

探討藏傳佛教理解的三學修持義理（三）

林維明

(三) 智慧的高等訓練 (The Higher Training in Wisdom)

修行者一旦避免犯上謬誤的身行和言行，就可獲得穩定的高等的戒律訓練，而藉由高等的禪定訓練，可以讓心煩意亂的心安靜下來。然後還必須學習高等的智慧訓練。智慧不論對人的內在和外在能夠具有實質上的進步，都是很重要的。

龍樹 (ivagarjuna) 阿闍黎 (Acarya)²⁴ 曾說：「所有的優越，不論可見或不可見的，除了智慧之外，別無他物。」

一般而言，慧有兩類，一為洞見世俗五明的知識²⁵；而另一為探求究竟真實的最高知識。以後者而論，佛教相信相對或是相互依賴得緣起論²⁶。從實修的觀點而言，是大乘與小乘共有。旦聲聞 (sravaka) 與辟支佛 (dratyeka) 的觀門也就是說所有佛教徒的禪定必依十二因緣的內觀，從「無知」到「老死」而開展的連結，而形成生死輪迴不息，以及觀無明滅的十二因緣次序反轉而成就解脫之道。

雖然在大乘的教義上，有許多方法談到「無知」。

無知並不是指缺乏智慧，而是指心理因素的出現阻礙智慧的功能和培養的進展，所以才叫「無知」。無知是生命輪迴的根 (The very root of samsaric existence)。

一般人都有「我是○○○」的想法。雖然只是一個「我」字，但這種作法就引起一個獨立的實體出現，就是造成問題的緣由所在。當我們以其出現的方法來詮釋其存在，我們就會落入與生俱來的「我擁有」的無知病態現象 (syndrome)。

如果在突然發生一件驚奇或害怕的事境下，研究此「我」的特性，會感覺特別的清楚。因為在此時，與生俱來的「我」的意識特別明顯，此意識有一個實體的「我」，是身與心聚合成一起，從而產生一種與生俱來的存在意識。由於這種對「我」的觀念誤解，所以令我們陷入痛苦的情緒習性，例如貪愛或厭惡等。

法稱 (Dharmakirti) 法師曾說：「當我們有『我』的想法時，則會生起「他者」(others) 的想法。由此兩觀念，就會生起貪愛和厭惡」。同樣地，月稱 (Chandrakirti) 菩薩亦說：「首先我們執著於『我』的想法，由此而生起『我的』的想法，因此人將無助的踱方步，如同古代人用於提取井水的水桶一樣，不能鬆手的升降一樣」。²⁷

「無知」是十二緣起的首支²⁸，因為無知（痴），所以會生起貪愛（貪）和厭惡（瞋）以及因而付之行動，而產生具有負面的行為稱之為業 (karma)，這些業的行 (samskara) 或能量就構成十二緣起的第二支「行」。一旦產生業後，業力就會銘記在心上，而心帶著這些銘記的業力即為「識」（在唯識學稱為阿賴耶識，具有貯藏的功能）。這就是第三支，業有善業和惡業。業力由心識所存，並由心帶著走，這種潛力會產生第八及第九支即「愛」(desire) 和「取」(craving)。若在死的時候有「愛」與「取」這二種力量，再加上業力的組合，因此就有第十支「有」(becoming, existence) 的出現，然後生命就形成，而有第十一支「生」的顯現，同時第四支「名」(心)與「色」(身)²⁹被活性化 (is activated)，等到色身敗

壞，心意識不起作用就會有「老死」即為第十二支，而名色含有眼、耳、鼻、舌、身、意五根。當接觸外境色、聲、香、味觸法六處時，會有眼、耳、鼻、舌、身、意等六識。因此第五支「六處」及第六支「觸」是身心內外的體驗。因而產生快樂與不幸的感受稱為「受」(sensation) 為第七支。此「受」的抓取不放，所以就會產生更多的業力，因而又開始另一個因緣的連結，依此方式的進行下，就形成輪迴 (samsaric existence) 永遠的繼續循環。如果要跳脫十二因緣的輪迴，就必須將十二因緣逆轉，其原理概述如下：

爲了消除「老死」，則必須先切斷輪迴的「生」，即十二緣起的第十一支；也須要切斷第十個連結即「有」支；接著要消除「愛」與「取」兩支：一旦斷除「愛」、「取」後，必須消滅「受」支，「觸」支和「六處」支；然後輪迴之門即「名」與「色」亦依次要切除；接著切除污染的「識」；和其所產生業種子的「行」；最後爲切除此輪迴鏈鎖，也需驅逐第一支「無明」。

所以如龍樹在《中論》(The root of Wisdom, mula-prajba-madhyamaka-karika) 中所說：「業、惑終結是自由的業、惑出自扭曲之心，此扭曲心來自我執，可由禪定「空」觀而除去」³⁰

引文指出造惡業和煩惱，可以經由對真理的洞見而消滅，如是則可獲得解脫，即為涅槃，此可由禪定內觀真實諦「空性」而得到的。

一個人如何培養非天生就存在的洞察能力呢？是透過長時間的修習漸漸的洞察到一切法無自性（空）的空性智，這是佛教的「無分別智」³¹。所以「所緣境」或「存在物」在實質上是空的（無自性），是一種心理的虛構物。我們必須在心識流（mindstream）中，清除這種的虛構的實體。我們只是認知一切法（物）具有空性，並不是要去破壞現存的任何事物，這是應有的觀念。也就是說以世俗上而言，法是存在的，而以究竟上而言，則是空的。

而是所觀察某一事物的存在本質是不存在的。也就是其本身在究竟上是不存在的。並不是說現有真實的存物是空的意思，是必須把心聚焦在所要分析的目標上，在觀察其原始的真實情形。以觀察自己（self）或我（I）的特性而言，若我是天生就存在的，則當我與群體不論結合或是分離都應該是存在的，也就是說具有主導性或稱主宰性。但我並不能離開身、和心的集合而存在。也就是說，若觀察身（色）和心（受、想、行、識）的集合體，並不能發現可以代表我（i）。遍尋真正

存在的我，然而並未能發現「我」。同理，若分析世上任何東西，其本身的自我（self）特性亦如是。

那是否意味沒有東西存在呢？並非如是，因事實上我們有愉快或悲傷或進步或退步的經驗，所以事情還是存在的。然而當我們密切的觀察，其實並不能抓住到任何東西，這就表示我們對所有事物的所知只是心理的投影而已。

因此我們不能落入虛無主義的極端。而且也不能落入實體論的極端也就是虛處在沒有實存和沒有非實存的狀態。這種實、不實的觀點，經常可以在大乘佛教的經典上發現到。³²

一切法如幻影亦如夢境，雖然出現在心理但並沒有真實存在透過內觀「空性」，則可慢慢地去除貪、瞋、痴，最後加諸在我們的諸惡業力亦會消滅掉，透過空性滿則可辨認和消除我們每天緊握虛假的「我」的病態現象，體驗到其實是一種虛假的心理標籤而已。在實修上，剛開始，可藉由聞思（學習與冥想）而得到智慧的基本概念，然後應用禪定理論完成止、觀雙運的練習雖然開始禪修時仍有善惡等二元時立對立的觀念，但會逐漸減少而趨向達到捨（平等）的境界，所有心理的迷惑都會消滅掉而達到解脫，也可以完成具有利他的菩

薩精神。原有的無知 (ohscuration) 現象逐漸消除而變為全知 (omniscience) 並且達到完成的大徹大悟 (enlightenment) 或覺悟 (buddhahood)。除了這些方法以外，若能整合各種金剛乘的練習，則可以在短短的一生更快速及完全的開悟。

(未完待續)

註釋：

24. 阿闍梨是梵語 *acarya* 的音譯其意譯為教授，是對一位可以矯正弟子的行為，他的軌則可供師範高僧的敬稱。故又稱為軌範師，龍樹在漢傳佛教被稱為菩薩參見丁福保，二〇〇六，《佛學大辭典》台北：佛陀教育基金會，頁一四六六。
25. 「五明」的明是闡明。詮釋其理而證明之。依學而得智慧，故為智之異名。五明包括闡明言語文字的聲明 (*sabdavidya*)；明一切正藝技術算曆的工巧明 (*śipakarmasthana vidya*)；明醫術的醫方明 (*cikitsavida*)；明考定正邪，詮考真偽的理法，即所謂論理學的因明 (*Hetu vidya*)；以及明自家的宗旨的內明 (*adhyatma vidya*)。佛教以三藏十二部教為內明。
26. 緣起論文稱十二因緣 (*dwadasaiga Pratityasamutpada*

) 是指眾生涉三世而輪迴六道的次第緣起。有關從十二因緣上思惟希求解脫的心，有詳細的解說，參見宗喀巴，《菩提道次第度論》卷七，台北：佛陀教育基金會，頁一八一—一〇一。有袞卻格西講述（二〇〇〇）《菩提道次第綱要（下）》台北：護持大乘基金會，頁五〇—七十三亦有很詳盡的開示。

27. 本論文的原註釋三指出有關本偈頌的詳細討論，可參見 Jeffery Hopkins, 1980, *Compassion*。In Tibetan Buddhism (西藏佛教的慈悲) London • Ridev co.

28. 十二緣起的十二支分別是 1. 無明、2. 行、3. 識、4. 名色、5. 六處、6. 觸、7. 受、8. 愛、9. 取、10. 有、11. 生及 12. 老死。

29. 名 (*nama*) 意謂心、心理的、或心理狀態；色 (*rupa*) 通常意指看得見的物體、或物。因此名色意謂心與物或指人的身和心。詳見喜戒禪僧行著，香光莊嚴編輯組譯（二〇〇五）《名與色—*Nama&rupa*》香光莊嚴八十二期，頁七十四—八十三指出：「當覺知身心運作的名法與色法，發現他們只是一對組合及相互依存的特相時，將能獲得「名色分別智」了悟真理的第一步」。禪修者證得「見清淨」就能再提昇不同階段的觀智，最後能得到解脫涅槃，所以證悟辨識名法與色

法的清淨智慧是很重要的。

30. 出自《中論》觀法品十八·五偈頌如云：「業煩惱滅

故，名之為解脫，業煩惱非實，入空戲論滅」《大正

藏》第三十冊，頁廿三下，改寫為白話。

31. 參考許明銀（二〇〇六）《西藏佛教史》頁四十一

四十一或，布頓著，郭和卿譯（一九九四）《佛教

史大寶藏論》台北：福智寺弘法中心，頁二二五一

二二六。

32. 參見林維明，二〇一二／《中論、觀法品》之三三昧

探討》，《第二十一屆全國佛學論文聯合發表會論文

集》頁一四六—一四七對十八·八偈頌：「一切實非

實，亦實亦無實，非實非非實是名諸佛法」中說：

佛為度眾顯諸法實相，方便應說教，所以採用各種不同教法」。例如《大乘中觀釋論》云：「依世俗諦，諸業執實有，故起生死想，即老死等法為實，為斷煩惱障，依勝義諦說諸法無我，是故頌曰：「一切實不實」。又色等五蘊自體非實，我、我所亦非實，故說諸法無我空性所行。然而菩薩為斷所知障故，所以頌曰：「非實，非不實」，故在勝義諦中，彼一切法如幻如燄，如影像等故曰：「亦實亦不實，比即諸佛教

」。故總結：為利益眾生，隨樂分別，亦不虛妄。」

援建苗栗整建舊校舍

【本刊訊】苗栗縣獲佛教慈濟慈善事業基金會挹注超

過五億元，以整建原本必須等到二〇二一年才得整建的六所學校老舊校舍。

包括苗栗縣立苑裡高中及公館、造橋、後龍國中、六合及后庄國小，計六所學校部分校舍老舊、建築傾斜、有鋼筋裸露或窗戶設施待修等問題。因為教育部補助改建老舊校舍經費有限，原本需等到二〇二一年才得發包興工，因為佛教慈濟慈善事業基金會這項援助，得以提前進行。

在雙方簽訂意向書的儀式上，縣長徐耀昌頒贈感謝狀並指出：教育部補助改建老舊校舍經費有限，無法及早實現。這次獲得基金會同意援建，而且從聯繫、協調、會勘、簽約，在很短的時間有效完成。未來縣府將持續關注教育，提供老師及孩子的授課、學習環境。

教育部國教署副署長鄭來長及六所學校校長等人觀禮見證，鄭來長並向慈濟基金會代表表達感謝之意。基金會副總執行長林碧玉說「教育不能等」，希望盡速打造安全的校園環境。援建計畫希望六所校舍年底前都能動工，並提供組合教室，施工期間師生上課使用，工程希望能於二〇一八年完工，以提供優質安全的教育環境。