空性與情緒療癒（二）

二〇〇一年七月五日講於光德寺

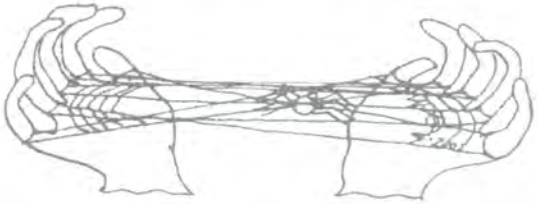
◎ 鄭振煌 主講
◎ 黃美梅 整理

對空性的二種誤解

一說到空性，很多人就會落入二個最重要的誤解：一是以為空是「物外空」或「法外空」，另一是「斷滅空」。什麼是叫物外空或法外空呢？以為講桌是有，講桌以外的空間才是空，這就是物外空，千萬要注意，佛法所講的空不是物外空、斷滅空，佛法講的空是當體即空，也就是說色不異空，空不異色；受不異空，空不異受；想不異空，空不異想；行不異空，空不異行；識不異空，空不異識。一切諸法當下就是空，千萬不要落入「物外空」或「法外空」的錯誤見解。「物外空、法外空」雖是空，但以為桌子是永恆的，而桌子以外的空才是空。有與空切成兩段，這一段為有，另一段為空，這是對空的誤解。佛門稱為空門，不瞭解的人批判佛法是消極遁世的，但這是錯誤的，以為有與空是相對的，是兩個極端，這根本就沒有瞭解佛法的空義。佛法稱之為空法，佛陀稱之為大空王，佛門稱之為空門。

很多人誤會空，把有與空相對立，把色與空相對立，把受想行識與空相對立，

有空相對立，把世間法與空性切成二段，這是天大的誤會。物外空，物之外才是空，這不是佛法的正見，佛法的正見是當下即空。凡夫說有桌子，佛法說桌子持續在改變，所以它是空，就一切法之當下為空的，如此才可得到佛法的當下空性的正見。在我們有痛苦煩惱的當下，如果能夠知道煩惱是空性，能夠知道問題是空性，能夠知道痛苦是空性，能夠知道有是空性，問題當下就化解了，我們就不會逃避了。為什麼說桌子是空的，因桌子一直在改變中，因此它是空的，所以是當體即空，它是空性的，即有的空，正因為有桌子，才知道桌子是空性的，因為有煩惱，



煩惱本身才是空性的，如此體會才能了解佛法的空性，否則就變成斷滅見，變成與有相對待的空。

空是即有的空，空是當體的空，空有不二。空是因為有有才空，有是因為有空才有。空有不二，才能當下化解一切，不是逃避問題才能安心，如此空性體會才是正確的。在煩惱的當下，在有的當下就能體會空性，如離開有不可能有空性。物外空或法外空是第一種對空性的誤解。空有是不二，所以才「色即是空，空即是色，受想行識，亦復如是」。色受想行識，五蘊一切的六根六塵六識、山河大地，有形無形，所有一切的法，當體即空，色即是空，空即是色，受想行識，亦復如是。這才是真正的空性，也就是色空不二，色是從現象的角度去看它，空是從本體的角度去看它。現象有是因本體空顯現出來的因緣假相，本體空是因為現象持續在改變所得到的體悟，才是空性，因此《心經》說「色即是空，空即是色，受想行識，亦復如是」。構成人的色受想行識，構成一切山河大地的色聲香味觸法，正因為現象有才是

空性，如果離開了有而談空，就不是佛法的空性正見。

第二種誤解是斷滅空。斷滅空以為一個現象或一件東西，先存在了一段時間，然後歸於消滅就是空。佛法的空不是這個意思，佛法的空是當體即空，即有即空的，也就是你所能接觸或想像的一切有是當體的空性，唯有如此認知，我們才可化解一切煩惱，也就是我們煩惱痛苦的情緒是暫時的現象，是幻有的現象，是不真實的現象。桌子、椅子、房子、情緒、痛苦、煩惱都是空，你才會體會到空性，否則就會落入斷滅空。也就是說，對空性必須要有真正的了解，空性是無自性的有，是一直在改變，沒有常一主宰的獨立，持續改變，是無數的有一系列的改變，因此是一種無自性，我們稱之為空性。所以，我們可憐的凡夫，為什麼有那麼多的情緒反應呢？因為沒有見到空性，沒有見到一切法是當體即空。某一個人不好的臉色，不好的言語，某些現象讓我們不好，我們的情緒莫名其妙產生，那是因為我們的執著體太堅固、太可怕了，執著體執著有我，執著體要保護我們不受傷害，要膨脹我們以為是真實存在，以為常一主宰，可以永恆不變，我們才會痛苦。如果接納空即是色，色即是空，色受想行識即是空，接納有即是空，空即是有，接納變化是空性，空性才能變化，才可接受色空不二，色受想行識，有空不二，我們就能超然物外，就能治療很多很多無明的情緒，我們的憤怒不平痛苦，當下就可解脫。

我們的情緒是怎麼來的？我們的情緒是因為執著有。執著別人的一句話為真實

的，執著別人的臉色，執著色受想行識為真實、為不變的，執著為常一主宰的，為獨立的，我們的情緒就產生了。我們的不高興，我們的喜出望外，或種種的情緒作用都是如此產生的。唯有見到空性才能療癒情緒，情緒是眾生非理性、沒有智慧的反應。對世間法、現象有尚未見到真相，沒有見到實質面貌，使得我們不高興，使得我們痛苦，使得我們做非理性的反應，情緒就來了。情緒是因非理性的行為，讓我們的心更執著、更痛苦。情緒一直干擾著我們正常的生活，讓我們的心不得安寧，讓我們不能如理的看到真實面貌，只看到一點，沒有看到全貌，我們只看到了表象，我們沒有看到整體。只看到眼前這個時刻，沒有看到過去未來現在時空的流轉，我們就執著在一點上，我們心胸不開闊，就被現象界所左右了，因此我們痛苦不堪，我們一直在做情緒反應。作不如法的錯誤反應，等到我們有了空性智慧，智慧開展了，才知道眾生是無明，眾生是情緒的奴隸，我們在做情緒的可憐蟲。情緒一來搞碴了人際關係，情緒一來讓我們沒有辦法看到人事物的真面目，情緒一來智慧就統統消失了。

我們眾生本來皆具如來智慧德相，但以妄想執著不能證得。什麼是妄想、執著？就是沒有見到一切法的空相，沒有見到一切法的自性是本來空不可得。什麼是空不可得？就是一切法都會改變的，都是在迅速無常變化。在痛苦的境界，在我們不高興的對象是假的，其實都是心在無明，其實都是我們沒有智慧去見到空相，去證得空性智慧所產生的莫名其妙、無明的反應。「但以妄想執著不能證得」，我們

執著當下一點，執著空間的一點，沒有辦法開展自己的心胸，沒有見到過去現在未來，只看到當下的一點就認為那是真的，所以就做了莫名其妙無明的情緒反應，就傷害了自己，傷害了眾生，讓氣氛搞碴了，和諧搞碴了，讓圓滿的境界給破壞了。我們沒有看到一個上下左右十方的空間，只執著一點，心如針孔一般的狹窄，因此智慧就消失了，我們的無明火就冒出來了。我們如果沒有見到空性，我們如果沒有見到其實一切是無常，沒有如理的正見，就會做出錯誤的反應，讓自己和別人痛苦。

佛法的空是畢竟空或空空

佛法所講的空不是離有的空，是當下的即體空、當體空，是一種畢竟空、空的空、即有的空。也就是空性是無自性，會有改變的性質，沒有一種獨立的自體，會依人事物改變而變。所以世間沒有常一主宰，世間沒有永恆不變，一切都在剎那間變化。我們只要微觀，心安頓下來，靜下來就可看到露珠的變化，聽到螞蟻的聲音，聽到別人的起心動念。為什麼觀世音菩薩會觀到世音？為什麼正覺的佛陀可以看到諸法的實相？那是因為他們心的開闊，證到佛性。為什麼佛叫大空王？表示佛在虛妄的有當下不執著，了悟一切剎那間都在改變。佛稱為不空王，大空王不是斷滅空，不是離開有的空，而是空有不二，完全可體會到有是當體即空，空能夠生出妙有。不要淪落為斷滅空，也不要執著自性有。一切法的自性都是空性，一切的有是變化的有，一切的有是虛幻的有，佛法空是畢竟空，是一種空空，是一種微細觀察，心靈寧靜，一種證得諸法實相為空相，空有不二，空即是色，色即是空，受想行識，亦復如是。也就是只有當體即空，空才能生出萬有，空與有並不是二個對立的極端，不是離開有去談空，不

是離開空去談有，有就是空，空就是有，對空性要有正確了知。

勿做自性思維

世間乍看之下，種種現象，好像不在改變，好像是有，但其實一切有是假有，都是我們沒有證到空性的人所做的錯誤反應。有乃文字語言符號，我們都受到名言現象的迷惑，妄起分別。在佛法上想知道空性是什麼？佛陀稱大空王，佛門為空門，並不是離開有的空，不理世間人事物，而是當體即空，熱愛人生，關懷眾生，救度眾生脫離煩惱，這才是真正的空門。空有是不二，千萬不要做有自性有的解釋。不要把空誤解為斷滅空，或是離開有的空，應該了解色即是空，空即是色，空即是有，受想行識，亦復如是，對空有真正的了解。如何對空真正認知？可以用時間空間作指數的標籤。如對台灣真了解，就不能以當下時間來認知，二〇〇一年的台灣，與公元二〇〇〇年、一九五〇年、一九四五年、一九〇一年、一八九五年的台灣絕對是不一樣的，如此才有空性相，由時間角度去了解一個事物，時間場合一直在改變，就不會產生自性思維，不會產生永遠不會改變的誤解，煩惱才可去除，情緒才可消滅，空性的智慧才可生起。從時間角度去了解一切事物，就會發現一切事物都是空性的。另一角度從空間去了解一個事物，也可以發現它是空性的，如外國人對台灣的印象，對台灣沒有真正了解。台北台灣與高雄台灣絕對不一樣，都市台灣與鄉下台灣絕對不一樣。若對台灣產生刻板印象，就會做自性有的思維，就會產生煩惱。唯有了解空性，從時

間空間去了解一個事物，才可了解如理的空性。換言之，說某某人很討厭，那就是執著，為什麼不換個角度去真正了解這個人？他是討厭的，可能是這個人當下不合我意，所以就對這個人感到討厭可惡。在過去某段時間他對我很好，可能未來時間他也會對我很好，一想到這點我們的關係就會改變，對他的觀念就再也不討厭了。我們所討厭的人，都會有人說他好，至少他的家人，他的好朋友，都會說他好。我們不可以自性有思維，我們要產生空性，從不同的時間或空間的角度去了解一個人，就可以發現他呈現多面目，如此才可產生智慧。實踐空性並不是叫我們善惡不分，不是叫我們做一個渾沌的人，不是叫我們做沒有智慧的人，而是當一個智慧慈悲的人。如某人當下可能因無明火起，因此犯了大錯，做了大壞事，我們也不要憎恨。我們從空性的角度去理解他，用空性的智慧去引導他，去對待他，我們不會放棄他，我們會體諒他。他可能在當下因無明火而犯下滔天大罪，因當下很多因緣使他做無明的反應，我們要用空性慈悲來對待。唯有真正的智慧，才有真正的慈悲。佛教大空王，佛是大慈大悲的，大空王是從無限的時間空間來觀察一個現象，他不會執著在一個時間或空間點上，來說那個人是十惡不赦的壞人。他會觀察前因後果，他會用無限的時間空間來了解現象。從空性的角度看，一個人做壞事只不過是無明火產生的，是因為他沒有智慧才產生的，因此要用大悲憫的心來對待、來救度他，佛稱為大空王的原因就在此。他把時

間空間無限的擴展。如用針孔一般的眼光來看污點，污點會顯得很大；如用無限的宇宙的空間來看，那污點是可以被忽略的，是可以抹滅的，污點是會變化的，是會過去的。一個真正的大空王，真正的智慧者，真正的慈悲者，他不會執著在一個有限的時間空間上來看人事物，因此他便有大智慧、有大慈悲、有大空見，來悲憫對待一切眾生。

自性思維的第二個方法是在名詞之上加括弧，如「天才」兒童、「大」好人、「酷」妹。不要以為天才兒童什麼都行，他只是某一方面表現很好而已。天才兒童的情緒管理可能不好，在人際關係上處理不好就會鑽牛角尖，所以天才兒童也會自殺，提早結束生命，為什麼？因為他沒有空性智慧。不妨在名詞之前加上括號，如「天才」兒童，「大」好人，「酷」妹，限定一個形容詞，才不會執著，才不會非理性的思維，非理性的對待一切人事物。用大空的角度、用全方位的角度來了解人事物，才能讓我們的心安定下來，見到空性。用括弧表示限定一個形容詞，僅適用在一個範圍內，如此才不會氾濫，才不會落入另一種執著，才會產生真的空性見，如此我們心才不會受干擾，我們才不會做非理性的思維，非理性的對待一切的人事物。用大空的角度，用全方位、用無限的時空場合來了解人事物，如此才能讓我們的心安定下來，才能安住此心，才可見到

空性，才可療癒無明的情緒作用。若執著在一個有限空間時間點，會使自己不快樂，別人不快樂，周遭事物都搞碴了。

第三種方法在兩個或數個名詞之間加聯字符號，如時間—空間、生物—化學、陰—陽、色—空、情緒—困擾。表示一切法都是屬於對待的，不是絕對的，色不異空，空不異色，當體即空，也就是面對色受想行識要看到空性，如此我們才能夠真正體會一切法皆是可改變的。因空性才有一切法產生，才不會把一個現象當成絕對的，知道世間法都是相對的。

空是絕對的超越，意思為徹底的沒有，超越一切思維、現象，當體即空，空即是色，色即是空，並非實質的決定，決定不可改變的決定，是非實質的決定，也就是空有不二，這二者並沒有差異。要不住於有，不住於無，不住於一切對待，我們知道一切相待。世間一切法是相對的，因為有痛苦才會有快樂。因為有快樂才會痛苦。因為痛苦是無自性，情緒一轉就會有快樂所以快樂、痛苦都不是真正的。有因有空，空因有有，空有不二，一切都是相對。當體即空，空也可以產生妙有，換言之，對佛法的空要有正確認識，要有空性見，空不是斷滅的無，空即是有的當體即空，自性不可得，告訴我們空有的當下是空，雖然現在有煩惱有痛苦，但是煩惱痛苦的自性不可得，是一直在改變的，不是常住性的，是無我性的，不是常一主宰的，因此我們信心常在，當下解脫，當下解脫一切束縛。為什麼會有情緒反應呢？為什麼會有痛苦的反應呢？為什麼會在生死輪迴裡面永遠解脫不了呢？為什麼執著人事物的痛苦基因都不會改變？換言之，若執著一切的人事物、現象是永恆的有，不是幻有、暫起暫滅的有，情緒反應就來了。我們從有限的時間空間去對待一個人

事物，產生了自性執，產生非理性的對待，就會有莫名其妙的反應、錯誤的見解。用有限的眼耳鼻舌身意、用針孔般的時間空間去看人事物，必然產生煩惱的情緒反應，因為沒有看到整體全貌，沒有把瞬間擴展到過去未來，只執著於目前的瞬間。

合我意就高興，不合我意就痛苦憤怒，沒有辦法見到如實的實相，產生不了真正的空性見。因此，大乘佛教才會正解「色不異空，空不異色」，大乘佛教才會悲智雙運，大乘佛教才會空有不二，一切畢竟空，一切空不可得。唯有大智慧才能跳躍有限的時間，才能跳躍有限的空間而證得空性正見，能像佛陀一樣當個大空王。大空王就是不執著，不執著在時間空間點上，把時間空間擴展到無限，心就大起來，就可看到真實的面目，看到一切都是假相，唯有那不變之空性，才是人事物真正的面目，所以佛陀稱為大空王。唯有證得畢竟空，證得大空，才能真正成佛，才能離開一切無明情緒的反應。

（全文完）

各位居士大德：吉祥如意！

『慧炬行願隊』即將成立，徵求發心菩薩，如有意者請與本會聯絡，由於您的加入將使『行願隊』有願必成。

義工項目：

一、行政組：文書、電腦編輯、校對、資料整理。

二、法務組：念佛共修、助念、禪修營、香燈、香積。

三、弘法組：專題講演、學術會議、學術講座、大專生及青少年輔導。

四、福田組：探訪關懷會員、獨居老人、育幼院、孤兒院。

電　話：02-2755-4807轉17　傳　真：02-2708-5054

E-mail：tow@ms2.hinet.net

住　址：106台北市建國南路一段270巷10號　中華慧炬佛學會