

# 福慧集

(一)

釋厚觀





## 自序

釋厚觀

筆者自 1996 年回國後任教迄今，轉眼間已過了 15 年。這 15 年當中，於 1999 年 6 月至 2006 年 6 月擔任過福嚴精舍第 12、13 任住持，兼佛學院院長；緊接著又於 2006 年 7 月至 2010 年 6 月擔任台北慧日講堂第 13 任住持一職。今年（2010 年）6 月，筆者於慧日講堂住持四年任期屆滿，未料又被福慧僧團推舉為福嚴精舍第 15 任住持兼佛學院院長。在福嚴精舍住持交接的日子，筆者思惟著有什麼樣的「禮物」可以與大眾結緣。於是，想到將筆者在「福、慧」兩道場開示或撰寫的短文結集成書，一方面與大眾分享，另一方面就教於方家。

這本小書名為《福慧集》，主要有兩個用意：

一、過去這段時間，筆者常住於福嚴精舍、慧日講堂這兩個道場教書、弘法，或應邀至其他寺院、佛學社團演講。由於本書所收錄的文章大多是講授於「福嚴、慧日」兩道場，包含了福嚴精舍半月誦戒時對沙彌的勉勵，或在佛學院課堂上的研討，以及對慧日講堂信眾的開示，因此取名為《福慧集》。

二、今取名為《福慧集》，另有一重要意義，就是希望與大眾共勉，願大家都能「廣集福德、智慧資糧」。《大智度論》云：「欲成佛道，凡有二門：一者、福德，二者、智慧。」<sup>1</sup>古德又言：「入道必以智慧為本，智慧必以福德為基。譬猶鳥備二翼倏舉千尋，車足兩輪一馳千里。」<sup>2</sup>佛陀悲智雙運、福慧圓滿，我們學佛，也應發慈悲心，以不貪、不瞋、不癡三善根相應修一切善法、利益眾生，修集福德資糧；以聞、思、修慧廣集智慧資糧，最終圓成「福德莊嚴、智慧圓滿」的究竟佛果。

由於以上這兩個理由，因此將此書取名為《福慧集》。

因為其他點點滴滴的開示、講錄，尚無暇整理，因此目前先發行《福慧集（一）》，期待日後因緣具足時，能再有續集出版。

2010年6月12日，於慧日講堂

---

1 參見《大智度論》卷15〈1序品〉（大正25，172b11-12）。

2 參見梁慧皎《高僧傳》卷13（大正50，413b11-13）。



# 目錄

自序 .....	I
【第一篇 如說修行】	
01 憶念三寶 .....	01
02 道心爲學 .....	04
03 時時自省，長養慧命 .....	10
04 斷除煩惱 .....	12
05 隨喜懺悔有作有集 .....	14
06 福德與福報 .....	16
07 你是「善男子、善女人」嗎 .....	20
08 如何事事如意 .....	25
09 不二法門 .....	27
10 如臨深淵、如履薄冰面對修行 .....	29
11 心念與業報 .....	46

## 【第二篇 菩薩正行】

01 菩薩同學 .....	90
02 如何修忍辱 .....	94
03 菩薩不起輕慢心 .....	132
04 自利利他 .....	137
05 菩薩爲何於無量劫 往來生死修學大乘 .....	148
06 聲聞、辟支佛與佛有差別嗎 .....	155
07 何時才能得解脫、成佛 .....	162

第一篇  
如說修行



## 憶念三寶

又過了一年了，從好的方面來說，經驗隨著歲月增長了；但從另一方面來看，則是「命亦隨滅，如少水魚」。印順導師在〈新年應有新觀念〉一文中說：「凡沒有到達究竟地步，什麼人也是一樣，都在前因後果，造業受報的過程中。」<sup>1</sup>如是因，如是果。若放逸、懈怠的話，一失人身，是否還能見佛聞法？如想要生生世世生逢佛世，聽聞正法，必須與三寶結的緣要夠深才行！

### 一、從「佛」來說：

你希望下輩子生在無佛的世界嗎？如果想要生逢佛世的話，請趕快禮敬諸佛、稱讚如來、經常憶念諸佛吧！如果我們不隨佛學，反而欺騙諸佛的話，想要見佛聞法也難。

龍樹菩薩《十住毘婆沙論》中說：「欺誑眾生是名欺佛。」<sup>2</sup>這句話值得我們警惕！因為佛無所不知，即使想欺騙也欺騙不了的。而其他的眾生則是佛度化的對象，也是未來佛，若我們欺騙了眾生，佛會歡喜嗎？一旦與眾生結了惡緣，將來我們要度化他恐怕就不容易了。

---

1 參見印順法師《佛法是救世之光》〈新年應有新觀念〉p.250。

2 參見《十住毘婆沙論》卷2〈4 淨地品〉（大正26，30a5）。

## 二、從「法」來說：

《十住毘婆沙論》中說有四法退失智慧：「一、不敬法及說法者。二、於要法祕匿吝惜。三、樂法者為作障礙，壞其聽心。四、懷憍慢自高卑人。」（大正 26，65c29-66a2）如果不想退失智慧的話，「對法恭敬」是大前提！我們可以反省一下，我們「敬法」了嗎？好好「聞法」、「學法」、依教奉行了嗎？我們的起心動念是與清淨解脫法相應呢？還是與生死雜染法相應？如果想要避免「法難、法滅」的話，大家積極來「護法」、「弘揚正法」吧！

## 三、從「僧」來說：

「僧」是「和合眾」的意思。你希望在學佛道路上孤獨而行嗎？你希望周圍的人是勾心鬥角的人嗎？如果希望有善知識提攜且同願同行的話，好好廣結善緣吧！

《大智度論》說：「我們應視師如佛；如果無法遇到好的善知識，那只怪自己先世福德因緣不具足，不能怪別人！」<sup>3</sup>我們不是為了尋求善知識的過失，而是想學習師長的長處。能這樣，才能到處有師長可親近，隨處都能得益。願大家「敬僧」、「護僧」、「讚僧」，彼此結個善的法緣吧！

---

<sup>3</sup> 參見《大智度論》卷 96〈87 涅槃如化品〉（大正 25，733b-c）。

總之，「佛如醫王，法如良藥，僧如瞻病人。」<sup>4</sup>我們與三寶結的善緣越深，見佛、聞法、親近善知識的機會就越大，這不但有助於自己道業的增上，也能幫助正法久住於世間。

希望大家相互勉勵，展轉增上，願以此與大家共勉。

---

4 參見《大智度論》卷 22〈1 序品〉（大正 25，224a22）。

## 道心爲學

(1987. 12. 15)

### 一、師長的叮嚀

來日本之前，家師<sup>上</sup>印<sup>下</sup>順上人訓勉再三：「1、要為『佛法』而學；2、不要忘了出家人的本分；3、要用學問，不要被學問用，身體也很重要……。」中華佛學研究所所長聖嚴法師也以「道心第一，健康第二，學問第三」勉勵。回顧三年佛研所生活，展望未來佛教教育，不禁有了一些感觸，正逢《人生》主編——佛研所的老同學（陳秀蘭居士）來函邀稿，我想就將它提出來與諸位佛學研究大德共勉。

### 二、修行與研究教理

「佛法源於佛陀的正覺。佛的應機說法，隨宜立制，並不等於佛的正覺。……而有因時、因地、因人的適應性。」<sup>1</sup>佛陀在世時已是因時、因地、因人而隨機說法立制，加上我們並未親聞佛語，於時間上，離佛世已有二千多年；在空間上，由印度到中國，各有不同的文化背景；而人物方面，歷經多少祖師大德次第相傳，在這樣的緣起世諦流布中，不能不因時、因地、因人而有所演變，有所發展。雖然佛弟子以「修行」正覺為重心，但面對教外邪說雜陳、

---

1 參見印順法師《說一切有部為主的論書與論師之研究》〈序〉p.2。

教內異說林立，到底應如何修，以及修的方法是否正確，還有賴「教理」來破邪顯正，引導修行。我們依經教來實地修行，以修行來體證經教，二者是相輔相成的。

《中論》〈觀四諦品〉云：「諸佛依二諦，為眾生說法，一以世俗諦，二第一義諦。若人不能知，分別於二諦，則於深佛法，不知真實義。若不依俗諦，不得第一義；不得第一義，則不得涅槃。」<sup>2</sup>佛為教化眾生，不得不依世俗言說，但問題是文字本身也有表達上的限制，而且在這麼多演變、發展的教理中，如何抉擇佛的真義，又依之聞思修證，實在是個重要的課題。

### 三、佛教學與佛教

近百年來，日本以中國固有的佛教為基礎，加上現代的研究方法，在佛學研究上有很好的成績。例如透過佛教史的研究，《阿含經》被重新賦予較高的評價。但正當大家積極從事文獻研究時，也有人注意到其潛在的危機。平川彰教授在《佛教研究入門》（p.28-p.29）一書中即指出：

要客觀地理解佛教思想，不能缺少文獻學的研究，但文獻學應該用來幫助佛教思想的理解，若只是為文獻而文獻，對人類沒有絲毫貢獻的話，「佛教學」將無法持久，早晚也會沒落的。因為雖然「佛教學」興盛了，但「佛教」卻衰微了，假如「佛教」沒有了，又如何能期待「佛教學」的發展呢？

2 《中論》卷4〈24 觀四諦品〉（大正 30，32c16-33a3）。



近年來，不論在國內、國外，不少人正積極從事佛學研究，如果大家都能重視「修行方法」的闡明，以及從佛教史的演變中，記取佛教興衰教訓，藉以鑑往知來，這樣的研究或許更有意義。

由於梵文原典的發現，部分學者把注意力轉向梵文原典，卻忽略了漢譯經典的價值。其實，鳩摩羅什及其以前的譯本，比現存七世紀以後的梵文寫本之年代要早，二者的不同是非常值得比較研究的。家師說：「要說中國佛教（此地非指天台、禪等中國佛教）還有可研究之處，這裏就是。」此外，佛法能否住世，不只是個人的修證問題，據傳古佛沒有依律攝僧，因此正法不能久住。而嚴格說來，目前中國並沒有依律而住的僧團，因此「戒律的真正意義，我們出家人要有人發心去研究。」<sup>3</sup>

#### 四、教學、研究與教化

一般而言，大學教育的功能有三：1、教學，2、研究，3、社會服務。以東京大學醫學部大學院（即研究所）為例。老師、學生都在做實驗——「研究」，課堂上的講學較少，「教學」是在研究中實施，而社會上有任何醫療保健上的問題，常會請教大學教授，並透過新聞、電視等傳播媒體報導出來，以「服務社會」；而新的問題，也就成

---

3 參見印順法師《華雨集第五冊》〈研究佛法的立場與方法〉p.71。

為新的研究題目。換句話說：研究題目是取決於社會人類的需要。其實，佛教教育也是如此，除了課堂上的講授外，也應對教理、修證及僧團等問題加以研究。

但是，如僅有少數人的內證、研究，而缺少了廣泛的「外化」（類似前所說的「社會服務」），也是無法將佛法普及的。缺少了後進的泉源，佛法也會有中斷的危險。因此從事高級佛學研究者，也不應該忽視從事通俗教化、慈善事業的佛弟子。因為他們將理論與修證表現於做人處事上，不也是同樣在實踐佛法、弘揚佛法嗎？

教化眾生，不能沒有方便，但值得注意的是：通俗教化者若一味地迎合世俗，失去了佛法的特質——「解脫」、「成佛」，也就不成為「佛」教了。另一方面，研究者若一味地高談闊論，忽略了對眾生的教化，也容易重蹈阿毘達磨佛教的覆轍。

本來，阿毘達磨論者積極從事「法」的研究並非不當；因為佛滅度了，佛弟子無法直接請教佛陀修證上的問題，但他們發現，依著佛說的「法」修行，仍可達到解脫。他們認為：對「法」的認識越透徹，越能瞭解真理，越接近解脫。於是積極地將佛陀隨機所說的法，做一番整理、歸納、分類，使組織化、次第化。對一些重要問題的提出、論究，真是功不可沒。但行之久遠，為了與其他部派論爭，連人為什麼有兩隻眼睛，卻只有一張嘴巴也要論究一番。從此，佛法成了少數人思辯的工具，反倒無法利益更廣泛的眾生。

因此，佛教教育須要一方面「教學」，培養師資，從事廣泛的「教化」；一方面針對眾生修證的方法及僧團的問題加以「研究」，三者是密不可分的。這樣的佛教教育才能對佛教有貢獻，對自己有幫助。

### 五、為「佛法」而學

曾請教家師對僧教育的看法，家師說：「既然是僧教育，就是出家人的教育，一定要『嚴格』。儘管初級班、高級班、研究所重點各有不同，但最基本的——『培養健全的僧格』並無二致。」以前我對部分大學生到福嚴佛學院上初級班感到奇怪，後來才深深瞭解，培養健全的僧格（含在家眾健全的品格），比培養增上慢心的一般學者更重要。要成為世間的正人君子已不容易，何況要成為一出世的聖賢！因此佛教教育，不管「教學」、「研究」、「教化」，無不以此為重心。能如此，方能使眾生得離苦、正法得久住。

前些日子家師惠贈法相一幀，並寫著警語數句：

為利濟人群而學，為自淨其心而學，  
為探求佛法而外出求學，勿作世間學問想。

中華佛研所同屆同學惠空法師也說：「世間的學問比不完，輸人家一點沒什麼。」的確，為了在世間學上比高下，卻忽略了佛法的真實意義，不但無益人群，反而徒增

我慢煩惱，多麼得不償失。

有人戲稱我們第二屆的八位同學為「八仙過海」，佛研所的海雖已過了，現又過了一海到日本求學，但真正的「人生苦海」還有待認真修行來克服呢！

佛教的事必須大家一起來做，因個人才淺德薄，以上所言未必皆能做到，但希望藉此與大家共勉，如有不當，還請不吝指正。

## 時時自省，長養慧命

訓勉沙彌（2005.12.15）

上個星期，大家參加禪三，覺得自己內心是否安住？心念是否清淨？或總是心猿意馬、妄想紛飛，雜念、邪念不斷地湧現？如果我們自己反省一下，心念無法調伏，無法令它清淨，到底原因是出在什麼地方？

是不是我們過去世累劫以來的習氣太重，或者現在世沾染的染污太多，造成我們內心的染著太深而無法降伏？或是說我們對法門的瞭解不夠透徹？或者我們已經瞭解了，卻沒有全心全力地貫徹實踐？抑或是這三者都有？雜染、習氣粗重、法門不精又沒有全力以赴？那麼，其結果當然可知了。

既然如此，我們應如何來對治呢？我想，這只能靠自己多用心了，別人可是幫不上忙的。一個人要吸收營養，要吃有益的食物，生命才能夠維持、增長。反之，如果我們吃進去的都是毒素，接觸的環境都是有害身心的，我們就可以知道這個人的壽命已經不長了！

同樣地，我們也是要以「戒、定、慧」來維持我們的慧命，增長我們的慧命。如果所接觸的都是與雜染生死相應的事物，吸收進去的也都是這些東西，那麼，我們就可以知道這個人的慧命不長了！

如今，我們知道要學佛、知道要出家，這是難能可貴的，希望大家能夠各自努力才好。

## 斷除煩惱

訓勉沙彌（2006.01.14）

煩惱有很多種別名，其中一個就是「漏」，「漏」就是煩惱。阿羅漢漏盡，是貪、瞋、癡等永盡。當我們有煩惱，要隨時斷除，不然功德水漏失了，什麼時候才能功德圓滿呢？

我們人都不希望受苦，可是很奇怪，我們卻很喜歡去造作、積集苦的原因。而這苦的原因，其實就是煩惱與業。惑、業、苦三者不斷地循環。因此我們對自己的一舉一動、所作所為，都要非常清楚；對自己的起心動念，也要非常明白，要有很高的警覺性；要能明瞭有什麼煩惱現行，或瞭解正在造作什麼樣的業，將來會感得何種果報。

當覺察到煩惱一生起，就要隨時斷除，如果放任不改，依照《瑜伽師地論》<sup>1</sup>所說，有些潛在的業力就會起現行，下品的煩惱就會起中品的煩惱；繼續放任不改，中品就會展轉起上品的煩惱，接著就會引生我們這一生種種的惡業受苦；更進一步，還會帶來來生的種種苦報。

---

1 《瑜伽師地論》卷 95：「習行如是諸邪行者，於現法中未現前漏令起現前；既現前已，令依下品起其中品，令依中品起其上品，由此為因，生起當來老病死等一切苦法。如是當知由於如理及不如理不實知故，造作苦諦、集諦雜染。」（大正 30，841b2-7）

所以，希望大家隨時隨地留意自己的身、口、意，息滅貪、瞋、癡。今天簡單說這些與各位共勉。



## 隨喜懺悔有作有集

訓勉沙彌 (2006.03.28)

我們在《大智度論》的課程裡面，有談到許多不錯的佳句、值得省思的話，我想今天再提出一些跟各位同學共勉。研究所和大四的同學也再次複習一下，加深印象。

《大智度論》裡面提到，我們的「業」除了「造作」以外，還有「積集」，那麼在《成實論》裡面就有四句。<sup>1</sup>

第一種，我們自己造作了又能生隨喜心、懺悔心，這個稱為「有作有集」。舉個例子來說，當沒有人要到大寮做事，這時如果有個同學自己發心去做，這個就是有作；而他內心也感到很歡喜。這種以歡喜心為大眾服務，就是「有作有集」。

第二種是「有作不集」。他雖然去做了，可是卻滿肚子不高興，或者做了以後又後悔，這個就是「有作不集」。

---

1 《成實論》卷7：「業有四種：有作不集，有集不作，有亦作亦集，有不作不集。**作不集**者，如作殺等業後則心悔，作施等業後亦心悔，又起作業心不復憶，是名作非集。**集不作**者，若他作殺等則心生喜，他作施等心亦生喜。**亦作亦集**者，若作殺等罪施等福亦心生喜。**不作不集**者，亦不作亦不生喜。於是中，亦作亦集是必受報。如經中說：『若業亦作亦集，是業必受果報。』是故作集業，若現受報，若生受報，若後受報。」（大正 32，290c8-18）

第三種是「不作有集」。自己沒有辦法做，但看到別人去做，他很歡喜很讚歎，而不是說風涼話：「啊！還好有你去做！」不是這樣，而是打從內心地感到「如果我有能力、有空閒，我也願意發心」。這樣打從內心誠懇地讚歎、隨喜，雖然他本身沒有親自做，但這個隨喜是功德無量的。

第四種是「不作不集」。

由此可以知道，雖然造作本身是個「業」，可是這個「積集」，也可令我們福德隨增。倘若我們看到別人做，內心不但沒有讚歎隨喜，反而說一些風涼話，退失他人的道心，或阻礙人家發心修行，依《大智度論》來講，今生我們障礙了別人，將來在聞法各方面也都會碰到障礙；更嚴重的話，甚至會生到「八難」之地，障礙我們聽聞佛法。所以，這值得我們同學好好警惕。戒法也是如此，我們自己做不到，理應產生慚愧心，如果反而加以輕慢、毀謗戒法，罪業會更加重。所以，希望大家在日用尋常當中，能夠好好反省、觀察我們自己。「隨喜」講起來容易，真的做起來，也是要一番努力才行。希望大家好好共勉！

## 福德與福報

### 一、福德莊嚴、慧日普照

佛是福慧圓滿，我們想要成佛，福德與智慧都要具足圓滿才行。印順導師創建了「福嚴精舍」與「慧日講堂」兩個道場，主要是希望大家能「福德莊嚴、慧日普照」，要福慧雙修。然而什麼是「福德」？什麼是「福報」？這兩者又有什麼不同？《大智度論》有幾段話值得我們深思。

### 二、與不貪、不瞋、不癡相應，廣行一切善法名為福德

關於「福德」的定義，《大智度論》卷 61（大正 25，488b18-21）的這段文值得注意：

初發心作願：「我當度一切眾生。」是心相應三善根：不貪、不瞋、不癡；善根相應諸善法，及善根所起身、口業，和合是法，名為福德。

菩薩發願度一切眾生，這樣的發心要與不貪、不瞋、不癡三善根相應才行。所謂「善根」的「根」，就是根本，不是枝末；如果只在身口表面下功夫，而沒有徹底淨化內心的話，那都只不過是枝末而已。而從另一方面來說，如果只是心裡發願行善，這還不夠，必須依三善根起身業、口業，以實際行動來利益一切眾生才行。比如說我內心不貪，但不是只有內心不貪就好，我們實踐出來要行布施；不瞋，我們表現出來要和顏悅色。所以《大智度論》對「福德」所下的完整定義是：發心度一切眾生，此發心是

與不貪、不瞋、不癡三善根相應的，也相應於其他種種的善法，此清淨無染的心與善根所起的身業、口業和合，方名為「福德」。

與「三善根」相反的是「三不善根」，也就是貪、瞋、癡三毒，一切的不善法都由此而出。如果所做的行為夾雜了貪、瞋、癡，因為「根」已經不清淨了，即使行布施等，也都變成是雜染的了。

### 三、布施非即是福，如針導縫衣，縫非針也

《大智度論》卷 30（大正 25，282a29-b2）云：

善根者，三善根：無貪善根、無瞋善根、無癡善根。一切諸善法，皆從三善根生增長；如藥樹、草木，因有根故，得生成增長——以是故名為諸善根。今言「善根」者，善根因緣供養之具，所謂花香、燈明，及法供養，持戒、誦經等，因中說果。何以故？香華不定，以善心供養故，名為善根。布施非即是福，但能破慳貪，開善法門；善根名為福，如針導縫衣，縫非針也。<sup>1</sup>

「善根」主要是無貪、無瞋、無癡等三善根，而花香、燈明等供養品只是「善根的助緣」，這些物品本身還不是善根，必須配合善心供養才名為善根。或許有人以為

1 《大智度論》卷 92〈82 淨佛國土品〉：「雖知善惡諸法是苦樂因緣，如一切心、心數法中，得道時智慧為大；攝心中定為大；作業時思為大；得是思業已，起身、口、意業。布施、禪定等，以思為首；譬如縫衣，以針為導。」（大正 25，708c24-28）

行大布施就能得大福報，但《大智度論》說，布施並非就是福，但能破除慳貪煩惱，遮不善門，而打開善門；不貪、不瞋、不癡善根才是福德。就如穿針引線縫衣服一樣，如果只有針而沒有線，或只有線而沒有針來引導，都是不能縫衣服的；同樣地，具備花香、燈明等物品，又能以不貪、不瞋、不癡的善心來布施供養，去除慳貪等煩惱，增長諸善法才是福德！如果我們布施是想要貪求回報，或者沽名釣譽，這些其實是稱不上福德的。

又如《大智度論》卷 17（大正 25，180b26-27）說：

菩薩行布施、持戒、忍辱，是三事名為福德門。

行布施、持戒、忍辱，這只是「福德之門」而已，不一定能登堂入室，如果沒有破除慳貪惡行、瞋恚等煩惱，未與三善根相應的話，還不能稱之為「福德」。

#### 四、「福德」與「福報」

或許有人認為，某某人衣食無缺、資具豐厚，真有「福報」！但這樣的「福報」是否就等於「福德」？《大智度論》有一段文透露了「福德」與「福報」這兩者的不同，如《大智度論》卷 61（大正 25，488a9-13）云：

是果報可與一切眾生，以果中說因故，言福德與眾生共。若福德可以與人者，諸佛從初發心所集福德，盡可與人，然後更作。善法體不可與人，今直以無畏、無惱施與眾生。

這段文牽涉到「迴向」的問題。有人說：「你好好修行，把功德全部迴向給我，然後你自己再繼續修。」試問這可能嗎？在《大智度論》提到一個重要的觀念，「共一切眾生者，是福德不可得與一切眾生，而果報可與。」<sup>2</sup>也就是說：「福德」其實是不能與眾生分享的，但由福德所感得的「果報」，則可以與眾生分享。

「福德」其實是一種「善法體」，這是善法，不是果報。如上所說，它是與三善根相應而廣行一切善法的身、口、意業，這樣的「善法體」並不是物質資具，怎麼可以轉給他人呢？真能給他人的，其實是由「善法體」所感得的果報，這種果報名之為「福報」。

例如菩薩以不貪、不瞋、不癡來行布施，這樣的「善法體」，便能感得種種資具，可以用這些資具來利益眾生；或是菩薩以三善根來修持戒、忍辱、般若等，可以感得相貌莊嚴、智慧明達、辯才無礙，如菩薩有所說法，眾生也樂於信受。所以，經說「福德與眾生共」，其實這是果中說因；嚴格說來，是菩薩透過福德這樣的善法體所感得的果報（福報）來與眾生分享，用它來利益眾生！

想要得大福報，就必須不斷地積集「福德」才行；反之，如果沒有持續不斷地累積福德，再大的福報也終有用盡的一天！

---

2 《大智度論》卷 61〈39 隨喜迴向品〉（大正 25，487c28-488a1）。

## 你是「善男子、善女人」嗎

(慧日講堂，藥師法會開示，2009.11.14)

佛典上經常說：「比丘、比丘尼、善男子、善女人」，但是佛弟子之中，是否所有的男眾一定都是善男人，所有的女眾都是善女人呢？其實不一定。既然稱為「善」，要具有善的特質。《大智度論》<sup>1</sup>對於善的特徵有列出一些，我們可以藉以反省一下：我到底是不是善男子？我到底是不是善女人？

《大智度論》卷 35〈2 報應品〉（大正 25，316 a11-14）云：

善相者，有慈悲心，能忍惡罵。如《法句·罵品》中說：「能忍惡罵人，是名人中上！」譬如好良馬，可中為王乘。

首先，「善相者，有慈悲心，能忍惡罵。」我們是不是能忍惡罵？不必說人家稍微罵我們，有時候只是給一個不好的臉色，自己的心裡已經非常不舒服了。如《法句經·罵品》中說：「能忍惡罵人，是名人中上！」這樣的人才是人中的上人。所以，我們一般尊稱「某某上人」，那是人上人的意思，需要具有比較高的德性。「譬如好良馬，可中為王乘。」這不是普通一般的馬，而是要特別好的馬才能夠作為國王的坐騎。

---

<sup>1</sup>《大智度論》卷 35〈2 報應品〉（大正 25，316 a11-23）。

《大智度論》卷 35 又說：「復次，以五種邪語及鞭杖、打害、縛繫等，不能毀壞其心，是名為善相。」（大正 25，316 a11-14）

其次，善男子、善女人也要具備幾種善相：即使有人用五種邪語說我們的過失，或用繩索加以綑綁，乃至用棍棒等來加以鞭打，我們仍然不改變學佛的志向，不改變正確的看法與作為，如果能夠具備這樣，那才是善男子、善女人。

五種邪語是：一、妄語說別人的過失，二、惡口說別人的過失，三、不是在恰當的時機而說別人的過失，四、惡心說過，五、不利益說過。<sup>2</sup>

我們一方面不要因五種邪語而退志，另一方面如要舉發別人的過失，或是勸告他人，應該要具備五個要件<sup>3</sup>：

第一、他所犯的錯誤是真實的，我們不是說妄語。我們要確認對方的確有過失，是真實有過失，而不是真相未

---

2 鳩摩羅什譯《禪法要解》卷上：「五種邪語不能壞心。五種者，一、妄語說過，二、惡口說過，三、不時說過，四、惡心說過，五、不利益說過。」（大正 15，290c19-21）

3 《雜阿含經》卷 18（497 經）（大正 2，129b28-c3）：  
佛告舍利弗：「若比丘令心安住五法得舉他罪。云何為五？實，非不實；時，不非時；義饒益，非非義饒益；柔軟，不麤澁；慈心，不瞋恚。舍利弗！舉罪比丘具此五法，得舉他罪。」



明就羅織罪名，更不要惡意毀謗。

第二、要找恰當的時機，而不是非時說過。如果時機不恰當，不但效果不好，有時候還會引來反效果。

第三、義饒益，是確實為了別人的利益而來點醒他，希望他能夠改過遷善。但是我們勸告別人，有時候並不是為別人好，而是自己感到非常不舒服，藉此機會發洩一下。那應該反省自己：我們這樣勸告是不是真能夠利益他人？或者只是引起他人的煩惱或反彈？

第四、在態度上要柔軟，要用柔軟語，而不是惡口或尖酸刻薄數落別人。事實上，我們說人家的過失，主要是希望他能改過，而不是為了讓自己發洩。那如果我們看到別人犯錯，有時候自己很生氣，又用話來刺傷別人，這樣不好。

第五、在內心來說，是要以慈悲的善心，而不是起惡心。我們反省自己：在指正別人過失的時候，到底是起善念？或者是起惡念？

我們想想自己有沒有具備這些？在場有人回答有，不錯喔！不過，要反省自己是不是如實語。

此外，《大智度論》卷35（大正25，316a15-21）又說：

復次，三業無失，樂於善人，不毀他善，不顯己德；隨順眾人，不說他過；不著世樂，不求名譽，信樂

道德之樂；自業清淨，不惱眾生；心貴實法，輕賤世事；唯好直信，不隨他誑；為一切眾生得樂故，自捨己樂；令一切眾生得離苦故，以身代之。

「三業無失」，三業就是身業、口業、意業，要三業都沒有過失。我們有時候起心動念，真要意念沒有過失，這不容易。「樂於善人」，而且我們是樂於幫助別人。「不毀他善」，當我們看到別人為善，就要隨喜、稱讚，而不是故意把他壓低，或者講一些風涼話等等。「不顯己德」，即使自己非常有涵養，也不會特別顯耀、高傲；「隨順眾人，不說他過」，意思是不要隨便指責別人；「不著世樂，不求名譽，信樂道德之樂」，不執著世間的樂，不沽名釣譽，所好樂的是道德之樂；「自業清淨」，自己的業（行為）都非常清淨，「不惱眾生」。我們要不惱眾生，那可以反省自己，如果我們心情不好，是不是有時候去惱亂家人？那家人脾氣不好就亂摔碗盤，結果雞就飛了，狗也跳了，弄得雞飛狗跳。所以，我們如果有煩惱，自己要慢慢調伏，不要去惱亂眾生；「心貴實法，輕賤世事」，我們心裡要崇尚諸法的實相，而對於世間的事不要那麼看重；「唯好直信，不隨他誑」，就是我們要分辨正直，為人有信用，不因他人的花言巧語而受欺騙等等，自己要有智慧判斷；「為一切眾生得樂故，自捨己樂」，就是捨己為他，我們希望令一切眾生得離苦。眾生有苦，我們甚至自己願意代他受苦。那麼，像這樣具足無量的善法，就「名為善人相」。

所以，歸納起來，要有慈悲心，要能夠忍別人的邪語、打罵；再來，三業要清淨，樂於助人；要崇尚佛法，不要沽名釣譽等等；不惱眾生；令眾生得離苦，不為自己求安樂。能夠具備這些，那才名為善男子、善女人。

## 如何事事如意

訓勉沙彌（2005.11.01）

俗話說：「世間不如意的事，十常八九。」意思是：世間事常常十件有九件是不如意的。我們不如意的事有很多，譬如：要物資，沒物資；要資糧，沒資糧；要智慧，沒智慧；要善知識，沒善知識。這些不如意的事情該怎麼來對治才能事事如意？針對這個問題，正好《大智度論》<sup>1</sup>裡面有提到幾個方法，值得我們參考。

第一，就是要多種善根、福德因緣。所謂的「善根」，即我們一般所講的「三善根」，就是無貪、無瞋、無癡。所以，我們要盡量不執著一切法；若能不執著一切法，煩惱就淡薄，我們繫縛的就少。煩惱淡薄，自然慢慢、慢慢地善根就深厚。

第二，就是要長時間培養慈悲、福德、智慧，才能克服障礙，避免不如意的事發生。

第三，還要不斷地讓善心熏發，就能得到諸佛護念。如果我們跟「道」相應，不但佛菩薩看了會歡喜護念，其他的諸天、鬼神也會敬愛而護持助成。反之，如果我們煩惱深重，魔就來擾亂，不如意的事也會接踵而至。魔有好

---

<sup>1</sup>《大智度論》卷37〈3習相應品〉（大正25，332b27-333a1）。

幾種，如：死魔、五陰魔、煩惱魔、天魔等等。當我們煩惱一生起，對於很多事情就會產生種種的執著；更甚者，其他惡念也會隨之而起，或是犯了戒種種。一旦佛不護念，魔便趁虛而入，很多事就不如意了。因此，我們希望善根深厚、事事如意，就要多注意這些事情。

可是，有些事情也不完全是外界的魔來干擾，有時魔並未擾人而是我們庸人自擾。自己想太多有的沒有的，因虛妄的執著而產生種種爭端，這些都是造成我們事事不如意的因素。

所以，歸納一下，《大智度論》所提供讓我們事事如意的方法：首先，我們要不執著一切法，盡量跟空性相應，而煩惱自然就淡薄；煩惱減低了，善根自然就深厚；善根深厚，福德自然就增長。再來，就是須要長時間培養智慧、慈悲、福德，多廣結善緣。我們不要庸人自擾，時時保持清淨心才能與佛法相應，自然諸佛護念、鬼神同助。

今天簡單以此與各位共勉。

## 不二法門

訓勉沙彌（2002.12.03）

在佛教中常提到「不二法門」，而所謂的「不二法門」，就是要消除矛盾、差別及能所的對立。這「不二法門」也可以應用在戒律上的修持，藉由在不同的「人、事、時、地、物」當中，觀照自己的「身、語」是否能始終如一。

譬如在「人」方面來說，自己是否在大眾面前表現得像一位正人君子，但私底下卻是放逸身心，思想上充滿著不正的念頭？或是在師長面前表現得畢恭畢敬，但在背後卻閒言閒語批評師長？或是對待師長的態度是一回事，而對待同學的態度卻又是另外一回事？或在對待某甲、某乙時，是否會因自己主觀之好惡而有所差別？或是在應對尊卑、長幼、男女等不同人際關係時，自己的念頭是否能依然保持著「正念、正知」？

在「事」方面來說，是否受到讚美時會感到歡喜，但受到責罵時卻又表現出憤恨不平的態度？

在「時」方面來說，不論是在白天或晚上，自己是否能同樣精進用功，不會說到了晚上就懶散怠惰？或是說自己出家後與當初是在家人時相比，在護持佛法上是不是有著一樣的發心？或是自己受戒多年後，與當年是「新戒」時相比，對戒律的恭敬與受持上，會不會愈變愈老油條而不肯確實遵守？

在「地」方面，每天在上大殿作早晚課時，自己是否在佛陀聖像前表現出虔誠恭敬的樣子，但下殿後卻又放逸懈怠，而不能真實做到「君子慎其獨」的修養？

在「物」方面，是否對於自己喜歡的東西，會產生貪愛執取，但對不合己意的，卻感到厭惡而排擠？

希望大家都能以此來檢視身心，看看自己心裡想的與所做出來的行為是否「表裡如一」，是否「身、口」合一？問自己的道心是否能「真誠不二」？以此來自我反省，並願與諸位共勉。

希望大家都能真正入於「不二法門」，讓自己所說、所做都能言行一致，成為一個合乎戒律行儀的修行人。

## 如臨深淵、如履薄冰面對修行

(福嚴精舍，佛三開示，2004年9月)

### 一、懷著感恩心與警惕心，自他增上，共同成長

這三天來，非常感謝學務處各方面的規劃，也非常感謝打法器的同學，戰戰兢兢地為大家服務，他們因為職務所在，有時身心無法全然放下，可以說是犧牲了自己，而成就了大家的道業。香燈組、清潔組的同學也是一樣，都是盡心盡力，非常辛苦。很感謝每一位參與的同學以及外護的法師等。

一個因緣的成就，除了自己發心以外，善知識也很重要，包括指導的老師，以及外護的善知識，需要種種因緣具足才行，所以我們應當珍惜這個因緣。我們再想一想，如果是我自己單獨一個人修行，是不是還能夠這麼精進，還能夠有這麼好的成績？如果是的話，那麼恭喜你，你已經有某種自制的能力。反之，若不是藉助大家的力量，自己就容易懈怠的話，那麼，我們就應該起兩種心念：第一，是感恩的心，感謝眾生成就我們的道業。即使眾人在一起修行可能有諸多不便，但終究還是一個很好的增上緣，應該多加以珍惜。第二，是警惕的心。應警惕自己，必須趕快培養獨立作業的能力才行！畢竟在人生的關卡，最後無常到來的時候，每個人都是獨來獨往的。如果我們自己沒有培養出獨立作業的能力，那麼最後有可能措手不及。因



此，我們在自修的時候，應該多加反省自己不足的地方；在共修的時候，要抱持感恩的心來學習。

我們在共修的時候，是自他增上，共同成長；同舟共濟，大家同樣在一條生死船上，互相地扶持，互相地幫助。如果我們損惱了他人，干擾了別人，同樣地也會損惱了自己。在同一條生死船上，大家患難與共，就像一個家庭，如果有人受傷或是得重病了，其他人也都會受到影響。所以，以後上課或是輪值出坡，希望大家能夠互相幫助，把握和合、清淨、安樂的精神，自他增上。

時間非常地寶貴，不要再埋怨外在環境如何如何。把心往內收攝，不要去想維那、木魚怎麼打，那些由學務長、糾察老師他們來指導就好。重要的，其實就是把握當下。

我們的心念是這般地心猿意馬，難以調伏，我們的身體是多麼地粗重，而不能得到輕安。所以，在念佛修行的過程中，如果覺得有所不足，我們就應該生起慚愧心。平時多用心，在打坐的時候，不妨就把腿盤起來，平常就多練習，多攝心。

有時我們或許會覺得外界的環境很吵雜，但是如果你太在意外境，而一直在尋覓這噪音來自什麼地方，起念頭想要制止它，可是實際上卻達不到，只是徒增內心的煩亂而已。我們要求外面的環境盡如我意，要求所有的人配合我們，事實上是難以達到的。與其妄想要改變外面的環境，倒不如好好提升自己的心境。

## 二、射箭與念佛

雅典舉辦的奧林匹克運動會最近剛落幕，台灣的選手在這次射箭運動項目中，獲得了銀牌的殊榮。我們就以射箭功夫的養成，來談談佛三期間，大家該以什麼心態來精進修行。

一位射箭的選手想要得到好成績，必須在心態上留意三個重點：第一，每天不斷地練習，熟能生巧。第二，臨場沈著穩定、專注，放下得失心。第三，平時勤加練習的真正目的，其實就是要在關鍵的時刻能用得上！

首先，平常每天所做的練習，看起來只是不斷地重複同樣的動作而已，但為什麼選手們還是要反覆地練習，難道不會感到無聊嗎？其實，以佛法的觀點來看，會產生無聊乏味的感覺，是因為我們的心念太粗、太散亂了。事實上，因緣剎那生滅變化，都有著微妙的差異，選手們唯有專注不斷地練習，讓身心熟悉每一次微細的差異，才可能從容地面對環境中每個不同的變化。其實，修行也是如此，或許有些同學覺得這三天的念佛共修，都只是在念同一句佛號，太無聊了！其實，熟能生巧，雖然是同一句佛號，每個人的用心不同，功夫則千差萬別！

再者，是臨陣不亂的心境。以佛教的觀念來說，就是有禪定的功夫，內心專注在方法與技巧，把得失暫時擺放一邊。

最後，要念茲在茲提起心念。射箭選手最終的目標，無非就是希望在正式上場的關鍵時刻能正中鵠的。

而這又與念佛有什麼關係呢？導師曾經說過：「凡沒有到達究竟地步，什麼人也是一樣，都在前因後果，造業受報的過程中。不能勵力向上，誰也要墮落；能勵力向善，誰也會進步。」<sup>1</sup> 修學佛法若未到達究竟（至少不退轉），你我都仍在前因後果造業受報的過程中，正因為如此，更要懂得讓自己的善緣相續。

以射箭這個例子來說，正如同我們每天要不斷地練習讓善法生起，並放下得失之心，專心一意地念佛，深信善法的串習，可以促使自己在面對生死的關鍵時刻臨陣不亂。念茲在茲保持善念，如此才能不受無始的業力所障礙，而得自在解脫。

我們還是欲界的凡夫，有三種特別熾盛的煩惱：第一是貪欲，第二是散亂，第三是瞋恚。面對種種境界，往往因為不正思惟，隨之而生起粗重的煩惱。對凡夫來說，不必怎麼練習就與煩惱相應。反之，若真正要與善念、清淨心、禪定相應的話，卻須要不斷地練習，費好大的功夫才能勉強保持。孔子讚歎顏回說：「回也，其心三月不違仁，其餘則日月至焉而已矣。」<sup>2</sup> 我們許多舊同學，曾參加過許多次的佛三，是不是參加的次數越多，念佛功夫就越純

---

1 參見印順法師《佛法是救世之光》〈新年應有新觀念〉p.250。

2 出自《論語》〈雍也〉。

熟了呢？可能不一定！如果不用心，沒掌握到方法的話，或是純淨的心沒有好好保持，都有可能回到原點。我們不妨反省一下，自己是否有進步？如果有的話，則繼續用功；倘若退步了，則須回歸起點，腳踏實地從頭做起。

### 三、二六時中淨念相續——提升修行的質與量

學佛，不外乎就是希望在「質」與「量」上能達到佛的清淨圓滿境界。在「質」方面，具足佛的慈悲、空慧、禪定……等，使身、口、意提升到跟佛一樣的清淨。在「量」方面，就是希望能淨念相續，讓自己在每一剎那，或一秒、一分、一時……，甚至於二六時中都能保持正念正知。我們在念佛共修時也是如此，不論念佛、拜佛、經行的速度快或慢，都應內心保持平穩。即使是出坡、用餐或就寢，也要經常保持正念正知才行。

曾有居士跟我說，在參加禪七時，七天下來，隔壁學員長的什麼樣子都沒印象，只是專心一意地運用方法來觀照自心。大眾在佛三期間也是一樣，不要將念頭放在維那的聲音，或是執事法師法器打得怎麼樣，也不要埋怨外面的吵雜聲，好好地收攝身心，專注在佛號上！

如是因，如是果。凡夫與聖人的差別，主要就是有沒有斷我執。我們如果起心動念都是以自我為中心，那當然就是徹底的凡夫了。假如我們的發心伴隨著我執，就會有比較、有長短、有高低、有勝劣。如果我們處處為自己著

想，就容易只挑「喜歡做的事」，而沒有想到其實還有許多「應該做的事」卻沒有去做！有了我執，就很容易彼此較量，「明爭」不打緊，還要「暗鬥」！我們好好反省自己，這樣的行為，如果人都不喜歡的話，那麼佛還會喜歡嗎？在遇到種種逆境的時候，不妨想一想：「如果是佛的話，佛會怎麼處理？」

#### 四、珍惜健全的身心，專注當下，全心投入修行

大家都不想要痛苦，但為什麼還偏偏去聚集痛苦的原因呢？果報不可能與因緣相抵觸。你不相信因果沒關係，但因果相信你！

每當念頭散亂懈怠時，要即時提起精進心，反省自己到底要上進，還是要墮落？要清淨安樂，還是要染污憂悔？運動選手反覆地練習，還不一定能得到好的成績；禪宗古德終日參禪，也不一定開悟；在有限的時間內，若不好好珍惜，全心投入修行的話，別說是開悟，連淨化自己的身心都談不上！

記得以前我在日本留學時，聽聞過去曾有位禪師在樹上打坐，於是就和惠敏法師去參訪。不過，當地的住持說那棵樹已不在了，但我們覺得，縱使樹身已枯朽，去緬懷昔日禪師精進的舊地也好。後來，當我們親眼見到那棵殘存樹幹下面的峭壁，感受那深不可測的險峻，才體會古德完全將生死放下，修行求開悟的心情，真正是如臨深淵，

如履薄冰。由此看來，修行要有成果，必須專心一意，全力以赴！

「九住心」是修學禪定的過程。第一是內住，它的重點是把握正確的方向，要將攀緣於外的心往內收攝；第二是續住。對初學者而言，散亂的心往往要很久才能拉回來，而續住是不但要將心往內收攝，更要讓它相續而住；第三是安住。心安住於內，散亂一起，能立刻察覺，警覺力也比以前增強；第四是近住。這更進一步提升了預警的能力，妄念將起未起，即能預先覺了，防患未然。

我們打坐、念佛的時候，有時會覺得周遭環境吵雜，其實，真正吵我們的是自己的內心！我們常自言自語，埋怨這個，埋怨那個，內心的話可多著呢！這都不過是自己吵自己而已。所以，我們修行，專心專注，想要達到一心不亂，這是要不斷地練習才能達成。專心專注，就像水蒸氣一樣，若集中力量的話，甚至可以推動火車；我們的心念也是如此，集中心力的話，自然就有力量；散亂的話，力量就使不出來。

我們念佛，在最後迴向的時候，有提到「願以此功德，莊嚴佛淨土，上報四重恩，下濟三途苦」。如果我們散心雜話，那我們還有什麼功德來上報四重恩？又有什麼功德來下濟三途苦呢？《阿彌陀經》不是說「不可以少善根福

德因緣得生彼國」<sup>3</sup>嗎？我們是不是已經具備了足夠的福德智慧資糧？善根是否深厚？不過，也不要因為過去沒種善根而過度憂悔，倒不如現在就好好地種下善根才來得實際。

不管做任何事情，特別是在共修時，要專心一意，專注是非常基本的。在淨土的經典也講，我們要一心不亂，要心不顛倒，特別是臨終的時候，要能夠正念提起。有很多新生，也許以前比較少參加這樣共修的活動，或許會覺得「腰酸腿痛」、「行程很緊湊」。如果我們在念佛的時候，又產生一個心：「腳很酸很痛」、「時間怎麼還沒到？」「維那怎麼還不趕快敲引磬？」這就已經「三心二意」了，你怎麼能達到一心不亂呢？

以前，我參加聖嚴法師的禪七時，有學員問：「禪七打坐，腳很酸很痛很麻，怎麼辦？」禪師就說了一句話：「不只你會酸痛麻，我也會啊！放下，不要管它！」我們會覺得酸痛麻，一般會覺得是一種「苦受」，想要抗拒，想要逃避。曾經有一次，我遇到了一位慈濟醫院的志工，他講了一個個案：有一位病患，因為出了車禍，脊椎受了重傷，整個下半身都麻痺了。碰到尖銳的東西或是滾燙的熱水，由於四肢失去知覺，遇到危險卻無法及時迴避，以致於手腳傷痕累累，有些地方甚至還潰爛化膿。所以，回過來想一想，我們能夠覺得痛，覺得麻，其實還不錯咧！

---

3《佛說阿彌陀經》卷1（大正12，347b9-10）。

那代表我們的神經還能正常反應。大家要多珍惜，我們還有這麼一個健全的身體，不要再去妄想「我身體要怎麼樣更好……，等我身體好了以後，我再來好好地精進，好好地修行」。

其實，我們仔細想想，不管你怎麼樣地保養與維護，終究還是逃不出無常的法則。與其妄想健康的時候再來修行，何不趕快把握現在呢？所以，打坐、念佛的時候，要專注在當下，不要追憶過去。不論過去是多麼美好，或是多麼令人憂傷，這都已經過去了。也不要妄想未來，光空想是沒有實際效用的。我們能做的，就是好好地把握當下。因為因果是緣起相續的，如果我們能夠好好地把握現在，種下一個善的因，自然當因緣具足時就能夠感得未來美好的果。相對地，我們現在種下了惡的因，那未來一定會感得苦的果。

### 五、用四到——身、耳、口、意來念佛， 勿以工具當目的

學習各種技能，如果眼、耳、鼻、舌、身、意能一起配合，效果會比較好。比如說背英文單字，不只是心裡背誦，如果能唸出來，耳朵聽得到，手再寫一寫，這樣便能加深印象，對自己的學習是非常有幫助的。念佛也是如此！

我們參加念佛共修的時候，其實大家心裡有數，真正



念佛，應該是自己唸出來（口到），自己聽到自己唸佛的聲音（耳到），恭敬地拜佛（身到），而且攝心（意到），心境上保持平穩安詳，才慢慢地進入淨念相續。可是有些同學自己沒有開口唸，聽到的是大眾的聲音，有時候產生一個錯覺，覺得我念得還不錯呢！事實上，如果只有自己一個人用功的話，是不是還有這種十足的功力呢？

有的人只是嘴皮在唸，心裡沒有相應；有的人可能心裡面稍稍地相應，可是斷斷續續；而有的人是打從內心深處對佛十分地恭敬，具有十足的信願，發自內心深處誠懇地念出來，這種差別是非常明顯的。

不管是念佛法門，參禪法門，或者是拜懺、誦經等等，法門各有不同，但是它的目的，主要是讓我們淨化身心，獲得戒、定、慧。在方法上，最重要的是要「熟能生巧」，才能夠成就，要不斷地練習，才能夠經常保持。

無論學任何法門都好，畢竟這法門只是一個工具，我們不要把工具當成目的。也就是說，並不是我們開了一部名貴的轎車，就一定能平安到達目的地，那未必！這還要看你對路況是否熟悉、駕駛技術好不好？如果路途遙遠的話，還要看體力是否足夠，精神狀況佳不佳，意志力是否堅強？中途遇到各種障礙，是否能隨時應變、排除一切的障礙？具備了所有的因緣，才能平安抵達終點。不管做任何事情，如果沒有堅持到最後一刻，就無法享受甜美的果實。所以，不要說：「我參禪比你念佛更高明。」事實上，

任何法門，如果沒有學到它的「究竟之處」，而只是在比較高低，那都是戲論！

前幾天，我在新生訓練的時候，跟同學們說到「精進」跟「競爭」的不同，這是一個心態的差別。如果我們修行是在比賽「我做的比別人好，各方面能力比別人強。」這樣其實是「競爭」，不是「精進」，是「我執」作祟，而產生出「我慢」、「我癡」。真正的精進，並不是在「人比人」，而是反省到我們的煩惱是不是日漸微薄，善法是不是日益增長。正精進的意義，其實不外乎「斷惡修善」。如果一個人整天不斷地念佛，而內心沒有漸漸降伏自己的煩惱，這些都不過是一種形式。正確的精進，是取決於我們斷了多少惡，修了多少善。如果沒有達到這個目標，其實稱不上佛教精進的標準。有一些學佛者，或許以「一天拜佛多少拜，一天打坐幾炷香」來認定是不是有修行。當然能這樣用功也不錯，至少比懈怠還來得好。可是，如果我們以這種「修行的方式」就當成是自己「修行的成就」，那可能就會落入「誤以工具為目的」的陷阱，這是我們要特別小心的。

## 六、念佛可以與戒定慧三學相應

念佛，是深者見深、淺者見淺的法門。因為念佛可以與懺悔及戒學相應，透過念佛，懺悔過去的惡業，一心攝念持守清淨的戒法，不再重犯。再者，念佛亦可與定學相

應，像《阿彌陀經》所說的一心不亂，即是藉助念佛的淨念相續，可以達到心一境性。更進一步，念佛也可與慧學相應，這如經論中所言：「若見緣起即見法性，若見法性即見諸佛。」<sup>4</sup>換個角度來看，念緣起即念佛，從「稱名念佛」逐漸導入「實相念佛」，這過程須要培養觀照緣起的能力，只要一念相應空性智慧，即能獲得自在解脫。

### 七、欲作佛門龍象，先作眾生馬牛

我們如果不趁著今生多累積一些福德智慧的話，來生一樣是一貧如洗！趁著大家還年輕，知道學佛了，何不好好把握人生，好好地充實自己，多累積福德智慧資糧。「欲作佛門龍象，先作眾生馬牛」，我們在出坡作務，或是接受學院指派的各種工作，不要怕吃苦，不要怕人指責，不必怕失敗。事實上，我們盡心盡力，勇敢地承擔，無形中我們就鍛鍊了自己的意志，培養各種不同的能力，也能夠隨時應變無常的變化。這一點一滴，實際上都是激勵自己的成長，這麼難得的機會，我們為什麼要逃避，為什麼要放棄呢？平時說修行功力有多好，其實在待人接物處事之間，我們就可以考驗自己的功力有多深。孔子說過一句話：「吾少也賤，故多能鄙事。」<sup>5</sup>就是說孔子他出身卑微，做過了許多雜事及別人不願意做的事，而做這些瑣事、雜事，別人或許覺得恥辱，可是孔子成為至聖先師，很多門下的

---

4 《佛地經論》卷5（大正26，314a21-22）。

5 出自《論語》〈子罕〉。

弟子非常傑出，有四配、十哲、七十二賢等。事實上，所做的這些看起來很卑下的工作，只要我們用心體會的話，其實都是在磨練我們的心志，考驗我們修行的能力。

有的人剛發心時「任勞任怨」，勞心勞力，即使有人埋怨他也能處之泰然。可是慢慢地變成了「任勞不任怨」，做還是會做，可是一旦有人埋怨了，他心裡就不好受了！最後，心涼了，變成「不任勞也不任怨」了！這其實就是一個退步的警訊。

同樣地，我們想要達到解脫，或者說想要成佛，這個目標非常崇高。那麼，我們不能只是空想，這需要具備相當多的資糧。如果立定的目標是要解脫，那麼，到底具備哪些資糧才能夠得到解脫？如果我們不能夠徹底淨化身心，不能夠徹底得到解脫的話，任何的形式或環境的改變，都沒有多大的意義。就好像一個人在大監牢裡面，不斷地改變位置一樣，是沒有意義的。

我們立志要成佛，而佛具備了什麼樣的資糧？到底佛有哪些功德？正如我們在《成佛之道》所看到的，佛有「斷德」，能夠斷除種種的煩惱，特別是我執、見惑、修惑、無明、習氣等等。我們不要太過於自負，不論煩惱數量有多少，只要煩惱還在，它都具有相當的潛能去生起無盡的生死，感得無窮的輪迴。再者，佛具有「智德」，知道共相的智慧，也知道別相的智慧。知道自己怎麼得清淨解脫，也能夠隨眾生的根器而開示契理契機的法門。另外，

佛具有「恩德」，佛的悲願深切，普度一切眾生。我們要感念佛的慈悲，感念三寶之恩，感念眾生之恩。除了佛的三德以外，其他佛的種種功德，也都是我們應該學習的，都是我們應該圓滿的。「欲作佛門龍象，先作眾生馬牛」，我們要成為棟樑，還是要從小樹枝做起，能夠耐風雨的折磨，日積月累，才能夠成為大棟樑。要想成為佛門龍象，我們並不是一開始就要駕御大眾、征服別人，不是！而是要先作眾生的馬牛，為眾生受苦，為眾生服務。所以，我們不管做任何事情，在學院為大眾服務，不要產生絲毫的埋怨，或是不耐煩，或是互相計較。其實我們做事，哪一樣不是自己的事？做了，就是自己的。自己的福德，別人怎麼搶也搶不走。我們要學習的，就是在為大眾服務當中，能夠以空性的智慧相配合。修福德的同時，兼修空性的智慧，漸漸降伏貪、瞋、癡等種種的煩惱。

#### 八、因為修行而吃苦，這是值得的

修行，難免要吃點苦，可是因為修行而受苦，這是值得的！如果我們放逸，貪圖五欲的享樂而受苦，受了地獄苦，有輪迴之苦，這樣的苦是非常不值得的！任何人如果因為害怕受苦而不能精進修行，那麼他就必須再回來，重複無數次的生死。換句話說，若修行怕吃苦，自然無法突破修行的障礙，既然無法突破修行的障礙，那你只好不斷地再來世間，經歷無盡的生死，重複無意義的輪迴。我們靜心想一想：如果我們死了以後，會是什麼樣子？其實它

的答案非常清楚，也就是我們現在存著什麼樣的心態，而一點都不想去改變它的話，死後就是那個樣子！

佛教講因緣法。果報，一定是與因緣相應的。我們既然不希望受種種的苦報，那為什麼還偏偏去聚集痛苦的原因呢？佛陀開示的「惑、業、苦」，我們感受到了苦，我們就要瞭解它的因，事實上是由於造了種種的惡業所致。而惡業的根源，就在於種種的煩惱。由於不正思惟，而引起了種種的身、口、意惡行。有這個惡業，自然會感得苦果。所以，我們既然不想要受苦，那我們就要清清楚楚，要斷除、遠離這個惡的因。

### 九、如理思惟——目標要遠大，修行要踏實，此正是菩薩用心處

平常會用心的人，不管是一舉手一投足都能夠隨時作觀，像《華嚴經·淨行品》就是一個很好的例子。其中提到我們在大小便時，要觀想去除種種的污穢；當我們看到路不平坦的時候，要觀想去除邪曲之心；包括洗臉、刷牙等日常生活中一切語默動靜，所見的一切人事物，會用心的人，在每一個地方都能夠激勵他的慈悲心；不用心的話，處處喜歡佔人便宜，經常欺騙別人，甚至欺騙諸佛，可是到頭來自己還是騙不了自己。

印公導師說：「以念誦、懺悔等來培養宗教情操，

而將自己安立於僧團中，安立於聞思經教慧學中，不求速成，以待時節因緣」。<sup>6</sup>很多老同學可能「聽聞」了不少經教，但是不是有「如理思惟」呢？可能還必須多加強。而宗教情操，我們是否還是像初發心那樣地堅定，那樣地高潔？如果沒有的話，導師的這句話值得我們再一次反省：以念誦、懺悔培養宗教情操，同時配合聞思經教慧學，不求速成，以待時節因緣。

我要到日本留學之前，希望導師能夠開示幾句，導師就說：「要為佛法而學，不要忘了出家人的本分！」我們既然出家了，就不要流俗，出家就要捨俗！捨棄世俗，不要跟一般世俗人一樣爭名奪利。有的人可以看淡世俗的名利，可是到佛門來，卻還在爭佛教的名位與利益，這其實沒有真正出家！古德他們出家以後，有所謂的一日三摩頭，好好地摸摸頭，不要忘了出家人的本分！

早晚課誦、念佛時，應好好用心，我們念的是佛，是聖者的名號，應該歡喜、恭敬才對！就像你面對的，是一位你非常景仰的人，那麼你是不是很歡喜、很恭敬呢？同樣地，我們念的是佛菩薩的名號，面對的是聖者，那我們怎麼可以有不耐煩的心？我們怎麼可以用瞋恨心、雜染心，或者昏睡的心來念佛呢？

修行的成果不一定與學佛的時間成正比，時間長不一

---

6 參見印順法師《教制教典與教學》〈論僧才之培養〉p.153。

定就表示有成就。對於成就佛道而言，真正的重點，在於出離心與菩提心的培養，任何時刻都要全力以赴。

印公導師曾說：「修學佛法立志要成佛，目標要高要遠，但實踐修行則要腳踏實地，從平實處做起。」念佛也是一樣，不能只求下品下生，因為有時取上得中，取中得下，所以目標要放遠一點、高一點。

希望大家能夠把握人生。想一想，如果說自己的壽命只剩下一天的話，那我們會希望怎麼去利用？中國古德說：「朝聞道，夕死可矣！」如果我們每天做的事情都是心安理得，那什麼時候往生，皆能坦然自在。相反地，倘若存有一點虧心事，那無常一來，將造成極大的憂悔。

最後，祝願大家都能夠和合、清淨、安樂。



## 心念與業報

### 一、前言

「心念與業報」之間的關係非常複雜，對於我們的未來具有重大的影響力，因此值得我們好好探討，並深入思考一個關鍵性的問題：影響業報輕重的因素有哪些？

舉例而言，同樣是「殺」，但殺佛、殺阿羅漢、殺父母或殺畜生，由於殺的對象不同，會產生不同的果報；此外，發心動機、行為手段等等差異，也會對業報造成不同的影響。

同樣在做一件事，怎麼做才能令它費力少而成效大，能夠更利益眾生，乃至能夠消除自己的煩惱，實在是深者見之深，淺者見之淺。好比說原本大家都高高興興地發心做志工，但日子久了，有的人開始起煩惱，對於被分派到的工作挑三揀四；有時候做著做著，心裡又起了很多的副作用，如貪心，或者是憍慢心，反而讓自己越做越不快樂。如果我們能夠學習著一邊做志工，也同時磨練自己的意志，時時觀照自己的心念，發現自己的缺點，更進一步斷除貪念、憍慢心等種種煩惱，這樣的志工事業才會是真正的利人又益己。

### 二、何謂「業」？何謂「報」？

在瞭解「心念與業報」的關係之前，首先，我們要瞭解什麼是「業」？什麼是「報」？

(一) 「業」：行爲、動作。由身口意的活動，而有招感果報的潛在能力

「業」是動作、行爲的意思。凡由意志力所發動的，都是業。不過，這裡所要說明的「業」，主要是指我們心裡所起的念頭、嘴巴所講的話、身體所行的活動，而引發的一種動力；而這種動力，將會感得某種果報。例如：有人生氣了，罵人，甚至打人。不是說嘴巴罵過，動手打過就算了，這樣的動作是會招感某種惡果的。而且不是說口罵、動手的才算，連「生氣」這種內在的意念活動也會招感果報！舉凡身、口、意種種的活動，有一種招感未來果報的潛在能力；這種潛在的能力，就是「業」。

(二) 「報」：果報，異熟

由業力所招感的「果報」，又稱為「異熟果」，即「異類而熟」。為什麼叫「異類而熟」呢？就是說我們做了善業，會招感樂報；造了惡業，則招感苦報。一般人常聽到的：「善有善報，惡有惡報」，其實這是隨俗的說法；嚴格地說，應該是「善有樂報，惡有苦報」。而業在未受報之前，如沒有修證得解脫，業的潛能是一直存在的，即使經過百千萬劫，業力仍不失壞。只要因緣和合，業力就會招致果報。

然而，並不是一造業就會立刻感果。從造業到感果，需要一段時間，不過這時間有長、有短。有的是這一生造

業，當生就感果，這叫做「現報業」；有的是今生造業，來世才受報，這稱為「生報業」；有的是今生造業，隔一生或多生才受報，稱為「後報業」。我們可以做這樣的比喻，業就像種子，有的種子種下去，經過半年就結果；有的則經過一年；有的更久，經過多年之後才結果。

而種下種子之後，它是否一定會結果呢？這也不一定，因為這中間還需要種種條件，如陽光、水、肥沃的土壤等養分才行。雖然我們種下了惡的種子，但如果斷絕一切助緣，它就會變成焦芽敗種。同樣地，我們造了惡業，也要種種的助緣才會結惡果，這個助緣是什麼呢？就是煩惱。如果我們把煩惱斷盡了，因緣不具足，惡果是不會成熟的。所以，修行的重點，不是在消滅這苦報身，而是不要造惡業；最重要的，是要斷除煩惱！

### 三、業的類別

對於業的性質有了初步的認識之後，進一步來看業的分類。

#### (一) 身業、語業、意業

首先，以業所依的對象來看，可區分為「身、語、意」三業。或許有人會想：「表現於外的身、口業比較重，如果只是心裡胡思亂想應該沒有關係。」其實不然，意念才是最主要的，因為是由內心的意念來決定這個業是善，或是惡；是輕，或是重。如《成實論》卷9〈三業輕重品第119〉（大正32，307a5-b24）云：

三業中何者為重？身業耶？口業耶？意業耶？……

答曰：……經中佛說：「心為法本，心尊心導，心念善惡，即言即行。」故知意業為重。……

又意業力勝身口業，如《和利經》中說：「外道神仙起一瞋心，即滅那羅于陀國。」

這裡所舉的《和利經》與《中阿含》卷32（第133經）〈優婆離經〉相合<sup>1</sup>。經中說：假使有人拿一把利刃，從

---

1 《中阿含經》卷32（133經）（大正1，628b24-630a1）：

長苦行尼捷問曰：「瞿曇！此三業如是相似，施設何業為最重，令不行惡業，不作惡業。為身業？口業？為意業耶？」

世尊又復答曰：「苦行！此三業如是相似，我施設意業為最重，令不行惡業，不作惡業。身業、口業則不然也。」

「居士！於意云何？若使有人持利刀來，彼作是說：我於此那難陀內一切眾生，於一日中斫剉斬截、剝裂削割，作一肉聚，作一肉積。居士！於意云何？彼人寧能於此那難陀內一切眾生，於一日中斫剉斬截、剝裂削割，作一肉聚，作一肉積耶？」

優婆離居士答曰：「不也。所以者何？此那難陀內極大富樂，多有人民，是故彼人於此那難陀內一切眾生，必不能得於一日中斫剉斬截、剝裂削割，作一肉聚，作一肉積。瞿曇！彼人唐大煩勞。」

「居士！於意云何？若有沙門、梵志來，有大如意足，有大威德，有大福祐，有大威神，心得自在，彼作是說：我以發一瞋念，令此一切那難陀內燒使成灰。居士！於意云何？彼沙門、梵志寧能令此一切那難陀內燒成灰耶？」

優婆離居士答曰：「瞿曇！何但一那難陀，何但二、三、四。瞿曇！彼沙門、梵志有大如意足，有大威德，有大福祐，有大威神，心得自在，若發一瞋念，能令一切國一切人民燒使成灰，況一那難陀耶！」

早到晚砍殺那難陀國內所有的眾生，即使砍一整天也砍殺不完；可是有禪定的人一發瞋心，便能以神通力讓那難陀國內所有的眾生燒成灰燼！由此可知，身口意三業之中，以意業為重！

### (二) 善業、惡業、無記業

「善」，原則上有兩層意義，一是我們發心行善，二是能令人受益。如果可以兼顧這兩種層面，當然是最好。如前面所說：「善業招感樂報，惡業招感苦報」。除了善業、惡業之外，還有一種非善非惡的，叫做「無記業」。

此外，還有與禪定相應的「不動業」。與色界定或無色界定相應的業，當然是善的。也由於禪定的特徵是不動亂，所以造作的業就稱為「不動業」。而這種不動業能招感色界、無色界的生死；前面所說的善業、惡業，則是能感得欲界生死的業力。

### (三) 定業、不定業

什麼是「定業」呢？故意造作的強業，必定招引某種果報。如《中阿含·思經》<sup>2</sup>所說，如果故意造業，佛說他一定會受報；如果不是故意造業，不一定會受報。

---

<sup>2</sup>《中阿含經》卷3(第15經)〈思經〉：「若有故作業，我說彼必受其報，或現世受，或後世受；若不故作業，我說此不必受報。」(大正1, 437b)

事實上，業的必定受報與不必定受報，有時候是看我們有沒有足夠的時間懺悔，如《中阿含·鹽喻經》<sup>3</sup>所說：好比這裡有一包一斤的鹽，以及一包二十斤的鹽，如果把這包一斤的鹽倒進杯子中，而二十斤的鹽丟入大河裡，哪裡的水嚐起來比較鹹苦？當然是杯子裡的水會比較鹹苦。但是，哪裡的鹽比較多呢？當然是丟到大河裡的多。也就是說，即使是重大的惡業，如果有足夠懺悔的時間，例如壽命長，又能遇到善知識，精進修學佛法，勤修戒定慧，就能使重業輕受而成為不定業。反之，若故意作惡，沒有足夠懺悔的時間，或是完全不知悔意，那麼就一定會受苦報了。

在《金剛經》（大正8，750c24-27）中有這麼一段描述：  
善男子善女人，受持、讀誦此經，若為人輕賤，是人先世罪業應墮惡道，以今世人輕賤故，先世罪業則為消滅，當得阿耨多羅三藐三菩提。

有人誦持《金剛經》以後，反而受人輕賤、侮辱。或許他會想：「我不讀誦還好，讀誦了反而變成這樣，乾脆不要持誦好了！」其實，如果這樣想就錯了。《金剛經》的意思是：這個人由於過去所造的惡業，本來會墮到地獄、畜生、餓鬼等惡道去，由於受持《金剛經》的功德力，使他重報輕受；雖現在受人輕視，但來世不會再感三惡道的果報了！

---

3 參見《中阿含經》卷3（第11經）〈鹽喻經〉（大正1，433a-434a）。

#### (四) 共業、不共業

只影響自己本身的是「不共業」，又稱為「別業」；同時影響自己和他人的則是「共業」。舉例而言，一家有三個女兒，出嫁前的成長環境都差不多。但長大以後，各自嫁到不同的家庭去，三個人各自有不同的發展與際遇，這就是個人的不共業。

大眾的共業，會彼此互相影響，相攝相拒，展轉而構成自他間的複雜關係。就像你對人慈顏善目，人家也會對你有好感；如果我們動不動就擺著一張臭臉，當然別人也會不高興，這會互相影響的。

如果能夠深入瞭解佛教所謂共業的道理，找出原因，對症下藥，對於大眾的共業就能加以扭轉。譬如社區環境很差，廢棄物到處堆積，孳生蚊蟲而帶來登革熱的病源。要根絕這種病媒蚊，不是只靠一家一戶將積水容器清理乾淨就可以解決的，必須整個社區，乃至鄉鎮縣市共同維護環境清潔，才能減少這種疾病的蔓延。

也就是說，依「共作共受」的法則，大眾的共業要大家同心協力一起來改變它，否則即使是聖人也無能為力。菩薩說要建設人間淨土，而真正的淨土，不只是淨化自己身心而已，必須所有眾生的身心清淨了，佛土才能真正的清淨。

### (五) 引業、滿業

「引業」是一種特別強大的業力，引導眾生得到一個總報體，成為天、人、餓鬼、畜生、地獄等五趣中的某一趣，這種特強的業稱為「引業」。譬如說，提婆達多持戒、苦行，也得禪定並具有神通，但是因為以惡心出佛身血，這樣的惡業太強大了，而導致他墮入地獄。

還有另一種業稱為「滿業」。滿業不像引業這麼強，雖然不能引導眾生感得生死的總報體，但是會影響我們的報身是否圓滿。譬如六根是否具足，相貌是否莊嚴，音聲是否優美等等，這種業叫做「滿業」。

《俱舍論》<sup>4</sup>舉了一個比喻，譬如一位畫家，先以單一的顏色畫出一個形狀，完成外形之後再填入眾多的色彩。而「引業」就如同以單一的顏色，勾勒出一個人形或是一個畜生；「滿業」就像填入眾多的色彩一樣。我們同樣是人，但每個人的相貌都不同，資質、音聲，乃至知識、才能都不一樣，這就是「滿業」。

---

4 《阿毘達磨俱舍論》卷 17：「譬如畫師，先以一色圖其形狀後填眾彩。是故雖有同稟人身，而於其中有具支體、諸根、形量、色力莊嚴。或有於前多缺減者，非唯業力能引滿生，一切不善善有漏法有異熟故皆容引滿，以業勝故但標業名。然於其中業俱有者能引能滿，隨業勝故。若不與業為俱有者，能滿非引，勢力劣故。」（大正 29，92b）



#### 四、人與人之種種差別，是由哪些業所造成

我們現在都是人，但人與人之間有種種的差別，這種種的差別又是由哪些因素而形成的呢？歸類起來有三大項：

- (1) 過去世個人的滿業
- (2) 現在世個人的別業
- (3) 現在世眾生的共業

##### (一) 過去世個人的滿業

我們是人，過去世都做過某些引業，引導到人道來，儘管有白人、黑人，但是兩個眼睛、一個鼻子，都差不多。可是，莊嚴與否等種種就不同了，這即是由於過去世的滿業所導致。

從「引業」來說：投生到人道比畜生道好。但是，生而為人，一定比畜生更有福報嗎？這可不一定。有的人生在戰亂的地方，沒有東西吃，瘦成皮包骨；然而也有人家的寵物，雖然牠是在畜生道，可是生活享受卻好得很。主人不但準備豐盛的美食給牠，還幫牠洗澡，帶牠散步。所以從這一方面看，這寵物在過去世的「引業」雖然沒有像人這麼好，但在「滿業」方面卻得到人的照顧，很有福報。

譬如大家同樣都在布施，行布施得到人天果報，這個

大致上是一樣；但是在滿業上，那可千差萬別了。有人布施時驕慢自高、給人難堪，有人恭敬地親手布施；有的人是等富有之後才要布施，有的人雖自身貧困卻難捨能捨。這些滿業有種種不同，自然感得的果報也就有所差別了！同樣是富貴的人，有的很清閑，財源滾滾而來，大家也對他很好；可是有的人雖然很富有，卻整天忙忙碌碌、戰戰兢兢，到處惹人嫌，常常怕有人來對他行搶、下毒。因此，我們應當留意：雖然同樣做一件事，內在的發心，身口的行為，一點一滴微妙的差異，都會感得不同的果報！

## （二）現在世個人的別業

第二項特別重要，就是「現在世個人的別業（不共業）」。因為「過去世的滿業」雖然在先天上決定了人生的一部分，但是如果後天的環境不同，或是個人的努力不一樣，因緣還是會改變的！例如雙胞胎，相貌、體型都很相似，但如果其中一人生活有規律，非常重視保養自己的身體，而另外一人完全採取相反的生活方式，那麼結果還是會不一樣的。

儘管有的人一生過得不怎麼如意，但是過去世的業已經造了，無法重來，光是懊惱也於事無補，那麼我們應該從哪裡下手呢？其實，真正要努力的，是「現在世個人的別業」！

從前有一個老人去參觀孔廟，他覺得孔子不論是在學問、德行、教育各方面都非常好，不愧稱為「至聖先師」。因此他心裡非常嚮往，立志要學聖賢，旁人卻譏笑他：「你都七老八十了，還想學聖人？孔子十有五而志於學，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十才從心所欲，不踰矩。你年紀都已經這麼大了，還想學孔子，談何容易啊！」結果，他回答一句話：「儘管我不能與孔子並駕齊驅，趕他幾步也好！」

「趕他幾步也好」，真是有志氣啊！與其花許多時間和精神在追悔過去，倒不如多用心於現在！

### (三) 現在世眾生的共業

第三項是「現在世眾生的共業」。也就是說，即使自己非常地努力，有時候仍抵不過外在環境強大的力量。就像有人非常認真工作，想要賺大錢，但如果景氣不好，願望也是難以達成的。譬如說一個資優兒童，不是說天生頭腦好就一定有成就。資優兒童要能夠有成就，事實上還需要具足相當多的因素，例如：父母是否能夠慧眼識英雄，加以因材施教？有沒有善知識輔導？而且要成為大器，也不是一蹴可成的，需要長時間的培養。因此，沒有足夠的體力、耐力與恆心也是不行的。

有人經常懊悔業障重，將種種不如意的原因都歸咎到過去世。其實，決定人生業果的三項因緣中，過去世的業只是因緣的一部分，並非全部。過去世的業已經過去了，

真正可以下手之處是現在世個人的別業，其次是眾生的共業。唯有在「個人的別業」與「眾生的共業」上分別進行，持續地精進，如此才能夠真正解決問題。因此，與其一直懊悔過去世沒做好，何不就今生的各方面好好努力！藉由對因果業報的瞭解，以及學習正知正見的佛法，就可以對症下藥了。

### 五、隨業受報（隨重、隨習、隨憶念）

我們一生當中作了許許多多的業，有善的，也有惡的。作善業會得人天報；作惡業，則會墮畜生、餓鬼、地獄等三惡道。我們作了這麼多的善業與惡業，到底會隨著哪些業而投生到哪一道呢？歸納起來，隨業受報主要有三類：1、隨重，2、隨習，3、隨憶念。

#### （一）隨重

「隨重」，就是說儘管業有善有惡，但是其中有一些業力特別強大，如果造了重大的善業或重大的惡業，一期生命結束之後馬上就會去受報了。對於一位造了重大善業的人來說，即使我們沒有幫他助念，他也早就生天，或轉世到人間去了。

#### （二）隨習

「隨習」，即是隨著習性，由於善的習性或惡的習性，

而形成一種慣性的作用。在《雜阿含經》<sup>5</sup>中記載了一則大名長者的故事，說明了平日養成善的習性之重要性。這位大名長者平時就很虔誠地念佛，有一天他請教佛陀說：「世尊！如果有一天我在十字路口不小心被車子撞了，那時候我來不及念佛，那麼我會不會下地獄？會不會往惡道去？」佛陀回答：「你平時就有善的習性，你放心，即使那時來不及念佛，還是會往生善道，就像一棵大樹一向往東南方生長，一旦砍斷了，它還是會往東南倒的。」

所以，如果平常就潔身自愛，心裡很清淨的話，這時候就能正念提起，有善的習性就會往善道去。反之，如果我們平常就養成貪的習性，最後我們要往生的時候，幻相

5 《雜阿含經》卷 33（930 經）（大正 2，237b-c）：

如是我聞：一時，佛住迦毘羅衛國尼拘律園中。爾時，釋氏摩訶男來詣佛所，稽首禮足，退坐一面。白佛言：「世尊！此迦毘羅衛國安隱豐樂，人民熾盛。我每出入時，眾多羽從，狂象、狂人、狂乘，常與是俱。我自恐與此諸狂俱生俱死，忘於念佛、念法、念比丘僧。我自思惟：命終之時，當生何處？」

佛告摩訶男：「莫恐，莫怖！命終之後，不生惡趣，終亦無惡。譬如大樹，順下，順注，順輸，若截根本，當墮何處？」

摩訶男白佛：「隨彼順下，順注，順輸。」

佛告摩訶男：「汝亦如是，若命終時，不生惡趣，終亦無惡。所以者何？汝已長夜修習念佛、念法、念僧，若命終時，此身若火燒，若棄塚間，風飄日曝，久成塵末，而心、意、識久遠長夜正信所熏，戒、施、聞、慧所熏，神識上昇，向安樂處，未來生天。」

時，摩訶男聞佛所說，歡喜隨喜，作禮而去。

一顯現，一念執著就跟著投胎到畜生道或其他惡道去了。

### (三) 隨憶念

「隨憶念」，就是隨臨終時的那個憶念。如果生前並沒有造作特別重大的善業或惡業，也沒有特別強的善的習性或惡的習性，這時候他要往哪裡去是都有可能的。如果臨終時憶念善行，就會引發善業往生人天道；如果憶念惡行，就會引發惡業而墮落三惡道。「臨終助念」主要就是針對這一種人，助他一臂之力。但如果他惡業太重了，或平常惡的習性太深了，即使有人助念，他也不容易受用！

## 六、臨終一念

《大智度論》中闡述因緣業報時，以畫師為喻，強調人若造作正行業，則會得好報；反之，造邪行業，則得惡報。如《大智度論》卷 24（大正 25，238b11-23）云：

人命終時，是業來蔭覆其心，如大山映物。是業能與種種身，如工畫師作種種像。若人以正行業則與好報，若以邪行業則與惡報。如人事王，隨事得報。如是等分別諸業相果報。

復次，如《分別業經》中，佛告阿難：「行惡人好處生；行善人惡處生。」

阿難言：「是事云何？」

佛言：「惡人今世罪業未熟，宿世善業已熟，以是因緣故，今雖為惡而生好處。或臨死時善心心數法生，是因緣故亦生好處。」

行善人生惡處者，今世善未熟，過世惡已熟，以是因緣故，今雖為善而生惡處。或臨死時不善心心數法生，是因緣故亦生惡處。」

工畫師就是指會畫畫的人，會畫人像、畜生等像。其實，會讓我們感得人身，或感得畜生道，都是由我們自己造的業而來。接著《大智度論》引《分別業經》，描述佛陀曾為阿難說：「有人行惡，但往生善道；有人行善，卻往生惡道。」

阿難覺得很奇怪，這豈不是與我們平常說的「善有善報（樂報）、惡有惡報（苦報）」不符了嗎？

佛陀回答：行惡之人投生到好的地方去，有兩個原因：一是因為這個惡人今世的罪業尚未成熟，而宿世的善業已經成熟了；二是因為他臨死時，生起了強力的善心心所法。

反之，行善的人卻投生到不好的地方去，也有兩個原因：一是此人今世的善根尚未成熟，而過去世的惡業已經成熟了；二是他臨死時，起了強而有力的不善心心所法。

接著《大智度論》（大正 25，238b23-27）又有一段問答，值得深思：

問曰：熟不熟義可爾，臨死時少許時心，云何能勝終身行力？

答曰：是心雖時頃少，而心力猛利，如火如毒雖少，能成大事。是垂死時，心決定猛健故，勝百歲行力。

有人問：如果說罪業成熟或未成熟而導致先到哪一道去受報，這個說法我同意；不過，臨終時短短的一念，為

什麼能抵得過一輩子所作的善業或惡業呢？

《大智度論》中回答的相當好，龍樹菩薩說：這種心念雖然短暫卻強而猛烈，如火、如毒。就像一把無明火能燒功德林，我們花了多年的心血行功立德，可是一個瞋念就可以把它給燒光了！辛辛苦苦砍柴砍了三年，堆了滿滿一屋子，點一根火柴來燒，要燒三年才燒得完嗎？不需要，一下子就燒完了！毒呢？也是如此，量很少，不必吃飽，一點點就能夠要人命。而臨死的心念如果很強的話，就像火或毒藥一般，「決定猛健，勝百歲行力」。

因此，同樣是臨終一念，要看你是善念還是惡念，也要看這一念到底強到什麼程度。如果說這一念特別強的話，有時候甚至會勝過平常所造普普通通的業，而讓他先去受報，這一點值得我們留意！

## 七、罪福皆由「心」生差別

同樣是做一件事，但是因為發心的不同，得到的果報有的是罪，有的是福。如《成實論》卷7（大正32，294a18-23）云：

**有故則有罪，不故則無，諸業皆以心差別。故，有上、有下。若無故心，云何當有上、下？如醫與非醫俱生人苦，以心力故罪福差別；又如兒捉母乳則不得罪，以無染心故。若染心捉，則便有罪。當知罪福皆由心生。**



若故意作惡則有罪；若無惡念，則不一定會結罪。「故意作業」又隨心念之強弱而果報有別。譬如醫生醫病，有時候幫病人打針，推拿或接骨等等，弄得病人哀聲連連，但用意是在治療病症；另外，有的人不是醫生，卻惡意地傷害眾生，讓人苦不堪言。因為發心不同，目的不一樣，所以醫生得福，非醫生者得罪。又如嬰兒捉觸母親的乳房，由於沒有染心，所以沒有罪；如果是外人有染心的話，當然就有罪。所以，罪福不是由身或口的行為來判斷的，主要是在心，以心念的善惡，或是有意無意來決定是罪、是福。

《成實論》卷 7（大正 32，294b2-4）又云：

如有三人俱行繞塔：一為念佛功德，二為盜竊，三為清涼。雖身業是同，而有善、不善、無記差別，當知在心。

好比說有三個人同樣都去繞塔，一個人是為了念佛功德去的；第二個人是為了去偷功德箱的錢；第三個人並沒有起特別的善念或惡念，而只是因為佛殿清涼而去納涼享受。這三個人，雖然身業相同，但是心念不同，所以有善與不善、無記的差別。可知罪福是由心而生差別，心念相當的重要！

## 八、由五因緣決定所犯下、中、上品差別

「心」決定業報輕重的要素很多，而罪業的輕重有別，到底是由哪些要素決定的呢？就惡業而言，《瑜伽師

地論》卷 99（大正 30，870b7-c9）中舉出了五種因緣：

由五因緣，當知所犯成下、中、上三品差別。何等為五？一由自性故，二由毀犯故，三由意樂故，四由事故，五由積集故。

（一）由**自性**者：謂他勝罪聚是上品罪；眾餘罪聚是中品罪；所餘罪聚是下品罪。

復有差別，謂彼勝、眾餘是重品罪；隕墜、別悔是中品罪；惡作罪聚是輕品罪。如是應知，由自性故，諸所犯罪成下、中、上三品差別。

（二）由**毀犯**者：謂無知故，及放逸故，所犯眾罪是下品罪；煩惱盛故，所犯眾罪是中品罪；由輕慢故，所犯眾罪是上品罪。如是應知，由毀犯故，諸所犯罪成下、中、上三品差別。

（三）由**意樂**者：謂由下品貪瞋癡纏所犯眾罪，是下品罪；若由中品是中品罪；若由上品是上品罪。如是應知，由意樂故，諸所犯罪成下、中、上三品差別。

（四）由**事故**者：謂雖現行相似意樂，而由其事非一類故。應知所犯成下、中、上三品差別。如以瞋纏於傍生趣所有眾生故思殺害，生隕墜罪；即以如是相似瞋纏，或於其人或人形狀非父非母故思殺害，生他勝罪，非無間罪；即以如是相似瞋纏於人父母故思殺害，生他勝罪及無間罪。如是應知，由事別故，諸所犯罪成下、中、上三品差別。

（五）由**積集**者：謂如有一，或犯一罪，不能如法

速疾悔除，或二或三乃至或五，如是應知，由積集故，成下品罪。從此已後，或犯十罪，或犯二十，或犯三十，乃至或犯可了數罪，不能如法速疾悔除，如是應知，由積集故，成中品罪。若所犯罪其數無量不可了知，我今毀犯如是量罪，如是應知，由積集故，成上品罪。

《瑜伽師地論》說：決定所犯的罪是下品罪、中品罪、還是上品罪，有五種因緣：一由自性故；二由毀犯故；三由意樂故；四由事故；五由積集故。以下分別解說。

#### (一) 第一種因緣：「由自性故」

此中「自性」有兩種說法：

##### A、第一說：

- 1、上品罪：「他勝罪聚」，又稱為「波羅夷」，這是最重的罪，如故意犯殺、盜、淫，或故意大妄語：沒有得禪定，故意說已得禪定；沒有證果，故意說已證果。類似這些，都是很重的罪，這叫做上品罪。
- 2、中品罪：「眾餘罪聚」，又譯為「僧殘」，「眾」就是「僧」，「餘」就是「殘」，這是出家戒法中的第二重罪。
- 3、下品罪：「所餘罪聚」，即是他勝罪聚（波羅夷）

和眾餘罪聚（僧殘）以外的罪。例如：小妄語、殺畜生，或是其他的罪。

B、第二說：

- 1、上品罪：「他勝罪聚」、「眾餘罪聚」。這即是出家戒法中的第一重罪及第二重罪。
- 2、中品罪：「隕墜」、「別悔」。這是出家戒中「波逸提」、「波羅提提舍尼」之類的罪法。如佛陀規定出家眾只能擁有一個鉢，但是有的人太貪心了，一下子搜集好幾個鉢，就屬於這一類。
- 3、下品罪：「惡作罪聚」。如衣冠不整，行住坐臥沒有威儀等等，這是下品。

由於戒法的不同，因而罪之輕重有別，這叫做「由自性故」，所犯成下、中、上三品差別。

（二）第二種因緣：「由毀犯故」

- 1、上品罪：輕慢、嫌恨心，即是輕視、嫌恨眾生。菩薩本來應該以慈悲心接引眾生，但卻對眾生輕慢、嫌恨，這等於是捨棄眾生，嚴重違背菩薩的精神，所以這是屬於上品。

2、中品罪：煩惱盛。雖然沒有對眾生產生輕慢、嫌恨，但自己煩惱熾盛，惱亂眾生，讓眾生起煩惱，這是中品。

3、下品罪：無知、放逸。也就是沒有智慧，或因懶惰、懈怠而產生的過失。

也就是說同樣做了某種行為，但是毀犯的心念不同，罪報輕重也就不一樣。

### (三) 第三種因緣：「由意樂故」

1、上品罪：上品貪、瞋、癡煩惱。

2、中品罪：中品貪、瞋、癡煩惱。

3、下品罪：下品貪、瞋、癡煩惱。

例如，同樣是瞋的煩惱，但有上品瞋、中品瞋、下品瞋之別。

上品的瞋，瞋恨心很強，持續很久沒完沒了，甚至帶到下輩子去，等有機會就想要報仇。這種瞋念很強很久的話，罪報就更重了。

中品的瞋，瞋恨心沒有像上品那麼猛烈、持久，但人家跟他懺悔，他還是不太理人。

下品的瞋，瞋恨心才起，過不久就消了。

(四) 第四種因緣：「由事故」

- 1、上品罪：如以瞋恨心故意殺父母、師長、聖人，他勝罪（波羅夷）及無間罪。
- 2、中品罪：如以瞋恨心故意殺父母、師長、聖人以外之人，他勝罪（波羅夷）。
- 3、下品罪：如以瞋恨心故意殺畜生，隕墜罪（波逸提）。

同樣的煩惱，但因為惱害的對象不同，罪之輕重也隨之不同。

(五) 第五種因緣：「由積集故」

- 1、上品罪：所犯罪其數無量。
- 2、中品罪：中分積集乃止。（如偷盜了幾次之後才停止）
- 3、下品罪：少犯即止。

「積集」，就是說我們所犯的量累積有多少。有人想：我既然偷了，一不作、二不休，繼續偷吧！或者想：反正殺了人要被砍頭，多殺幾個也無妨，這些都是邪見！他只看到這輩子殺人會被處死刑，事實上不但下輩子會墮入惡道，還會影響多生累世的命運，卻是他沒有考慮到的。

舉個例子，像衣服稍微弄髒了，趕快清洗一下，很快就乾淨了；若弄得很髒，又拖了很久才洗，就不容易洗乾淨了。曾經有兩個人比懶，一個說：「我準備兩個星期穿的襪子，正面穿完，反面翻過來再穿。」另一個說：「這沒什麼！我把衣服一浸，等我想到的時候已經乾了！」想想看，浸泡過洗衣粉的衣服，乾了以後會變成什麼樣子？還能再穿嗎？髒了一點點的東西很容易清理掉，多了就不容易了。馬上清洗，跟氧化以後再清除，費力多少則又不同了。

### 九、加行、根本、後起

初期大乘經，如《小品般若經》、《華嚴經》等，都有談到六波羅蜜或十波羅蜜，其中的「尸羅波羅蜜」就是菩薩的戒行，而這些經中所談的菩薩戒多以「十善道」為主。十善道就是：不殺、不盜、不邪淫（出家眾是不淫）、不妄語、不兩舌、不惡口、不綺語、不貪、不瞋、不邪見（正見）。

有人提出了問難：十善道僅有十個戒條，而「不飲酒」、「過午不食」、「不杖打眾生」這些戒條都沒有包括在十善道中，如果說只以這十善道作為菩薩的尸羅波羅蜜的話，那不是嫌太少了嗎？如《大智度論》卷46（大正25，395b18-21）云：

**問曰：尸羅波羅蜜則總一切戒法，譬如大海總攝眾**

流，所謂不飲酒、不過中食、不杖加眾生等，是事十善中不攝，何以但說十善？

針對這個問題，《大智度論》（大正 25，395b21-29）回答如下：

答曰：佛總相說六波羅蜜，十善為總相戒，別相有無量戒。不飲酒、不過中食，入不貪中；杖不加眾生等，入不瞋中；餘道隨義相從。

戒名身業、口業，七善道所攝。十善道及初、後：如發心欲殺，是時作方便，惡口，鞭打、繫縛、斫刺，乃至垂死，皆屬於初；死後剝皮、食噉、割截、歡喜，皆名後；奪命是本體；此三事和合，總名殺不善道。以是故知，說十善道，則攝一切戒。

「不飲酒」與「過午不食」雖未見於十善道之戒條中，但是卻含攝於「不貪」中；「杖不加眾生」則含攝於「不瞋」中；而且「殺戒」並不是限於「奪眾生命」那一剎那而已，殺生前與殺生後之一切身口意都包含其中。如斷眾生命之前所起的殺心（心業），惡口、譏罵（口業），鞭打折磨（身業）；以及死後的心喜（心業），讚歎（口業），鞭屍、食肉（身業）等，都應該包含在「殺戒」當中。同樣地，盜、淫、妄等「本體」及「初」、「後」也是如此。這裡所說的「初、本體、後」，玄奘大師譯為「加行、根本，後起」。

有關十不善道之加行、根本、後起，於《大毘婆沙論》



等也有詳細的敘述<sup>6</sup>，在此僅舉殺、盜、淫為例來說明，如《大毘婆沙論》卷 113（大正 27，583b12-19）云：

今當顯示十不善道**根本、加行、後起**三種差別。  
彼斷生命三種者：謂若屠羊者，彼先詣羊所，若買、若牽、若縛、若打，乃至命未斷，爾時所有不善身語業，是**斷生命加行**。若以殺心正斷他命，爾時所有不善身表，及此剎那無表，是**斷生命根本**。從是以後，即於是處，所有剝皮、斷截支肉、或賣、或食，所起不善身語表無表業，是**斷生命後起**。

《大毘婆沙論》卷 113（大正 27，583b19-27）又云：

不與取三種者：謂初起盜心，往彼彼處，圖謀伺察，攻牆斷結，取他財寶，乃至舉物未離本處，爾時所有不善身語業，是**不與取加行**。若以盜心，正取他物，舉離本處，爾時所有不善身表，及此剎那無表，是**不與取根本**。從是以後，或物主覺，乃至相繫相害，則以殺生加行為偷盜後起；若主不覺，分張受用，爾時所起不善身語表無表業，是**不與取後起**。

《大毘婆沙論》卷 113（大正 27，583b27-c6）再云：

欲邪行三種者：謂以欲火所燒逼故，若信、若書、若飲食、財寶以表愛相，彼或摩、或觸、乃至未和合前，所有不善身語業，是**欲邪行加行**。若於爾時，彼此和合所起不善身表，及此剎那無表，是**欲邪行根本**。……從是以後，即依此事所有不善身語表無表業，是**欲邪行後起**。

---

<sup>6</sup>《大毘婆沙論》卷 113（大正 27，583b-584a）；《俱舍論》卷 16（大正 29，84c-85a）；《優婆塞戒經》卷 6（大正 24，1067a-c）。

### （一）「殺」之「加行」、「根本」、「後起」

有關「殺」的內容，大體如上面《大智度論》卷 46 所說，「殺」並非只有使「命根斷」而已，之前的「加行」，與之後的「後起」，殺人未遂等等，事實上都包含在這「殺」裡面。

### （二）「盜」之「加行」、「根本」、「後起」

「不與取」，就是偷盜的意思，人家沒有說要給你，而你卻自作主張把它據為己有。這也分為「加行」、「根本」、「後起」三種：

- 1、加行：起盜心，走向彼處，先四處觀望、伺察、翻牆，乃至要將這個東西拿走而還沒離開它原來的地方，這些都叫「加行」。
- 2、根本：偷東西離開本處的那一剎那，叫做「根本」。
- 3、後起：偷完東西之後，萬一被物主發覺了，將物主綁起來乃至欲加以殺害，這些都是偷盜的「後起」，也同時是「殺生」的「加行」。若物主命根斷，則是「殺生」的「根本」。如果沒有被物主發現，將偷來的東西拿來自己使用或分給別人，這種種身的表業、無表業，及語的表業、無表業<sup>7</sup>，都是偷盜的「後起」。

所以，嚴格地說，並不是在犯「根本」的時候才叫犯戒，種種「加行」也算。

### (三)「淫」之「加行」、「根本」、「後起」

「欲邪行」就是「邪淫」，在家戒法是「不邪淫」，出家戒法則是「不淫」。

- 1、加行：起貪欲心，用書信、鮮花、飲食、財寶等以表達愛意，或摩觸身體等，這些都叫「欲邪行」之「加行」。
- 2、根本：男女二根和合的一剎那，即是「根本」。
- 3、後起：「欲邪行」之後的身口業等，都是「後起」。

《大毘婆沙論》是說一切有部的論書，談加行、後起僅說到身業、口業；但大乘的《大智度論》則包括了身、口、意三業。換言之，不是在二根和合的那一剎那，才叫犯邪淫，在之前的摩觸、嘴巴說的話，內心起的欲念等，都叫「欲邪行」。

其他的妄語、兩舌（搬弄是非）、惡口、綺語等，依此類推。

---

7 參見印順法師《中觀論頌講記》p.276：「正在身體活動、語言談說的時候，此身語的動作，能表示內心的活動，是身口的作業（表業）。因身口的造作，生起一種業力，能感後果，他不能表示於外，故名身口的無作業（無表業）。」

由此可知，「十善道」是個綱領，並不限於文字上所列表的十個項目而已，一切「加行」、「後起」也包含在這戒法裡面。就此意義而言，十善道是總相戒，包含了無量戒法，含攝了五戒、八齋戒、甚至比丘戒等。菩薩要具足尸羅波羅蜜，應掌握這個原則，否則只持守十個戒條怎麼能說具足圓滿一切的戒行呢？

為什麼要提到「加行」和「後起」呢？因為「加行」、「後起」，影響業報的輕重非常密切。舉個例子來說，佛陀時代有一個貧人，家中的果樹結了一些葡萄，他很想布施給僧眾，但很不巧，那時國王剛好先答應要供養僧眾一個月的飲食。貧人心想：國王已經預約了，這一個月就輪不到我了！他就一直等，等了一個月，好不容易遇到一位比丘出來了，他就跟那比丘說：「我已經等了一個多月了，每天都在等待著什麼時候輪到我供養？」這位比丘跟他說：「你不是現在才布施而已，你已經布施一個月了。」<sup>8</sup>

這就是我們所說的「加行」，在還沒有布施出來之前，內心已經醞釀多時，不是臨時起意而已。有的人待在家裡

---

8 《雜譬喻經》：「昔者舍衛國有一貧家，庭中有蒲桃樹，上有數穗，念欲即施道人。時，國王先前請食一月，是貧家力勢不如王，正玄許一月，乃得一道人，便持施之，語道人言：念欲施來一月，今乃得願。道人語優婆夷：以一月中施矣！優婆夷言：我但一穗蒲桃施耳，那得一月施？道人言：但一月中念欲施，則為一月也。」（大正 4，502a1-7）  
另參見《法苑珠林》卷 41（大正 53，609b）。

面，等有貧窮人來要飯才給；有的人是即使來乞討也不給的；有的人是貧窮人還沒上門來，他就想到外面有人飢寒受凍，主動要去救濟的。同樣是給飯，心念不同，態度、方式、慈悲心的程度都不同。所以「加行」很重要，對果報會產生相當大的影響。

「後起」也是。我們做善事，人家不一定就會感激我們的。有時布施給人，人家還嫌太少！或許有人心裡會想：「給你就不錯了，你還這樣，以後不理你了！」有的人即使還繼續布施，但帶了一點嫌恨心，態度上就變得比較差了。如果是這樣的話，福德都會縮減的！因此，布施之後的「後起」也是非常重要，如何讓我們的發心不退轉，布施之後不後悔，反而起歡喜心，並讓它相續、增長，這就要靠大家各自用心了！

總之，「加行」、「根本」、「後起」，任何一個階段都會影響我們業報的輕重。

## 十、影響業報的因素

影響業報的因素很多，以下從幾個方面來說明。

### (一) 「故作業」或「不故作業」

故意造的業與不是故意造的業，兩者差別很大。比如說蓋房子，爸爸站在底下丟磚塊給上面的兒子，兒子沒接

好，磚塊掉下來打死了爸爸。他不是故意的，這跟蓄意殺父親的那種逆罪的果報差異相當大。

## （二）造業時之精神狀態

造業時是「正常清醒的精神狀態」，還是「精神錯亂的狀態」，業報是不一樣的。這在一般的法律也是如此，如果是精神錯亂的話，刑罰較輕，有的甚至可以免刑；佛教也是如此。

## （三）發心、動機

發心、動機包含甚廣，包括「加行」之種種心念都是。例如布施，有無執著施者相、受者相、施物相？是無所求的布施？還是有所求？

比如有人布施東西給別人，一直要人家記得他的恩惠，這就是執著「施者相」。

又如見喜歡的人多布施一點；見不順眼的，少布施一些或完全不布施，這就是有「受者相」，有差別心。

又有人把舊電視機、破鞋子、舊衣櫥給人，這到底是真布施呢？或者是將垃圾送人？如果「施物相」不空的話，對自己貪愛或貴重的物品就很難施捨了。反之，如果我們能把最捨不得的東西施捨出去的話，其果報比起清除垃圾的那種布施，當然是大得多！

再者，不只是捨掉這個物品而已，在布施的同時也能捨掉貪、瞋、癡等煩惱，這就不是凡夫的布施了，而是與二乘解脫道相應了！更進一步，不但救度眾生的身命而已，更以般若度化眾生的慧命，教他修行的方法，教他斷煩惱，教他行利他的事業，這就與大乘菩薩道相應了！

以上是對善業來說，如果對惡業來講，是與上品貪、瞋、癡相應的發心，或者是與下品貪、瞋、癡相應的發心，那也是不同的。

#### (四) 手段、方法

行善或造惡的手段和方法也是千差萬別。同樣是殺人，有人很快就讓他斃命；有的人卻用言語先侮辱他、鞭打他，把他折磨得半死，然後再殺他。由於手段、方法的不同，得到的果報也不一樣！

同樣地，我們布施東西時，態度誠懇不誠懇？是親手布施，或假手他人？救濟貧人時是和顏悅色？還是言語相譏給人難堪？這些所得的果報是不同的。有的人自尊心很強，寧可餓死，也不願接受救濟。有的人越布施，驕慢心越大，在比業績，如果別人做得比他好的話，則嫉妒心大增。諸如此類，我們在做慈善事業時應該特別注意。

其實，我們可以作一種觀想：我布施給貧人，並不是上對下的關係，反而是他給我種福田的機會，應該感激他。所以，並不是上對下，而是同體大悲的。不但有悲心，

又將他視之如佛，恭恭敬敬地奉上物品，這樣才不會隨隨便便、輕慢地把東西送出去就算了。

像這樣，雖然布施同樣的東西，但隨著每個人心念的不同，以不同的方式、態度來布施，其果報的差異也是相當大的。

#### （五）事成或未成

事情成功了或未達成目標，業報還是有些差異的。比如把人殺死了，或殺人未遂等等，則果報不同。又有的人雖然有善心，但遲遲無法付諸行動，這與能實際走入群眾利益眾生，二者相比，果報當然也有差別。

#### （六）服務的對象，或侵害的對象

服務的對象不同，或侵害的對象不同，其果報也不一樣。就像同樣的種子，種在貧瘠的石頭瓦礫中，與種在肥沃的土壤中，所結的果實是有差別的。如果以出家戒法來說，故意殺畜生是波逸提，是墮罪；若故意殺父母則是波羅夷罪，更是逆罪！

這裡提出一個問題：菩薩布施時，應該先布施給誰？假設你有一份食物，但有兩個人同時出現在你面前，一個是得道的高僧，一個是孤苦無依的流浪漢，請問你要布施給誰呢？

這往往因為每個人的發心、想法不同，而各有不同



的做法。有的人認為要先布施給高僧，也有人認為要先布施給流浪漢，也有人主張要分成兩份，或視當時的情況而定。那麼，到底要布施給誰才好呢？《大智度論》提出三類不同的說法：

- 1、分別心多者→先供養佛、菩薩……（田勝而心劣）。
- 2、慈悲心多者→先施貧窮惡人……（田劣而心勝）。
- 3、得實相，具般若方便者→隨因緣行布施，慈愍眾生又皆視之如佛。

如《大智度論》卷 87（大正 25，669b24-c21）云：

問曰：是菩薩布施時，先施何等人？

答曰：是菩薩雖因眾生起大悲心，而**菩薩布施必先供養諸佛、大菩薩、辟支佛、阿羅漢及諸聖人**。若無聖人，次第施持戒、精進、禪定、智慧離欲人。若無此人，施一切出家佛弟子。若無是人，次施持五戒、行十善道及持一日戒、三歸。若無此人，次施中人非正非邪者。若無此人，次施五逆惡人，及諸畜生，不可不與，菩薩以施攝一切眾生故。

有人言：**應先布施五逆罪人、斷善根者、貧窮、老病、下賤、乞丐者，乃至畜生**。譬如慈母，多有眾子，先念羸病，給其所須；又如菩薩為餓虎欲食子故，以身施之。

問曰：如是種種，應先施何者？

答曰：一切眾生皆是菩薩福田，能生大悲故。菩薩常欲以阿耨多羅三藐三菩提施眾生，何況衣食等而有分別！**又菩薩得無生忍法，平等無差**；未得無生忍者，或慈悲心多，或分別心多，此二心不得俱行。

**悲心多者，先施貧窮惡人。作是念：「種福田中，果報雖大，憐愍眾生故，先利貧者。」如是田雖不良，以慈悲心得大果報。**

**分別心多者作是念：「諸佛有無量功德故，應先供養。」以分別諸法，取著佛身故心小；其心雖小，福田良故，功德亦大。**

**若得諸法實相，入般若波羅蜜方便力中，心得自在，二事俱行——慈愍眾生，又視皆如佛。**

**如是等菩薩隨因緣行布施。」**

一般來說：福田有「敬田」與「悲田」之分。

有一類經典<sup>9</sup>說：供養一佛的福德，比起供養一百個阿羅漢的福德來得大；供養一個阿羅漢，比供養一百個三果聖者福德大；布施給凡夫，勝過布施畜生等等。因為佛度化眾生多，田比較肥沃。這是從「敬田」方面來說的，敬田大的話，福德比較大。

另外一類是「悲田」。有一類經典<sup>10</sup>主張應該先施給

---

9 參見《中阿含》卷 39（155 經）〈須達哆經〉（大正 1，677b23-c13）；《中阿含》卷 47（180 經）〈瞿曇彌經〉（大正 1，722b20-26）。

10 《法苑珠林》卷 81：「《像法決疑經》云：有諸眾生，見他聚集作諸福業，但求名聞，傾家財物以用布施，及見貧窮孤獨，呵罵驅出不濟一毫，如此眾生名為顛倒作善癡狂禍福，名為不正作福。如此人等甚可憐愍，用財甚多，獲福甚少。善男子！我於一時告諸大眾：若人於阿僧祇身供養十方諸佛并諸菩薩及聲聞眾，不如有人施畜生一口飲食，其福勝彼百千萬倍無量無邊，乃至施與餓狗、蟻子等，悲田最勝。」（大正 53，884c2-10）

另參見《像法決疑經》（大正 85，1336a24-b2）。

最貧苦、最可憐的眾生，這樣福報會比較大。就像說一個母親有好幾個孩子，其中有一個最弱小、最多病，這時候母親往往會多照顧他一些；同樣地，如果我們不趕快速度化這些惡人的話，那誰來度他呢？如果這個流浪漢都快餓死了，你能忍心不救嗎？

問題是，如果得道高僧與流浪漢都快餓死的話，你給誰呢？有人提供了一個方案，他說：「聖人比較有智慧，我先供養聖人，因為聖人會衡量情況分一些給乞丐。但是如果我給了乞丐，他有可能不管聖人就自己獨吞了，那怎麼辦？」這樣的回答也是滿有意思的。

《大智度論》提供了第三種做法：「若得諸法實相，入般若波羅蜜方便力中，心得自在，二事俱行——慈愍眾生，又視皆如佛。如是等菩薩隨因緣行布施。」也就是菩薩得諸法實相，不會有眾生相，無好惡之分別，能悲智雙運，隨緣布施。他在布施給無德的流浪漢時，不僅悲心強，也把無德流浪漢當成佛，存恭敬心、慈悲心來供養，悲智具足無礙，這樣的話，福德加倍！

### (七) 數量、品質、相續心

行善或造惡的次數或數量，與果報也有很密切的關係。

一般來說，布施的東西越多，福德也越大。但不能只看「數量」，「品質」的好壞也必須注意。與其送一箱腐爛的香蕉，倒不如送幾個好的蘋果。

「次數」或「相續心」也很重要，有的人布施非常大手筆，但是只有一次，以後就沒了。可是，有的人布施雖然量不大，但是他細水長流，施捨的心相續不斷，就像數念珠一樣，一直專心持久下去，也會日久見功夫的。

有人起煩惱，強而猛烈，但很快就消失了；而有的人起煩惱，雖然不是很強，但是綿綿密密，藕斷絲連，沒完沒了。其實，大惡不犯，小惡不斷，這也會障礙我們修行的。

釋尊當時的國法，偷盜五錢是死罪，因此佛陀比照規定：「盜五錢的話，就是波羅夷，不可悔，必須逐出僧團；五錢以下的，可以懺悔。」有個比丘心想：「若一次盜滿五錢的話，犯波羅夷罪，必須逐出僧團，不如分五次來盜取，一次偷一錢，分期付款。」結果佛陀問他：「你在偷的時候，有沒有**相續心**？如果有的話，一樣是波羅夷；如果不是的話，罪比較輕。」

從這裡可以得知：除了數量、物品的價值以外，次

數多寡、有沒有「相續心」，對果報也有很大的影響，值得特別留意！

說到「數量」，除了「物品的數量」之外，「心量」與業報也很有關係。如有一貧女，傾其所有換得一盞小油燈供佛，結果其他富有人家供佛的油燈都熄滅了，唯獨貧女這盞油燈還在燃燒。<sup>11</sup>從「物質」的量上來看，油燈及油的量都很小；可是從「捨心」的量來看，貧女的心量比富裕人家的心量大多了，所以她所得的果報也大。

#### (八) 善行或惡行所產生的影響 (受用、不受用)

我們所作的善行，對方受不受用，與業報也很有關係。龍樹菩薩的《中論》說：「從用生福德，罪生亦如是」<sup>12</sup>。意思是說，善業、惡業各有兩類：一是造作時候所成的業，一是受用時候所起的業。如甲以財物布施給乙，甲布施的當下，即成就了一善業；而乙在受用此財物時，甲又得一善業。青目論師舉「射箭喻」說到：放

---

11 參見《賢愚經》卷3〈貧女難陀品第20〉（大正4，370c-371c）。

12 《中論》卷3〈觀業品第17〉（大正30，21c15）；印順法師《中觀論頌講記》p.276；另參見《甘露味論》卷上（大正28，966a27-29）；《俱舍論》卷18〈分別業品第4〉（大正29，97a16-b6）；《優婆塞戒經》卷5（大正24，1059a8-11）。

箭射人，射出去是一惡業，箭射死了那個人，又是一惡業；如沒有射死，那只有射罪，無殺罪。

因此，以布施來講，除了東西本身的價值以外，這東西對受者來說，受不受用也是很重要的。比如說在一個非常炎熱的夏天，你卻送一件厚毛衣給人，這件毛衣不是不值錢，而是對方已經熱得受不了，再給他毛衣做什麼？或是送電動玩具給少思寡欲的出家人，這對他來說又有什麼用呢？

有些人硬要送東西給你，但你又用不著，轉手給別人，他又不高興。所以我們在布施的時候，也是要靠智慧的，以對方而言，到底實用或不實用也要考慮在內。

另外，我們的行為對於「對方」的影響，也會左右業報的輕重。例如，偷有錢人家的東西，對他來說影響不大；但是偷窮人家的東西，對他的影響可大了，他的生活有可能因此無以為繼，甚至喪命也說不定。或者說殺了一個人，不是只有這個人死了而已，他兒子或其他人是不是也連帶受影響？如果殺的是大慈善家，那麼對接受救濟的人影響就更大了。

另外，我們所做的行為對「社會大眾」的影響也很重要。例如，有人造了某些器物，大量殺生；或是起頭做了一些違背善良風俗的行為，大家爭相仿效，造成社

會很不好的風氣。又如有些出家人沒有威儀，惹人譏嫌，對僧團的清淨形象產生很負面的評價。像這些，影響就太大了。

### (九) 性罪、遮罪

「性罪」是指殺、盜、淫、妄等，主要是屬於「道德規範」。這是本於善惡業道的立場，不管受戒、不受戒，不管在家、出家、男女老少，犯了都是罪惡，是要受果報的。

「遮罪」本身不一定有罪，但是它會障礙我們的修行，例如喝酒，或違犯僧團裡其他有關食、衣、住、行等生活規定，叫遮罪。

從業報的觀點來看，犯了「性罪」比犯「遮罪」要來得嚴重。

### (十) 懺悔

造惡業以後，是讓惡念相續，或者是立刻懺悔，對果報也有很大的影響。有的人犯了罪，東躲西藏；有的人則是立刻去自首，坦誠發露。就像臭的東西一樣，越是密封起來，只會越久越臭，不會變香。相反地，如果把它拿出來洗一洗，在太陽底下曬一曬，那才會變乾淨。因此，發露懺悔，才是去惡向善最快的捷徑。

同樣是懺悔，到底是真誠地懺悔，或者只是形式上的懺悔，二者差別很大！有沒有決心下不為例，絕不重犯，對業障的消除，其效果也不同。

一般而言，懺悔的方式有三：1、作法懺；2、取相懺；3、無生懺。略述如下：

### 1、作法懺

「作法懺」：依據佛陀所制之戒律，而自己發露所犯罪行，稱為「作法懺」。如比丘犯了小罪，應向一位比丘懺悔；重一點的罪，就要向三位，乃至二十位清淨比丘發露求懺悔。如法懺悔之後，他就清淨了，其他人也不能再舊事重提，否則也是犯戒的。如果能做到這樣的話，真的是很理想的僧團了！

雖然說依作法懺可以得清淨，但《大智度論》中有一段話值得注意：「如比丘殺畜生，雖復得悔，罪報猶不除。」<sup>13</sup> 以比丘戒來講，故意殺人要逐出僧團；殺畜生雖然不像殺人那麼嚴重，如果行作法懺的話，仍能保有比丘的身分，還可以留在僧團裡面；但是，從業報的觀點來看，斷眾生命的罪業，後世還是要受報的。

---

13 《大智度論》卷 46（大正 25，395c）。



## 2、取相懺

「取相懺」，就是在佛前日夜誦經，虔誠地禮拜懺悔，等到見佛放光摩頂，或夢中見佛，或夢見諸瑞相，即得清淨。有些重罪，特別在末法時代要找二十個清淨比丘如法懺悔，這非常不容易。由於無法具足這樣的因緣，只好在佛前作取相懺。但這取相懺是與「禪定法」相應的，也是不容易做到的。

## 3、無生懺

「無生懺」，是體會到諸法無生無滅，能了知心性本空，罪福無相，則一切法皆悉空寂，即使是性罪，也可讓它重報輕受，甚至可以不讓它現行。這裡所說的「空」，並不是說沒有業報，而是說業與報都是因緣所生法，諸法因緣生，諸法因緣滅。犯罪之後，只是一直懊悔是沒有用的，怎樣深切地懺悔，精進修學、體悟無我性空才是重點。

以上三種懺法，「作法懺」是與「戒律」相應；行「取相懺」是與「禪定」相應；如果是「無生懺」的話，則是與「智慧」相應。

由上可知，並不是說有懺悔就一定能使惡報不現行，這要看犯的是性罪或是遮罪；是裝模作樣的懺悔，或是很真誠的悔過；用什麼方式懺悔，是作法懺、取相懺或無生懺；有沒有與戒、定、慧相應，其效果大不相同。

## 十一、結論

影響業報的因素很多，其中以心念的影響最大，也最複雜。

以布施來講，一般會想到：如果「福田」肥沃的話，得到的「福德」會比較大。但事實上，除了「福田」以外，更重要的是在「心念」！心念的差別，有時候勝過於福田的大小。舉個例子來說，有一天舍利弗拿飯供養佛，佛把這飯分一點給狗吃，問舍利弗說：「你供養佛的功德大，還是我（佛）施飯給狗的功德大？」舍利弗回答說：「根據我的瞭解，佛施給狗的功德比較大。」佛說：「你說的對！」<sup>14</sup>

由此可知，「福田」只是其中一個因素而已，事實上，影響業報的因素很多，像施物的品質、數量、布施之方式、對方受用不受用等等都是，而最主要的還是在於「心

14《大智度論》卷 32（大正 25，301b2-12）：

施物雖同，福德多少隨心優劣。如舍利弗以一鉢飯上佛，佛即回施狗而問舍利弗：「汝以飯施我，我以飯施狗，誰得福多？」舍利弗言：「如我解佛法義，佛施狗得福多。」

舍利弗者，於一切人中智慧最上，而佛福田最為第一，不如佛施狗惡田得福極多。以是故，知大福從心生，不在田也。如舍利弗千萬億倍，不及佛心。

問曰：如汝說福田妙故得福多，而舍利弗施佛不得大福？

答曰：良田雖復得福多，而不如心；所以者何？心為內主，田是外事故。

念」。如果以清淨的善念，不求回報的發心，本著慈悲的胸懷、謙虛的態度，恭恭敬敬來布施，且布施之後不後悔，讓善念與歡喜心相續增長，持續不間斷地布施，這都會讓布施福德持續不斷地增廣。更進一步，布施時，不但捨財，又能捨慳貪煩惱，深入空無我慧，轉有漏為無漏，轉有相福德迴向無上菩提，迴向一切眾生，這都是與「心」有關的，而這也真是所謂的「運用之妙，存乎一心」了！

第二篇  
菩薩正行



## 菩薩同學

(慧日講堂，藥師法會開示，2009.11.14)

以「世間法」來說，在同一學校共同學習的同伴稱為「同學」，而佛典裡面也有提到「菩薩同學」。在《摩訶般若波羅蜜經》<sup>1</sup>裡面，有一次阿難尊者請問佛：「菩薩彼此共住，那應該怎麼樣呢？」佛就告訴阿難：「菩薩共住，應當彼此看對方就像佛那樣地恭敬。」不是狗眼看人低，而是彼此我看你像佛，你也看我像佛，這樣彼此恭敬。菩薩應該作這樣的想法，大家有緣一起共修，或者能夠成為夫妻組成家庭，或者是當父子等等的；或者同修，是同門師兄弟也好，或是師徒也好等等，這都是有緣的。那麼跟我們在一起，包括現在大家在一起也是，這些菩薩們是我真正的伴侶。我們大家共同乘坐一條船，大家互相學習。

我們要學習的內容是什麼呢？所謂「檀波羅蜜」，就

---

1 《摩訶般若波羅蜜經》卷19〈62 魔愁品〉（大正08，356c29-357a7）：

阿難白佛言：「世尊！菩薩、菩薩共住云何？」

佛告阿難：「菩薩、菩薩共住，相視當如世尊。何以故？是菩薩摩訶薩應作是念：『是我真伴，共乘一舡。彼學我學，所謂檀那波羅蜜乃至一切種智。若是菩薩雜行、離薩婆若心，我不應如是學。若是菩薩不雜行、不離薩婆若心，我亦應如是學。』菩薩摩訶薩如是學者，是為同學。」

是布施波羅蜜，還有持戒、忍辱、精進、禪定、般若波羅蜜等六度萬行，乃至佛的一切種智我們都要學。「若是菩薩雜行」，雜行就是有時候修六度，有時候又修惡行等等的，如果是這樣子的話，那麼就離開了大乘菩提心，我不要跟他一起學。所以「同學」，是要學好的才跟他學；不好的，我們不要跟他一起學。若是學不好的，這不叫同學。如果菩薩不雜行，不離大乘菩提心的話，我們應該這樣地學。菩薩大士能夠這樣地學，就稱為菩薩同學，這是《經》上所說。

《大智度論》卷 77〈62 同學品〉（大正 25，604b20-c1）云：

〔阿難〕問佛：「菩薩共住云何？云何用心恭敬？」佛答：「**供養恭敬，當如視佛。**」是未來佛故。此中佛自說因緣：菩薩共住，應作是念：「是我真伴，俱到佛道，共乘一船。船者，六波羅蜜；三界、三漏為水；彼岸是佛道。彼所學者，我亦應學，學者，所謂六波羅蜜等，同戒、同見、同道。如白衣兄弟，不應共鬪，我是同法兄弟，亦不應共諍。**若是菩薩雜行，離薩婆若心，我不應如是學。**何以故？勝事應從他學，惡事應捨。」菩薩若作是學，輕慢、瞋恨事皆滅，是則名**菩薩同學**。

如果菩薩共住，應怎麼樣地用心恭敬呢？佛回答：「恭敬供養，當如視佛。」我們要恭敬供養對方，把他當作佛，那是未來佛，他未來會成佛。「此中佛自說因緣：菩薩共住，應作是念：是我真伴，俱到佛道，共乘

一船。」佛說菩薩共住應該這樣地想：菩薩是我真實的伴侶，共同的目標是到佛菩提，我們的目標是成佛。目前我們大家一起修學，就是共乘一條船。這一條船是法船，就是「六波羅蜜」的法船。我們在一起划船的時候，不能說只讓別人一直出力地划，你卻在旁邊涼快，只是喊：「用力！用力！一、二，一、二……」這樣『用力』而已啊。我們不要自己在旁邊納涼，大家要一起划。也不是說人家往前划、你往後划，或者是你鑽洞讓它有洩漏，這個就不成了，對不對？大家要同甘共苦。

我們共乘的這一條船是法船，目標是成佛的彼岸，渡過的這條河流、大海，就是「三界、三漏為水」。三界就是欲界、色界、無色界，那種種的欲漏、有漏、無明漏，這些煩惱我們要克服、渡過。從此岸渡到彼岸，「彼岸是佛道」，而大家所學的就是六波羅蜜，「同戒、同見、同道」。導師在《佛法概論》<sup>2</sup>有提到六和敬。六和敬，在見解上，我們要「見和同解」，大家要共同建立正確的見解，每個人見解都一致。不要產生分別，認為我這個法門

---

2 參見印順法師《佛法概論》p.21-p.23：

正法的久住，要有解脫的實證者，廣大的信仰者，這都要依和樂淨的僧團而實現。僧團的融洽健全，又以和合為基礎。依律制而的和合僧，釋尊曾提到他的綱領，就是六和敬。六和中，「見和同解」、「戒和同行」、「利和同均」，是和合的本質；「意和同悅」、「身和同住」、「語和無諍」，是和合的表現。

才是最好，你那個是旁門左道，或者你那個法門不好、不究竟，其實大家要共同建立正確的見解。在行為上，要「戒和同行」，也就是大家一起遵守戒律，沒有例外。在經濟上，要「利和同均」，大家一起分享，不是說你的比較大塊，我的比較小。以上這些是和合的本質。那麼，表現在身口意上面，就要「意和同悅」，在心裡面非常歡悅、愉快，不要到處起瞋恨心、不滿。「身和同住」，大家要共住，而不要鬧點意氣就自己一個人去住茅棚。若是你去住茅棚，他也去住茅棚，每個人都去住茅棚，結果大家沒辦法和合共住，這樣不好。在言語上，大家「語和無諍」，彼此都非常和氣，沒有爭論。這是和合的表現。

「如白衣兄弟，不應共鬪」，白衣就是在家人。在家人的兄弟，不應該勾心鬥角，何況我們是同門學法、學佛法的師兄弟，那也不應該互相起諍亂。「勝事應從他學，惡事應捨」，好的，我們跟他學；不好的，我們委婉地勸告他。菩薩如果能夠這樣地學，彼此是好的要互相學習，輕慢、瞋恨的這些事情都通通滅除不起，這就名為菩薩同學。

請問各位菩薩同學，我們瞋恨心、輕慢心滅除了嗎？如果還有的話，我們就要再多加努力。



## 如何修忍辱

(2003.11.27 於工研院)

大家很精進，能夠利用午休時間來討論佛法。今天我們要一起探討的主題，是大家常會遇到的問題，就是遇到不如意時，往往會產生種種的情緒激盪，那麼我們「如何修忍辱」？

菩薩行的種類有很多，但是歸納起來就是六度，即六種波羅蜜——布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若（智慧），忍辱便是其中之一。所以，忍辱是菩薩行很重要的一個修行法門。

如果有人違逆我們，讓我們感到很羞辱的，要如何來化解？今天我所引的資料，是出自龍樹菩薩的《大智度論》，裡面提出了二十五種法門，因應眾生不同的根性而各取所需。「戲法人人會變，各有巧妙不同」，也就是說，不一定每一個對我們都適用，但是只要其中有一個能讓自己化解，就值回票價了。有時也會依不同的情況，而用各種不同的法門。它只是提供一個引子，至於如何運用和觸類旁通，就要看我們自己的努力。

「忍」在佛教中的意義，我想從幾個角度來切入。首先，「忍」的意義是什麼？其次，再談到底是什麼原因或情況會讓我們無法忍受？因為「解鈴還需繫鈴人」，當

我們知道情緒波動的原因和來源之後，就能找到對治的方法。最後，是要談如果我們不修忍的話，會有哪些過失、後果？對治的方法是什麼？我想從這幾個角度和大家切磋。

### 一、「忍」之意義<sup>1</sup>

攝護於眾生，菩薩修忍度。  
耐怨安受苦，及諦察法忍。

菩薩行是為了成佛。成佛一定要攝化眾生，護念眾生；修集攝受眾生的布施，護念眾生的淨戒，才能利益眾生而後成佛。但眾生是愚昧的，可能會給予布施而不知感恩，或反而相仇害的；護念眾生而持戒，眾生卻偏要來褻害的。如不能堅忍，施與戒的功德，都是會因而破壞的。世間尚且要「相忍為國」，「小不忍則亂大謀」，何況在無量生死中度眾生而成佛的大事，那有不修忍而能成就呢！所以菩薩非修忍度不可，而忍成為菩薩的大行之一了！

首先，我想舉日常生活中的事情，來看看「忍」包含的範圍有哪些。比如說有些人看到很好的東西，或自己喜歡的東西，沒有考慮後果，先刷卡再說，一旦要付款時就要承受苦果了。

---

1 以下引文參見印順法師《成佛之道（增注本）》p.295-p.297。

「忍」的範圍，除了包括違逆、欺負我們，不講理的，讓我們感到很困苦、難受的，這些要忍之外；對於美好的東西，乃至有人非常恭敬你，對你非常好，你有時候不能安然於心而產生貪染的情況，這也是要忍。誠如印順導師在《成佛之道》裡說的：「忍是忍耐，忍辱不過是忍的最重要的一項。忍是意志堅定，經得起打擊，受得了磨難，不問怎樣艱苦，都能保持自己，不受外來的影響，而改變宗旨，或者引生罪過。……」

所以，佛教對「忍」這個語詞來說，可以分成三大類：

- (一) **耐怨害忍**：如有怨仇來損害，或是刀杖傷害，或是挾怨誣害，或者是惡意誹毀，因而損害名譽、利養。這是一般人最難忍受的，菩薩應修安忍：憐憫對方，覺得他為煩惱所驅迫，為惡勢力所轉動；忍受怨敵的傷害而不生瞋忿，不加報復。

以大家耳熟能詳的忍辱仙人的故事為例，釋尊以前在修菩薩行時，他的前生曾當過忍辱仙人。他在森林修行時，有一次國王帶著宮女去森林裡遊玩。後來國王午休時，宮女們全都跑去忍辱仙人那裡，國王醒後很生氣，認為仙人不守梵行，引誘他的宮女，就砍斷仙人的手腳，但仙人一點也不動怒。

在釋尊的當生，就是在二千五百多年前，他也遭受

到許多的困境。當釋迦族將被毀滅時，面臨國破家亡的危難，釋尊是如何度過的？他事先知道這個情形，但沒有用抗議等激烈的手段去抵抗，他是在一棵沒有樹蔭的樹下靜坐，用德行來感召敵人。另外，釋尊的弟子，也是他的堂弟——提婆達多，一個很親的人，後來背叛他，想要害他。甚至有一婆羅門婦女假裝懷孕，想要毀謗釋尊。類似這些，都算是內心中的一個很大的衝擊，都屬於耐怨害忍這一類。

（二）**安受苦忍**：苦是各式各樣的，有從外界的無情物來的，如風雨、寒熱等苦。有從外界的情來，如蛇、蠍、蚊、蟲等苦。有從自身發生的，就是出家，乞食，遊化，修行，也都是會引生苦痛的。這都要磨練心志，安心忍受；不能忍，那不是引起煩惱罪惡，就是障礙自己的修行。

「耐怨害忍」是指對眾生的種種違逆要忍，「安受苦忍」則是指對風、雨、寒、熱等的無情物，對一些自然現象要忍。乃至於一些非人，如蛇、蠍、蚊、蟲等等，是從外界有情而來的，也會讓我們引生一些痛苦。我們就要磨練心志，安心忍受。

曾經在炎熱的夏天，有個老和尚發心布施自己給蚊子。在那晚，弟子們很讚賞地敲鐘打鼓，想看看和尚怎麼布施給蚊子。結果和尚出來後就把上衣褪下，透出白晰的

肌肉讓蚊子來叮，正在弟子讚歎之餘，忽然聽到「啪！」的一聲，老和尚把一隻蚊子打得血肉模糊了。弟子們覺得很奇怪，問道：「老和尚！您不是要布施給蚊子嗎？」老和尚答說：「這隻蚊子真討厭，剛剛已經吃過了，現在牠又跑來吃。」所以，我們忍辱要能持久，才能得到它的果實。

另外，釋尊在成道前曾有過六年的苦行，中國的古德就寫了這麼一首詩，我滿喜歡的：

心似冰霜骨似柴，六年凍餓口難開；  
誰知忽睹明星上，落得盈盈笑滿腮。

不知道各位有沒有去過印度？或是看過印度的佛像？釋尊的相整個都是排骨，前胸貼後背，幾乎都沒有肌肉了。他是在修苦行，足足有六年的時間，一天只吃一麻一麥而已。後來釋尊放棄了苦行，接受牧羊女供養的乳糜，恢復體力後，在菩提樹下夜睹明星證悟緣起而成道，終於苦盡甘來了。所以，如果釋尊早期就放棄了，沒有忍耐到最後，就無法成就修行的果實。

(三) **諦察法忍**：法是佛法，審細諦察而悟入佛法，忍是安心入理的意思。如浮光掠影，不能安心深入，就不能獲得深廣的法益了！

諦是真理。這裡的「忍」跟前面兩個忍的性質不太一

樣。前二者主要是指在意志、情感上的鍛鍊；這裡是指一種很深刻的體認，是要靠智慧和正確的知見，把錯誤的觀念扭轉過來，或是轉變不好的想法。前二者是要在感情上有所昇華，或是在意志上好好地鍛鍊，在情緒上能夠把粗暴的脾氣調柔，乃至把不習慣的變為習慣。由此可知：忍有意志、情感上的，有認知、知見上的，所以往往觀念一轉變，就能有所突破。

我就以《漢書》裡提到韓伯俞的故事為例，韓伯俞的母親常拿起棍棒打他，他都默默忍受。有一天，他母親又打他時，他卻突然哭了起來。他母親覺得奇怪：「是不是伯俞無法忍受了？」事實正好相反，韓伯俞是因為母親以前打他時，打得很重，力道很強，表示她的身體還很健康；但是今天母親打他卻軟弱無力，表示她的身體衰弱、年老了，大概來日不多了，所以悲從中來。這就是有名的典故「伯俞泣杖」的由來！

我們要如何轉化情緒的激盪，有些可以從觀念上加以調整，有些則是在情感上加以昇華——如對母親的敬愛之情，能夠勝過肉體上的疼痛。

另外，還有一個發生在日本的故事。在一處非常貧窮的村落有個不好的習俗，他們把無法做活的老年人擗到荒郊野外，讓他自生自滅。有一天，一位年輕人也準備把年邁的母親擗到深山裡，但途中經過一些矮樹叢，就聽到母親一直在折樹枝的聲音。這孩子心想：「妳是不是邊折

樹枝邊做記號，以便在我把妳放下後，再依記號回家？既然這樣，我就把妳搵到更遠的深山裡，讓妳找不到路回家！」結果，孩子不知不覺迷路了。在放下母親後，便狠狠地跟母親說：「老太婆！我們就此分手吧！」母親跟孩子說：「孩子！辛苦你了，我怕你找不到路回家，已經沿途折樹枝幫你做好記號，你可以順著記號回去了！」類似這種情感上的昇華，或是知見上觀念的轉變，往往能夠化解我們內心中的不平衡。

「忍」的意義，既然有包括情感方面和認知方面，我們要看哪些事情會引起自己情感上的變動？有一類是我們對於外物的貪著，比如遇到名牌就特別想要；另外是對人的要求較嚴苛，如上司對屬下要求過高，或屬下對上司有過於理想化的期待，比如希望找一個和藹可親、好商量的上司；有時是對朋友很好說話，但對家人卻無法通融。再來，就是要求完美主義而造成很多的困擾。

有的是對眾生的不忍，聽說美國總統林肯有次要去開會，途中看到一頭豬掉入沼澤中，因他急著去開會就繼續趕路。但是越想越不對，心中一直無法放下，只好掉過頭來，把那頭豬拉上岸，再去開會。這就是表現在對眾生的慈愍。

另外，還有性情急躁和人之間的種種磨擦，也會造成情緒上的波動。這種急躁就得靠平日養成寬宏大量的習慣，能有一個緩衝的空間，否則遇到突發狀況，脾氣很容

易就爆發出來。這種心性的陶冶，自己要多加留意！比如有個例子，一位剛學會開車的女士，她的技術還不太好，開到一條窄巷時，車子突然熄火了。不巧後面來了一部計程車，司機猛按喇叭。這女士越緊張越無法發動車子，計程車司機便跑過去責罵那位女士。這女士腦筋一轉，回了一句話：「先生！先生！你來幫我發動車子，我來幫你按喇叭！」因為一直猛按喇叭是無濟於事的。因此，腦筋能夠靈活轉彎後，就能化解種種的難題。

由上我們可以瞭解：會引起我們情緒變動的，一個是對外物的執著，再來是對人的要求，不管是對自己或對眾生。

釋尊非常有智慧，他說：為什麼會產生這種種貪著和情緒的波動呢？追根究底是沒有瞭解「無常、無我」。

我們要觀「諸行無常」，「行」就是一切的有為法，如能透徹瞭解諸行無常，就能淡化許多對外界的貪著。而錯誤的根源在於「我執」——我的執著，一有我的執著之後，相對的就有「我所」——我所擁有的，或者是我所依的——我的錢財、我的名譽、我的家人、我的身體、我的壽命等等。這些外物乃至親戚朋友等等，因為你執著「我」，而你處處跟這些「我所」緊密地結合，因此只要牽動外在的一絲一毫也都會牽動到你。如發生無常變動，本來是你的，後來變成別人的，或由好變壞時，就會對你造成牽動。如果你執著的越少，你就能越安然，情緒的牽動也越小。



以前我在大學時，那時候還沒有出家。有一次洗完頭想要吹乾頭髮，吹風機是放在小小的五斗櫃裡，放得很裡面，我輕輕地拉，拉不出來，結果一用力拉，整個抽屜就掉了下來，把別人送給我學長的一個具紀念性的陶瓷盤子打破了。我心裡很著急，但也無處可買到同樣的瓷盤賠學長，最後只好硬著頭皮跟他道歉。學長說：「不要難過！凡事總有成住壞空，早晚都是要破的，你就不要為這掛心了！」所以，只要能夠瞭解自己現在執著、掛念的是什麼，對「無常」能有所瞭解，就能減輕許多的情緒波動。像以前的帝王也曾有過許多的理想，但現在都只是枯骨一堆，我們現在能夠知道的帝王，其實也沒有幾位啊！

另外，是要體會到「諸法無我」。釋尊把所有煩惱的根源都歸為「我執」，而凡夫與聖人的差別就是在有沒有破我執。就一般世俗人來看，愛跟恨似乎是截然對立、相反的觀念；但在佛陀看來，二者的根源是同樣的錯誤，只是展現為兩個不同的表現方式而已。若能從根源處下手，從智慧、知見上去瞭解無我、無常，就能轉化種種情緒上的變動。

## 二、瞋恚之五過失與修忍之五德<sup>2</sup>

人們貪愛某物，得不到的很想得到，得到以後又怕

---

<sup>2</sup> 以下引文參見印順法師《成佛之道（增注本）》p.297-p.299。

它損壞、遺失，或被人搶奪。所以，佛陀說八苦都是來自於貪著。對外物的貪著而產生「求不得苦」；對人與人之間關係的貪著，就有「愛別離苦」；有的是一看就討厭，再看更傷心，自己怨恨的人卻天天要見面，這是「怨憎會苦」。其實，這些煩惱的根源是因為我們執著五蘊的身心，執著這個身心對外欲、對人的追求等等。當我們遇到毀謗、橫逆，很容易就產生瞋恨心，但在《成佛之道》提到了瞋恚有五種過失。

瞋他有何益？自他增憂苦。  
瞋火燒善根，忍則五德具。

這是說對別人瞋恚，我們究竟得到了什麼好處？不但自己增加了憂苦，對別人也是苦上加苦。如果能夠修忍的話，相對的就會有五種功德。

如不忍而瞋他，向他報復，這到底有何利益呢？這真是不必要的。

比如在課堂上自己想要顯得鶴立雞群，應該是要自己站起來，或是自己長高一點嘛！但是有人不是這麼做，而是把別人壓低。可是，把別人壓低，難道自己就高人一等嗎？其實沒有！不但自己沒有長進，反而還容易引起別人的反彈。

**要知自身的失敗，決不單是為了他人的損害破壞，主要還在自身的不健全。**

佛教講因緣法，我們要成功，事實上要有很多因緣的具足；同理，我們失敗也是因為有很多的條件不具足，不是因為別人的破壞而導致的，主因還是自身的不健全，這佔了一個主要的因素！在《大智度論》裡有個比喻：如果我們本身的肌膚都沒有破損的話，髒東西是不會侵入我們體內的；一旦自己本身有所瑕疵，病毒就容易侵入。同理，同樣的壓力並不是對每一個人都會造成同樣的傷害，一個堪忍性強的人，是有能力抵抗的；而抵抗力差的人，只要稍微一點點，就會造成致命性的傷害。

**換言之，自己才能損害自己。古人說：『君子有終身之憂，而無一日之患』。眼前的受損害，受冤屈，在自己如法的進修中，沒有不被了解而恢復的。唯有自己不向上，到死而德業無成，才是可憂慮的。**

我們要憂的是自己這輩子沒有成就，而不是當前、眼前的這些事情而已。

**依佛法，不要說一日之患，就是一生的冤抑、屈辱、犧牲，在無盡的生死過程中，這算得什麼？唯有不能趣向佛道，永遠在生死中頭出頭沒，才是可悲哀呢！所以不應該瞋忿報復，而應該安忍。而且，向怨敵瞋忿報復，並不就是恢復已受的損害。不忍而瞋忿報復，徒然使自己與他人，增長種種的憂苦。**

這段話顯現了佛教對時間、對法義的深廣。若以儒家或一般人來講，總是希望這輩子能夠「還我清白」；但是以佛法來講，一輩子受冤屈都還算不了什麼。對一個長久修菩薩道的人來說，這一輩子受冤屈，也不是什麼大不了的事情；更重要的，是你如何在趣向佛道的過程當中，能夠步步穩紮穩打，能夠向上。所以，菩薩考慮得深遠，他的做法有時候就能夠捨身而來利益眾生。

在佛典有這麼一個故事：有位比丘外出托鉢，走到一戶做珠寶生意的居士家門口，主人答應供養比丘了，要比丘等一下，他進去拿飯。這時，桌上的珠寶被旁邊的一隻鵝吞了進去。主人一出來後，看不到珠寶，以為是比丘偷的，就一直打罵這位比丘，要他還出珠寶來。一般人都會說：「不要冤枉我，是這隻鵝。」但是這麼一說的話，那隻鵝就沒命了。這位比丘為了護生，怎麼都不肯吐實。後來這隻鵝吞了這顆珠寶後，大概不舒服就暴斃了，比丘這時才把真相說出來。主人將鵝剖腹一看，果真是鵝吞了珠寶，是自己誤會了比丘。所以，在整個菩薩道的修習過程中，遭受一時乃至一生的冤屈，安忍是非常不容易的。

向他報復，他當然受到憂苦，而自己瞋心發作，身心煩躁不安，有時會不顧一切，造成更大的錯誤，招致更大的損害。以怨報怨，這是不能解決問題的。所以說：「不可怨以怨，終已得休息。行忍得息怨，此名如來法。」（《出曜經》）

佛教在《出曜經》或《法句經》裡都說：「不要以怨報怨，這樣是永無止息的。」如果不能修忍辱，在發完脾氣後，頂多是覺得很痛快而已，但其衍生的後果——人與人之間的怨結沒有解開的話，這輩子會糾纏不清，有時下輩子還會再來，永遠沒有止息的一天。

修集布施、持戒，好不容易。但由於一念的不忍，瞋忿心發，全部都被摧壞了。如說：「若有瞋恚諸佛子，百劫所修施戒善，一剎那頃能頓壞。」所以形容瞋是火一樣的，能焚燒一切功德善根，非下決心修忍不可！假使能知道瞋恚的過失，安忍的功德，多多的考察，自會以理智來制伏瞋忿煩惱。那麼，瞋恚有什麼過失呢？

我們修集布施、持戒，好不容易積了一點點福德，若只因一念的不忍，瞋忿心發，便「一把無明火，能燒功德林」。而且將百劫所修施戒善法，於剎那間就全部失壞了。因此，我們可以反省一下：瞋恚到底能不能解決事情？有什麼過失？這裡將經論裡的各種不同說法歸納出五項：

### (一) 壞色

瞋心一起，容貌會變得很難看，有誰發了脾氣以後會變得更可愛的呢？當然沒有！所以，瞋心一起，全身血脈沸騰，面色會立刻變成醜惡的樣子，而且容易衰老。聽說母親在生氣時餵小孩母乳，小孩會不健康。

## (二) 失辯

瞋心一起，情感壓倒了理智，有的連對方說話的意義都聽不明白。衝動緊張，當然失掉了論辯的才力，為自己申訴，有時也會說錯了。

本來是辯才明晰的，可是情緒一激盪後會口齒不清晰，腦筋思考得不細膩。

## (三) 善士遠離

凡性情暴躁，多起瞋忿的人，良善的朋友，都會為了不值得結怨而離去的。

有人發脾氣後，性情暴躁，六親不認，旁邊的人看到後都趕快閃，以免被波及到。所以，如果經常發脾氣的人，旁邊的人也都不願親近，善士遠離。

## (四) 毀戒

瞋忿發作，只圖達到報復目的，什麼都顧不得了。殺、盜、淫、妄，無惡不作。

有人瞋心發作後，為達報復的目的不擇手段，違背道德的事情——殺、盜、淫、妄等，無所不作。

## (五) 墮落

這樣的積集瞋業，一旦老死到來，還有什麼善報，只有墮落惡趣的一路了。

如果我們積集瞋業，造了很多的惡行以後，死了就會墮落。

反之，如果我們能夠修忍辱的話，就能得到五德——相貌端嚴、辯才明晰、善友共聚、不犯禁戒，而且能夠生人天，乃至趣向佛道。

下面我們就來看看《大智度論》裡，提到的幾種修忍辱的方法。

### 三、如何修忍辱<sup>3</sup>

#### 1、當思惟是我先世所作之惡報，今當歡喜償還

云何瞋惱人中而得忍辱？當自思惟：一切眾生有罪因緣，更相侵害。我今受惱，亦本行因緣，雖非今世所作，是我先世惡報，我今償之，應當甘受，何可逆也！譬如負債，債主索之，應當歡喜償債，不可瞋也。<sup>4</sup>

人與人之間的緣分各有不同，有的人一看，似曾相識，有種親切的感覺；有的人一看，就覺得好像哪裡不對勁，有不舒服的感覺。從這裡面，我們就要思惟：很多事情我們是要好好處理善後的，人家已經打你、罵你了，你如何來化解，不讓情況繼續惡化下去；有些則是應該著重在防患未然。如果你的功夫很深，不管誰來吵你，你都能安然度過，那當然沒問題。可是如果功夫還沒到家的話，

---

3 參見《大智度論》卷 14（大正 25，166b27-168a27）。

4 參見《大智度論》卷 14（大正 25，166b27-c2）。

已有的因緣促成事情發生時，就一定要注意不要讓它惡化。

佛教講「如是因，如是果」，那要怎樣更進一步來防患未然。防患未然的一個基本原則，就是廣結善緣。平常若能不貪小便宜，能夠吃些小虧的人，就不會吃大虧。吃小虧，積的是陰德、福德，通常都能變成一個很好的資糧。

我們現在看到的慈航菩薩像是胖嘟嘟的，有點像彌勒佛一樣，聽說他以前很瘦。大概是他年輕時，有一次去上廁所，但是忘了帶草紙。正好旁邊有人，慈航法師就向他要些草紙，結果旁邊的人遞過來的不是草紙，而是一堆「米田共」，也就是擦過糞便的草紙；但他淡然處之。從那以後，他就開始發福了。所以，平常吃小虧的人不會吃大虧。平常喜歡貪小便宜的，從眼前來看，他是佔了一些便宜，可是從佛教因果來講，不是靠自己的勞力或福德得來的，佔的便宜越大，事實上欠的債越多。

以前法鼓山的聖嚴法師要去日本求學時，智光老和尚送給他一句話：「你到日本去求學，有很多人贊助你，你不要以為：『大概是我以前修的不錯吧！福報不錯，所以現在有很多人來贊助我。』應該反過來想：『現在有很多人贊助我，不是我以前修的很好，可以享這些果實，這些是我新造的業，我跟人家借的。造了這些借的因，將來就要付出報答的果。不要倒果為因了！』」<sup>5</sup>

---

5 參見聖嚴法師《法鼓全集》第3輯第4冊〈留日見聞〉p.0079。



也就是說我們現在得到福報，不要洋洋得意，覺得是自己以前做得不錯吧！其實不是，是你先跟人家借的。所以，老子有講過「建德如偷」。小偷做事是偷偷摸摸的，怕人家知道；我們建立功德，就要像小偷那樣——「為善不欲人知」，這樣子積的福德才叫陰德。如果做了一點事情就怕全世界的人都不知道，拼命吹噓，那就是陽德，就沒什麼功德了，積陰德才會有真正的福報。

所以，我們可以從這邊來思惟：為什麼他會對我這樣？是不是以前我對人家不好？不一定是這輩子，有時是前幾輩子積下來的一些緣。也就是說「我今受惱，是本行因緣」，就是我以前做的種種。「雖非今世所作，是我先世惡報，我今償之，應當甘受，何可逆也！譬如負債，債主索之，應當歡喜償債，不可瞋也。」

有人雖然這樣子想，但還是覺得無法接受。比如說被人倒債了，或是別人平白地要東西，已經給了一些錢打發他，怎麼又不斷地來？我打個比喻來說明：如果我昨天跟你借了一百萬，今天一覺醒來忘記了。我忘了，當然不會再還你了。但是你不會忘，你還會再跟我要；當你跟我要時，我雖給了你兩萬，但你當然還會繼續要的。人都有隔陰之迷，上輩子我們欠人一百萬，隔陰之迷後忘記了，當債主來討債時，我們雖然還了一點點，但是還沒還清，卻還自以為：「怎麼一直來討債？」所以，我們可以這樣觀想——有可能是我欠他的還沒還完，我應該用還債的心，甘願地承受。

或許有人會想：「搞不好，我還的超過了，怎麼辦？」這就變成他欠你的了，下次你需要時再跟他要就好了。

## 2、行者常行慈心，雖有惱亂逼身必能忍受，如忍辱仙人

復次，行者常行慈心，雖有惱亂逼身，必能忍受。譬如：羸提仙人在大林中，修忍行慈。……<sup>6</sup>

這就是忍辱仙人的故事，他是用慈悲心來轉化。

## 3、念一切眾生常有眾苦，云何復加其苦

復次，菩薩修行悲心，一切眾生常有眾苦：處胎迫隘，受諸苦痛；生時迫迮，骨肉如破，冷風觸身，甚於劍戟；是故佛言一切苦中，生苦最重。如是老、病、死苦，種種困厄，云何行人復加其苦？是為瘡中復加刀破！<sup>7</sup>

眾生都有煩惱，家家有本難念的經。你還過得去的話，對眾生的種種無理取鬧，我們就以慈悲心、不忍心化解之，不要令他苦上加苦。

## 4、自念不應如凡人「侵至則瞋，益至則喜」，當興大悲心，「惱害不瞋，敬養不喜」

復次，菩薩自念：我不應如諸餘人常隨生死水流，我當逆流以求盡源，入泥洹道。一切凡人，侵至則

---

6 參見《大智度論》卷14（大正25，166c2-21）。

7 參見《大智度論》卷14（大正25，166c21-26）。

瞋，益至則喜，怖處則畏。<sup>8</sup>

一般人是流轉生死，修行人則不應隨生死流轉，而應還滅，入涅槃道。凡夫是一遇到瞋惱就生氣，對他有利益就覺得很歡喜，如果是讓他覺得不安，他就感到恐懼。

我為菩薩，不可如彼，雖未斷結，當自抑制；修行忍辱，惱害不瞋，敬養不喜，眾苦艱難不應怖畏；當為眾生興大悲心！

而菩薩或是修行者、欲求解脫者，就不能像凡夫這樣。「結」是煩惱，如心有千千結。雖然我們還沒斷除煩惱，但是仍要加以抑制，修行忍辱。有人惱害我們，我們不要起瞋心，有人恭敬、供養我們，我們不要得意忘形或產生染愛，反而要以大悲心來對待別人。

#### 5、念眾生能助我行忍，是我師

復次，菩薩若見眾生來為惱亂，當自念言：是為我之親厚，亦是我師，益加親愛，敬心待之。何以故？彼若不加眾惱惱我，則我不成忍辱；以是故言是我親厚，亦是我師。<sup>9</sup>

這等於是作個假想觀。以前我剛學佛時，有位法師開示說：「師父打你、罵你，那是供養你耶！」菩薩要這樣難行能行、難忍能忍，也需要磨練、鍛鍊。當眾生來惱亂

---

<sup>8</sup> 參見《大智度論》卷 14（大正 25，166c26-167a2）。

<sup>9</sup> 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167a2-6）。

時，我們應該作這樣的觀想：「他們都是我的親厚，也是我的師長，我應該更加敬愛他們。如果他不加諸眾惱於我的話，我不能圓滿修成忍辱波羅蜜，所以要把他們看成自己的逆增上緣，是我的善知識、師長。」一開始當然是不容易，但是仍要慢慢地加以練習。

#### 6、念無量世互為眷屬

復次，菩薩心知，如佛所說：眾生無始，世界無際，往來五道，輪轉無量。我亦曾為眾生父母、兄弟，眾生亦皆曾為我父母、兄弟，當來亦爾。以是推之，不應惡心而懷瞋害。<sup>10</sup>

這些眾生無始劫來都是我們的父母、兄弟或孩子。你現在對他好，他將來還可能回報你；你現在對他不好，他將來又會用不好的東西來報答你。所以，不應惡心而懷瞋害。

以下第7至第9，都跟瞋恨心有關。

#### 7、念眾生中佛種甚多，若我瞋之，則為瞋佛

復次，思惟眾生之中，佛種甚多，若我瞋意向之，則為瞋佛；若我瞋佛，則為已了！如說鴿鳥當得作佛，今雖是鳥，不可輕也。<sup>11</sup>

這裡是說：以佛教的觀點，每位眾生都有成佛的可能性，如果你對他起瞋恨心的話，就等於是對佛產生了瞋恨

10 參見《大智度論》卷14（大正25，167a6-10）。

11 參見《大智度論》卷14（大正25，167a10-13）。

心。如果將來他先成佛了，你曾與他結了惡緣，將來就不容易受教，即使他想要度化你也不容易。如果跟他結了惡緣，即使你先成就了，也難以度化他。

在龍樹菩薩的《十住毘婆沙論》裡說到：我們不要欺騙諸佛。很多人在佛前發願「我要做什麼、做什麼……」，但所做的卻不是那麼一回事，這就是欺騙諸佛。其實，佛是一切種智，你要騙佛也騙不過。那什麼叫做欺騙諸佛呢？龍樹菩薩說，欺騙眾生就是欺騙諸佛。這可以從幾個意義來看：

- (1) 一切眾生都是佛陀度化的對象，你欺騙了眾生，這不就是跟佛唱反調嗎？佛陀要度化眾生，你不幫忙也就算了，怎能再故意唱反調呢？這樣，佛陀當然是不會歡喜的。
- (2) 你跟他結了惡緣，將來不管是誰度誰，都隔了一層障礙。

#### 8、念諸煩惱中瞋為最重，不善報中瞋報最大

復次，諸煩惱中，瞋為最重，不善報中，瞋報最大；餘結無此重罪。<sup>12</sup>

所有的煩惱中，瞋恨心是最重的，不僅跟人結了惡緣，所有的功德還可能因此而滅盡。所有不善報中，瞋報

---

<sup>12</sup> 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167a13-26）。

最大，其他的煩惱還沒有像瞋這麼重的。

……菩薩思惟：我今行悲，欲令眾生得樂。瞋為吞滅諸善，毒害一切，我當云何行此重罪？若有瞋恚，自失樂利，云何能令眾生得樂？

菩薩應該思惟：我要行慈悲，令眾生得安樂。瞋吞滅諸善，毒害一切。我要累積功德已經很不容易了，如果再行瞋恚這個重罪，那麼功德何時才能圓滿呢？要讓功德能夠圓滿，連一點小小的漏洞都要彌補起來，何況瞋會讓我們福德消損的。

### 9、諸佛菩薩以大悲為本，瞋為滅悲之毒

復次，諸佛菩薩以大悲為本，從悲而出；瞋為滅悲之毒，特不相宜，若壞悲本，何名菩薩？菩薩從何而出？以是之故，應修忍辱。<sup>13</sup>

如果我們破壞了大悲的根本，一有瞋心的話，就不能稱為菩薩了。所以，菩薩應修忍辱。

若眾生加諸瞋惱，當念其功德；今此眾生雖有一罪，更自別有諸妙功德，以其功德，故不應瞋。

這也作假想觀，就是說沒有一個人從頭到尾都是壞

---

13 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167a26-b2）。

的；再怎麼壞，也有一部分是好的，連我們自己也都有好有壞，不是全都純善無惡的。所以，看到眾生對我們的不好，我們應該這樣想：「他還有很多的功德！」不要因為這個人的一點點不圓滿，就把他的好處全部抹殺掉，這樣是跟他結怨，很不好的。

沒有人是完美的，每個人都有缺陷。以前聽我妹妹講過：「什麼叫做一百分？38加49，另外加上一個13點，這才是真正的100分。」如果我們能把每個人的好處都抽一點，去看這些好處，並加以吸收，那你就賺到了嘛！你不要只是用放大鏡看別人的缺點、不圓滿；日子已經很難過了，又何必跟自己過不去呢？所以要多觀察眾生的功德。

10、念彼煉我、治我，如金師煉金，垢隨火去，真金獨在

復次，此人若罵若打，是為治我；譬如金師煉金，垢隨火去，真金獨在。此亦如是，若我有罪，是從先世因緣，今當償之，不應瞋也，當修忍辱！<sup>14</sup>

這是說把眾生對我們的惱害，當作他對我們的供養、磨練，就像煉金那樣，我們每個人也都需要接受淬練才能成器。

---

14 參見《大智度論》卷14（大正25，167b2-5）。

## 11、菩薩本願欲令眾生得歡喜

復次，菩薩慈念眾生，猶如赤子。閻浮提人多諸憂愁，少有歡日；若來罵詈，或加讒賊，心得歡樂，此樂難得，恣汝罵之！何以故？我本發心，欲令眾生得歡喜故。<sup>15</sup>

菩薩是發願要救度眾生的，把每一個眾生都看成自己的孩子。人皆有惻隱之心，多少都是有慈悲的，只不過眾生就是因為有我執，所以有人相、眾生相、壽者相，人我的區別。對一個喜歡的人，多為他付出沒關係，就像父母為孩子犧牲生命在所不惜，但對別人的孩子卻就不當一回事了。或者我們看戰爭片時，會覺得打得還不夠精彩，可是如果你是當事人，大概就不會覺得打得不夠精彩了，要將心比心啊！

怎麼突破呢？除了悲心的培養外，主要是要破我執，修人我空觀，修眾生空。要像觀世音菩薩能夠慈悲一切眾生，平等對待一切眾生。

## 12、念眾生常有病，死若相隨，應加慈悲

復次，世間眾生，常為眾病所惱，又為死賊常隨伺之，譬如怨家恆伺人便；云何善人而不慈愍復欲加苦？苦未及彼，先自受害。如是思惟，不應瞋彼，當修忍辱。<sup>16</sup>

---

15 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167b5-9）。

16 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167b9-13）。



世間的眾生因為都有生老病死，有的眾生是心也苦，身也苦，又加上他不知道修行，不瞭解無常，不知死賊時常在旁伺察。因此，菩薩或知道修行的人，就不要再加苦給眾生，所以不應該瞋彼，應當修忍辱。

### 13、觀瞋恚其咎最深

復次，當觀瞋恚，其咎最深。……諸心病中，第一難治。瞋恚之人，不知善，不知非善，不觀罪福，不知利害，不自憶念，當墮惡道！善言忘失，不惜名稱，不知他惱，亦不自計身心疲惱；瞋覆慧眼，專行惱他。<sup>17</sup>

這跟前面有點類似。如果他不知善，不知非善，不觀罪福，不知利害，不自憶念，就會墮入惡道。如果我們起了瞋恨心的話，就會覆蓋我們的慧眼，專行惱他。

如一五通仙人，以瞋恚故，雖修淨行，殺害一國如旃陀羅。

一般所說的神通，只能稱為神秘現象而已；以佛教來講，神通是要以禪定為基礎，必須要有禪定，才能引發神通。這裡談到一個五通仙人的故事，不過，五通仙人的故事有不同的版本，這裡講得很簡要。

這個五通仙人是外道的修行者，是沒有漏盡通的。他

---

17 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167b13-20）。

在修行時，有人往他身上潑糞，他想：「沒關係！你潑你的糞，我打我的坐。」而其他人看見後，也繼續倒糞在這位仙人身上。這位仙人受不了了，便產生了瞋恨心，一發神通，把整個村莊都毀滅掉了。這就是經文說的：「以瞋恚故，雖修淨行，殺害一國如旃陀羅。」就像殺害奴隸、賤民一樣。

另外一個故事是說：五通仙人在樹下打坐時，有鳥去擾亂他；換到河邊打坐時，又有魚等來惱亂他。沒有神通還好，但有神通者一起瞋心後，破壞力就很強。

#### 14、瞋恚之人，人不喜見，積瞋之人，甚至不受佛語

復次，瞋恚之人，譬如虎狼，難可共止；又如惡瘡，易發、易壞。瞋恚之人，譬如毒蛇，人不喜見。積瞋之人，惡心漸大，至不可至，殺父、殺君，惡意向佛。如拘睒彌國比丘，以小因緣，瞋心轉大，分為二部。……瞋罪如是，乃至不受佛語。以是之故，應當除瞋，修行忍辱。<sup>18</sup>

瞋恚之人，譬如虎狼，是很難共處的。底下舉了一個例子：像拘睒彌國比丘，因為小因緣，瞋心轉大，便造成僧團的分化。佛陀希望僧團可以和合，可是僧團裡的每一個人各執己見，連佛的話都不聽。

---

18 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167b20-c8）。

在《四分律》中有個比喻：佛陀希望整個僧團能夠和合，僧團不和是佛教的不幸，居士們對比丘眾也不要再火上加油，最好能夠平等地護持。所以，當初僧團分化時，有居士覺得很困惑：「我到底要護持哪一邊呢？」於是就請教釋尊。釋尊說：「僧團就好像一根金棒，如果不幸分成兩、三截，段段都還是金，所以希望居士們都能平等護持，不要挑撥離間。」

所以，瞋恨心的人對平常有恩於己的人，不管是父母、師長、或是提拔過自己的恩人，有時瞋恨心一起，真的是忘恩負義，這果報當然也會是比較重的。

#### 15、修忍易得慈悲，易成就佛道

復次，能修忍辱，慈悲易得；得慈悲者，則至佛道。<sup>19</sup>

#### 16、寧可為無智者所輕慢，不為聖賢所輕賤

這點講得非常好！這怎麼說呢？下面以一問一答來說明：

問曰：忍辱法皆好，而有一事不可：小人輕慢，謂為怖畏；以是之故，不應皆忍。<sup>20</sup>

問說：「你說的忍辱法雖然很好，可是有一件事情我一直無法想通。如果你一直修忍辱，給人覺得你是個膽小

---

19 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167c8-9）。

20 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167c9-17）。

鬼，沒有志氣，會被小人輕慢，以為你在怕他。因此，這時候就不應該忍辱了。」

答曰：若以小人輕慢，謂為怖畏而欲不忍，不忍之罪甚於此也！何以故？不忍之人，賢聖善人之所輕賤；忍辱之人，為小人所慢；二輕之中，寧為無智所慢，不為賢聖所賤。何以故？無智之人，輕所不輕；賢聖之人，賤所可賤。以是之故，當修忍辱。

龍樹菩薩回答說：「如果你怕給小人輕慢，你不修忍辱的罪，是甚於此也。」你如果忍的話，人家頂多是笑你沒志氣而已，可是你不忍時，罪過比這大很多。為什麼呢？「不忍之人，賢聖善人之所輕賤。」如果我們發了瞋恨心，沒有修忍辱，賢聖的人會看不起你。因為修行本來就是要修忍辱的，就因為一點小事，而無法修忍辱，這會被賢聖的人看不起。

如果你能安忍，聖人是讚歎你的，會輕慢你的是這些小人。不論你修與不修忍辱，都會有人輕賤你，那麼你就要衡量自己要給誰看不起。給小人看不起，這沒什麼，你不要跟他一般見識就好。千萬不要做出不合乎道德的行為，這樣不但有損自己的福德，也會讓聖人看不起。既然都會給人看不起的話，那你要選哪一個呢？所以還是修忍辱吧！修忍辱，是聖人所讚歎的，即使這些小人有所毀謗，那也算不了什麼，因為他是外行人嘛！你不要跟他一般見識。無智的小人輕視他所不應該輕視的；而有智慧的

賢聖之人，他是輕賤那些該輕賤的小人，所以我們應修忍辱。

這樣的觀想很好，如果會怕人笑你沒志氣，不妨想想這點！

#### 17、修忍之人，常生天上、人中，後得佛道

復次，忍辱之人，雖不行布施、禪定，而常得微妙功德，生天上、人中，後得佛道。何以故？心柔軟故。<sup>21</sup>

因為修忍辱，心調柔了，會有種種的功德。

#### 18、不修忍辱，常墮惡道

復次，菩薩思惟：若人今世惱我，毀辱、奪利，輕罵、繫縛，且當含忍。若我不忍，當墮地獄，鐵炬熱地，受無量苦，燒炙燔煮，不可具說！以是故知，小人無智，雖輕而貴；不忍用威，雖快而賤；是故菩薩應當忍辱。<sup>22</sup>

菩薩應該這麼思惟：有人今世來毀辱我，奪取我的利益，甚至把我綁了起來，我都要忍受。如果不忍的話，自己就會墮入地獄，受到鐵炬熱地、燒炙燔煮等種種苦痛。所以，受人毀謗、奪取利益都還是小事，如果墮入三惡道中，那些苦比起現在世間自己所受的苦，還要大上千萬倍。

---

21 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167c17-19）。

22 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167c19-24）。

因此，衡量之下，這個苦還算是小事。

有些小人是非不分，沒有智慧，經常輕慢他人；菩薩雖然被小人所輕視，可是愈顯得菩薩的尊貴。反之，如果我們不好好修忍辱，而用種種的威勢讓人感到不可侵犯，雖然可逞一時之快，可是反而顯得自己的卑賤，所以菩薩應當修忍辱。

#### 19、念眾生為瞋所惱，方便治之，無所嫌責

復次，菩薩思惟：我初發心，誓為眾生治其心病。今此眾生為瞋恚結使所病，我當治之，云何而復以之自病？應當忍辱！<sup>23</sup>

菩薩初發心不只是自己調練心性，也希望能夠幫助眾生。結、使，都是煩惱的別名。眾生都被瞋恚的煩惱所牽纏，我們應該幫助他化解才對；不要本來是為了度人，反而對人起了瞋恨之心。

譬如藥師療治眾病，若鬼狂病，拔刀罵詈，不識好醜，醫知鬼病，但為治之而不瞋恚。

如得了鬼狂病的人是身不由己，醫師應以慈悲心來治療這個病，不要對他種種不合理的行為而產生瞋恨心。

菩薩若為眾生瞋惱罵詈，知其為瞋恚者煩惱所病，狂心所使，方便治之，無所嫌責，亦復如是。

---

23 參見《大智度論》卷 14（大正 25，167c24-168a 2）。

菩薩如果被眾生瞋惱打罵，應該體諒他是被瞋恚的煩惱所繫縛，是狂心所使，菩薩應便來治療他，不要有所嫌棄，或跟他過不去。

20、菩薩愍念眾生，愛之如子，念彼幼小，雖有過罪不瞋不恚

復次，菩薩育養一切，愛之如子；若眾生瞋惱菩薩，菩薩愍之，不瞋、不責。譬如慈父撫育子孫，子孫幼稚未有所識，或時罵詈、打擲，不敬、不畏，其父愍其愚小，愛之愈至；雖有過罪，不瞋、不恚。菩薩忍辱，亦復如是。<sup>24</sup>

菩薩慈愍一切眾生，如父母親疼愛子女一樣。小孩子不懂事，童言無忌，有時還會不敬父母，冒犯長上；父母親愍念其幼小無知，寬容原諒其過失。菩薩慈憫眾生也是一樣，眾生雖有過失，不要跟他計較。

21、若不忍今世苦，後世墮惡道其苦更多

復次，菩薩思惟：若眾生瞋惱加我，我當忍辱。若我不忍，今世心悔，後入地獄，受苦無量；若在畜生，作毒龍、惡蛇、師子、虎、狼；若為餓鬼，火從口出；譬如人被火燒，燒時痛輕，後痛轉重。<sup>25</sup>

菩薩應當思惟：如果眾生瞋恚加害於我，我應修忍辱。若不修忍辱的話，今世心裡經常產生憂悔，以後也會下

---

24 參見《大智度論》卷 14（大正 25，168a2-7）。

25 參見《大智度論》卷 14（大正 25，168a7-11）。

地獄受無量的苦。再來，起瞋恨心有可能會墮到畜生道，作毒龍、惡蛇等；也有可能墮入餓鬼道，火從口出，常受飢餓之苦；譬如人被火燒，剛被燒時的疼痛還輕，之後這個痛愈來愈重。龍樹菩薩可能被火燒過，他很有經驗。後面這句話「燒時痛輕，後痛轉重」也有可能在比喻，我們今世憂悔，這個還算小事；如果不修忍辱而起瞋恨心的話，墮到三惡道，那受的苦反而更重！

## 22、若不能忍辱，則不名為菩薩

復次，菩薩思惟：我為菩薩，欲為眾生益利；若我不能忍辱，不名菩薩，名為惡人。<sup>26</sup>

如果不修忍辱的話，就不能稱作菩薩了；不稱為菩薩，那就跟一般人沒有兩樣了，而是惡人。

## 23、初發心誓為一切眾生，云何起瞋

復次，菩薩思惟：世有二種：一者、眾生數；二者、非眾生數。我初發心，誓為一切眾生。若有非眾生數：山石、樹木，風寒、冷熱，水雨侵害，但求禦之，初不瞋恚。今此眾生是我所為，加惡於我，我當受之，云何而瞋？<sup>27</sup>

菩薩初發心是為了度化一切眾生的，故不應起瞋心。世間可分為「有情的眾生」和「無情物」，無情物如風寒、

---

26 參見《大智度論》卷 14（大正 25，168a11-13）。

27 參見《大智度論》卷 14（大正 25，168a13-17）。



冷熱、水雨等。也就是說你不要怨天尤人，怪天氣的冷熱種種，菩薩對這些要能夠安忍。

#### 24、知「眾生」為因緣假合，誰可瞋者

復次，菩薩知從久遠已來，因緣和合，假名為人，無實人法，誰可瞋者？是中但有骨血、皮肉，譬如壘壘；又如木人，機關動作，有去有來。知其如此，不應有瞋！若我瞋者，是則愚癡，自受罪苦。以是之故，應修忍辱。<sup>28</sup>

這是須要修空觀的，要用智慧來修眾生空。菩薩之所以無法忍受，是因為有眾生相，看到這個人長這個樣子，那個人長那個樣子，總會產生種種差別的想法，有差別觀。這時，菩薩應作深刻的觀察：「從久遠已來，因緣和合，假名為人」，是由種種因緣——色、受、想、行、識的組合，只不過是個假相，一層皮包著而已。這層皮一剝落後，哪有什麼美好、醜陋的分別呢？這是進一步對眾生空的觀察。

#### 25、諸菩薩皆先修「生忍」，後修「法忍」，乃得成佛

復次，菩薩思惟：過去無量恆河沙等諸佛，本行菩薩道時，皆先行生忍，然後修行法忍。<sup>29</sup>

「生忍」就是眾生忍，對於侮辱、毀謗我們的眾生要修忍辱，乃至對自己特別好、特別恭敬，最能吸引自己的

---

28 參見《大智度論》卷 14（大正 25，168a15-22）。

29 參見《大智度論》卷 14（大正 25，168a22-27）。

人，也不要產生染愛。對於這些會產生染愛的，《大智度論》稱之為「軟賊」。不是只有鹽水才會使鐵生鏽，甜的糖水也能使鐵生鏽。

我今求學佛道，當如諸佛法；不應起瞋恚如魔界法。  
以是故應當忍辱。

我們如果一起瞋心，就跟魔沒有兩樣了。我們是要學佛法，不是學魔法，所以應該修忍辱。

底下有幾句我非常喜歡的座右銘，與大家分享！

人之聰明才智，多不用以責己，而用以責人；  
多不用以集所長，而用以護所短。

這句話我非常喜歡！人很聰明，但往往用錯了方向，不用來反省自己，多用來責備別人。如果方向一轉——「行有不得，反求諸己」，事實上可以改善的地方很多。若能把聰明用來積集很多的長處，把每一個人的長處都收集起來，累積多了以後，你就富有了，就功德圓滿了。但是，往往人之聰明都拿來掩飾自己的過失，用種種巧妙的手段隱藏，不欲人知，這就像把一個臭的東西層層包裹，密封起來，那只是越久越臭，不會變香的。

常言「忠言逆耳」，我們若要各方面能夠有所長進，不管是知識或才能等等，因為自己一定有許多不足之處，所以一定要記住善知識給我們的指點。要自己成長有兩個條件：一是自己的反省力非常強，甚至能無師自通；一是

藉助外在的善知識。當自己的反省力不夠強，能力沒那麼好，無法無師自通時，當然要藉著善知識來助自己一臂之力。所以，如果有人來勸我們，我們感激他都來不及了，而不要說：「你憑什麼說我！」

所以，我們不妨把自己的聰明才智用在自己身上，自責而不責人；用於集所長，有過失就要馬上懺悔，才不會讓惡報漸漸增廣。有時是忠言逆耳，感到非常難受，這時就不妨用第二句來思惟。

攻我之過者，未必皆無過之人也，若求無過之人責我，則終生不得聞過矣！

當別人來指正我們的過失時，如果他用非常和藹的態度，我們還可以接受；如果他用很嚴厲的手段，或在大庭廣眾之中數落你的不是，你就會覺得面子掛不住，非常難受。有時就會有一種自我安慰的想法出現：「如果我這麼不好，那你又好到哪裡去了？還不是半斤八兩！」但是，如果是要讓自己長進的話，這種想法是節外生枝的。如果你要求一個完全沒有過失的人來勸告你，那這一輩子就沒有人有資格來勸告你了。你是天上哪一尊聖賢下生的呢？要找一個完全沒有過失的人來勸告你，這種人不但難找，你又有什麼福報能這樣呢？所以，我們要感念對方的勸告。如果是對自己有幫助，講的是實話，我們就要撿起來用。至於他有沒有過失，那是另外一回事了。

以鏡自照見顏容，以心自照觀吉凶。

看著鏡子，可以看出我們的容貌是如何。有人喜歡去占卜算命，這是人對未來有種好奇；或是自己以前做過不好的事情，於是去占卜，看看自己將來是不是一定會受報，是種不安而想要事先瞭解一下的心理。其實，真正要占吉凶，問自己的心是最清楚的，不是問別人。

要吉，心就要清淨，凡事行有不得，反求諸己。如果照了鏡子後，不滿意鏡中人，對他發脾氣，或是責怪鏡子凹凸不平，這是於事無補的。佛教講「如是因，如是果」，你要從當下因緣的根源做起。

除山中之賊易，去心中之賊難。

有人說：「學佛，心好就好，何必去吃素、做善事？」其實，心好太難了！一般人在大眾面前都不敢做壞事，身口表現出來像個正人君子，這個還容易做到，但要做到心中全然沒有雜念妄想，念念是善念才難。所以，要除山中之賊易，去心中之賊反而難，須要從戒定慧下手。

一把無明火，能燒功德林。  
三年打柴，一日燒盡。（不必燒三年）

我們最好學學彌勒菩薩，「大肚能容，了卻人間多少事；滿腔歡喜，笑開天下古今愁。」一笑，能化解許多的憂愁。

以下簡單做個歸納。我們做任何事情，不要只考慮到目前、短視近利的因，而要考慮到將來可能會產生的果報。「菩薩畏因，眾生畏果」，一般人是害怕將來會得到什麼惡報，菩薩是害怕種下惡因，因為他知道有了惡因，將來就一定有惡果。有時，我們看佛典會覺得撥無因果的是外道，其實我們自我反省：我們種了一個不好的因，也一直在逃避，有時會存著「惡果大概不會來吧」這種僥倖的心理。嚴格來講，我們這種撥無因果的想法，事實上跟外道的邪見沒什麼兩樣。所以，我們不要把因果看得太輕，要看看自己做了某種行為和其延續的種種後果。因緣是瞬息萬變的，我們當思惟自己造了瞋恨心的因，將來會產生什麼惡果。如能從這邊下手——知解的轉變，乃至透徹地體會佛法的無常、無我，便能瞭解諸法的實相，瞭解這世間的真相、常態，就能避免許多造惡的事情。

煩惱有「見惑」和「修惑」這兩種。見惑，是屬於我們觀念上的問題；修惑，是意志上、情感上的問題。例如有人知道抽煙會傷肺，喝酒會傷肝，醫生對這些常識比任何人都清楚，但有些醫生卻戒不了煙，這是意志力不夠堅強。所以，我們在考慮事情，遇到種種不如意時，是「我知道，我知道」，卻明知故犯。這其實是「知之深，行之淺」，有的是知的不夠深，所以行的不夠切。你說你知道，事實上是知得不夠深，所以須從知見上進一步地再下深的功夫。有的雖是知曉，但須要在情感、意志上養成一個好的習慣，要當機立斷。往往我們明知故犯，這就是不好的習氣使然。要對治不好的習氣，就要破釜沈舟，要用好的

習慣來轉化不好的習慣。所以，持戒的「戒」，這個尸羅的意義就是好的習慣，這才是戒體。尸羅就是習慣，要習慣成自然。

我們可以回想過去跟人的衝突，不管是對父母、長輩、長官或下屬，引起我們起瞋心的情形，一直跟人吵的這些事，現在幾乎很多都不值一提了，但當初怎麼都放不下。依此而推，目前碰到的種種不如意，以後再倒帶回來想，其實也不值得一提了。我們不要為這些小事傷感情，跟自己過不去。

其次，就是我們要「隨緣消舊業，莫再造新殃」，不要讓惡因緣一再重複。已經發生的，就好好處理善後；還沒發生的，就好好防患未然，廣結善緣。再來，我們常常一開始發心時是任勞任怨，但不長久，漸漸就變成是任勞不任怨，再來就不任勞也不任怨了，而亮起紅燈的警訊了。

今天我們從幾個角度來看「忍」，有些是體力上的問題，有些是意志、情感上的問題。比如馬拉松，全程約42公里，跑者除了體力是個很大的挑戰外，意志力更是最大的考驗。有人的腿已經抽筋了，卻可以硬撐著跑完全程。所以，忍辱可在體力上鍛鍊，意志上加強，情感上昇華，再從知見上加強無常、無我的體認，瞭解整個煩惱的根源處是在我執，從這邊下手，就比較容易解決了。

今天就簡單地跟各位討論到這裡，如果還有什麼問題，我們再找時間慢慢聊，謝謝大家！

## 菩薩不起輕慢心

我們在研討《大智度論》時，常會發覺其中有很多道理，相當值得作為我們修行的參考。我想趁這個機會，提出來和大家共勉。

在《大智度論》有引了一部經，提到菩薩不起輕慢心。如《大智度論》卷 39（大正 25，344c6-9）云：

如《經》中說：菩薩輕餘菩薩，念念一劫遠於佛道，經爾所劫更修佛道。以是故而不自高，亦不下他。

這裡所說的經是《摩訶般若波羅蜜經》。如果修行的菩薩輕慢其他的菩薩，他只要起一念的輕慢心，那麼就念念一劫遠於佛道。一劫，是一個非常長的時間單位，那很可怕！只要起一念的輕慢心，那就退失一劫；起兩個念，就退失兩劫。如果能夠不退菩提心，還想要修學佛道的話，那就看你起多少念，必須經過多少劫才能把這些退失的功德補回來。所以，告誡我們不要起高慢心，不要輕視他人。

《大智度論》所引的這段文，在玄奘大師譯的《大般若經》裡面說得更加詳細，如《大般若波羅蜜多經》卷 455（大正 7，297a13-20）云：

若菩薩摩訶薩未得無上大菩提記，於得無上大菩提記諸菩薩摩訶薩起瞋忿心，鬪諍、輕蔑、罵辱、誹謗，

是菩薩摩訶薩隨起爾許念不饒益心，還退爾許劫曾修勝行，經爾許時遠離善友，還受爾許生死繫縛。若不棄捨大菩提心，還爾許劫被戴甲冑，勤修勝行時無間斷，然後乃補所退功德。

它說得非常明白，如果有的菩薩還沒得到佛的授記，而這位菩薩對另外一位已經得到佛授記的菩薩起瞋恨心，對他鬪諍、輕視、辱罵、毀謗，那麼這位未得授記的菩薩只要起任何少許不饒益心的念頭，就退失多少劫的殊勝功德。退失的時候，他就遠離了善知識，還受種種的生死輪迴。如果他還希望成就無上菩提，而不退菩提心的話（如果退了，當然就不用說了），那必須精進地把這些所退失的功德補回來。

另外還探討到，若菩薩對其他的菩薩起了惡心，是否可懺悔清除呢？如《摩訶般若波羅蜜經》卷19（大正8，356c13-29）云：

〔佛言〕：「阿難！若未受記菩薩向得記菩薩生惡心，諍鬪罵詈，隨起念多少劫，若干劫數，若不捨一切種智，然後乃補爾所劫大莊嚴。」

阿難白佛言：「世尊！是惡心乃經爾所劫數，於其中間，寧得出除不？」

佛告阿難：「我雖說求菩薩道及聲聞人得出罪。阿難！若求菩薩道人共鬪諍，瞋恚罵詈，懷恨、不悔、不捨者，我不說有出，必當更爾所劫數；若不捨一切種智，然後乃大莊嚴。阿難！若是菩薩鬪諍，瞋



恚罵詈，便自改悔，作是念：我為大失！我當為一切眾生下屈，今世、後世皆使和解，**我當忍受一切眾生履踐如橋梁，如聾、如瘖，云何以惡語報人？**我不應壞是甚深阿耨多羅三藐三菩提心；我得阿耨多羅三藐三菩提時，應當度是一切苦惱眾生，云何當起瞋恚？」<sup>1</sup>

阿難請問佛：「菩薩起惡心，經過這麼多劫，能不能夠除去罪業？」佛就告訴阿難：「我雖然說求菩薩道跟聲聞人可以出罪。」出罪，就是犯罪之後能夠誠心地懺悔，罪業就能夠消除。但是佛說：「阿難！如果求菩薩道的人跟人家鬪諍，起瞋恨心來惡罵，懷恨、不悔——沒有懺悔，這個惡心不捨的話，這罪業沒辦法懺悔清淨」，「**必當更爾所劫數**」，就是要經過很長的時間去受生死業報，也沒有善知識相隨。如果你還是發願要成就一切種智，那必須要把這些退失的部分補回來。「阿難！如果菩薩鬪諍、瞋罵，他悔改以後，他作這樣的思惟：我的過失真的是很大！」，「我當為一切眾生下屈」，就是說我從現在以後，我願意為所有的眾生服勞役，不要跟人家結怨，不但是「今世，乃至後世皆使和解」，這位菩薩他要發心，「**忍受一切眾生踐踏如橋梁**」，就是說他就像橋樑一樣，人家再怎麼踏來踏去，他都能夠安忍，「如聾、如啞，云何以惡語報人？」就是說如果有人惡罵他，他就像聾子、啞巴一樣，有人罵他，他也不會罵回去，不會你罵我一句，

---

1 參見《大智度論》卷 77（大正 25，603b21-c7）。

我回罵你三句，你打我一拳，我踢你三腳，菩薩不會這樣子，他安忍一切眾生。我不應該破壞這甚深無上菩提心，應當發願我得無上菩提時，要度一切苦惱眾生，那怎麼可以自己起瞋恨心呢？

我們再看《大智度論》對這一段經文的解釋，《大智度論》卷 77（大正 25，604b9-17）云：

佛答：「我法雖有出罪，若菩薩共鬪結恨，不即捨，則不可出。」何以故？是菩薩深心輕慢、瞋餘菩薩故。以瞋、憍慢故，不能下意共悔，欲更行餘功德求滅此罪。

佛言：「此罪不可出，以懷恨故，雖作餘福德，皆不清淨，不清淨故無力，無力故不能滅罪。此人若欲作佛，不捨一切智，下意懺悔者，補爾所劫乃得發大莊嚴。」

佛說：在佛法裡面，雖然有懺悔可以去除罪業，可是要注意，如果菩薩跟人家鬪諍結怨，「不即捨，則不可出。」即捨，就是這個惡心、瞋恨心要馬上捨。不是說整個脾氣發完以後，自己心臟病快要發作了，這時候才懺悔，不是啊！要馬上捨，不即捨則不可出。何以故？「菩薩深心輕慢」，瞋其他的菩薩，因為起瞋恨心、起憍慢的緣故，不能夠低心下氣來懺悔，即使你想要修行其他的功德，希望能滅除這樣的罪業，可是佛說：「此罪不可出」。為什麼？「以懷恨故」。所以如果恨心不除，修再多的功德，這個罪仍然是沒辦法消除，雖然做

其他的福德，皆不清淨。因為這個恨心沒有除，做其他的福德也都不清淨。因為不清淨的緣故，所以力道不強，沒有力量來滅種種的過失，這罪沒辦法消除，所以不要起惡念、起瞋恨心。若人「欲作佛，不捨一切智」，就是不捨菩提心，而且能夠低心下氣懺悔，那還要補他所退失的種種功德才可以。

《大般若經》和《大智度論》都提到這一點，值得令我們修行人深深地警惕！在修行的道路上，不要說起了粗重的煩惱，甚至只要對其他人起了輕慢心，就會種下遠離佛道的惡因。如果我們逞一時之快，遠離了佛道，不知要花多少時間、精神，才能夠彌補原來的功德，實在是得不償失！

今天藉由這幾段經論和大家共勉！

## 自利利他

《十住毘婆沙論》說「共利為上人」，共利就是自利利他；但是《大智度論》說「但利他為上人」，那麼這兩種說法是不是有矛盾，還是說重點不同，我們主要是探討這個問題。

### 一、《十住毘婆沙論》卷 1（大正 26，20b26-28）

「世間有四種人：一者、自利，二者、利他，三者、共利，四者、不共利。」這裡說到四種人，其中以「**共利者，能行慈悲饒益於他，名為上人。**」也就是說能夠自利利他的是上等人。但是我們注意一下這裡所謂「共利」的定義，是強調「**能行慈悲饒益於他**」。換句話說，所謂的共利是以利他為先，從利他當中自己也稍微獲得一點利益。譬如說，你灑點香水給別人，自己也沾到了。這樣子利他，自己也獲益。

### 二、《十住毘婆沙論》卷 7（大正 26，56a12-b2）

「世法無憂喜，能捨於自利，常勤行他利，深知恩倍報。世間法者，利衰、毀譽、稱譏、苦樂，於此法中心無憂喜。」底下分別解釋，「世法」就是世間法，有所謂「利衰、毀譽、稱譏、苦樂」，一般俗話講就是八風。蘇東坡說的「八風吹不動」，不是指東南西北風，「八風」

是利衰、毀譽、稱譏、苦樂。「捨自利，勤行他利者，菩薩乃至未曾知識、無因緣者，所行善行，捨置自利，助成彼善。」即使菩薩以前都不認識的人，跟他沒有什麼特別的因緣，也能捨棄己利來利益他人。底下就有一個問題。

「問曰：捨自利，勤行他利，此事不然。」外人提出難問：要利他，何必捨自利呢？「如佛說：雖大利人，不應自捨己利。如說：捨一人以成一家，捨一家成一聚落，捨一聚落成一國土，捨一國土以成己身，捨己身以為正法。」

捨一人以成一家，好像說捨比較小一點的來成就比較大的，捨一家來成為一個聚落，捨一聚落成一國土。從這裡來看，捨一人不一定捨自己這個人，有可能「死道友莫死貧道」（閩南語）這一種的。乃至捨一國土以成己身，即使是捨一國土以成己身，也是為了自己，捨己身以為正法。

這句話有可能是出自《增壹阿含經》卷 31（大正 2，722c2-3）。在《增壹阿含經》裡面有類似這樣的一句話：「為家忘一人，為村忘一家，為國忘一村，為身忘世間。」只有到這裡，最後面的「捨己身為正法」沒有提到。我現在不確定到底《十住毘婆沙論》引用這段話，是不是就是《增壹阿含經》的這一段。《增壹阿含經》提到一個典故，這是在描述鴛掘摩羅比丘，也就是指鬻的故事。這故事我想應該不少人聽過。

鴛掘摩羅是個殺人魔王，他後來跟佛出家，成就了阿羅漢果。以前他是個外道，他的師父——外道的婆羅門師有邪見，告訴他：「你殺一千人以後，就能夠生天。」他就殺了很多人，殺了人以後，就把死者的指頭剝下來串成花鬘那樣，就成為指鬘。最後，殺了九百九十九人之後，還剩下一個，他就到處看，但周圍都沒有人。那時候他媽媽要送飯給他，他想：「咦，只剩下這一個。」就想要殺他的母親。因為他聽他外道的師父說，殺了母親可以生更高的天。他想殺母親的時候，突然佛就出現了。佛出現的時候，他還沒看到，他只看到光閃亮地照過來。開始的時候他很緊張，以為是國王率領兵眾要來殺他，所以刀劍金光閃閃。不過，他又想應該不是，如果是國王帶來的兵馬，這些鳥獸一定是非常驚恐逃避，但是牠們唱的歌聲非常柔和，很好聽很祥和。那到底是什麼光呢？他母親知道是釋尊，就說：「佛陀來了。」他一想：「佛陀來了，那更好！」外道認為：「佛就像轉輪聖王一樣難得出世，能夠殺佛的話，便能夠生更高的天。」他就把他母親捨一邊，轉過來追佛。但是愈追卻離得愈遠，永遠追不上，結果他就喊：「停下來！停下來！」

釋尊就跟他說：「我住，是汝不住也。」我是停著，只是你自己沒有停啊。鴛掘摩羅心裡想，這一定不是平常人，就自己悔悟了。他跟隨佛出家，後來就證了阿羅漢果。他在證了阿羅漢果以後，因為之前他殺了不少人，很多人都非常痛恨他，他去托鉢的時候，大家都不供養他，反而

投擲刀杖、石塊種種，給他很大的折磨，但是他如如不動。有人就問：「像這麼樣一個殺人的大壞蛋，為什麼佛還教化他？他為什麼這麼利根，能夠很快速地證得阿羅漢？」佛就藉著這個因緣，講了鴛掘摩羅的本生。

鴛掘摩羅以前是個王子。有一個國王一直到老年都還沒有孩子，就向樹神、土地公、山神啊到處拜，後來才感得這個孩子。國王想：「我年老了啊，要趕快讓他娶妻生子。」王子一直到年紀大的時候，都還不想成家。國王心裡很慌，就想誰有辦法讓王子過正常世俗人的生活，我要獎賞他。後來就有一段因緣，這個典故大家自己看。王子過世俗人的生活以後，有很多女性被他玷污了，很多人就想要報仇。他們去找國王，跟他說：「現在有兩條路給你選，如果你要保全自己性命的話，就讓我們把王子殺掉；如果你要保全王子的話，那我們就把你殺掉。」在這個抉擇的時候，國王說了這句話：「捨一國土以成己身」。

「捨一國土以成己身」是這時候說出來的，後面的「捨己身以為正法」，在《增壹阿含經》裡面沒有看到。如果單看「捨一國土以成己身」這句話，從凡夫的角度來看，最後他還是愛惜自己的生命。外人引了這段話來，想要成立他自己的主張：「要利益別人的時候，不應該捨棄自己的利益。」所以外人引了一段話，以為底下這段話是佛的意思，「如佛說：雖大利人，不應自捨己利。」

不過，仔細看《增壹阿含經》的話，其實這些話並不是佛說的。外人是想利用經裡面這樣的一段話來成立自己的主張：「要利益他人的話，可以不必捨掉自己的利益。」主要他是想要成立這個論題，那麼外人就說：「先自成己利，然後乃利人」，我們利益自己以後，才利益別人。如果捨己利來利益別人的話，「後則生憂悔」，最後可能自己會後悔。「捨自利利人，自謂為智慧」，如果你還自以為是智慧的話，那麼你是這個世界中「最為第一癡」。這是外人的看法。

我們看龍樹菩薩怎麼回答。

「答曰：於世間中，為他求利，猶稱為善，以為堅心。況菩薩所行，出過世間。若利他者，即是自利。」這裡龍樹菩薩是從另一角度來看，如果你行利他的話，其實自己就得利了，「菩薩於他事，心意不劣弱」，這一句話很重要，也就是說，菩薩在自利利他，面臨抉擇的時候，有很多人先顧自己，自己顧好以後，心有餘力才利益他人。但是我們注意龍樹菩薩這句話：「菩薩於他事，心意不劣弱」，即使你在重要關頭面臨抉擇的時候，利他這件事絕對不打折扣。「發菩提心者，他利即自利。此義初品中已廣說。」

前面有提過「自利、共利」名為上人，這裡就不再詳談。跟自利利他有點類似的文句，《大智度論》有這麼一段話，我們可以互相做比對。



### 三、《大智度論》卷 95 (大正 25, 726b26-c23)

「問曰：如餘處菩薩自利益，亦利益眾生，此中何以但說利益眾生，不說自利？自利、利人有何咎？」其他地方提到菩薩自利，還有利益眾生，那在這個地方為什麼只有說純粹地利益眾生，而不說自利。我們說自利利他這有什麼過失呢？我們看龍樹菩薩的回答。

「答曰：菩薩行善道為一切眾生，此是實義」；菩薩行種種的善法，事實上他是為了眾生，不是為了利益自己，這個才是真實的意義。所以即使說要成就阿耨多羅三藐三菩提，他也是為了利益眾生，才成就阿耨多羅三藐三菩提；並不是說我是為了比二乘人更高，要來成就阿耨多羅三藐三菩提，他不是這種比高下的心。「餘處說自利，亦利益眾生，是為凡夫人作是說，然後能行菩薩道。」

《大智度論》講得很明白，別的地方講自利又利益眾生，這是為了凡夫人而做這樣善巧方便的誘導。為什麼做這樣的誘導？因為一個人開始的時候，如果努力了半天，自己都沒有一點收穫的話，一般人不容易做得到。所以一開始的時候，你說自利可以利人，那何樂而不為？有這樣的誘導後，然後能行菩薩道。

底下就分別：「入道人有下、中、上。下者，但為自度故行善法；中者，自為亦為他；上者，但為他人故行善法。」所以依龍樹菩薩的立場，所謂真正的上，是純粹利

他才稱為上；如有一一絲絲為自己的話，頂多是「中」。純粹無為地利他，那才是上人。

那外人當然不以為然，「問曰：是事不然！下者，但自為身」，這沒問題。「中者，但為眾生」，外人認為你只為利益眾生，這是中人；「上者，自利亦利他人」。如果只是利他，不能自利，這怎麼是上人呢？這是外人一般的想法。

龍樹菩薩回答說：「答曰：不然！世間法爾，自供養者不得其福」，我們從世間法來看，自己供養自己沒有什麼福德，真正的福德是利益眾生，那才真正的種福。你好吃的都留給自己吃，那還有什麼福德呢？對眾生沒有什麼利益，那沒有什麼福德。「自害其身而不得罪」；這句話須要加以思惟。譬如說：我們受戒，以殺、盜、淫、妄、酒的「殺」業來說，真正犯殺戒的話，需要具備幾種因緣：第一、起殺心；第二、對方是眾生；第三、起眾生想。有的雖然是眾生，但是你認為是木頭，沒有把他認為是眾生想，那還不具足；第四、興方便，就是你用刀或毒藥，或者挖土坑等等種種方便；第五、命斷。有的只是殺而未遂而已。這樣種種因緣具足，才是真正犯殺戒。

如果說，以五戒、比丘戒、比丘尼戒等等來說，這是盡形壽，這個戒體是依著身而有。以自殺來講，當然在佛教裡面是不贊成自殺的，但阿羅漢——所作皆辦者除外。有人自殺，命根斷了以後，事實上戒體也沒有了。所

以從出家戒法來判斷的話，故意殺其他的眾生，那是犯波羅夷，但是自殺的人沒有犯波羅夷，不是完全不犯，是犯愚癡罪。從這個意義來說，「自害其身而不得罪」，沒有像犯波羅夷罪那麼重。同樣地，你供養佛可能有很大的功德，供養自己則沒有什麼福德。「以是故，為自身行道，名為下人。一切世人但自利身，不能為他；若自為身行道，是則折減，自為愛著故」；因為自己愛著自己，到這裡為止的描述，只是下人。

下面開始描述上人，「若能自捨己樂，但為一切眾生故行善法，是名上人」，這是純粹利他的。「若但為眾生故行善法，眾生未成就，自利則為具足」，我們純粹為眾生而行種種善法，即使眾生還沒有成就，我們的自利其實就已經具足了；所以我們在做種種善事，善巧的人其實在修福德的同時，也能兼修空慧。譬如說像 2001 年 9 月 17 日許多地方鬧水災，自己家裡已經淹水了，他也能夠出來救其他的眾生，能夠在困苦的時候來利益眾生，他本身又沒有你我的差別。而不是覺得你們需要我救濟，而顯得很高慢。如果連這個也能夠警覺得到，破除我相、貪瞋等種種的執著，在修福德的同時也兼修空慧的話，那真的是福慧雙修了。所以，能夠利益眾生的時候，也能夠在這邊修空慧的話，其實自利就已經具足，有福又有慧。到這裡為止，是指上人。

接下來，「若自利益，又為眾生，是為雜行。」雜行

是兼雜的，不是純粹的完全利他。

同樣地，「求佛道者有三種：一者（下人）、但愛念佛故，自為己身成佛。二者（中人）、為己身亦為眾生。三者（上人）、但為眾生，是人清淨行道，破我顛倒故。」

下面這一段是在形容上人：

「是菩薩行般若波羅蜜時，無眾生乃至無知者、見者」，也就是說沒有我、人、眾生、壽者相，「安住是中，拔出眾生於甘露性中。」這是利益眾生。「甘露性者，所謂一切助道法。何以故？行是法得至涅槃，涅槃名甘露。」所謂一切助道法包括很多，例如三十七道品、三解脫門等等都是助道法。「道」是「菩提」不同的翻譯，三十七道品在梵文、巴利文來講，是三十七菩提分法，所以中文的「道」字雖然也有道路的意思，但是有很多地方是講「菩提」，是「正覺」的意思，「助道法」即是幫助菩提之法。「住是甘露性中，我等妄想不復生。」就是沒有人我見。「**是菩薩自得無所著，亦令眾生得無所著，是名第一利益眾生**」，這是以三心相應，他是志求無上菩提為信願，大悲為上首，且以無所得為方便。

我們從這兩部論來比對的話，《大智度論》強調純粹利他的是上人，而且更強調利益眾生的時候不執著，沒有人、我見的差別。但是我們看《十住毘婆沙論》，沒有特別強調利益眾生的時候不執著，是強調結果，你不害自己

也不害別人，而且雙方都得利，它是從這個利益來看。所以在字面看起來好像不同，事實上是兩部論強調的重點不一樣，並沒有矛盾，這一點希望大家能夠會通。

#### 四、印順法師《寶積經講記》(p.152)

「菩薩雖以利他為重」，不是說完全利益眾生，而到處傷害自己，一點益處都沒有，或自己去成仁，不是這樣的，實際上是「自利利他相成的。如修廣大正行，都是與眾生有利益的。而現在要說的方便教化，又都是從自己的修集得來。」我們希望怎樣自利，就更怎樣去利他，「所以菩薩是在利他為先的原則下，去從事自利利他，上求下化的工作。」

#### 五、印順法師《寶積經講記》(p.275)

「菩薩的修學佛法，是為了眾生。」我們要利益眾生的時候，自己要作一個好榜樣，如自己沒有作好榜樣，只希望他人好好去修學佛法，這不容易讓人家起信。所以我們「要利益眾生，就必須自己修治悟入」，對治自己的煩惱。所以「菩薩是為了利他而自利，從利他中完成自利」，如專門為了自己著想的話，那就不是菩薩的風格，而是聲聞了。

所以，聲聞與菩薩，不是說所有的聲聞都不利他，而是開始的時候，聲聞重在自利，證悟以後，隨緣再利他，這是聲聞的發心。但是菩薩是不求自己先證悟，而是以利他為先，從利他當中自己慢慢來體會空性，修福德、修智慧，從利他當中來成就自己。在《學佛三要》、《我之宗教觀》有不錯的解說，請大家再自行參見印順法師《學佛三要》〈自利與利他〉的第 141 至 154 頁，《我之宗教觀》的第 62 至 65 頁。

## 菩薩為何於無量劫往來生死修學大乘

一、既然三乘共入無餘涅槃，菩薩為何勤苦修學十地，不如二乘速證解脫？

《十住毘婆沙論》說聲聞、緣覺與佛這三乘聖者都可以斷盡煩惱，同樣都可以得無餘涅槃；於是有人就問：既然三乘聖者最後都是入無餘涅槃而沒有差別的話，那麼菩薩何必於恆河沙等大劫往來生死來修學大乘？

如《十住毘婆沙論》卷1（大正26，20b15-19）云：問曰：三乘所學皆為無餘涅槃，若無餘涅槃中無差別者，我等何用於恆河沙等大劫，往來生死具足十地，不如以聲聞、辟支佛乘速滅諸苦？

《十住毘婆沙論》這裡說「**三乘所學皆為無餘涅槃**」，依《般若經》來說：「三乘都是共入無餘涅槃」的；不過，也有的經論說「菩薩不住涅槃」。有關這個問題，各經論有些不同的講法，在《般若經》與龍樹菩薩基本上都是主張「三乘共入無餘涅槃」的。

有關「入無餘涅槃」，在經論經常會看到這樣的比喻：入了涅槃，就好像各地不同河川的河水，一流入大海裡，

都是同一鹹味。<sup>1</sup> 以此來比喻入涅槃以後，已經是心行處滅、言語道斷，不能夠再分別誰的涅槃高、誰的涅槃低了。

從原始佛教以來，經典對涅槃的解說，大部分都是用否定詞，如「不來、不去，不有、不無，不生、不滅」等，用烘雲托月的方式來說明「涅槃」，而不直接去表顯涅槃是什麼樣子。因為一積極地表顯，眾生很容易就產生執著，會再去想像涅槃到底是什麼。所以一般而言，涅槃已經是不可思、不可議了。不可思，你想像不到；不可議，你無法用言語表達。涅槃是有這樣的特性，所以不論是聲聞、緣覺、佛，共入無餘涅槃的話，是無法比較了，不作

---

1 (1) 印順法師《學佛三要》〈佛教之涅槃觀〉p.230：

得了涅槃的，如大小冰塊的溶入於大海，豈可再分別是什麼樣子！到達涅槃，便是融然一味，平等平等。經上說：「滅者即是不可量」。涅槃（滅）是無分量的，無數量的，無時量與空量的。平等法性海中，不可分別，不能想作世間事物：一個個的，有分量，有方所，有多少。

(2) 印順法師《印度佛教思想史》p.96：

涅槃是超越凡情的，沒有能所相，沒有時空相，沒有數量彼此差別相（近於某些神秘經驗），是不能以心思語言來表示的。……從涅槃、真如、法界等即一切而超越一切來說，沒有任何差別可說，所以說「不二法門」，「一真法界」。……以譬喻來說：「萬川四流，各自有名，盡歸於海，合為一味。」（《須真天子經》卷4，大正15，111a）；「如種種色身，到須彌山王邊，皆同一色。」（《摩訶般若波羅蜜經》卷21，大正8，369c）



高低的差別。若一定要說聲聞、緣覺與佛有差別的話，一般會用另外的語詞來表達，一個是「涅槃」，這是共三乘的；另一個是「無上菩提」，這是大乘不共的。既然是無餘涅槃，它本身是沒有差別的。

所以就有人問：如果無餘涅槃中沒有差別的話，我們何必於恒河沙等大劫往來生死？一個大劫已經夠長了，若再像恒河沙那樣的大劫，那就更多啦！要在這樣的恒河沙等大劫往來生死，修學菩薩十地<sup>2</sup>，那太辛苦了、太難了，不如以聲聞、辟支佛乘速滅諸苦，早得解脫！

## 二、一切聲聞、辟支佛皆由佛出，若無諸佛，何由而出？

《十住毘婆沙論》（大正 26，20b19-c23）接著說：答曰：是語弱劣，非是大悲有益之言。若諸菩薩效汝小心，無慈悲意，不能精勤修十地者，諸聲聞、辟支佛何由得度，亦復無有三乘差別。所以者何？**一切聲聞、辟支佛皆由佛出**，若無諸佛，何由而出？若不修十地，何有諸佛？**若無諸佛，亦無法、僧**。是故汝所說者，則斷三寶種，非是大人有智之言，不可聽察。所以者何？世間有四種人：一者、自利，二者、利他，三者、共利，四者、不共利。是中共利者，能行慈悲饒益於他，名為上人。……如是聲

---

2 《華嚴經》菩薩十地：歡喜地、離垢地、發光地、燄慧地、難勝地、現前地、遠行地、不動地、善慧地、法雲地。

**聞、辟支佛、佛煩惱解脫雖無差別，以度無量眾生、久住生死、多所利益、具足菩薩十地故，有大差別。**

龍樹菩薩的回答很嚴厲，他說：「是語弱劣，非是大悲有益之言。」如果諸菩薩都跟你一樣發小乘的心，沒有慈悲意，不能夠精勤修學菩薩十地的話，那麼，諸聲聞、辟支佛怎麼能得度呢？如果大家都像你這樣的話，正法從哪裡聽聞而來？大家都只求開悟，那誰來弘法？如果大家都各管各的，那佛法怎麼延續下去？

龍樹菩薩說：「一切聲聞、辟支佛皆由佛出，若無諸佛，何由而出？」

聲聞，是聽聞音聲而悟道的；辟支佛，雖然說在沒有佛的時候能無師自悟，但一般的講法是：他在佛世的時候已經種下得度因緣，因為當時沒有得解脫，隔了幾世以後才得解脫，得解脫的那個時候，佛沒有出世，就是辟支佛。所以，基本上辟支佛也是從菩薩處種下得度因緣而得度的。釋迦牟尼佛於菩提樹下無師自悟，嚴格來說，也是獨覺的根性，但是如果看釋尊的種種本生，如被燃燈佛授記等，多少也可看到釋尊也是從以前的佛、菩薩種下得度因緣。

從這個意義來說，總要有人願意捨己為人來弘揚佛法；如果每一個人都是只顧自己，沒有慈悲意度眾生的話，那麼大家如何得度呢？假使沒有辦法聽聞佛法，不能夠懂

解脫道的話，當然也就沒有聲聞、沒有緣覺、沒有菩薩，就沒有三乘的差別了。

菩薩是發菩提心，漸漸修學十地而成佛的。如果沒有菩薩來修十地的話，當然沒有佛啦！如果沒有「佛」的話，當然也沒有人體悟無上妙「法」，更沒有人去組織「僧團」了！所以，沒有佛，也就沒有法、沒有僧，那就沒有三寶了。因此龍樹菩薩說：「是故汝所說者，則斷三寶種，非是大人有智之言，不可聽察。」這個話講得滿嚴厲的，意思是說：如果照你這種說法，大家都跟你一樣不發大菩提心的話，佛法的傳承將因此而斷絕，輪迴中的芸芸眾生又該怎麼辦呢？

### 三、從智慧、悲願、斷習氣與具足的功德來看二乘、大乘的差別

因此，聲聞、辟支佛與佛，雖然在「斷煩惱、得解脫」上沒有差別，但是從另外幾個角度來看，還是有些不同的。

#### (一) 從「智慧」來說：

三乘聖者皆斷我執，證得「我空」，所得的「般若慧」差不多；然而度化眾生的「方便慧」，當然是菩薩比較善巧；因為二乘比較著重在共相的解脫，而菩薩除了深入瞭解共相之外，因為要度化各種不同的眾生，所以必須對「別相」（自相）的應用上多一點善巧。

(二) 從「悲願」來說：

雖然也有阿羅漢證悟之後隨緣度化眾生的，但是因為阿羅漢三界煩惱都斷盡了，一旦入滅之後，便不會再來三界受生了，即使他非常積極度眾生，頂多也只是一生一世而已。而菩薩則發願於無量劫久住生死，以大悲心度無量眾生，比起二乘來說，時間特別長，度化眾生的量也大多了。

(三) 從「斷煩惱、習氣」來說：

聲聞、緣覺雖斷盡「煩惱」，但習氣未除<sup>3</sup>；佛不但斷盡一切煩惱，更斷盡一切習氣。

(四) 從「具足功德」來說：

佛具有十力<sup>4</sup>、四無所畏<sup>5</sup>、十八不共法<sup>6</sup>、大慈大悲等功德，這是二乘所不及的。

總之，「同樣是出三界得解脫的話，菩薩何必那麼辛苦花無量劫來修學大乘法」，這是很多人會提出的問題。我們從龍樹菩薩的回答中，可以體會出他的悲心，為了「不忍聖教衰，不忍眾生苦」，大家共同發大心吧！

---

3 參見《大毘婆沙論》卷 16（大正 27，77a24-b4）；《大智度論》卷 27（大正 25，260c2-25）。

- 
- 4 十力：(1) 處非處智力，(2) 業異熟智力，(3) 靜慮解脫等持等至智力，(4) 根勝劣智力，(5) 種種勝解智力，(6) 種種界智力，(7) 遍趣行智力，(8) 宿住隨念智力，(9) 死生智力，(10) 漏盡智力。參見《大品般若經》卷 24〈四攝品第 78〉(大正 8，395a10-18)；《大智度論》卷 24(大正 25，235c22-241b)；《大智度論》卷 25(大正 25，245c6-246a13)；印順法師《成佛之道(增注本)》p.421。
- 5 四無所畏：(1) 說一切智無所畏，(2) 說漏盡無所畏，(3) 說盡苦道無所畏，(4) 說障道無所畏。參見《大品般若經》卷 24〈四攝品第 78〉(大正 8，395a18-b13)；《大智度論》卷 25(大正 25，241b-c20)；(大正 25，246a13-22)；印順法師《成佛之道(增注本)》p.422。
- 6 十八不共法：(1) 身無失，(2) 語無失，(3) 念無失，(4) 無異想，(5) 無不定心，(6) 無不知已捨。(7) 欲無減，(8) 精進無減，(9) 念無減，(10) 慧無減，(11) 解脫無減，(12) 解脫知見無減。(13) 智知過去無著無礙，(14) 智知未來無著無礙，(15) 智知現在無著無礙。(16) 身業隨智慧行，(17) 語業隨智慧行，(18) 意業隨智慧行。(參見《大智度論》卷 26(大正 25，247b-255b25)；印順法師《成佛之道(增注本)》p.422。

## 聲聞、辟支佛與佛有差別嗎

一般稱呼「聲聞、辟支佛」為二乘，稱「菩薩、佛」為大乘，究竟阿羅漢、辟支佛與佛在解脫上有沒有差別呢？

### 一、只有諸佛離三種障礙：煩惱障、禪定障、一切法障，名為無礙解脫

《十住毘婆沙論》卷1（大正26，20b9-15）云：

問曰：聲聞、辟支佛、佛，俱到彼岸，於解脫中有差別不？

答曰：是事應當分別，於諸煩惱得解脫是中無差別；因是解脫入無餘涅槃，是中亦無差別，無有相故。但諸佛甚深禪定障解脫、一切法障解脫，於諸聲聞、辟支佛有差別，非說所盡，亦不可以譬喻為比。

《十住毘婆沙論》回答：如果問到聲聞、緣覺跟佛的解脫有沒有差別的話，這應該要分別說。如果是針對「煩惱障」來說的話，因為聲聞阿羅漢是斷盡煩惱，辟支佛也是斷盡煩惱，佛也是斷盡煩惱；且入了無餘涅槃，都是無相，所以這三者沒有什麼差別。

可是，除了「煩惱障」以外，還有「禪定障」、「一切法障」。從這一點來看，聲聞、緣覺跟佛比起來就有差別了。諸佛得到甚深禪定，沒有禪定的障礙；也徹底證悟眾生空、法空，對我的執著、對一切法的障礙，佛都徹底

解脫了，這不是二乘所能比擬的！

有關「煩惱障、禪定障、一切法障」，《十住毘婆沙論》卷 11（大正 26，83a24-b3）的引文更詳細：

無礙解脫者，解脫有三種：一者、於煩惱障礙解脫。二者、於定障礙解脫。三者、於一切法障礙解脫。是中得慧解脫阿羅漢，得離煩惱障礙解脫。共解脫阿羅漢及辟支佛，得離煩惱障礙解脫、得離諸禪定障礙解脫。**唯有諸佛具三解脫，所謂煩惱障礙解脫、諸禪定障礙解脫、一切法障礙解脫，總是三種解脫故，佛名無礙解脫。**

無礙解脫有三種：一、於煩惱障礙解脫。二、於定障礙解脫。三、於一切法障礙解脫。

阿羅漢有兩類：一是慧解脫阿羅漢，另一是俱解脫阿羅漢。慧解脫阿羅漢可以離煩惱障；共解脫阿羅漢就是俱解脫阿羅漢。依嚴格的定義來講，俱解脫阿羅漢是具足滅盡定的阿羅漢，他已經是到達最高的定了，不會再有禪定的障礙了。慧解脫阿羅漢，如只有得未到定的話，他對初禪、二禪、三禪、四禪這些禪定還是會有所障礙的。

俱解脫阿羅漢與辟支佛可以解脫「煩惱障」和「禪定障」；唯有諸佛具足三解脫。從「解脫煩惱障」，不再來世間輪迴、不受後有來看，聲聞、辟支佛跟佛三者是平等的；但從「解脫一切法障」和度眾生等功德來說，聲聞、辟支佛跟佛，當然還是有差別的。

聲聞與佛的差異，也有用「涅槃」和「無上菩提」這兩個語詞來區分。無上菩提也就是阿耨多羅三藐三菩提，《般若心經》也有這句話：「菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙。無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。」「三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。」涅槃是三乘所共通的，無上菩提則是大乘所特有的，這是兩者的不同。

## 二、菩薩的道智、度無量眾生的悲願、佛的種種功德，皆勝於二乘

另外，《大品般若經》也提到聲聞、辟支佛與佛之間的差異。如《大品般若經》卷1〈習應品第3〉（大正8，222 a10-15）云：

舍利弗白佛言：「世尊！聲聞所有智慧，若須陀洹、斯陀含、阿那含、阿羅漢，辟支佛智慧，佛智慧，是諸眾智無有差別，不相違背無生性空。若法不相違背無生性空，是法無有別異；云何世尊言菩薩摩訶薩行般若波羅蜜，一日修智慧，出過聲聞、辟支佛上？」

聲聞中智慧第一的舍利弗請問釋尊：聲聞所有智慧，若須陀洹（初果）、斯陀含（二果）、阿那含（三果）、阿羅漢（四果），辟支佛智慧，還有佛智慧，這些聖者的智慧無有差別，因為他們都不違背無生性空。若法不違背無生性空，則無有別異。在舍利弗看來，這些聖者都是得



到解脫的，都是至少體悟到眾生空（我空），應該是沒有什麼差別的嘛！為何世尊說「菩薩摩訶薩行般若波羅蜜，一日修智慧，出過聲聞、辟支佛上？」這句話，對智慧第一的舍利弗來說非常地敏感。他說二乘與佛的智慧應該是一樣的，為什麼菩薩修般若波羅蜜一天，就能夠超過這些二乘人呢？佛回答如下（大正 8，222 a15-20）：

佛告舍利弗：「於汝意云何？菩薩摩訶薩行般若波羅蜜，一日修智慧，心念：我行**道慧**益一切眾生，當以一切種智知一切法，度一切眾生。諸聲聞、辟支佛智慧，為有是事不？」

舍利弗言：「不也！世尊！」

這裡的所說的「道慧」是菩薩的智慧，就是道智，或稱道種智。《大品般若經·三慧品》中提到：聲聞的智慧稱為「一切智」；菩薩的智慧稱為「道智」或是「道種智」，這裡稱為「道慧」；佛的智慧就稱為「一切種智」。

聲聞的智慧，通常著重在「共相」——諸法共相，如：無常、空、無我。菩薩的道智，因為他度化無量的眾生，所以他知道各種不同的善巧，對於「別相」，他也必須要瞭解，他要有各種不同的善巧方便。

所以佛就問：「菩薩行般若波羅蜜的時候，欲以道慧利益一切眾生，將來還要得佛的一切種智，來知一切法，度一切眾生。請問你們這些聲聞、辟支佛，你有這個道慧

嗎？你有發願想要度化一切眾生嗎？你有想要知道一切法性空嗎？」舍利弗老實地說：「不也！世尊！」

《大品般若經》（大正 8，222 a20-26）又云：

「舍利弗！於汝意云何？諸聲聞、辟支佛頗有是念：我等當得阿耨多羅三藐三菩提，度一切眾生，令得無餘涅槃不？」

舍利弗言：「不也！世尊！」

佛告舍利弗：「以是因緣故，當知諸聲聞、辟支佛智慧，欲比菩薩摩訶薩智慧，百分不及一，乃至算數譬喻所不能及。」

佛又問：「各位聲聞、辟支佛，你有沒有發願要成就無上正等正覺，有沒有想要度一切眾生，讓所有的眾生都得無餘涅槃呢？」舍利弗也只好老實地說：「不也！世尊！」

《大品般若經》（大正 8，222a26-b2）又云：

「舍利弗！於汝意云何？諸聲聞、辟支佛，頗有是念：我行六波羅蜜成就眾生、莊嚴世界，具佛十力、四無所畏、四無礙智、十八不共法，度脫無量阿僧祇眾生，令得涅槃不？」舍利弗言：「不也！世尊！」

佛又問：「你們二乘人有沒有發願要成就眾生，要莊嚴佛國土呢？」在原始佛教比較著重在有情的解脫，就是度化眾生；對於成就佛國，建設莊嚴的佛世界，比較少談，大乘則提到比較多。

佛又問：「你們有沒有發願想要具足佛的種種功德呢？想不想度脫無量阿僧祇眾生令得涅槃？」佛十力、四無所畏、四無礙智、十八不共法，這些都是佛的功德。發願要度脫無量阿僧祇眾生，而不只是度一兩個。因為菩薩的道智、度無量眾生的悲願、修集佛的種種功德，二乘人樣樣都沒有，所以只好乖乖地承認，二乘的智慧不如菩薩行般若波羅蜜一天。

### 三、聲聞理解到的空就像「毛孔空」，佛菩薩理解到的空就如「太虛空」

關於二乘智慧與佛智慧之比較，《大智度論》卷 35（大正 25，320c26-321a4）對此有一段解說：

問曰：上佛已說菩薩摩訶薩修智慧，出過聲聞、辟支佛上，今舍利弗何以故問？

答曰：不問智慧勢力能度眾生，今但問佛及弟子智慧，體性法中無有差別者。以諸賢聖智慧，皆是諸法實相慧，皆是四諦及三十七品慧，皆是出三界、入三脫門、成三乘果慧，以是故說，無有差別。

舍利弗主要是著重在智慧的體性上，著重的是在斷煩惱、出離三界、得解脫的這部分，所以主張三乘智慧沒有差別。

接著《大智度論》卷 35（大正 25，322a8-14）又說：

以舍利弗欲以須陀洹同得解脫故，與諸佛、菩薩等，

而佛不聽。譬如有人，欲以**毛孔之空與虛空等**；以是故，佛重質其事。復次，雖同一事，義門各異。先言智慧，為一切眾生故；今言頗有是念，我等當得阿耨多羅三藐三菩提，令一切眾生得無餘涅槃。

雖然舍利弗認為聲聞初果、二果、三果、四果聖者，都是同樣得解脫，那應該是跟諸佛菩薩智慧相等，可是佛不認同。佛的回答是著重在聲聞有沒有悲願要度化眾生，有沒有想要瞭解一切法空，有沒有發願要圓滿佛的一切功德？換句話說，我們如果以智慧來看，一個是「般若慧」，一個是「方便慧」。舍利弗覺得三乘是共通的，他著重在我空、般若空這方面；但是佛比較強调度化眾生的方便善巧，了知種種別相，這當然是勝過二乘的。

《大智度論》這裡打了一個比喻：「**譬如有人，欲以毛孔之空與虛空等**」；聲聞理解到的空就像「毛孔空」，佛菩薩理解到的空就如「太虛空」，理解到的都是「空」，雖然「質」一樣，可是「量」不同。「毛孔空」跟「太虛空」，在印順導師的著作中經常引用到。

## 何時才能得解脫、成佛

《大毘婆沙論》、《大智度論》、《十住毘婆沙論》等論典中，提到「行聲聞乘、辟支佛乘者要經歷多久時間才得究竟解脫，修佛乘者要經歷多久時間才得成佛道」的問題。

### 一、行聲聞乘、辟支佛乘者，幾時得度生死大海？

(一) 《大毘婆沙論》卷 101 (大正 27, 525b14-20) 云：

依**狹小道**而得解脫故，名時解脫。狹小道者，謂若極速，第一生中**種善根**，第二生中**令成熟**，第三生中**得解脫**；餘不決定。

依**廣大道**而得解脫，名不時解脫。廣大道者，謂若極遲聲聞乘，經六十劫而得解脫，如舍利子。

獨覺乘，經百劫而得解脫，如麟角喻。

《大毘婆沙論》是說一切有部的論書，這裡講到：「依**狹小道**而得解脫故，名時解脫。」所謂「時解脫」就是要等待善知識、時節因緣具足，他才解脫，這一類的阿羅漢是比較鈍根的。另外一種叫「不時解脫」，「不時解脫」是比較利根的阿羅漢，自力比較強，受外界因緣打擾比較少，這叫「不時解脫」。修狹小道者，快的話三生：第一

生種善根，第二生令成熟，第三生得解脫；這即是印順導師《成佛之道》所說的「種、熟、脫」。另外，「依**廣大**道而得解脫，名為不時解脫」，或者稱為「非時解脫」。修廣大道的聲聞乘，最慢的經六十劫而得解脫，代表的人物如舍利弗。

辟支佛乘也就是獨覺乘，獨覺分成兩類：一類是「麟角喻的獨覺」，另一類稱為「部行獨覺」。麟角喻的獨覺真的是獨來獨往，而部行獨覺有時候還有一些同伴。麟角喻的獨覺是經百劫而得解脫。

(二) 《大智度論》卷 28 (大正 25, 266c14-15) :

有辟支佛，第一疾者四世行，久者乃至百劫行；如聲聞疾者三世，久者六十劫。

《大智度論》主張：行聲聞乘者，快的話三世得解脫，慢的話六十劫。行辟支佛乘者，最快需要四世，最慢一百劫。《大智度論》的說法和《大毘婆沙論》是一樣的，也就是說狹小道的聲聞，最快的話是三世；可是聲聞中也有修廣大道的，如舍利弗，他是六十劫才得解脫。

(三) 《十住毘婆沙論》卷 1 (大正 26, 20b1-6) :

問曰：行聲聞、辟支佛乘者，幾時得度生死大海？

答曰：行**聲聞乘**者，或以一世得度、或以二世、或

過是數，隨根利鈍。又以先世宿行因緣。行辟支佛乘者，或以七世得度、或以八世。

《十住毘婆沙論》說：行聲聞乘者或一世、或二世，或更多世而得解脫，快慢不一定，這是隨著根機利鈍與先世宿行因緣而有不同。如果過去世種的因緣很深的話，那就更快。行辟支佛乘者，要七世或八世得度。《十住毘婆沙論》的說法與《大智度論》稍有不同。

## 二、行大乘者幾時得成佛道？

(一) 《大毘婆沙論》卷 101 (大正 27, 525b20-21) 云：

佛乘，經三無數劫而得解脫。

《大毘婆沙論》說：修佛乘者，是經三無數劫而得解脫，也就是需要經過三大阿僧祇劫。嚴格說來，依據說一切有部的講法，是三大阿僧祇劫修福慧，百劫修相好，最後才在菩提樹下斷盡煩惱成道的。

(二) 《大智度論》卷 4 (大正 25, 92b7-9) ：

佛言無量阿僧祇劫作功德，欲度眾生，何以故言於三阿僧祇劫？三阿僧祇劫有量有限。

(三) 《十住毘婆沙論》卷 1 (大正 26, 20b6-9) ：

若行大乘者：或一恒河沙大劫，或二、三、四至十、

百、千、萬、億，或過是數，然後乃得具足修行菩薩十地而成佛道，亦隨根之利鈍，又以先世宿行因緣。

依《十住毘婆沙論》的講法，大乘菩薩或一、或二、或三、或四，乃至十百千萬億「恒河沙大劫」，或過是數才成佛道。「或過是數」這句話，等於是埋下一個伏筆，也就是說有可能是無量阿僧祇劫。《大智度論》提到：「佛言無量阿僧祇劫作功德，欲度眾生，……三阿僧祇劫有限有量」。也就是說，菩薩應該是發心無量阿僧祇劫度眾生的。《小品般若經》中也有類似的說法，如《小品般若經》卷4〈金剛品（摩訶薩品）第13〉（大正8，243b-c）云：

須菩提白佛言：「世尊！何等是菩薩摩訶薩生大心，不可壞如金剛？」

佛告須菩提：「**菩薩摩訶薩應生如是心：我當於無量生死中大誓莊嚴**；我應當捨一切所有，我應當等心於一切眾生；我應當以三乘度脫一切眾生，令入無餘涅槃。我度一切眾生已，無有乃至一人入涅槃者；我應當解一切諸法不生相；我應當純以薩婆若心行六波羅蜜；我應當學智慧了達一切法；我應當了達諸法一相智門；我應當了達乃至無量相智門。

須菩提！是名菩薩摩訶薩生大心，不可壞如金剛。是菩薩摩訶薩住是心中，於諸必定眾中而為上首，是法用無所得故。



須菩提！菩薩摩訶薩應生如是心：我當代十方一切眾生，若地獄眾生，若畜生眾生，若餓鬼眾生受諸苦痛；為一一眾生無量百千億劫代受地獄中苦，乃至是眾生入無餘涅槃。以是法故，為是眾生受諸勤苦；是眾生入無餘涅槃已，然後自種善根，無量百千萬億阿僧祇劫當得阿耨多羅三藐三菩提。須菩提！是為菩薩摩訶薩大心不可壞如金剛。住是心中為必定眾作上首。」

《大品般若經》這裡所說的菩薩，是以大悲心、大智慧於無量阿僧祇劫先度眾生入無餘涅槃，然後自己才成佛。《大智度論》所說的「佛言無量阿僧祇劫度眾生」，有可能是引用《大品般若經》。

### 三、為何越利根者越慢得解脫？

這裡有兩個問題：

#### (一) 舍利弗為什麼要花六十劫才得解脫？

前面提到「行聲聞乘者，快者三世；久者六十劫，如舍利子」。舍利弗是聲聞中「智慧第一」，為什麼反而比較慢得解脫呢？

關於舍利弗，有一段有名的故事，就是捨眼球的故事。如《大智度論》卷12（大正25，145a18-29）云：

如舍利弗於六十劫中行菩薩道，欲渡布施河。時有乞人來乞其眼，舍利弗言：「眼無所任，何以索之？若須我身及財物者，當以相與！」答言「不須汝身

及以財物，唯欲得眼。若汝實行檀者，以眼見與！」

爾時，舍利弗出一眼與之。乞者得眼，於舍利弗前嗅之嫌臭，唾而棄地，又以腳蹋。舍利弗思惟言：『如此弊人等，難可度也！眼實無用而強索之，既得而棄，又以腳蹋，何弊之甚！如此人輩，不可度也。不如自調，早脫生死。』思惟是已，於菩薩道退，迴向小乘。

舍利弗以前本來是發大乘心修廣大行的，後來退心了以後才取證聲聞果，所以他比較慢得解脫，需要六十劫。

## （二）聲聞乘、辟支佛乘、佛乘，那一種最利根呢？

大家都知道，佛乘最利根，中根的是辟支佛，比較下根的是聲聞。可是為什麼愈利根、愈上根的大乘菩薩，反而比較慢得究竟解脫呢？其實《大毘婆沙論》卷 101（大正 27，525b15-21）提供了我們一個訊息：

**狹小道者**，謂若極速，第一生中種善根，第二生中令成熟，第三生中得解脫。餘不決定。……

**廣大道者**，謂若極遲聲聞乘，經六十劫而得解脫，如舍利子；獨覺乘，經百劫而得解脫，如麟角喻；佛乘，經三無數劫而得解脫。

又如《大毘婆沙論》卷 83（大正 27，428b26-29）云：大加行得故名大悲，非如聲聞菩提唯六十劫修加行

**得，獨覺菩提唯經百劫修加行得。如來大悲三無數劫，修習百千難行苦行然後乃得，故名大悲。**

也就是說修狹小道的聲聞人，只重在自己得解脫，所以較快得解脫；而修廣大道的大乘菩薩，他不但自己得解脫，還要以大悲心度化眾生。雖然聲聞人也有修廣大道的，如舍利弗，於六十劫修加行，有「悲」心，但比不上如來於三大阿僧祇劫修習百千難行苦行而得「大悲」。雖然最後都是得解脫的，但是「悲」與「大悲」不同，修行的時劫也會有所不同。

我們舉個例子來講，譬如說有一間房間，那裡面有很多人，突然房子失火了，有的人很快地跑出去了，他跑出去以後，就不再進來了。有的人失火以後，他順便拉兩個人一起走。有的人會指引人逃生，且帶人逃出去以後，又進來了，出去又進來，出去又進來，一直到最後，不得已的時候才離開！這個比喻，我想大家可以體會，雖然最後大家都安全出去了，都得到解脫，可是菩薩為了多利益眾生，他花的時間多長啊！他是把自己放在最後。或許有人講，反正最後都得解脫，為什麼他花那麼長的時間呢？事實上他不是為了自己，他是為了眾生。

#### 四、是否一定要經三大阿僧祇劫才成佛道？

前面提到：《大毘婆沙論》主張修佛乘者，經三無數劫而得解脫；《大智度論》則說菩薩要經無量阿僧祇劫才

成佛。但是《大品般若經》、《大智度論》也提到有利根的眾生，如乘神通行的菩薩，他很快就能成就。

### （一）《大品般若經》：三類利根菩薩

《大品般若經》卷2〈往生品第4〉（大正8，226a6-15）云：

舍利弗！有菩薩摩訶薩初發意時，行六波羅蜜，上菩薩位，得阿惟越致地。

舍利弗！有菩薩摩訶薩初發心時，便得阿耨多羅三藐三菩提，轉法輪，與無量阿僧祇眾生作益厚已，入無餘涅槃；是佛般涅槃後，餘法若住一劫，若減一劫。

舍利弗！有菩薩摩訶薩初發意時，與般若波羅蜜相應，與無數百千億菩薩從一佛國至一佛國，為淨佛國土故。<sup>1</sup>

《大品般若經》的〈往生品〉提到四十幾類的菩薩，其中這三類的菩薩是非常利根的。

#### 1、第一類的利根菩薩

「菩薩摩訶薩」就是菩薩大士。有一類菩薩「初發意時」，就能夠「行六波羅蜜，上菩薩位。」這裡的「菩薩

---

1 參見《大智度論》卷38（大正25，342b20-27）。

位」和「菩薩地」不一樣，鳩摩羅什這裡所翻譯的「菩薩位」是什麼意思呢？其實它就是「菩薩正性離生」，《大智度論》對「菩薩位」有多種解釋，其中一種是相當於大乘的見道位，得無生法忍的階段。菩薩正性離生，「得阿毘跋致地」，就是得不退轉地。所以這一類菩薩很利根，他不發心則已，一發心就能行六波羅蜜，就能得到不退轉地，他不用怕會退轉到二乘。

## 2、第二類的利根菩薩

「有菩薩摩訶薩初發心時，便得阿耨多羅三藐三菩提，」這菩薩非常利根，一發心的時候便得無上菩提，「便轉法輪，與無量阿僧祇眾生作益厚已，入無餘涅槃；」也就是他在世的時候轉法輪，之後才入無餘涅槃。而且入無餘涅槃之後，「餘法若住一劫，若減一劫。」也就是本尊入滅了之後，還留化佛再繼續度化眾生一劫左右。這在經論中也經常看到這樣的說法。

## 3、第三類的利根菩薩

「有菩薩摩訶薩初發意時，與般若波羅蜜相應，與無數百千億菩薩從一佛國至一佛國，淨佛世界。」這些菩薩是有神通的，從一佛國至一佛國，他是乘著神通遊來遊去，不是東吃吃、西喝喝好玩而已，而是為了供養諸佛、淨佛世界，去取各地的相好，選擇種種的淨妙來莊嚴世界，莊嚴其國土。

## (二) 《大智度論》之五種菩薩

《大智度論》卷 38（大正 25，342b28-c9）對《大品般若經·往生品》的利根菩薩解釋如下：

**有三種菩薩，利根心堅，未發心前，久來集諸無量福德智慧；是人遇佛，聞是大乘法，發阿耨多羅三藐三菩提心，即時行六波羅蜜，入菩薩位，得阿鞞跋致地。所以者何？先集無量福德，利根心堅，從佛聞法故。譬如遠行，（1）或有乘羊而去，（2）或有乘馬而去，（3）或有神通去者。**

乘羊者久久乃到；乘馬者差速；乘神通者，發意頃便到。如是不得言發意間云何得到？神通相爾，不應生疑！菩薩亦如是，發阿耨多羅三藐三菩提時，即入菩薩位。

《大智度論》說：有利根心堅的菩薩，未發心前可能還沒有聽到大乘法，還沒有真正地發大菩提心，但是他的所作所為，事實上都已經在累積福德智慧資糧了。在未遇到佛之前，他還不知道真正的大乘法是什麼，可是當見到佛之後，聽聞大乘法，馬上發阿耨多羅三藐三菩提心，行六波羅蜜，而且很快就入菩薩正性離生，得到不退轉。就像有的人在還沒入佛門之前，他已經在世間做種種善事，服務人群。這些人累積了相當多的福德智慧，一入佛門之後，就進步得很快。

或許有人覺得奇怪，為什麼菩薩這麼快得不退轉呢？《大智度論》引了一部經，這部經叫《入定不定印經》，元魏瞿曇般若流支所譯的《不必定入定入印經》（大正 15，699c）與此相符，它是在談「不必定入」與「定入」。「定入」的意思是一定能夠成佛，「不必定入」是不一定能成佛，什麼時候成佛還是未知數。

底下《大智度論》所說的乘羊行、乘馬行、乘神通行，其實就是引用這部經。這裡就說：乘羊者久久乃到，乘馬者稍微快一點，乘神通者一起心動念很快就到了。利根菩薩也像神通行一樣，一發阿耨多羅三藐三菩提心，即入菩薩位。接下來順便再談到乘羊行和乘馬行。

《大智度論》卷 38（大正 25，342c9-18）云：

- 1、有菩薩初發意，初雖心好，後雜諸惡，時時生念，我求佛道，以諸功德迴向阿耨多羅三藐三菩提；是人久久無量阿僧祇劫，或至或不至。先世福德因緣薄，而復鈍根，心不堅固，如乘羊者。
- 2、有人前世，少有福德利根，發心漸漸行六波羅蜜，若三、若十、若百阿僧祇劫，得阿耨多羅三藐三菩提；如乘馬者必有所到。
- 3、第三乘神通者，如上說。  
是三種發心：一者、罪多福少；二者、福多罪少；三者、但行清淨福德。

### 1、第一種菩薩：如乘羊行的菩薩

這一類的菩薩，初發心雖然是好的，但並不是念念都是純善，有時候善，有時候惡，所以說「後雜諸惡」。這一類的菩薩，因為先世福德因緣微薄，又鈍根，心不堅固，經久久無量阿僧祇劫修行，有可能得到無上正等正覺，有可能得不到，經中比喻為「如乘羊者」。此乘羊行的菩薩是「不必定入」，也就是不一定能成佛。

### 2、第二種菩薩：如乘馬行的菩薩

這類菩薩根性稍微利一點，福德也好一些，「發心漸漸行六波羅蜜，若三、若十、若百阿僧祇劫，得阿耨多羅三藐三菩提；如乘馬者必有所到。」此乘馬行的菩薩是「定入」；雖然是慢一點，但他一定能成佛。

### 3、第三種菩薩：日月神通行的利根菩薩（下品）

乘神通行的菩薩，但行清淨福德，一發大菩提心，很快就得不退轉。而同樣是神通行，又有分下、中、上三類不同的神通行，《入定不定印經》分別冠上一個名稱：日月神力行、聲聞神力行、如來神力行。如《大智度論》卷38（大正25，342c18-21）云：

清淨有二種：一者、初發心時，即得菩薩道，二者、小住；供養十方諸佛，通達菩薩道，入菩薩位，即是阿鞞跋致地。阿鞞跋致地菩薩義，如先說。



此菩薩相當於《大品般若經》的第一類利根菩薩，《大智度論》又細分成兩種：一種是一發心就馬上得不退轉，第二種是稍微慢一點點，所以叫「小住」，要供養十方佛，通達菩薩道以後，才入菩薩位。

#### 4、第四種菩薩：聲聞神通行的利根菩薩（中品）

《大智度論》卷 38（大正 25，342c21-28）云：

次後菩薩，大厭世間，世世已來，常好真實，惡於欺誑。是菩薩亦利根、堅心，久集無量福德智慧，初發心時，便得阿耨多羅三藐三菩提，即轉法輪，度無量眾生，入無餘涅槃；法住若一劫，若減一劫，留化佛度眾生。佛有二種神通力：一者、現在時；二者、滅後。劫義，如上說。劫中所度眾生，亦復不少！

這類的菩薩也是利根、堅心，久集無量福德智慧，在初發心時，便得無上正等正覺，即轉法輪度眾生；入了無餘涅槃之後，神通力還在，留化佛度眾生，讓佛法再住世一劫，或少於一劫。「劫」是佛教計算時間的單位，很長很長的一種時間的單位。

#### 5、第五種菩薩：如來神通行的利根菩薩（上品）

《大智度論》卷 38（大正 25，342c28-343a4）云：

次後菩薩，亦利根、心堅，久集福德，發心即與般若波羅蜜相應，得六神通；與無量眾生，共觀十方清淨

世界，而自莊嚴其國。如阿彌陀佛，先世時作法藏比丘，佛將導遍至十方，示清淨國，令選擇淨妙之國，以自莊嚴其國。

《大智度論》舉了一個實際的例子，「如阿彌陀佛」，就是屬於這一類利根的菩薩。「先世時作法藏比丘，佛將導遍至十方，示清淨國，令選擇淨妙之國，以自莊嚴其國。」菩薩一發心的時候，就跟很多菩薩從一佛國到一佛國，不是為了遊覽好玩，事實上他是到各地的清淨佛國，選擇種種淨妙來莊嚴極樂世界，這並不是為了嚴飾而已，事實上是要讓眾生們有一個很好的修學環境。

我們從《大智度論》所引用的乘羊行、乘馬行，及三類的乘神通行來看，一共有五種菩薩，其中的第三種日月神通行的菩薩、第四種聲聞神通行的菩薩、第五種如來神通行菩薩，即是《大品般若經》所說的三類利根菩薩。有關這三類利根菩薩，印順導師在《成佛之道（增注本）》第414至415頁中有加以解說。印順導師是把日月神通行判攝在「菩薩頂位」，把聲聞神通行判攝在「菩薩的初地」，把如來神通行判攝在「初地以上的菩薩」，各位可以參考。

## 五、《大乘起信論》對成佛所需時劫的看法

說一切有部的《大毘婆沙論》主張三阿僧祇劫成佛；《大智度論》雖說到無量阿僧祇劫成佛道，也說到利根菩薩可以急速成就；真諦所傳的《攝大乘論》，一般也說是

三阿僧祇劫，但是也有人主張七阿僧祇劫或三十三阿僧祇劫。<sup>2</sup>《大乘起信論》卷 11（大正 32，581a29-b9）則提到另外的講法：

菩薩於一念頃，能至十方無餘世界，供養諸佛，請轉法輪，唯為開導利益眾生，不依文字。或示超地速成正覺，以為怯弱眾生故；或說我於無量阿僧祇劫當成佛道，以為懈慢眾生故。能示如是無數方便，不可思議。而實菩薩種性根等，發心則等，所證亦等，無有超過之法。以一切菩薩皆經三阿僧祇劫故，但隨眾生世界不同，所見所聞、根欲性異，故示所行亦有差別。

《大乘起信論》說：「菩薩於一念頃，能至十方無餘世界，供養諸佛，請轉法輪，唯為開導利益眾生，不依文字。或示超地速成正覺，以為怯弱眾生故。」這是因為有的眾生比較怯弱，一聽到修行要無量阿僧祇劫，他就心灰意冷，說沒有希望啦！為了開示這類的眾生，說很快就可以成正覺，讓眾生稍微有一點信心。

另外，有一類眾生是比較懈怠、傲慢的，他看有菩薩那麼快就成佛，那我應該也很快，就很懈怠。他想成佛既然那麼快，我先偷懶一下，等到想要成佛的時候，我也很快就可以成就。但事實上是沒有那麼便宜的，如果我們現

---

2 真諦譯《攝大乘論釋》卷 11（大正 31，229b14-19）；（大正 31，230a25-28）；（大正 31，231b23-27）。

在不起步，等十年、二十年以後，即使百劫、千萬億劫之後，都看不到成績！所以對於這一類懈怠、輕慢的眾生，佛就開示無量阿僧祇劫才能成佛道。

這是站在眾生的立場而做不同的示現，有的示現很快就成佛，有的示現比較慢，故說「能示如是無數方便，不可思議。」到這裡為止，是在談對眾生的示現。

底下是在講菩薩本身的修行。

「而實菩薩種性根等，發心則等，所證亦等」，根是善根，種性與善根是平等的，而發心也是一樣的，所證也是一樣的。「無有超過之法」，就是說每個人煩惱一樣多，你要經過的路程一樣長，所要累積的福德智慧資糧都一樣，沒有說哪個人可以少修一點，沒有的！大家都一樣，所以無有超過之法。

**以一切菩薩皆經三阿僧祇劫故，但隨眾生世界不同，所見所聞、根欲性異，故示所行亦有差別。**

總之，《大乘起信論》有一個特殊的看法：就是不管經論的說法有許多不同，就實而言，一定是三阿僧祇劫成佛道；但隨著眾生的根性、好樂種種不同，所示現成佛道的時間也長短不一，有的比較久，有的比較快。

附上印順導師的《大乘起信論講記》第334頁的解說，供大家參考。

一切菩薩，皆經三阿僧祇而成佛，這是任何菩薩都是一樣的。從初住到第十回向滿，為初阿僧祇劫；從初地到七地滿心，為二阿僧祇劫；從八地到第十地滿，為第三阿僧祇劫。種性、善根、發心、證悟，都是一樣的；等到圓滿成佛，所以也是佛佛平等。

『但隨』順『眾生世界不同，所見、所聞、根、欲、性異，故示』現菩薩的『所行』，也『有差別』。根異，根機的利鈍（下中上）有異；欲異，即好樂與興趣的各別；性異，即習慣熏染有別。如來鑑機的十力中，即有根勝劣智力（根），種種勝解智力（欲），種種界智力（性）。因為眾生所處的世界不同，所見所聞不同，根、欲、性也都不同，故不能不示現所行有差別；實則菩薩的行程是一樣的。

印順導師在《成佛之道（增注本）》p. 413 也有提到：「《大乘起信論》抉擇說：經說不定，是方便說；從信心成就到成佛，其實是一定經歷三大阿僧祇劫的。」這是《大乘起信論》的說法。

## 六、阿僧祇劫之二種解說

印順導師於《成佛之道（增注本）》第 413 至 414 頁提出一個觀念，我覺得這個觀念很好，導師提到阿僧祇劫有二種解說，一個稱為「時間劫」，第二個稱為「德行劫」。

「時間劫」就是大家有客觀共許的標準，譬如說，我們晚上七點開始上課，這是大家共許的時間。可是事實

上，每一個人對時間的感覺不一樣，有時候覺得時間過得好快，有時候覺得過得好慢喔！時間在《中論》來講，是性空的。時間劫就是大家共許，從什麼時候起，經過多少時間，達到目標。

另外一個是「德行劫」，這是從德行來說，是以功德來計算的。

例如要完成一項工作，花多少時間完成跟效率高低有很大的關係。假設要蓋好這棟房子需要六個月的工作天，但是如果你的效率很高，技巧很好，有時候很快就可以蓋好。可是，如果又缺貨，又偷懶，又天公不作美等種種因素影響，工作天就會拖得很長，什麼時候能完工，這就不太一定了。所以，如果說效率高，用心深入、善巧方便各方面都具足的話，修行當然會更快。

以上提到各種經論不同的講法，有的說三大阿僧祇劫，或者說無量阿僧祇劫成佛道等等，但是在《十住毘婆沙論》卷1中說：「亦隨根之利鈍，又以先世宿行因緣。」（大正 26，20b9）所以修行的快慢，除了根性利鈍、過去世中是否廣積福德智慧資糧之外，還要看個人用心，時間只是個大略。印順導師所提的時間劫、德行劫，可以當作一個參考。









Handwriting practice lines consisting of 18 horizontal dotted lines.







# 福慧集(一)

---

作者：釋厚觀

出版者：福嚴精舍

地址：30065新竹市明湖路365巷3號

電話：(03)5201240

傳真：(03)5205041

網址：<http://www.fuyan.org.tw>

E-mail：[fuyan.tw@msa.hinet.net](mailto:fuyan.tw@msa.hinet.net)

郵政劃撥：10948242 戶名：福嚴精舍

2012年7月三刷（3000本）

流通處：

1.福嚴精舍：30065新竹市東區明湖路365巷3號

電話：(03)5201240 傳真：(03)5205041

2.慧日講堂：10489台北市中山區朱崙街36號

電話：(02)27711417 傳真：(02)27713475

印刷：結果設計印刷 電話：(03)5266996

ISBN：978-986-86368-0-4（平裝）