

內觀雜誌第 46 期【2006 年 11 月】

## 內觀雜誌第 46 期

【本期重點】：因明立式和破式的應用；阿姜曼的證悟。

第 46 期內容文摘：

- (1) 立式和破式的應用
- (2) 阿姜曼的證悟



# 立式和破式的應用

## ——以六根的知覺為例

林崇安

### 一、佛法總綱

◎知覺分為心王、心所二種。

○心王的定義：從執自境之體性門而立的主要覺知。

心王、心、意、識等是同義語。

心王分為：根識（前五心王）及意識（第六心王）。

根識又分眼識、耳識、鼻識、舌識、身識等五種。

○心所的定義：執自境隨一差別法，且生為相應之心王隨一眷屬的覺知。

心所分為五十一種，謂五遍行、五別境、十一善、六根本煩惱、二十隨煩惱、四不定。

◎知覺又分為色根知覺、意根知覺二種。

○色根知覺的定義：依靠自己的不共增上緣色根而生起的覺知。

色根知覺（dbang-shes）：分眼根知覺、耳根知覺、鼻根知覺、舌根知覺、身根知覺等五種知覺。

眼根知覺的定義：依靠自己的不共增上緣眼根而生起的覺知。餘仿此。

眼根知覺分為：眼識、伴隨眼識生起的心所。

耳根知覺分為：耳識、伴隨耳識生起的心所。

鼻根知覺分為：鼻識、伴隨鼻識生起的心所。

舌根知覺分為：舌識、伴隨舌識生起的心所。

身根知覺分為：身識、伴隨身識生起的心所。

○意根知覺的定義：依靠自己的不共增上緣意根而生起的覺知。

意根知覺分為：意識、伴隨意識生起的心所。

◎注意區別：

意=yid，為心王的同義字，分眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識。

意=yid，為心王的同義字，分眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識。

意識=yid-kyi-rnam-shes，為心王之一。

意根知覺=yid-shes，分為意識、意識相應心所。

眼識=mig-gi-rnam-shes，為心王之一。

眼根知覺=mig-shes，分為眼識、眼識相應心所。

◎意與意根知覺有四句簡別，因為：

a 謂是意、不是意根知覺，如眼識。

b 謂不是意、是意根知覺，如生為意識眷屬的受；

c 謂又是意、又是意根知覺，如意識；

d 謂又不是意、又不是意根知覺，如生為眼識眷屬的受。

如是，意與色根知覺的四句簡別；智與意根知覺的四句簡別，亦應了知。

## 二、立式辯經

○有人說：意識與意根知覺是同義詞。

攻方：意識與意根知覺是同義詞嗎？

守方：同意。

攻方：凡是意根知覺，都是意識嗎？

守方：同意。

0 攻方：凡是意根知覺，不都是意識，因為伴隨意識生起的貪是意根知覺而不是意識故。

守方：第一因不成。

1 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意根知覺，因為是伴隨意識生起的心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所，因為是伴隨意識生起的貪心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的貪心所，因為是與伴隨意識生起的貪為一故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是與伴隨意識生起的貪為一，因為是依據自身為一的公設故。

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所嗎？

守方：同意。

1 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意根知覺，因為是伴隨意識生起的心所故。因已許！

守方：不遍。

攻方：應有遍，因為伴隨意識生起的心所是意根知覺的部分故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的心所，應是意根知覺的部分，因為《佛法總綱》說：「意根知覺分為意識、伴隨意識生起的心所」故。

守方：同意。

攻方：凡是伴隨意識生起的心所，都是意根知覺嗎？

守方：同意。

1 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意根知覺，因為是伴隨意識生起的心所故。因已許！周遍已許！

守方：同意。

0 攻方：凡是意根知覺，不都是意識，因為伴隨意識生起的貪是意根知覺而不是意識故。第一因已許！

守方：第二因不成。

2 攻方：伴隨意識生起的貪，應不是意識，因為不是心王故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應不是心王，因為是心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是心所，因為是伴隨意識生起的心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所，因為是伴隨意識生起的貪心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的貪心所，因為是與伴隨意識生起的貪為一故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是與伴隨意識生起的貪為一，因為是依據自身為一的公設故。

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所嗎？

守方：同意。  
攻方：伴隨意識生起的貪，應是心所嗎？  
守方：同意。  
攻方：伴隨意識生起的貪，應不是心王嗎？  
守方：同意。  
攻方：伴隨意識生起的貪，應不是意識，因為不是心王故。因已許！  
守方：不遍。  
攻方：應有遍，因為意識是心王的部分故。  
守方：不遍。  
攻方：應有遍，因為是依據部分的公設故。  
守方：同意。  
攻方：凡不是心王，都不是意識嗎？  
守方：同意。  
攻方：伴隨意識生起的貪，應不是意識，因為不是心王故。因已許！  
周遍已許！  
守方：同意。  
0 攻方：凡是意根知覺，不都是意識，因為伴隨意識生起的貪是意根知覺而不是意識故。因已許！  
守方：不遍。  
攻方：應有遍，因為依據例外的公設故。  
守方：同意。  
0 攻方：凡是意根知覺，不都是意識，因為伴隨意識生起的貪是意根知覺而不是意識故。因已許！周遍已許！  
守方：同意。  
攻方：意識與意根知覺，應不是同義詞嗎？  
守方：同意。  
攻方：完結！

### 三、藏式辯經

○有人說：意識與意根知覺是同義詞。  
攻方：意識與意根知覺是同義詞嗎？  
守方：同意。  
攻方：凡是意根知覺，都是意識嗎？

守方：同意。

0 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意識，因為是意根知覺故。周遍已許！（破式）

守方：因不成。

1 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意根知覺，因為是伴隨意識生起的心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所，因為是伴隨意識生起的貪心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的貪心所，因為是與伴隨意識生起的貪為一故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是與伴隨意識生起的貪為一，因為是依據自身為一的公設故。

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所嗎？

守方：同意。

1 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意根知覺，因為是伴隨意識生起的心所故。因已許！

守方：不遍。

攻方：應有遍，因為伴隨意識生起的心所是意根知覺的部分故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的心所，應是意根知覺的部分，因為《佛法總綱》說：「意根知覺分為意識、伴隨意識生起的心所」故。

守方：同意。

攻方：凡是伴隨意識生起的心所，都是意根知覺嗎？

守方：同意。

1 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意根知覺，因為是伴隨意識生起的心所故。因已許！周遍已許！

守方：同意。

0 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意識，因為是意根知覺故。因已許！周遍已許！（破式）

守方：同意。

2 攻方：伴隨意識生起的貪，應不是意識，因為不是心王故。(立式)

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應不是心王，因為是心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是心所，因為是伴隨意識生起的心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所，因為是伴隨意識生起的貪心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的貪心所，因為是與伴隨意識生起的貪為一故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是與伴隨意識生起的貪為一，因為是依據自身為一的公設故。

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所嗎？

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是心所嗎？

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應不是心王嗎？

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應不是意識，因為不是心王故。因已許！

守方：不遍。

攻方：應有遍，因為意識是心王的部分故。

守方：不遍。

攻方：應有遍，因為是依據部分的公設故。

守方：同意。

攻方：凡不是心王，都不是意識嗎？

守方：同意。

2 攻方：伴隨意識生起的貪，應不是意識，因為不是心王故。因已許！  
周遍已許！

守方：同意。

0 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意識，因為是意根知覺故。因已許！  
(破式)

說明：此破式的小前提於 1 成立，所以守方不能答「因不成」；此破式的結論與 2 相反，所以守方不能答「同意」，因而守方只剩下「不遍」可以回答。

守方：不遍。

攻方：凡是意根知覺，不都是意識嗎？

守方：同意。

攻方：意識與意根知覺，應不是同義詞嗎？

守方：同意。

攻方：完結！

### (附錄)

○有人說：意識與意根知覺是同義詞。

0 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意識，因為是意根知覺故。(破式)

守方：因不成。

1 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意根知覺，因為是伴隨意識生起的心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所，因為是伴隨意識生起的貪心所故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的貪心所，因為是與伴隨意識生起的貪為一故。

守方：因不成。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是與伴隨意識生起的貪為一，因為是依據自身為一的公設故。

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是伴隨意識生起的心所嗎？

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應是意根知覺嗎？

守方：同意。

0 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意識，因為是意根知覺故。因已許！

(破式)

守方：不遍。



攻方：應有遍，因為意識與意根知覺是同義詞故。(因已許)

守方：不遍。

攻方：應有遍，因為是依據同義詞的公設故。

守方：同意。

攻方：凡是意根知覺，都是意識嗎？

守方：同意。

0 攻方：伴隨意識生起的貪，應是意識，因為是意根知覺故。因已許！  
周遍已許！（破式）

守方：同意。

2a 攻方：伴隨意識生起的貪，應是心王，因為是意識故。(破式)

守方：同意。

2b 攻方：伴隨意識生起的貪，應不是心王，因為是心所故。(立式)

守方：不遍。

攻方：應有遍，因為心所與心王是相違故。

守方：不遍。

攻方：應有遍，因為是依據相違的公設故。

守方：同意。

攻方：凡是心所，都不是心王嗎？

守方：同意。

攻方：伴隨意識生起的貪，應不是心王，因為是心所故。周遍已許！  
(立式)

守方：同意。

攻方：完結！

---

## 阿姜曼的證悟

說明：本文摘錄自《尊者阿迦曼傳》，並依英譯本略改。

(01) 一八七〇年一月二十日，阿姜曼生於泰國烏伯拉加達尼城。

十五歲時，他在鄉下的寺院裡剃度為沙彌。過了兩年的沙彌生活，由於父親的要求而還俗。

一八九三年六月十二日，二十二歲時，他在烏伯拉加城的利亞布寺中出家成為比丘，法名布利達陀。而後，他追隨利亞布寺的阿姜索修習內觀（毗婆舍那）。

(02) 在他追隨阿姜索修習內觀的早期，阿姜曼選擇「佛陀」一詞做為禪修的優先主題。一開始，它並未產生預期中所應有的寧靜，這有時會讓他懷疑它的價值，但他繼續努力直到寧靜得足以清涼他的心境。藉著內心誦念「佛陀」來控制每一時刻、每一動作，日以繼夜。他繼續修習頭陀行，諸如：穿破碎廢布所縫成的袈裟，拒絕接受現成袈裟的供養；外出托鉢乞食，除了他決定斷食的日子；拒絕托鉢後送來的食物，只接受他托鉢時放進鉢裡的食物；日食一餐，拒絕後來送到的食物；吃用鉢中食物；穿的僅有三件衣服（拒絕今日成為必須的浴巾）；居住在森林區，例如：林間樹下、河谷之間、巖洞中、斷崖下（除了應邀入城的短暫期間之外）。

即使當時他仍是尚未獲得果證的凡夫，他與別人不同，無論如何，他恆久保持機警地對抗這些煩惱，永遠用勇氣來與它們奮戰。

(03) 有一天，當他在利亞布寺，以「佛陀」名號修習禪修時，他的心境趨入平靜。那時在他的面前浮現了禪相：一具腫脹潰爛的屍體，兀鷹群、烏鴉群和野狗群爭奪它，把它撕扯成碎片，弄得滿地碎屑。他有一股強烈的噁心和厭離的感覺。當他的心境從這禪相退出之後，他經常在心眼中保持著它，日以繼夜，時時刻刻，行、住、坐、臥都是如此。此後的禪修靜坐也以那個屍體為基礎，繼續審察屍體，它變成了一個玻璃盤子，浮現在他面前。進一步審察盤子，又出現了各式

各樣景物無邊無際的活動影像，很顯然的，一幕幕無窮盡的花樣轉變是隨著他的「追逐」或「好奇」而起的結果，他那無饜地渴望要知道接下來是什麼幻象的心理在作祟著。一下子看到自己正在爬上一座高山，一下子看到自己帶著一把劍，穿著一雙鞋，在山上來回走著。又一會兒，一片有門的牆出現在他面前，他打開門看到一些比丘們在裡面禪修。然後景象擴大顯示附近的斷崖和山洞，一些人和隱士在裡面。過了一會兒，他看到一個搖籃或籃子從斷崖上降下來，他看見自己跑進籃子裡並被吊上懸崖，在那兒他看到一條船裡面有方桌。這座山被明亮的光輝環繞著，然後他看到自己在山上用餐。這就是展現在他面前，不斷變換的景象，卻不能引導他何去何從。歷經三個月，禪修中發生這種無止盡和不可思議的變換花樣，所見沒有終止。內在的結果，令人非常不滿意。這種靜坐禪修後，心境變得敏感，易受干擾、迷惑的影響，就像從前陷入強烈的亢奮和沮喪狀態。他無法從禪修中獲得泰然自若或平衡的心境。他於是確信這「絕非」通往解脫的正道，否則應得到泰然自若且平和的心境，而不是這種情緒化的感性。他認為這類的感性，正是不瞭解心意開發的凡夫所期待的。他總結如是，這樣追逐注意外境的事物，必然違反心意開發的原則，以致喪失了所期望的內在喜樂和寧靜。

(04) 從此以後，他把注意的焦點回轉到身上，使它橫互週旋在全身不同的層面或範圍中—垂直的、水平的、向上的、向下的、對角斜邊的一—永遠在正念 (sati) 的審視之下，但他大部份的時間都用在經行禪修。在他偶而靜坐禪修時，也不讓他的心意退到專精於一的狀態，而使它規律地審察身體的各部位。睡覺的時候也進行著以身體為基礎的禪修。

這個方法試了幾天，他以身體的自然現象做為開始靜坐禪修時的中心主題，這時候容許心境息隱到專精於一的狀態，以便於觀察後續會發生些什麼。雖然心境已經被訓練和調伏了好幾天，但仍未獲得心的輕安舒息，然而期待的息隱來得出其不意的迅速和輕易，剎那間，身體似乎破裂成兩部份，同時伴隨著自發的認識，「毫無疑問的，這是正確的方法了。」這種專精於一的情形，是由堅固實證的「身觀念住」所形成的特性，防止心境無目標地漫遊於「外境」。就是這個他所採納的內省方法，後來加以調適修改，用於較高深的修習和努力。這是他生命中，熱心修習的一個極重要的轉捩點。前三個月已浪費在好奇

心的追逐幻象中，這是一個未得良師引導督促所造成的障礙。輕微則帶來不必要的延誤，嚴重則把追尋者導向歧途，並驅使他走向各種邪惡和悲慘的境界。

(05) 自從他發現了正確的方法，由於一再的練習，他的進步也持續地增強。身體一再地被解析，然後用慧眼加以分解消除，直到身證成就。心意，因為不間斷的精進而強化，由輕安寧靜而增加了猗息喜樂。依照他說，他的每一個行為舉止都未曾離開滅除煩惱，不論他在何處。不管是外出托鉢、掃地、清洗痰盂、縫衣或漂染僧服、用餐、往來於寺院內外（他的正念常現在前，就像這些行為舉止和身體姿勢後面的一個控制元件一樣，碩大的福利果證用此利器而可獲得。只有在睡眠時，這正念方才不在。）一旦醒來，他從未繼續躺臥，因為那會養成懶惰和貪著睡眠的習慣。相反的，他立即起床，洗臉並開始精勤滅除煩惱。如果盥洗後睡意還濃，他會延後一會兒，才開始禪修靜坐，以免自己不經意地睡著了。他藉著經行禪修來消除睡意，增快經行的速度來驅除頑強的睡意。當睡意已經消退了，或當身體疲累需要休息時，他就重新開始靜坐禪修。

(06) 早上當托鉢的時間到了，他穿好三衣—內衣、上衣和外衣。一邊的肩膀上，交叉背著的袋子裡裝著鉢，正念恆常現前地走入村子裡。走路往返於村子裡是另一種正念的練習，心意持續地在控制之下。回到他住止的地方，他會從鉢裡取出食物加以分類整理。他通常拒絕後來送到的食物，只接受托鉢時放入他鉢裡的食物。只有後來，當他很老的時候，他才允許自己接納後來送到的食物。

一旦他把自認為能吃完的食物放回鉢裡，他就停止，開始觀察思惟它的厭惡相。這種觀察思惟是用以防止慾火（對食物味道喜好的貪慾和執著，或是對不喜歡食物的嫌惡）升起並瀰漫於本能的食慾和重大的嫌惡之中。在觀察思惟食物的令人厭惡相之後，他便開始取用混合在鉢裡的食物。整個吃飯的過程中，每一口，每一個動作，都被持續正念它的令人厭惡相所守護著。這種吃飯的方式，是比丘正當行為的一部份。吃完飯後，他就洗擦鉢器，並在太陽光下曝曬一會兒，確保它的完全乾燥，然後把它放進鉢袋裡，並放在適當的地方，不致破損。

(07) 吃過飯後，尊者阿姜曼就會到一條特別明朗的小徑上修習經行禪修。一天中剩下來的時間，都專心於滅除煩惱—那些束縛眾生生死

輪迴不休的煩惱。他從不讓煩惱調戲或愚弄他。他堅定地增進禪修的修習，他的內觀也持續地強化，兩者相輔相成，起著交互作用。除了有時他的修習穩定地提升，享受著因此而產生的喜樂之外，他也會遇到似乎無法解決的難題，以及好像走入死巷的時候。由於沒有良師的指導，他必須依靠自己費力地奮鬥。

(08) 阿姜曼的心經常是活躍不休，而且難以訓練和控制的。它趨於極端，不曉得平衡點——一下子飛翔天上，一下子潛入地下，一下子又馳逞海洋。即使在他早期的修習階段裡，每當他的心意達到集中而得到若干程度的寧靜時，一瞬間，就會受到外在的刺激所影響，非常令他感到驚異和挫折感。這樣的事件在前面已經提過——當屍體的幻象轉變成無盡形象的活動景象時的事件。即使在他發現正確的方法之後，當他達到專一的程度時，他的心也常常悄悄地溜掉。它會跑出界外，覺知許多從前夢想不到的事。有時它馳入天界，歌頌在那兒發現的快樂和榮耀，一連好幾小時。有時它又潛入地獄界，巡視他們，悲憫著感受夙業果報的眾生。他常常熱衷於這些「觀光遊覽」，無視於他正在浪費的光陰。那個階段，他仍未具備辨別智去區別真實的經驗和虛假的幻象。他後來告誡弟子們，必須在心意具足了辨別智的保護之下，才可以嘗試這一類的探險，才能預防不當的專注和自我迷惑。因為一顆敏銳而活躍的心，只要剎那間未以正念守護，便足以讓它逃逸而與外境相融合。在心意已經被訓練調伏之後，故意地去撿拾外界的訊息，反成了沒有價值的事。

在早期的日子裡，當他不能調和自己那敏銳好動的心速時，他常為懈怠放逸所困擾。例如，當他強迫它做身觀念住，下觀腳部時，它卻一閃而出鑽入地下。另一方面，當它被帶回身體時，一下子，它又跳到空中去了。在那兒來去飛躍，很快樂，沒有興趣再回下來。只有用正念強力拖拉，才能令它服從，回到身體進行觀察思惟。在那個階段，專一的心境進入更深更強的境界，所以正念也趕不上它。這就像一個人突然掉落懸崖，立刻摔到地上，而心裡只記得剛才山谷深邃屹立的情形。然後它又退回下一個較低的階段叫做優帕遮拉（近分定），接著它毫無控制地漫遊，到處瞧瞧（在各種不同的有情界裡）。

(09) 那時，他深為自己不受約束的心性所苦，因為它比正念的駕御力更快、更敏銳。既然這是他個人的內在事情，也沒有人可供諮詢，

有時令他非常挫敗。正念的力量必須予以開發和強化，以調和如此快速的心念。這段堅決地與他極端活躍的心意奮戰的時期是痛苦和沮喪的，但是心意的野馬，最後終於突破了，一旦在控制之下被馴服了，它就證得了不可估算的福利。它的力量很奇妙，聯結著正念與正智，它變成了一只許願的戒指，能夠用於想像不到和幾乎無限的目的。

(10) 我們從尊者阿姜曼自己得知他也曾發心要成為等正覺的佛陀，當他開始過著頭陀行的比丘生活時，他放棄了這個決心，因為體認到這樣的實踐將帶給他無盡時的流浪於生死輪迴中，這期間他必須面對和忍受數說不盡的痛苦。就阿姜索的情形來說，在他早期的修習階段，每當他加強努力時，就有一股趨於猶豫的傾向，查核他的進步是否合乎昔日的決心。在他已經決定捨棄那個決心之後，他才感到如釋重擔，並穩健地順著果證之道前進。他之所以能夠改變這樣的一個決心，可能是因為它還沒堅強到不可轉變的地步。

(11) 在他早期的修行日子裡，阿姜曼遊行到那空番諾城的邊界，然後越過寮國達科克的森林和山區，在那兒他得到了若干內在的喜樂和寧靜。

當阿姜曼停留在老虎群居的地區時，沒有一隻老虎來找過他麻煩。只看到牠們的足跡和在晚上可以聽到牠們的吼聲，從來沒有一隻老虎真正地走近來驚嚇他或要吃他。他自己也不太關心老虎，因為比起這些兇猛的老虎，他更耽心自己此生未能證得苦滅。

(12) 他下遊泰國中部，並住在巴遜彎寺，過了一次雨期安居。在那兒定期地前往並向曼谷波羅尼瓦寺尊貴的長老優波離請求開示和教誨。

雨期安居結束後，他上遊到羅浦伯利城，並住止在各山洞，如惠光洞、高法拉那格山和辛格它(獅子)山。偶而，他會南下到波羅尼瓦寺去，請求長老優波離的教誨，然後他再前往一個獨居的地方，這次是沙里卡洞，在那肯那約克城的高野區(大山區)。

在阿姜曼早期的頭陀遊行期間，他走過那空番那城、沙口那空城和烏東泰尼城到緬甸去，然後經由北部的清邁城回到泰國來。然後他前往寮國，到楞法拉邦和敏泰尼，然後再到泰國的洛伊城，他在法普洞附

近的巴口蓋城過了一個雨期安居。下一個雨期，仍在同一個城鎮，但在法奔洞。然後，他前往曼谷，他在那裡的巴遜彎寺過了一個雨期。這之後，他前往大山區（高野），住止在沙里卡洞。

（13）他在沙里卡洞停留了一年，這段期間所發生的事，不論是關於外在的遭遇或是內在的發展，都是很平常的。

他在山洞裡的頭兩三夜是平靜無事的。接下來的一個晚上，他被舊有的胃痛所侵襲，但這一次似乎非常嚴重。他有時便血，看似完全無法消化食物的樣子，排出來的情形就跟吃進去時的樣子完全一樣。他想起村民們所說的，早就死在那裡的四個比丘；他想到自己，如果疾病這樣繼續下去的話，他極可能成為第五個亡魂。次晨，有些村民停步進來看他時，他要求他們從附近的樹根或樹幹裡準備了一些草藥，但是全然無效。他的身體變得虛弱，意志力明顯地軟弱。當服用草藥時，他試著鼓勵自己，如果藥物有幫助的話，應該會有一些治療效果的，但是過了很多天，證明無效。依靠藥物有什麼用呢？

當他想到這裡，他決定停止服用這些傳統的藥物，而只依靠法的治療效力，不管這個身體會發生什麼事。「如果法的力量不能治療這個疾病的話，就讓這個身體死在這個山洞裡吧！我早已進修到足可確信道、果、涅槃而不疑的地步了。」他告訴自己：「我何必為這病痛而沮喪頹廢？如果，我就被這階段的一些痛苦所挫敗，那當身體分離的時刻來臨時，當一波又一波的痛苦重擊而來，粉碎我的防禦線時，我還有什麼希望？」

這樣思考以後，他就停止服用草藥，並開始只靠法力療效的禪修。生命的執著於是被捨棄了，身體反倒能夠進行它的自然醫療程序。正念和正智伴著信心和努力，錘鍊著奄奄一息的心意，不再注意疾病，不管它是否會痊癒或者會毀滅身體。解析的智眼被導向於受蘊（苦受），連同其它諸蘊都被無情地析解了。色、受、想、行都被帶到審慎的正念和正智之前，做最高的審判，因而繼續發掘出更多深奧的真相。顛簸的戰鬥，從黃昏被戲弄到半夜，直到心裡真正能夠認清諸蘊的性質才停止，包括取著的痛苦也自行充分地顯示出來。疾病全部消失了，心意撤入絕對的、不動搖的專一之境，當下獲得三重止息：疼痛、疾病和內心的回應。

後來，當心意轉入一個較淺而較能回應的層次，稱為近分定時，從他的身體好像放出一道光，光中顯現出一個高大的黑人，大約十公尺高。他攜帶著一枝大約四公尺長的棍子，就像他的腿那麼粗，他脅迫地走近尊者阿姜曼，說道：「如果尊者不離開這個地方，我將用我的大棍子把你碎屍萬段，它一棒就可以把一隻大象粉碎在地。」

尊者阿姜曼用心念傳達的方式跟他溝通，並問他：「為何你要殺我？我顯然沒做錯什麼。我並未傷害這裡的任何人，我為何要受死刑的懲罰？」

魔王回答：「我長久以來被授權守護這座山，不容許任何人膽敢向我挑戰，或企圖擊敗我。」

「但我不向任何人挑戰，也未企圖擊敗任何人，」尊者阿姜曼說：「只是為了挑戰和擊敗那控制人類心靈的煩惱，我才來到這裡。這是很不合理的，你竟然要傷害我，一個比丘，一個在慈心遍滿三界的佛陀座下修行的弟子。」尊者阿姜曼繼續說：「如果像你自誇那樣，真的具有特殊能力的話，你有沒有能力超越那些控制著三界中無量眾生的業力和偉大法則？」

「沒有。」魔王回答。

「佛陀有能力從他的內心消除支配和傷害別人的欲望，」阿姜曼繼續問：「你有沒有這樣的能力？」

「沒有。」魔王承認。

尊者阿姜曼開始勸告魔王，指出他的能力，如果有的話，也是幼稚而野蠻的，只會有害於自己。「這樣的能力只會帶來熾燃的結果，因為你不知道，毀滅了別人，結果只會毀滅你自己，這當然是不善業。我是一個遵循正道的比丘，這是利己利人的，這是真正的願望。現在你到這裡來想要殺害我，卻沒想到罪惡將把你拖入苦域。我不太在意我自己的生命，但我憐憫你，因為你將被自己愚癡的能力所毀滅。暫停並考慮一下，世上有沒有任何力量可以消溶你即將犯下的惡業之果？在擁有這座山域的能力中，有沒有任何力量可以取代法和業力的？如果有，那麼你可以做你想做的任何事。我並不怕死，因為時間到了，



我總得死，不論你殺不殺我。這個世界上是難免一死的，包括你自己，一個被權力情結愚弄的人。」

正當尊者阿姜曼這樣勸誡著魔王的時候，魔王看起來好像被冰凍了一樣，不能動也不能說，就像一個人因挫敗而憂懼和羞慚。他茫然失措，當尊者阿姜曼申斥結束後，他就恭敬地把棍子丟掉，把自己變成一個溫文虔誠的佛教徒，身材就像普通人一般大小，然後向尊者阿姜曼道歉，為他粗魯的行為和惡意致歉。

「幾天前，當我看到你的時候，我感到很驚奇，」魔王說：「我好像被一股強力和奇特的光線震攝住，那光線看似從您身上輻射出來的。它有一股奇異的力量，使我侵略的意念減弱而無力。當我被籠罩在那感人的光輝中時，我不敢對您有所傷害，我從未見過像這樣的光輝。您必屬賢聖，而我的脅迫則是假裝的，不是真的。我被這附近的魔鬼們公認為他們的首領，我的脅迫乃出於這項優越感。我們已經習慣於以邪惡的方式來行使我們的權力，而且身為他們的首領，不為我自己，我也必須做些事情來保持我的尊嚴。沐浴過那片光輝之後，我就沒有傷害的意念了。希望尊者阿姜曼寬恕我今天對您所作的一切粗鄙的行為。寬恕我，讓我肩上罪惡的重擔得以卸下，這重擔已經重得受不了了。」

對話結束後，這位神秘的紳士，原先是位兇猛的魔王，感動於法，並宣稱他自己為在家居士，皈依三寶，並依止尊者阿姜曼做為他的具體尊證和個人老師。他承諾要全力保護尊者阿姜曼，並表明他熱望尊者阿姜曼永遠留住在那裡。他要做尊者阿姜曼的護衛者，不讓他受到任何傷害。實際上，他並非出現在尊者禪修景象中那個偽裝的黑色大魔王，他其實是個地居天（意即樹神）的首領，擁有眾多的眷屬隨從，他們分佈在那一帶許多城鎮的廣闊山區裡，例如那空那約克城即是。

大約中夜，尊者阿姜曼的心轉入安止定的不可動搖狀態，從這狀態出來後，他跟魔紳士的對話持續到清晨四點左右。當他從對話的（近分定的）禪修層次出來後，早期修行時折磨著他的疾病全部消失了。他把黎明前剩下來的時間用於繼續禪修精進，已經不需要睡覺了，因為所有的疲累都被精力和活力取代了。

（14）尊者阿姜曼也進而同時瞭解了許多奇特的事：

第一，法的力量可以把肉眼所看不到的有情帶到他的知覺領域裡來，並引導他向於正道；

第二，他的心境進入不可動搖的寧靜之樂達數小時。

第三，困擾他這麼多年的慢性疾病完全痊癒了。

第四，他的心意已經到達一個水準，許多疑問都已迎刃而解。

第五，他第二天早上吃的飯，正常地消化了。

最後，許多從前連做夢都想不到的，各式各樣的知識，都明白了，包括煩惱的除滅和針對不同性向的個人，應用何種方法去除滅。

(15) 接下來的許多夜晚，心境都呈現著寧靜的力量和喜樂的情況，身體也在最佳健康狀態，不再困擾著他。

在夜初的幾個小時裡，他接待了一大群地居天眾，他們從那地區的各處而來。他們由首領—紳士魔王，引導著介紹給尊者。沒有訪客的時候，他就以禪修精進而正受。

(16) 有一天下午，靜坐禪修一段時間後，尊者阿姜曼走到山洞外去休息一下，坐在離洞前不遠的地方，正思惟著佛陀所發現且為人類解說的正法，體認到：對許多人來說，要瞭解並遵行正法是何等的深奧和困難。他想，對自己而言，這真是一個大奇蹟和福氣，竟能瞭解並遵行正法，更認知了正法的許多真諦。他的成就並未完全達到他所期望的，但相當肯定的是，如果他的生命不突然早逝的話，那麼最後的目標即將達成。

他就這樣思惟著正法的各方面：道、果和苦的完全熄滅。

(17) 當時，一大群猴子恰巧從那裡經過。當猴群突然從上面經過，而領隊已到了前面一點的地方，尊者阿姜曼坐在那裡，並以眼角的餘光看著猴子的領隊。猴子的領隊必然嚇了一跳，在樹枝上跳來跳去，不知下面坐著的是什麼，猜疑著尊者阿姜曼，也關心著隊伍的安全。尊者阿姜曼能夠瞭解猴子領隊的感覺，並憐憫牠的憂慮。他開始把慈心延伸至猴子的領隊，並向牠作心理的保證，說自己是一個遵行正法

道跡的人，無意傷害任何人或任何生物，所以牠的隊伍不必擔心他，可以自由地漫遊其間，隨心所欲地棲息在那裡。

要瞭解動物的語言，對一般人來說，當然是太神秘了，但尊者阿姜曼卻瞭解。提供了危險信號，猴子領隊告訴隊伍，不要著急，小心地前進，然後牠自己跑回來，靠近來看看山洞前的「東西」。猴子領隊，剛才被恐懼、好奇和關心後面跟隨隊伍的安全所逼迫，還在牠面前約二十公尺處的樹枝上跳來跳去，而尊者阿姜曼理智地觀察牠的情緒和想法。最後，猴子的領隊回到牠的隊伍，叫出明白的信號「可客！」「前進！現在沒有危險了！」

依照阿姜曼說，如果我們能夠瞭解猴子的吱叫，這情景是既有趣又可憐的。對一個普通人而言，猴子的叫聲似乎沒有區別，也沒什麼意義。但對尊者阿姜曼而言，這猴叫聲是不同而明確的，就像人的語言一樣。

(18) 一天晚上，尊者阿姜曼被一股大悲憫的感覺強烈地籠罩著，濃郁得使他掉淚。後來在禪修時間裡，當他透過身觀念住的思惟而進入專一的境界時，由於心住於一種純粹的「空」境，得到了一種深奧程度的解脫。那個時候，對他而言，整個世界都消失了。當從深禪相出來時，他思惟著，佛陀說正法律是為了從人類的心中消除愚癡的過患。他愈思惟正法，就愈看到法的奇妙和深奧，也愈相信人們的愚癡，包括他自己在內。人們必須被教導如何去吃飯、睡覺和消除浪費；他們也必須被教導如何去走路、移動、穿衣、盥洗……等，這些都是保持身心健康的方法和工具。沒有先前的教導，每一個人，不論種族或國籍，大都錯待自己並自行堆積了痛苦。人類就像小孩子，在他們能夠自己期許一個平衡而健康的發展之前，都需要成人的指示和引導。

對於愚癡的心而言，虛榮和妄想永遠為他塑造一個傷害的世界。他們的偉大在於身體、出身、族姓、地位或自負，但是他們的智慧從未同步地成長，以便有助於他們自己和別人的喜樂與寧靜。更糟的是，智慧被疏忽和遺忘了，這就是到處都有那麼多麻煩和糾紛的原因。

(19) 尊者阿姜曼繼續精進，除滅煩惱，輪替著靜坐和經行禪修。他在心智寧靜上的進步，例如諸蘊的思惟、分析、解剖，把它們堅定地

消溶於諸有的三項基礎特徵上一無常、變遷（中譯註：苦）、無我。這就是他的內觀開發，對於他的最後目標，給予更大的保證。

（20）偶然地，佛陀的阿羅漢弟子們，在晚上，當他靜坐禪修時，會為他說法。根據一位阿羅漢的指示，經行禪修時，在身體上和心智上都要予以善加守護。說法結束了，阿羅漢也走了，尊者阿姜曼重溫指示，仔細地思考每一個細節。由於每位前來的阿羅漢教導有方，加上持續增長的意志力和正念力與正智力，他就更為開發和富於善巧了。

尊者阿姜曼說，聆聽阿羅漢說法就像聽聞佛陀親自的開示一般，雖然他自己從前並未見過佛陀。他完全地沐浴在忘我的喜悅中，時間似乎靜止了，只察覺到被法光所覆蓋的心，直到他從這深奧的禪相出來，他才意識到自己還有色身的重擔，就像整座山那麼重，聚集成一團的諸蘊，各自本身都是一大堆痛苦。阿羅漢的來訪和各種機緣下所作的開示，比起他在別處的經歷，是很卓越的經驗。也就是在這個山洞裡，他趨入了不還果之道。

（21）那時，他被悲憫其比丘弟子們的心境所籠罩，希望讓他們分享他的經驗和成就。就是由於這份悲懷，他離開了那個安適而神聖的山洞，不考慮自己，前往東北省分。

在他離開前幾天，地居天神附聲於一個人表示反對，並請求他，為了他們的幸福和繁榮留在那裡。尊者阿姜曼告訴他們，那是一種責任感讓他來到這裡，再度，也就是這種責任感催促他離去。他告訴他們不要悲傷，如果有可能的話，機緣如果許可，他會回來。這些地居天神，不禁悲從衷來，因為他們真摯的敬重著他。

（22）在他離開的前一天，尊者阿姜曼想起波羅尼瓦寺尊貴的長老優波離。為了想要知道那時他正在做什麼，就運用他的心光，他把它調整到長老優波離的心境上，立刻知道，他正在思惟緣起法則。於是他記住日期和時間，當他後來抵達曼谷時，他請長老優波離確認。

尊貴的長老確認了，很高興地說：「你是多麼聰明！我是個老師，但我還是比不上你。你讓我慚愧。」

他補充說：「這就是我們對一個佛陀的追隨者所期望的。在追隨佛陀的腳步中，我們不能停留在自滿裡。必須要有些人讓人尊重，如同見到法義的結晶一般。這證明了一項真理—法是不待時節的，不受時、空限制的，除了自己的懈怠放逸之外。就是因為懈怠放逸，佛法才會在世界上消失。真是令人鼓舞，尊者阿姜曼以身作證，成為一個榜樣。」

(23) 過了一陣子，尊者阿姜曼就離開曼谷，前往東北省分。那裡已有一群比丘和沙彌弟子們，他們是他早期在那裡的頭陀遊行期間，接受他訓練調教的。當他回到這些地方，所有敬他為師的人們都隨時歡迎著他。

(24) 在這段時期，尊者阿姜曼的修習和開示都順利地進行著，不論他走到或住在那裡，都充滿寧靜和喜樂。

有一個叫做巴丹的村落，在寮國湄公河畔的塔卡克區裡，阿姜索和阿姜曼從前曾在那裡住過一陣子。在尊者阿姜曼到達前不久，幾乎所有的村民都已經感染了天花。當他到達那裡，他們都充滿了喜悅，群集在他們的屋外來歡迎他，請求他做為他們的皈依處。他叫他們集會並告訴他們，接受佛、法、僧做為他們的皈依之處，取代鬼神信仰。他也教導他們修習的方法，例如：在早上和晚上睡覺前誦念尊崇的章節並憶念三寶。這是除了團體每日二次的課誦之外，個人在家中要做的。他們隨時而絕對地遵從他。他在自己的內在修習上也做了一些事情來幫助他們。

於是奇蹟發生了。他到達之後，再沒有死亡的報告了。這違反了每天有幾個人死亡的事實，即使就在他到達的前一天也是如此。那些痛苦中的人，被發現迅速地康復了，傳染病也奇蹟式地消失了。這個空前的和想不到的事件，在那個村子裡，產生了難忘的印象和堅固的信心，即使到了現在仍然如此。那個村寺裡的方丈比丘印象猶深，每當他提到兩位阿姜尊者的時候或在說到有關他們的事情之前，他都會習慣地合掌向他們表示敬意。這是阿姜曼的慈心輻射遍佈各方，感應出世間寧靜和喜樂的結果。

尊者阿姜曼說他有三次滿懷地輻射慈心的時段：下午靜坐禪修的時候，睡覺前，醒來的時候。在白天和晚上，有些其他的機緣時，他也會稍作（比較特殊的）慈心輻射。這些是不能計算和固定的。在他滿

懷的慈心輻射時，首先要平衡他的心靈，才輻射它的力量，橫互所有層次的世界，上方的、下方的和水平的，沒有間斷。那時，他的心靈輻射是難以形容的光明，沒有界限而無所遮蔽的，比千百個太陽更光亮，再沒有比一顆完全純淨的心更光明的東西了。出自絕對純淨心意的輻射光線照亮了世間，並用它產生的寧靜效果清涼了世間。從法本身發射出來的光亮中，沒有有毒的或有害的東西了。一個心意輻射著慈悲和純淨的人，不論他走到或停留在那裡，都會受到天神和人們以喜悅和尊敬來歡迎他，即使動物也不會猜疑他，知道他不會傷害牠們。出自這種心意的慈悲輻射是全體均霑，無所不包的，就像兩滴落在地面上一樣。

(25) 在他第二次前往東北的旅程中，尊者阿姜曼深切地體驗到中級的智慧，此是三果聖弟子（不還者）的特性。這個程度的成就需要完全達到身體性質的正念，它超越了身體是動人而可愛的假設，也超越了身體是醜陋而可惡的假設。透過智慧的開發，心意已經離開了兩個極端（它們同樣地感性），行走於其間的中道，體悟了它們不過是步行的石階而已，因此完全地不執著於它們。這是對於不還者的最低要求，也就是通行記號。不還者需要更多智慧的修習和開發，以獲得這個道果上的最大利益。能夠這樣做的不還者，就有資格生於淨居天界中的第五重天（色究竟天），不生於較低的四重天之中。

尊者阿姜曼有一段很長的時期，持續在不還果的程度上。沒有人提供他任何諮商，他必須慢慢地而且非常謹慎地前進。那是一條他還不是很熟悉的道路，任何時候總是有著滑倒或走入岔路的可能。從經驗中，他知道當正念和正智變得更微妙和更開發時，就證知了更深的法義，而煩惱也相對地變得更微細和不可捉摸了，更加狡滑地產生自我迷惑，藏匿得更深，也更聰明地偽裝著，因此在一個障礙能被超越以前是很痛苦的。所有的障礙都必須獨自勇敢地去面對，堅決地去戰鬥，除了從經典上學到的一些之外，不能指望其他的引導或建議。每當他「開荒拓野」的時候，他必須忍受多麼痛苦的考驗啊！在他歷經劫難而回來教導我們，節省我們的時間和努力之前，他要忍耐多少的痛苦呢！

(26) 尊者阿姜曼在清邁的曠野住了十一年（從公元一九二九年到一九四〇年）。

在清邁的伽地浪格寺住了一陣子，他離開了長老優波離，開始他的頭陀遊行，前往該城的森林和山區尋找一個隱居的處所。他獨自旅行，現在是他加強精進的最佳時機了，因為幫助別人的緣故而停輟了很久，現在沒有什麼可以讓他分神和延誤他精進的了。

一顆仍然憂慮著其他人們和事務的心，就像一條超載貨物的船隻，立刻就沉葬水底。對這樣的一顆心，是沒有希望熄滅於痛苦的。任何對於其他人的慈愛之心，現在都必須停止。當最後的目標正在被達成時，對別人的慈愛必須消逝，因為它會干擾了目標本身的達成。

他在那裡的生活是嚴格地遵照一個固定不變的時間表，全天候地精進，日以繼夜—每一個身體的動作和每一剎那的心意。所有這段時間，正念和正智持續地運行著，查核和思惟著每一個外在的接觸和內在的波動。

(27) 尊者阿姜曼說，他的心意已經長久地、完全地實證於第三果（不還果），但是由於說法佈道和訓練弟子們的責任，沒有時間讓他繼續精進於究竟的果證。當他這次獨自遊行在清邁的曠野時，他完成了，還得到幾個額外的利益。

在這個階段的開發，心裡無窮盡地具足所謂的大正念和大正智。即使沒有任何刻意的努力去控制它們，它們的功能也不會消失。大正念和大正智成了自動的、自發的和不斷斷的，迅速地運作於處理外在和內在的情況。每一件事情都被查核和思惟過，然後超越它，每一件事都讓它留在原屬的地方。這明顯地不同於早期的開發，當時的正念和正智必須予以刻意地培養和控制。

受、想、行、識的緣起者，就是觀察思惟的對象，它們的作用如靶標，正念和正智的箭尖穿刺它們的本性。因為已經證到不還者的階段，以色蘊做為觀察思惟的主題，已經失掉它的意義了。這四個非物質的諸蘊，必須予以廣泛地和徹底地觀察思惟，諸如它們的生起、持續、消失，都證實了無我的基礎，在所謂的「男人」、「女人」或「動物」的背後，並沒有常住的實體。再重覆，在四個非物質的諸蘊中，任何

一蘊，都沒有「男人」、「女人」、「動物」、「我」、「你」、「他」、「她」、「他們」或任何人在裡面（更不要提身體粗陋的物質之蘊了）。認清這項真理，必須要貫通內觀或智慧，不是僅僅透過憶想或理性的知識就可以知道的。要記住，兩種知識的程度是南轅北轍，有著天淵之別的。

透過憶想（理性的層次）的認識，傾向於自我膨脹，刺激情感，分散心意，增加自我迷惑。這項事實的證據可見於許多法義的討論中，它被標記為瑣屑的爭辯、找碴尋錯、唇槍舌彈。可笑的是，所有這些都是用來擁抱煩惱而不是拋棄它們。法義討論的目標應該是捨棄煩惱，若透過世智辯聰的感性詞彙來認識這項真理，結果會造成煩惱—粗重和微細的，被壓抑的，減少的或除去的一視智慧開發的程度而定。

因為沒有煩惱能夠在完全開發的慧眼之下得以藏身，所以智慧或者應該說是正念和正智，是摧毀煩惱最有效的武器。就是透過智慧，佛陀和他的聖弟子們才能達到正覺，絕不可能透過知覺或憶想，那不過是理性的知識、推論、臆測。這不是說知覺或憶想沒有用處，因為在開發的初期階段裡，它們是有用的引導線，但即使在初期階段，也必須小心，不要把它們誤認為就是真理本身。

（28）離開伽地浪格寺不久，尊者阿姜曼到達一個大沼澤，名字叫做諾噢。這裡，他的心意開始以豪華壯麗和蔚然奇觀的方式，展現它的力量，就像一匹訓練良好而生氣勃勃的馬兒，升騰而上又俯衝而下；它跑出去，到所有的有情界去撿取訊息和認知景象，然後撤回來撕碎內在的煩惱，連根拔起。這就是當他受限於對別人負有責任時，長期所壓抑的能力和力量，心意連同它所有的習慣都已經被關進了有情世界的牢籠。現在，一旦門已經被打開了，它的潛能就被釋放出來了。正念和正智的力量，變得強烈地活躍和充沛。它閃現而出去觀察三界，然後鏢射回來察看內部。它在各方面都發揮了全力，現在放棄了，現在釋然了，也放下了，再切斷，粉碎並刺穿所有殘餘的虛偽。

在他盡全力以赴之後不久，由於大正念和大正智無窮盡地、持續地運作支持著。

（29）後來有一天晚上，他坐在山邊一棵孤獨而茂密的樹下，一塊平坦的大岩石上，專注於觀察思惟。這棵樹的四周是一片開闊的原野，



溫和的微風給安靜的景象添加了涼爽和舒適，那是在白天他也曾偶而地去打坐的地方。

從傍晚到後夜，尊者阿姜曼思惟著緣起法，經行禪修時和靜坐禪修時皆然，順著緣起的系列和逆著次第，向後和向前，一再又一再地穿越又穿越廣大的領域—那裡無明和愛欲聚集著去創造心裡頭各種的痛苦。這是介於尊者阿姜曼戰鬥之間的最臨界點，他以大正念和大正智，做為致命的武器出擊，而無明則以熟練的戰術著名。無明是聰明的，不只在於它的防禦調遣上，它是機巧不可捉摸的，而且在侵襲的戰略上，它能夠給他的對手發動一次一敗塗地的奇襲。當然，可以想見，這就是從無始以來，它一直統治著再生與再死的大王國，而有情眾生的心意都在它的權力掌握之中。但是在尊者阿姜曼當晚的生死奮鬥中，三界中強力而狡猾的君王，無助地被廢除了。

依照尊者阿姜曼的敘述，在那時，世間似乎因為敬畏和驚奇而顫動著。在各種天界裡，天神們大聲叫出他們全心的讚美，高喊著世間現在已經又出了一個佛陀的聖弟子，他們為這件事而歡喜欲狂。

過了一陣子，當雷鳴的吶喊已經漸息了，留下來的是絕對純淨的法，沐浴著他的身心並遍覆著全世界。對他而言，它是一個令人屏息的奇蹟，以致於無法向別人描述。無論什麼慈悲和熱心教導別人，現在（暫時地）都消失了。這是因為證知了那個層次的法，是如此微妙、深奧和奇特的事實，因此大多數的人們，實際上是不可能瞭解的。獨自滿足於體驗著法的奇妙，他片刻間猶豫著是否要把訊息提供給別人。他充滿了對佛陀的感激，佛陀證知了全部的真理並為解脫而宣說正法。那個訊息是絕對地真實，在各方面都是不能反駁的。由於恭敬的感恩，他被感動得整夜都不厭足地憶念著佛陀的功德和殊勝。但是法是如此的深奧，因此，傳佈正法可能會招來無情和敵意的批評，結果，在這方向上的努力，可能傷害大於幫助別人。這就是在他發現無上正法之後，瞬間經過他心裡的想法。過了一下子，他擴大他的眼界，回顧他的修習，並視察別人的潛能。

再度考慮著說法佈道和修習的方法，尊者阿姜曼再次思惟著已經了然於心的無上法，那是法的完全顯示，在那同時也是無法預料、無法想像和無法描述的。他覺得他好像已經死了，然後又再度出生一般，但如此奇特的死亡和出生，卻不能以任何已知的事物加以描述。隨著這

新奇的出生而顯現的內觀是前所未知而夢想不到的，縱使它與生俱來就屬於心意本身。曉悟他的內觀光輝是如此不可思議和令人興奮的奇妙，一時之間讓他想起：或許沒有任何人能夠瞭解這麼難解和這麼深奧的法。

尊者阿姜曼的心意天生就是極其活躍，經常喜歡特技表演，即使在他早期的修習階段也是如此。隨著最後的目標在望，它再度演出本身強烈的特別節目。當三重輪迴（煩惱、行業、果報）被打破時，仍然留下它的三個圓圈環繞著（解脫心）。隨著第一圈結束時，就生起巴利語所謂的「*lopo*」（斷除），意即藉著它的最後功能，對於一切有情事物的執著都被斷除了。隨著第二圈結束時，就生起巴利語所謂的「*vimutti*」（解脫），意即藉著它的最後功能，究竟解脫已經達成。隨著第三圈結束時，就顯現了巴利語所謂的「*anālayo*」（沒有留戀和欲望），藉著它的最後功能指出事實，現在沒有留戀和欲望存在著。心意從那時以後成為「*ekacitta*」（一心），「*ekadhamma*」（一法），再沒有像有情世間的二元性了。

這是解脫法，一了百了地脫離了所有的有情事物，然後成為一體。這解脫法只發生一次，不會有兩次或更多。佛陀和他的聖弟子們知道解脫法只有一次，從此以後就成為一心和一法，再沒有更高的果證了。身心諸蘊仍然這樣保留著，就是完全沒有任何不同成份的諸蘊，它們不再是有毒的，不再有害了。在證果之後，他們一如從前那樣保持著自己，沒有任何的增減，它們仍然依照心意的指令作用，而心意現在不再執著於它們了。各自在自己的境界裡運作著，各自在自己的境界裡都一樣地真實。彼此之間再沒有衝突或掙扎，因為諸蘊都已經以它們自己的方式而得以平靜了。這個協調運作的情況，將會持續到諸蘊各自分離時。

這就是那個重要的夜晚，發生於尊者阿姜曼身上的事情，當三重輪迴的三圈之後，世間和解脫之間的界限變得很穩固（雖然世間和解脫仍要一起運作一段時間）。

（30）當夜剩餘的時間，尊者阿姜曼悲憫自己過去的無知，使他在生死輪迴中受著無數的痛苦，不禁感傷而流淚。隨著對於二千多年前佛陀所說正法的覺悟和果證，對他而言，就像一個孤獨和疲倦的旅人，遇到了一個大水池，邀請他去啜飲它清淨而怡人的池水。他覺得，為

了這個偉大的發現，即使他能夠用全部的生命來敬禮三寶，還是不能適當地表達他對佛陀和從前曾經追隨相同聖道的僧伽的感激。如果那裡有任何人曾經看過他在頂禮流淚，那個人一定會認為他悲傷極了，正在祈禱著諸神的幫助。然而這些眼淚和頂禮，只是對於曾經幫助、引導他到達最偉大的發現的佛、法、僧，表示最深摯和謙遜的感激而已。這個流淚頂禮的比丘，是一個已經在他自己的心裡認知了佛陀、佛法和僧伽的人。佛陀曾經說過：「任何人見到了法就見到了我，任何人見到了我就見到了法。」

那天晚上，地居和空居天神，聯合著，全心全意地讚美著尊者阿姜曼的果證，聲音響徹諸有情界，來拜訪他並恭敬地表示他們希望聽他說法。但是因為他仍然全神貫注於無上法，並且還要一些更長的時間，他指示他們，他仍然沒空，希望他們能夠以後才來。他們瞭解他的希望並回到自己的天界。

(31) 黎明時，在他靜坐禪修之後，尊者阿姜曼憶起昨夜所發生的奇蹟，並對經常佈施他食物的村民們表示感謝。他也感謝（在它下面靜坐禪修）那棵樹。當入村托鉢的時間快到時，由於當天晚上，解脫的喜樂盈滿身心，他最初想著，當天並不需要去尋求任何食物。但因為他對那些供養食物而幫助他的村民，有著慈悲心的緣故，基於道義上的責任，他照常地走向山地部落去了。

那天對於村民有著一份特別程度的慈悲，對那些把食物放入鉢裡的人、正在家裡工作的人和那些正在屋子前後院的泥地上玩耍的小孩子們，他更關心和慈悲地看著他們，然而在以往，他從未特別地去注意任何人。就連人們也都顯得很高興，當他們看到他走來的時候，都帶著禮貌的微笑。

回到山上他住的地方，他的身體沒有需要食物的徵象，因為他仍然被法味所庇護著。他既不饑餓也不疲倦，但是食物既然已經在那裡，他就食用它來維持身體的力量，身體不能長時間缺少粗食的。食物似乎沒什麼味道，它被法味所取代了。就是巴利語所謂的「法味勝過其他所有的味道」。

(32) 第二天晚上，從各種天界和從所有方向來的天神們，這些虔誠地尊敬佛法的天神們，第二次來拜訪他。他們告訴他，昨天晚上他們

所看到的光輝燦爛的法光，就好像所有肉眼看不見的眾生世界，上層的和下層的，三界裡，突然地被敬畏的震動所撞擊，同時驚歎於那穿透各界的眩目之光。藉著那片光明，任何一個心意開發到相當知識程度者，都一定會看透他以前所未曾見過與不知道的其他境界。

然後，尊者阿姜曼為了他們進昇於較高的生存境界而說法使他們歡喜。

尊者阿姜曼和他過去生的妻子曾經一起發願未來要成佛。在他的最後果證之前，當他靜坐禪修的時候，她偶然地以肉眼所看不見的眾生身形來拜訪他。他會開示她，然後叫她離開。因為她對他的深切關懷，使她不能在任何境界上取得比較長久的轉生。她耽心他會忘記他們過去的結盟和他們過去發願成佛的決定。為了這個原因，現在，她被迫再度來拜訪他。尊者阿姜曼曾經告訴她，他已經放棄了他的決定，以便於在這一生當中達到痛苦的熄滅。經歷更多次的誕生也意指著更多次的死亡，因此也產生更多的痛苦。

這一次，她是應他所想而來。過去，他們曾經長期一起承擔苦樂的經歷，他希望把自己的成就告訴她，讓她不必要再關懷他。由於她深切的關懷，她必須住在一個微細的境界裡，因此有一個肉眼看不見的身體。

她在前一晚就已經知道他的最後果證了，但是她非但沒有興高采烈，反而變得沮喪和孤零。「你現在從這個苦海裡解脫了，」她抱怨道：「今後，我就沒有人可以商議和幫助了，你現在像是高掛天空的明星，而我仍然在這廣闊的海洋裡孤獨地掙扎著。透過您慈心的輻射，請仁慈地拉我一把，」她哀求著：「讓我或許也能在不久的將來達到痛苦的熄滅。」

「我不希望妳被悲哀和憂愁所擊倒，」尊者阿姜曼慰勉她：「這不是我要妳來的用意，那當然不是一個善意的人對待別人的方式。妳記得當時我們一起修持梵住的美德（慈、悲、喜、捨）嗎？」

「你應該記得行善的基本目的，」尊者阿姜曼說：「修習佛法的目的，不論是出於自己的信念或是透過別人的指導，都是為了減少或消除痛

苦。這樣的修習不應該給自己堆上更多更多的煩惱，它產生不了什麼，除了無益的痛苦之外。」

他們從前成佛的決心，和後來尊者阿姜曼要成為佛陀聖弟子的決心，都是為了相同的結果——痛苦的熄滅或是打破生死的輪迴。

她片面痛苦的抱怨是有害於她的進步的，只會生起無益的痛苦。

尊者阿姜曼的說明和開示，就像從空居天界的山溪流下來的水，灑佈在她激動的心靈，熄滅了她的憂傷和痛苦之火。她的心意變得清涼而後平靜，她相信她犯了多麼悲慘的錯誤，她承認過錯並懊悔因為自己的自憐而打擾了他。她現在能夠看到法光了，她的心意被空居天的流水復甦了，而她憂傷的重擔也卸下了。

其後，由於她的如夢初醒，尊者阿姜曼告訴她去投生於她應得的境界裡，不再為她自己的憂慮和激動受無益的困擾。她高興地遵從他，並請求他的祝福，允許她為了他的開示而偶然地來拜訪他。他答應了，她就突然地消失了，而尊者從禪修出來，發現已經是早上五點了。他整夜沒睡，從昨晚經行禪修之後，大約八點鐘就開始了他的靜坐禪修。尊者阿姜曼和他前生的配偶，現在是肉眼看不見的有情，他們之間的對話已經持續了好幾個小時。

這事件過了不久，她回來聆聽他的說法。她現在是個快樂天神，右繞尊者三匝而後離去。她接著倒退了一段距離，浮上空中，懷著感激和歡喜回到她的天界去了。

(33) 在尊者阿姜曼的最後果證之後，接下來的幾個晚上，有許多佛陀跟他們的阿羅漢弟子們一起來探視他，讚賞他的解脫。有一個晚上，一位佛陀和數萬個弟子們前來；另一個晚上，一位佛陀和數十萬個弟子們前來。隨從每一位佛陀的弟子人數並不一樣，要看每位佛陀的成就而定。然而隨同每一位佛陀的那些弟子們，並不是實際的弟子人數，他們只是象徵的，表示相較於另一位佛陀弟子的總數而已。

尊者阿姜曼說：「我對佛陀和阿羅漢弟子們沒有懷疑，但是，在您般涅槃（完全的滅盡而沒有任何餘留）之後，怎麼還能夠以這樣的形式而來？」

佛陀回答說：「這樣一個暫時的形象，對於已經達到絕對純淨的人是必需的，雖然他是無形的，但是為了來看一個已經達到絕對純淨的人，他仍然要虛擬一個世間的形象。但是當兩者都已經達到般涅槃時，就不需要世間的形象了。諸佛之間也是一樣，先透過世間形象的過程，藉著這個示現做為暫時的溝通工具，才能知道在他們以前的諸佛。透過絕對的解脫，並沒有任何的表現或顯示。同樣的方式，如來和阿羅漢弟子們為你方便示現，讓你能夠知道和看到某一位特定的佛陀和他的阿羅漢弟子們的樣子。

換句話說，任何需要透過世間形象接觸的地方，就需要一個虛擬的形象才能聯繫。但是，任何需要透過絕對解脫的關係，就不再需要任何有情世間的形象了，因為雙方都已經平等而一致了。然而，當要知道個別的特性時，又再度需要世間形象做為對比，才能瞭解空無形跡、顯示或表現的絕對解脫是自然地輝耀著，也被一種無比的喜樂寧靜所事實證著。那些瞭解這個事實的人對於透過世間形象（相對地說）來表達或描述絕對的解脫，是沒有任何懷疑的。而自己存在的絕對解脫是不依靠任何事物的。」

在這簡短的開示之後，佛陀和他的阿羅漢弟子們立即消失，而尊者阿姜曼深信他所見的事實。

（以上是尊者阿姜曼的證悟過程，值得參考）

## 《內觀雜誌》

行政院新聞局登記證局版北市誌字第 313 號

1995 年 10 月 1 日創刊

發行人：李雪卿

編輯：內觀雜誌編輯組

宗旨：弘揚佛法的義理和介紹內觀法門

聯絡：320 中壢市郵政信箱 9-110

網站：[www.insights.org.tw](http://www.insights.org.tw)

<http://140.115.120.165/forest/>

