

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

► 初善、中善、後亦善—《阿含經》的修行論

doi:10.29665/HS.201202.0001

弘誓雙月刊, (115), 2012

作者/Author：昭慧法師

頁數/Page：6-22

出版日期/Publication Date：2012/02

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.29665/HS.201202.0001>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



初善、中善、後亦善

《阿含經》的修行論

■ 昭慧法師主講・昀蓉騰稿、德晟整理

■ 時間：100年11月6日

■ 地點：嘉義妙雲蘭若

從民國七十三年踏入佛教教育圈子，一轉眼快三十年了。受到印順導師的恩澤，所以一路走來，踏踏實實地研讀佛教經論。從原始佛教、部派佛教、大乘三系，到最後天台、華嚴，可說是走了一大圈。

近年來，最大的喜悅就是講《阿含經》，覺得真的是繁華落盡，反璞歸真，這真是一套「初善、中善、後亦善」，「純一滿淨，梵行清白」的完整教法。《阿含經》就個人而言，是我生命中鉅大且正面的力道；不只是思維的內容，而是整個生命的內涵。

其次，來到蘭若演講，這是印順導師傳承下來的道場；印順導師人間佛教的思想，是在阿含與初期大乘的基礎上。初期大乘經論若沒有《阿含經》做為基礎是不行的，它們都是源自阿含本教；印順導師常說：要回歸佛陀本懷，什麼是佛陀本懷呢？我們可從《阿含經》獲

昭慧法師於妙雲蘭若主講「阿含經的修行論」。(100.11.6，左立者：副住持常光法師、住持慧理法師。妙雲蘭若提供)

得充分理解。導師也非常注重《阿含經》，甚至將他的《阿含講要》，直接定名為「佛法概論」，所以我便以這個講題跟導師的思想做個連結，遵照導師「回歸佛陀本懷」的意旨，直接切入《阿含經》的修行論。

三大要領：蘊相應、處相應、因緣相應

先從一則故事開始，佛陀在還沒有出家以前，娶耶輸陀羅為妻，生下了羅睺羅。佛陀成道之後，度化他的父親、姨媽、妻子與兒子，以及所有有緣的釋迦族人。他的兒子羅睺羅後來也出家了，佛陀要他拜座下智慧第一的舍利弗為師。從小沙彌時代開始，羅睺羅便跟著舍利弗學習佛法。雖然佛陀是他的父親，但是他受教於舍利弗的座下。佛陀把最親的兒子交給舍利弗教導，倒也不是跟羅睺羅之間毫無交集。在《阿含經》中，可以見到幾則羅睺羅向佛陀請益、或佛陀垂詢羅睺羅對法義了解程度的經文，從其字裡行間，可以親切地看到父子之間的對話。

今天要談的一則經典，是羅睺羅向佛陀說：「佛陀，您能不能用扼要的方式，教我您的教法。讓我能夠獨一靜處，專精修習，希望能夠不辜負自己出家一回，證得阿羅漢果。」

佛陀問羅睺羅：「我所說的『五蘊』教法，你有受持讀誦，為人解說嗎？」他說：「沒有。」佛陀說：「那



與會聽講者歡迎昭慧法師（右）入場。（100.11.6，左起：住持慧理法師、副住持常光法師。妙雲蘭若提供）

你就把蘊相應教——五蘊相關的教法好好複習，受持讀誦，為人解說。」

過一陣子，羅睺羅再過來同樣地求教佛陀。佛陀問他：「我說的『六處』教法（處相應教），你有沒有受持讀誦，為人解說？」他說：「沒有。」佛陀說：「那你就把我所教授的六處教法，拿來受持讀誦，為人解說。」他又依教奉行了。

再過一陣子，羅睺羅又過來找佛陀了，他提出了同樣的要求，佛陀又再垂詢：「你有沒有把我所講的因緣教法，拿來受持讀誦，為人解說？」羅睺羅說：「沒有。」佛陀說：「那你就把因緣教法，拿來受持讀誦，為人解說。」

最後，當羅睺羅第四度求見佛陀，提出同樣要求時，佛陀就說了：「你就把五蘊、六處、因緣教法，好好地受持體會，專精思維。」於是羅睺羅依教奉行，獨一靜處，專精思維蘊、處、因緣相應教法，即此證得阿羅漢果。

為什麼用這部經的故事做開場白？

因為大家可以藉助本經，看到《阿含經》中修行的三大要領，那就是蘊相應、處相應、還有因緣相應。

接下來從蘊相應、處相應、因緣相應，向大家作扼要的分享。大家有沒有發現到呢？羅睺羅對這三大教法做深入的讀誦、受持，還有一點：「爲人演說」。佛陀教他要爲人演說。各位注意：後來大乘經典中常講到，佛陀的教法要讀誦、受持、爲人解說，這顯然是從《阿含經》而來的一貫傳統。

「爲人演說」這件事是重要的，它不但能荷擔如來家業、幫助衆生、令正法久住，這還只是「利他」的部分；就「自利」而言，爲人演說也非常地重要。印順導師曾告訴我，聽一遍就不如講一遍，講一遍就不如寫一遍，因為當你想得清楚，才能講得清楚；當你講得清楚，別人才能聽得清楚。這個醞釀過程，對自己的腦力激盪是很大的；待到要落筆寫的時候，思維又更加精密了。而這種激盪出來的能量，足以把根深蒂固的我執，作一層一層的突破。

五蘊教法的内容、次序

以下從「蘊相應教」開始講起。蘊爲「積聚」義。凡是物質的聚集，即可名爲色蘊。就我們的生命而言，色蘊就是肉體。識蘊，就是心理乃至深層的心靈；心理分辨情境的能力，一念一念串在一起，便是識蘊。心理最主要的功能



主持慧理法師向聞法者介紹昭慧法師。（100.11.6 妙雲蘭若提供）

就是分辨情境，在這個總功能之外，還有許多附屬功能，一般叫做「心所」。在衆多的心所裡，五蘊中就含攝三類——受、想、行蘊；受心所是情感、情緒的作用，想心所是理智、理性的作用；行蘊可含一切心所的運行，其中最重要的是思心所的運轉，也就是意志運行的作用。情感的領納名爲受，理智的構思名爲想，意志的推動名爲行。

《雜阿含經》開宗明義先從五蘊講起，可見蘊相應教是很重要的教法環節，親聞佛陀教法的弟子們，是有意識地把它彙集而放在第一大類，第二大類彙集的是處相應教，第三大類才彙集因緣相應教法。

從蘊相應教這一區塊的教法中，各位可以看到，蘊的五類（色、受、想、行、識）之中，色（物質）只佔五分之一，受、想、行、識的心理運作，佔了五分之四。但倘若你研讀《阿含經》便會發現：在蘊相應的部分，它是先講述

色法——色無常、受想行識無常；從色開始作分析，然後才說「受想行識亦復如是」。這就呼應了三十七道品中的「四念處」。

我們的心念要安放在四處。第一處就是身——覺知我們的肢體動作乃至肉體變化的現狀，是為「身念處」；第二處是受，對身體的苦樂受了了分明，是為「受念處」；然後才將心念安放在對心理狀態的覺知，是為「心念處」；最後從這些身心現象的覺知中，提煉、歸納出了「諸行無常」、「諸法無我」以及念念生滅、滅滅不已的「寂滅」法則，並將心安住在對這法則的印證上，是為「法念處」。四念處中，「身念處」居先，一定要把「身」放在前面來作觀照，以此訓練自己專注且敏銳的心念，強而有力地導引出解脫智慧，進而聖證解脫。

念力的培訓，為什麼要從身開始？佛法不是很重視心嗎？不錯，佛法是很重視心，心念可以居於主導地位。可是我們對於自己的肉體有著最大的執著，對自己的心念內容，尚且可以說放下就放下，可是對肉體卻沒有那麼灑脫。身體的任何部位倘若產生了痛楚，我們都有痛切的感受，這種神經傳導的敏銳功能，使得我們對身體的處境最為關切，容易繫著不放。因此印順導師說，擒賊先擒王，要從身體去打破執著。

其次，從禪修的學習次第來說，我

們也一定得把色蘊放在前面來加以觀照，其次才觀照受、想、行、識。原因是心念閃動得太快，宛如電光石火，剎那剎那生滅不息，因此以心追心並不容易。凡夫俗子為什麼對身會有深固執著？因為身體比起心念，有相對的穩定性。你我今天與明天的長相是差不多的，或許三年後相見時，感覺彼此的長相還是差不多；雖說同樣是無常變化，但是相對而言還是比較穩定。對於一個心念不夠細微、不夠專注的凡夫而言，還是要從相對穩定的身體而作觀照。此即為何佛陀講授蘊相應教時，總是要先講色，例如：「色無常，無常即苦，苦即非我，非我者亦非我所。」一定是從色法的觀照開始教導，然後才加一句：「受、想、行、識亦復如是。」原因是要先紮穩基礎，修行基礎紮在觀照色蘊，紮在觀身；進而才有可能觀受、想、行、識，從這裡看到無常、無我、空性的法則。

苦、無常、無我

以上把五蘊教法的內容、次序作了簡要的說明。其次跟大家談談佛陀在「蘊相應教」裡，到底要告訴我們什麼？這就得抓住一個要領：到底我們這套身心組合，會帶給我們什麼？何種經驗是我們感覺深刻，那就是苦與樂的經驗；我們的身心活在情境之中，承受外在境界的轉換，承受自己身心的變化，

除了苦與樂的感覺之外，還有一些是不苦不樂的覺受，佛經把它叫做「捨受」。

我們是在經驗的覺知之中存活著，快樂的內容當然讓我們喜悅；可是痛苦的內容就很不好過！若能透過外在力量來加以解決，那也不是問題，佛陀不會多管閒事。然而佛陀何以貴為王儲，竟不是靠外在的政經力量來解決，竟然還要親身修道、悟道，並且引領我們修道？原來，有一些痛苦是其他方法無法解決的，例如生老病死苦，這終究是要透過修道去尋求答案的。

佛陀在「蘊相應教」裡，告訴我們：問題的癥結就是「苦」。當有一些痛苦，無法靠外在的政治、經濟、社會等力量來解決時，這種痛苦要如何處理呢？這是佛陀在修道中亟欲尋得的答案，也是佛陀在證道之後，亟欲分享並教導我們的答案。蘊相應教談「苦」，其重點是讓我們覺察苦的根源問題。原來，所有的苦都是因於無常變化的法則，色無常，無常故苦，受、想、行、識無常，無常故苦。因為身心與情境都在無常變化，不能符合我們「讓身心永遠舒適安樂」的期待，所以我們會有苦的覺受。

那麼，無常變化是不是可以避免的呢？不可能。因為一切現象都是因緣條件組合而成的，那麼多的因緣條件組合而成的任何現象，即使看似穩定，其實

依然是很脆弱的，它必然會隨著因緣條件的變化而跟著變化不已。

凡夫無法對無常變化所帶來的痛苦看得開，這是必然的，因為我們對於境界的穩定有一種「可以持久」的錯覺，從而產生錯誤期待，希望快樂永遠留在身邊，痛苦永遠不會來臨；對於境界往不好的方向變化時，會有一種強烈的排斥；對於境界的穩定喜樂，會有強烈的耽戀；對於還沒有到來的喜樂，會有一種強烈的渴求，這使得「苦」不但來自身體的痛楚訊息，而且還來自種種排斥、耽戀與渴求的心理。因此在蘊相應教中，佛陀將教法的重點放在「苦」的覺知與「苦」的根源性探索。

在在處處，佛陀都要我們觀察五蘊的無常變化，初步總是要我們先覺知我們所最在意的，特別是肉體的無常變化。雖說「受、想、行、識，亦復如是」，但是我們最在意的畢竟就是色法，特別是我們的肉體。我們倘若不能覺知肉體的無常變化，就會對它產生耽戀與渴求，一旦它朝不符期待的方向變化，我們就不免產生排斥並感覺痛苦了。一旦對身體這麼喜愛，注定就得擁抱痛苦；一旦對受、想、行、識這麼喜愛，注定就得擁抱痛苦。相對來說，若我們可以覺察到肉體的瞬息萬變，就可以逐漸超越對它的耽戀與渴求之情；若我們可以覺察到受、想、行、識的瞬息萬變，就不再對受、想、行、識耽戀不

捨、渴求不止。

這就是佛陀的諄諄教導：「於色愛喜者，則於苦愛喜；於苦愛喜者，則於苦不得解脫、不明、不離欲。……於色不愛喜者，則不喜於苦；不喜於苦者，則於苦得解脫。」因此聖者佛陀、阿羅漢等同樣會衰老、會患病、會死亡，但是他們對於五蘊不再愛喜，宛如一個旁觀的第三者，在看待自己五蘊的結構與解構；這時他不再有對無常身心的耽戀與渴求，因此身心儘管變化，他都能在無常法則的印證下，安然不動而解脫自在。這就是漏盡阿羅漢，或是無上正等正覺的佛陀。

就一般凡夫的經驗而言，我們追求離苦得樂；這可不是罪惡，佛陀也教我們離苦得樂之道。對於那些必然在無常法則下產生的衰敗，包括我們最在意的肉體，我們要覺知到它的無常，才能真正將它衰敗時所產生的恐懼感徹底銷解。如果你能夠覺知它的變化無常，你在其中就可以發現，根本就找不到哪個片段是永恆不變而獨立自宰的。在我們的肉體找不到，在我們的心理找不到，在我們的身心之外依然找不到。

這就從「無常」之教延伸到了「無我」之教。我們沒有辦法讓自己不生病、不死亡、不痛苦；所以在五蘊裡找不到可以自主的事物（非我）、可以宰制的情境（非我所），這才是真的看開、看穿、看透。凡夫俗子沒有辦法這

樣做，我們第一個想到我，肉體——色是我，受、想、行、識是我；有了我，就有我所。我們總是在期待著滿意又安全的周遭環境與周邊配備，因此企圖宰控環境，宰控的範圍就叫做「我所」。

「我所」有兩種，一種是「我所有的」，例如我的房子、我的兒子、我的車子，就是我所擁有的，我很愛它們。別人的房子、車子、兒子我就不愛。但我既然愛他、就要宰控他，要他跟我一鼻孔出氣。另一種是「我所屬的」，我屬於這個團體、我屬於這個家庭、我屬於這個國家，把「我」擴大成為這個大團體，愛它至極，甚至為這個大團體受苦都很值得；於是標舉了「犧牲小我，完成大我」的美德。由於大我是在這個小我的基礎上擴大出來的範疇，因此大我依然是一個局限，人既然將自己局限在大我之中，就不能以平等心看待大我之外的人事物。因此即使把大我之外的生命拿來犧牲、墊底，用以成就大我，往往也心安理得。有些國家人民心目中的英雄，往往是其他國家人民心目中的惡魔，其原因就在於此。所以佛家不說「犧牲小我，完成大我」，佛家是說「無我」、「無量」，要超越自我乃至我所，讓疼惜之情穿透我或我所的藩籬，擴延到無量無邊的生命。

五蘊明明是我，但又不能主宰它們，明明是我所擁有或歸屬的（我所），卻又無法宰制它們。於是痛苦失

落，到最後有人甚至痛恨、厭惡自己。反之，能夠洞觀無我、無我所，就不會被這些負面情緒掌控。

「無我、我所」的洞觀，可以來自「無常觀」的基礎。當你從身心的無常變化，看到了根本無法自我宰控的內容，我的肉體、心理在瞬息變化中無法宰控，我所擁有與隸屬的內容亦復如是。於是你將無法對那些剎那生滅的色聚、念頭，產生耽戀、愛染、渴求，就不會爲了擁有它或宰控它，而產生心理與行爲的不當運作（煩惱與業），於是你就在清明的觀照中，逐漸遠離於錯誤期待幻滅的「苦」，而將無常看作理所當然的法則，「但見於法，不見於我」，這時你就可以達致漏盡，成爲聖者。

如實正觀五蘊

蘊相應的理論是不難的，難在我們應該怎麼做，才能對於色、受、想、行、識不生「愛喜」。我們在概念上已知道無常了，可是難道只要知道，就可以做到嗎？雖然理論上我們知道身體的細胞不斷地壞死再更新，可是在座哪個人不愛喜自己的身體呢？所以對身體的愛喜這件事，是很本能、很堅固、很頑強的，不光是在概念上理解「無常」就可以放掉。在蘊相應教中的修行理論，就是要提醒我們：要正觀。

但是要如何觀呢？你必須觀照五

蘊，它們是在如何無常變化的。舉色蘊爲例，我們的肉體是無常的，爲何無常呢？原來肉體受到幾種因緣的影響而變化不休。

第一個是「業生色」，生命投生時，往往依過去業行的基礎，而組合出了相應的基因，產生了色身的形狀與質地。無始以來有許許多多業；有哪些業產生現在這段生命的色法，那當然還要依於業系的排列組合。在《成佛之道》裡，導師特別提到：隨重、隨習、隨念。

重大的善惡業先發生力量，因爲它們最強大；穩定的習性，產生其次的作用；最後在死亡前的念頭也可儘量把握。念頭放在光明或是黑暗，足以結集光明的業系到光明處，或是結集黑暗的業系到黑暗處。業的資料庫裡有很多資料，但是會提取什麼資料，依的是「隨重、隨習、隨念」這三大要領。經過死亡而業系再作結構之後，生命產生了這一期的命根，組合出這期肉體加心理的五蘊。



妙雲蘭若新建大殿，是本次講座會場。（100.11.6 妙雲蘭若提供）

過去的業會帶來這一期生命的色身。

因此什麼叫作「基因決定」？唯物論者往往相信基因決定一切；可是從洞觀三世來說，生命之所以會尋求父母親的基因，那也是因為跟父母親的業力相當，投生的識才會像磁石吸鐵一般，結合父親、母親的基因，從而形成此生性別、膚色、身高、顏貌、體型等等色身的內容。總之，並非基因單獨決定生命的形成，必須往前追溯其業力資料庫的識。「識緣名色、名色緣識」，心識抓住了父母基因，就構成了這一期生命的「名色」，由受精卵、胚胎而逐漸孕育出感官完備的「六處」。

除了業會影響色法之外，心也會影響色法，是為「心生色」。我們舉心動念都會影響肉體。像尊敬的慧理法師與常光法師，因重病而導致色身衰弱，如風中燭，卻依強大的願力支撐著，竟然撐到蘭若建設十年完工，依然屹立不搖，還精神奕奕地帶領著大家籌備落成大典，規劃蘭若未來的弘法事業，這就是願力不可思議的明證。心念非常重要，凡走過的必留下痕跡，即使是擺在心裡的念頭，身體已先接受到了訊號。我們的身體和心理是會交相映照而產生反應的，中醫的理論說，心理如果有結，身體就容易有結。透過剎那、剎那念頭的變化，在身體中會留下許許多多的痕跡，這些痕跡都在細胞裡留下記憶，甚至影響著整個身體的健康。

還有什麼會影響我們的肉體呢？那就是我們吃進去的食物，是為「食生色」。食物的質素會影響你我。我們吃什麼就會像什麼。因此要盡量吃得乾淨、簡單，而且不要傷害眾生。

最後是「時節生色」。冷、熱、寒、暑、濕度等種種節氣，也會在我們的身體中產生變化。

以上四項影響色法變化的要素，從業以下，加上心念、食物、空氣，在在處處影響著我們的肉體，請問肉體如何可能恆久不變呢？不可能！

那麼面對這些變化的因素，我們該怎麼做呢？第一，既然心念影響色法，那麼，四正斷就顯得無比重要。未生之惡一定不可令它生起，已生之惡一定要加以斷除；未生之善一定要生起，已生之善一定要增長。為什麼呢？既然業生色法是已經發生的事情，追悔也都沒有用，只有承受它並努力地改進它。食物雖然儘量求其乾淨、營養，不傷害眾生；但是限於經濟能力，我們不可能都吃到如此合格的食物。而大環境的時節、氣候，就更不是我們所可掌控的。我們能夠調控的內容，的確相當有限。還有什麼是關鍵性的，而且人人可以做到的改造因素呢？那就是心念。

隨著四念處的修習，緊接著必須生起的道品，就是四正斷。我們要養成善良、光明的心念，遠離邪惡、黑暗的念頭。也許食物、環境等各方面有所局

限，但是心念最直接影響肉體，也是我們最龐大的資源。想住好的房子、吃好的食物，我們就要拼命賺錢，唯獨心念是源源不絕且不用借貸、不用賺取的，我們隨時都可以給自己提供源源不絕的善念，作為生命中最為豐厚的資源。當心念維持著善良、光明、喜樂時，色法將可維持良好、穩定的運轉狀況。

蘊相應教的重點固然是「諸行無常」，但絕非要我們因此而糟蹋色身。既然此生已生出了這套色身，或許得維持個幾十寒暑。這時健康就成為我們每個人的責任，不要讓自己成為別人與社會的負擔。而且維持有用的色身，也才可幫助更多人，所以我們一定要先把自己的色身照顧好。佛陀有病也會看病，畢竟在無常之中，維持著相對穩定而健康的色身，才能拿來利己利人。

色法之所以不穩定，原因如上。我們要從這裡理解容易，若要因此而放下對色身的繫著，也還是不簡單，所以還是要「如實正觀」。怎麼作觀呢？我們的感官一向都接收外境訊息，習慣於緣對外境，這時要反其道而行，那就是「內觀」——用專注有力的心來觀照肉體的變化。必須具足非常專注、堅定的心力，才能將肉體的瞬息萬變，觀得一清二楚。

專注力當然需要培養，這也是修行人為什麼要學種種禪法的原因。禪法訓練我們讓心專注於唯一所緣。我常用水

來作比喻：當一堆水緩緩流出時，並沒有很大的力道，如果收束在小口徑的水管中，加壓讓水管瞬間流出等量的水，這時就叫做「水槍」，再加壓而產生更巨大的力量，就叫作「水刀」，連鋼筋水泥都可被切割開來。

我們的心也是如此，渙散就沒有力量，專注就有力量，專注到一個定點，瞬間的爆發力十分驚人。把心訓練到如此專注，拿來做什麼呢？這就可打造一台全世界最精密的掃描機，拿來掃描自己的色身。它可以看到五臟六腑、肌膚骨骼等三十六物，乃至可以將每一顆細胞、每一顆粒子的變化看得一清二楚。這就會察覺佛陀在蘊相應教中對五蘊的譬喻，十分貼切！

「觀色如聚沫」，我們的肉體原來像一堆聚在一起的泡沫。泡沫是不穩定的，纔生即滅。能夠這樣觀照色，就看不到哪一點是恆常不變、獨立自存的「我」，只見到每一剎那無常閃滅如同泡沫般的顆粒。因此在《雜阿含經》二六二經中，闍陀經阿難開導後，表白自己的證境，說他已「但見於法，不見於我」，這時候他也真正體會到了「無常」，「無常」不再是他腦袋中的概念，而已經變成他生命中所有組成分子的運作法則。這樣觀照下來，可以完全超越於苦的覺受。這不是指沒有痛覺，但是卻找不到一個承受痛覺的「我」，非我，非我所，於是清涼、自在、安



住持慧理法師全神貫注聆聽演講。(100.11.6 妙雲蘭若提供)

穩、解脫。

肉體就在我們身上，每個人自我訓練，就可以架設出一台超級精密的掃描機，拿來對自己的五蘊作出如實正觀，這是佛陀在蘊相應中所教導我們的修行要領。

而且不祇是自己修學，還要受持、讀誦、為人解說，這樣可以加深印象。就像佛陀對羅睺羅所說的，讓他在這套受持、讀誦、為人解說的「利他」過程中逐漸醞釀，而不是一天到晚只顧自己的修行，別人的死活都不放在眼裡；要不斷地與人作佛法上的互動，在互動當中，把自己的界限打破，把正向能量放射出去。一方面在廣化的過程當中，把「自我」稀釋；另一方面在深化的過程當中，醞釀出更綿密的觀照力。至關鍵的時刻到來，羅睺羅就此大徹大悟。

一則故事、三個譬喻

在蘊相應教裡還有類似的故事，一

位比丘，名為差摩。差摩還沒證得阿羅漢果。當他身罹重病之時，看護者陀娑比丘有一天到另一處精舍拜會上座比丘，上座比丘問他：差摩比丘的病情還好嗎？陀娑回來把上座的關懷帶給了差摩。差摩說：「非常不好，就像幾個大力士用繩子在對我絞首般地痛不可忍；就像屠夫將牛體活生生地剖開，挖出牠的內臟般地痛不可忍；就像幾個大力士把我架起來給火燒烤般地痛不可忍。」

陀娑據實回報上座，上座又向陀娑說：「陀娑啊，你回去問問差摩比丘，他能不能於色見非我、非我所，於受想行識見非我非我所呢？」陀娑就去問差摩，差摩說：「可以的，我確實已於色見非我、非我所，於受想行識見非我、非我所。」這位差摩比丘能夠於五蘊作此正觀，他的觀力是很強的，他那一台掃描機已經夠精密了；可是苦還是苦，痛還是痛，痛覺是如此強烈地撲面而來。

陀娑又去見了上座，據實回報。這回上座又叫陀娑回去問差摩：「你既然能夠於五蘊見其非我、非我所，那你是不是已成了漏盡阿羅漢呢？」

陀娑又回去詢問差摩，差摩告訴陀娑：「我雖然見五蘊非我、非我所，但我不是漏盡阿羅漢。」

於是陀娑向上座據實回報，上座又叫陀娑問差摩：「如果你能夠於五蘊見非我、非我所，為什麼不是漏盡阿羅



昭慧法師說法次第井然，令全場聞法者歡喜踴躍。
(100.11.6 妙雲蘭若提供)

漢？」於是差摩說：「去告訴他，我雖然於五蘊見非我、非我所，但我不是漏盡阿羅漢，為什麼呢？因為我還有我慢、我欲、我使。」也就是說，見地上都已經清楚了，可是還是有把我看得重要的「我慢」；貪愛渴求滿足自我的「我欲」；情感上深愛自己，意志上把自己看得比別人重要，這就產生了「我使」——驅策著自己產生種種煩惱。

這時差摩還是決定自己親自前去，向上座比丘們「講清楚，說明白」。畢竟光爲了上座問候差摩，陀婆已來來去去走四、五趟了。差摩說：「你拿拐杖過來，我親自去跟他們解說。」

上座一看到他過來，趕緊迎請他入座，接著依然問他：「你如果果真見到了五蘊非我、非我所，那你為什麼還沒有成爲漏盡阿羅漢呢？」差摩說：「我確實見到了五蘊非我、非我所，但是我慢、我欲、我使都還未盡、未斷、未捨，所以我現在還不是漏盡阿羅漢。」他用了兩個譬喻來說明這種境界：

譬喻一、就像各式各樣清香的蓮花，是它們的根香嗎？好像不是，是它們的莖、枝、葉、香嗎？好像不是；但離開了根、莖、枝、葉，會有香嗎？沒有。那是什麼香？是花香。根、莖、枝、葉既不是香，離了根、莖、枝、葉也沒有香，但是我們會說那叫做「花香」。

這段話是什麼意思呢？原來，離開了色、受、想、行、識就沒有我，在色、受、想、行、識之中也找不到我，可是「我」的感覺還是存在的。差摩現在的情形就是如此：雖然能夠在見地上體會到即五蘊非我，離五蘊也非我，但是，就如同花香這個幻影依然存在一般；差摩的情感與意志依然隨著「我」的幻影而產生我慢、我欲、我使。

譬喻二、就像奶媽因擠奶汁餵食嬰孩，奶汁難免會滲出來，經過洗滌之後，依然還是會留下一些奶腥味；因此光是洗滌還不夠，必須再用薰香，薰到奶氣散盡。差摩的見地已經十分清晰，就像衣服已經洗乾淨了一般，但是剩下「我慢、我欲、我使」的餘氣，依然要慢慢薰除，那是必經的醞釀過程。

當差摩比丘一講完這兩段譬喻，他本人竟然就此大徹大悟，證得了阿羅漢果！而且當下他的法喜猛利，瞬間竟然驅出病氣，身體康復如初。病重到奄奄一息的差摩證得了阿羅漢果，在座的上座比丘反倒只證得初果。

我以這一則故事拿來跟大家分享，就是要讓大家知道「醞釀」過程的重要。只要按部就班用功，蘊積能量，關鍵時刻是會瞬間爆發的。我們看到的是他的「頓悟」，其實不是，那是醞釀若干時劫後的瞬間爆發力。

佛陀在《雜阿含經》中，期許我們「按部就班用功以蘊積能量」而一口氣舉了三個生動的譬喻。他說：比丘們，要好好修學四念處、四正斷、四如意足、五根、五力、七菩提分、八正道分——三十七道品。

譬喻一、就像母雞孵小雞，今天孵、明天孵、後天孵，天天在孵，卻看不出個所以然來。但是耐煩孵下去，總有一天小雞成熟，就會破殼而出；可是雞媽媽倘若不盡守母職，愛孵就去孵，不愛孵就四處遊蕩，那將永遠沒有小雞破殼而出的一天。我們修行就要像母雞孵小雞一樣，不要計較為什麼天天這麼用功，都沒有即刻看到效果，你只要一路堅持，總有一天可以看到修道的成果。



演講會場一隅。(100.11.6 妙雲蘭若提供)

譬喻二、就像木匠與他的徒弟拿著斧頭，握著斧柄，今天握、明天握、後天握、天天握著斧柄，於是手印漸漸就留在斧柄上了。天天握著沒有感覺，可是有朝一日換了一把斧頭，你就會突然發現觸感不同。

譬喻三、就像夏六月時，舟船停靠在岸邊，藤編的纜繩把它拴綁住，今天、明天、後天，天天風吹日曬，藤繩就漸漸風化了；天天看著藤繩，似乎不見其變化，可是它的質地越來越脆，有一天也許只不過是飄來一陣風，纜繩竟然「啪」一聲斷了。修行也是如此，今天、明天、後天，天天持久不懈，有一天就會突然開悟，達到解脫的境地。

蘊相應教的修行重點如上：要覺知「苦」的情狀，探索「苦」的根源，如實正觀五蘊的「無常故苦，苦故非我、非我所」，這樣才不會繫著在「苦」為本質的五蘊之中。如實正觀並非一蹴可幾，必須要不斷地修行，但不要老是期盼「馬上看到效果」，你必須耐煩、堅持、貫徹始終，那麼有一天，修行能量累積的量變，必然會導致開悟的質變。

處相應教的基礎教法——守護根門

緊接著向大家講「處相應教」。處，即「所在」。什麼所在？六個所在——眼處、耳處、鼻處、舌處、身處、意處。這六處是關鍵性的所在，是生命與境界作訊息與物質交流的六個介

面。任何一個密閉空間，都要有適度的門窗，作為裡外流通的介面。生命因為自我愛的緣故，把自己認為的「我」抓緊。所認為的「我」，不外乎色、受、想、行、識綜合的五蘊。生命把五蘊抓牢，企圖在安全的範圍內，把自我封閉，隔絕那些危險或不可知的境界。然而自我封閉有可能嗎？當然不可能，因為訊息與物質都必須有所交流，這才能構成生命的內容。於是謹慎張開了六個管道，來與外界作適切的互動，這六個管道就是六處。

談到這六處，我們不能只著眼於物質上的裡外流通，其實六處的輸送內容，還包含了心理的內容。輸送訊息與物質的不只是九孔七竅，還包含每一個毛細孔與每一刹那的意念。

境界對我們非常重要，我們要善用六個介面把好的訊息與物質納進來，把不好的訊息與物質排除出去，或是一開始就擋在六處門口。我們要善用六個介面來傳遞出良善、光明、清淨、喜樂的訊息與物質，這將感應到別人同樣從六處散發這些善的內容，從而形成善的循環，因此「處相應教」是非常重要的。

剛才我們說要觀蘊無常、無我，而且要專注修觀；但倘若大家成天都眼觀鼻、鼻觀心，坐進禪堂就不肯出來，試問誰來打掃環境、烹煮食物？生活的真實面絕對不只是在禪堂，而是平鋪在吃喝拉撒睡與工作的細節之中。所以，

佛陀開導的「處相應教」是非常重要的，「處相應教」提醒我們：修行就在生活當中。但這句話絕不能流於口號。如果沒有把握處相應教，你根本就不知道在生活瑣事之中如何修行，甚至會將禪坐、經行、聞法以外所面對的生活事項，都當作是在浪費時間。修行不能光靠林間樹下、獨一靜處、專心思惟，平時就要對自己的眼、耳、鼻、舌、身、意六處，做到適度的管控。



妙雲蘭若師父們專注聆聽法音。（100.11.6 妙雲蘭若提供）

處相應教中最基礎的教法就是「守護根門」，這要有很大的精進力。不要以為對不喜歡的事物產生厭離，就是守護根門。佛陀對阿難說到「賢聖無上修根」的要領，是對於可意事（順心事）生厭離，對於不可意事不生厭離，那才是可以成聖成賢的守護根門。賞心悅目的事物，容易讓人耽戀不捨，這時要學著厭離；但是對於那些會讓我們本能排斥的事物，也要學會面對它來解決它，那時必須修不厭離，不可順著自己的毛摸，這才是無上修根。

話說回來，髒、亂、醜、臭，經常伴隨著痛苦，有時候是自己在受苦，有時是別人受苦，我們應該要幫助自己或他人拔除髒亂，離苦得樂。每個人總有一天會老、會病，老病之後行動不便，把屎把尿都要有人，把屎把尿的事你能做嗎？你總不能說：「我好厭離，我在守護根門」吧？我們的鼻子都是敏感的，可是當孝心或對苦難生命的無限疼惜之情生起之時，你我就都可以修不厭離，趨近侍候老人、病患；所以「無上修諸根」的內涵是很深刻的，它幫我們架接了一條平坦的菩薩道。

生活中只要是有益的事情，對他人、對自己的身心有益，即使是會讓我們覺得不舒服，都要迎上去面對它、妥善處理它；生活中所接觸到令人賞心悅目的內容，如果沒有意義，甚至會給自己或他人帶來欲染、禍患，那你就修厭離。

正觀六處的無常

「守護根門」若只停留在不看、不聽、不接觸那些負面的訊息與物質，在處相應教雖然非常重要，但那還算是淺層功課。處相應教還有深層功課，即是在六處之中同樣正觀「無常」。在六處中要怎麼正觀無常呢？正觀五蘊的無常，是觀見五蘊如泡沫、陽燄、芭蕉、幻法般的瞬息變化。正觀六處的無常，則必須觀見根、境、識三和合觸，每一

個接觸受限於三個面向而變化萬端的無常。

六處跟六境相應，生起了辨識境界的六種心識。依於眼根生起了眼識來緣對色境；依於耳根生起了耳識來緣對聲境；依於鼻根生起了鼻識來緣對香境，以此類推。我們要在六根門頭即時觀見無常，根境識三和合叫做「觸」；一剎那、一剎那地不斷接觸，一接觸就有感受，一有感受就會有愛有不愛，有取有捨，有取有捨的運作就會產生業的痕跡。業痕就是將來輪迴生死的老本。因此經上說：根境識三和合生觸，觸生受，受生愛，愛生取，取生有……乃至老病死，純大苦聚集。每一剎那的接觸串成了生命的流轉，在每一剎那的接觸中，我們也看到了無常的法則！

這真是不簡單！我們怎麼能夠在每一次的接觸當中覺知它們的無常呢？我們生活中不斷接觸著許許多多的人事物，我們即使是身在道場之中，也很可能喜歡張三、討厭李四，千萬不要以為：儘管與張三接觸而極力避開李四，就叫作修行，那麼修行將變得十分空洞，難道你面對李四就不能構成修行嗎？這時你就要把處相應教中習得的修行功力拿出來！你要正觀，依我的眼根、耳根乃至意根等等而觸對著李四這個境界，生起了六識，在根、境、識三和合觸的過程中，我接受了不愉悅的內容，因此會討厭他、排斥他，這就構成

了「觸、受、愛、取、有」的完整流程。你要清楚明白，是什麼原因使你討厭他；接下來，你要注意這些都是無常的，他的心念、言行都是在因緣會遇中無常變化的。在每個生命接觸的當下體驗無常，這才能放過別人，也放過自己；否則把你所討厭的「他」，停留在你的心裡加以定格，抓住「他」不放，那等於是不放過自己，讓自己被你所討厭的「他」捆綁住了。

根、境、識三和合觸的變化是無窮的。他即使可惡，你要不要釋給他一份善意？這個善意的境相進入了他的眼根，形成了他的眼識，根、境、識三和合的時候，會不會形成善的循環？生活在根、境、識三和合的無數接觸中，倘若能體會無常，那麼你就永遠留給自己一個機會，因為你可以體驗到伴隨根、境、識三和合的這些觸對，都是無常而可改變的。

我常向學生說，我們要習慣性地將與人的互動記錄歸零。為什麼呢？倘若你不歸零，你就拖著前面的許多印象，累積成為你心裡的夢魘，到了某個臨界點，就會來個「宇宙大爆炸」。於是你又看到了根、境、識三和合的無常性，這些觸對的內容，可以讓人向上提升，也可以讓人向下沉淪，那我們又何苦讓他向下沉淪呢？為什麼不拋給他一個善意，讓他向上提升呢？既然一切無常，過去的不愉快就放掉它，讓自己與他人

的互動從零開始，每一個會遇的時刻，都盡量製造良好的機會給自己與別人，比如說，愉悅的神情、和藹的言詞、溫暖的動作，這在無常法則的運轉中，都將散發出正向的訊息。正向的訊息散發出去之後，別人接收到了，也會跟著醞釀出正向的訊息。這就是在無常法則下，無限的可能性與可塑性。我們只有在觸對境界時掌握無限可塑性的無常法則，才有可能突破自我的局限與自他互動的負面慣性。

處相應教的最高教法——第一義空

處相應教的最高教法是「第一義空」。「眼生時無有來處，滅時無有去處，如是，眼不實而生，生已即滅。」這還不只是在觸對中觀照根門、情境與心念的無常，而是在眼等根門觸境繫心的當下，觀見它的「不來不去」。眼根產生了某個「看見」的作用，這不是因為它從哪裡來了，而是因為依於它而某個色境被辨識了。反之它的某個「看見」作用消失了，這並不意味著眼根去到哪裡了，而是因為依於其他諸根而某個聲、香、味、觸境被辨識了。眼根就是這樣不實地生起，並且必趨於滅，這就是所謂的「第一義空」。

如來離於二邊——不說實有，也不說虛無，只說：此有故彼有、此生故彼生，整個來說，瞬間的眼根、眼識跟情境加在一起，三種組合而非獨立運作，

這使得眼根「不實而生」；由於「看見」一事無法片面掌握在眼根上，而須配合情境才能生起辨識，它的組合是非常脆弱的，所以眼根又是「生已即滅」的。佛陀所說的空，不是虛無，而是根、境、識三的「不實而生，生已即滅」。這就是佛陀所講處相應教中，最高深的修行層次。

簡述因緣相應

剩下的時間無多，最後簡單敘述佛陀的第三大類教法——「因緣相應」。為何只須「簡述」？因為前面講到蘊、處相應教時，已經就同步講述「因緣」了；五蘊、六處看似空間上的色心組合及情境交會，其實它的進行，一定是落在時間的縱軸上。當前的果報，是從過去的因緣會合而生，依於果報現況而產生的身心運作，也會成為未來果報的因緣，生命之流是這樣因果串連的。

佛陀告訴我們：要觀見當前的五蘊、六處是無常的，並且要有能力、夠精準地看到過去、未來的五蘊、六處無常，因此佛陀說，若過去、若未來、若現在、若內、若外、若麤、若細、若好、若醜、若遠、若近，這一切五蘊（六處）皆是無常。

以色蘊的觀照為例，我們最在意的是自己的肉體，所以要先觀內身。行有餘力，也要觀於外身（他人的色身），觀其無常、無我，消極方面減除對他人

的戀著，積極而言也要適度地關心他人、幫助別人；從內而觀到外，從麤而觀到細。一開始要看到很細密的色聚哪有可能？但即使是麤分的觀照，也有麤分的受用；觀身如此，觀佛亦然。我們不可能一開始修念佛觀，就觀到佛像的每個肌理與每根毛孔，一開始只能大略觀見他的輪廓，由麤到細漸次作觀。對色身也要從麤觀照到細。我們的身體其實傳遞著許多訊號，各位現在只要閉起眼睛，往內觀照，身體就會浮現很多訊號出來，哪裡痠、哪裡痛、哪裡緊、哪裡鬆，諸如此類。接著越觀越細，才有可能見到宛如「聚沫」般的色法。色聚有時呈現好色，有時呈現破敗的醜色，無論是好、是醜，都要觀照。但是要記得：於好色修厭離，於不好色修不厭離。接下來，無論是遠方還是近身的色聚，都要觀見它們的無常。

心要專注到這樣的程度，才有可能從色觀照到心，也有可能從現在色，跨越時間的軸線，而觀照到過去與未來的色法。因此雖然一開始就點出「若過去、若未來、若現在」，但是起修時反倒是要依現在色作觀照的起點。當你已觀見到了心念的無常，這時才能如實知見「名色」。當你已能觀見到過去名色與未來名色，這時你才有能力如實正觀因緣。也就是說，修行的次第還是必須先觀色法再觀名法。觀到了名法的剎那變化，方能從心念剎那生滅的時間縱軸



法筵圓滿落幕，大眾鼓掌歡送昭慧法師。（100.11.6 妙雲蘭若提供）

中，往上翻轉而見到過往的變化，往下延伸而見到未來的趨勢，這就是「因緣相應」的教法。

「因緣相應」教法有十二緣起、四食、四諦、諸界、諸受，但時間已到，我就在此打住，不多說了。

兩位菩薩典範——慧理、常光法師

非常感謝上慧下理法師（大師父）與上常下光法師（二師父），兩位都是我的長輩。我年輕時到福嚴佛學院教書，大師父就非常疼惜我，來上課時，總不忘帶來些水果、點心，放到我的寮房；法師對後學的愛護，點滴都在我的心頭。我後來又認識了二師父，在二師父身上，我看到了堅毅不拔的無比耐力，還有「盡其所有而奉獻三寶，歸功不必在我」的心境。我看到了大師父、二師父的恢宏度量，特別是在這次妙雲蘭若重建過程中，經過了衆多的挫折，買地、借貸、奔走募化、點滴建設。從一開始看到兩位師父都身患重病，內心不免暗

自著急，非常不忍又非常不捨；沒有想到十年也就一眨眼過去了。兩位師父雖然重病在身，可是永遠都把快樂與美好留給大家，自己默默承擔痛苦，這讓我非常感動，那正是我們修道應該學習的菩薩典範！

兩位師父以無比的毅力與耐力，竟然在全台灣留下唯一印順導師曾經住過的關房，一磚一瓦，所有擺設，保留了關房的全貌。妙雲蘭若成為擁有印順導師故居原貌的唯一道場，這真的是無價之寶！我們在此可以看到兩位師父的遠見，對於導師曾經留下的身影是如此地珍惜，寧可自己窩在鐵皮屋裡受熱、受凍，就是不要將舊房舍打掉全部重建。但他們又十分慈悲，捨不得看到徒弟們在鐵皮屋裡受苦，終於在十多年的奔走奮鬥中，創建了這麼美好的一片園地。

我從兩位師父身上印證到無私、無我的「心生色法」，弘法願力竟奇跡般地支撐住了衰朽的色身！我相信仁者必然嵩壽。而蘭若有了完善的場地，未來還要展開人間佛教的種種志業。此時兩位師父的入室弟子、護法居士，都非常需要兩位師父的精神領導。因此如果今天弘法、聞法有任何功德，我們都迴向給兩位師父，祝願她們嵩壽連綿，為正法而久住世間！



本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 以義饒益，長夜安樂－第二期《阿含經》研習營聞法札記

doi:10.29665/HS.201202.0002

弘誓雙月刊, (115), 2012

作者/Author：昭慧法師

頁數/Page：23-44

出版日期/Publication Date：2012/02

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.29665/HS.201202.0002>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



以義饒益，長夜安樂 ——第二期《阿含經》研習營聞法札記

■ 昭慧法師主講・耀行、淨慧記錄

2010年7月17日至24日連續八天，佛教弘誓學院舉辦第二期《阿含經》研習營，由昭慧法師主講，共有86位學員參加。學員中有三位來自中國大陸，兩位來自香港。遠道聞法，殊為難得！

開場白談聞法的正確心態

16日晚間6:30，在無諍講堂舉行研習營開訓式，院長性廣法師讚嘆昭慧法師在繁忙的大學教務中，還挪出時間為大家講授《阿含經》，希望大家珍惜每一次的聞法因緣，用清淨心以法相會，多思維法義，莫閒聊戲論。學習昭慧法師擇法的要領與層層綿密的邏輯辨析，因為這是法師上課的精彩之處。

性廣法師並慈悲叮嚀大家，雖然已分配各組於每日下午的讀經進度，但要「輕鬆讀經」，不要「緊張研經」，以免失去了讀經的樂趣。

隨後，昭慧法師致詞說明此次研習課程的內容及形式，並表示：

第二期《阿含經》研習營，由昭慧法師主講，共有86位學員參加。（99.7.17 檔案照片）

學院一向認為「佛法是無價的」，因此從不對任何參加課程的學員收費，但是這樣也產生了一種危機：聞法者將聞法視作稀鬆平常事，反而容易不知珍惜，太過等閒視之！他們沒有想到，學院排課、老師上課、住眾與信眾護持，這些都是無價的心血。我們說「佛法無價」，結果反倒變成「廉價」。我自身在大學忙於行政，短期內已很難再開設這樣的研修課程。

有去年參加阿含研習營的學員反應，因為去年下午分配讀經、研討，對這種形式有所畏懼而不敢來。如果你的聞法，永遠是等著別人講給你聽，那你就不要來罷！如果你聽《阿含經》聽到現在，對於討論經典，竟還有那麼大的恐懼感，那就表示你依然停留在原來「輕輕鬆鬆上課」的思考慣性。但這樣對你們好嗎？永遠順著自己的毛摸，這並不叫作修道。所有的聞法，都要扣回到自身，來檢驗自己的心念與行為。如果想要輕鬆聽聽就好，那是不長進的。本套課程，設計下午讓大家作小組的讀經與討論，晚上禪坐，那是因為從聞思修的效益而言，光聽經還不夠，一定要加上研讀、討論，以及實修禪觀，這樣才能知道自己的程度在哪裏，給自己一個自我觀照及相互學習的機會。

有小組長希望事先拿到上課講義，好能在研習營開始前先作研讀。不是我

不想給，而是不希望各位打亂了作息次序。該有什麼作息，就應該順應當前的作息安排。研習營還沒開始，各位不應該放下手邊的工作，先做這些功課。二來小心不要生起「爭競心」，為了「不要輸在起跑點上」，所以「我要偷跑」，這種心態是有問題的。小組長不要給自己這麼大的壓力，雖然不懂的經文，確實是要弄懂，但可不是弄到不睡午覺，也無心工作，整晚熬夜趕工，任何時候都想找機會到圖書館查資料，這會讓心念浮動，沒辦法安住在每一個當下去做該做的事。爭競心、較量心不正是我們讀《阿含》所要革除的習性嗎？即使別組得到了獎項，不也正可讓我們做做「隨喜功德」這門功課嗎？拔得頭籌的順境固然可以修行，名落孫山的逆境也未嘗不可以當作觀照的資糧啊！

最後，勉勵大家珍惜這次的福緣，以清淨心共同讀經，讓所說、所想都清淨良善，與法相應，法喜自在，福慧盈滿！

溫故知新談蘊相應教

99.7.17

早上5點，在莊嚴悠揚的晨鐘聲中，開始了一天的課程。早課諷頌《成佛之道》，受八關齋戒。隨即早齋、出坡。8點半，昭慧法師於無諍講堂主講《阿含經》。

第一期研習營的授課內容，除了「蘊相應教」之外，爲了增強上課的趣

味性，法師都會以《雜阿含經》的一則經文故事啓始。這些故事大都是世尊與在家弟子以及社會人士的互動情節。

而此次講「處相應教」，每天的第一節課，依然是以一個故事啓始，但改爲引《中阿含經》的其中一則經文故事。在這些故事中，佛陀的互動對象主要是出家僧侶。由於很多學員去年未曾上過《阿含經》，所以昭慧法師以《雜阿含經》卷八第200經啓始，這部經敘述世尊囑咐羅睺羅爲人解說五蘊、六入、因緣，羅睺羅竟因這樣的次第說法而達致解脫，以此故事讓學員感受到說法的重要性——不但讓聞法者受益，也有助於說法者的證悟。

於是法師依「五蘊、六入、因緣」這《雜阿含經》的三大編目次第，善巧帶領著學生先行複習第一大項——「蘊相應教」的重點。

法師首先用幾部代表性經典，來幫助學員複習「蘊相應教」。以下就是上課複習的內容摘要：

《雜阿含經》卷二，第53經明確說到：世尊爲世人說法，是初（動機）、中（內容）、後（效果）善，而且是純一滿淨、梵行清白的。

卷十，第269經提出，世尊演說「蘊相應教」的目的，是爲了令弟子放下對色、受、想、行、識的錯覺與繫縛。就觀照的順序而言，是先觀色法再觀心法；觀照的範圍則是過去、現在、



昭慧法師精彩演說阿含法要，與會學員得法饒益。
（99.7.17 檔案照片）

未來（時間）；內、外（自他）；粗、細（質地）、好、醜（內涵）；遠、近（空間）。爲什麼要先觀自身五蘊的無常呢？因爲個己的身心是衆生執著的重點，所以修行的下手處就應該在這裏。初學者起步訓練從現在的五蘊起觀，從色至心，由內而外、由粗而細、由近而遠，逐漸擴大觀照的範圍，並深化觀照的內容。

第265經以偈頌來總結五蘊的正觀：「觀色如聚沫，受如水上泡、想如春時焰、諸行如芭蕉、諸識法如幻。」由此徹底知道五蘊是無常，乃至非我、不異我、不相在的。聖弟子於此觀照成就，方能依序生厭（見道）、離欲（修道）而證滅（證道）。

觀五蘊能得到什麼效果呢？卷五，第103經描敘了差摩比丘惡疾纏身的時候，通過觀照五蘊及現身說法，竟可當下不起諸漏、心得解脫，更因爲法喜猛利的緣故，竟然連重病都豁然而癒。

卷十，第262經，也是印順導師時

常引用的經文。世尊涅槃未久，長老闍陀尚未得證聖果，於法猶有疑惑，雖然他知道五蘊無常，但是不喜歡聽到「一切法空寂，不可得」，由此達到「愛盡、離欲、涅槃」。因為他認為，如果一切法空寂而不可得，這中間如何有我？如果沒有我，誰在言「我見法、我證道」？誰在得證涅槃？

其餘比丘無法說服闍陀，闍陀因此遠行至阿難住處，希望阿難能解答他的疑惑。阿難首先讚歎闍陀，不以長老身分而自矜持，坦然將自己的困惑說出，虔心問法，這是「破虛偽刺」。

為何阿難要作此讚歎？法師解釋道：虛矯的身段不能放下，這將宛如「針刺」一般，讓心不得安穩。反之，以質直心面對自己的侷限，反而易於悟道。闍陀受此鼓勵，頓覺欣喜，這就如同白淨布料容易染色，已經形成一種易於承受法益的良好身心狀態。

接著法師解釋道：闍陀的問題在於：1、在見地上還沒有正觀緣起，所以視無我為「虛無」，落入了斷滅見；2、認為一定得有個獨立自存的我，方能構成生命的流轉與還滅，這就又落入了常見；斷、常二見是理智的錯亂，恐懼無我則是情感的顛倒。所以阿難對症下藥，直下告知：「如來離於二邊，說於中道，所謂此有故彼有，……此無故彼無……。」在阿難的啟發下，闍陀終於離常、斷二邊之見，自記其「不復見

我，唯見正法」，在那當下，他獲證了初果（遠塵離垢，得法眼淨）。

清楚地瞭解到身心結構的無常、無我，對自他的五蘊就不會貪染、黏著，這就是「蘊相應教」的重點。

「蘊相應教」複習完畢，接著法師才提出「處相應教」的教學重點。「處相應教」的修學，由淺到深，分別是：1、守護根門；2、依六處觸對境界時，要善見、善觀其中「無常、無我」的法則；3、利根衆生在根、境、識和合的當下，就可觀空而見法。

總之，「處相應教」的教學重點是：感官緣對境界時，應該把握當下而修行。修行不是只停留在水邊林下，眼觀鼻、鼻觀心，必須善用六根、善護六根。善護六根可以杜絕惡劣境相的撓害，善用六根可以覺知美好事物以滋潤身心，這還是就自利而言。若就利他來說，六根張開，可以感知其它生命的憂喜苦樂，這即是所謂的「自通之法」，由此可產生護生的動機與善行。所以「處相應教」教吾人理解六處的特質，透過六處作為生命緣對境界的窗口、介面，在依六處來緣對境界的同時，要以敏銳的覺知與判斷力來取其利而避其害，這是日常修行的重要功課。

接下來依淺層功課的「守護根門」，法師開始帶領大家讀經。

卷十，第271經：低舍比丘在齋堂中，對衆多比丘說他「不分別於法，不

樂修梵行，多樂睡眠，疑惑於法」。世尊聞言之後，呵斥他為「愚癡人」，說他就是因為「不守根門」，導致「飲食不知節量，初夜、後夜心不覺悟，懈怠懶惰，不勤精進，不善觀察思維善法。」法師以「守門」概念來作譬喻：一個人不守護根門，就像大樓警衛失職怠惰，門口進了小偷猶不知情，貽害住戶實深。由此可知守護根門的重要性。

矯治心性 is 修行的關鍵

99.7.18

進入《阿含經》研習營第二天，昭慧法師先帶著大家研讀《中阿含經》卷五，第22經。

法師依經中舍利弗說法時，面對烏陀夷刁難的故事，分析箇中情節與內涵法義。更重要的是，引導學員理解佛陀善巧地調人心性的教學風格。在本經中，世尊的教學重點，不是滅受想定之類高妙的境界，不是「阿那含能否出入想受滅定」之類佛學知識，而是矯治弟子的心性。

舍利弗說法時，烏陀夷幾度刁難且堅持己見。眼見其餘比丘靜觀兩造爭論而不作聲，舍利弗陷入「上駟對下駟」、「秀才遇到兵」的尷尬境地，於是只好默然。世尊首先責罵烏陀夷，讓他默然失辯。從佛陀的責備內容來看，烏陀夷最嚴重的錯誤，還不在於講錯答案，而是愚癡無智，竟還沒有自知之

明，用勝負心與聖者較勁。

佛陀其次訶責在場的比丘，特別是「多聞第一」而有擇法能力、知所對錯的阿難，因為他對於「上尊名德長老」舍利弗，陷入「上駟對下駟」、「秀才遇到兵」的尷尬境地，竟然不聞不問，因此佛陀對這種毫無正義感的緘默，給予嚴厲指責。

《中阿含》本經讀迄，接著法師開始講授《雜阿含》「處相應教」中的第一門功課——「守護根門」的內容與效益。

《雜阿含經》卷四十三，第1165經，婆蹉國王問賓頭盧尊者，為什麼年少比丘出家未久，就能夠安樂地過著清淨的修道生活，樂靜少動，看起來容顏潔淨、膚色鮮白。他們是如何熄滅性欲本能的呢？賓頭盧尊者說，他親從佛聞，佛告比丘，可以有三個方法解決這個問題：1、年長者作母想、中者姐妹想、幼者作女兒想；2、修習不淨觀，對自己與別人的身體都毫不戀著；3、守護根門，修根律儀，才能善攝其心。

其中第三個方法最受國王的認同，法師分析道：因為「守護根門」的修持，最具代表性與普及性。接續的第1167經，談到收攝六根的重要性，第1170經，提示律儀與不律儀的問題。在第275經中，欲念強烈的難陀比丘，因為看住六根門頭，見色聞聲時，不取其色相與隨形好，生起防非止惡的律儀，

由此而成就了正念正智。

除了基礎功課的「守護根門」之外，進一步就要觀照「無常故苦，苦故無我」。法師特別提醒大家：同樣是觀「無常故苦、苦故無我」，觀五蘊與觀六處的差異何在？那就是六處觀在根、境、識和合的當下，就能觀三法和合的無常恆性、無獨立性，五蘊觀則將重點放在色聚與心念，體會其不由自主地迅速變化，無常故苦、苦故無我。因此雖然同樣達成「無常、無我」的體悟，卻各有其修學要領。

若不能於六處觸境的當下，作無常、無我的觀照，那麼六根緣境時，根、境、識三和合而生觸，觸對當下產生受，於是愛、取、有、生、老死的過程拉長，那就生死流轉而無有窮已了。

這些廣說深法的部分，都不是直下讀經就可參悟的內容，因此學員甚感法喜。

不放逸住以修七覺支

99.7.19

第三天講座一開始，法師講解《中阿含經》卷五，第23經，這是黑齒比丘與舍利弗之間的一番問答。黑齒比丘問舍利弗對牟利比丘還俗有何看法，舍利弗問：「牟利比丘對佛法有愛樂嗎？」黑齒反問舍利弗：「你對佛法有愛樂嗎？」舍利弗回答：「我於佛法無所疑惑。」舍利弗的回答，是如實陳述。因



阿含研習營期間之每晚，由性廣法師指導學員禪修。（99.7.17 檔案照片）

為「愛樂」代表的是一種情感的取向，而「無所疑惑」卻是在作智境的自我陳述，是於法有所印證而自然流露的自信，「無惑」比「愛樂」更為精準地陳述他此時的心境。黑齒比丘復問舍利弗：「你對未來事也沒有疑惑嗎？」舍利弗回答：「沒有猶豫。」

黑齒比丘自認為逮到了舍利弗「說過人法」的過失。原來在僧團中，就算已經證果，也不宜隨意向他人宣說，因為證悟本身只是個人的事情，沒有必要四處張揚。於是黑齒比丘前往佛陀跟前告狀，說舍利弗自稱自己已經證果。世尊於是招呼舍利弗現前以查證此事。世尊沒有問舍利弗，到底有沒有說自己證果？而是問他，當初是怎樣回答黑齒的？舍利弗說：「不以此文，不以此句，我但說義。」法師於此解釋云：他當初回答黑齒的文句內容，不是自己的冥契經驗（證境），而是對佛法的義理無所疑惑的正見。於是舍利弗順逆演說十二因緣，得到了世尊的佳許。

法師提示道：這部經簡別了「說自己對法義無所疑惑」與「炫耀自己得過人法」的差別。本經還說明十二因緣觀照的重點是「受」，而受依於觸，觸依於根境識三和合，其中六根是有情最爲在意的內容，所以要覺知「受」是無常之法，就要從六根下手，於「處相應教」多作修習。這也與四念處下手即先觀內身的道理相同，要觀照自己最執著的事物之無常、無我，而不是泛觀外境的無常、無我。春去秋來，花開花落，這也是無常法則的映現，但它不會引起內心的繫著，因此即使觀知它們確實無常、無我，也還是不足以斷除生命根深蒂固的愛、取、無明。

法師接著講述《雜阿含經》第211經，佛告諸比丘，佛昔未成正覺時禪觀思維，觀察自己的心多逐過去的五欲功德，少逐現在，更少逐未來。法師分析道：其原因在於，現在難以把握，未來更不可知，而過去的五欲功德，卻是我们已經覺知到的經驗，所以食髓知味，心樂追逐。而這正是凡夫真實的心路歷程。世尊因此覺悟，精進自護六根，不被憶念過去的想蘊干擾，直接承當，減六入處，得淨諸漏。

第212經的重點則是，世尊因材施教，說不放逸行。不放逸者，依六根，緣六塵，生起六識的當下，立即以六識辨認是可愛境還是不可愛境，然後用精進力，不喜、不讚嘆、不染、不繫著於

可愛境。因爲如此以正念擇法，專勤精進，所以獲致法喜而身心止息，得到輕安。又由於心安樂住，常定一心，故得第一三昧正受。法師提示：這正是七覺支的部分次第：念、擇法、精進、喜、輕安、定覺支等。

在第213經部分，法師提醒道：佛陀說法皆依世間經驗而說，不離六根、六境，否則只會增其疑惑，因為「非其境界故」。因此，唯神、真心、靈魂之論，都「非其境界」，徒生諍論。

在第214經中，法師進一步說明，根境識和合而生「觸」，觸生「受」，受生「思」、思生「想」，通常序列心所，都是說「觸、受、想、思」，何以該經卻依「觸、受、思、想」之順序而說？其中有什麼樣的區別？原來，受生「思」、思生「想」，這是符合衆生心念生起歷程的。

「思」是意志，「想」是構思，我們的意志往往被感情所支配，所以大多時候是在「受」的當下，就立即發動意志作了回應，這就是本能反應，下意識的動作，是非常快速的心念閃動。例如：皮膚一陣刺痛，立即本能地拍下去，接下來才有餘裕，檢視究竟發生了什麼事。同理，如果我們常常能「由受而想，由想而思」，就能時刻作出反省。因爲反省無非就是回過頭來想一想，想清楚到底怎麼回事，想清楚當時的即刻反應是對？是錯？

第218經提醒我們，不看不聽，可不是修行的正途。六根不是不要接觸境界，而是要在觸對的當下，如實覺知整體接觸過程的無常生滅、無可主宰。

第226經，世尊說要斷一切計，因為計是病、是癱、是刺。法師提示：所以學法不保證沒有逆境，能保障的是，無論遇到順、逆境，因其不計（執著）的緣故，都可無入而不自得。遇順境不生迷醉、耽著，遇逆境不起恐怖、瞋惱，這樣就拔掉了三毒的病、癱、棘刺。

根境轉換中無我、我所

99.7.20

法師以《中阿含經》卷五，第24經的故事，作為本日授課的「開場白」。這部經描寫舍利弗夏安居結束後，向世尊告假，要去人間遊行，度化眾生。去後未久，有一比丘向世尊投訴，說舍利子對他表達輕慢後就揚長而去。

法師提示我們：以舍利弗這樣謙和而有修為的人，怎麼可能莫名其妙地輕慢他人呢？要注意的是世尊的態度。他當然不會相信這樣的讒言，但在做法上卻充分照顧到程序正義。他立刻叫人追回舍利弗，然後問他：「你真的有這樣做嗎？」隨後舍利弗用一系列的譬喻說明，一個對自身行為保持正念的人，不可能冒犯他人而不道歉，就自顧自的去人間遊行。舍利弗這一番平和中透出力

道的自我陳述，讓該比丘悔過發露，承認自己以虛言汙謗清淨梵行的舍利弗比丘。

法師指出，該經與前兩天研讀的，舍利弗面對諍謗的兩則經典，共同透露出兩項重要訊息：一、作為佛陀的上首弟子，舍利弗雖獲得絕大部分比丘的尊敬，卻依然會因其在僧團中的特殊份量，而受到部分同儕的妒恨毀謗。二、佛陀處理僧事，並不依憑個人權威，而是依循七滅諍法的程序，以當事人現前（現前毗尼），自說事情原委再行處置（自言治）的方式，來如法滅諍。

接著法師提示《雜阿含經》「處相應教」的重點：

一、第234經，世尊告諸比丘，六入處就是世間邊，多聞聖弟子能在六入處，體會到它的生、滅法則，以及生滅不已所帶來的「味、患、離」，就是到達世間邊，能知世間，並為世間所重。

二、值得注意的是，在處相應教中，佛陀時時採用非常豐富的譬喻，來陳述如何守護六根，第235經就是這樣的例子，它提醒我們：生活的每一個瞬間就是修行。

三、如何做到所謂「生活即是修行」？第236經提到了於行、住、坐、臥、乞食過程中修學的「上座禪」。佛問舍利弗當時入何等禪住？舍利弗說他入「空三昧」禪住。值得注意的是，舍利弗此時入的並不是四禪八定，而是三

昧。三昧是「心一境性」，通於定心與散位。舍利弗專注於每個行動之當下，能觀見它是根境識三和合，是為「空三昧」。「蘊相應教」中也說到「空三昧」，但蘊相應教中，第80經的「空三昧」，主要是觀五蘊的無常、敗壞、不安之相，而其「觀色相斷。聲、香、味、觸、法相斷」的「無相三昧」，反倒才是「處相應教」中「上座禪」的要領。

四、為何「生活即是修行」？第245經給我們的啓示是：無論可愛、不可愛的境界，都是修行的資糧，就看你是否能善用處相應教的修行功夫來面對它。

五、以上經文，重在談「根」與「境」，但是依根緣境的「識」又是怎麼回事？第248經，尊者阿難與純陀共聚論法，他們討論的問題就聚焦於「識」。世尊說四大及所造色非我，但為什麼「識」也非我呢？在阿難的循循善導下，純陀於是默觀識的來處，發現原來識就是對根與境的分別作用。既然根在不斷轉動，境也不斷轉換，所以識自然也是無常恆性、無獨立性的。此中但見識法的無常變遷，不見於我，因此不可將意識流錯覺為「我」。

束縛我們的是欲貪

99.7.21

本日，法師以《中阿含經》卷十，

第56經的故事開場。彌醯為世尊的侍者，托鉢途中見有美妙的環境宜於修行，就向世尊告假，欲往彼處專精辦道。世尊提醒彌醯：「知不知道佛陀目前只有一人在此，你是否可以稍停留一些時日，等到有其他比丘來了再去。」

可是彌醯仍然表示現在就要行動。不顧世尊的再三挽留，甚至擺明了他不是世尊，世尊已經證道，所以不須再學，可是他還是凡夫，當然要以修學為重。於是斷然離去。

彌醯去到彼處，便生三惡不善之念，無助之中還是想到世尊，於是回到世尊跟前求助。世尊不念彌醯之過，依然慈悲地告訴他：習五法可令心解脫。

法師提示：彌醯的事蹟，浮現某些修道者的鮮活形象。為了自己的需要，可以棄師恩、親情而不顧，頭腦裏充滿了「我要、我要」，與俗人無異；修道只不過是將「要」的內容改變而已。因為要修道，所以其他可以不聞不問，周遭的同道、護法好像欠了他似的，有義務供養資具以成就他的需要，卻從不想照顧他人的感覺和需要。

不能護念眾生已是冷漠無情，彌醯甚至連承侍佛陀都沒有殷重心，自私習氣是非常頑強的。須知慈悲心與感恩心，是生命強大的自我護衛，少了慈悲心與感恩心，等到安靜獨處時，惡念當然容易滋生。彌醯一心逃避照顧佛陀的責任，以為這樣才能專心修行，豈知身

邊少了善知識的隨機教誨，頑強的習氣是不容易得到矯治的。由本經故事亦可理解，何以佛陀會說：「滿梵行者，所謂善知識」——有善知識的提攜教誨，就可圓滿梵行。

接著進入《雜阿含經》的進度：《雜阿含經》第250經，辯才第一的摩訶拘鄰羅往舍利弗處論法，問舍利弗：到底是眼繫色還是色繫眼？舍利弗回答：「非眼繫色，非色繫眼，中間欲貪，是其繫也。」既不是感官綁住了境界，也不是境界綁住了感官，是因為中間有欲貪，牢牢地綁住了感官與境界。如同黑、白二牛共負一軛，不是黑牛繫白牛，也不是白牛繫黑牛，綁住它們的是中間的軛。舍利弗以喻合法，令拘鄰羅明白了其中的關鍵。

法師提示道：如果真的是感官與境界互相綁住，佛陀就不會教人建立修行而斷盡眾苦。因為感官與境界是客觀存在的事物，存在就可能會遇，假設會遇而就必然繫縛，修行將徒勞無功，解脫也不可能成就。因此，聖者與凡夫的區別，不在於感官對境界不看不聽，而在於雖依感官而見聞覺知於其境界，卻能不起欲貪。

法師要學眾常常憶念本經的法義在「心」。因為我們在待人接物的過程中，是依六根在面對六境，慣性反應通常是：「因為對方如此，所以我亦如此。」例如：「對方邪惡，因為對方的

邪惡觸惱了我，所以我很生氣。」這瞋惱，其實還是欲貪繫縛的心理機轉——既然貪染順境，當然厭惡逆境。猶有甚者，有些修行人很容易看見他人的不好，別人還未必觸惱到他，內心已因看對方不順眼，而生起極大的瞋惱。這依然是一種欲貪——對順境的掌控欲很強，希望對方如其所願而呈現。

反之，戀著某個對象也是如此，不要說：「是她的美色勾引了我。」那還是落入「黑牛繫白牛」的思維模式。其實是因為眼根緣對美人境相時，用欲貪將眼根與對方的容貌繫縛在一起了。所以我們要常常在起心動念上生起警惕心，不要動不動就將過錯歸因到某個境相。



下午兩節課，學員分組研讀阿含經。（99.7.17 檔案照片）

但法師還是審慎地提醒我們：這樣的觀照，並不意味著，在與人事物相處時，可以沒有倫理判斷與正義感。其實，面對對方的邪惡境相，而能克服「自我保護」的鴛鴦心態，敢於制止對方為惡，那依然是「超越欲貪」的一種心性鍛鍊。

第252經，優波先那被毒蛇所傷，在生死的關鍵時刻沒有哀愁、恐懼，雖然知道身體即將敗壞，但因為遠離了我、我所，所以面色如常，而且首先想到的，竟然不是自己行將死亡的危急處境，而是環境衛生與他人善後的方便。他要求在一旁禪坐的舍利弗，將他扶出洞窟，以免朽壞的身體染汙了洞窟地板，讓人很難收拾善後。舍利弗讚嘆優波先那「善修八聖道，如出火燒宅，臨死無憂悔。」爾後往詣佛所，稟告世尊，世尊告訴舍利弗，優波先那當時如果誦慈心偈，就不會被毒蛇咬到。因此佛陀將偈傳授舍利弗。

法師提示：世人遇毒物往往必欲除之而後快，但聖者反倒是以「內去三毒」為重點。散發慈心，自不容易招感外毒。因此慈心是面對險惡世間，最好的生命護慰。至於毒蛇會咬到優波先那，並非優波先那猶有三毒未除，而是毒蛇的瞋習猛劇，驟落時的驚懼充斥其心，因此無從感受對方的善意或惡意，第一念就是先下手為強，咬了下去。佛說誦習慈心偈可以防治毒蛇，與其說是偈頌具有某種神秘力量，不如說是慈心生起的充沛力量使然。原來此一偈頌的內容都與慈悲有關。在讀誦此偈的當下，慈悲心自然會順著詩句的導引而萌生，這時當已遠離了內三毒，與毒不相應，因此不易招感外毒。

法師一併說明：佛陀一向反對咒

術，但本經卻是原始佛教經典中，唯一出現的咒語。想來唸咒防蛇竟可生效，原理應該也與慈心偈相同。

斷諍事要依七滅諍法

99.7.22

本日，法師改以《雜阿含經》佛與出家弟子互動的一則經文來作開場白：

卷三十八，第1075經，陀婆摩羅子執掌眾僧飲食、床座的分配，有慈地比丘不滿隨次差請的飲食，認為陀婆摩羅子數次故意以粗食分給自己，內心生起極大的瞋惱，想要報復他，於是指使自己的妹妹蜜多羅比丘尼到世尊處，狀告陀婆摩羅子，說他與蜜多羅比丘尼犯不淨行。雖然蜜多羅比丘尼心不樂意，但礙於哥哥「若不從則斷絕親情」的威脅，只好應諾。爾後兄妹二人次第到世尊處，舉發陀婆摩羅子與蜜多羅比丘尼犯了淫行。

在解讀的過程中，法師詳細分析世尊處理諍事的流程，並生動而詳細地演繹了操作滅諍法的具體方式和技巧：

世尊依七滅諍法的程序，先問陀婆摩羅子：「你有聽到嗎？你現在要怎麼做？」陀婆摩羅子回答說：「世尊你是知道的。」世尊有三明六通，當然可以透過神通力來知道事實真相，但這樣的處理方式是不符合滅諍程序的。任何一位主席在斷諍事時，雙方都要在場（現前毘尼）而各自表述（自言治），其中

一方不能單方面說：「主席你是知道我的。」即使主席真的知道，但也不能違背公平原則，在雙方不「自言」（自我表述）的情況下，做諍事的處斷。故而世尊令其憶念，看記憶中有沒有這件事（憶念毘尼）。陀婆摩羅子於是在憶念後篤定地說「沒有此事」。

然而慈地比丘兄妹卻言之鑿鑿，這件諍事到底要如何處置呢？爲了訓練其他比丘斷諍事的能力，世尊將後續「覓罪相」的手續交給僧團處理，並且慈悲地將這些滅諍要領指示比丘：對陀婆摩羅子比丘要行「憶念毗尼」（讓他憶念是否真有犯行），對蜜多羅比丘尼要依「自言治」（讓她自己講出真相），對慈地比丘要妥善的勸諫、訶責並且詢問他：有什麼因緣？在什麼地點？見到二人行非梵行（覓罪相）。在嚴密的滅諍程序進行之下，慈地比丘終於如實地供出了事實的真相。顯然地，他將要爲「無根波羅夷謗」清淨比丘的一系列罪行，付出應有的代價。

藉此故事，法師再三強調：處斷僧事的主席（即羯磨主），必須具備不「愛、恚、怖、癡」的德行，不可對當事者有所偏愛（不愛），不可對看不順眼的人或曾受惡待的人，挾帶瞋惱或怨恨（不恚）來進行斷事，不可害怕對方會因自己的處斷而挾怨報復、也不可因懼犯眾怒而不敢主持正義（不怖），不會因愚癡而不明事理（不癡）。而且要

「知法、非法，知律、非律」，亦即對於法與律的精神非常嫻熟，內容非常清楚。如此嚴謹斷事，才能令大眾信服，從經中也可以看到，佛陀自己就是這樣的表率，他從不依自己在弟子心目中的無上權威，而對案例作出自由心證，甚至也不以神通能力來宣告事實真相，而是身先表率，用七滅諍法的程序正義來決斷諍事，因為只有這樣，不訴諸個人權威，不訴諸神秘經驗，才是一般比丘都可採用的正常道。

作完每日一經的事例分析後，開始進入本日「處相應教」的宣講。從《雜阿含經》卷九，第255經、253經中可以看到，魯薩遮婆羅門以及婆羅門尼，他們雖是婆羅門，卻都在長期供養、照顧一些比丘，從當今跨宗教的角度來看，爲什麼他們可以這樣做？原來，在當時固然有些心胸狹隘的婆羅門，難免對佛陀與比丘有所敵視，但大體而言，佛教出現在印度，不太被視作與其他宗教對立、較勁的宗教。印度社會只是將它看作聖者應世，帶領修道者邁向解脫之途，而這些修道者在世間逐漸受到尊敬，所以這些婆羅門，不見得會用「宗教對立」的概念來看待佛陀與比丘們。

卷四十三，第1168經，佛陀用力士捶打麥粒而成粉末的比喻，形容六根在接觸境界時，就如同六個力士不斷捶打麥粒一般。因爲六根在面對境界時，會很本能地認定哪些是我與我所，這就宛

如將麥粒捶打粉碎一般，在主觀偏執下，讓境界面目全非。一旦經過「是我」或「是我所」的判斷，這就稱為「動搖」，即是我、我所見「捶打」的後果。這種動搖表現為：希望自己永續存在，乃至於對色、無色界、想與無想、非想非無想之我與我所的渴盼。所以，凡把六根門頭綜合呈現的生命現象當著是我，把依於六根所緣的某些事物視作我所，就會形成宛若「力士捶打麥粒」的現象，這種動搖，如同病、癱、刺、殺。因此能正觀察動搖故苦（無常故），就能得不動搖心住（無我、我所），繫念在知其生時生、滅時滅的正知中。

第1172經，是有名的毒蛇喻經，竹箱有四毒蛇，譬喻我們的色身，以粗鄙的四大組合而成，又用穢惡的食物來長養它，意味著四大是無常變幻的。後面的五怨賊，就像五取蘊一般，六根門頭對它的愛，就是內六賊，空村如同六根齊張而不設防，它是容易腐朽、不實的。空村外的群賊，譬喻為外六入處，即六根所見的可意或不可意色。而欲望就像大流水般奔騰而去，要渡過這些愛欲之河，必須使用八正道為船筏，用精進力渡過欲河，就可抵達彼岸而享受林泉安穩之樂。

法師提示：印順導師的《成佛之道》偈頌：「丘井空聚落，朽故寂無人，彼岸林泉樂，禮法離欲尊」，這則

譬喻的出處，應即是源自本經。

收攝根門是生活中的日課

99.7.23

本日，法師提示《雜阿含經》的經文重點：

一、《雜阿含經》卷四十三，第1176經，世尊人間遊行至故國迦毗羅衛，於新講堂為諸釋氏演說法要。初夜過後，仍令大目犍連為比丘講解有漏、無漏法經。可以看到，比丘們在佛陀座下，過著非常單純而精勤的生活，因為法喜猛利的緣故，所以即便是中夜（晚間十時至午夜兩點）這段時間才得休息，也顯得精神飽滿。

二、第1177經使用眾多譬喻，生動地說明，何為離苦得樂？何為自利利他？值得注意的是，在該經中已經出現「菩薩摩訶薩」的字眼，自己得到安樂境界後，還要極力的幫助他人。如果撇開部派思想的影響不談，本經或可見證，利他根性的菩薩行人，在佛陀時代就已出現。

三、卷十一，第273經，有一位比丘獨自思維：我的本質是什麼？我的功用是什麼？我的成分是什麼？我所依的環境是什麼？於是請教世尊，世尊告知，你所思維的一系列「我」，簡單而言就是二法，即根門與境界。如果有人要捨此二法，另立他法，那只是「但有言說」而已，無法真實闡明其本質，徒

增問者的疑惑，因為那不是他體驗的境界，只是想像的戲論而已。

四、第276經，世尊慈悲地為五百比丘尼說法，而後告諸比丘，自己年已老邁，不堪為比丘尼說法，諸比丘僧應當繼續承擔起教授比丘尼的責任。

於此法師特別強調：依「八敬法」，比丘尼夏安居必須依比丘住，而且必須半月接受比丘教誡。佛門男性沙文主義者聲稱：大愛道等是依「八敬法」得戒，尼眾也應依八敬法，才能成為比丘尼，但該經卻明白顯示：「八敬法」決非佛陀在大愛道未出家前，就已制訂出來的。例如：要求比丘分擔佛陀的教學重擔，來教授比丘尼，這已是在佛陀年老的時候，而那時比丘尼僧團早已成立。

法師以前就已逐條分析，為比丘尼量身打造的「八敬法」，每一條都充滿了矛盾與錯誤，如今講解該經時，還再一次提醒我們：該經又添加了一項「八敬法非佛說」的經證。

五、第280經，世尊告婆羅門長者，如果有人問：什麼樣的宗教人士應該恭敬、尊重、供養？如果這些人在六根面對六境時，不能離於欲貪渴求，內心就不寂靜，所行就會非法，這樣的人就不必恭敬、尊重、供養，因為他們的作為與未曾修行的凡夫一樣，毫無差別。反之，那些收攝根門、好樂獨住、近樂獨人、同禪思者，則值得尊重、供

養。世尊其心平等，對於世人須不須要供養宗教人士，其標準是一致的。他並沒有指示：只有佛門修道人應予供養。

法師特別提示：「近樂獨人」中的「樂獨人」，是指人格獨立，好樂獨處的人。親近這種人的好處是，彼此之間不會相互黏著。這樣才能陶養成平穩的修道根性。修道並非從居住的地點來衡量，所以，不必然是住在深山才值得尊重，修道人有的可能「大隱於市」，並非住在寂靜處，才有「樂獨人」這樣的人格特質。再者，如果只是住寂靜處，因為看不到好色、聽不到好聲的緣故才樂獨寂靜，這樣未免太經不起考驗了，並不符合「處相應教」的修學要領。

那麼，「收攝根門」是否艱難到必須是證得聖果的人才能做到呢？第281經就給了我們具體的回答。外道縈髮目犍連到迦蘭陀竹園見世尊，世尊問他從何處來，縈髮目犍連說：他剛從各種沙門、婆羅門、行腳僧聚會的講堂聞法而來。世尊再問：「你因為什麼樣的福德利益，要去那裏聽法？」縈髮目犍連說：「我為了聽他們競相辯駁。」

佛告目犍連：「他們彼此相互破壞，你在其中莫衷一是，難以建立信心，這又怎麼會是福利呢？」縈髮目犍連於是反問世尊：「你又是怎樣為他人說法，令他們得到福利呢？修行的具體方法是什麼呢？」

世尊於是從修習「七覺分」開始，

為目犍連開示修行的次第。首先由「四念處」依其「念」修「念覺分」滿足，有了正念就能「擇法」，擇法清楚而得法之饒益，「精進」心就會生起，由此而生大法「喜」，心喜則「身輕安」，身輕安即入於「三昧」（心一境性的「定覺支」），在三昧中更明晰地照見「無常、無我」，而得不愛不憎而平等持心的「捨覺分」。

而「四念處」又要依憑「三妙行」的修習才能獲得，亦即是要修戒法。再者「三妙行」要如何修習，才能達到舉



下午研討結束後，學員們輕鬆地在草皮上做操、活動筋骨。（99.7.17 檔案照片）

手投足、言說、心念都非常善妙的程度呢？佛告目犍連，關鍵就在六入處，要收攝根門，防非止惡。可見六入處是修行的基礎。

這番教誨，事實上也點出了：針對莫衷一是的論議，除非你修到具足擇法的能力，否則聽他們「競相辯駁」，那只是滿足了好奇感，卻無法得到法之饒益。縈髮目犍連聆聽了這番教法，當下就於正法中遠塵離垢，得法眼淨。這時

他已具足了簡擇異說的正見，不會再停留在聞其「競相辯駁」的層次了，因此信心篤定，而於正法律中出家修道。

在第282經中，世尊開示賢聖的修根法。世尊問來訪的青年鬱多羅：「你的老師是如何教導你修習諸根的？」鬱多羅說：「我的老師告訴我，要眼不觀色，耳不聽聲。」世尊說：「如果是這樣的話，盲者也在修習諸根，因為他也眼不見色。」在場的阿難也說：「依你老師所言，聾者耳不聞聲，豈不亦在修習諸根！」於是世尊告訴阿難：鬱多羅老師所教導的方式，不同於賢聖法律的無上修根。

阿難請世尊為諸比丘開示賢聖的修根法，於是世尊開示：

1、對於可意色要修厭離，對於不可意色要修不厭離。

法師於此提醒，值得注意的是：不要對於不可意色避之唯恐不及。因為在生活中，不可意色往往出現在貧窮、苦難、卑微的眾生身上，如果見到髒亂、聞到臭爛，就生起了厭離，試問這樣的人如何能幫助眾生？因此對可意觸生起欲貪、對不可意觸亟思厭棄，都立刻要以慚愧心加以對治，才不會放縱根門。這種心態，才是離於二邊而說於中道的「修根」之道。

2、在此基礎上修習捨覺分：可意、不可意俱捨，甚至厭不厭的情緒都再行超越，於此即可見其寂滅，得勝妙法。

答疑解惑

99.7.24

第二期《阿含經》研習營已於昨（23）日講畢七天課程，是日上午分組報告並頒發結業證書，以及般若獎、精進獎之獎品、獎狀。各組報告之後，昭慧法師作總回應，針對各組學員研讀《阿含經》的心得與問題，再作深細的分析。

第一組提問：六種慰勞法（六和敬）何以能使僧團和合？會不會高估了人性？如果沒有魅力型的領袖人物，會不會即便有制度，也未必能達到效果？

法師回答：這是個很好的問題。佛教講緣起，建構制度是希望透過制度來運作僧團。我們不要以為，制度可以解決人性的所有問題，否則就不需要戒定慧三學，只要訂一套規範就可以解決問題了。

有了制度，人性未必不會出現問題；但是如果沒有制度，恐怕是會更糟的。良好的制度，可以讓人在安全感下，呈現出心性的光明面，慢慢培養出光明的人生態度。不好的制度，會抓緊人性的弱點。例如：有的制度增強人與人之間的疑忌和鬥爭，好讓上位者能鞏固自身的權力，讓團體在人際關係緊繃的情況下，得到統治者掌權的最大效應。這時，可能會激發出人性的陰暗、疑忌、不安全感，讓人性更加墮落。所以，好的制度未必能百分之百解決人性

的問題，卻能從旁讓人在團體中，透過制度的保障與正向勉勵，來提昇自己的生命品質與樂群態度。

魅力型的領袖，確實可以讓團體變得非常強大。有些人喜歡玩權柄的遊戲，高高在上，分給隨從者幾顆糖果，讓人如癡如醉地盲從於他；但並非所有魅力型領袖都雅好此道。有些人不喜歡用這樣的心術，但會善用特殊的人格感召力或道行來攝受大眾。

再者，領袖人物倘若正見夠強、斷事敏銳，修行方法正確而有效，那麼他會產生聚眾的效果，這是否可歸因於「魅力」？或許可說，是這些長處，使他產生了群眾「魅力」，這時「魅力」的出現，是果而不是因。在這種情況下，真正發揮效應的，就不能直接歸因於「魅力」了。

坦白地說，一個教團的興衰，當然和領導人的德行、智慧與能力有關。即使佛陀告訴弟子，在他涅槃後，要以波羅提木叉（制度規範）為師，但是並非每個僧團都能毫無誤差地遵循波羅提木叉，大家對制度的體會和解釋也會有所落差，有時當事人會朝有利於己的方向去解釋波羅提木叉，有時也會導致制度精神的扭曲。

但一個團體倘若太過依賴魅力型人物，是會產生危機的，第一，團體中不可能源源不絕地出現魅力型人物。佛陀不會看不到這個危機，所以才不會不採用

這種方式，而強調以波羅提木叉為師，也就是以制度來規範並攝受大眾。第二，一旦要靠魅力型人物才能維繫團體時，這個團體就會在魅力型人物的主觀意志下運作，於是成員逐漸讓理性繳械，他們會認為：「跟著領袖走準沒有錯。」那時他們的判斷力就會被自我限縮了。這當中還牽涉一些很細膩的人性問題。

這次研習營中講了許多部《中阿含》裡的經典，都是以佛陀處理僧團事務的風格為主體內容。佛陀是人格典範，姑且沿用「魅力」一詞來指聚眾能力，那麼佛陀也是一位超級的魅力型人物。到現在他的影響力依然強大。但是他斷諍事時，並不輕易運用大家對他的信賴，他還都是回到戒律的基本面，照著他自己所規範的滅諍程序運作。這是佛陀所展現的典範，我們一定要謹記在心。我自己領導僧團就很清楚，利用學生對你的信任是很簡單的，但你不能這樣做，這是為圖一時的方便，將帶來一種不好的示範。

我有時出門回來後，發現有諍事需要等我處理，常向學眾開玩笑地說：「貓不在家，老鼠就作怪。」我從來不會陶陶然地說：「看看，你們太需要我了！沒有我，你們還活得下去嗎？」我從來沒有這樣的想法，反而會質疑：「如果我死了，那你們怎麼辦？你們應該自己學習滅諍，一定要學習依律處

理諍事，不能夠依賴我，等我回來才處理。」

有時同學向我投訴說：「某某不講理。」我馬上會問：「某某不講理，那其他在座的人在做什麼？你們不能等著救世主啊！今天某個人很不講理，如果在座的其他人，十目所視、十指所指，形成一種群眾的輿論壓力，哪會無法制止他的惡行？千萬不能因為『他沒惹到我』，就認為『那不干我的事』，這樣鄉愿的心念，與清淨法是不相應的。」

在這樣的訓練之下，慢慢地同學們就會養成一種願意為人仗義執言的正義感。即便說得有些偏差，也沒關係，因為律制鼓勵人如法如律而說，若言語不如法、不如律，自亦有人提出矯正，我們只要願意接受矯正就成了。不說出來，又不表示心裡沒有這些不如法、不如律的想法，隱在心裡而沒機會受到矯治，其實更是不好。

所以，制度也有矯治人性的作用，不要以為那只是一套空虛的架構。僧團依戒律的制度運行，就有助於成員建立正見、表達力、自信心、正義感，還有抗壓性。所以，制度能從旁輔助修道，有助於引出人性中良善的質素。

因為這個問題比較深刻，涉及到觀念的問題，非常重要，所以法師回答的內容相當完整。

第五組提問：在當今的社會中，應該如何興盛佛法呢？

法師回答：「做一天和尚，撞一天鐘」，佛弟子倘若守護諸根、善攝諸根，在哪個時間點，該做什麼，就做什麼，慢慢累積福德智慧資糧，讓修道生活形成一個秩序，自然會讓接近我們的人，因為得到平安喜樂而信任佛法。修道人讓惡法斷除而善法輾轉增上，世人就會因我們的表現而信賴佛法，於是佛法自能興盛。

法師提醒：相關的經文就在《中阿含》（大正二，頁726上至729中）。比丘各自表述，如何讓牛角娑羅林出現光輝？最後佛陀開示道：「比丘們著衣持鉢、入城乞食，收攝諸根，善立其念，午後結跏趺坐，乃至漏盡，如此就能讓牛角娑羅林更加光輝。」在此，佛陀提示我們，做為一個修道人，在日常生活中按正確修道節奏來運作，因圓自然果滿，這就能於世間增益佛法的光輝。

至於節奏要如何測定其「正確」呢？在原始佛教時代，就比丘的生活節奏來看，當然就是乞食時收攝諸根、端正意念，回來後禪坐、聞法、經行，減除睡眠而精進辦道，最後得到漏盡，這樣就能讓樹林裡，充滿著修道者意念清淨與聖證解脫的光輝。

第五組提問：「四禪無慧觀，並不能得離有見、無見」，是否應加上慧觀，才能令魔無隙可乘？《中阿含》第178經（大正二，頁718上至720中），「獵師經」提到，怎樣才不會被魔所繫



學員們專心聆聽法要。（99.7.17 檔案照片）

而處於魔王、魔王眷屬所不知處？方法是得四禪、四無量心、乃至四空定，最後達到漏盡。但是，如果只是得第四禪成就，為何就可以讓魔王、魔王眷屬不至？難道不是要證得四聖果，才能讓魔王及魔王眷屬無隙可乘嗎？

法師回答：這問題問得好，同學提問雖只針對四禪，但此經亦提到：四無量心與四空定。總括來說，只有最後證得慧見，諸漏盡斷，才是真正的斷漏，其他都不是。

但本經為什麼說，四禪就能讓魔王及魔眷屬無隙可乘呢？這是因為，魔王是以欲貪來繫縛我們的，而禪定的最大特徵是「離欲」，到達四空定，更是連色法的繫著都已捨去。無量心是用一種轉換的方式，例如：把個人心裡的快樂分享給無量眾生；或隨順他人的快樂而產生歡喜心，把歡喜心分享給無量眾生。大凡這些修行，都有一個特質：在禪定的當下，當然是離欲貪的，因此當然也就為魔之所不繫。這雖不是究竟離繫，但依然會出現階段性、暫時性的離

欲效果。

另外在《中阿含》第187經（大正二，頁734上），「至第四禪成就遊」，從中進一步達到「定心清淨」而得解脫。前面已說明，禪定可以達到階段性、暫時性的離欲效果，但僅有禪定還是不能得解脫的。那麼要到達怎樣的定力，才能得到解脫呢？如果依《雜阿含經》「須深經」所述，不見得要依第四禪而入解脫，重點在得「法住智」。若沒有法住智，再高的禪境也無法證悟。

但在本經，是在作證果的檢驗。一個人有沒有證果，並不是他說了就算數，你可以隨時用這些項目來檢驗他。因此在本經開端，佛陀開示：

若有比丘來向汝說『已所得智，我生已盡，梵行已立，所作已辦，不更受有，知如真』者，汝等聞之，當善然可，歡喜奉行。善然可彼，歡喜奉行已，當復如是問彼比丘……

於是本經說了一些檢驗的項目，其中之一就是「至第四禪成就」，接下來就是趨向漏盡（通至作證），乃至見到四諦，乃至不受後有。於是我們要問：「至第四禪成就」的檢驗項目是不是有問題？為什麼一定要得第四禪呢？

其實在佛教的學派裡，仍有重定學派及重慧學派的分別。重慧學派通常以《須深經》為根據，主張證悟不需要到達第四禪，但重定學派則是強調，必須要依第四禪。第四禪的定力穩定而有

力，以此來觀照名色、因緣，會更加清楚。但此經似乎是用俱解脫阿羅漢的標準來作檢驗的，所以禪定的標準就會比較嚴格。

智慧的重要性，從《中阿含》第188經（頁734中）也可體會。沙門蠻頭梵志自吹其豐富的修道經歷，佛陀問他是否真有其事，他回答道：「我對於行住坐臥等所發生的一切事情，都能夠了了明明。」

佛陀並沒有針對這個問題再做進一步的質疑，卻回過頭來反問弟子：「我所說的智慧，你們是不是受持了？」沙門蠻頭梵志自認為所作已辦，也認為他的「知」已到達了全滿的程度，沒有不知之事。但是審問他的「知」是什麼？他說，他對於眼前所發生的事情都非常清楚，這就是他所謂的「知」。

這給我們一個提醒：「活在當下」未必即是正知，並不是當下每個動作都了了分明，就叫作「正知」，如果只是這樣，沙門蠻頭不也就這樣嗎？了了分明的當下，倘若出現的是一個有害與己或有害他人的動作，難道只是知道它在發生就算數嗎？當然還要制止它。因此「活在當下」而了了分明，那只是慧觀的基礎，進一步還是要依「四正斷」，對當前情境是法或非法、義或非義，做出研判與簡擇的。

第五組提問：若被人惡口傷害，要用慈心觀祝福他，似乎有些困難。請問

該如何修持？

法師回答：這是一個很困難的心境，你如何可能在別人非常惡毒的情況下，依然生起對他的慈憫心？一憶念到他，瞋恚心與厭惡感就猛然生起了。因此不但要原諒他，還要慈悲他，這種能耐當然是需要刻意修學的。瞋恚心一生起，對對方自然就會築起一道心牆。一般人基於自衛的本能與報復的欲望，總是朝「以牙還牙、以眼還眼」的慣性思考來對待惡人。有些基督徒雖然受惡人的傷害，但對《聖經》篤信不疑，因此照著聖經中耶穌的教導，學習著原諒對方。這是一種來自信仰的力量，使他們心甘情願地作意念的轉移，轉移了瞋恨意念以後，他們竟然發現：「原來，當我原諒了別人，我真的是會變得快樂。果然聽耶穌的話是對的。」這當中心理運作的機制是，先篤信，然後隨行，之後驗證，發現果然有效，就更增強了信心。

像基督徒敬信耶穌一般，佛弟子當然也可以因敬信佛陀的緣故而謹遵佛教。敬信佛陀是一種純淨的情感，純信不疑地照著去做，就會發現到：慈悲並原諒怨敵，其實是善待了自己，你會因放下對方而產生安樂。

然而在佛典中，也有雖敬信佛陀而不能依教奉行的例子。在《四分律》「拘睺彌犍度」裡，佛陀要相互諍鬥的弟子以慈止瞋，並講了一段「長壽王本

生」的故事來勸諫弟子，豈料比丘們瞋火已起，竟請佛陀不要管這檔子事，連佛陀的諄諄教誨都聽不進去了。

原來，瞋惱是情感的呈現，慈悲也是情感的呈現。當瞋惱的情緒強烈之時，要轉換成慈悲的情感並非易事。這時理智的運作與精進力是很重要的，不能一味順著情感的驅策。能運用理智思維佛陀的教誨，明白「以慈止瞋」的效果，那也會產生精進力。試著修學四無量心，勉力將瞋心停息下來，起始修時當然覺得十分勉強，因此修學時還須有「由親而中，由中而怨」的次第。

如果初步修學時，覺得對怨敵發慈心還是十分困難，那麼建議大家修習身念處。因為慈心是觀照對方，同情他，憐憫他，祝福他。可是身念處卻是作自我的迴光返照：我生氣了，身體熱惱成這個樣子，對自己有什麼好處？身體的色聚順著心念而持續變化，瞋心其實是嚴重地在懲罰自己。觀照到此，必然得立即放下，因為無論你願不願意慈悲對方，但最起碼不需要跟自己過意不去。

有學員問：《中阿含》「羅摩經」，佛陀初轉法輪，為五比丘說八正道（大正二，頁776中），但是，佛陀不是為五比丘說四聖諦嗎？

法師回答：這是很有趣的問題。這部經中，佛陀憶昔為五比丘說法。一開始並非直接切入「八正道」，而是先說「中道」，如云：

當知有二邊行，諸為道者所不當學：一曰著欲樂下賤業，凡人所行；二曰自煩自苦，非賢聖求法，無義相應。五比丘，捨此二邊，有取中道。（大正二，頁777下）

佛陀這樣說，其實是在對治五比丘的心病。因為五比丘瞧不起悉達多放棄苦行而接受乳糜供養。他們心裡還有迷思，認為一定要依於苦行，才能夠達到梵行解脫。所以佛陀先破其疑，告訴他們：樂行是一邊，苦行是另一邊，離此二邊，才是賢聖求法的正途。

因此，初轉法輪為五比丘先說中道，這是很近情近理的。試想，如果不先解決他們心頭最大的困惑，他們對於佛陀的梵行是否值得信任就先有疑。帶著疑心聽佛陀講四聖諦，這樣會有多大的效果？就好像一碗好藥水加了一點毒素，其效果是會打折的。因此，佛陀得先破除他們的心頭疑慮，正告他們：苦是一邊、樂是一邊，離此二邊行於中道，才是正途。

在其它初轉法輪的經典敘述中，佛陀在講完中道後，開始三轉四諦法輪。講到道諦時，他又透過八項條目的分析，讓大家知道何謂中道。這八正道中，第一項即是正見，首先得確立「苦真實是苦」的正見。但問題是，苦是怎麼來的？如果不能理解它是怎麼來的，就可能會下錯藥，例如：用極端的苦行來求取離苦解脫。要滅此苦，就要循正

確的方法，也就是八正道。所以，我們不必把四諦當作一邊，八正道當作另一邊，它們的內容其實是貫穿的。

有學員問：《中阿含》「持齋經」（大正二，頁771）講到五法，這是於六念門中去掉布施。為什麼沒講布施？

法師回答：因為這部經的脈絡，是在講八關齋戒的功德。從戒法直接切入，加上念佛、念法、念僧，就叫做四證淨，可以證得初果；再加上念天而成五法，因為持戒功德還是可以生天的。

礙於時間關係，法師的解說扼要精闢，但依然一針見血地回應疑難，剖析關鍵，學員聽了，莫不有恍然大悟的法喜。

出堂前的殷殷叮嚀

院長性廣法師在結訓開示時，提出了兩個概念：

一、人活在這個世間，只有兩件事情能夠做：1、做對自己的身心成長有意義的事。2、做對別人的身心成長有利益的事。這兩件事情之外，只要做了，既對自己不好，對別人也不好。

出家眾的人生目標很明確，那麼在家眾呢？該怎樣使人生有意義？佛陀並不會要求每個人都過出家生活，但會要求我們從基本的戒德開始，愛惜自己也尊重、護念他人。在《阿含經》中，佛陀教導了很好的修行方法，以及面對生命、生活的正確信念，值得大家仔細聆

聽並精進學習。很多大乘經講菩薩高來高去的境界，那是在我們身心淨化的前提下，才能進一步修學達成的。我們不能躐等僥倖。在這次研習《阿含經》時，只要各位能夠收攝身心，聞薰作意，應當都能得到很好的受用，親身印證《阿含經》教的效益。

二、學法是每一個人自己的事，但是即使有心想學，還要看因緣成不成熟。以昭慧法師來講，她手邊有很多對佛教、對眾生有意義的事，在那麼多的事情當中，優先做哪一件事情？這時，「講經」就未必是絕對優先的事。因為那還要看求法者是否有殷重的求法之心。法師倘若要放下「講阿含經」這件工作，這並不代表她不工作，她可能會去做一些更為重要的事情。試問這會是誰的損失？當然是求法者的損失。所以勉勵大家，要以殷切誠懇的心，來向法師請法，希望她能夠繼續為大家講《阿含經》。

早在小組代表上台報告時，筆者就已將「殷勤期盼法師明年續講《雜阿含經》因緣相應」的學員心聲，一併提出了報告。明年此時，相信法師還是會滿學眾之願，續登法座的。但廣法師的提醒十分重要，不可因聞法的機會太過輕易獲得，反而輕忽以對。

對於兩位師長昭慧、性廣法師的殷殷教誨，大眾深切感恩，法喜盈滿地結束了本期《阿含經》研習營的課程。

後記

本期阿含研習營因為事先沒有寫作計畫，因而上課期間完全優游沉浸在法義的聞思之中。課程接近尾聲時，臨時受命於傳法法師，請我作日誌的增補，擬登載於《弘誓雙月刊》。情急之下，立刻調出錄音檔幫助記憶。再次聽聞的過程中，原本打算只做綱要性的補記，結果發現法師廣說經文的部分非常精彩，由此欲罷不能，將這些特見述諸文字，與大眾共同分享法喜。

法師說法時，往往將身邊發生的事情，信手拈來作正見的抉擇，令學員對這些事情後面，有關個人心性以及倫理尺度的把握，有了更深刻的反省，對於《阿含經》中佛陀觸類說法的體悟，也多了幾分當前情境一般的親切感。「流轉」、「解脫」這個亙古的課題，從佛世延續到現在。這個看似複雜的過程，它的下手處實際就在根門，因此要常憶念佛陀聖教——「非眼繫色，非色繫眼，中間欲貪是其繫也」的諄諄告誡。

筆者個人聞法後，雖感法喜猛利，但因時間、篇幅的緣故，短時間整理的內容，難免有遺珠之憾。是以在此殷勤地懇請法師，來年續登法台，引領我等問道者，持續聆聽佛陀的智慧綸音。◎

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 參加心目中的夢幻課程

doi:10.29665/HS.201202.0003

弘誓雙月刊, (115), 2012

作者/Author : Melon888

頁數/Page : 45-47

出版日期/Publication Date : 2012/02

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.29665/HS.201202.0003>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



參加心目中的夢幻課程

Melon888

性廣法師的禪修指導，以《阿含經》做為學理基礎，依次包括：打坐的前方便、三增上學、四念處、三十七道品等，次第井然，腳踏實地，依經起修，解行並重，讓我這個疑蓋很強的讀經咖打從心底服氣！也是個人未來幾年有心依止的禪師。這17篇禪七開示的文章，相當值得想依佛陀教法學習禪修的同學們參考：性廣法師禪七開示，<http://www.hongshi.org.tw/ZENA.aspx>。

性廣法師是禪修指導經驗豐富的法師，個人曾在法界衛視聽過法師講解其著作《禪修理論與實踐》。

《禪修理論與實踐》這個節目已經重播過幾次。幾年前我第一次偶爾聽到，只是隨意看一下就笨笨的轉台了，卻對法師精準俐落的說法風格留下了非常好的印象。

第二次聽到時，我剛好遇上讀經撞牆期，也沒有特別收看，但法師明明在指導禪修，卻三言兩語開解了我當時讀經的困難。那一集聽得我心情激動、眼眶泛淚。

在它第三次重播時，我才發現這個課程的厲害，以及性廣法師對經藏的多聞善解，這才瞬間每天抱著電視認真聽起來，聽得連我這種原本只愛讀經而相當放逸於禪坐的人都法喜充滿，想立刻跟著禪修（後來幾集缺課就是因為我參加性廣法師的禪修去了XD）。

很快寫信去弘誓佛學院，請問性廣法師最近有沒有禪七課程？雖然很遺憾最近沒有，卻沒想到得到另一個棒到不行的答案——《阿含經研習營》。

《阿含經研習營》課程的安排，特別遵照聞、思、修的次第，學員們早上聽「聞」昭慧法師講授《雜阿含經》處相應教（卷8、9、11、13、43），並穿插講授《中阿含經》〈舍梨子相應品〉當中的幾經；下午分組研習，「思」惟討論《中阿含經》；晚間則在性廣法師指導下實際禪「修」兩

炷香。

昭慧法師講《阿含經》，性廣法師依《阿含經》帶禪修，這……這完全就是我心目中的夢幻課程啊！

昭慧法師講解《阿含經》，沒有第二句話，就是一個「強」字！之前法界衛視有播過昭慧法師講解《雜阿含經》的錄影，我也是重播到第二、三次才知道這個節目的厲害度！所以那陣子我每周三都固定抱著電視專心讀經（唯一一次缺課是因為我參加禪七去了），每次都法喜充滿，聽得高興得不得了，點頭點到一個不行！

性廣法師帶禪修，更是我這次最原本的心願！

其實之前我曾參加過一次禪七，但當時我不但我慢太強、疑蓋太重、瞋心太大，對禪修正見也不夠，以致於當次禪七並不得力，甚至越修越疑惑，非常愧對當時禪七的一切法師、護法、義工菩薩們的愛護，浪費了大好的七天禪修時光。

我無法理解自己為什麼禪七之後疑惑變得更多，再加上放逸，就有點自暴自棄，竟把日常禪坐的練習遠遠擱在一邊，這一擱就整整一年。

這一年間我一直在問自己，自己到底是怎麼一回事，為什麼禪七之後反而無法繼續？後來發現，我可能由於對佛經了解太少，不了解該次禪七的某些教法是根據佛經的哪一部分，從而產生了



《阿含經》研習營由昭慧法師主講。（99.7.17 檔案照片）

某種程度的信心崩解，乃至於一抗拒就一年吧？

說穿了，就是疑蓋啊……Orz

後來我還一度懷疑，難道是自己不適合修「止」，而應該從「觀」下手嗎？南傳佛教的確有禪師有類似的教導。但這也解不了我的疑惑：佛陀明明是說「戒→定→慧」呀，佛陀這麼說當然有其道理，僭越次第不一定如法。

後來繼續讀經，我就越來越想「觀」：觀五蘊、六入的緣起與無常，觀身體四大的存在與變化等等。但是「觀」必須先有「止」的定力，才能依定發慧，沒有更快的路。而就算之前的禪七過程有令我疑惑的部分，但基礎的「安般」是確定無疑的，光是修「安般」，經典上說就已經足夠我們修到四禪，而後依定發慧。在「安般」與調身這部分，之前禪七道場的法師們已給了我非常紮實的基礎訓練和正確觀念，我的獲得是難以估算的<(_>

我一直覺得，修行不是在和誰比

快，應該要按照自己的步伐，不要急，但是要加油。

性廣法師的禪七開示，把我之前讀經從來沒有融會貫通的部分，用深入淺出的語言說出來，不知解答了我多少疑惑，增加了多少信心！一旦修行的次第、輪廓、重點、經典依據都清楚沒有疑惑了以後，很多事情忽然變得清楚而簡單，我知道我未來的禪修，將不再只是傻傻地坐在蒲團上，不知前、不知後、不知升進、不知次第，而是讀經和禪修互相呼應、相互指引。這令我開始對未來的禪修感到躍躍欲試，輕鬆而有信心，不必硬逼自己，就天天都會想練習，這是過去一年從來沒有過的情形！

好！就決定從紮實練習安般念開始（我的方法是閉眼、隨息），練習到哪裡，就是哪裡。

以下是禪七開示錄（九）——第四日大堂開示片段摘錄

◎照理說，安般念應該修到四禪才算圓滿，可是，我們不但沒有修到四禪，而且還只修了三天半，怎麼會這樣呢？主要是因為禪修的課程只有七天，如果在這七天當中只學了一點安般念的技巧，那麼大家出了禪堂後要怎麼辦呀！如果大家對整體修法的次第和完整性，乃至於它清淨、普遍的殊勝之處不能了解；不知定，不知慧，不知定、慧，這不是盲修瞎練嗎？

所以，爲了讓大家成爲有正見，有

智慧的修行人，在這短短七天的禪修課程中，我們會安排一個理想的修學次第，讓大家知道分別定與慧的特性，知道修止與修觀的所緣，知道分別聲聞與大乘禪修所緣的不同等等；雖然都是淺嘗即止，但還是可以從中學會分辨與培養擇法的能力。這些方法都經過設計，雖然是粗淺，但是已經可以讓同學掌握到佛教禪法的精神、特色與要領；也可以稍嘗法味，親得法喜，對修行產生無比的興趣，以及對佛法修道次第的輪廓瞭然於胸。正因為如此，我們安般念修了三天半，就不得不割愛，接下來轉成受念處的「簡易法」。透過它過渡，再進修四界分別觀時，藉四大所產生的受，輔助以對四大的分別、簡擇，也不失爲是一個善巧。

◎所以在禪修中，我們不斷地提醒各位：所有的法門都只是技巧，透過這些方法來幫助我們得定、得慧。但是修行的原則只有一個，那就是：應當時常反省和檢查自己的內心，在修學的過程中，有沒有漸漸地遠離貪瞋癡？如果沒有，就代表心念在法門的操作上出了問題。

◎不要把進度與境界當成修道的目的，它只是工具，而要時常檢視自己有沒有遠離貪瞋癡，乃至於斷除貪瞋癡，因爲那才是修道真正的目的。◎

2010.8.21

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 參一學院禪七

doi:10.29665/HS.201202.0004

弘誓雙月刊, (115), 2012

作者/Author：周玉蓮

頁數/Page：48-50

出版日期/Publication Date：2012/02

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.29665/HS.201202.0004>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



參 學院禪七

■ 周玉蓮（香港佛友）

為何要長途跋涉遠赴台灣求法？因為善知識難求！七月三十一日至八月六日，台灣佛教弘誓學院舉辦暑期禪七共修，主七法師正是學院的院長——性廣法師；她是一位我仰慕已久的禪師，我和湯偉平師兄一起前往參與。

在禪修開始時，老師說會教授幾個重要的禪修功課，雖粗略但概全，俾能藉此掌握全體佛法的精髓，對戒定慧三學，重要的法義和禪修的所緣與技巧，有正確的認知，讓學員認清大目標，雖然並不深入，但都能掌握大方向。當中包括五蓋、四念處、四正斷、四神足、五根、五力、七覺支和八正道，還有「四界分別觀」的方法。從觀身的因緣生、非常我起步，進修觀受、心、法，所有諸法，皆是如此，以徹底斬斷無明生死的根本——我執，透過實際的修持，了解法義所陳述的各種修行特性和要領。

每天清晨四時起床，四時半準時進堂坐第一枝香，一枝香為一小時，每天八枝香，每枝香中間有二十分鐘的經行和小參。第一枝香結束後的三十分鐘是老師吟誦「鐘聲偈」，及幾段與禪修進度有關的經文並略作解釋，好讓我們知道在禪七期間所學法門的經典所在，直接聽聞經典中的佛陀教誨，有一種親嚐原味似的親切與感動。很有意義的「梵唄」，老師每天都呼唱，鐘聲偈全文是：「鐘聲傳三界內，佛法揚萬億國中；功勳祈世界和平，利益報檀那厚德」，十分動聽。完結後便吃早餐，早餐後要出坡。

每天的第二枝香後，以十分鐘的時間在三寶前攝心求受八關齋，戒體是一日一夜。老師說在禪堂中看盡眾生百態，有的人一碰到困難，會有不耐煩、焦慮、沮喪的反應，退縮罷道，或導致精神異常。禪修怎麼會弄到精神異常呢？所以，學院非常留意塑造一個安全的修道環境，盡量將必要的技巧與重點講解清楚，只重視遠離貪瞋癡的修道目的，並不

強調短期間定慧能力的進展與境界的獲得。

一天共修的最後時段是大眾聞法的時間——晚間大堂開示，闡明定慧正確知見與重要止觀要領，並點出學人簡別種種錯謬之修行觀念與心態。依於正知而有正行，讓學員能夠正確地趣向於聖道。因此，禪修期間有一對一的個別小參，針對個人的需要，向老師直接提問或討論。主要教導「安般念」修學方法、禪坐姿勢、禪修所緣、修學重點。老師說：「對正肚臍後面那節脊骨有一個小孔，把腰骨向前推，使我們較不容易疲倦，所以，不妨把腰骨挺直。」

培養定力方面有三十七道品中的四念處，其中「觀身如身念處」，《成佛之道》：「惑業由分別，分別由於心，心復依於身，是故先觀身。」息屬於身，故觀息也是觀身的一個所緣，觀察一切法的自相和共相，進而破除我執，故佛陀對此禪境的定力十分讚歎。老師經常提醒大家，修行是訓練自己從遠離貪瞋癡到斷除貪瞋癡的過程，亦以誦唸經文來提醒我們，在解說時也儘量按照經義，不摻雜個人意見，希望能將佛陀的教法如實地傳授給學人。

某天早上老師如常吟誦《雜阿含經》的經文，內容大概是這樣：有三種受；——苦受、樂受、不苦不樂受，應當善觀諸受。如是聖弟子，觸覺在緣念色身的苦、樂、捨受時，內心並不會生

起貪瞋癡的煩惱。修行的要領是，大家在觀察身受的過程中，若有苦受生起，就依之而正觀於苦受，並且提醒自己不要與瞋心相應，並如實了知它的集、滅、味、患、離，其他二受，亦復如是正觀修習，至究竟斷除煩惱，這是佛陀對觀受如受的開示。如果眾生不醒悟、不修行，就如身中兩支毒箭，一、身受，二、心受。因過去業行所召感的異熟果報體，從身體而來的痛苦是無可避免的，但是，觸覺在緣念色身的苦受時，要學習多聞聖弟子，在覺知苦受的整個過程中，並不會產生憂悲、嗟嘆、啼哭、怨天尤人等心態，他們只是身罹苦患，卻能心不生憂惱。佛陀比喻：就好像有人被一支毒箭射中，但不再受第二支毒箭一樣。

我終於明白原來禪修並不只是數息或呆坐，在定力有進展時就要觀四大的相狀特性，這雖是初階的所緣，但內容蘊含著豐富的內涵和意義，平常我們以想像的方式理解它，根本不知道它的特相、性質、現起和作用為何。依安般念轉為觀慧時，就必須注意息的「自相」——即觀察其長短、冷熱、前後變化等，與「共相」——即無常、苦、空、無我。當我們做這樣的分別、思維、簡擇時，就是以安般念為所緣，開始從修定轉為修學觀慧，也就是先定後慧的次第。

經過幾天的密集訓練和努力，雖是

有點吃苦的感覺，可是大家都有所進展、有所體會，大多數在定中照見光明，出現彩光，興奮地告知老師，老師說：「你們小小的定力，已經見光，可想而知佛陀的光照遍大地啊！」

在禪修期間，我有另一方面的意外體會，是自我幻執的相狀現起。話說第四天早上進堂念息，念呀念，忽然有一陣濃烈的香味撲鼻，是我生平最討厭的香水味，很難聞不好受，心想，不可能是天香吧，如此刺鼻，可能有義工塗香水，啊！怎麼好幾分鐘還不走開？終於偷偷地睜開半隻眼睛看一看，人是沒有的，香味也登時沒有了。有人說，禪坐期間可能會有魔鬼打擾，其實是我自己的心魔作祟，煩惱相應習氣現前。一分鐘的濃烈香味是何等的真實，對照我們日常眼睛所見的，心裡所認知的也是何等的真實，原來是聖者所指的，衆生不如實知，無明所執的所謂「真實」。

正如印公在《成佛之道》第五章講到佛說二諦的其中一段：「衆生一向在俗諦的心境中，現現實實，無可懷疑，也無可逃避。但這現實的，公認的，就是究竟的真相嗎？不是的，在佛的正覺中，知道衆生所經驗的世間真實，是浮虛不實的；是由種種因緣而現爲如此，並非一一法是真實有的存在。當人們以爲眼見的一切，身邊的人和事確實是如此這樣的，這點並不能體見世間的真相；反而顯出了人人有愚蒙的障礙，定

要破除這迷謬的錯誤。」

弘誓網址寫道：「學院禪七建構在學理與論義禪法的同時，並能教觀等持、解行並重。不是隨機散說，而是有層級、有次第的解行導引。基本法義講解戒、定、慧三學與三十七道品的意義，及其在實修中的應用，禪法實修方面，教導安般念、四界分別觀與慈心禪等重要行門之特性與修行要領。在止觀知見中分析定、慧二學的特性，糾正錯誤的修行心態等；並藉由禪修所緣轉向的教學法，引領學人分辨『緣念衆生苦』之大乘不共禪觀要義，以體會菩薩大悲大願的德行。法師亦依學員實修之身心狀況，在小參時學員所提出的疑難，做些具體的修行建議與重點提醒。欲嘗禪觀法門之清涼法味者，歡迎參加本次專精禪思之結期共修。」我看到老師的講話，使我生起求法的願力。「人空、我空、法空、空空」這些法相我早已認識並知其內容，原來這只是我在語言文字裡打轉的概念，經過實修之後才知道語言文字是戲論的意義，得益不淺，法喜充滿。



——原刊於2011年第4季《妙華會訊》

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

- ▶ 「純潔的學術與學佛」不宜有雙重標準—回應高明道先生之〈與會有感〉

doi:10.29665/HS.201202.0005

弘誓雙月刊, (115), 2012

作者/Author：釋昭慧

頁數/Page：51-53

出版日期/Publication Date：2012/02

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.29665/HS.201202.0005>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



「純潔的學術與學佛」不宜有雙重標準

——回應高明道先生之〈與會有感〉

■ 釋昭慧

頃讀高明道先生的〈與會有感〉（《法光》第266期，2011年11月，第一版），聲稱一位研究生無意願發表已掌握的訊息，說是「難道忘了若干年前如石法師因提出和印順法師不同的見解，被批得體無完膚？」接著聲稱，這位學生「認真、用功、追求真理」，而「被過去事件的黑影籠罩著，恐懼到一個不敢公開說出實話的地步。」然後指控，這是「國內佛學研究無比的悲哀」。對比他所聲稱的「純潔的學術與學佛」，指控那是「製造一種恐怖的氣氛，害得佛門年輕學者這個不敢碰，那個不敢提，大家當啞巴或應聲蟲才安全。」

這段文字，顯得十分地「不純潔」、不公正與不厚道。對一位擁有「學術與學佛」雙重身分的人，竟然寫出如此含沙射影的情緒性言論，筆者頗感遺憾！

筆者正是當時回應如石法師「批印」言論的當事人之一，爲了避免該文誤導讀者，因茲嚴正回應如下：

一、批判與被批判，本來就是必須面對的學術課題。除非不做學術，否則誰也沒資格不被別人檢驗其立論之正謬。至於檢驗標準，則端在其言論內容，是否合乎經驗法則與邏輯推理。印順導師思想並不例外，筆者本身就曾發表過與導師思想意見相左的論文，導師確實有很高的雅量，對這些相左意見不以爲忤。然而，印順導師接受批判的胸襟器度讓人讚佩，卻絕不等同於「批印必然有理」！批印文章，一樣沒有資格逃避別人對其立論正謬的檢驗與批判。

二、高先生對如石法師論文受到了回應性批判，沒頭沒腦地作出那麼多負面批判，對張三、李四之類的批印文章，則沒頭沒腦地發出那麼多溢美之詞。此中盡是一堆提不出佐證的形容詞，字裡行間卻不免暗示：敢於發出批印之論，就等同於「堅持學術、學佛的自利利他」、「純潔」、「認真、用功、追求真理」，敢於對批印文章提出合乎經驗法則與邏輯推理的反駁，就等同於「製造一種恐怖的氣氛」，是

「國內佛學研究無比的悲哀」。這樣的言論，業已非理性、情緒化且涉及嚴重的人身攻擊！無論就學術或學佛而言，此風皆不可長！

三、高先生本人過往之著作，對他人的學術文章亦多有批判之詞，吾人從不覺得那是在讓別人「被批得體無完膚」，在「製造一種恐怖的氣氛」，或是形成了「國內佛學研究無比的悲哀」，為何別人的批判論述，就得被高先生作出如此汙名化的嚴厲指控？好像高先生任何的批判之論，都是「堅持學術、學佛的自利利他」、「純潔」、「認真、用功、追求真理」的，而別人作出的批判之論，就會導致別人「這個不敢碰，那個不敢提，大家當啞巴或應聲蟲才安全」？「只准州官放火，不准百姓點燈」，未免豈有此理！

四、同樣的，如石法師曾對印順導師思想作出批判，筆者也只不過是就著如石法師的言論，逐一指出其中禁不起經驗檢證與邏輯分析的錯謬內容，如此而已。讓筆者好奇的是，如果說如石法師「被（筆者）批得體無完膚」，那麼印順導師何嘗不是「被（如石法師）批得體無完膚」？而且如石法師是「主動出擊」，筆者只不過是被動作出回應。何以如石法師或其他張三、李四「主動」寫出批判印順導師且「批得體無完膚」的文章，就叫作「堅持學術、學佛的自利利他」，「認真、用功、追求真

理」，而別人回應如石法師或張三、李四，並點出其中「批印」立論的錯謬，就叫作「製造一種恐怖的氣氛」，就形成了「國內佛學研究無比的悲哀」？

五、如果筆者不出來嚴正指出高先生言論之偏頗與乖謬，那麼爾後其他人看到批判印順導師的言論，即使明知其有重大錯謬，是否也會「這個不敢碰，那個不敢提，大家當啞巴或應聲蟲才安全」，以免被高先生祭出種種幾乎等同於「恐怖份子」的罪名？

六、該名學生研究學術之後，竟然有意見而不敢表達，為的是怕「被批得體無完膚」，這種心思竟還被高先生稱作「純潔」？那麼高先生心目中的「純潔」標準，未免也太低了吧！「純潔」者必當無私、無我，還會怕「被批得體無完膚」嗎？為了保護自己免於「被批得體無完膚」，就自動棄權而不敢發表自己的看法，簡直沒有「堅持學術」的風骨，沒有「學佛的自利利他」的胸懷，因此既談不上「純潔」，更沒有「追求真理」的勇氣，大概高先生那一大串溢美之詞中，只剩下「認真、用功」還勉強可用在該生身上。

正因為學術與學佛，都應保持高先生所聲稱「謙虛」與「時時反思」的態度，因此在發為言論時，必須謹守「不愛、不悲、不怖、不癡」之「純潔的學術與學佛」立場。看不到學生心性怯弱而無風骨、無擔當之偏差，竟還聲稱其為「純

潔」而「追求真理」，是為「有愛」；全文之中火藥味十足，有些文段甚至已非理性到展開人身攻擊的程度，是為「有恚」；對同樣的批判文章有雙重標準，是為「有癡」；而學生怕被批得體無完膚，因此不敢言所當言，是為「有怖」。

然則這算得上是「純潔的學術與學佛」嗎？高先生不妨就著該文的言論標準，「謙虛」並「反思」地為您與您的高足的心念與言行打個分數，如何？

一〇〇、十二、二凌晨 于景英樓

《法印學報》徵稿啟事

本學報係具有審稿制度之學術性刊物，誠徵兩類論文：

1.業已於歷屆「印順導師思想之理論與實踐」學術會議上發表，但尚未於其他學報刊載的精彩論文。

2.其他與佛教學術相關之會議論文、學術創作、書評及思想性論述。

歡迎各界投稿，來稿應未曾以任何文字形式出版。本學報每年出版一至兩期，全年徵稿。

惠稿電子檔請傳至hong.shi@msa.hinet.net，佛教弘誓學院編輯室 傳法法師收。為了避免傳送信件因被攔截而收不到，敬請同步傳到chuanfa@gmail.com。稿件隨到隨審，採雙邊匿名審查，通過後始予刊登，二個月內通知作者稿件處理意見。

作者來稿請依本學報之【學術性論文撰寫格式要點】撰寫，並以WORD/A4規格/直式橫書/11pt新細明體繕打，含中、英文題目、摘要、關鍵字及作者名銜，字數以不超過二萬字為原則。備稿件一式三份並附光碟片，敬請交寄：「328 桃園縣觀音鄉大同村11鄰121-5號佛教弘誓學院編輯室 傳法法師收」。來稿如經審查通過並獲刊登，由作者校對並自負文責，版權則歸本學報所有，作者可免費獲得學報五冊。

投稿於本刊經收錄後，同意授權本刊得再授權國家圖書館『台灣期刊論文索引系統』或其他資料庫業者，進行重製、透過網路提供服務、授權用戶下載、列印、瀏覽等行為。主編為符合『台灣期刊論文索引系統』或其他資料庫之需求，得酌作格式之修改。

◎聯絡人：(03)4987325 傳法法師

懇請鄉親共同捍衛觀音家園

■釋昭慧

我們美麗的家園——觀音鄉，以它的綠野平疇、豐饒物產、汨汨甘泉，乃至累積數千年而獨步全台灣的海域藻礁，賜福給每一個觀音人。

最大的噩夢即將到來！高汙染、高耗能的「桃園煉油廠遷建計畫」正在悄然進行，觀音人即將痛失每一寸土地的清淨，每一分每一秒的空氣品質。煉油廠飄出的濃煙黑霧與惡臭氣體，將打造出觀音人的變色人生。

親愛的觀音人！挽救觀音的關鍵時刻業已到來，為了這片美麗土地上的子子孫孫與萬物衆生，我們一定要堅強團結，捍衛家園！



由觀音鄉居民自發組成了「反煉油廠遷觀音自救會」，並在新坡街上發起連署活動，希望募集到2萬份的連署，送交到經濟部以及桃園縣政府，表達他們，不要汙染環境的煉油廠，讓政府了解，居民強烈反對這項遷廠建議。(100.12.3)

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 《認識臺灣本土佛教》自序

doi:10.29665/HS.201202.0006

弘誓雙月刊, (115), 2012

作者/Author：江燦騰

頁數/Page：54-58

出版日期/Publication Date：2012/02

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.29665/HS.201202.0006>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



《認識臺灣本土佛教》自序

■ 江燦騰（北台灣科技學院通識教育中心教授）

我很高興，自己首次能以作者身分，在臺灣商務印書館這樣著名的老牌出版社，出版一本像本書這樣：關於當代臺灣本土新佛教社會文化史的簡明綱要性著作。

這距離我作為一個讀者，首次踏進臺北市重慶南路上的臺灣商務印書館門市，買下當時一本才新臺幣十幾塊的人人文庫版的叢書，已是接近半世紀以前的漫長歲月了。

在當時，我還只是一個既家貧又失學的鄉村青少年勞動者，剛到重慶南路上第五市警分局對面的公路局擔任編制內的工友職務不久，卻對追求世界古今各種新知有強烈的飢渴與無比的狂熱，才會自動驅使我到當時由王雲五先生主持下的臺灣商務印書館門市，去大量購買以及長期獨自勤奮閱讀此一人文庫版叢書中的各種世界名著中譯本，使自己逐漸蛻變為能明辨是非和勇於突破舊習或成見的真正知識文化人。

而如今，我則更是曾以十八年時間（從十三歲到三十一歲），靠自學苦讀完成初高中的全部課程，並通過官辦的自修同等學力鑑定考試及格、再以最優異成績，先後畢業於臺灣師大夜間部歷史系和臺大歷史研究所博碩士班，不但順利獲得文學博士學位，也真正成為任教於科技大學通識教育中心的正教授。

不過，在學術著作方面，儘管我在當代海峽兩岸的幾個著名出版社，迄今（2011）也已出版過超過一打以上相關佛教史的專業著作。可是，我生平讀到第一本有關臺灣佛教或佛寺的專門著作，仍是前輩學者邢福泉博士在臺灣商務印書館出版的那本《臺灣的佛教與佛寺》（1981年版）。事實上，那也是邢福泉本人在美國撰述的英文博士畢業論文的中文改寫本。因此，我個人生平首次的臺灣佛教史初體驗，就是從閱讀這樣的一本純學術性的臺灣本土佛教史專書開始啟蒙的，此後它還一直影響我逐漸去繼續追尋、並實際曾長期從事於臺灣本土佛教史專業學術化的相關認知思維與論述方法學的應用。彼此所

不同的地方，只是由於我是屬於比較後進的當代性佛教史學者，所以也就相對的更具批判性和反思性；換言之，我其實是幸運地能踩在同行前輩的肩膀上，才能自由無畏地從四面八方來眺望研究對象，並因而才得以看得更高和更遠而已。

如今，我所出版的這一本新書，在本質上，當然就是一本我實際經由宗教歷史社會學長期觀察所得的知識精華，以及據以撰出的簡明當代性臺灣本土佛教史多元新貌的轉型綱要解說書。所以，它顯然並非一本專為虔誠的佛教徒所寫的，僅用來強化彼等濃烈信仰情感的宣教導引書。而這也是我在展開底下的正式說明前，必須最先告知讀者的一點。

在此同時，這也很清楚地意味著，在本質上曾以如此充滿知性和現代多元文化理性思維所建構的本書內容，自然和各宗教場所常見的、那些以強化宗教情感為主，或僅意在濃厚彼等宗教信念的一般目標導向型佈道書，大不相同。這不只兩者在認知的性質上，彼此早已截然有異，並且各自在面向社會大眾時，所要進行傳播的教育功能訴求，雙方也極為不同。理由是，前者主要是由學術理性取向所產出的宗教史論述書，後者則大多數純屬情感信念取向所產出的宗教文宣品，兩者異樣的不同進路途徑，不但宛若涇渭分明，也早為大多數的現代型宗教學術研究者，所了解和彼

此有共識。

但為何我在這篇〈自序〉的一開始，就要提及這兩類的重大不同認知取向呢？主要原因，當然是如我先所提過的，由於我本身就是一個受過專業訓練的現代佛教學者，因而我若能長期採取學術理性取向的表達方式，則不但顯示我既是一位能遵守現代學術研究倫理規範的合格學者，也同時凸顯了我個人長期所代表的嚴謹論述各類宗教學術議題的另類特有風格；並且，儘管我的如此所作所為，雖不一定能讓學界相關者人人滿意，或大家完全認同，卻至少也能讓自己始終無怨無悔地，一直堅守此原則迄今；甚至在當代，也還曾出現不少純激賞者，以及為數雖不太多卻願意高度接納者。

再者，讀者須知，正如我之前已提過的，早在撰寫本書之前，我就已出版過大量的相關著作。所以根據我個人的長期實際探索經驗，我已有相當程度的確信和把握。換句話說，我個人傾向於認為下述的新發展趨勢的確是存在著，亦即：在21世紀初期第12年的當代臺灣社會裡，已很有必要提供一本類似本書這樣，能兼具學術理性分析和能以豐富意象描述現況這兩大特色的簡要解說書，來給當代廣大的社會性讀者，從事輕鬆且有益的閒暇閱讀，並作為彼等了解當代臺灣本土新佛教文化多元轉型風貌下的基礎性知識來源，以及作為有效

培養彼等逐漸具有多元見解取向的薰陶之書來用。

這是由於處在當代東亞視野中的臺灣佛教極盛的發展現象，的確有其獨特性和重要社會文化史上的意義之存在著。因此，本書的撰述和出版，不只必要，也正逢其時。

另一更重要的判斷依據，是來自我先前的出版經驗所致。此因本書的嶄新內容，原是承續我在2000年時於臺北市南天書局出版的《當代臺灣佛教》第二版內容、以及同書首次英譯本（2011）的豐富中文稿增訂資料、再重新進行大量精細改寫、和增補許多有關：從解嚴後迄今（1987-2011）的最新研究成果而來。

除此之外，若將本書出版的時間，更往前追溯的話，讀者將會發現：在1997年推出本書的第一版時，正值臺灣社會的各種宗教事件，相繼爆發重大爭端，並激起戰後空前未有的各界強烈的撻伐時期。而當時的中央政府主管當局，還曾多次面臨社會輿論的強大壓力和不同籲求的強烈呼聲而左右為難地搖擺於：或必須迅速採取政法的嚴懲手段，來進行所謂的「宗教掃黑」，以正社會視聽？或必須改以寬容態度，來對待解嚴後，如雨後春筍般陸續出現的，各類「新興宗教」及其迥異於傳統臺灣宗教的信仰行為？這兩種截然相異的尷尬處境裡。

而這大概也是臺灣近現代史上的近

百餘年來，只有在解嚴後由李登輝總統執政時代（1988-2000）的後期階段（1996-2000），才可能出現的，因而也是歷來少有的尖銳矛盾、深刻焦慮情況與極罕見的當代性新宗教現象大量出現的初體驗：例如本尊、分身、即刻解脫、無上師、印心禪法等新宗教名詞，都因此而開始廣泛地流傳於當代社會新聞的報導上和茶餘飯後的大眾日常生活閒談之中。

而我在當時，剛好又作為臺灣佛教近現代史研究的新銳學者之一，不但每年都有新書出版，並且在學界和社會上，也都算得上相當活躍。所以，這一期間，我不只經常接受各大新聞媒體記者的採訪，不斷地發表各種批評意見，並且還每周一次，定期應名記者曹銘宗先生之邀，在當時的《聯合報·鄉土版》上，撰寫有關當代臺灣佛教史的專欄文章；這期間，我也曾一度應邀，參與由當時曾以副總統兼行政院長的連戰先生，所親自主持的全國性宗教行政會議，而有所建言。

除此之外，當時才剛創刊的《今周刊》主編李義仁先生，還透過臺大社會研究所畢業的林本炫博士居中介紹，邀我為其創刊號的封面主題系列報導，首次採用嶄新的從近代企業經營的觀察角度，來解說當代臺灣佛教四大事業道場：佛光山、慈濟、法鼓山、中臺山，之所以能快速崛起的各種有效的經營方

法和當代臺灣社會大眾的對其熱烈響應的相關歷史社會因素及其心理感受，因而締造該刊在一星期內，即出現數千份新訂單的少見盛況。

因此之後，我隨即在南天書局魏德文先生的支持之下，迅速彙集當時我所發表的各類相關長短文章，將本書正式出版，並且大受歡迎，銷售狀況極佳（以學術性的著作常態來說）。所以，它和我在此之前連續所出版的共五本有關臺灣佛教史論集相較起來，不論在出版的時間點上，或在關涉現實的宗教議題上，都有巨大的差異性。

同時，也由於本書當時具有這樣的特殊出版背景和一定程度的社會影響，因而它也自然成為我個人歷來第一本：具有強烈現代性批判視野並兼具學術理性思維和簡明邏輯結構的，有關當代臺灣佛教史的另類解說論文集。這也是呼應中研院民族所張珣博士，在此之前，她於《思與言》雜誌第34卷第2期（1996.pp.255-258）上，專稿評論我另一本專書《臺灣佛教百年史之研究1895-1995》（臺北：南天，1996）時，所提出的：要我再增補關於當代臺灣佛教各大「教團史」解說的重要建議。並且，這也是我和張珣博士兩人，此後在當代臺灣宗教研究上，長期密切交流和合作出版的開始。

因此，自本書出版以來，各版書中的各篇內容和相關思維觀點，此後即持

續地深刻影響、並相繼衍生為：當代不少臺灣宗教學者或宗教界人士，對於正急遽改變中的當代臺灣佛教現狀，曾實際促使彼等在認知上產生不少變革，以及萌生出一定程度的認同。當然，其中也存在著不少完全與本書不同的、所謂「護教性」的相異看法。

但，不論如何？這本書自此後，即成為我從事臺灣佛教史研究與著述出版以來，銷售狀況最佳的一本，並且，在2011年時，成為國家教育研究院隸屬下的國立編譯館所核定通過補助中文臺灣研究英譯的唯一本著作。

在此同時，我除了忙於為即將英譯的第二版，增補大量新材料之外，又感於現有的大量新研究成果，已無法納入原第二版的編輯架構中，於是在取得南天書局負責人魏德文先生的諒解和同意之後，我再進一步拆解原書的編輯架構並納入更新大量的近期研究成果（包括曾以「大光古佛」的筆名所撰寫和曾發表的一些短篇系列文稿），然後也把書名改為較切近實際內容和較能反映目前全書特色所在的《認識臺灣本土佛教：解嚴以來的轉型與多元新貌》，並交由近百年來出版資歷最深、享譽最久的臺灣商務印書館出版。

根據以上所述原由，因此，我們可以說，本書的此一新版，除了原有內容已大量更新之外，也在事實上盡量保留原書各版所一貫具有的：兼具學術嚴謹

性的簡明論述風格；以及曾在原書各版內容中，所一再呈現的：各類鮮活生動和豐富無比的本土佛教社會文化意象。因而，本書在此新版中，我才會將其更名為上述《認識臺灣本土佛教：解嚴以來的轉型與多元新貌》的新名稱，就是希望能使其：更具相關資訊的新穎性與實際參考性，並能很快地為當代廣大的讀者所樂於接受。

至於本書會在臺灣商務印書館出版，也是有其「巧遇」的一段背景，值得一提。我是因參與公視由陳信聰先生主持的《有話好說：談清代龍藏經》現場節目，而有幸認識臺灣商務印書館的現任總編輯方鵬程博士，並承蒙他的抬愛和提攜，所以我才會將本書的新文字檔和相關照片，投稿到臺灣商務印書館的編輯部。

之後，在一星期之內，總編輯方鵬程博士本人就透過電子郵件，親自告訴我：我的新書稿，已在編輯會議中被通過，於是立即由改館的葉軻英主編和徐平編輯兩人，開始接手處理後續的相關出版事宜。這就是本書出版的前後經過。

本書的豐富圖片，是由朱其麟先生、自肅尼、寬謙尼、傳道比丘、華敏慧秘書長和江漢聲君等人的提供，在相關資料方面，是由淨良長老、性廣尼、王見川博士、闕正宗博士、侯坤宏博士、林蓉芝秘書長等人的多方協助，我在此都深致感謝之意，並期待所有讀者的各種高明指教。

《訊息託播》

法源講寺

101年上半年度禪修活動

■修行次第：

持戒清淨→不悔→歡悅→喜→止→樂→定→知如真、見如實→生厭→無欲→解脫→知見解脫→此生已盡，梵行已立，所作皆辦，自知不入母胎。

■一日禪

◎時 間：每月第四週，星期日

上午8:00~9:00報到，下午5:00圓滿

◎日 期：

2/26、3/25、4/22、5/27、6/24

◎指導老師：

真理法師。法源講寺住持，年少入道，融佛學、禪法與醫藥養生之專業知識於一爐，引領眾佛弟子邁向清涼、安穩的古仙人道。

■結夏安居

佛制比丘、比丘尼在夏三月（農曆四月十五日）至七月十五日）中雨安居。

一、結界：定其區域境界、所限定之地謂之結界地；以天然山水或木石等為其界標受籌。

二、結夏：「結」者結成之意「立心止住名為結耳」，「夏」為每年夏季。

三、安居：三個月間除三實事外，嚴禁外出而致力坐禪修學，是名雨安居，異名為坐夏、坐臘等。又，「形心攝靜約安，要期在住日居。」



本文章已註冊DOI數位物件識別碼

► 高樹國中品德生活教育推行記

doi:10.29665/HS.201202.0007

弘誓雙月刊, (115), 2012

作者/Author：釋證毓;釋法聞

頁數/Page： 59-61

出版日期/Publication Date：2012/02

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.29665/HS.201202.0007>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



高樹國中品德生活教育推行記

■ 釋證毓、釋法聞（本院專修部校友）



專修部校友（右起）證毓、法聞法師在屏東縣高樹國中，帶領品德生活教育活動，全校約五百位學生集體參加。（100.12.21）

屏東縣高樹鄉的高樹國中，過去所辦的品德生活教育活動是由高樹鄉的甘泉基督教會所辦，今年新上任的訓育組長想換新的團體，於是找了屏東縣佛教青年會。我們平日向屏東縣佛教青年會借教室上課，於是該會的會長向高樹國中推薦我們。接下這個活動後，首先向訓育組長瞭解該校學生的性向、學習態度……，組長提到：該校學生的人口比例是原住民、客家人、閩南人各占三分之一；常有家長爲了讓學生參加廟會活動而向學校請假，學生似乎對自己的未來是不清楚的，不喜歡讀書。訪談後，組長相當歡喜我們的貼心與用心，最後問了一句：「需要費用嗎？」我們回說：「完全義務，並提供獎品。」談話的當下，只想將佛教的正法推展出去。結束談話，才發現問題出來了：教材、人力、費用……，因爲，我們完全沒有帶大型活動的經驗（約500人）；覺得我們真是「自不量力」。然而，讓我們堅持下去的理念是導師的名言：「爲佛教，爲衆生」。

籌備的過程中，遇到瓶頸時也常以昭慧法師身教的精神來勉勵；不知不覺許多的好因緣慢慢聚集，志工們完全義務提供教案、文書處理、編輯海報、選購禮物與制服……，不斷溝通、開會……，共籌畫了三個多月。

對象是青少年，正值叛逆期，又愛「作夢」；因此，以「這一天，我們一起談夢想」爲主題；呈現方式更是重要，「演講說教」

並非此時的孩子能夠接受，於是以啓發、生活故事的影片傳達，爲了讓學生能專心，觀看後，主持人提問題讓學生腦力激盪，並以豐富的獎品鼓勵，激勵他們勇於表達。果然，活動的氣氛相當熱絡。

12月21日活動結束後，該校的訓育組長說：「品格教育課程，我從孩子們的眼神知道她們的參與度比一般演講還高；相信已經有一些孩子會去思考他的夢想是什麼，不過，很可惜是導師們都去研習沒有參與到，不然應該可以引導孩子們去做更進一步的思考甚至規劃。其他學校如果有人問我，我會幫你大力宣傳的。」已預約明年再見！

就在接下活動後不久，某日我們在青年會上課，法界衛星記者陳怡璇走進教室遞了一張名片，要約採訪拍攝上課的時間；學僧覺得要讓佛教的正向活動多多呈現，所以，選擇以高樹國中的品德生活教育活動爲主題，應該會更有意義。

採訪內容：（部分引用了昭慧法師的著作）

問：承辦這個活動的目的？



屏東縣高樹國中品德生活教育活動，全校約五百位學生集體參加。（100.12.21）

答：近年來各種問題包括：家庭問題、校園問題、社會問題，層出不窮，政府除了在學校安排基本的品格教育外，是否也考慮提早將宗教納入課程裡，讓學生認識多種的宗教，學習包容不同的文化背景與信仰，而減少排他性，培養寬容的心。

佛陀證悟真理後，告知世人這是個「緣起」的世間，有緣起觀的人，應有以下特質：

一、不卑不亢的謙和胸懷

有緣起觀者，不會比上不足而自卑，也不會比下有餘而洋洋得意。因爲有這兩種情緒者都是來自於以「自我中心」的較量心理。有緣起觀者，了知凡是有成就，都是來自多方的條件所促成；縱使成就沒有達到所設立的目標，也不怨天尤人。

二、內心充滿感恩

有緣起觀者，了知凡是所有成就，都是來自多方的條件所促成，因而常懷感恩之心，並樂於與他人分享，因爲他知道，自己的成就來自於衆多的給予，因此，他也知道要回饋他人，以「自通之法」同理衆生，而對衆生湧現慈悲之情。……

今年六月玄奘大學文理學院院長昭慧法師，受台灣基督長老教會總會之邀，前往對佛教還陌生的德國東部大城德勒斯登，參加教會日的跨宗教禮拜與系列活動。昭慧法師以佛教法師的身分，在這重要的教堂禮拜中，帶領會衆



以啓發、生活故事以及腦力激盪等方式進行的上課方式，讓活動氣氛相當熱絡。（100.12.21）

作慈心觀，爲世界祈禱，這是極具意義的跨宗教心靈交流。

我國近年來新移民和外勞日漸增多，若提早將宗教納入課程，可以建立學生在宗教與文化上的異質性，如何「求同存異」，彼此欣賞的雅量，更能多元的觀察世間的種種現象，同情共感，彼此珍惜與祝福，因此，社會的種種問題將隨之減少。

問：如何教孩子培養慈悲心？

答：走在路上，撿起路中的石子，讓行人不易跌倒；生活中的言談不惱怒他人、不言語暴力、時時爲他人的感受著想，都是慈悲心的養成。並非要如企業家捐很多錢，或做很大的慈善機構才是慈悲心。

問：如何將宗教納入課程？

答：過去帶國小、國中學生的經驗中，在上課之前，引導學生數息、靜坐，數呼吸一、二、三……，慢慢將心靜下來；或帶著他們從頭到腳，由上往下，一個部位、一個部位放鬆；整個學期下來，學生自己感受到比較能靜下心讀書，成績也進步了。

「色如聚沫——一百年禪七講話」MP3發行消息



本開示錄係100年性廣法師於佛教弘誓學院主持暑期禪七之說法實錄，內容包含每日晨誦與大堂開示。禪修期間，法師依次教授安般念、四界分別觀、慈心觀等三種所緣，俾學者能一窺佛陀教法全貌，建立次第完整的定慧知見，明瞭禪觀與大乘行門之關係。

法師於晨誦中，為大眾誦念及解說阿含教典與大乘經文；於大堂開示中，則融合個人的實修與教學經驗，以輕鬆活潑、淺顯易懂的說法，詳細闡明各禪觀業處的利益功德、修行原理、擇法要領。並舉諸多實修細微處，剴切的提醒大眾，如何簡別錯謬之觀念與心態，審視防護心念，順逆境中不與貪嗔癡相應、離我執我見，同時更為大乘行者開示「四無量心」增上之修行關鍵。

法師主七期間所開示之法要，充滿禪者睿智與菩薩悲心，聞之能令久學者斷惑除障，令初學者生善法欲，期諸解脫道和菩薩道之修行人，同能依此佛陀所教禪觀知見，於修行道上，漸次得益、精進不退！

- 堂 數：晨誦——八堂，一堂約三十分鐘
大堂開示——九堂，一堂約九十分鐘
- 規 格：MP3——2片，一盒裝
- 訂 價：800元

◆郵撥帳號：15391324法界出版社，電話：03-4987325
王彩虹

性廣法師禪學出版品

名 稱	定 價
人間佛教禪法——印順導師禪學思想研究【精裝】	450
禪觀修持與人間關懷【精裝】	480
燃燈引路——禪七開示錄【精裝】	420
圓頓止觀探微	500
禪學理論與實踐（CD）	4200
禪學理論與實踐（MP3）	1800
燃燈引路——九六年禪七開示錄（MP3）	800