

B17 補充講義

開仁 2017/4/13

講義 97

印順法師，《性空學探源》，pp.30-31：

世間上色等一切法是生滅無常的；而佛法的目標，亦即人類的最後歸宿，在涅槃解脫。可是常人不知從何去把握涅槃，如來善巧的就五蘊無常為出發來說明它。如《雜阿含》二六〇經說：

陰是本行所作，本所思願，是無常滅法；彼法滅故，是名為滅。

一切法，有情也好、器界也好，都在滅的過程中前進；一切法的本性，都是歸於滅，都在向著這個滅的大目標前進。我們只要使它滅而不起，就是涅槃。「涅槃」譯曰寂滅；不擾動，不生起，體證到本性滅，就是涅槃。一切是本性自滅的，不過常人滅了要再生而已，所以《雜阿含》九五六經說：

一切行無常，悉皆生滅法；有生無不盡，唯寂滅為樂。

上面是無常生滅與涅槃寂滅的兩句，如《雜阿含》二七〇經加上「無我」，就成為三句：

無常想者能建立無我想。聖弟子住無我想，心離我慢，順得涅槃。

從無常出發，以無常為因，成立無我之宗；以無我而達到涅槃。眾生之所以永在無常生滅中而不涅槃，佛說：問題在執我。佛經說的生死因，如我見、我所見、我愛、我慢、我欲、我使等，都加個「我」字。如能斷了我見，就可證須陀洹果，能將我慢等（修所斷惑）斷除得一乾二淨，就能證得阿羅漢的涅槃果。所以這無常到無我、無我到涅槃的三法印，不但是三種真理（法印），而且是修行的三種過程。

講義 99

1、《瑜伽師地論》卷 21(T30, 397b7-16)：

云何初夜後夜常勤修習覺寤瑜伽？謂彼如是食知量已，於晝日分，經行、宴坐二種威儀，從順障法淨修其心。

於初夜分，經行、宴坐二種威儀，從順障法淨修其心。

過此分已，出住處外，洗濯其足，右脇而臥，重累其足，住光明想，正念

正知，思惟起想。

於夜後分，速疾覺寤，經行、宴坐二種威儀，從順障法淨修其心。
如是名為初夜後夜常勤修習覺寤瑜伽。

2、《瑜伽師地論》卷 24(T30, 411c8-23)：

復次，初夜後夜常勤修習覺寤瑜伽者。

云何初夜？云何後夜？云何覺寤瑜伽？云何常勤修習覺寤瑜伽？

言初夜者，謂夜四分中過初一分是夜初分。

言後夜者，謂夜四分中過後一分是夜後分。

覺寤瑜伽者，謂如說言：於晝日分，經行、宴坐，從順障法淨修其心。

於初夜分，經行、宴坐，從順障法淨修其心。

淨修心已，出住處外，洗濯其足，還入住處，右脅而臥，重
累其足——住光明想，正念，正知，思惟起想——
巧便而臥。

至夜後分，速疾覺寤，經行、宴坐，從順障法淨修其心。

常勤修習覺寤瑜伽者，謂如有一世尊弟子，聽聞覺寤瑜伽法已，欲樂修學，
便依如是覺寤瑜伽，作如是念：我當成辦佛所聽許覺
寤瑜伽，發生樂欲，精進勤劬，超越、勇猛、勢力發
起，勇悍、剛決、不可制伏，策勵其心，無間相續。

3、印順法師，《成佛之道》(增注本)，pp.195-196：

「勤修寤瑜伽」是有關睡眠的修持方法。為了休養身心，保持身心的
健康，睡眠是必要的。

依佛制：初夜（以六時天黑，夜分十二小時計，初夜是下午六時到十
時），後夜（上午二時到六時），出家弟子都應過著經行及靜坐的生活。中
夜（下午十時到上午二時）是應該睡眠的，但應勤修覺寤瑜伽。

換言之，連睡眠也還在修習善行的境界中。睡眠時間到了，先洗洗足，
然後如法而臥。身體要右脅而臥，把左足疊在右足上，這叫做獅子臥法，
是最有益於身心的。在睡眠時，應作光明想；修習純熟了，連睡夢中也是一
片光明。這就不會過分的昏沈；不但容易醒覺，也不會作夢；作夢也不
起煩惱，會念佛、念法、念僧。等到將要睡熟時，要保持警覺；要求在睡
夢中，仍然努力進修善法。這樣的睡眠慣習了，對身心的休養，最為有效。
而且不會亂夢顛倒，不會懶惰而貪睡眠的佚樂。

佛制：中夜是應該睡眠而將息身心的。頭陀行有常坐不臥的，俗稱不倒單，其實是不臥，並非沒有睡眠，只是充分保持警覺而已。《遺教經》說：「中夜誦經以自消息，無以睡眠因緣，令一生空過」。然依一切經論開示，中夜是應該睡眠將息的。在初夜靜坐時，如有昏沈現象，就應該起來經行，如還要昏睡，可以用冷水洗面，誦讀經典。所以，不可誤會為：中夜都要誦經，整夜都不睡眠。這也許譯文過簡而有了語病，把初夜（後夜）誦經譯在中夜裏，或者「誦經以自消息」，就是睡眠時（聞思修習純熟了的）法義的正念不忘。

4、《瑜伽師地論》卷 24(T30, 416b29-c7)：

- ◎又於熱分極炎暑時，勇猛策勵，發勤精進，隨作一種所應作事，勞倦因緣，遂於非時發起昏睡。
- ◎為此義故，暫應寢息，欲令昏睡疾除遣，勿經久時損減善品、障礙善品。
- ◎於寢息時，或關閉門，或令苾芻在傍看守，或毘奈耶隱密軌則以衣蔽身，在深隱處，須與寢息，令諸勞睡皆悉除遣。

講義 100

1、《雜阿含·785 經》卷 28(T02, 203b2-11)：

何等為正志？謂正志二種。有正志世俗有漏、有取，向於善趣；有正志，是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。

◎何等為正志有世俗有漏、有取，向於善趣？謂正志出要覺、無恚覺、不害覺，是名正志世俗有漏、有取，向於善趣。

◎何等為正志是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊？謂聖弟子苦苦思惟，集、滅、道道思惟，無漏思惟相應心法，分別自決意解，計數立意，是名正志是聖、出世間，無漏、不取，正盡苦，轉向苦邊。¹

2、《中阿含·189 聖道經》卷 49〈雙品 1〉(T01, 735c27-736a7)：

若見邪志是邪志者，是謂正志；若見正志是正志者，亦謂正志。

¹《阿毘達磨法蘊足論》卷 6〈10 聖諦品〉(大正 26, 481c15-19)：「云何正思惟？謂聖弟子，於苦思惟苦；乃至於道思惟道。無漏作意相應所有思惟、等思惟、近思惟，尋求、等尋求、近尋求，推覓、等推覓、近推覓。令心於法麤動而轉，是名正思惟。」另見《瑜伽師地論》卷 83(大正 30, 762c24-763a2)

◎云何邪志？欲念、恚念、害念，是謂邪志。

◎云何正志？無欲念、無恚念、無害念，是謂正志。

是為見邪志是邪志者，是謂正志；見正志是正志者，亦謂正志。彼如是知已，則便求學，欲斷邪志成就正志，是謂正方便。比丘以念斷於邪志，成就正志，是謂正念。此三支隨正志從見方便，是故正見最在前也。

講義 103

1、印順法師，《性空學探源》，pp.80-82：

二、無相心三昧。無相三昧與空三昧略有不同。《雜阿含》中的修行過程，是由厭患不為境縛，而離欲證解脫。空三昧重在對外界不染，是情意的厭離。厭患離欲，本即可以不取相；不過有的人特別喜歡取著於相，為對治它，而說這無相心三昧。這無相定在所識的一一法，以破壞遣除其相，欲色一切相都遣離不取；因為不取，可以達到離欲證解脫。《雜阿含》五五九經，有一比丘問阿難：如何對外境法不起所緣相？

阿難答他有兩種：

一、有想不覺知，修的是有想定，只因定力強，不起覺知。

二、無想不覺知，不取外所緣相，且連內心的能緣想念也不生起，這是無心定。

阿難為諸比丘尼說（雜五五七經）：

若無相心三昧，……是智果智功德。

在定境中，這是比較深刻的，須有真實慧厭患離欲，觀察無常無我者，方可獲得，不是外道專門修定者所能得到。

《雜阿含》二七二經，佛陀曾為對治一般比丘的貪欲瞋恚親里等惡覺惡想，而起諍競故，為說無相定：

於四念處繫心，住無相三昧，修習多修習，惡不善法從是而滅，無餘永盡。……多聞聖弟子作是思惟：世間頗有一法可取而無罪過者！思惟已，都不見一法可取而無罪過者。我若取色，即有罪過；若取受想行識，則有罪過。作是知已，於諸世間則無所取，無所取者，自覺涅槃。

觀察世間一切法，不見有一法是真實可取的；取，就有煩惱不清淨一一罪過。經中說：就是善法功德，也如熱金丸，好看，還是取不得，何況

五欲染污法呢！「法尚應捨，何況非法」，就是這個道理。如是觀色等相不可取，能取心亦不起，就能自覺涅槃。無相心三昧，是在一切上不著，與大乘空最近；如《般若經》的無所受三昧，即此無相三昧的深化。總之，於一切相不著，不念一切相，念無相界(涅槃)，就是這無相三昧。這三昧，在《雜阿含》常常談到的，如：

無所取故無所著，無所著故自覺涅槃。

這，在三三、三四、二二六、二二七等經中都同樣說到，實為佛教比丘現證涅槃寂滅的無上境地。就是佛教迦旃延所修的真实禪，也是此無相心三昧的別名。大梵天王遍尋不得，因為不知他禪心所依的境界。在中國，大耳三藏以他心通知道忠國師內心的所緣，忠國師另入深禪，不住一切相，他心通也就觀察不到。這些所修的都是無相心三昧。佛說這無相心三昧，是不依地水火風，不依受想行識，遣其能相所相，入真實禪而見真實。但如何遣相呢？這要觀察一切法唯是名言，沒有實性，假名無實故，即能於法不起所緣相，進而能緣心想也不可得，就得入此三昧。空義，在空三昧中不明顯，而這無相三昧中卻明白可見。《雜含》五五九經說：

一切想不憶念，無想心三昧身作證具足住。

這經先說四禪及前三無色定是有相行定，在無所有定之上說這無相心三昧是無想行定（地位與非想非非想定相當），是一切定的最高深的，是無漏智所得的。這直證涅槃空寂的深禪，是契入無相界的。

2、另參 印順法師，《空之探究》，pp.35-42。(略)

講義 103

印順法師，《佛法概論》，pp.65-66：

如《雜阿含經》(卷一〇·二七二經)說：

「三見者，何等為三？

〔A〕有一種見，如是如是說：命則是身。

〔B〕復有如是見：命異身異。

〔C〕又作是說：色(受、想、行、識)是我，無二無異，長存不變。」²

² (1) 印順導師《以佛法研究佛法》，(p.90)：

釋經義

身，即身體及依身體而起的心理作用；
命，即生命自體。

A、釋第三種見：真常不變的梵我論

其中第三說，即印度傳統的婆羅門教。他以生命自體為「我」，此我為實有的、智識的、妙樂的、常在的，為一一有情的本體。此有情的「我」，與宇宙本體的「梵」同一。起初，以此「我」為肉體——色的，以後發展到真我為智識的、妙樂的。

依佛法說，這不外以色為我到以識為我。但婆羅門教以為此色等即真我，與真我無二無別，是真常不變的。

B、釋第二種見：命異身異的二元論

釋尊的時代，東方印度風行的新宗教以及在此氣運中完成的學派，如僧佉耶、衛世、尼犍子，都建立二元論，³以為生命自體與物質世界各別，這都是命異身異的第二說。命異身異的「命者」及即色為真常我的「我」，即神教徒所擬想的生命自體，為生死流轉中的主體，即一般所擬想的靈。

「命則是身」的唯物論，「命異身異」的二元論，加上「色（心）是我，無二無異，常存不變」的梵我論，一一加以破斥，代以不落兩邊，無常無我的緣起論。
(2) 《瑜伽師地論》卷 86(大正 30, 785a13-14)：

由我見故愚於諸行，或唯於身，或唯無色，或總於二生我執著。

³ 印順導師《印度佛教思想史》，(p.4-p.5)：

沙門團很多，佛教稱之為外道的，著名的有六師：

富蘭迦葉 (Pūraṇa Kassapa)，

末伽黎拘舍羅子 (Makkhali Gosāla)，

阿夷多翅舍欽婆羅 (Ajita Kesakambalin)，

鳩 (羅) 鳩陀迦旃延 (Pakudha Kaccāyana)，

散惹耶毘羅梨子 (Saṅjaya Belaṭṭhiputta)，

尼乾陀若提子 (Nigaṇṭha Nātaputta)，

六師都是東方的一代師宗，有多少學眾隨從他(尼乾子即耆那教，現在還有不少信徒)。

六師有共同的傾向：

一、分析人生（宇宙）的要素，大抵是二元論的，是機械的「積集」說。

如阿夷陀立五大說：人死了，屬於物質的，還歸於地、水、火、風（四大）；「諸根」——感覺與意識的根源，歸於虛空。人的生死，不過是五大的集散。

末伽黎以為：地、水、火、風、空、苦、樂、生、死、得、失、命（自我），為宇宙（人生）的根本要素。

鳩鳩陀立七要素說：地、水、火、風、苦、樂、命（或加虛空為八）。

尼乾子立六根本事：命，法（動）、非法（靜止）、時、空、四大。……。

C、釋第一種見：命則是身的唯物論

當時，有一分斷見的順世論者，雖在有意無意中為實在的自我見所奴使，一切以自我為中心而企圖主宰一切，但他們以為我即是身，身體為無常的、可壞的，所以我也就一死完事，無所謂後世。

D、結義

此三見，在現實生活中於有情自體而直覺為有我，並無差別；不過推論此我與身的關係如何，見地多少不同而已。

以有情為本的佛法，即適應此一思想潮流而出世者。釋尊的正觀，即於蘊、處、界作深切的觀察，否定這些異見，樹立無我的有情論；淨化情本的有情，使成為智本的覺者。

講義 101

1、韓清淨《披尋記》(四)，p.2576：

於二離欲者：由世間道及出世道二差別故，而得離欲，名二離欲。如下一自釋，勤修善品、得正對治，如次配釋世、出世間二種離欲應知。

2、韓清淨《披尋記》(四)，p.2577：

或隨有一非愛現行等者：謂於六種可樂、可愛、可重、無違諍法，隨一違越應知。

講義 101-102

韓清淨《披尋記》(四)，p.2508：

1、略有四種往趣道障等者：如下說言，由疑、由邪尋思、由邪分尋思見、由利養恭敬，是名四種往趣道障。

失道、惡道，名二種道。

等言，等取有怖、有畏、有刺諸道過失應知。

2、不得自在等者：隨心雜染而轉，是名不得自在。尸羅艱難，是名禁約艱難。弊趣、惡趣所有過失，是名麤弊行等。

3、不能捨此者：謂不能捨利養及恭敬故。

講義 103

《瑜伽論記》卷 22(T42, 823a10-12)：

有釋：正折伏者，折伏重罪也。正呵責者，呵責小罪也。

今解：折伏邪道，攝受正道。呵責有犯，正說苦集，正說滅道也。

講義 104-107

1、《瑜伽論記》卷 22(T42, 823a13-24)：

第一記別、驅擯對。

(1) 記別中，景師云：「由二因緣覆相記別」者，聲聞違越共行鬪諍，於戒律中覆相預記。

「一、擾亂增廣，二、與律相應」，

有釋：聲聞鬪諍時，但可知草覆地相而記別也。

由二因緣：一恐鬪諍擾亂增廣故，二覆相記別與律相應故。

(2) 驅擯中，由七因緣：

一者、見一眾比丘皆行邪行，故并擯出。

二者、於一眾中見彼多分邪行來至佛所，從多并擯。

三者、雖復行邪者少，然是眾首方便，故并擯。

四者、雖不行邪而惡性不共住，故驅擯。

五者、餘處被擯而未至此，故須驅擯。

後二可知。

2、《瑜伽論記》卷 22(T42, 823a24-b7)：

第二行乞、入住對。

第三攝眾、誘天對。

第四初信、後悔對，勞策沙彌也。

第五師說、資往對。

第六呵犯、治邪對，

就治邪中有四復次：前三明邪，後一明治。

(1) 前第三復次中，言「調於三事」至「如前應知」者，

◎有釋，即取等三，名為三事，可引前文。

◎今解，言三事者，如前所說：一者資命眾具，二者他損害相，三者或他毀罵，或隨分有一非愛現行，同梵行者不同分法也。

(2) 就明治中，

- ◎言「一者為斷不生尋思以無顛倒數數二行等」者，
景師云：總別二念處，名二行也。
有釋：一無顛倒二數數，名為二行也。
- ◎言「便能剋證無想心定及住二界妙甘露門等」者，斷界、無欲界，
名為二界。二種涅槃，名妙甘露也。

講義 104

1、韓清淨《披尋記》(四)，p.2577：

於諸諍事違越聲聞等者：聲聞諍事，略有四種：

一者、他舉諍事，二者、互疑諍事，三者、自舉諍事，四者、互舉諍事。

如下調伏事說。(陵本九十九卷二十四頁 7467)

如是諍事違越學處，由是說言違越聲聞。若除滅已，不應重舉前所犯事。
今此不爾，由二因緣，重舉所犯，是名覆相記別彼所諍事。

2、韓清淨《披尋記》(四)，p.2578：

令彼暫起觸證等者：謂令現在眾生現見如來，入於聚落乞食故。

講義 106

韓清淨《披尋記》(四)，p.2580：

- 1、便於二事有所稽留等者：當知此中，由初二相，失壞在家自義稽留；
由後二相，失壞出家自義稽留。可愛無罪，名之為義。依戒律儀能引自
義，是故說有在家、出家差別。

- 2、如前應知者：前說：何等三事？一者、資命眾具；二者、他損害相；三
者、或他毀罵，或隨有一非愛現行同梵行者不同分法。如彼應知。

講義 107

1、韓清淨《披尋記》(四)，p.2580：

以無顛倒數數二行者：此中二行，謂奢摩他、毗鉢舍那應知。

2、韓清淨《披尋記》(四)，pp.2580-2581：

所謂斷界及無欲界等者：

前說：見道所斷諸行斷故，名為斷界。修道所斷諸行斷故，名無欲界。

即此唯有餘依故，名有餘依涅槃界。

此依滅故，名為滅界，亦名無餘依涅槃界。(陵本八十五卷十頁 6446)

此應準釋。謂有餘依及無餘依，皆無欲界之所攝故，依此建立二界妙甘露門。

攝異門分說：甘露者，謂生老病死皆永盡故。(陵本八十三卷二十一頁 6345) 斷界及無欲界為依，能證此果，說之為門。