

精進

／林崇安

有的青少年整天打電玩，不眠不休，通宵達旦，這樣算是精進嗎？有的人一吵起來就是幾個小時，這樣算是精進嗎？有的人一坐上蒲團，起碼半天才下座，這樣算是精進嗎？佛法上，把信、精進、念、定、慧合稱作「五根」。這兒所說的精進是什麼呢？佛陀在《雜阿含 647 經》上說：

「何等為精進根？

已生惡不善法令斷，生欲方便，攝心增進；

未生惡不善法不起，生欲方便，攝心增進；

未生善法令起，生欲方便，攝心增進；

已生善法住不忘，修習增廣，生欲方便，攝心增進。

是名精進根。」

由此可以看出，佛法中的精進是在智慧的抉擇下，分清惡法和善法，使惡法不斷地減少，最後不再生起；使善法不斷地增加，最後達到圓滿。經由這種努力，使自己不斷提昇慈悲和智慧，達到痛苦的完全止息並去利益大眾，這樣才算精進。

反過來看看今日許多青少年的努力，雖然通宵達旦，但是所得到的卻是疲憊的身心和沈迷的眼神；生命變成只是追逐感官的刺激，換來的只是一片空白。在另一個角落裡，有人努力於修行，但是不知不覺黏著於禪定的快樂中，忘了周遭的一切，只圖那片寧靜的風光，而不知道還要繼續增長善法，還要培養八聖道：正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定；因此，也不算精進。

將八聖道歸攝為戒、定、慧三學時，正精進屬於那一學呢？《瑜伽師地論》中說：

「正見、正思惟、正精進，慧蘊所攝。」

此處明白地指出，佛法中的精進是歸屬到智慧之學，在致力於學問時要有智慧來結合，在努力修行時也要有智慧來指導。要在精進中抉擇善惡之法：一旦心中生起貪心、瞋心、無知的念頭時，要立刻將之放下；進而根本不生起這些惡法，並使善法不斷生起而圓滿。最後，以佛陀自身的例子來說明，《雜阿含 211 經》中，佛陀說：

「我昔未成正覺時，獨一靜處，禪思思惟：自心多向何處？觀察自心多逐過去五欲功德。……我觀多逐過去五欲心已，極生方便，精勤自護，不復令隨過去五欲功德。

我以是精勤自護故，漸漸近阿耨多羅三藐三菩提。」

釋尊由於努力使自己不再追逐過去的五欲功德（色、聲、香、味、觸）而能漸近無上菩提，今日許多想早日成佛的人，能不跟進嗎？