释义** 藕益大师说这段经文是「以重况轻」，举出最严重肢解身体的伤害，这都能忍辱，何况是轻微的伤害呢？我们生活在人世间，有可爱的顺境，也有不可爱

的逆境，当然逆境的时间多，顺境的时间少。当遇逆境时，我们有二种不同作法：

（一）**心随境转**：这念心若执着于逆境上，就会带动瞋恚的情绪，因心随境转的结果，境界对我们产生很大的影响力，带动内心已有的瞋心种子出来活动，瞋心活动的结果，首先伤害自己，接着再以恶言恶行伤害别人，这是遇逆境时的第一种反应。

（二）**收摄内心**：佛陀教诫我们，既然想要离苦得乐，这个时候遇到逆境，就要赶快收摄内心，把心带回家。在收摄内心后，思惟佛法道理，不要执着在境界上，心安住于真理上思惟，思惟现在承受痛苦，是在释放自己的罪业，这与别人无关，如此的如理思惟，就能在恶劣环境中，平安度过逆境，消除自己无始的罪障。所以佛陀告诉我们：**「当自摄心」**，这是保护功德的关键处。以上说明忍辱的相貌，以下说明忍辱的功德。

**忍之为德，持戒苦行，所不能及。能行忍者，乃可名为有力大人。若其不能欢喜忍受恶骂之毒，如饮甘露者，不名入道智慧人也。所以者何？瞋恚之害，则破诸善法，坏好名闻；今世后世，人不喜见。当知瞋心，甚于猛火，常当防护，无令得入。劫功德贼，无过瞋恚。**

**消文** 当我们遇到逆境的刺激，应该**「当自摄心，思惟真理。」**佛陀在这段经文说明，为什么不能放纵瞋心，而应当摄心的理由。忍辱的功德是持戒及苦行所不能相比的，六度功德的大小是后后超胜前前，持戒功德超越布施，乃至忍辱功德超越持戒，忍辱所发挥灭恶生善的功德，超越持戒与苦行。一个人遇逆境时，能表现安忍的力量，**「当自摄心，莫向外求」**，这才称为**「有力大人」**。藕益大师解释**「有力大人」**说，一个人若经常发脾气，这人的内心没有力量，他没有力量修习善法，因为瞋心的生起会障碍修道，所谓**「一念瞋心起，百万障门开。」**心平气和时能静坐三十分钟，但瞋心一发动，则坐不到五分钟。所以经常发脾气，心常扰动，根本没有力量修习善法，是一个没有力量的人，因你的力量被瞋心所蒙蔽，因此想要有



力量修学善法，须修忍辱，方有广大力量修诸功德。我们应该把恶骂及伤害的逆缘，当作甘露来受用，甘露是天上的饮食，是不死之药，有长寿及治病的功能。也就是说，我们应该把恶逆因缘当做自己一种生命的考验，否则就不是「入道智慧人也」。为什么要修忍辱？因瞋恚的过失有三：

（一）破诸善法：瞋恚会破坏以前所成就的善法，好不容易点点滴滴。所成就的布施、持戒功德，因为一时的瞋心而遭受破坏。

（二）坏好名闻：因瞋心故得不到别人的尊重。

（三）人不喜见：瞋心会造成今世后世相貌的丑陋，他人见之不起欢喜。

**佛陀总结说：**瞋心的过失胜于猛烈大火，因大火烧毁外在的房屋资具，我们还可再重建，但瞋心是内在之火，会烧尽好不容易积功累德所成就的善业，所以「劫功德财，无过瞋恚。」若要破坏善法，首要消灭瞋心，否则辛苦积集的善业，因一时情绪失控，瞋恚大火烧毁内心的功德财库，实在非常可惜。

**释义** 我们修学般若智慧，若完全在顺境，虽可但这力量不能广大，一定要有逆境的刺激磨炼，心中的观照智慧才能增长广大。所以佛陀在《法华经》上，一再的赞叹提婆达多，佛陀说，在他的因地菩萨道上，提婆达多扮演重要的角色。佛陀之能成佛，自己的努力是主要因素，但提婆达多处处对佛陀的伤害跟障碍，却使佛陀疾速成就种种的波罗蜜。有如一颗玉石，若未加以磨炼，本质即使再好，也不能发出灿烂的光辉。所以修行人若害怕逆境磨炼，智能就难以增长广大。虽然在佛堂拜破很多蒲团，但没有人刺激你，则进步缓慢，所以应该把逆境当作甘露想，这是增长智慧的大好机会。

**白衣受欲，非行道，无法自制，瞋犹可恕。出家行道，无欲之人，而怀瞋恚，甚不可也。譬如清冷云中，霹雳起火，非所应也。**

**消文** 这一段是结示劝修。一位没有宗教修学的在家众，也就是一般所谓的颠倒众生，他的内心中没有来生，他的生命宗旨就是及时行乐。当一个人所追求的是

现世的安乐，则容易起瞋心。藕益大师说，贪欲与瞋心是互为表里，相互成就。一个人贪欲重，内心就有

瞋心，当所贪爱的境界受影响，瞋心就会出来活动，这时内心里又有贪心，所以有贪欲的人一定会有瞋心。这种人对生命没有任何期望，因此容易放纵自己的情绪，这还可以理解，因他不想改造生命。但有志于修道的修行人，已经透过前面的持戒、都摄六根，减少自己的欲望，追求来世的安乐，而却放纵自己的瞋恚，破坏自己的善法，这非常不合道理。所以一位有志于宗教修学的修行者，内心安住于真理，思惟观察生命的真相，其内心是寂静清凉。瞋心有如在清凉心中「霹雳起火」，霹雳是打雷电，雷电与清凉心不相应。在家众内心本是扰动的，充满了贪欲烦恼，所以起瞋心是正常的，而修行人的寂静心中岂能生起瞋心？所以有志于追求人天安乐者，首先要对治瞋心。

**释义** 瞋心的生起，其因素有二：

（一）**与期望相应**：身为父母师长对自己的子女或徒弟有所期望，当徒弟的表现不如预期，师父就会发脾气，但这种发脾气是因期望心而生起，是菩萨的一种方便。从摄受众生的角度，若对众生一味的宠爱鼓励，这是不对的，有时应该要畏爱兼施。所以跟期望心相应的瞋心是可以理解的，这是菩萨度生的方便。

（二）**与对立相应**：本经是针对跟对立心相应的瞋心，这瞋心有我相人相对立，这种瞋心伤害了自己的功德，也伤害别人。在经论上对瞋心的对治，其方法有二：

（1）**七重因果法**：此法是观察我们有无量在生命中，每个人都曾经做过我的母亲，对我们有很大的恩德，故应该把自己的个体生命，跟众生的生命建立殊胜的因缘，也就是母子的关系。当人与人之间有如此深厚的因缘，即使彼此间有任何的碰撞，就比较容易包容宽待，而不容易生起对立。所以七重因果法是偏重外在因缘的建立，观想建立自己与众生之间美好的母子因缘。

(2) **自他交换法**：这方法偏重内在心性的平等。我们的个体生命与众生的生命，因过去的业力而创造不同的色心诸法，有男人的色法跟心法，也有女人的色法跟心法，每个人的色心二法皆不相同。当我们把业力所创造的外在形貌，及内心的感受思想，把这些因缘法全都拨开，我们会发觉每一有情众生的内心深处都平等，他希望离苦得乐，我也希望离苦得乐，这样的心情是相等的。今天他会做这样的事，也是想要离开痛苦得到安乐，换句话说，如果我自己站在他的角度，也会做跟他相同的事。透过这种同理心的观察，对众生就能多一份的理解跟包容，因为他这样做不是冲着我，想要伤害我而来的，他只是想要保护自己的生命而已，如是观察就能避免人我的对立。透过这种自我交换的观想，我们就能对众生生起宽恕跟包容。历代的圣贤就以七重因果法及自他交换法，化解与众生的对立，而生起对众生的宽恕与理解。

## 丁二、贡高烦恼障对治

贡高在唯识学上即是「高慢」，什么叫高慢呢？「恃己所长，高举为性。」高慢心是仗恃自己的功德而高举自己。一位修学者透过前面的布施、持戒、都摄六根等，身口意出现很多的善业。仰仗这善业，在与众生接触时，觉得跟众生不同，自己高高在上，别人没有什么资粮，只有自己有布施、持戒乃至忍辱的资粮，故提高了自己的地位，而生起贡高心，所以一个人会贡高我慢，此人多少是有些资粮的。

**汝等比丘，当自摩头，已舍饰好，着坏色衣，执持应器，以乞自活，若起憍慢，当疾灭之。**

**消文** 这段经文是说明对治的方法。身为一位宗教修学者，自己很努力的断恶修善，在这过程中内心善业增长，故提高了自己的地位。要如何对治贡高心呢？佛陀告诉我们有五种的观察方法，以对治贡高。

(一) **当自摩头**：以手摩头，发觉自己头上没有须发的庄严，这是第一个不如人的地方。

(二) 已舍饰好：自己身体的装饰中，没有穿金戴玉来庄严自己，这也是不如人。

(三) 着坏色衣：自己没有如世俗人有五彩美妙衣服庄严色身，所穿的只是坏色衣，这也比不上别人。

(四) 执持应器：应器是吃饭的工具，没有童仆来侍奉，需自己拿钵。

(五) 以乞自活：自己没有财富的积蓄，需仰仗乞求才能过活，这也不如人。

佛陀要一位宗教修学者，观察自己有很多地方不如别人，「自见如是」，看到自己没有种种华丽的装饰来庄严自己，「若起憍慢，当疾灭之。」

**释义** 佛陀在《阿含经》常提到，出家众应如上的观察自己。佛在世时，有一比丘向佛陀告状说，舍利弗尊者的个性非常贡高我慢，他向佛陀举罪。佛陀于是集合所有比丘，请舍利弗尊者解释。尊者说：「我观察今生的身口意三业，这念心所受用的眼耳鼻舌身意的六根相貌，就像一个里面装了油的破旧瓶子，这瓶子破旧有很多漏洞，从里面流出很多的油。观察自己的眼耳鼻舌身意六根，有如一破旧的瓶子，这有何尊贵骄傲的呢？」尊者的这段话有如佛陀的开示：「当自摩头，已舍饰好，着坏色衣，执持应器，已乞自活，自见如是。」佛陀告诉修学者，自己的六根是如此的朴素卑贱，没有什么值得骄傲的地方。

**增长憍慢，尚非世俗白衣所宜，何况出家入道之人，为解脱故，自不应该有憍慢心，甚至世俗的白衣，为追降其身，而行乞耶？**

**消文** 莫说出世的修行者求现世的安乐，都不适合憍慢，何况一位出家的修学者，为追求出世的永恒解脱，降低自己的身份以乞食，岂能起憍慢？佛陀之意，出家众为保持充足的精神体力以修学佛法，不应从事生产的工作，而乞食以过活，则更不应该起憍慢。

**释义** 这里说憍慢心不但障碍出世善根，也障碍世间的福报。中国文化里的《易经》，对生命的趋吉避凶有很透彻的说明。《易经》的「易」字，简单来说就是变

化，它对生命的看法是「祸兮福所依，福兮祸所寄。」人生的福报跟灾难是互含互摄，当福报现前，灾难是躲在里面，福报中隐藏灾难；而在灾难现前时，福报躲在灾难里面，这时的灾难也隐藏种种的转机。灾难跟福报在生命中是不断的变化，所谓的物极必反，福报至鼎盛时，也就是灾难将出现的时候，所以「月圆则缺，花开则落。」当灾难到谷底时，即是生命转机之时。在灾难跟福报不断的替换过程中，我们应该保持什么样的心态呢？《易经》告诉我们应该做两件事：

（一）「积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃。」这是改过积善。

（二）「谦受益，满招损。」不论遇顺境或逆境，永远保持谦卑的态度，这对我们的生命永远有最大的好处。经文说：「增长僇慢，尚非世俗白衣所宜。」世俗人想要趋吉避凶，希望福报能永恒常住，他尚且要谦卑。一个人不论有多大的功德，最好不要把姿态摆得太高，高处是危险的处所。若把姿态放低一点，福报容易长久保存下去，灾难不容易出现，所以说「谦受益」。反过来说，若抬高姿态，则容易折损福报，所以《易经》的看法是要保持谦卑，如此在吉凶祸福中，我们永远是受益者。

### 丁三、谄曲烦恼障对治

什么叫谄曲？「曲」是虚伪的念，「谄」是迎奉的言词。内心有虚伪之心，讲出讨好别人的迎奉言词，称为谄曲。经文共有三段，第一段是总标，第二段是别明，第三段是结劝。先看第一段总标。

**汝等比丘，谄曲之心，与道相违；是故宜应，质直其心。**

**消文** 佛陀告诉比丘说，内心如果是虚伪的心态，表现出谄媚言词，这与修学圣道相违背，这是障碍圣道。「是故宜应，质直其心。」，「质」是不谄，这是外表的正直，讲话时该怎么讲就怎么讲，不要迎奉别人，而应按照道理而讲。「直」是不曲，内心安住于正念，这是内心的正直。如是「质直」才是随顺修学圣道，若经常谄曲，修学戒定慧就有困难，与戒定慧无法相应。



当知谄曲，但为欺诳；入道之人，则无是处。

**消文** 一个人为什么会别人谄媚呢？是因有欺诳有所求时，只好表现谄媚的言词，明明知道这样讲不对，根本与事实不符，但为欺诳对方，表现你对他非常随顺，所以讲出谄媚的言词，这就有欺诳之心。内心安住在圣道上的人，不会做出这种事。

是故汝等，宜当端心，以质直为本。

**消文** 佛陀总结说：一位修行人应当端正道的根本。以正直的心当做修道的根本。

**释义** 藕益大师总结这段经文，很强调一个观念：「直心是道场」。「道」包括戒定慧，道要生起，必须有一个场所，若没准备好场所，道就不能生起，哪一个地方是生起「道」的场所呢？就是正直之心。一位宗教修学者，随顺佛陀思想真理来运作，佛陀告诉我们这件事不该做，那件事该做，我们仰仗对佛陀的信心，相信我们的身口意随顺佛法来运作，能使自己离苦得乐。但这里有一个问题，世间的颠倒众生比较多，心中有光明智慧想要追求圣道的人比较少。若生于正法时代，心中有光明正法的人多，邪知邪见的人比较少。末法时代刚好相反，魔强法弱，一般众生的共识颠倒思想多，有正知正见的人少。那我们该怎么办呢？佛陀告诉我们，应该坚持自己的信念，做该做的事，说该说的话，至于别人心中打什么妄想，先姑且不去管他，不必随顺众生的妄想而转，别人怎么想，那是他个人的事，佛陀的真理是这样说的，我们应该随顺真理而行。这是说，我们不可能让每一个人满意，一位君子的立身处世只能做该做的事，扮演好自己的角色。

中国儒家思想也有类似的想法，如孔夫子说：「不得中庸而与之，必也狂狷乎。」孔夫子认为世间上有四种人：第一种是行中庸之人，这种人最圆满，坚持原则，而又处世圆融，有所坚持有所让步，这种人是千年的冰山雪莲，稀有而不容易找到。第二种人是狂者，如子路等，狂者进取，处事冲动较不圆融，容易得罪别人，但他

心中还有章法道理。第三种人是**狷者**，狷者比较保守，别人不喜欢我做，我就不做，狷者心中也能坚持道理，「穷则独善其身，达则兼善天下。」既然没有兼善天下的因缘，也就自己好好用功，独善其身。孔子说：「必也狂狷乎。」狂狷虽然达不到中庸的标准，但他们还是坚持自己的理想，这种人还是可取的。第四种人是孔夫子所呵责的**乡愿**，「乡愿，德之贼也。」若一味的讨好别人，没有说出自己该说的话，世间的真理就因这些人的乡愿而埋没，大家已不知什么是真理，虽苦读圣贤之书，但说出来的话依然是随顺世俗，圣贤的道理就被这些人所埋没。这里的经文也是这个意思，若经常讨好别人，养成讨好别人的心态，则修戒定慧无法相应，因他的内心缺乏正直的坚持，所以经文说：「**谄曲之心，与道相违。**」

中国儒家思想讲到生命的吉凶祸福，提出二个主要因素：

(一) **命运**：这是先天所带来的，出生以后就有一定的生辰八字，几岁走好运，几岁走坏运，这是不能改变的，命运是过去的业力所创造的生命相貌。

(二) **气数**：这是心中浩然正气的多寡，内心的气数有两种情况：

(1) **君子喻于义**：君子内心随顺天理而行，这浩然正气是集义所生，内心经常随顺天理，做你该做的事，讲你该讲的话，浩然正气强，气数就强。即使被算命先生算定今年有厄运，但因气数强，后天的浩然正气能弥补先天的厄运。

(2) **小人喻于利**：小人内心不根据天理运作，一心只想名利，心随境转，生命完全没有章法，只求现前的快乐，不考虑是否合乎天理，这种人的浩然正气虚弱。气数是后天所栽培，当气数弱时，即使命运好也不能发挥作用。

儒家思想很重视培养浩然正气，浩然正气又要如何栽培呢？这也有一定规则，简单的说即是孟子所说的「**集义所生**」，内心随顺天理而运作。内心有浩然正气，虽今年的运气不佳，但因气数旺，也能扭转命运的不足。佛法的道理亦复如是，当然佛法讲的更深，佛法讲「**共世间修学法要**」，一位修学者在成就出世解脱之前，先保住人天的安乐，也就是先成就内在的气数。佛陀对此开出三种方法：

(一) **对治邪业**：不要造做罪业，遵守佛陀的**根本戒、方便戒**。

(二) **都摄六根**：六根的了别活动，有些是非法，有些是合法，非的要遮止，合法的要鼓励赞叹，如此适当的管制六根的活动。

(三) **对治烦恼**：瞋恚、高慢、谄曲的烦恼要对治，并保持**慈悲心、正直心、谦卑心**。

修持以上三种「共世间修学法要」，即使自己前生的命运不佳，也能弥补、扭转命运。以上是佛陀开导我们追求人天安乐的三大方法。

## 佛遗教经讲记(八)

净界法师主讲

和尚尼慈悲，诸位法师、诸位居士，阿弥陀佛！

请大家打开讲义第十六面，

### 乙二、明不共世间法要

前面的共世间法要，成就人天安乐的果报。这一科不共世间法要，更进一步成就出世间的永恒解脱。在不共世间法要中，要遵守八个规则，透过这八个规则使生命解脱三界的生死，达到涅槃的究竟安乐。

明不共世间法要分八。丙一、**无求功德**；丙二、**知足功德**；丙三、**远离功德**；丙四、**不疲倦功德**；丙五、**不忘念功德**；丙六、**禅定功德**；丙七、**智慧功德**；丙八、**毕竟功德**

#### 丙一、无求功德

无求则是少欲，一位宗教修学者，对于生命的种种资具，如无求即是少欲，对房子、车子乃至至于饮食等等，要减少自己的欲望。这分为二段，第一段先说明多欲的过失。

汝等比丘，当知多欲之人，多求利故，苦恼亦多；少欲之人，无求无欲，则无此患。

**消文** 佛陀告诫我们欲望有三种的过失：

（一）**多欲**：多欲是烦恼障。多欲之人，对于生活资具的质量多所追求，因而产生贪烦恼，烦恼的本质是烦躁扰动，恼害身心，所以多求生活资具，则生起烦恼障，烦躁扰动会障碍自己的寂静安乐。

（二）**多求利苦**：欲望被一次一次的放纵，就会增长广大，而容易造杀、盗、淫、妄的罪业，因欲望无法满足，只好造罪业以满足其欲望。「多求利苦」是业障，造罪业后，这罪业会障碍自己的安乐。

（三）**苦恼亦多**：藕益大师解释这「苦恼亦多」为报障。由前面的罪业，召感当来痛苦的果报，这是报障。

「少欲之人，无求无欲，则无此患。」一个人若能减少对生活资具的欲望，内心安住于无求无欲，保持随顺因缘的态度，则不会有烦恼障、业障、报障的过失。

**释义** 藕益大师对这段经文开示说，一切痛苦是由贪欲所引生，「爱是苦本」。佛在世时曾问一比丘：「如果有人打破你的钵，你是什么心情？」比丘答：「如果有人打破我的钵，我的心会苦恼。」佛陀说：「比丘，你看前面那片森林，有人在偷砍树木，你看到树木被砍掉，你是什么心情？」比丘：「我没有什么感觉。」为什么同样的东西被破坏，这比丘对钵会产生痛苦呢？佛陀说：「因为对钵有爱着心。」若这人是我的亲属，我对他有爱着，所以对他的不利行为就会带给我痛苦。反过来说，如果见到陌生人被伤害，我们却不会感觉痛苦，这是因为人有爱着心的差别。所以对于资具若有种种的爱着，我们就有种种的痛苦。以上说明多欲会带动各种的痛苦，以下说明少欲的功德。

直尔少欲，尚宜修习；何况少欲，能生诸功德。少欲之人，则无谄曲，以求人意；亦复不为诸根所牵。行少欲者，心则坦然，无所忧畏；触事有余，常无不足。

**有少欲者，则有涅槃。是名少欲。**

**消文** 少欲的功德可分成三小段，第一段是总标。「直尔少欲，尚宜修习。」减少欲望至少能减少身心的苦恼，这就值得修习。只要减少苦恼，对我们的生命就很重要，少欲不但能减少苦恼，更能帮助引生种种戒定慧的功德。

第二段别明中，说明少欲为什么能帮助引生戒定慧的功德。分欲能成就善法。一个对生活资具少欲的人，内心没有成二小段，首先说明少欲能离诸障碍。如果减少对生活资具的欲望，内心就不会因为要欺诳别人，讨好别人，而讲出谄媚以迎奉别人的言词，心就能保持正直。所以多欲容易引生谄媚，心若谄媚不正直，则与圣道不相应。「亦复不为诸根所牵。」诸根是指眼耳鼻舌身意六根，有些人六根不容易静下来，外面稍有风吹草动，六根就躁动不安。有些人很容易都摄六根，如有人打佛七，「一句佛号念诵听」，一句佛号「念从心起，声从口出，音从耳入」，只要佛号在心中运转几次，就能把六根收摄在这一念佛号中，「心与佛合，心与道合。」有些人打佛七已经三、四天，他与佛号还是不相应，六根仍向外攀缘。这说明一个人的欲望有差别，若欲望重，他的六根容易被牵动，很难安住在自己的法宝中，这是一种障碍。以上说明，少欲能避免谄曲及诸根容易被牵动的障碍，这是修学佛法的二大障碍。

其次，少得失心，有也好，没有也好，内心坦荡荡，没有忧愁怖畏心。少欲之人对事情也容易感到满足。

最后总结：「有少欲者，则有涅槃，是名少欲。」一个人要追求涅槃，第一个条件就是要减少对生活资具的欲望，这是成就涅槃的基础。

**释义** 今天我们是欲界的果报体，有欲界的色、受、想、行、识，所以我们不可能没有欲望，我们会有饮食、睡眠、种种资具的欲望。这段经文的涵义，是要我们把欲望减少到最低程度，如此才能随顺涅槃。

一般非宗教修学者，他没有克制欲望的念头，若有十分的福报，就享受十分，



有九分的福报，就享受九分。佛陀告诫我们不要享尽福报，印光大师也说，若有十分福报，则可享用三分、四分，最多只享受五分、六分，其它的福报留待临命终时再来享用。他说一个人平时若过于奢侈豪华，临终时会障碍重重，因为已把福报享尽。若临命终时已把福报享尽，也就是罪业将要现出来的时候。有人在临命终时，有众人为他助念，最后在很好的环境中往生，这是因他的福报未享尽，仍有强大的福报力与善业力所致，虽然生命结束，但阿赖耶识中还有很强的善业，因此临命终时，能在容易提起佛号的安适环境中往生。所以我们有二个选择：（1）选择今生在死亡之前把福报享尽，但临命终时障碍重重。（2）选择减少生活的受用，把福报留待临命终的最重要时刻来受用。以上是两种对生命的不同规划。总之一个人的福报是固定的，古人说：「享千金者必千金之人也，享百金者必百金之人也。」一个人的福报是固定的，所以不要享尽福报，而应减少欲望。

### 丙二、知足功德

这二者的总相都是对贪欲的克制，但其知足与少欲有何差别所缘境不同。藕益大师说，少欲的所缘境是针对别人的财物，对尚未拥有的财物不生贪欲之想。知足是针对自己已经拥有的财物，知所满足。这段经文分成总标、别明、结劝等三科，以下先看第一科总标。

所以这二者都是对治贪欲，但少欲是针对他人的财物，而知足是针对自己的财物。

**汝等比丘，若欲脱诸苦恼，当观知足。知足之法，即是富乐安隐之处。**

**消文** 如果想要解脱内心的苦恼，应当安住在「知足之法」，对已经拥有的资具要感到满足。为什么呢？因为「知足之法，即是富乐安隐之处。」知足是富乐之处，也是使我们身心安宁之处，若能知足，生命就能安住在富乐安稳的处所。这段总标是赞叹知足的功德，以下二段的别明，对知足与不知足做一比较。

**知足之人，虽卧地上，犹为安乐；不知足者，虽处天堂，亦不称意。**

**消文** 就正报色身的受用来说，如果知道满足，身体虽睡地上这么卑贱的资具，由于知足，内心仍感安乐。反过来说，不知足的人，虽然色身享用天堂般美好的资具，但内心仍不满意。所以人的安乐与满足与外境无关，而是以心为主宰，心为业主。

**不知足者，虽富而贫；知足之人，虽贫而富。**

**消文** 人若不知足，虽外在资具丰足，但内心总觉不满意，应该再多追求。知足之人，虽然外人看他的资具非常贫乏，但他内心感到富足，生活已非常满意。以上是就依报资具的受用来分别说明，以下是总结。

**不知足者，常为五欲所牵；为知足者，之所怜愍。是名知足。**

**消文** 不知足者的生命，容易被外在色声香味触等五尘境界所牵动，他容易向外攀缘，因不知足，只好向外追求。因他不知足而常感痛苦，知足者对他的苦恼生起怜愍心。

**释义** 我们的明了心识与外在境界接触时，会产生苦、乐、忧、喜、舍等五种感受。唯识学把「苦、乐」的感受判为身受，这是外表感官的前五识感受。第二种是第六意识的分别心所引生的心受，这是「忧、喜」的感受。唯识学认为前五识的感受是不带名言的直觉，如资具贫乏，当然会有痛苦的感受，但这种感受是短暂的，因前五识的感受只能缘现在，不能缘过去、未来，而且前五识不能安立名言思想，所以前五识的感受比较薄弱，所以外在资具对我们内心的感受，其影响是比较间接的。从唯识的角度，我们最强烈的感受是第六意识产生的心受—「忧、喜」的感受。因为第六意识能缘过去、现在、未来，它能安立名言，创造广大的思想，所以它的影响是绵延不断的。譬如你今天刚做完功课，或打完佛七，或拜完八十八佛，内心感到法喜充满，第六意识正安住在三宝的功德境界中，内心有「喜」—法喜的感受。这时你从佛堂出来，即使外在的资具差一点，但因内心充满法喜，你仍然感到快乐。反过来说，若第六意识有障碍，心有千千结，即使食用美食，眼见美色，你还是不

快乐。所以第六意识的感受，引导整个前五识的感受，因前五识的感受只是一时的刺激而已，但第六意识的感受在心中能相续不断。我们都想离开痛苦得到快乐，但我们一直没能找到痛苦与快乐的关键点。前生的善、恶业力，所创造的外在资具是助缘，它会影响前五识的感受，但重点在第六意识，若想离苦得乐，一定要感到知足。如一个人身上有五仟元可受用，五仟元有五仟元快乐的方法；身上有一万元，一万元有一万元快乐的方式。若不能知足，无论身上有多少钱也无法得到快乐，因为你没有掌握到快乐的重点，也就是说，快乐有一个门，你并未进入快乐之门。所以外在资具对快乐与痛苦的影响不大，所以这段经文说，身体卧于地上，若能知足，仍感快乐；若不知足，即使身处天堂，依然不感快乐，因为你没掌握快乐的根源，快乐的根源在于第六意识的思想，这才是关键点。

从经文上来看，这里的少欲知足，佛陀是偏重在离苦得乐，佛陀的意思是「**少欲者少烦恼，知足者常安乐。**」少欲知足是减少烦恼得到安乐的方法。但当我们读到后面的经文，其实这段经文有更深一层的涵义，它不只说明生命暂时离苦得乐的方法而已，这里佛陀是要我们把握珍贵的精神体力修学圣道。能**少欲知足**，才能把握生命中最为珍贵的精神体力，修学止观，调伏心中的颠倒，否则精神体力都耗在追求外在的资具，根本没有充足的时间与精神专心修学佛法，这是此段经文更深一层的涵义。

### 丙三、远离功德

藕益大师把远离功德分成三段，第一段是**自性远离门**。自性是指每一个人的现前一念心性，心性本质远离种种的愤闹，本性是寂静的，所以我们远离愤闹是随顺本性，因为我们本性中没有愤闹，换句话说，愤闹是我们向外攀缘所生起的。所以自性远离门，从自性的角度，根本没有愤闹的相貌可得。

汝等比丘，欲求寂静、无为、安乐，当离愤闹，独处闲居。静处之人，帝释诸天，所共敬重。

**消文** 佛陀告诉我们，修行人应有志于追求以下三种功德：

（一）**寂静**：蕩益大师解释寂静就是空三昧，空三昧是观察**我空**真理而成就三昧。在我们的一期生命中，由业力所创造的色受想行识五蕴，凡夫认为五蕴诸法有一个「恒常住不变异」的我，小时候的我跟长大后的我一样，今生的我跟来生的我也相同，皆有一个不变异的我。佛陀要我们修无常观，观察五蕴的身心，不论是外表的身相或内在的感受、思想，从小到大都是不断的变化，所以「恒常住不变异」的我是不可得，我执是自己所捏造出来的虚妄之物。我们的身心世界其实是刹那刹那的变化，一期生命的业力释放出来，创造一期的五蕴身心，这一期生命的业力释放完毕，又释放下一期生命的业力，如此又创造一个新的五蕴身心。这个五蕴可能是男人或女人，死后又从心中释放一期生命的业力，又创造一个身心世界，如此的身心相续而已，并没有一个恒常住不变异的我。当我们修我空观，消灭心中的我执，内心就出现寂静的相貌，没有生灭的扰动相。

（二）**无为**：无为是无相三昧，前面的寂静是我空观，无为是**法空观**。透过我空观，消灭心中的我爱执，内心从扰动相变成寂静相，这时观察寂静相也是如梦如幻不可得，连寂静相也不可得，寂静之法也是因缘所生，它的自性也是毕竟空，所以无相三昧是法空观。

（三）**安乐**：安乐是无愿三昧。修前面的**我空观、法空观**，把心从对外在的攀求带到内心的寂静深处，把心带回家，这时内心现出安乐的相貌，故对三界的果报再也没有希求之心，这是无愿三昧。

以上三种功德是出世圣道最为重要的三三昧，或称为**空、无相、无愿**三解脱门，是出世的究竟安乐，这种安乐是不可破坏，因此称为究竟安乐。

身为一位修行者，如果有志于为自己的生命创造寂静、无为、安乐的功德，「当离愤闹，独处闲居。」我们应该对自己的生命有所规划，「当离愤闹」，愤是指事物烦乱，闹是声音嘈杂。我们应该远离人事的干扰跟嘈杂，「独处闲居」，处所要

独处，远离人群的干扰；闲居是没有事务的纠缠。如能远离喧闹，安处寂静，修学空、无相、无愿三昧，这是帝释乃至诸天所共同尊重。在三界的果报中，帝释最为尊贵，也就是说，寂静、无为、安乐是出世的无漏功德，这是帝释所没有，因帝释虽享受人天的快乐，但「**饶汝千般快乐，无常终是到来。**」三界的快乐不能作为究竟依止处，因为这快乐总有一天会丧失。但得到寂静、无为、安乐以后，永远不会丧失，所以帝释对这种功德特别尊重赞叹。当然要得到寂静、无为、安乐的前方便，就是必须远离喧闹。以下第二段是**修习远离门**，讲到如何修学。

**是故当舍，己众他众，空闲独处，思灭苦本。**

**消文** 我们既然知道寂静、无为、安乐的功德，它无法在扰动的状态下成就，必须在独处闲居中才能成就，所以一位修行者应该有二个修学内涵：

（一）舍离己众他众：这是从前方便来说。他众是指外在眷属的干扰，修学者在刚开始修行时，不要攀缘太多的信徒。「己众」是指对自己五蕴身心的追求，对自己色身一时的感受，不要太在意，对自己打的妄想也不要当作一回事。

（二）思灭苦本：除了远离己众他众，自己的明了心识要「思灭苦本」，内心专一的思惟佛法的真理，思惟圣道。这里的「道」不是前面人天安乐的业果道理，而是思惟我空、法空真理，消灭生死轮回的根本。以上说明修习远离的方法，先远离己众他众，然后再正修「思灭苦本」。

**若乐众者，则受众恼；譬如大树，众鸟集之，则有枯折之患。世间缚者，没于众苦；譬如老象溺泥，不能自出。是名远离。**

**消文** 这一段是「受用诸见门」，如果我们不远离喧闹，就会产生很多的邪见过失，所以修行者若不想远离己众他众，会受众多的苦恼，这苦恼有二：

（一）他众的干扰：他众就是眷属，「**譬如大树，众鸟集之，则有枯折之患。**」有戒定慧功德的人，犹如大树能庇荫众人，但因没有适当远离他众，有太多的鸟停在树上，结果导致大树枯折。这是譬喻说，为了应付众多信徒，自己的心思攀求散



乱，使好不容易栽培的戒定慧功德，就在愤闹中被破坏掉了。为成就前面的世间福报，不一定要远离己众他众，因它是比较粗的。但戒定慧的功德是出世的功德，它并不容易得到，得到以后若稍微不慎，很快就会失去。成就出世功德要付出很多精神体力，但成就后它却是如此的脆弱，若不善加保护，可能几十年的功力就会丧失。「譬如大树，众鸟集之，则有枯折之患。」这棵大树要栽培起来相当不容易，需要几十年的心血，但因没善加规范外在眷属，结果大树就枯折了。以上是他众外在眷属的干扰。

（二）。内众的干扰：这是自己五蕴身心的攀求干扰，世间的系缚，有如老象溺泥，老象的行动缓慢，是譬喻初学者的障深慧浅，观慧薄弱，情执深重，犹如老象前进本来就很难，不幸的，牠又掉进淤泥中。这是譬喻说，若不收摄五蕴身心，整天只在人事的是非中打转，结果「不能自出」，有如老象本来就没有什么力量，却又不走干净的道路，偏偏要行走于污泥中，因此很难从障碍中解脱出来，这是佛陀要我们远离的主要因素。

**释义** 宗喀巴大师说，菩萨道的大悲心是以出离心为基础，也就是说，菩萨的心情是远离愤闹，好乐寂静。但菩萨不能舍离颠倒的众生，所以菩萨即使在愤闹的环境，还是依止大悲心，非依止攀缘心。由此处的经文可以看出，声闻法是菩萨法的基础，经文的「少欲知足，远离愤闹」是声闻法，但如果没有经过「远离愤闹」的过程，而直接发动大悲心，这大悲心恐怕会夹带攀缘心的杂染，这就容易有过失，因为「心为业主」，内心若有问题则所创造的一切业都有问题。禅宗的修学，认为修行有三个次第：

（一）**见山是山**：有些人初学佛法，因为唱炉香赞他就开始护持三宝，做一些人天的善法，这时他的内心跟过去没有多大的差别，这是见山是山。以前他看到的是什么样，现在还是什么样，但他内心基本上对三宝有欢喜心。

（二）**见山不是山**：他开始远离愤闹，不再跟别人往来，内心开始回光返照，

收摄向外攀缘的六根，专心思惟佛法的道理，这时他见山不是山，所谓「整天吃饭，未吃一粒米」，内心已不向外追求。这是一个非常重要的过渡时期。

（三）见山还是山：这是从空出假。

一位菩萨学者，若刚出家没多久而激发他的善根，就去度众生，这可能会有问题。如果没有经过大死一番，整个身心世界对真理的观察，没有透彻的胜解，行菩萨道时，可能会有过失出现。所以藕益大师一再强调，若无高超的见地，绝不可能栽培高超的品格，因为遇到诱惑时，你没有办法控制自己。一个人能「为他人所不能为」，这来自于他对生命真理的通达了解，为什么他对生命能有这么高的智慧呢？因他有一段时间息诸缘务，专心学习思惟，这个过程是非常重要的。虽然这时你对佛教界、众生完全没有贡献，但你不能忽略，以后之会有广大贡献，就是在此时所栽培的。所以佛陀要我们少欲知足以减少体力的耗损，并远离愤闹，思灭苦本。从出世间的功德来说，正行虽是禅定跟智慧，但如果没有具备前面的前方便，后面的功德则无法生起。

## 佛遗教经讲记(九)

净界法师主讲

和尚尼慈悲，诸位法师、诸位居士，阿弥陀佛！

请大家打开讲义第18面，

丙四、不疲倦功德

藕益大师把本经的正宗分分成二科：（一）共世间法要。（二）不共世间法要。也就是说，整个《佛遗教经》的修学有二个主题，一是成就人天安乐的果报，二是成就出世的解脱功德。这二个修学主题的差别因缘，龙树菩萨在《大智度论》上说：「佛法大海，信为能入，智为能度。」佛法所包含的功德，甚深广大，犹如大海，

这功德大海在修学中有二个主要的内涵：

一、**信心**：初学佛法是仰仗对三宝的一份清净信心，相信三宝的功德无所不在，三宝有足够的力量救拔我们，使我们离苦得乐。所以初学佛法是依止信心而皈依三宝，或者在家，或者出家，依止信心修学一切善法，断除一切恶法。但这样的信心，基本上有二种的过失：

（一）由于内心没有生起如实的智慧观照，这念心与境界接触时，仍安住在颠倒妄想的状态。也就是说，这念明了的心还是跟着感觉走，随顺自己的直觉做事，这直觉是多生多劫的等流习气，我们依止习气推动身口意的造作。在信心的支持之下，虽能断除一部分的恶法，修学一部分的善法，但因缺乏智慧的观照，这样的盲目行动，不能召感殊胜的果报，所以印光大师说，没有智慧的引导，「虽修妙法，感果卑劣。」有如一个人没有眼睛的引导，只有双脚的盲目行动，这样的行动不能产生很大的前进效果。所以没有智慧观照的第一个过失，善法的果报变成不殊胜，「虽修妙法，感果卑劣。」

（二）心中如果没有智慧的观照，当遭遇逆境时，身为一个凡夫，内心有烦恼障、罪障及老病死的障碍，在这三种障碍的刺激之下，这念清净信心很容易遭受破坏。所以只有信心而无智慧的观照，在逆境时可能退失佛法的善根，而有退转的过失。

基于以上两种的过失，龙树菩萨勉励我们，**成就信心后要进一步增长心中的智慧**：

二、**智慧**：智慧的观照在本经中共有二种：

（一）**共世间的业果观照**：透过对业果的观照，我们能生起三种的法门：

（1）**对治邪业**。（2）**都摄六根**。（3）**降服烦恼**。使身口意三业安住在善法中，所谓的发好心、说好话、做好事，发好心在本经中强调**慈悲心、正直心及谦卑心**。这是以善法的观照，破除心中的恶法。在人天的修学中，这观照力偏重在有相的业果智慧。

（二）不共世间的二空观照：这是透过八个法门，成就出世的我空、法空的无相智慧，这种智慧的观照使我们进一步返妄归真，转凡成圣。这八个法门在本经是：

（1）无求功德。（2）知足功德。（3）远离功德。（4）不疲倦功德。（5）不忘念功德。（6）禅定功德。（7）智慧功德。（8）毕竟功德。透过这八个法门，把前面的有相智慧，提升到无相的智慧，现在讲到（4）不疲倦功德。

前面的少欲知足，远离愤闹，使修学者保持珍贵的精神体力，有足够的精神体力之后就要精进，不疲倦就是精进。精进的体性是「于断恶修善事中，勇猛强悍，而为体性。」我们在断恶修善的过程中，一定会出现障碍，可能是自己身心的障碍，也可能是外在环境的障碍。我们面对这样的障碍，内心毫无畏缩，勇猛强悍，不畏惧障碍，当这种心情生起时，则安立为「精进」。不疲倦功德分为二科，先说明精进的功德，再说明懈怠的过失。

汝等比丘，若勤精进，则事无难者。是故汝等，当勤精进；譬如小水常流，则能穿石。

消文 一个修学者，心应安住于精进，藕益大师解释「精」是专一不杂，对所修学的法门，专精而不夹杂，譬如念大悲咒就专心的持大悲咒，念阿弥陀佛就专心的念阿弥陀佛，不要改来改去，专精而不夹杂；「进」是相续不退，精进不只要专一，而且要相续不断，不能有所退失。不论修学任何法门，只要内心安住在「精」及「进」，专一而相续，即使是出世的功德，也都是可以成就的，换句话说，成功的秘诀来自于**精进**。佛陀对于精进之法譬喻说：「小水常流，则能穿石。」我们无始劫来所累积的烦恼跟业力，有如石头般坚固，但「小水常流」，水滴虽如此柔软，数量只一滴一滴的如此稀少，但重点在于它常流，能专一而相续不断的在同一点上流动，如屋檐的水滴专一相续的滴在同一点上，就能冲破坚固的石头。这说明只要依止精进之法，你心中任何的理想目标都可以成就，所以精进是成功的主要因素。

若行者之心，数数懈怠；譬如鑽火，未热而息，虽欲得火，火难可得。是名精

进。

**消文** 这段是以精进的相反对比，说明懈怠所产生的过失。假设心不是精进之心，而是「数数懈怠」，心常懈怠，对于所修学的法门容易放弃，无法相续不断。犹如鑽木取火，在木头都还未热起来，就半途而废，则永远不可能生起火，因在鑽木时，温度才刚有点热就放弃，温度就停息，下次鑽木时，依然是温度有点热又停息，则永远生不起火。所以一个人若容易懈怠放弃，则很难使目标成功。这就是无始劫的流转中，虽修众多妙法，但都没有成就的主要因素，就是因「**数数懈怠**」。

**释义**《瑜伽师地论》对精进解释为「**坚固决定**」。若修学人天善法，不一定要精进，譬如今天做义工，明天休息不做了，这没关系，修学人天善法可以中途休息，不一定要相续不断。但若有志于修学出世功德，精进则非常重要，因修学人天善法并没有碰触内心的烦恼业力，烦恼业力仍保存着，在烦恼业力中修学一些善法，犹如不想把肮脏的水沟清理干净，只是在肮脏的水沟中丢下一些钱币，如此而已。但要修学出世的佛法，就必须把整个水沟清洗干净，所修学的止观一定要能对治烦恼业力。这里就会有问题，你要对治它，它就要反抗你，智者大师说：「**道高方知魔障**。」所以修出世间善法，愈修学愈精进，魔障就愈多。这考验一个修行人，是否能坚持不放弃，这是成败的关键。

《念佛法要》讲到一个公案：清朝有一钱万镒居士，他开酒店卖酒兼卖肉，因此造了很多的杀业。后来他遇一善知识开示，方知卖酒肉的果报，来生当堕三恶道，于是至诚忏悔后并关闭酒店，以后便从事正当行业，晚上专心念佛。念了几年后，他其中一个儿子生病死亡，很多邻居讥嫌他，以前卖酒时生意兴旺，身体健康，家庭如意，现在念佛，儿子却病亡，但他「**坚固决定**」，又继续念了几年佛，他的妻子又死亡，邻居的讥嫌更严重，没有一个人支持他念佛，但他内心依然**坚固决定**。又过几年，他自己也得重病，似得肺结核而吐血，钱居士于是对家人说，从现在开始不要提供任何饮食，他要专心念佛，求生净土。如是念了七天七夜都没睡觉，专



心念阿弥陀佛。念了七天后，他突然神识昏乱，家人赶紧找来教他念佛的善知识帮忙，善知识呵责他说：「你念佛已念这么久，现在是关键时刻，你不应该起颠倒。」这居士有善根，经呵责后，突然间生起观照力，他就醒悟了，于是猛力出声念佛，就冲过颠倒的昏昧状态，佛号更加清楚分明，后来于念佛声中，见到西方三圣现前，钱居士便对家人说：「吾已游净土，见无数莲华，吾坐其中，乐不可言。」不久即往生。《念佛法要》的作者注解道：「大担将成，羣魔环绕。」有大功德要成就之前，一定要把内心的烦恼罪业先逼出来，因为烦恼罪业与清净功德不能兼容。若修学人天善法，烦恼与善法可以相容，一方面纵容烦恼，一方面修学善法，这是可以并存的，但出世间法则不同，因出世解脱法是整个生命的扭转，是从虚妄颠倒的境界，转成无漏的心态，所以烦恼罪业一定要先逼出来。问题在于是否能熬得过这黑暗的过渡时期？这是个关键点，我们内心若能「坚固决定」，绝不放弃，坚持所皈依的法宝，绝不退却，这个人终究决定成功。所以经文说：「譬如小水常流，则能穿石。」若能只问耕耘，不问收获，点点滴滴从因地栽培，不论遇到任何逆境，绝不退转，最后才能成就佛法出世的功德。假如数数懈怠，最后一事无成，这是佛陀要我们培养专一相续的坚固精进心，其中的主要理由。

### 丙五、不忘念功德

不忘「念」的念是正念。是指「于曾习境，令心明记不忘，而为体性。」对已经修习的佛法，经常明记不忘，对所修学的法义能忆持在心中而不忘失。所以「不忘念」简单的说就是正念常在，能保持内心的正念。这分成二段，第一段先说明不忘念的功德。

汝等比丘，求善知识，求善护助，无如不忘念。若有不忘念者，诸烦恼贼，则不能入。

消文 一位佛法初学者，内心总夹带着烦恼跟罪业，所以初学者的心情，总希望有大善知识来帮助自己，初学者有这样的心情是可以理解的，盼望能有入圣位的

善知识来保护自己，加持自己，使自己离开障碍，得到种种安乐的果报。但这样毕竟是心外求法，所以佛陀说，不要向外追求，我们希望别人的保护，这保护不是从外面而来。如果不能求外面的保护，那么要求谁来保护呢？「无如不忘念」，我们应该追求心中的正念来保护自己。我们现前的一念心识，这明了分别的心识所表现出来的功能主要有二：

（一）**随顺欲望**：这念心识随顺自己的欲望、情绪、感觉，也就是随顺着受想行识的颠倒感觉，发动它的作用。这种随顺欲望的心念不能保护我们，于是魔王能得其便。

（二）**随顺真理**：这念心识随顺佛法真理来思惟，思惟生命的快乐跟痛苦是有一定的因缘，这因缘主要是业力，善业决定召感安乐果报，罪业决定召感痛苦果报，「万般皆是业，半点不由人。」内心若能随顺真理思惟，这样的心念称为正念，这正念在心中生起时，魔王不能得其便，烦恼不能恼害你，罪业不能障碍你，老病死不能障碍你，心中安住于正念，这是最好最直接了当的加持保护。所以佛陀劝勉我们，如果真正希望加持保护，不需要向外追求，应该保持正念。在三界流转中，最能加持我们的是心中的正念，所以求外在的善知识，不如求内心的不忘念。「若有不忘念者，诸烦恼贼，则不能入。」一个人若能经常保持智慧的观照，保持如理的作意，即使心中有很多的烦恼跟罪业，但因心中有正念的观照与保护，烦恼贼就无法伤害我们。

**释义** 佛陀在经典上对正念讲出一个譬喻：有一贫穷人家，因努力工作而积累了很多的财宝，他如何保护这财宝呢？他买了一栋房子，把财宝藏于屋内，又请一大力士当警卫来看守，如果是好人才让他进去，若是坏人就不让他进入屋内破坏财产，这守护珍宝的大力士就是正念。我们之前好不容易透过少欲知足，远离愤闹，精进修诸善法，这时我们要如何保护功德呢？就是要安住在不忘念中。藕益大师对不忘念解释说，虽然不忘念包括了止跟观，但主要以观照的智能为主。藕益大师把正念

分成三个层次：

(1) **闻慧**：这是闻所成慧，刚开始听闻佛法，内心生起正见，知道什么是善法的因缘，什么是恶法的因缘；什么因缘带给我们安乐，什么因缘带给我们痛苦。透过这样的正见，引生增上惭愧，内心开始尊重善法，呵责恶法。闻慧本身不能完全调伏烦恼，应该再进一步修思慧。

(2) **思慧**：思慧是把所听闻的法义，在寂静心中，一次又一次的去数数思惟。经由数数的思惟，把文字的法义转化成内心的观照智慧。这时的思慧因为对法义作深入的观察，内心产生坚定的理解，所以思慧有调伏烦恼的力量。这里经文「**不忘念**」的正念是指思慧，就是透过闻思所产生的观照力量，这观照的力量能保护我们不受烦恼、业障及老病死的伤害。

(3) **修慧**：思慧再增长就变成修慧，修慧能断惑证真，后面的禅定跟智慧即为修慧所收摄。

是故汝等，常当摄念在心。若失念者，则失诸功德。若念力坚强，虽入五欲贼中，不为所害。譬如着铠入阵，则无所畏，是名不忘念。

**消文** 这段经文是结示劝修。佛陀告诉弟子们：「**常当摄念在心**」，要把如实观照生命真相的正念，经常收摄放在我们内心中，所谓「**心常觉照，不随妄转。**」心中要经常保持觉照的力量，为什么呢？假如不能摄念在心，内心总是跟着感觉走，那么在佛堂用功所成就的功德，很容易被烦恼、业力所破坏，所成就的功德不能得到保护。反过来说，如果经常把内在的观照力，摄持在心中，即使入于杂染的财色名食睡的境界中，也不为所害。这里佛陀讲出一个消息，「**念力坚强，不为烦恼所害**」，这给我们很大的信心。其实世间上有邪与正两种力量，这段经文明显说明「**邪不胜正。**」若邪不胜正，为什么我们内心会生起邪念呢？因为我们的正念不足，有如房子为什么黑暗呢？因为光明不足。譬如拜完一部八十八佛，或打完佛七，心中有了正念。若心中有正念，即使遇到污染境界，「**心常觉照，不随妄转。**」别人虽

触恼你，你并不在意。如果内心没有正念，心中空虚，有一点恶因缘的刺激，自己就会起烦恼。所以一个人是否会起烦恼，重点不在于外面的境界，而是心中是否有法宝。所以修行不是让眼睛不看东西，耳朵不听闻，而是心中要栽培正念。「譬如着铠入阵，则无所畏。」心中有正念力的人，犹如穿着坚固的铠甲，虽然处在刀、枪的危险军阵中，刀剑也不能伤害他。这是说，**不忘念**对修行者的功德，有保护的作用。

**释义** 精进与不忘念之间的差别，精进的体性是勇悍，所以偏重在身、口的行动力，如往生咒、大悲咒一天持几百遍，这是精进，对所修的法门能专一相续不断的用功；不忘念则偏重在内心智慧的观照力。

藕益大师说，**不忘念**是一切善法的前导，善法本身没有方向，必须有正念做引导，才能决定它的方向。譬如《八大人觉经》的翻译者安世高尊者，他成就圣道后来中国，在洞庭湖遇到前生的同学，他同学虽持戒修福，但内心起颠倒，瞋心极重，因内心没有观照力，结果持戒修福的善业变成一条大蟒蛇。所以善业本身并不能决定生命的方向，它只能成就安乐的果报，但这安乐果报是在人天受用，或在出世的善根受用，甚或在卑贱的三恶道果报受用，关键点在于心中是否有正念。

中国戒律的特色来自于道宣律祖戒体的观念，佛在世时讲戒并没有所谓**法体形象**的观念。道宣律祖身为一代祖师，他的不可思议功德是把戒法开出法体形象，尤其是安立**戒体**，这是中国律学上特别殊胜的地方。当然戒体的有无，到底哪一个人是否得戒，中国佛教有很多人提出见解，也有很多辩论。如果站在实法的角度，实法中的戒体是色法，它是「有表色」，必须表现出来，由身、口的造作来决定戒体的有无，因为它的戒体是色法。所以依「有表色」的角度，实法中在判断戒体的有无，完全看仪规是否如法。但道宣律祖提出另一种思考，戒体也有圆满的戒体，这是阿赖耶识的善种子，也就是圆净发心时，心中所起的作意。所以道宣律祖戒体的观念偏重在善功能善种子，种子就是一种功能。这是说，心境接触时，「于诸过境，

能忆能持能防。」若能产生防非止恶的功能，这就是戒体。我觉得戒体的有无，别人不用多说，自己是否有戒体，自己应该最清楚。当心跟染污境界接触时，心若堕落于欲望的颠倒，对恶法完全没有排斥性，心中无法生起防非止恶的功能，如果说自己有戒体，为什么这戒体不能产生作用呢？有体一定有用。当心跟杂染境界接触时，心中会产生保护自己的功能，会从颠倒中省悟过来，告诉自己不可这样做，这表示自己一定有戒体；因为有生起防非止恶的功能，表示自己一定有善种子，善种子绝不会凭空跑出来。当然我们第一个戒体是来自于如法的仪规操作，然后面对殊胜境界的发心。但诸位要知道，既然它是阿赖耶识的善种子，种子是生灭法，它会增长或减少，它不是涅槃的不生不灭，种子是会生灭的。所以即使刚开始受戒时是如法的受戒而得到戒体，如果受戒后不用佛法来熏修栽培它，它也会退失。所以这段经文的不忘念，告诉我们要经常加强正念，否则受完戒后，它也不是永远有这种功能，需不断从佛法闻思中，加强自己的正念，善功能才会增长广大，所以佛陀告诉我们：「是故汝等，常当摄念在心。」加强自己的观照力，对于已经成就的布施、持戒、忍辱的善法功能，加以适当的保护，不致被烦恼跟罪业所破坏，以上是不忘念的功德。

## 佛遗教经讲记(十)

净界法师主讲

### 丙六、禅定功德

出世修学法要共有八个法门，佛陀在修学次第上是由粗而细，前面的不疲倦及不忘念法要是比较粗浅的，以下的禅定跟智慧，心的活动是比较细微。首先解释禅定的体性：「以善缘心，心一境性。」禅定的功德要具足两个相貌：

(一) 以善缘心：在专注的过程中，必须与无贪、无瞋、无痴的善心相应，也



就是说，如果与贪、瞋、痴相应，虽然心很专注，这种专注不能安立为禅定，禅定必须与善法相应，这是第一个标准。

（二）**心一境性**：虽然修学善法，但心安住于攀缘状态，这也不是禅定，心必须专一安住在单一所缘境，如前一念是佛号，下一念也是佛号，第三念也是佛号，必须心一境性，只能在单一的所缘境上安住。当我们以善法的心，在单一的所缘境上，专一相续的安住，则安立为禅定。

**汝等比丘，若摄心者，心则在定；心在定故，能知世间生灭法相。是故汝等，常当精进修习诸定。**

**消文** 这段是赞叹禅定的自性功德。佛陀在讲到功德之前，先说明禅定的因相与果相。因地的修学是「**若摄心者**」，摄心是修学禅定的主要方法，摄心简单的说就是收摄这念攀缘的心。宗喀巴大师对如何收摄攀缘心，开示有三个法门：

（一）**善取所缘境**：圣人的无漏心识与凡夫有漏心识不同，圣人的心无着，心不染着于色声香味触法等六尘境界，他以无着为住，所以圣人修禅定不一定要有所缘境。但凡夫心一定要有所住，所以在修学禅定时，先要选择一个所要安住的所缘境，这个所缘境必须要跟所修学的目标相应，所以称为「善取」，善于抉择自己的所缘境。智者大师讲《法华玄义》，他说修学佛法的所缘境有三个主题：

（1）**众生法界**：这是以凡夫的杂染五蕴，以色受想行识当做禅观的所缘境，一般南传佛教的修习止观，欢喜以五蕴身心为所缘境，尤其以色蕴的出入息为所缘境。若以五蕴的杂染身心为所缘境，他的止观是偏重在出离、呵责五蕴，以出离五蕴身心为禅观的内涵。

（2）**佛法界**：这是以诸佛菩萨的清净功德为所缘境，如密宗及净土宗的修学本尊相应法，强调凡夫跟诸佛菩萨的感应道交，譬如想要跟阿弥陀佛感应道交，则要忆念弥陀的圣号，持往生咒，观想弥陀圣像等等。这种以佛法界为所缘境，是以本尊的名号、功德、相好为所缘境，依止这样的观想忆念而跟自己的本尊感应道交。

这时的心情是赞叹、皈依的心，与前面的以众生法界为所缘境，心情是厌恶呵责的心，这二种观法的心情是不同的。

(3) **心法界**：智者大师说，不论是以佛法界或众生法界为所缘境，这都是有相行，一是清净相，一是杂染相，都是有对待相的所缘境。第三种是以凡夫现前一念心性为所缘境，观照现前一念心性即空、即假、即中，这是观察现前一念心性的真如理性。智者大师说，这种的所观境是无相，所观察的是离诸分别、对待的真理。天台宗、唯识宗、禅宗等的修习禅观，他们欢喜以观心法门为所缘境。总之，我们在修禅定收摄身心时，首先要选择与自己相应的所缘境。

(二) **专注力**：「心于所缘，专一安住。」自己要在所缘境中，培养专注力，强迫这念攀缘的心，安住在所缘境上，「不能念，要它念；不能专，要它专。」如是培养自己的专注力。

(三) **相续力**：「心于所缘，相续安住。」前面的专注力是生善，这相续力是破恶。在专注的过程中，我们会遇到修禅定的两个障碍，一是昏沉，一是掉举，自己应该善加对治，使专注力能相续而不断。

以上修习禅定的因相，共有三个主题：①善取所缘境。②心于所缘，专一安住。③心于所缘，相续安住。

透过以上三种法门的收摄内心，会产生一种功德—「心则在定」，这时心从散乱的攀缘心变成「心一境性」，心一境性有三种功德相貌可加以判断：

(一) **明了**：成就禅定时，心有殊胜的明了性，不像凡夫的心是一种昏昧的状态。

(二) **寂静**：成就禅定时，心有殊胜的寂静，没有凡夫散乱的扰动相。(三) **安乐**：成就禅定时，心有殊胜的三昧乐。

以上禅定的明、静、乐是禅定的果相。透过前面的收摄内心，而成就禅定，为什么要修禅定呢？佛陀讲出一个理由：「心在定故，能知世间生灭法相。」透过禅定的修学，能如实了知世间的差别因缘，这里的了知差别因缘相就是一种神通，如

天眼通或宿命通等。世间有为诸法的变化，吉凶祸福的出现，它都有征兆，所谓「月晕而风，处润而雨。」见到月亮有晕，知道明天要起风；看到木头湿润，知道明天要下雨。世间吉凶祸福的出现亦复如是，都有征兆，一个人若内心寂静，他就能见到这些将要出现的征兆。我们不要把禅定看得很神秘，若经常能摄心，把扰动粗糙的心，透过专注力与相续力的收摄，内心寂静后你就会知道一些消息，知道自己或别人可能会发生什么事，这都是正常的状态，因为你的心寂静，所以能观察到这些征兆，这是禅定的功德—「心在定故，能知世间生灭法相。」所以佛陀劝勉我们应该修习禅定。以上是禅定的自性功德，以下说明禅定的增上功德，修禅定是为成就佛法的增上，这才是修习禅定的重点。

**若得定者，心则不散；譬如惜水之家，善治堤塘。行者亦尔，为智慧水故，善修禅定，令不漏失。是名为定。**

**消文** 若心安住禅定，心则不散乱，心是明了寂静，寂静而明了的状态。这有什么好处呢？「譬如惜水之家，善治堤塘。」水有洗除污垢的功能，若想保存水，必须「善治堤塘」，堤塘是四边有墙壁的蓄水池，有蓄水池才能储存水。同样的，若想成就无漏的智慧水，以洗除内心烦恼跟罪业的污垢，就必须修学禅定的专注，透过专注的力量，方能提升自己更高深殊胜的智慧，这是修习禅定的主要理由。

**释义** 前面的禅定是成就世间福报的神通，这里佛陀提升禅定的功德，说明禅定能开展我们的智慧。经文的「善修禅定」，藕益大师提出三个法要：

**（一）成就安稳心：**禅定它必须在安稳的状态下才能修学，这安稳包括**调身、调息、调心：**

**（1）调身：**修学禅定要注意调和色身，打坐时，色身由粗而细都有一定的章法。譬如工作后进入佛堂，不能马上禅坐，要先拜佛让身心气血调和，然后再经行、静坐，因为身体的活动，有由粗到细的次第。同样地，由禅定出来时，不能马上去工作，必须稍微经行缓和一下，再去工作。

(2) **调息**：气息也是要由粗到细，使气息缓慢而深长。

(3) **调心**：调心使它不落入掉举或昏沉，高低起伏的心能中和。以上是成就安稳之心。一般修学人天善法，不一定要求内心的安稳，心即使在散乱状态也能修学善法，但这里是讲修学出世间的功德，所以要先调和身心，使内心安稳。

(二) **思惟禅定功德**：禅定的修学是难得易失，很难很难成就，但得到以后却很容易退失，所以我们应该思惟禅定功德，使自己对禅定生起希求之心。如何思惟呢？思惟成就禅定，当下身心安乐。我们欲界的身心是粗重的，得禅定能破除粗重性，让你的身心感到轻安，轻安的快乐即是一种功德。其次，也是更重要的，思惟透过禅定的修学，能使内心产生强大的明了性。所有的法门无论有多么的殊胜，都是由心所操作，**心是能修，法是所修**。如观世音菩萨在《大悲咒陀罗尼经》说，观世音菩萨持大悲咒，从初地直超第八地，而我们经常持大悲咒，感觉灭恶生善的功能似乎没有那么大，为什么持同样的咒，表现在观世音菩萨的内心有这么大的力量，而在我们内心所表现的力量却那么薄弱呢？这是因为我们的心散乱。虽然法宝的力量很大，但散乱心与法宝接触时，功德却开展不出来。又如《楞严经》中，佛陀对楞严咒功德的赞叹，那是无以复加的，它能灭除所有的罪障，但即使我们每天持楞严咒却达不到这功德，这是因为我们的心散乱。所以若能加强心的专注力，这件事就不可思议了。若心多一分的专注力，所有行为的功德全都往前推进，因心的堪能性增强，造业力也随之增强。所以若在某个法上用功，这只是加持这个法，但加强专注力，却是增强所有法门修学的力量，所以专注力对我们非常重要。以上是思惟禅定有加强自心堪能性的功德。

(三) **思惟生死过患**：思惟生老病死的过患，产生恐惧之心。若是修学净土法门者，思惟阿弥陀佛的佛号虽然有无量光、无量寿的功德，但念佛时心若散乱不专注，这样的念佛救不了自己，若继续在三界流转就有三恶道的过患，有刀山油锅之苦。由于对三界流转生死有恐惧之心，这时就知道修专注力的重要性，而要求自己

栽培专注力。

佛在世的时候，有一比丘离开僧团住茅篷达十二年之久，但他修学所有法门都没有成就。佛陀的大悲心得知后，就化成一行脚比丘与他共住，有一天佛陀对这比丘说：「不要总是在寮房打坐，我带你到海边打坐。」于是他们来到海边，这时来了一只乌龟，乌龟在行进间，有一只野干想要吃牠的肉，乌龟见状就赶紧把头、脚、尾巴全缩进壳甲里去，野干等了很久，见乌龟都不出来，就生气的离开了。佛陀就说：「乌龟有护身之铠，野干不得其便。」佛陀说，凡夫众生还比不上乌龟，因为乌龟遇到危险，牠还知道把全身缩进壳里以保护自己，而凡夫无量劫来被魔王所控制，却还放纵身心，所以魔王能得其便。这是说，我们临命终时是一个非常危急的状态，烦恼、罪业及冤亲债主在这时都想障碍我们，此时我们念佛若缺乏专注力，内魔、外魔就能得其便，这是修念佛法门失败的原因。阿弥陀佛的圣号的确是无量光、无量寿，他有足够的力量救拔我们，但我们这念能念的心是否能专注**都摄六根，一心皈命，通身靠倒**的安住在佛号上，这是念佛成败的关键。有些人临命终时念佛为什么能专注呢？因为他平时就要求自己专注，要求自己收摄六根，所以到临命终时就容易收摄。「乌龟有护身之铠，野干不得其便。」佛陀就以乌龟收摄自己的六根，勉励修行者要善修禅定。

### 丙七、智慧功德

智慧的体性是「**于诸事理，善加抉择。**」对有为事项及无为真理，能善加观察判断，这就是智慧。前面的「不忘念」也是一种智慧的观照，这两者有何差别？不忘念的正念，是一种比较粗糙散乱的**闻思智慧**，这里的智慧则是与禅定相应的**修慧**，有断惑证真的力量，这智能与专注力相应，有调伏断除烦恼的功能，故二者有粗细的差别。佛陀对智慧的开示共有三段，先看第一段的总标。

汝等比丘，若有智慧，则无贪着。常自省察，不令有失。是则于我法中，**能得解脱。若不尔者，既非道人，又非白衣，无所名也。**



**消文** 一个修学者的心中若有光明智慧的观照，对世间五欲境界不生贪着，若生贪着，表示这人没有智慧。应该如何培养智慧呢？「常自省察，不令有失。」，经常的如理观察，使心念不落于颠倒错乱的状态。这种常自省察的功夫，古德说这智慧主要是指四念处，培养「常自省察」的智慧，不必向外追求，就观察自己现前的五蕴身心，五蕴身心的「身、受、心、法」是所观察的四种境界，这「身、受、心、法」可分成两个部分来观察：

（一）**受用果报**：对受用果报的观察，可分为二：

（1）**贪爱色身**：观察色身是肮脏不干净的，以对治凡夫执色身是清净的颠倒。凡夫对依正二报的贪求，虽然也贪求资具、饮食、财富，但在所有的贪求中，对正报色身的贪求，最为严重。贪爱自己色身谓之**身见**，贪爱他人的色身谓之**淫欲**，所以我们应该常自省察。如何省察呢？「**观身不净**」，观察我们所贪爱的色身，内相与外相皆不净。《大智度论》说：「种种不净物，充满于身内，常流出不止，如漏囊盛粪。」当我们把肉身外表光鲜的表皮及肉剥开，观察所贪爱色身的内部结构，「种种不净物」，有种种污秽的内脏、脓血、屎、尿，身体内部找不到一处干净之物，所以说内相不清净。又观察外相的不净，「常流出不止，如漏囊盛粪。」内相的不净物，常透过身体的二个眼睛、二个耳朵、二个鼻孔、一个嘴巴及大、小便处等九个孔，不断的流出，就有如一个装满大小便的皮囊，由九个破洞经常流出不净物。所以我们贪爱自己、他色身，是一种颠倒的思想，认为色身是干净美妙，这样的观念是错误的。透过这样不净观的常自省察，修正我们错误颠倒的思想，原来色身的真实相是不清净的。

（2）**贪爱感受**：我们这念明了的心识跟境界接触时，会出现一种「感受」，感受也就是领纳。受有三种：**苦受、乐受、舍受**。因贪爱感受，使我们创造许多罪业，来保护这感受。譬如有人喜欢吃榴槤，因他的心跟榴槤接触时会产生乐受。其实他不是真正喜欢吃榴槤，而是喜欢乐受，因为榴槤吃多了会产生厌恶，这时榴槤给他

的是一种痛苦的感受，他就不喜欢榴莲了。有些人喜欢睡觉，其实他不是真正在乎睡觉，而是他的心跟睡眠相应时，睡眠能释放给他一种乐受，他要的是乐受，希望乐受不断的出现。所以除了观察对色身的贪爱，也要观照对感受的贪爱。如何对治感受的贪爱呢？「**观受是苦**」，对「**苦受**」的感受是痛苦，因为它有逼迫性，如病痛、处逆境时，我们感受到逼迫，这是苦受。其次，「**乐受**」是我们所贪爱的，但佛陀说乐受「**不久住故**」，它会变化，感受不断的变化，使我们感到不安稳性，这不安稳性就是一种痛苦，乐受有这种无常性，故说它是苦。第三种受是「**舍受**」，既不是快乐，也不是痛苦，安住在不苦不乐中也是一种苦，因为「**性迁流故**」，它是流动扰动的，相对涅槃来说，流动扰动就是苦，这是一种比较微细的苦。如是观察我们所贪爱的感受，实际上并没有真正快乐的感受，三界的感受都是痛苦的，所以我们对色身感受的贪爱是一种颠倒。透过以上「**观身不净，观受是苦**」，我们能生起一种出离之心，希望追求出世的清净法身，追求出世的大乘法乐的感受。以上是约着所受用的果报来作观察。

（二）**能分别的心识**：对内心的能分别心识来作观察，这是「**观心无常，观法无我**。」从无常无我的智慧观察五蕴身心，并没有一个「常、一、主宰」的我。凡夫总认为自己的果报体，无论是男人或女人，果报体的身心里有一个常一主宰性的我，幼年时的我跟长大后的我是一样的，今生的我跟来生的我也相同，但这种思想是错误的，因为五蕴是由我们内心的业力所变现，由于过去五戒十善的业力，创造今生人的色身相貌及思想感受，当人的业力释放完毕以后，假如我们的善业强，得到的是转轮圣王的色身，及尊贵高慢的感受思想。当转轮圣王的善业享尽之后，罪业就要表现出来，因罪业的力量而变成一只蚂蚁，这时的思想感受，认为自己是只卑贱的蚂蚁，生命中只做一件事，把东西从东边搬到西边，又从西边搬到东边。这时自己前生的感受及思想全都消失，你以蚂蚁的思想感受当作自我。所以我们观察五蕴的身心，它随顺业力不断的变化，并没有一个「恒常住不变异」的我，透过这

无常无我的智慧观察，消灭心中我见的颠倒。

以上是透过观照「不净、苦、无常、无我」，常自省察自己的五蕴身心，以消灭贪爱烦恼及我见颠倒。「是则于我法中，能得解脱。」如是才能在佛法中得到真实的解脱。假若不能如实的观察身心世界，内心没有智慧的观照，既非道人，外表已剃发染衣，故又不是白衣，则是「无所名也」，可说是非白衣非道人。以上是总标，智慧的来源起于常自省察，智慧的功德则是无贪着。以下一段是别明智慧。

**实智慧者，则是度老病死海，坚牢船也；亦是无明黑闇，大明灯也；一切病者之良药也；伐烦恼树之利斧也。是故汝等，当以闻思修慧，而自增益。**

**消文** 藕益大师对这段经文的真实智慧，以四圣谛作说明：

**第一观察苦谛：**「度老病死海之坚牢船也。」见到生老病死的痛苦，知苦而生出离心。

**第二观察集谛：**「无明黑闇之大明灯也。」集谛就像无明黑暗，烦恼跟罪业都是在颠倒的黑暗中活动，若光明的智慧观照力现前，则能破除无明烦恼罪业。

**第三观察灭谛：**「一切病者之良药也。」生命的离苦得乐之道，在于追求涅槃。

**第四观察道谛：**「伐烦恼树之利斧也。」要断除烦恼只有靠戒定慧之利斧，尤其是我空、法空智慧的观察。

最后佛陀劝勉我们：**「是故汝等，当以闻思修慧，而自增益。」**生命要增上进步，须修学闻、思、修三种智慧。

**释义** 佛法把生命分成十种法界，这是说生命有十种的可能性，而成就十法界的关键，不是上帝的安排，也不是修习什么善业，主要在于能做智慧的观照。譬如要从欲界转成色界、无色界，则一定要观察欲界的果报是粗糙、苦恼的，而自己内心又好乐禅定的寂静乐，这是成就色界、无色界果报的重要指标。也就是说，若能观察欲界的过失，及观察禅定的功德，如此生命才有可能从欲界转成色界、无色界。若想从欲界进入出世间的涅槃，则要观察禅定的有所得心也是扰动性，只有涅槃才

是究竟的寂静，那么生命才能增上提升。藕益大师说：「世情淡一分，佛法自有一分得力；娑婆活计轻一分，生西方便有一分稳当。」修学佛法是否得力的关键，在于是否看淡世间事；往生西方是否稳当，在于对娑婆世界的名利得失是否看得轻。所以生命升沉的关键，来自于智慧的观照，这是主要因素，其它只是助缘。所以佛陀说：「是故汝等，当以闻思修慧，而自增益。」生命如果要产生大方向的转变，乃至法界的提升，就一定要依止闻思修的智慧，智慧进一步，生命才能增上一步。

**若人有智慧之照，虽无天眼，而是明见人也。是名智慧。**

**消文** 若人有智慧观照生命的真相，知道什么是痛苦的因缘，什么是安乐的因缘，虽然他只是慧解脱，尚无禅定俱解脱的功德，没有禅定也就没有天眼神通，虽没神通，但他也是明见之人，因为从思想理论的分析，也能知道生命的真相，判定一个人的吉凶祸福，这是智慧的殊胜处。

**释义** 前面的精进、不忘念乃至禅定，心都在有为的事相上活动，这里的智慧是安住在真理上，声闻法的真理是「观身不净，观受是苦，观心无常，观法无我」，以四念处观察五蕴身心。在禅宗有一天龙禅师，他在行脚参学中走到一处山下，见到有菜渣从山上流下，他想山上一定有值得参访的修行者。古人常为求法，不远千里而来，于是他走上山，看到草丛中有一座茅篷，天龙禅师就去敲门请益，开门见山就问修行者说：「仁者，得何道理住此山？」这有如《金刚经》的「云何应住？云何降伏其心？」内心是依何而住？凭什么调伏烦恼妄想？这位住茅篷的修行者答说：「我三年前来住山时，见一只泥牛没于大海，直至今日，尚未出现。」天龙禅师又问：「仁者，何时下山？」修行者答说：「我等这只牛浮出水面时就下山。」这只泥牛是指凡夫污垢的心，这污垢的心沉没于我空、法空的法海中，也就是说，这修行者依止我空、法空的真理而住山。「云何应住？」依止我空、法空的道理而住；「云何降伏其心？」也是依止我空、法空的道理而调伏其心。等到他由空出假，生起大悲心时，就是他下山的时候。

这段经文所说的智慧，具有解脱的功德，「是则于我法中，能得解脱。」前面的精进、不忘念及禅定是解脱的助缘，而真正的解脱是来自于对生命正确的观照。我们的不自在，不是有谁来绑住我们，而是起于自己的颠倒，要解开这颠倒还是得靠自己的智慧，「既从心起，还从心灭。」一个人的痛苦跟别人没有关系，是自己的颠倒绑住自己，所以要从颠倒跟痛苦中解脱出来，这要依靠自己启动心中的光明，否则谁也无法替你解脱痛苦，这是值得我们深思的。

## 佛遗教经讲记(十一)

净界法师主讲

和尚尼慈悲，诸位法师、诸位居士，阿弥陀佛！

请大家打开讲义第20面，

### 丙八、毕竟功德

本经是佛陀在临灭度时，对弟子最后的开示，也就是佛陀的最后遗教，身为佛陀的遗教，本经有二个主要特色：

(一) **普遍性**：佛法修学的主题有二：

(1) **业力的修学**：业力是指身业、口业的造作，这是透过**持戒**以断恶修善。

(2) **正念的修学**：透过**止观**的修学以对治心中的颠倒，使我们返妄归真。

在一切经典中对业力与正念的修学，基本上都有所偏重，有些经典偏重持戒，有些经典偏重修学止观，本经的特色是它具备持戒以对治身口的业力，也兼具修习止观以对治心中的迷惑颠倒，所以本经的第一个特色是具足普遍性。

(二) **简要性**：本经不像其它经典，佛陀有充分的时间开演种种的法义。本经是佛陀临灭度时所宣说，时间非常短暂急迫，故佛陀只能把一生中重要的法义作回顾，指出众生在修学中最容易犯的毛病，并加以对治，所以本经的第二个特色是简



要性。

具足普遍性与简要性的内涵中，藕益大师把本经的正宗分分成两部分：

（一）**共世间法要**：成就人天功德的法要有三：①持戒清净，②都摄六根，③调伏烦恼，这包括戒定慧。

（二）**不共世间法要**：这是成就出世间解脱的功德，共有八个法要：①少欲、②知足、③远离、④精进、⑤不忘念、⑥禅定、⑦智慧、⑧毕竟功德。

以下的毕竟功德是前面七个法要的总结，所谓的「毕竟」是指究竟圆满，前面七种修学法要都是方便功德，都没有达到诸法的究竟根源，这毕竟功德法要能使前面的七种法要，包括禅定跟智慧，功德圆满，也就是说，前面的七个法要因为跟毕竟功德相应，而成就了圆满的功德。

**汝等比丘，若种种戏论，其心则乱；虽复出家，犹未得脱。**

**消文** 佛陀告诉弟子们，修学前面的禅定跟智慧，重要的是要能消灭心中的戏论，因为如果不消灭心中的戏论，即使修禅定跟智慧，心中有殊胜的无漏功德，内心仍然是扰动不安。

**释义** 从业力的角度来说，戏论是一种口业的过失，讲些无益无利的言语，增长放逸的言词，这即是戏论，以上是从业力的角度，作粗显的解释。另外再从迷悟的角度来解释戏论：如果内心生起有所得心，违背我们的清净本性，生起向外追求之心，这即为戏论，这种解释的戏论是一种**微细的法执**。《大乘起信论》讲到修学有一心二门：生灭门与真如门。

（一）**生灭门**：这是从个体生命来修对治烦恼。什么叫个体生命呢？这念心性在无量劫的流转中造了众多的业力，由一群强大的业力创造了今生的五蕴身心果报。我们就依止现前这一期生命的五蕴，断恶修善，修习止观，返妄归真，称为生灭门。在生灭门中，我们有二个选择：

（1）**放纵五蕴**：我们放纵自己的感觉、思想，这是生死流转门。

(2) **对治五蕴**：这是以四念处的「不净、苦、无常、无我」，来对治五蕴诸法，这是还灭门。

无论是放纵的杂染法，或对治的清静法，都是属于生灭门，因为并没有回归到本性，只是就这一期的身心世界，断恶修善来加以对治。这种个体生命的修学，是站在这一期的生命上，观察生命的相貌，这是生灭门。

(二) **真如门**：这是回复到生命本来的面目，也就是回复到整个法界的一个整体生命。如何回复到本来的整体生命呢？观察由业力所创造的色、受、想、行、识，这都是假借因缘所生，并不是本来具足的。当我们剥开这些由业力所变现的色心诸法，见到内心深处明了寂静的心性，也就是所谓的现前一念心性；在这心性中，色不可得，受想行识不可得，不可得也不可得，这是「诸法皆如」的境界，也就是我们还没造业流转之前的本来面目，亦即现前的一念心性，这称为真如。

大乘佛法的修学有两个重点：一是云何应住，一是云何降伏其心。虽然大乘佛法的修学过程中，也强调云何降伏其心的对治，我们的确有如梦如幻的烦恼要对治，有如梦如幻的善法要修学，但更重要的是「云何应住」，内心是否能回归到本来面目，这也就是所谓的根本法门。这段经文是说，假如前面禅定跟智能的修学，心没有回归到本性，仍只是向外追求的有所得心，这样的修学乖违真如本性，这即是戏论，虽然能成就种种的功德，仍未能消灭心中的扰动，所以「虽复出家，犹未得脱。」虽然出家修习戒定慧，但内心仍被有所得心所障碍，未能达到究竟圆满的功德，因为还没有把心带回家，心仍在门外。虽然自己积功累德，但没有回归本性，毕竟是乖违真如本性。这段经文是说明戏论的过失，下一段是赞叹不戏论的功德。

是故比丘，当即舍离乱心戏论，若汝欲得寂灭乐者，唯当善灭戏论之患。是名不戏论。

**消文** 佛陀劝勉所有的七众弟子，一方面要修习前面的戒定慧，一方面要把戒定慧的功德回归到本性。从本性上观察，虽然以戒定慧断烦恼，但事实上并无烦恼可

断，应保持清净及平常心来修学，否则内心会被乱心戏论所扰动。这段经文的涵义中，说明心外求法有二种人：

（一）**凡夫**：凡夫在有相境界上追求，愚痴凡夫追求的是恶业，稍有智慧的凡夫则追求善法。总之，凡夫追求的是有相的执取，皆是心外求法。

（二）**二乘人**：二乘人也是心外求法，他所追求的是空性，也是有所得心，不合乎中道。

以上二种都属于乱心戏论。譬如律学的分派，从最初佛在世原始佛教的戒律，变成二部、五部乃至二十部，及最后的五百部。这些部主都是大阿罗汉，所以道宣律师说：「其入观也，人法双亡，及其出也，无不缘习。」阿罗汉入我空观、法空观时，我不可得，法不可得，回归到真如本性，但从本性出来，依自己的名言习气，在戒律上的解释就争论不休，这都属于乱心戏论。他们不知佛陀的制戒都是为对治众生诸病，众生有不同的病，所以佛陀制定不同的药，并不是有真实的药可得，所以乱心戏论者，不明白真如本性，本来清净的道理。为了达到究竟的寂灭乐，我们应该善加正念真如，消灭向外攀缘的戏论过失，这是不戏论。

**释义** 藕益大师在这段经文总结说，前面的七种法要都是对治的法门，所谓对治法要都是有对立性的，如以善破恶，以空破有。这里的毕竟功德是圆融无碍的法要，所谓的圆融无碍是何义？《六祖坛经》上有一位法达法师，他七岁出家，以后专诵《法华经》共三千部，他起初因无善知识的开导，不知应依止清净心诵经，而依止自我意识修学善法，所以内心觉得「我」累积了众多读诵《法华经》的善业，他并没有回归到诵读《法华经》是为恢复本来面目，这种以意识分别心修学是一种对治法要。后来有人劝他参学六祖大师，他去参学顶礼六祖大师时，他的头没有着地，六祖大师是善知识，一见便知，呵责他说：「仁者心中必有一物。」你今天对善知识如此的高慢，内心一定是依止强大善业而有所仗恃，可否请你道出有所得心所依止的善业？法达法师说他诵读《法华经》三千部。后来六祖大师对他开示说，

《法华经》的重点是发明佛陀出世的本怀，使众生悟入佛的知见。六祖大师说：「**心迷法华转，心悟转法华。**」若依止迷惑向外攀缘的有所得心读诵《法华经》，则被《法华经》的文字所转，因为你把读诵《法华经》当作一种功德善业想，所以虽读诵三千部，全被文字所转，非常可惜。如果明白《法华经》的真实义是为回归本性，所谓的「**何期自性，本自清净；何期自性，本自具足。**」一切法的修学，无不是为使有所得的我执心，回归到清净本性，如此而已，并没有真实的法可得，如是读诵《法华经》便能「转法华」，把《法华经》的文字般若转成内心的观照般若。法达法师听闻六祖大师的开示，他开悟后讲出内心的意境，祈求善知识的印证，他说：「诵经三千部，曹溪一句亡；未明出世旨，宁歇众生狂。羊鹿牛权说，初中后善扬。谁知火宅内，元是法中王。」这首偈颂是说，自己过去诵经是依止有所得心，遇到曹溪六祖大师的开示后，现在有所得的心已平静下来；原来修学佛法是要明白佛陀的智慧，不是硬修硬冲就能成就出世的功德，而是要明白道理，要明白什么道理呢？「谁知火宅内，元是法中王。」原来读诵《法华经》的这念明了心，跟十方诸佛的心并没有差别，只是因一时的颠倒迷惑而成凡夫心，所以应该透过诵经的观照，把颠倒迷惑心带回家，恢复本来的面目。

这段经文是讲毕竟功德，前面的修行法要是少欲、知足、远离愤闹、精进、不忘念、禅定、智慧，这些法要都是有所对治，如少欲知足对治贪烦恼，精进对治懈怠，禅定对治散乱，智慧对治颠倒，这段经文告诉我们，能对治的是心，所对治的也是心，最后回归到我们清净本然，周遍法界的一心真如，无有少法可得，作如是观照修学，方能趋向无上菩提。这段经文的毕竟功德，能提升前面的七种功德，使有所得心提升至无所得的真如本性。

### 甲三、流通分

○ 流通分分四 乙一、劝修流通，乙二、证决流通，乙三、断疑流通，乙四、

嘱付流通

## 乙一、劝修流通

这段劝修流通是佛陀在讲完前面的世间、出世间法要后，劝勉我们应如法的精进修行。这分成三段，第一段是总标。

**汝等比丘，于诸功德，常当一心，舍诸放逸，如离怨贼。**

**释义** 佛陀告诉弟子们，对于前面的世间与出世间功德，这二中功德都包括戒定慧，即使修学世间善法，也没有离开戒定慧，能对治的是戒定慧，所对治的是烦恼跟罪业，因有深浅的不同，而安立为世间法要跟出世间法要。譬如从止观的角度来说，世间法要止观的主题是**偏重在业果**，出世间法要止观的主题则是**偏重在无常、无我的空性观察**，所以能对治的法要都是**戒定慧**，所对治的都是**惑业苦**，但从深浅的角度，开出世间功德与出世间功德。我们对于这么多的功德，应该如何修学呢？

「常当一心，舍诸放逸。」藕益大师解释「常当一心」是安住在**真如门**。修学时我们一定要有一个重要观念，虽然是以戒定慧对治心中的惑业苦，但自己一定要相信，「**何期自性，本自清淨。**」心中所累积的贪瞋痴烦恼及杀盗淫妄的罪业，不是本来就有的，我们本来没有这些烦恼跟罪业，这是在启动生命流转，造业以后才召感的，也就是说，它是后来才有的，这个观念非常重要。讲到人的本性，儒家思想有认为「人性本善」，也有认为「人性本恶」，佛法则认为这两种说法都不正确，人的本性是清淨，非善非恶的，但心可以变成善，也可以变成恶。所以这段经文「常当一心」，劝勉我们要安住在一心真如的体性上来修学，知道烦恼与罪业是因缘所生法，它是可以被消灭的，这是安住在真如门，也就是根本法门。

从个体生命来说，「**舍诸放逸，如离怨贼。**」我们除了从理体上的真如，来观察生灭的因缘，我们也应该同意，在无量的流转中，我们也曾经生起许多虚妄的烦恼，造了众多虚妄的罪业，召感许多老病死的痛苦，这些都是要对治的。所以从个体的生命来说，我们应该要承认现在的自己**偏离了本性**，所以应该「舍诸放逸，如



离怨贼。」

以上经文告诉我们在修学种种功德时，一方面安住在真如，一方面要生起对生灭的对治，这样才能理事圆融。以上是总标，下一段是别明，详细开展出「常当一心，舍诸放逸」的种种方法。

大悲世尊所说利益，皆已究竟；汝等但当，勤而行之。若于山间，若空泽中，若在树下，闲处静室。念所受法，勿令忘失。常当自勉，精进修之；无为空死，后致有悔。

消文 这段经文说明修学的内涵，主要有二段，第一段先对法的赞叹：「大悲世尊所说利益，皆已究竟。」佛陀临灭度时，劝勉弟子们皈依法，所以先对法有所赞叹。佛陀一生所宣说的法要，给予众生的功德利益是究竟圆满，没有欠缺的。也就是说，只要如法修学，你想求世间功德，就能得到世间功德；若想求出世间涅槃，也能成就出世间涅槃。不论你今天是追求现世安乐，或追求究竟安乐，佛法都具足这些安乐的法门，你不用再学习其它的宗教或学问，因为佛法基本上是具足五乘功德，只要依教奉行皆可成就。所以佛陀劝勉我们「汝等但当，勤而行之。」只要老实的根据法要修学，功德自然出现，不必再追求其它法门。

我们应该怎样修学呢？以下正式说明修学法要，当中有三小段，先看第一小段：

「若于山间，若空泽中，若在树下，闲处静室。」若想成就功德，首先要选择处所，若在扰乱处所，不可能成就功德。哪些处所适合修学呢？或在山林道场，远离喧闹；或在空旷水边；或在阴凉的树下。总而言之，就是要「闲处静室」，闲处是空闲无事，想要成就内心的戒定慧，若事情太多，把精神体力都耗损在处理事情上，那就没有心力修习止观了。所以自己若是有烦恼业力的初学者，想要成就戒定慧，一定要减少杂务，保存精神体力，因为修学时有精神体力才能有成就。其次，要处于静室，静室是寂静而不吵闹的处所，若有太多声音的干扰，对初学者是一个很大的障碍。这里的经文是说，凡夫都是夹带烦恼而修学，烦恼有时活动，有时不

活动，当烦恼活动时，我们不可能修学，如起瞋心时，根本没办法打坐。所以刚开始修学时，要远离污染的因缘，烦恼虽还存在，但它处于「眠」的状态，若不惊动它，烦恼就不会活动。所以初修学时，闲处静室，不要刺激烦恼，在心平气和之下修学佛法。以前忏公师父在斋戒学会开示，一个人宁可在山中睡觉，也不要都市办道。这句话有道理，因都市的色声香味触法境界诱惑多，若再刺激贪欲、瞋恚，单是要调伏烦恼，就已没有时间修习戒定慧了，若在山中睡觉，总是有睡醒的一天。所以初修学者虽都有烦恼，但不要碰触刺激它，在心平气和时，赶紧拜忏、念佛、修四念处。开始时虽烦恼势力强大，戒定慧力量薄弱，但这没关系，不要去刺激烦恼，赶紧集中精神体力在修学法要上。所以初修学时，「闲处静室」非常重要，故要找一阿兰若来修行。

「念所受法，勿令忘失。」这是不断的忆念所领纳的法门，使这法门在心中专一相续的运作，而不会忘失。这里的重点是在于**专一相续**，佛在前面说：「**小水长流，则能穿石。**」如此柔软细小的水滴，凭什么能穿破石头呢？它所依凭的就是专一相续，水滴的每一滴都落在同一点上，而且不间断。所以诸位想要成就功德，绝不可说今天持大悲咒，明天持往生咒，后天念观世音菩萨，这样不可能有成就。也就是说，每一个法门都很殊胜，但对所修的法要应专一相续，「**念所受法，勿令忘失。**」这是成败的重要关键。

「**常当自勉，精进修之；无为空死，后致有悔。**」有情众生心会「常者生厌」，对于某一法门修习久后，特别是出家已久的老参，常会有懈怠的情况，这时要自己勉励自己，思惟死亡无常。我们内心若思惟法要，渐渐与法相应时，就能成就很多的善业，善业带来花报，虽然正式的果报在来世，但今生就会出现一些安乐的果报，若稍不注意，则容易堕入对现前安乐果报的执着，自己所修的根本法门也随之忘失。这时就要思惟，死亡总有一天会到来，当死亡来临时，现在的美好果报，如财富、名闻利养、可爱眷属等，全都会被死亡所破坏，所谓「**万般带不去，唯有业随身。**」

如是透过对死亡的观察，就会从对境界的执取中解脱出来，而安住于内心的法要。我们修学的障碍，在于太重视眼前的果报，太重视一时的得失、一时人事因缘的美妙境界。其实佛法认为果报不重要，重要的是因地，也就是心与果报接触时所创造的业力，但是我们往往忽略因地，宁可不择手段追求今生的安乐。要如何对治这种颠倒呢？思惟无常，今生所追求的安乐，死亡来临时全都被破坏，而所造的业力却会影响来生的安乐与痛苦，所以透过对死亡的观察，使我们了解什么只是暂时的因缘，什么事情会对我们产生比较久远的影响。所以佛陀告诉我们，**思惟死亡**可以帮助我们颠倒中醒悟过来，知道有些事情只是暂时的因缘，而拜忏、诵经、念佛才是长久安乐的因地，**要紧的是争千秋，不是争一时**。以上是劝修对治，佛陀在临灭度时劝勉所有弟子，修学时要注意：①选择处所。②念所受法。③思惟无常。

我如良医，知病说药；服与不服，非医咎也。又如善导，导人善道；闻之不行，非导过也。

**消文** 在这一段经文，佛陀对三宝的皈依中，佛与法之间相互的关系，作了说明。「我如良医」，佛陀在众生的修行过程中，扮演医生的角色，佛陀所宣说的世间、出世间法要是药物，颠倒的众生有如病人，病人如果不吃治病的药物，这并非医生的过失。又譬喻说，迷惑的众生没有正见，完全凭着感觉做事，佛陀指引众生离苦得乐之道，若众生不依此正道而行，遭受痛苦时，这也不是导师的过失。

**释义** 这段经文是在说明一个观念，佛法是重视身、口、意的实践，佛法绝没有「你相信我就得永生」的思想，如果整天跟在佛陀身边，却不如法修行，仍要堕落。释迦牟尼佛在世时，跟随佛陀出家，身为佛陀弟子，经常亲近佛陀的六亲比丘中，有三个堕三恶道。一个人若要堕落，想跳火坑，谁也没办法救他。这段经文说明，我们所真实皈依的是法，这是佛法殊胜的地方。我们真正要做的是服药，当然这药必须是医生所开的药方，所以真正能治好病的是如法的修学。换句话说，修学佛法与佛陀是否在世无关，即使生于佛世，若不如法修学仍要堕落。虽生于未见过

佛陀的末法时代，若能遵循佛陀的遗教，如法修学，仍能成就种种功德。

## 佛遗教经讲记(十二)

净界法师主讲

### 乙二、证决流通

流通分共有四科，前面一科是劝修流通，这一科是证决流通。

「证」是指佛陀所亲证的真理，佛陀以这真理来决断众生的疑惑。也就是说，佛陀所宣说的法要，都是佛陀已亲证，都是可以做得到的，而且是存在于宇宙间的真实道理，佛陀就以这真理来决断众生的疑惑，称为证决流通。这分为三段，第一段是佛陀慈悲心的方便征问。

汝等若于苦等四谛，有所疑者，可疾问之；勿得怀疑，不求决也。尔时世尊如是三唱，人无问者。所以者何？众无疑故。

**消文** 佛陀在讲完劝修以后，告诉弟子们，假如对「苦集灭道」四圣谛的真理有所疑惑，应该在这时赶快提问，不能有任何的怀疑。古德的注解，佛陀教法的根本思想是「**因缘观**」，认为生命的痛苦与快乐有一定的因缘，换句话说，无论修学什么宗派，若不承认生命是由因缘所生，此人已不是佛弟子，因为「**因缘观**」是成为佛弟子的重要指标。这「**因缘所生法**」是正因缘论思想，破除了外道的「**邪因缘论**」及凡夫的「**无因缘论**」。「**因缘所生法**」开展出四圣谛法门，佛法认为生命有二种选择：

**第一杂染缘起**：这是「苦集」二谛。若放纵欲望则累积烦恼跟业力，这是集谛，由集谛的因缘自然召感地狱、恶鬼、畜生的痛苦果报，果报是由自己的业力所召感，不是由上帝或别人所决定。所以果报是自己的选择，当心与境界接触时，选择放纵欲望的方式，不断增长内心的贪、瞋烦恼，累积杀盗淫妄的罪业，生命就会召感地

狱、恶鬼、畜生的痛苦，这是苦集的流转门。

第二清净缘起：这是「灭道」二谛。当心跟境界接触时，心安住于正道，透过戒定慧之道以克制用种种的理论来疏导自己的欲望，使生命趋向涅槃的安乐，这是灭道的还灭门。

佛法认为在生命的流转中，我们有这两种选择，一是放纵欲望，一是随顺真理，这两种选择构成四圣谛的流转门与还灭门。以上是佛法的根本思想，佛法种种的理论思想与修学，都是四圣谛所开展出来，所以若对四圣谛有所怀疑，则对一切佛法都会怀疑；若深信四圣谛法，则对一切佛法都会深信。所以佛陀在临灭度时，以四圣谛法做代表，告诉弟子们，若对四圣谛仍有怀疑，要赶快询问以断绝疑惑，因为这是佛法的根本思想。佛陀提出这个问题后，「尔时世尊如是三唱，人无问者。」佛陀问了三次，大家都保持默然，因为「众无疑故」，大众对四圣谛的道理是深信不疑。

**释义** 一切的圣贤都是观察四圣谛而成就的。基本上一个人在修学圣道时，一定要先「知苦」，明白生命是痛苦，如果认为生命是快乐，就不可能修学佛法，因为自己根本不想改造生命。因为生命充满了不圆满，所以必须对生命加以调整改造；故首先要知道生命是痛苦的，它还有很多进步的空间。痛苦又是怎么生起的呢？是心中的烦恼与业力所召感，所以应该对自己的思想行为有所调整，因为它是召感痛苦的根源。若要灭除心中的烦恼与罪业则要修道，这是透过戒定慧之道，对治心中的烦恼与业力，最后的目标则是趋向涅槃。这样的修学次第，大众都深信不疑，这是成为佛弟子的最低标准，也就是说，起码要知道什么因缘造成流转的痛苦，什么因缘造成还灭的安乐。

时阿耨楼驮，观察众心，而白佛言：世尊！月可令热，日可令冷，佛说四谛，不可令异。

**消文** 这段是弟子的如实回答。这时在所有弟子中，天眼第一的阿耨楼驮尊者，



他以天眼观察与会大众内心的相貌，他代表大众回答佛陀说，在宇宙中，「月可令热」，月亮是太阴，它的体性是冷性，即使冷性的东西也可使它变热；「日可令冷」，日是太阳，它的体性是热性，即使热性的东西也可使它变冷。即使如此，佛陀所宣说宇宙人生的四圣谛真理，也是不能改变的。

**释义** 唯识学的修唯识观，它如何引导我们观察生命的相貌呢？它是以三种相貌来观察人生：

（一）**依他起性**：宇宙人生有些法的存在是因缘所生，如我们现前的色身，它的确是由业力所变现，不能说它没有，虽然生灭无常，但它有存在的一定时间与空间，这种有称为「**因缘有**」，或称为「**依他起性有**」。虽然这种有只是暂时的存在，但我们应该承认依他起性的存在，这是不能消灭的，若消灭依他起性的因果法则，则变成断灭见。这是观察一切法有依他起性，相信人生的确有痛苦的果报，有快乐的果报；有些人貌相庄严，有些人貌相丑陋；有些人高贵，有些人贫贱，这些的差别都有它存在的因缘，这是依他起性。

（二）**徧计所执性**：我们跟因缘法接触时，内心起颠倒，捏造出许多妄想，譬如我们由于过去的业力，创造了今生的身心世界，这身心世界是刹那刹那的生灭，没有一个「常、一、主宰」的我，但我们一直认为生命体的背后有一个自我，小时候的我跟长大后的我是一样，今生的我跟来生的我也是一样，这个「我」就是「徧计所执」，这个「我」是我们所捏造出来的，有如「**龟毛兔角**」，乌龟本来就没有毛，龟毛是我们所想象出来的；同样的，兔角也是我们所捏造出来的，这样的我是佛法所要驳斥的。譬如这个人对你做了一个表情，你可能认为他对你不怀好意，其实这个表情只是一个依他起性，你内心对这样的表情，安立为「不怀好意」的名言，这就是徧计所执有，这也是众生最严重的问题。我们这念心与境界接触时，禅宗说「那样就是那样」，但当我们看到「那样」时，却安立很多错误的名言，这名言就是徧计所执有，**佛法修我空观、法空观**，目的就是在破除徧计所执有。诸位要注意，

修我空观、法空观不能破坏依他起性，若破坏依他起性即是断灭见。善业召感安乐果报，罪业召感痛苦果报的依他起性，在修空观时是不能破坏的，空观所要破坏的是偏计所执性，这是自己的妄想所捏造出来的。

（三）**圆成实性**：这是宇宙间的真理。如业果道理、空性道理、真如道理等，这些是不随时空而改变的，无论在天上、人间，这些道理放诸四海皆准。

经文说「月可令热，日可令冷。」因缘所生法随时都会变化，月亮由于不同业力会变热，太阳也会因不同的业力而变冷，这些因缘所生法会随业力而变化，但「佛说四谛，不可令异。」佛陀所宣说四圣谛的真理，不随任何时空因缘而改变，过去如是，现在如是，未来亦复如是，这跟佛是否住世无关，所以佛弟子们对真理的深信不疑。以上一段是弟子们回答前面佛陀的征问，以下一段是总结，说明心心相应，法法道同。

佛说苦谛实苦，不可令乐，集真是因，更无异因；苦若灭者，即是因灭，因灭故果灭；灭苦之道，实是真道，更无余道。世尊！是诸比丘，于四谛中，决定无疑。

**消文** 佛陀宣佛说苦谛，三界的果报本质上皆是痛苦的，这里的苦谛，偏重无常，因为地狱、饿鬼、畜生的苦不能普遍三界，所以佛陀说苦谛的真实义是偏重在无常，无常故苦，因不安稳性故。这种无常的苦，不可能有任何因缘使它变成快乐。除非离开三界，否则即使积集再大的善业，只要是在三界得果报，都不可能得到安稳的快乐，因为三界的本质是无常是痛苦，这是无法改变的。

「**集真是因，更无异因。**」痛苦的根源来自于内心的烦恼跟罪业，烦恼包括贪烦恼及我见的颠倒，业力包含善业、恶业、无记业。佛法认为业力是亲因缘，心中的爱取烦恼是增上缘，临命终时起善念或恶念，这心念对业力的刺激会造成果报的差别，所以爱取烦恼是助缘，业力是亲因缘，烦恼跟业力都是召感痛苦的因。

「**苦若灭者，即是因灭，因灭故果灭。**」消灭痛苦的前提是因地先消灭，不灭除烦恼业力的因地，痛苦的果报不可能改变。「**灭苦之道，实是真道，更无余道。**」

消灭痛苦之道就是戒定慧，再也没有其它道路可消灭痛苦。

佛陀如是宣说四圣谛道理，弟子们如实的理解，「是诸比丘，于四谛中，决定无疑。」弟子们对佛陀所宣说宇宙人生流转、还灭的真理，深信不疑。

**释义** 这里的四圣谛讲到因缘分，「此生故彼生，此有故彼有；此无故彼无，此灭故彼灭。」生命是遵循一定的规则运转，没有人能控制生命。从因缘所生法来看「加持」这件事，我们总希望有佛陀在世，他能加持我们，赐给我们一些神通三昧，其实这都是错误的思想。痛苦是因自己内心的颠倒而起，唯有透过戒定慧的修学，消灭自心的颠倒，如此痛苦的因地消灭，痛苦的果报也随之消除，「既从心起，还从心灭。」有禅定的人，他可以运用禅定力把一个人的罪业力量暂时压下来，使善业生起现行，所以「加持」会有点效果，可以稍微调整善、恶业起现行的时间表，但这还是自己的因缘，所以「加持」基本上是增上缘。

### 乙三、断疑流通

这段是佛陀断除众生心中的疑惑，疑惑是怎样产生的呢？在理论上说，大众对宇宙人生流转、还灭的真理是深信不疑，但于实际的修证上，大众会有一些疑惑，这疑惑主要有二：

（一）**个人修证**：自己在修证四圣谛时的疑惑。

（二）**对他弘传**：这是利他弘传上的疑惑。

佛陀临灭度时，弟子们不论在自利或利他上，对实际事修上的疑惑，佛陀必须加以断除。

○ 断疑流通分三 丙一、显示余疑；丙二、为断彼彼疑；丙三、重说有为无常相劝修

### 丙一、显示余疑

前面的证决流通，大众对真理深信不疑，弟子们都知道痛苦跟快乐是有一定的

因缘。但在实际操作上，不论在自利或利他上，大众还是有一些障碍；在自利上有二个障碍，首先是所作未办者。

**于此众中，所作未办者，见佛灭度，当有悲感。**

**消文** 第一个疑惑是所作未办者，这是初果、二果、三果的有学位圣人，这些圣人在对治烦恼罪业上，已经成办了一部分，但尚未完全成办，这时他们见到佛陀灭度，内心有深重悲伤的感觉；若表现感到悲伤，表示内心尚有余惑。这是说，初果、二果、三果的圣人，遇到佛陀灭度，他们心中想着：我修学四圣谛是佛陀的引导，在我的修学之路，佛陀陪着我从凡夫修到初果、二果、三果，但我现在还未所作皆办，以前若有问题，我就请问佛陀；我应该怎么修，也是佛陀开导我，但现在佛陀即将离我而去，若想在修行上增上成就阿罗汉果，则已没有进步的因缘，所以这时感到悲伤失望，这是所作未办者的疑惑。这是说，我走了一半的路，但引导我的导师入灭了，那该怎么办呢？

**若有初入法者，闻佛所说，即皆得度；譬如夜见电光，即得见道。**

**消文** 这段是内、外凡的疑惑。这些外凡或内凡的修学者，在佛陀临灭度时，他们心中生起这样的想法：若是善根深厚的修学者，能亲自听闻佛陀宣说四圣谛，以佛陀三十二相、八十种好的威德力摄受，很多人都能见道。经典上的确有众多的记载，许多人听闻佛陀宣讲四圣谛，当下或一天乃至七天，成就见道位，这犹如在黑暗中走路的众生，见到如电光般的佛陀法要，由这光明法要的引导，见到我空真理，成就见道位。这凡夫的疑惑是说，自己见到很多学长，他们都是听闻佛陀讲四圣谛，证初果而成就见道位，现在佛陀灭度，自己得度的因缘也就消失，「入道无由」，佛陀入灭后，自己就不可能成就初果了。这是内、外凡的疑惑，以上二种属于个人修证上的疑惑，以下一段是利他的疑惑。

**若所作已办，已度苦海者，但作是念；世尊灭度，一何疾哉？**

**消文** 这是所作皆办的阿罗汉，具有三明、六通、八解脱，内心光明的智慧现

前，观察四圣谛了了分明。他见到佛陀的灭度，他心中想着：唉啊！众生实在福报不够，佛陀灭度后，四圣谛就没有人来弘传，佛陀怎么这么快就灭度呢？佛陀若住世多一些时日，就能开演四圣谛，佛陀灭度后，四圣谛的法要从此隐没无人弘传。这是对佛法相续的疑惑。以上是「显示余疑」，显示三种人的疑惑，包括所作未办者、凡夫、所作已办者的疑惑。

## 丙二、为断彼彼疑

佛陀知道众生在实际修证上的疑惑，以下一一加以驳斥。

阿耨楼驮，虽说此语：众中皆悉了达四圣谛义。世尊欲令此诸大众，皆得坚固，以大悲心，复为众说：

消文 阿耨楼驮尊者虽说：「月可令热，日可令冷，佛说四谛，不可令异。」大众在理论上虽深信四圣谛，但在实际修证上却有障碍，这时佛陀就必须有所说明，以破除弟子们在自利利他因缘上的疑惑。以下共有三段，以对治前面三种众生的疑惑。第一段是对治有学位所作未办者的疑惑。

汝等比丘，勿怀悲恼。若我住世一劫，会亦当灭；会而不离，终不可得。自利利他，法皆具足。若我久住，更无所益。

消文 佛陀召告已入圣位而所作未办的弟子们，佛说：「你们对我的即将离开不要怀有悲恼，因为即使我住世一劫，但不论是住世一劫或一百岁，终有一天我还是会入灭，所谓只有相会而没有分离，这是不合乎生命的规则，要紧的是，我所开演的四圣谛法门，你们依之而修行，即是「自利利他，法皆具足。」如果不依之而行，即使我整天陪伴在你们身边，如是久住一劫，你们也得不到利益。」这是说，佛陀引导弟子们成就初果、二果、三果，即使佛陀已离开，只要依照法门修学，仍可依止法门而增上，不必佛陀在身旁；如果不修学，即使佛陀在身旁也得不到利益。

释义 《阿含经》中有人问舍利弗尊者，过去在凡夫位时，尊者如何修学佛法？尊者答：「我观察四圣谛法门。」又问：「证初果后，又如何修？」尊者答：「我



也观察四圣谛法门。」证二果、三果、四果后，尊者也都是观察四圣谛法门。佛法就像电钻，墙壁虽有深浅之别，但能鑽墙壁的还是电钻。这是譬喻说，不论是凡夫或圣人，佛法的法要都一样，在凡夫时修「**因缘所生法，我说即是空。**」成就初果时，还是修这个法门，只是愈深观，对法义的了解更深入，所证的真理更深广，所断的烦恼更彻底，如此而已。也就是说，断惑证真是个人的问题，这跟佛陀是否在身旁没有关系。佛陀这样的开示，给有学位的修学者很大的鼓励。也就是说，佛陀引导弟子们走到这条修行道路，后面的道路弟子们要继续走下去，不用疑惑，因为「**自利利他，法皆具足。**」若能继续修行佛陀所宣说的法要，就能成就阿罗汉。以上是对治所作未办者的疑惑，下一段是对治凡夫的疑惑。

**应可度者，或天上人间，皆悉已度；其未度者，皆已作得度因缘。**

**消文** 佛陀一生中，对于善业成熟而应得度者，佛陀皆已度化；即使没有度化者，佛陀对他们也作了得度因缘。有如医生虽离开病人，但已留下治病的药方，若有病时能服用这药方，就会有治病的效果。所以佛陀虽已灭度，但佛陀所宣说的真理，假借语言文字的记载，透过历代祖师的弘传，也可流传后世。后世弟子们依此法义修学，亦能离苦得乐，这跟佛陀是否住世无关。「**其未度者，皆已作得度因缘。**」所以弟子们的得度，不一定要遇到佛陀，依止法即可得度。这段是破除凡夫的疑惑，以下是对治阿罗汉的疑惑。

**自今以后，我诸弟子展转行之，则是如来法身，常在而不灭也。**

**消文** 阿罗汉是所作已办，他对自己完全没有疑惑，但有些阿罗汉有悲心，他心里想：「佛陀若灭度，四圣谛的真理谁来弘传呢？」佛陀说：「**我诸弟子展转行之，则是如来法身，常在而不灭也。**」弘传四圣谛的真理不一定要靠佛陀，靠代代僧宝弟子们的弘传，把佛法语言文字的法义流传后世，这即是佛陀的法身，常在而不灭也。

**释义** 佛法的真理有二种：

(一) **离言真如**：离言真如是离开语言文字，圣人内心所觉悟的真理，这是不能与他人分享的，如初果有初果所证的真理，二果有二果所证的真理，三果、四果也都有他们所证的真理，圣人对这光明的真理，所证不同，有些圣者所证的真理比较光明，有些所证比较模糊。总之，**离言真如是唯证方知**。

(二) **依言真如**：这是假借语言文字所表显的真如，如《金刚经》说：「**一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观**。」佛陀为诠释生命无常无我的真理，把真理化成这四句偈，说明人生就像做梦，当梦醒后回顾过去生命的成败得失，以前认为重要的事情，现在回想起来，觅之了不可得。这真理是假借文字来诠显，即使是个凡夫，若能如实的宣说这文字真理，他人亦能如实的听闻、思惟，则也能成就圣道，这样的法义不必等待佛陀住世宣说，只要弟子们能「**展转行之，则是如来法身，常在而不灭也**。」这里是赞叹依言真如的殊胜。以上破除了修学佛法时，自利利他方面的疑惑。

### 丙三、重说有为无常相劝修

**是故当知，世皆无常，会必有离；勿怀忧恼，世相如是。当勤精进，早求解脱。**

**释义** 佛陀劝勉我们：「**当知世皆无常，会必有离**。」无常主要是指死亡，死亡来临时，生命就会起很大的变化。我们读流通分，感受到佛陀一再强调生命的无常。藕益大师在《灵峯宗论》上说，佛弟子们都知道生命是痛苦的，也知道修习佛法能离苦得乐；大家虽然都知道这道理，却不愿把宝贵的精神体力用在修学佛法上，这矛盾是怎么产生的呢？主要原因就是眼前活计放不下，有如蚂蚁明知暴风雨即将来临，但对眼前的糖果就是放不下。这要如何对治呢？思惟无常，思惟眼前的快乐，「**饶汝千般快乐，无常终是到来**。」眼前的快乐不久住，并不能作为皈依处，若以为这是真实，临命终时必定后悔。所以观察死亡无常，有助于对治眼前安乐的执取。如是对治外境的执取，有助于自己安住在内心的法要上。所以「**世皆无常，会必有离；勿怀忧恼，世相如是。当勤精进，早求解脱**。」以上诠显世间的无常观，

下一段说明修学无常观所成就的利益。

**以智慧明，灭诸痴闇。世实危脆，无坚牢者。**

**消文** 透过对无常的观察，破除我们心中的颠倒。众生最严重的颠倒就是常见，将眼前的利益得失看得太重，这就是痴。如何对治呢？观察世间是生灭变化，没有一个固定不变的因缘。以上说明修习无常观的利益，下一段是引证劝修，佛陀以自证的功德来作劝修。

**我今得灭，如除恶病。此是应舍之身，罪恶之物，假名为身，没在老病生死大海。何有智者，得除灭之，如杀怨贼，而不欢喜？**

**消文** 佛陀说，我自己如实修学四圣谛，已经成就寂灭之道，解脱生死苦海，犹如一个人已弃除邪恶的病痛。一切病痛的根源是色身，观察色身的方法有二：

**（一）罪恶之物：**「罪恶之物，假名为身。」对眼前活计的贪爱中，我们虽也贪爱名闻利养，但最贪爱的还是自己的果报色身。色身基本上是罪恶所召感，它不是无漏善业，而是有漏的业力所召感。

**（二）苦恼之物：**色身「没在老病死大海」，身是苦本，所有的老病死都依止色身而有。

色身是**罪恶之物，苦恼之物**，一位有智慧者灭除有漏色身，成就清净法身，有如杀了怨贼，谁不欢喜呢？

**释义** 一个人临命终时，从净土的角度，若有临终的正念，心不贪念，意不颠倒，正念分明，则能跟弥陀感应道交。这关键点在于对眼前色身是否放得下，也就是说，生命是不断的流转变化的，在临命终时，衣服若已破旧，就应脱下换穿新衣服。但有些人不想放下破旧衣服，自己虽不想脱掉，最终仍得脱掉旧衣服，结果对自己产生障碍。所以佛陀劝勉我们，平时要常观察色身是「**应舍之身**」，一位智慧者，应该把色身当作暂时之物，而且是**罪恶之物，苦恼之物**。以上的道理都是佛陀所亲证，他已亲自做到这道理，所以佛陀感到庆幸与欢喜。

#### 乙四、嘱付流通

汝等比丘，常当一心，勤求出道。一切世间，动不动法，皆是败坏，不安之相。

**消文** 这段是佛陀劝勉我们要断除苦集二谛的流转。佛陀召告弟子们：「常当一心」，应该安住在真如一心中，修学种种戒定慧的方便。为什么呢？因为一切世间的果报，包括「动不动法」，「动法」是指欲界的果报，「不动法」是色界、无色界的果报，三界的果报都是败坏不安之相，都是苦恼不安稳，皆不是我们真正的长久皈依处。

汝等且止，勿得复语。时将欲过，我欲灭度。是我最后之所教诲。

**消文** 佛陀劝勉弟子们「勿得复语」，藕益大师解释「勿得复语」是指道谛，由道谛而消灭身口意三业的扰动。「时将欲过，我欲灭度。」由消灭扰动而进入寂静安乐的涅槃。「是我最后之所教诲」，这是佛陀对弟子们最重要、最殊胜的教诲。

**释义** 这里的流通分，我们从经文上的学习，感受到佛陀一方面对四圣谛法义的赞叹，所谓「自利利他，法皆具足。」另一方面，佛陀也说明「依法」与「依人」之间的关系。依法与依人之间的差异，由读《六祖坛经》中，可看出一些消息。六祖大师过去是个柴夫，他砍柴后把木材送去给客人，刚巧客人正读诵《金刚经》，他听闻「应无所住，而生起心。」六祖即略有领悟，客人又鼓励他亲近五祖弘忍大师，经大师的开导，六祖大师开悟而明心见性，但五祖认为六祖的福德因缘尚未具足，不论自利或利他，皆需要一段时间的沉潜修练，于是命六祖离开僧团去好好用功，并在深夜时送六祖到山门外，临走前的时候六祖还有点依依不舍，因为原来是善知识引导，现在离开善知识，不知道何去何从，有点失落感，五祖大师说：「迷者师度，悟者自度。」过去这念心迷惑颠倒，不知生命的真理，完全跟着感觉走，则必须依人又依法，因为法要在善知识的心中，刚开始要亲近善知识听闻正法，这时「人」扮演重要角色，因为法要在善知识心中，所以迷惑颠倒时，依人又依法，故「迷时师度」。但「悟时自度」，当明了道理，后面的道路就要靠自己行走，善

知识只是做一些鼓励，做一些对治，所扮演的是次要的角色。本经的流通分也明显含有这种涵义，即使佛陀已灭度，但我们依止佛陀的教法如实的修学，也能得到佛陀住世时，那种相应的功德，因为「**因缘所生法**」的真理不是佛陀所创造，而是佛陀所发现，宇宙间本来就已存在的道理。「**此生故彼生，此有故彼有。**」遵循这个规则，自然就出现这种功德，这跟佛陀是否在世完全没有关系。这里的流通分是佛陀临灭度时，对我们的教诲，劝勉我们依教奉行。