

八正道之正見

# 解脫道的領航者

香光莊嚴【第七十九期】民國九十三年九月 ▼〇四二

正見是修道的先驅，是其他道支的引導，如同駕車出發，為了抵達目的地，人們必須對整體的方向及導向目標的路線有些概念。

## 道支的次第關係

前，道支的次第在道的開展上卻是不可避免的。

八正道的八個道支並不是一個

〔三學與八正道〕

接著一個依序的步驟，（八項）

組成成份比（八個）步驟的比喻

就修行的立足點來考量，八

更為貼切，就像繩索，需要各股

個道支可分成三組：戒組

縷線緊密揉合才能產生最大的力

（*siṅgakkhandha*）：正語、正業與正

量。修行在進展到某個進度時，

命所組成。定組（*samādhikkhandha*）：

所有道支是可以同時出現，彼此

正精進、正念、正定。慧組

支持；然而，在未達到那一點

（*paññakkhandha*）：由正見與正思



惟組成。這三組顯示了修行的三個階段：增上戒學、增上心學、增上慧學。(1)

這個修行的次第是依據道的

整體目標和方向所決定的，既然

道所引導的最終目標——從苦中

解脫，是賴於無明的連根拔除，

那麼若欲達到修行的終點就必須

是直接對治無明的訓練，而智慧

的訓練就是設計來喚醒洞察了知

——「以事物的如實面貌」看待

事物的能力。智慧是漸漸開展

的，即使是最微弱

的洞察之光，都必

須先有專注、去除

散亂的心為基礎，所以先經由增

上心學成就定力，即道的第二個

部分——定帶來發展智慧所需的

平靜與泰然。

為了使心能夠專注，必須檢

視（內心）不善的性格傾向。這

些性格傾向通常會支配心的運

作，驅散專注之光，將注意力分

散在一大堆所關心的事物之中。

而且只要不善的性格傾向被允許

經由身、語的途徑表達出來，那

麼這些性格傾向將會持續支配我

們的心。因此，在修行的開始，

勢必需要節制（產生）行為的官

能，防止它們成為煩惱的工具，

而這個任務可由道的第一部分

——增上戒學完成。如此，以戒

為定的基礎，以定為慧的基礎，

以慧為直達涅槃的工具，透過三

個階段，道逐步開展。

### 〔正見與慧學〕

道支與三學的次第，表面上

的不一致有時會引起困惑。慧

學，包括正見及正思惟，位於三

學的最後階段，但依據經典嚴格

的一貫準則，慧學通常是置於道

的開端而非尾端。然而三學的順

序並不是粗心錯置的結果，而是

一個重要邏輯的因素所決定。意

即在一開始時，初步類型（世間）的正見和正思惟，需要作為進入三學的驅策力——正見提供了修行的觀點，而正思惟提供方向感。但正見與正思惟的角色功能並不僅止於此，經過戒學及定學淨化之後的心，將會達到更高層次（出世間）的正見及正思惟，這更高的正見及正思惟亦是達到增上慧學的訓練。

## 正見的重要性

正見是修道的先驅，是其他道支的引導，它使我們了解修行

的起始點、目的地，以及修行發展前進的後續地標。試圖在沒有正見的基礎下修行，是冒著在沒有引導、盲目移動下迷失的危險，就像要開車到某地，卻沒有查閱地圖，或聽從有經驗駕駛者的建議，結果人們駕車出發，可能沒有朝向目的地，反倒是背離了目的地。所以，為了抵達目的地，人們必須對整體的方向及導向目標的路線有些概念。這樣相似的考量亦可應用於修道，修行只在清楚的架構中進行，而架構為正見所建立。

正見的重要性可從以下事實

來判斷：我們對真實及價值這些重要論題的觀點，超越了對純理論的深信，而這些觀點操控我們的態度、行為以及我們存在的整體方向。我們在心中架構的見解可能不是很清晰，只是模糊、概念性地理解自己的信念，然而不管是否有架構、表現出來或保持靜默，這些見解都有著深遠的影響力——見解建構我們的認知，安排我們價值認定的順序，並具體化為概念的結構，藉由這些（概念結構），我們詮釋自己存在於世間的意義。

不只如此，這些見解還制約



行為，見解是我們的選擇、目標，以及致力於將這些目標從概念轉成現實的背後原因。行為本身可能決定結果，但伴隨結果的行為卻是依靠著引發行為的見解，因為見解隱含著「存有承諾」

(ontological commitment)——一種對何謂是真實的決定。隨之而來的見解可分為兩類，即正見與邪見——前者符合所謂的真實；後者偏離真實，且適得其所地鞏固錯誤。佛陀教導，這兩種

不同的見解導向完全不同的行為路線，並導致相反的

結果。如果我們執持邪見，縱使那個見解是模糊的，它也將會引導我們朝向痛苦結果的行為方向；從另一方面來看，如果我們採取正見，正見會引領著我們轉向正確的行為，朝往苦的解脫。

儘管我們對世界的概念導向，看起來似乎毫無惡意且微不足道，但當仔細地檢視，這個概念導向在未來發展的整體方向上卻是決定性的因素。因此，佛陀說：

「沒有什麼因素比邪見引生不善心更須負起責任；也沒有什麼因素比正見更有助於善心的生起。」再者，佛陀又說：「沒有

什麼因素比邪見造成有情的苦難更須負起責任；也沒有什麼因素如正見般地有助於有情利益的促進。」(《增支部》1:162)

### 〔完整正見的樹立〕

最完整的正見包括對整體的法或佛陀教誡的正確了解，因此，正見的範圍等同於法本身的範疇。但為了修行的目的，卻樹立了兩種主要的正見，一是世間正見，在這個世界範圍內運作的正見；一是出世間正見，從世間解脫導向出世間的正見。世間正見是有關於生命輪迴內的統治物

質及心靈歷程的法則，這些原則導向較高或較低的存在狀態，導向世間的快樂和苦迫；出世間正見則是解脫的必要原則，它不只是將目標放在從此生到彼生的心靈成長，更著重於從一再輪迴的生死中解脫。

## 世間正見

(Mundane Right View)

〔自業正見〕

世間正見包含著正確掌握業的法則——行為的道德力，字

義是「自業正見」(kammassakata sammattihi)，從以下的陳述中，我們可以找到世間正見的理則：

「有情是他們自己行為的擁有者，是他們行為的繼承者；他們從他們的行為為出生，為他們的行為所縛，並且也為他的行為所支持。無論他們做了什麼行為，善或惡的，他們都將是這些行為的繼承人。」(2)更特定的理則也在其他經文中流傳下來，例如肯定布施及供養等善行，是具有道德的意義；善和惡的行為會產生相應的果報；人有責任照顧父母；輪迴確實存在，在這可見的世界

之外仍有另一個世界；存在具有高度成就的宗教導師，他們以自已卓越的領悟為基礎，解說世界的真理等。(3)

〔對業應有的認知〕

要了解世間正見的意涵，我們必須先檢視正見的關鍵詞——業(kamma)。業是行為，就佛教而言，最切要的行為是指思(意志)——表示道德決定的思(意志)，因為有思(意志)而賦予行為倫理上的意義，因此，佛陀明確地認為行為與思(意志)有關。在一篇分析業的開示中，他



說：「比丘們！我把思（意志）稱為業（Kamma）。人有思（意志）之後，經由身、語、意而造作行為。」<sup>(4)</sup>

以思（意志）來鑑別業，使業在本質上成為心理的事件——源於心會尋求實現心的驅動、意向及目的的因素。思（意志）藉由身、語、意中任何一種而現起，稱為二業門（Kammadvāra），經由身體表現的思（意志）稱為身業；經由語言表現的思（意志）稱為語業；思（意志）表現在思

為意業。因此，根據思（意志）得以現起的路徑可區分為三種業的形式。

正見所指不僅是對業的一般了解，它還必須了解：（Ⅰ）業在善與不善上倫理的區別；（Ⅱ）善惡業的重要實例；以及（Ⅲ）由這些根產生這些行為，如同經中所說：「若聖弟子了知什麼是不善業和不善業的根，什麼是善業和善業的根，則他具有正見。」<sup>(5)</sup>

想、計劃、概念及其他心理狀態而沒有表現於外的，稱

我們發現業首先被區分為不善業（akusala）與善（kusala）。不善的

損於心靈的發展，以及增長自己與他人苦迫的行為。另一方面，善業是指倫理上值得讚許，有助於心靈的成長，以及利益個人與他人的行為。

（Ⅱ）關於善業和惡業，有無數的實例可以被引用，但是佛陀各選了十個主要的善、不善業。這些實例，佛陀稱為十善行和十不善行，其中三個是身體的，四個是語言的，另外三個是心理的。十不善業依它們表現的根門，分為：

◎身業（Kāyakamma）：殺生、偷盜、邪淫。

◎ 語業 (vaçkamma)：妄語、兩舌、惡口、綺語。

◎ 意業 (manokamma)：貪欲、瞋恚、邪見。

十善業就是十不善業的反面：戒除前七個不善的業，除去貪欲、瞋恚並具足正見，雖然前七條完全由心運作，不一定要呈顯為外在行為，但是它們仍被稱為善的身業和語業，因為它們主要以身、語所掌控。

(Ⅲ) 根據行為的潛在動機，也就是所謂的根 (mūla)，將行為區分為善與不善。根（行為動機）會將它們的道德性格傾向

傳給相應出現的思（意志）。因此，善業或不善業是依據它們的

根（動機）善或不善而決定的。每一組的根亦分為三方面，不善

根就是我們提過的三種煩惱——貪、瞋、癡，任何源自這三者的行為都是不善業。三善根則是三不善根的相反，在古印度傳統，以否定的方式表達為：無貪 (alobha)、無瞋 (adosa)、無癡 (amoha)。雖然以否定的方式來

表達，但是它們所表示的不僅是煩惱的消失，還有相應的美德。無貪意味著離欲、不執著、以及慷慨；無瞋意味著慈愛、同情、

與和善；無癡意味著智慧，源於這些根的任何行為都是善業。

### 〔業果相應法則〕

業最重要的特色，在於它相對（不同）倫理素質的行為產生相應的（不同）結果。一個普遍存在的法則支配著思（意志）的行為，使得行為產生了報償的結果——稱為異熟 (vipāka) 或果 (phala)。這個法則結合行為與其結果，而以一种簡單的原則運作——不善的行為成熟產生苦果，善的行為成熟產生樂果。異熟果報不一定立刻來到，也不一定在



此生就會到來，業可以跨越連續的生命期而運作，甚至可以蟄伏很長的時間直到未來。一旦我們完成一個思（意志）的行為，這個思（意志）就會在心的相續上留下痕跡，而在心的相續中，業保留為潛藏的能量。當這個儲藏的業遇到利於它成熟的因緣，就會從蟄伏的狀態中甦醒過來，引發某些效應，這些效應為原始的行為帶來相應的報償，這類異熟可能發生在此生、來生或來生之

後的某一生。業可能透過產生來世的輪迴而成熟，由此

決定了（來世）生命的基本形式；或者，業可能在一期的生命過程中成熟，產生我們的多種經驗：苦樂、成敗、興衰。但是，不論業於何時或以何種方式成熟，相同的原則始終維持不變——善的行為產生令人喜愛的結果，不善的行為產生令人不喜愛的結果。

命只有此生，主張意識於死亡時終止。又正見以客觀普遍的原則為根據來區分善與惡、對與錯，所以反對「倫理的主觀主義」（ethical subjectivism）——堅稱善與惡只是個人意見的假定，或控制社會的工具。因為正見確認人可以在他們的條件限定中，自由地選擇自己的行為。所以，他反對嚴格的宿命論（hard deterministic），認為我們的選擇總是出於不得不然，因此，也認為自由意志是不真實的，道德責任是不堪一擊的。

見能使我們更加肯定自己的行為會影響來生的命運，它也反對斷滅的觀點（nihilistic view）——生

佛陀教導業與果的正見，

這當中某些意涵與現今流行的思想趨勢相反，澄清這些不同的觀點是有益的。正見所指出的善惡、對錯，超越了傳統認定的善惡、對錯。整個社會也可能以一個混淆的標準道德價值為依據，但即使社會中的每一個人，都贊同某個特別的行為，而譴責其他是錯誤的，也不能使這些行為成為確實的對或錯，因為佛陀的道德標準是客觀且不能改變的，儘管行為的道德特徵必然取決於該行為表現時的環境，但還是有客觀的道德標準，我們可以依據它來評估任何行為或任何可理解的

道德規律。

道德的這種客觀標準是「法」

——真理與公正的宇宙法則不可

或缺的部分。「法」所具有超越

個人基礎的正確性，事實上是種

種意志的表現產生出種種行為，

這些行為帶給行為的作者種種結果，並且行為與他們的結果間的

相互關係是意志本身本來固有的。在宇宙的運行上，沒有一位

高高在上的神可以執行賞善罰惡的判決，行為本身經由其道德或不道德的本質，產生了適切的結果。

就絕大多數人而言，都只是

基於信仰卓越的心靈導師所宣稱行為的道德效能，而接受這業果的正見，但即使並非親見業的法則，它仍然存有正見的面向，這是正見不可分割的重要部分，因為正見與了解有關——了解我們在整個事物體系上的位置，一旦個人接受了思（意志）的行為具有道德潛力的原則，在某種程度上，就已經掌握了存在本質的重要事實。

不過，有關行為業力的正見

不需要只停留在獨特的信仰論述，為背後不可穿透的障礙所遮蔽，（關於業與果相應的）正見是可



以成為直接看見的，藉由達到某種程度的深層禪定，可以發展一種特別的能力，稱為「天眼」

(dibbacakkhu)——一種超越感官的洞察能力，揭開隱藏於肉眼之後的事實。當開發天眼後，天眼可以導向這個世界的有情眾生，探究業的運作，透過天眼所賦予的特別洞察力，人才能獨力並以立即的覺察力見到：眾生如何由於他們的業死去及再生；眾生如何經由他們善、惡行為的成熟而遭受快樂及苦迫。

(6)

## 出世間正見

(Superior Right View)

業與果的正見，提供了從事善行，將在輪迴中獲得高生存狀態的理論基礎，但單靠這樣的正見並不能導向解脫。可能某些人儘管接受了業的法則，卻仍然將目標侷限在世間的成就上，如某個人實踐高貴行為的動機，是為了解積有功德的業，以導向此時此地的財富和成功，也就是再生為有福報的人，或是為了在天界享受天人的福報。在業的因果邏輯中，無一事物能超越業果的循

環，想從整個輪迴中解脫出來的推動力，端賴不同而且深刻的覺察，這覺察是對所有型態的輪迴——即使是最崇高的輪迴狀態，能洞察到其固有的缺陷。

### 〔導向解脫的四聖諦〕

導向解脫的出世間正見就是了知四聖諦，出世間的正見在八正道的第一支，從正確的意義上可說是聖正見。因此，佛陀明確地以四個真理定義正見：「什麼是正見？正見是知苦 (dukkha)，知苦的起源，知苦滅，知導向苦滅的方法。」(7)八正道始於概念

性地理解四聖諦，但是，這只是透過思想和思惟媒介而有的一種不清楚的理解，當直觀四聖諦時，正見達到了頂點，它等同於覺悟的明晰，而洞察徹入聖諦。所以，可說四聖諦的正見，同時構成了滅苦之道的起點與終點。

### 〔五蘊是苦 愛為苦因〕

#### 第一聖諦是苦諦 (dukkha)

——生存內在的不滿意，顯露在無常、痛苦、及所有生命形態固有的永恆不足。

「這是苦聖諦：生是苦；老是苦；病是苦；死是苦；愁、悲、苦、憂、絕望是苦；與所不

愛者相遇是苦；與所愛者分別是苦；所求不得是苦；簡而言之，五取蘊是苦。」(8)

經文的最後一句值得特別留意，佛陀清楚地宣示，五取蘊 (Pañcupādānakkandhā) 是了解有情

本質的分類大綱，我們只是五蘊

——色、受、想、行、識的組

合，這些都與執取有關，我們是

五蘊，五蘊是我們。不管我們認

同的是什麼，也不管執取什麼當

作自我，全都在五蘊當中。五蘊

合集，產生了一大串的思想、情

感、概念、性格，我們棲身於

「我們的世界」中。因此，佛陀

宣稱，五蘊是苦，這樣的宣稱實際上將所有的經驗，即我們整個的存在，帶入苦的範疇。

但是，為什麼五蘊是苦？佛陀說五蘊是苦的原因，在於五蘊

是無常的。五蘊剎那剎那地變

化，生起又消失，在遷變中，沒

有任何實體的事物在它們背後持

續。由於我們存在的組成因素總

是在變化，完全沒有永恆的核

心，也沒有任何東西是可以執持

作為安全的基礎，有的只是不斷

分解的流動。當渴求永恆而執取

這不斷分解的流動時，便帶著我們墜入苦迫中。



第二個聖諦指出苦的原因。

從導致苦的煩惱中，佛陀指出貪愛（*taṇhā*）為最主要及最具影響性的原因——「苦的起因」：

「這是苦的起因之聖諦。是此貪愛產生不斷重覆的存在（生存），必然與欣喜和貪欲結合，隨處渴求愉悅，也就是欲愛（渴求感官愉悅），有愛（渴求生存），及無有愛（渴求不生存）。」(9)

### 〔息止貪愛 趣向涅槃〕

第三個聖諦只不過把這個起

因的關係倒反過來。如果貪愛是苦

因，那麼，為了免於苦，我們必須去除貪愛，因此佛陀說：

「這是苦滅聖諦。它是這個貪愛的完全消失止息，是貪愛的棄除與捨棄，是從貪愛解脫和不執著。」(10)

當貪愛消除後，隨之而來的全然寂靜狀態就是涅槃（*nibbāna*），涅槃就是當充滿貪、瞋、癡的火燄息滅時，所經歷的無為狀態。第四聖諦指出到達苦的止息的道路，即體證涅槃的道路，這條路就是八正道本身。

### 〔出世正見的次第修行〕

四聖諦的正見有兩個階段的

發展。第一個階段稱為隨順真理的正見（*saccānulomika samma-ditthi*）；第二個階段是洞察真理的正見（*saccapativēha samma-ditthi*）。為了得到隨順真理的正見，需要清晰地理解隨順真理的正見在生命中的意義和重要性。要有這樣的理解，先要藉由學習真理和研究真理而得，隨後，從經驗上，透過思惟真理來深化理解，直到對它們（真理）的真實性得到強烈堅定的信仰為止。

即使在此時，真理仍尚未被洞察，因此，所達到的理解是有

缺陷的，是一種概念而非覺察。

為達到親證真理，我們需要禪

修，先是加強維持專注的能力，

然後發展內觀。內觀起於思惟五

蘊——生存的因素，以區辨五

蘊的真正特性。達到這般思惟的

頂點時，心眼不再將注意力放在

由五蘊構成的有為現象，而將焦

點移向無為的狀態——涅槃，

經由深化的內觀能力，涅槃是可

以達到的。隨著這種轉移，當心

眼見到涅槃時，同時產生所有對

四聖諦的洞察。見到涅槃，即超

越苦的狀態，人們得到了一種洞

見，從這個洞見來觀察五蘊，並

看到五蘊會是苦，只是單純地因

為它們是緣起的，所以必定是無

止盡的變化。也在體證涅槃的同

一個剎那，貪愛止息了，然後初

次了解到貪愛是苦的真正來源，

體證到寂靜的狀態，將從存在的

混亂中解脫出來。由於這個體驗

是藉由修習八正道而得到的，人

們才親自了解到八正道是真正的

滅苦之道。

洞察四聖諦的正見，出現在

道的終點而非起點，我們必須從

順應真理的正見開始，透過學習

獲得，並經由思惟而增強。正見

鼓舞我們從事修行，著手於戒、

定、慧三學的訓練，當訓練成熟時，智慧之眼將會打開洞察真理，心也將從束縛中解脫出來。

【註釋】

(1) *Adhīśīlasikkhā*.. 增上戒學；  
*adhicitasikkhā*.. 增上心學；  
*adhīpaññasikkhā*.. 增上慧學。

(2) 《增支部》3:33.，《佛陀的話》，頁119。

(3) 《中部》117.，《佛陀的話》，頁36。

(4) 《增支部》6:63.，《佛陀的話》，頁119。

(5) 《中部》9.，《佛陀的話》，頁29。  
(6) 請見《長部》2.，《中部》27等

等。詳見《清淨道論》第十三品，頁72—101。

(7) 《長部》22：《佛陀的話》，頁29。

(8) 《長部》22：《相應部》56：11：《佛陀的話》，頁3。

(9) 同上；《佛陀的話》，頁16。

#### 【編註】

(10) 同上；《佛陀的話》，頁22。

(1) 《佛陀的話》一書為三界智者所著。本文作者參考的版本為一九六八年第十四版，由斯里蘭卡佛教出版社出版。

(編者按：本期教理譯自菩提法師 (Bhikkhu Bodhi) 所著《八正道》(The Noble Eightfold Path — Way to the End of Suffering) 一書第二及第三章。本書由斯里蘭卡佛教出版社出版。內文部分標題為編者所加。)

#### 【教界啟事】

### 香光尼僧團分院道場 近期活動

#### 【香光尼僧團 封山禪修公告】

◎11/1至11/26為香光尼僧團封山禪修期，感謝大眾護持。

#### 【行門體驗】

◎印儀：10/23 (六) 精進佛一

◎紫竹林精舍：94/1/1至1/3  
精進佛三

◎紫竹林精舍：94/1/8至1/10  
精進禪三

#### 【佛學英文原著選讀】

◎日期：10/2始  
每週六10至12時 共八次

◎地點：印儀學苑

#### 【慧青講座—菩提道次第廣論讀書會】

◎日期：10/8始  
每週五19至21時

◎地點：印儀學苑

#### 【佛教主題文選】

◎日期：10/9始  
每週六14至17時 共六次

◎地點：印儀學苑

(各分院詳細地址及電話請參考封底流通處)