

《大乘本生心地觀經·觀心品第十》讀後感（五）

本文榮獲九十三學年度慈航導師獎學金

◆ 許勝雄

陸、奉行「法行」真義，證得「佛道」殊勝

觀心就是觀察起心動念，觀察心念的實況、本質。觀察心的目的在於了解自己的本心，使雜染遁形，而受矇蔽的心成為清淨無染，不受痛苦折磨。

愈觀察心就愈明白心，清淨心、雜染心都能漸漸如實顯現。不觀心、不明白心，雜染會很多，心就成為罪惡的淵藪，所以要使心智清明、健康，觀心、調伏心是修行的重要課題。

心念可以歸納為六種，即貪、瞋、癡、無貪、無瞋、無癡，前三者可稱作不解脫的心，後三個稱作解脫心。不管解脫心或不解脫心，都不會無因無緣的產生，它源自「明」觸或「無明」觸。無明或無知的接觸，就有執著的苦受，就有貪瞋癡產生。明的接觸因緣，會有無執著的樂受，會有無貪瞋癡產生。

心念的本質是一個接一個生了又滅，滅了又生，是無常、不永恆的，當心定靜時，容易覺知，但若生起貪瞋癡之念，就會卡在某個對象上不願捨離，就像損壞的唱盤，一再重播某段曲子，難以覺知無常。去除雜染使心念保持流暢，除了直接從心念去覺知、排除雜染之外，也可由身體的覺知下手。當身體靜止時，多注意呼吸，身體移動時，多注意動作、觸感，這也能有效地使雜染、散亂心減少與止息。經云：「三界無別法，唯是一心作。」又云：「心者，眾行之本。三界之中，以心為主，能觀心者，究竟解脫，不能觀者，究竟沉淪。」人的一舉一動，為善、作惡，皆先發於「心」，其後方現之於身口，所謂「心生則種種法生，心滅則種種法滅」，是故欲成就佛道，首先須有「廣大心」、「清淨心」與「深信無疑惑心」，進而發菩提心，修「菩薩」行，方能成就「佛道」。《佛說超日明三昧經》：「一切三界所受形貌，皆從心意，心意無形而有所造，隨行立身，豪貴貧賤，皆歸無常，如泡起頃，尋復壞滅，一切世間所有如是，（菩薩）當信道德正真可怙，餘不可恃，棄捐眾行，奉行法行。何謂法行？無生之行除諸所生，真諦之行所存殊勝，入道之行無所忘失，布施之行無所吝冀，持戒之行普得諸願，忍辱之行不亂眾人，精進之行未曾動轉，一心之行意行常達，智慧之行以聖眼睹，慈心之行忍一切苦，悲心之行等意眾生，喜心之行以法開化，護心之行安慰一切，神通之行六通以達，惟空之行無恚害心，消滅之行度諸群黎，四恩之行合聚救人，博聞之行從受成道，不起之行而觀自然，道品之行不獲有為，本無之行無罪福報，緣起之行了知無明明不可盡，眾勞之行解人物自然，諸法之行了空見慧得平等覺，伏魔之行無能傾動，三界之場雖處不墮，師子之行善勝無畏，力無懼行所向無畏，三達之行無有罣礙，一心覺場大智普具，教一切行無所不周，化六十二見行濟眾羅網，九十六徑誨入一道。」

「菩薩以應斯行則順道行，已順道行則應大慈，已順大慈則應大悲，已順大悲則應大鎧，已順大鎧則師子吼，已師子吼則應化幻，已順化幻則入五道，已順五道則隨時入，已隨時入無所不變，已在所變無去無來，度無所度淨無所淨，明無所

明覺無所覺，乃為正覺。」

總而言之，學佛修道者若能修如是諸「法行」，即能悲智雙運、福慧雙修，且能：玲乘於大乘（得位不退、行不退、念不退）；妄斷三惡趣因緣（往生「西方淨土」永離三惡道）；夤具足善為諸佛所護持（如《阿彌陀經》所云：為十方諸佛之所護念）；姪隨所欲至便得往生（西方淨土）；妹捨一切胞胎能化生諸佛前（蓮花化生，花開見佛）；姪能行無諍身口意業（能淨化身口意三業）；媿住不放逸行，為諸天世人之所恭敬（自利化他而為天人師）；姐善通達三解脫門而不證實際（通達空、無相、無願三解脫門而「留惑潤生」，不急於「涅槃」）；姆一切無我法皆現在前而猶不捨六波羅蜜。

柒、結論

《僧侶與哲學家》有一段對話：「心靈的生活其實就是一種心的科學，有科學的方法、科學的結果，是一種真正轉換自己的方法，不是在作夢，不是在發呆。」姪一切眾生煩惱皆因無明造作的力用，因造作而產生無量無數之業力果報，亦就是集苦無量，難怪會令眾生困擾不已，不能解脫自在。三教十二部經典所宣示的教義，無非令有情覺悟其現前一念心；這現前一念心本來就具足萬法，有無量功德妙用。修學佛道要把握要領，功夫才能得力，否則光是在名相堆裡打轉，實難獲益而離道越遠。世尊常教誡弟子要從「心」這個根本處下手修行，《大乘本生心地觀經》指出「若有善男子善女人，欲求阿耨多羅三藐三菩提者，應當一心修習如是心地觀法。」媿所以學佛不可僅僅學習名相，而要了達名相本義，直探法性本源，清淨自己的「心地」，「但教此心比日月，莫令方寸染塵埃」，如此方能究竟解脫。

佛家為求得道通，先於五通下手。六通之最，漏盡通也。世法為有漏，出世法為無漏，通於二者，概不染著，名曰漏盡。修六通之法，必先明心地，開發覺慧，證得淨空以為體，然後緣化萬有，無心應物以用。故《寶藏論》云：「何謂三智者？一曰真智，二曰內智，三曰外智。何謂外智？分別根門，識了塵境，博覽古今，該通俗事，此為外智。何謂內智？自覺無明，割斷煩惱，心意寂靜，滅有無餘，此為內智。何謂真智？體解無物，本來寂靜，通達無涯，淨穢無二，故名真智。」我人所修，道通為體，五神通為用，未得體而起用，必致墮落，必招後果，甚可畏也。

世尊於《大乘本生心地觀經》觀心品中宣說「觀心陀羅尼」曰：「唵室他波羅合底 吠憚 迦盧弭，……持此咒時，舉清淨手，左右十指更互相叉，以左壓右更相豎握，如縛著形，名金剛縛印。成此印已，習前真言盈滿一遍，勝於讀習十二部經，所獲功德無有量，乃至菩提不復退轉。」修此法者，以心不放逸為主，不再毀身受苦也，故戒以心戒為上。手持印，身密也，無以起身業而殺盜淫止矣。口持咒，口密也，無以起口業而兩舌等惡止矣。心澄空，意密也，無以起意業而貪瞋癡止矣。此不戒之戒，戒於不覺者也，下座時之觀照證空，即屬防嫌杜惡於因地，戒之於未然者也，蓋殺盜淫為果，因地屬於貪瞋癡，而貪瞋癡又屬於果，因地屬於不明心。故中心法，可直證金剛般若，為悟心之無上妙門，拔除根本

業障者。

筆者概說讀《大乘本生心地觀經·觀心品》心得如下：

一、要捨離三界，心需作適當調整，觀心品立於中流砥柱的位置。

二、以「地」喻「心」。(一)地：能承載，生長萬物。(二)心：1.是生死流轉的根源。2.是生命體的基本能力。3.本體與外在表現的特徵：心性本空、法界無為無垢。(三)從操作「心」中展開身、語、意的修行。

三、功能：扣緊文殊菩薩是般若波羅蜜多佛母，說明觀心法的重要。

四、修行重點：從不淨觀到法界無為。

五、操作重點：觀心咒、定印。(一)對心的高度凝聚與收攝，比讀十二部經功德還要大。(二)以心性本空為基礎↓心意識的修行↓月輪↓金剛心。(三)「心性本空」成就賢聖的根源。

六、道理融會貫通後，才得以培養出成佛的能力。

〈觀心品〉如來與文殊師利問答之要旨為：廣明所觀之一切諸法皆識所現，而能觀之心亦畢竟空寂，即初觀所緣境無，進觀能觀之心亦無，即能所皆空，而空相亦空，以明一切法皆是心真如性，將心相究竟空去，以證入真如實性也。禪宗所謂明心見性，正是此品所明，於此再以大乘各宗義而明之，故注有「相、性、禪、密」，以示本品之綱領。

「相」，指大乘法相唯識宗之所明，即是所觀空前心相。此科中之「正說法本」，及「問答抉擇」中之「喻明其相」等，皆大乘法相唯識之義。

「性」，即大乘法性空慧宗之所明，即是諸法皆無所得而畢竟空，此科中之「空顯其性」是。

「禪」，即大乘禪宗之所明，即言語道斷、心行處滅、離四句、絕百非而唯證相應者，此科中之「直指法界」，正顯此意。

此品之末，更有「咒印」一科，明大乘密宗之義。在此品之中，含有大乘相、性、禪、密，然此品只明相性禪，至密宗之義，在成佛品始正明。娵

誠如湛然大師所言，若能觀心清淨，則一切諸法雖然應運因緣而生，則卻能夠如實地明白對應萬法。因此，湛然大師強調「修觀次第必先觀心」，內心一旦能清淨自在，則即使遍歷一切諸法，也能夠完全明白一切皆是因緣法起、空性如此。綜合以上所得，是「心」讓生命體在凡為眾生，在聖則成就圓滿的佛陀，所以「心」為有情眾生超凡入聖的機制或樞紐。而修行即是修心，由淺入深、由易至難，總屬於學習方法的常道，從「心法」的觀修入手亦較容易。娵無論如何，唯有真正實地觀心者，才能由清淨的法心彰顯出諸法如實的法性，也唯有真正的「能了此者」，才能如實地契入佛道正法。v (全文完)

註 釋

娵賴聲川譯《僧侶與哲學家：父子對談生命意義》頁 28，台北：先覺出版社。

娵《大乘本生心地觀經》卷八 (T3.327c)。

娵太虛大師《大乘本生心地觀經講記》(觀心品第十)卷八。

娵《大正藏》第四十六冊。

參考文獻

- 大谷大學佛教學會編，舟橋一哉等著，關世謙譯《佛學研究指南》，台北：東大圖書公司，1993，再版。
- 太虛大師《大乘本生心地觀經講記》（觀心品第十）卷八。
- 中村元著，江支地譯《慈悲》，台北：東大圖書公司，1997。
- 平川彰等著，許明銀譯《佛學研究入門》，台北：法爾出版社，1990。
- 呂澂《佛教研究法》，台北：新文豐出版社，1984，再版。
- 呂澂《中國佛學思想概論》，台北：天華出版社，1982。
- 呂澂《印度佛學思想概論》，台北：天華出版社，1982。
- 吳汝鈞《佛學研究方法論》，台北：學生書局，1996，增訂版。
- 吳汝鈞《佛教的概念與方法》，台北：台灣商務印書館，1989。
- 吳汝鈞《中國佛學的現代詮釋》，台北：文津出版社，1995。
- 印順導師《教制教典與教學》，台北：正聞出版社，1972。
- 印順導師《佛法概論》，台北：正聞出版社，1982。
- 印順導師《初期大乘佛教之起源與開展》，台北：正聞出版社，1994，七版。
- 釋智諭《性緣問題之申論》，台北：西蓮淨苑，1988。
- 釋智諭《妙法蓮華經講記》，台北：西蓮淨苑，1989。
- 釋恆清《佛性思想》，台北：東大圖書公司，1997。
- 冉雲華〈佛教中的「多聞」概念——佛學與學佛的展開〉，《中華佛學學報》，1992。
- 郭翠蘭《大乘本生心地觀經講記》「心地法門初探」，台北：慧炬出版社。
- 唐君毅《中國哲學原論（原性篇）》，台北：台灣學生書局，1984，全集校訂版。
- 黃香蘭《法華經的研究》，香港能仁書院哲學研究所，1980。
- 曉雲導師《妙音妙行》，台北：原泉出版社，1987。
- 曉雲導師《觀音圓行》，台北：原泉出版社，1989。
- 賴永海《佛學與儒學》，台北：揚智文化，1997。
- 《諦閑大師語錄》，香港：香港佛經流通處，1988。
- 賴聲川譯《僧侶與哲學家：父子對談生命意義》，台北：先覺出版社。
- 藍吉富《佛教史料學》，台北：東大圖書公司，1997。