

福嚴

Fuyan
Journal

會訊

2007年04月 第14期

四無量心的尋思



◎ 慈悲，是佛特殊的功德。

◎ 慈是給與眾生的快樂。

◎ 悲是拔除眾生的痛苦。

◎ 慈悲雖然有淺深，但拔苦與樂的原則是一樣的。

——摘自印順導師法語

- 福德與智慧齊修庶乎中道
- 嚴明共慈悲相應可謂真乘

福嚴

Fuyan
Journal



contents

2007年04月 第14期

編語

- 02 相為表裏，三思而行 釋開邇

慈心話語

- 06 談「慈悲禪觀」修證指要
——恭錄印順導師著作 編輯組
- 24 慈心觀——禪修開示錄 編輯組

校友會專欄

- 42 如永法師簡介 釋如永
- 44 巽慧法師簡介 釋巽慧

法音宣流

- 46 導師給家樹居士的信 編輯組
- 48 校友心得：參學隨筆——Sri Lanka 釋定賢
- 51 「四無量心」之探究 釋長恆

封面底圖提供 <http://www.mydeskecity.com>

- 發行 福嚴佛學院
- 編輯 福嚴佛學院校友會編輯組
- 郵政劃撥 19940737 邱競輝
- 地址 30065
臺灣新竹市明湖路365巷3號
No. 3, Lane 365, Ming Hu Rd.,
HSINCHU, TAIWAN 30065, R.O.C.
- 電話 886-3-5201240
- 傳真 886-3-5205041
- 電子郵件 fuyan@mail.fuyan.org.tw
- 福嚴網址 <http://www.fuyan.org.tw>
- 發行日期 2007年04月



福嚴佛學院

95學年度下學期課程表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
第一節 07:40 08:30	大班會 / 小班會	俱舍論大綱 (廣淨老師)	解深密經 (陳一標老師) 中阿含經研究 (溫宗堃老師)	初期大乘佛教之 起源與開展 (法師群)		
第二節 08:40 09:30	妙雲集選讀 (安慧法師) 變態心理學 (邱英芳老師)	淨土經論 (如正法師) 俱舍論大綱 (廣淨法師)	解深密經 (陳一標老師) 中阿含經研究 (溫宗堃老師)	清淨道論 (大乘法師) 初期大乘佛教之 起源與開展 (法師群)	成佛之道(一) (淨照院長)	沙彌律儀 (開尊法師)
第三節 09:40 10:30	妙雲集選讀 (安慧法師) 變態心理學 (邱英芳老師)	淨土經論 (如正法師) 俱舍論大綱 (廣淨法師)	解深密經 (陳一標老師) 中阿含經研究 (溫宗堃老師)	清淨道論 (大乘法師) 初期大乘佛教之 起源與開展 (法師群)	成佛之道(一) (淨照院長)	沙彌律儀 (開尊法師)
第四節 14:00 14:50	日文(一) (楊德輝老師) 六祖壇經 (純因法師)	梵唄 (傳妙法師) 菩提道次第廣論 (能海法師) 菩提道次第廣論 (能海法師)	論文寫作 (開仁法師)	禪觀實習(一) (大乘法師) 禪觀實習(一) (大乘法師)	小止觀 (傳印法師) 印度佛教史 (祖蓮法師)	電腦資訊 (黃士淵老師)
第五節 15:00 15:50	日文(一) (楊德輝老師) 六祖壇經 (純因法師)	梵唄 (傳妙法師) 菩提道次第廣論 (能海法師) 菩提道次第廣論 (能海法師)	論文寫作 (開仁法師)	禪觀實習(一) (大乘法師) 禪觀實習(一) (大乘法師)	小止觀 (傳印法師) 印度佛教史 (祖蓮法師)	電腦資訊 (黃士淵老師)

■ 雙數週星期六下午14:00大出坡。

■ 初期大乘佛教之起源與開展，請厚觀、廣淨、淨照、開仁法師授課。

■ 電腦資訊上課日期：3/17、3/31、4/14、4/21、4/28 及 5/12



編語

相為表裏 · 三思而行

「人間佛教」修證之基礎，以菩提願、大悲心、空性慧為內涵，經論常云：「一切智智相應作意；大悲為上首；無所得為方便。」由此而知，大乘修行之心髓即「大慈大悲」，因有慈悲願力「不忍聖教衰，不忍眾生苦」，依此精神，即能開發利生事業，服務眾生，累積福德資糧。然而，祖師大德云：「有理三扁擔，無理扁擔三」、「打得念頭死、許汝法身活」。所以修行應是先檢討自己，往內觀察，相為表裏，三思而行，假禪觀訓練之助緣，透過禪觀，使菩提心增長，而至成佛。換言之，慈心觀可說是佛陀一代時教的精髓。

為了進一步更了解，此期藉由印順導師之著作；並從新修訂開恩法師禪修開示，以立標的方式，期望能更有次第的向大家介紹慈心的修習所緣與方法，在整理資料過程，有一心得與大家分享，也就是修習「慈心觀」係依「眾生緣慈」為安立修觀步驟的開端，修行的下手處，即於二六時中，不管行中、坐中，不斷憶念眾生，而感發報恩的願心，依於慈心真正的實踐，並祝願：眾生獲得安樂自在。換句話說，啟動慈心的內在思惟，簡要的可依四個階段來進行：

- (一) 首先從對自身開始。
- (二) 再從所敬愛的人，有恩於自己的人，如現世的父母親、師長等。
- (三) 然後對一切眾生，即非親非故，較無緣之人。
- (四) 最後是自己的怨敵。

如此循序漸進，十方一切眾生，均為所緣的對象，所以修習次第非常重要。所謂的「三思」根據佛法名相解釋即是：審慮思、決定思、發動思。若論其次第，念頭的產生由心的思維開始，因此意念的調適，觀念正確與否，根源完全取自於內心的意念所決定，若想端正行為，就必須廓清內心的錯誤觀念。然而對於修習四無量心是否能斷盡煩惱？此次所刊登論

文有著詳盡說明，此篇由長恆法師執筆，曾得獎於台中市正覺堂2003年之獎學金，所提出的論點值得參考。另外，在「法音宣流」中，導師開示說：「個人自出家以來，深感佛教界以義理見長，而行不足以副之。其理愈高，其行愈卑，一般無非信仰、靈感、持誦之流。察其理、其行，病在通應世俗。」此句讓筆者深深感受導師的為人風範更令人敬仰，除此之外也相當的感慨，從導師的澄心徹言，一言道破現今佛教的流變，雖說一切法都是緣起，但是觀看未來佛教的興衰，情況也真令人擔憂，因此，僧伽教育的推動更是刻不容緩。再者關於校友簡介，此次則邀請第七屆校友如永法師撰文，以及第五屆巽慧法師介紹學佛歷程。最後由第九屆校友定賢法師報告參學心得，內容所提及的斯里蘭卡之行，經歷過程相當的精彩，值得一讀。

常言道：「事臨頭——三思為妙，怒上心——忍讓最高。」這就是為什麼生活中有些人總能保持放曠達觀，隨遇而安的心態的原因。能否做到內心的曠達，完全要看是否能夠承擔生活上的種種接受、包容、喜歡。菩薩的體證「悟無生忍」，無非說的就是一種心理承擔能力。古德說：「不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香。」人生的歷程不外乎就是如此，不經風雨如晦，無法看到人生的亮麗，不經歷生命的堅實，同樣不會得到忍讓與承受人生的益處。「福嚴會訊」第十四期能夠順利出版，內心由哀感激淨照院長的提攜與協助，當然校友的默默支持更是維持的動力，諸善雲集，才能持之以恆。最後敬祝：

福慧具足，菩提圓滿！

以瞋報瞋回應發怒者，
則比先發怒更為糟糕；
別瞋怒地回應發怒者，
以便戰勝那難勝之戰。
在覺知他人的瞋怒時，
還能正念地保持平靜的人，
是促進自他兩者幸福之人。（《相應部》I·162）



四無量

心的尋思



在生老病死的憂苦中，
人們尋找一條安穩與無憂的路，以達到苦惱永息之處，
但望著遼闊與變遷不定的塵世，只見那不息的苦惱與無間斷的逼迫，
如同無情的洪流淹沒了一切，
眾苦交逼的世間啊！……路在何方？

覺觀塵世，正念正知即是出離心的指針，
菩薩渡生之根本即是四無量心的尋思，
此中包括「無緣大慈」與「同體大悲」。
慈悲的轉念，可以化解生命中不必要的對立，可以減少身心的痛苦。

生命的覺醒，一切都得回歸心的尋思，
否則儘管知道要做如實觀，卻偏偏選擇逃避自我（不願意面對內心深處），
最後，到頭來只知道要做「如實觀」是一回事，「修行」則是另一回事。

年久日深，身心的修持動力逐漸退失，
相對地如實觀的動力也將隨著退失。
然而，菩提心的退失，能否再次啟動菩薩生命的原素——四無量心？
如果瞭解這個道理，一切苦無非是出於對生命的迷惑、貪愛與瞋恚，
因此如能有系統地修，
當捨之時，慈悲無礙，憂苦即於當下止息。

談「慈悲禪觀」修證指要

—恭錄印順導師著作

佛弟子的體證，如契合佛的精神，
決非偏枯的理智體驗，而是悲智融貫的實證。
是絕待真理的體現，也是最高道德（無私的、平等的慈悲）的完成

■ 編輯組



壹、慈悲的根源^①

慈悲是佛法的根本；也可說與中國文化的仁愛，基督文化的博愛相同的。不過佛法能直探慈悲的底裡，不再受創造神的迷妄，一般人的狹隘所拘蔽，而完滿地、深徹地體現出來。依佛法說，慈悲是契當事理所流露的，從共同意識而泛起的同情。這可從兩方面說：

一、從緣起相的相關性說：

世間的一切——物質、心識、生

命，都不是獨立的，是相依相成的緣起法。在依託種種因緣和合而成為現實的存在中，表現為個體的、獨立的活動，這猶如結成的網結一樣，實在是關係的存在。關係的存在，看來雖營為個體與獨立的活動，其實受著關係的決定，離了關係是不能存在的。

世間的一切，本來如此；眾生，人類，也同樣的如此。所以從這樣的緣起事實，而成為人生觀，即是無我的人生觀，互助的人生觀，知恩報恩的人生觀，也就是慈悲為本的人生觀。

單依現生來說，人是不能離社會而生存的。除了家庭的共同關係不說，衣食住行，都由農工的生產原料，加工製造，由商賈的轉運供給；知識與技能的學習，學問與事業的成功，都靠著師友的助成。社會秩序的維持，公共事業的推行，安內攘外，一切都靠著政府的政治與軍事。如沒有這些因緣的和合，我們一天、一刻也難以安樂的生存。擴大來看，另一國家，另一民族，到這個時代，更證明了思想與經濟的息息相關。甚至非人類的眾生，對於我們的生存利樂，也有著直接或間接的關係。人與人間，眾生間，是這樣的密切相關，自然會生起或多或少的同情。

同情，依於共同意識，即覺得彼此間有一種關係，有一種共同；由此而有親愛的關切，生起與樂或拔苦的慈悲心行。這是現實人間所易於了解的。如從生死的三世流轉來說，一切眾生，從無始以來，都與自己有著非常密切的關係，過著共同而密切的生活，都是我的父母，我的兄弟姊妹，我的夫婦兒女。

一切眾生，對我都有恩德——「父母恩」「眾生恩」「國家（王）恩」，「三寶恩」。所以從菩薩的心境看來，一切眾生，都「如父如母，如兄如弟，如姊如妹，和樂相向」。在佛的心境中，「等視眾生如羅[目侯]羅」（佛之

子）。這種共同意識，不是狹隘的家庭，國族，人類；更不是同一職業，同一階層，同一區域，同一學校，同一理想，同一宗教，或同一敵人。而是從自他的展轉關係，而達到一切眾生的共同意識，因而發生利樂一切眾生（慈），救濟一切眾生（悲）的報恩心行。慈悲（仁、愛），為道德的根源，為道德的最高準繩，似乎神秘，而實是人心的映現緣起法則而流露的——關切的同情。

二、從緣起性的平等性來說：

緣起法是重重關係，無限的差別。這些差別的現象，都不是獨立的、實體的存在。所以從緣起法而深入到底裡，即通達一切法的無自性，而體現平等一如的法性。這一味平等的法性，不是神，不是屬此屬彼，是一一緣起法的本性。從這法性一如去了達緣起法時，不再單是相依相成的關切，而是進一步的無二無別の平等。

大乘法說：「眾生與佛平等，一切眾生都有成佛的可能性，這都從這法性平等的現觀中得來。在這平等一如的心境中，當然發生同體大悲」。有眾生在苦迫中，有眾生迷妄而還沒有成佛，這等於自己的苦迫，自身的功德不圓滿。大乘法中，慈悲利濟眾生的心行，盡未來際而不已，即由於此。

一切眾生，特別是人類，不但由於緣起相的相依共存而引發共同意識的仁慈，而且每每是無意識地，直覺的對於眾生，對於人類的苦樂共同感。無論對自，無論對他，都有傾向於平等，傾向於和同，有著同一根源的直感與渴仰。這不是神在呼召我們，而是緣起法性的敞露於我們之前。我們雖不能體現他，但並不遠離他。由於種種顛倒，種種拘蔽，種種局限，而完全莫名其妙，但一種歪曲過的，透過自己意識妄想而再現的直覺，依舊透露出來。這是（歪曲了的）神教的根源，道德意識，慈悲精神的根源。慈悲，不是超人的、分外的，只是人心契當於事理真相的自然的流露。

貳、四無量心解脫

「慈等」，是慈、悲、喜、捨「四無量」定。慈是願人得樂；悲是憐憫眾生的苦痛；喜是同情他人的喜樂；捨是心住平等，不偏愛親人，也不偏恨怨敵。修得四禪的，就可以修習四無量定（但喜無量，限於初二禪）。為什麼叫無量？修習時，或慈或悲等，先觀親人，後觀怨敵，從一人，少數人，多數人，一國，一天下，一方世界，到十方世界的欲界眾生，充滿慈悲喜捨心，而願眾生得樂離苦等。緣十方無量眾生，能得無量福報，所以名為無量。佛說的

修定福業，多為在家人說，就著重此四無量。如此存心，念念不失，與儒家的仁，耶教的博愛，有相通處。這本是共世間的，人間的至德，往生天國的法門。所以菩薩不但要有慈悲心，而且要有喜捨心。慈、悲、喜、捨的總和，才能成為真正的菩薩心。②

在定慧的修習中，所有的方便不一，隨觀想的不同，修習成就，成為種種的定法；這不是偏於定，而是從定得名。在佛教界類集、分別的學風（本於佛說，經弟子們的發展，成為阿毘達磨）中，多方面傳出定法，或經過論



辯，然後成為定論。修證者所傳的內容，不但名稱不一，即使名稱相同的，含義也有淺有深。因為這些名稱，絕大多數是世俗固有的名詞，「空」也不例外；隨俗立名，加上宏傳者的程度參差，意義也就難以一致了。這是理解種種定法所必要注意的。

與空有密切關係的定法，主要是四種心三昧citta-samādhī，《相應部》作心解脫ceto-vimutti。《雜阿含經》卷21（大正2，149c）說：

「質多羅長者問尊者那伽達多：此諸三昧，為世尊所說？為尊者自意說耶？尊者那伽達多答言：此世尊所說」。

從那伽達多Nāgadatta與質多羅Citra的問答，可見當時所傳的定法，有些是佛說的，有些是弟子們傳授時自立名目的。這四種心三昧（或心解脫），那時也還沒有達到眾所周知的程度，所以有此問答。與此相當的《相應部》經，問答者是牛達多Godatta與質多Citta長者。^③又編入《中部》（43）〈有明大經〉。是舍利弗Śāriputra為大拘絺羅Mahākoṇṇhita說的。^④依《相應部》，四種心解脫是：無量心解脫appamāṇa-cetovimutti，無所有心解脫ākiñcaññā-cetovimutti，空心解脫suññatā-

cetovimutti，無相心解脫animitta-cetovimutti。問題是。這四種心解脫，到底是文異義異，還是文異義同呢？依質多長者的見解，可從兩方面說。

（一）名稱不同，意義也就不同：

- 1、無量心解脫，是慈、悲、喜、捨——四無量catasso-appama-ññāya定。
- 2、無所有心解脫，是四無色中的無所有處ākiñcaññāyatana定。
- 3、空心解脫，是思惟我我所空。
- 4、無相心解脫，是一切相不作意，得無相心三昧animittacetosamādhī。^⑤

（二）名稱雖然不同，而意義可說是一致的：

- 1、這是說：貪、瞋、癡（代表了一切煩惱）是量的因^⑥ pamāṇa-karaṇa，漏盡比丘所得無量心解脫中，不動心解脫akuppā-cetosamādhī最為第一；不動心解脫是貪空、瞋空、癡空，貪、瞋、癡空即超越於限量，是漏盡比丘的究竟解脫（不動阿羅漢）。
- 2、同樣的意義，貪、瞋、癡是障礙papañca，貪、瞋、癡空即超越於所有^⑦，不動心解脫是無所有心解脫中最上的。

- 3、貪、瞋、癡是相的因^⑧nimittakaraṇ，貪、瞋、癡空即超越於相，不動心解脫是無相心解脫中最上的。
- 4、經中說無量、無所有、無相，卻沒有說到空心解脫，這因為空於貪、瞋、癡的不動心解脫，就是空心解脫的別名。

從文異而義同來說，無量心解脫，無所有心解脫，無相心解脫，達到究竟處，與空心解脫——不動心解脫，平等平等。依觀想的方便不同，有四種心解脫的名目，而從空一切煩惱來說，這是一致的目標，如萬流入海，都是鹹味那樣。

《雜阿含經》的四種心三昧，從名稱不同而意義也不同來說，與《相應部》所說是一致的。但從名稱不同而意義相同來說，《雜阿含經》的文句，與《相應部》^⑨有些出入。如《經》卷21（大正2，150a）說：

「云何法一義種種味（味是「名」的舊譯）？」

答言：尊者！謂貪有量，（恚、癡是有量），若無諍者第一無量。謂貪者是有相，恚、癡者是有相，無諍者是（第一）無相。貪者是所有，恚、癡者是所有，無諍者是（第一）無所有。復次，無諍者，

空於貪，空於恚、癡，空常住不變易，空非我非我所。是名法一義種種味。」

《相應部》的不動心解脫，《雜阿含經》作無諍araṇa應該是無諍住或無諍三昧的簡稱。諍有三類^⑩，煩惱也名為諍——煩惱諍，所以無諍是沒有一切煩惱，與空一切煩惱的不動心解脫相當。

《相應部》說了無量等三種心解脫中最第一的，是貪空、瞋空、癡空，不再說空心解脫，那是以不動心解脫為空心解脫了。《雜阿含經》說明無量等三種中，無諍最為第一，然後又解說無諍是：「空於貪，空於恚、癡；空常住不變易，空非我非我所」。^⑪ 解說無諍，也就是解說空心三昧。無諍與空，是有關係的，如《中阿含經》〈拘樓瘦無諍經〉末了說：

「須菩提族姓子，以無諍道，於後知法如法。知法如真實，須菩提說偈，此行真實空，捨此住止息。」^⑫

總之，四種心解脫中最上的；是空於貪、恚、癡的不動心解脫，或無諍住，也就是心解脫（或心三昧）而達究竟，不外乎空的究竟完成。無量，無所有，無相，無諍，不動，從煩惱空而清淨來說，都可以看作空的異名。^⑬

參、四無量在《阿含經》之地 位^⑭

慈mettā，悲karuṇā，喜muditā，捨upekkhā——四無量catasso-appama-ññāyo定，也名無量心解脫 appamāṇa-cetovimutti，無量心三昧 appamāna-cetosamādhī，或名四梵住brahmavihāra。四無量遍緣無量有情^⑮，所以是「勝解作意俱生假想起故」。^⑯或依定而起慈等觀想，或依慈等觀想而成定。在定法中，這是重要的一組。其中，「慈為一切功德之母」，慈心是印度文化中最重視的；佛經中可以充分證明這一意義的，如《雜阿含經》卷10（大正2，67c）說：

「我自憶宿命……曾於七年中修習慈心，經七劫成壞，不還此世（欲界）。七劫壞時，生光音天。七劫成時，還生梵世空宮殿中，作大梵王，無勝無上，領千世界」。


這一則佛的本生傳說，《中阿含經》，《增支部》，《增壹阿含經》，都同樣的說到。^⑰還有，佛本生善眼sunetra大師，教弟子們修習慈心，生於梵世界。^⑱善眼更修增上慈，所以命終以後，生在晃昱天（即光音天）。劫成時，生梵世作大梵

王mahābrahman，這是《中阿含經》與《增支部》所一再說到的。^⑲梵天中的大梵天王，是千世界的統攝者，也就是婆羅門教的最高神、創造神——梵。世俗所仰信的創造神，依佛說，是修慈心定的果報。修慈心能生於梵天，功德很大，勝過了布施與持戒的功德，如《中阿含經》（155）〈須達多經〉（大正1，677c）說：

「梵志隨藍行如是大施；……歸命三尊——佛，法，比丘眾，及受戒。若有為彼一切眾生行於慈心，乃至犍牛（乳）頃者，此於彼施（戒）為最勝也」。

隨藍Vailāma，Velāma婆羅門本生，也見於《增支部》。^⑳關於慈心的殊勝功德，除勝於布施、持戒外，還有不為諸惡鬼神所欺害的功德，如《雜阿含經》與《相應部》說。^㉑《增支部》說到慈心的八功德；十一功德。《智度論》說：「慈以樂與眾生故，《增壹阿含》





中說有五功德」，²² 與《大毘婆沙論》所說相近，應該是說一切有部 sarvāstivādin 所誦的。²³ 慈心的定義，是「與眾生樂」，與儒家的「仁」，耶教的「愛」相近。在人類的德性中，這確是最高的。如能「仁心普洽」，「民胞物與」，「浩然之氣充塞於天地之間」，那與慈無量心更類似了。

慈是與樂，觀想眾生得到安樂；悲是拔苦，想眾生遠離苦惱；喜是想眾生離苦得樂而心生喜悅；捨是冤親平等，「一視同仁」。分別的說，這四心的觀行是各不相同的；如綜合起來說，這才是慈心的全貌。本來只是慈心，約義而分為四類，如《雜阿含經》卷29（大正2，209c~210a）說：

「有比丘，修不淨觀斷貪欲，修慈心斷瞋恚，修無常想斷我慢，修安那般那念（入出息念）斷覺想（尋思）」。

修習四類觀想，對治四類煩惱，也是《中阿含經》與《增支部》所說的。²⁴ 本來只說到修慈，但《中部》《教誡羅睺羅大經》，同樣的修法，卻說修慈，悲，喜，捨，不淨，無常，入出息念——七行²⁵，這是將慈行分為慈、悲、喜、捨——四行了。佛法重視慈心在世間德行中崇高價值，所以約義而分別為四心；如觀想成就，就是四無量定。²⁶

以慈心為本的四無量心，是適應婆羅門教的。如舍利弗sāriputra勸老友梵志陀然Dhānañjāni，修四無量心，命終生梵天中，就因為「彼諸梵志，長夜愛著梵天」。²⁷ 傳說大善見王mahāsudarśana，mahāsudassana本生，也是修四梵住而生梵天中的。²⁸ 所以，依一般經文所說，四無量心是世間定法，是有漏，是俗定 kullakavihāra。然在佛法初期，慈，悲，喜，捨四定，顯然的曾淨化而提升為解脫道，甘露門；從四無量心也稱為無量心解脫，最上的就是不動心解脫²⁹ 來說，就可以確定初期的意義了。如《雜阿含經》卷27（大正2，197c）說：

「若比丘修習慈心，多修習已，得大果大福利。……是比丘心與慈俱，修念覺分，依遠離，依無欲，依減，向於捨；乃至修習捨覺分，依遠離，依無欲，依減，向於捨」。

《經》說慈心，是譯者的簡略，³⁰ 實際是慈，悲，喜，捨——四心。³¹ 所說的「大果大福利」，或是二果二福利，是阿那含與阿羅漢。或是四果四福利，從須陀洹到阿羅漢。或是七果七福利³²，是二種阿羅漢與五種阿那含。³³ 慈，悲，喜，捨與七覺分 satta-bojjhaṅgā 俱時而修，³⁴ 能得大果大功德，當然是通於無漏的解脫道。無量心解脫，包含了適應

世俗，佛法不共二類。一般聲聞學者，都以為：四無量心緣廣大無量的眾生，無量是眾多難以數計，是勝解——假想觀，所以是世間定。但「量」是依局限性而來的，如觀一切眾生而超越限量心，不起自他的分別，就與無我我所的空慧相應。質多羅長者以為：無量心解脫中最上的，是空於貪、瞋、癡的不動心解脫，空就是無量。³⁵ 這一意義，在大乘所說的「無緣慈」中，才再度的表達出來。

肆、慈悲心與聲聞行者的關係³⁶

與戒律有關的慈悲，聲聞也不能說沒有的。但佛滅百年，已被歪曲為粗淺的了（四分律七百結集）。聲聞者不能即俗而真，不能即緣起而空寂，以為慈悲等四無量心，但緣有情，不能契入無為性。不知四無量心是可以直入法性的，如質多羅長者為那伽達多說：無量三昧與空三昧、無相三昧、無所有三昧，有差別義，也有同一義。約「無諍」義說，無量與無相等，同樣是能空於貪、瞋、癡、常見、我、我所見的（《雜含》卷21，567經）。從空相應緣起來說，由于有情無自性，是相依相緣相成，自己非獨存體，一切有情也不是截然對立的，所以能「無怨、無瞋、無

恚」。了達有情的沒有定量性，所以普緣有情的慈悲——無緣慈，即能契入空性。四三昧中，三三昧即三解脫門，依三法印而成觀；無量三昧，即是依苦成觀。觀一切有情的苦迫而起拔苦與樂的同情，即「無量心解脫」。由於聲聞偏重厭自身苦，不重愍有情苦；偏重厭世，不能即世而出世，這才以無量三昧為純世俗的。聲聞的淨化自心，偏于理智與意志，忽略情感。所以德行根本的三善根，也多說「離貪欲者心解脫，離無明者慧解脫」，對於離瞋的無量心解脫，即略而不論。聲聞行的淨化自心，是有所偏的，不能從淨化自心的立場，成熟有情與莊嚴國土；但依法而解脫自我，不能依法依世間而完成自我。這一切，等到直探釋尊心髓的行者，急于為他，才從慈悲為本中完成聲聞所不能完成的一切。





伍、長養慈心的方法^{③7}

古人詠虎詞說：「虎為百獸尊，誰敢觸其怒！唯有父子情，一步一回顧」。慈愛實為有情所共有的，殘忍的老虎，也還是如此。所以慈悲的修習，重在怎樣的擴充他，淨化他，不為狹隘自我情見所歪曲。所以慈悲的修習，稱為長養，如培養根孽，使他成長一樣。據古代聖者的傳授，長養慈悲心，略有二大法門。

（一）自他互易觀：

淺顯些說：這是設身處地，假使自己是對方，而對方是自己，那應該怎樣？對於這一件事，應怎樣的處理？誰都知道，人是沒有不愛自己的，沒有不為自己盡心的。我如此，他人也是如此。如以自己的自愛而推度他人，設身處地的為他人著想，把他人看作自己去著想，慈悲的心情，自然會油然而生起來。《法句》說：「眾生皆畏死，無不懼刀杖，以己度他情，勿殺勿行杖」。這與儒家的恕道一致，但還只是擴充自我的情愛，雖能長養慈悲，而不能淨化完成。

（二）親怨平等觀：

除自愛而外，最親愛的，最關切的，沒有比自己的父母、夫妻、兒女了。最難以生起慈悲心的，再沒有比怨恨、仇敵了。為了長養慈悲心的容易修習，不妨從親而疏而怨，次第的擴充。一切人——眾生，可分為三類：親、中、怨。這三者，或還可以分成幾級。

1、先對自己所親愛的家屬，知遇的朋友觀察他的苦痛而想解除他，見他的沒有福樂而想給予他。修習到：親人的苦樂，如自己的苦樂一樣，深刻的印入自心，而時刻想使他離苦得樂。再推廣到中人，即與我無恩無怨的。仔細觀察，這實在都是於我有恩的；特別是無始以來，誰不是我的父母，師長？對於中人的苦樂，關切而生起慈心，悲心，修習到如對自己的恩人親愛的家人一樣。

2、如能於中人而起慈悲心，即可擴

大到怨敵。怨敵，雖一度為我的怨敵，或者現在還處於怨敵的地位，但過去不曾對我有恩嗎？為什麼專門記著怨恨而忘記恩愛呢！而且，他的所以為怨為敵，不是眾生的生性非如此不可，而只是受了邪見的鼓弄，受了物欲的誘惑，為煩惱所驅迫而不得自在。眼見他為非作惡，愚昧無知，應該憐憫他，容恕他，救濟他，怎能因自己小小的怨害而瞋他恨他？而且，親與怨，也並無一定。

3、如對於親人，不以正法，不以慈愛相感召，就會變成怨敵。對於怨敵，如能以正法的光明，慈悲的真情感召，便能化為親愛。那為什麼不對怨敵而起慈悲心，不為他設想而使離苦得樂呢！以種種的觀察，次第推廣，達到能於怨敵起慈悲心，即是怨親平等觀的成就，慈心普遍到一切，這才是佛法中的慈悲。慈悲，應長養他，擴充他；上面所說的法門，是最易生起慈悲的修法。

親	觀察他的苦痛而想解除他。
	見他的沒有福樂而想給予他。
	親人苦樂如自己苦樂，深刻入心，時刻想使他離苦得樂。
中	對於與我無恩無怨的人的苦樂，關切而生起慈心。
	對於與我無恩無怨的人的苦樂，關切而生起悲心。
	對於與我無恩無怨的人，如對自己的恩人、親愛的家人一樣。
怨	雖一度為我的怨敵，過去也曾對我有恩，為何記怨而忘恩！
	所以為怨敵，只是為煩惱所驅迫而不得自在。應憐憫、容恕、救濟他。
	親與怨並無一定，慈悲能化怨敵為親愛，為他設想而使他離苦得樂。

陸、慈悲的體驗³⁸

上面所說的長養慈悲，都還是偏約世俗說。一分聲聞學者，以為慈悲只是這樣的緣世俗相而生起，這決非佛法的本義。依大乘法說，慈悲與智慧，並非相反的。在人類雜染的意識流中，情感與知解，也決非隔裂的。可說彼此相應相入，也可說是同一意識流中泛起的不同側面。如轉染還淨，智慧的體證，也就是慈悲的體現；決非偏枯的理智，而實充滿著真摯的慈悲。如佛陀的大覺圓成，是大智慧的究竟，也是大慈悲的最高體現。如離開慈悲而說修說證，即使不落入外道，也一定是焦芽敗種的增上慢人！慈悲可分為三類：

一、眾生緣慈：

這是一般凡情的慈愛。不明我法二空，以為實有眾生，見眾生的有苦有樂，而生起慈悲的同情。這樣的慈愛，無論是大仁，博愛，總究是生死中事。

二、法緣慈：

這是悟解得眾生的無我性，但根性下劣，不能徹底的了達一切法空，這是聲聞、緣覺的二乘聖者的心境。見到生死的惑、業、苦——因果鉤鎖，眾生老是在流轉中不得解脫，從此而引起慈悲。法緣慈，不是不緣眾生相，是通達無我而緣依

法和合的眾生。如不緣假名的我相，怎麼能起慈悲呢！

三、無所緣慈：

這不像二乘那樣的但悟眾生空，以為諸法實有；佛菩薩是徹證一切法空的。但這不是說偏證無所緣的空性，而是於徹證一切法空時，當下顯了假名的眾生。緣起的假名眾生即畢竟空，「畢竟空中不礙眾生」。智慧與慈悲，也可說智慧即慈悲（「般若是一法，隨機立異稱」）的現證中，流露真切而憫苦的悲心。佛菩薩的實證，如但證空性，怎麼能起慈悲？所以慈悲的激發，流露，是必緣眾生相的。但初是執著眾生有實性的；次是不執實有眾生，而取法為實有的；唯有大乘的無緣慈，是通達我法畢竟空，而僅有如幻假名我法的。

有些人，不明大乘深義，以為大乘的體證，但緣平等普遍的法性，但是理智邊事。不知大乘的現證，一定是悲智平等。離慈悲而論證得，是不能顯發佛菩薩的特德的。中國的儒家，從佛法中得少許啟發，以為體見「仁體」，充滿生意，略與大乘的現證相近。然儒者不能內向的徹證自我無性，心有限量（有此彼相），不可能與佛法並論。在體證法性的現觀中，《阿含經》中本有四

名，實與四法印相契合。

無所有（無願）……諸行無常
無量……所受皆苦
空……諸法無我
無相……涅槃寂靜

無量三昧，是可以離欲的，與空、無相、無願的意義相同。但在聲聞佛教的昂揚中，無量三昧是被遺忘了。不知道，無量即無限量：

一、向外諦觀時，慈悲喜捨，遍緣眾生而沒有限量，一切的一切，名為四無量定。

二、向內諦觀時，眾生的自性不可得，並無自他間的限量性。

所以無量三昧，即是緣起相依相成的，無自無他而平等的正觀。通達自他的相關性，平等性，智與悲是融和而並無別異的。無量三昧的被遺忘，說明了聲聞佛教的偏頗。佛教的根本心髓——慈悲，被忽視，被隱沒，實為初期佛教的唯一不幸事件。到大乘佛教興起，才開顯出來。所以佛弟子的體證，如契合佛的精神，決非偏枯的理智體驗，而是悲智融貫的實證。是絕待真理的體現，也是最高道德（無私的、平等的慈悲）的完成。唯有最高的道德——大慈悲，才能徹證真實而成為般若。所以說：「佛心者，大慈悲是」。



- ① 《學佛三要》p. 120~p. 123。
- ② 《成佛之道》p. 119。
- ③ 《相應部》(41)「質多相應」(日譯南傳15·p. 450~p. 452；漢譯南傳16·p. 374~p. 376)：「尊者牛達多言坐於一方之質多居士曰：「居士！此無量心解脫，無所有心解脫，空心解脫，無相心解脫，此等諸法是意義有別？抑名辭有別耶？或意義為一，唯名辭有別耶？……。」
- ④ 《中部》(43)《有明大經》(日譯南傳10·p. 11~p. 22；漢譯南傳10·p. 12~p. 18)，與《中阿含經》(211)《大拘絺羅經》(大正1，461b~464b)相當，但《中阿含經》沒有這部分問答。
- ⑤ 《空之探究》p. 36：無相心三昧，依質多羅長者所說，是「一切相不念(作意)」而修成的三昧。作意，或譯思惟，念，憶念。不作意一切相的無相心三昧，是有淺深的。究竟的無相，如《雜阿含經》卷45說：「修習於無相，滅除憍慢使，得慢無間等，究竟於苦邊」(大正2，331b)。
- ⑥ 量(巴利文：pamāṇa；梵文：pramāṇa)：有分量、數量、形量、稱量、度量、限度、容量、標準、正確的認識方法……等義。《空之探究》p. 27：「量是依局限性而來的，如觀一切眾生而超越限量心，不起自他的分別，就與無我我所的空慧相應。質多羅長者以為：無量心解脫中最上的，是空於貪、瞋、癡的不動心解脫，空就是無量。」
- ⑦ (1)《瑜伽師地論》卷87說：「又能制伏四外繫所攝貪、瞋、癡三種所有：謂貪欲身繫，攝貪所有；瞋恚身繫，攝瞋所有；餘二身繫，攝癡所有。當知此中極鄙穢義，是所有義。」(大正30，792a5~8)。

(2) 四身繫，參見《阿毘達磨集異門足論》卷8：

「四身繫者：一貪身繫，二瞋身繫，三戒禁取身繫，四此實執取身繫。

云何貪身繫？答：貪者，謂於欲境諸貪等貪，廣說乃至貪類貪生，是名為貪。身繫者，謂此貪未斷未遍知，於彼彼有情彼彼身，彼彼聚彼彼所得，自體為因為緣繫等，繫各別繫相連相續方得久住。……是名身繫。……

云何瞋身繫？答：瞋者，謂於有情欲為損害，廣說乃至現為過患，是名為瞋。身繫者如前說。

云何戒禁取身繫？答：戒禁取及身繫，俱如前說。

云何此實執取身繫？答：此實執取者，謂或有執我及世間常，此實，餘癡妄。或復有執我及世間無常，此實，餘癡妄。或復有執我及世間亦常亦無常，此實，餘癡妄。或復有執我及世間非常非無常，此實，餘癡妄。或復有執我及世間有邊，此實，餘癡妄。或復有執我及世間無邊，此實，餘癡妄。或復有執我及世間亦有邊亦無邊，此實，餘癡妄。或復有執我及世間非有邊非無邊，此實，餘癡妄。或復有執命者即身，此實，餘癡妄。或復有執命者異身，此實，餘癡妄。或復有執如來死後有，此實，餘癡妄。或復有執如來死後非有，此實，餘癡妄。或復有執如來死後亦有亦非有，此實，餘癡妄。或復有執如來死後非有非非有，此實，餘癡妄。如是等，名此實執取身繫者。」(大正26，399c22~400a21)

- ⑧ 《大毘婆沙論》卷105云：「於不動心解脫說無相聲者：如說，大德瞿達多！當知貪欲、瞋恚、愚癡是相，有不動心解脫，是最勝無相。
問：何故不動心解脫名無相耶？
答：一切煩惱皆名為相，彼心不為煩惱擾，煩惱於心不得自在，心於煩惱得自在故，說名無相。」（大正27，542a1~6）。
- ⑨ 《相應部》《質多相應》（日譯南傳15，p. 451~p.452；漢譯南傳16，p. 375~p.376）。
- ⑩ 無諍（梵aranā）音譯阿蘭那。《大毘婆沙論》卷179：「然諍有三：一煩惱諍、二蘊諍、三門諍。煩惱諍者謂百八煩惱；蘊諍者謂死；門諍者謂諸有情互相陵辱言語相違。」（大正27，899a22~24）。
- ⑪ 《雜阿含經》卷21(567經)(大正2，150a9~11)。
- ⑫ 《中阿含經》卷43(169經)《拘樓瘦無諍經》(大正1，703a17~c11)；《中部》(139)《無諍分別經》，但說：「善男子須菩提行無諍道」(日譯南傳11下，p. 332；漢譯南傳12，p. 246)。
- ⑬ 《空之探究》p. 20~p. 23。
- ⑭ 《空之探究》p. 24~p. 27。
- ⑮ 《成佛之道》(增注本)p. 123：「慈悲喜捨四無量定。慈是願人得樂；悲是憐憫眾生的苦痛；喜是同情他人的喜樂；捨是心住平等，不偏愛親人，也不偏恨怨敵。修得四禪的，就可以修習四無量定(但喜無量，限於初二禪)。為什麼叫無量？修習時，或慈或悲等，先觀親人，後觀怨敵，從一人，少數人，多數人，一國，一天下，一方世界，到十方世界的欲界眾生，充滿慈悲喜捨心，而願眾生得樂離苦等。緣十方無量眾生，能得無量福報，所以名為無量。」
- ⑯ (1) 《大毘婆沙論》卷82：「應知作意略有三種：一自相作意，二共相作意，三勝解作意。自相作意者，如有思惟地為堅相，水為濕相，火為煖相，風為動相，如是一切。共相作意者，如十六聖行相俱生作意等。勝解作意者，如不淨觀、持息念、解脫、勝處、遍處等俱生作意。問：此四無量於三種中，為與何等作意俱生？答：唯與勝解作意俱生假想起故。」（大正27，422c27~423a5）
(2) 《印度佛教思想史》p. 402~p. 403：「修觀慧，有勝解作意與真實作意。1、勝解作意是假想觀，如不淨觀[念]成就，見到處是青瘀膿爛。2、真實作意中，有自相作意，如念出入息；共相作意，如觀諸行無常等。真如作意，如觀一切法空，不生不滅等。勝解作意對修持有助益的，但不能得解脫。勝解觀成就，自心所見的不淨或清淨色相，與事實不符，所以是「顛倒作意」。
(3)勝解作意、真實作意，詳見《空之探究》第一章第十節〈勝解觀與真實觀〉p. 67~p. 78。
- ⑰ 《中阿含經》卷11(61經)；《牛糞喻經》(大正1，496b)。又(138經)《福經》(大正1，645c)。《增支部》「七集」(日譯南傳20，p. 340；漢譯南傳22，p. 283)。《增壹阿含經》卷4(10)「護心品」(大正2，565b~c)。
- ⑱ 梵世界即初禪天。
欲界六天：四王天、忉利天、夜摩天、兜率天、樂變化天、他化自在天。
色界十八天：初禪天：梵眾天、梵輔天、大梵天。二禪天：少光天、無量光天、光音天。三禪天：少淨天、無量淨天、遍淨天。四禪天：無雲天、福生天、廣果天、無想天、無煩天、無熱天、善見天、善現天、色究竟天。

- ①⑨ 《中阿含經》卷2(8)《七日經》(大正1, 429b~c)。又卷30(130)《教曇彌經》(大正1, 619c)。《增支部》「六集」(日譯南傳20, p. 123; 漢譯南傳22, p. 105)。又「七集」(日譯南傳20, p. 358; 漢譯南傳22, p. 298)。
- ②⑩ 《增支部》「九集」(日譯南傳22上, p. 65; 漢譯南傳24, p. 54)。
- ②⑪ 《雜阿含經》卷47(大正2, 344b~345a)。《相應部》(20)「譬喻相應」(日譯南傳13, p. 390~p.393; 漢譯南傳14, p. 337~p. 339)。
- ②⑫ 《大智度論》卷20(大正25, 211b17~18)。
- ②⑬ 《增支部》「八集」日譯南傳21, p. 2~p. 3; 漢譯南傳23, p. 1~p. 2; 《增支部》「一一集」日譯南傳22下, p. 322~p. 323; 漢譯南傳25, p. 290; 《大智度論》卷20, 大正25, 211a24~29; 《大毘婆沙論》卷83, 大正27, 427a8~9。
- ②⑭ 《中阿含經》(56)《彌醯經》:「復修四法。云何為四?修惡露,令斷欲;修慈,令斷恚;修息出息入,令斷亂念;修無常想,令斷我慢。」(大正1, 491c15~17);《中阿含經》卷10(57)《即為比丘說經》(大正1, 492b5~7);《增支部》「九集」(日譯南傳22上, p. 4、p. 11~p. 12)。
- ②⑮ 《中部》(62)《教誡羅睺羅大經》(日譯南傳10, p. 219~p. 220)。
- ②⑯ 《成實論》卷12說:「問曰:此三皆是慈耶?答曰:即是慈心差別三種。所以者何?不瞋名慈,有人雖能不瞋,而見苦眾生不能生悲,若能於一切眾生中深行慈心,如人見子遭急苦惱,爾時慈心轉名為悲。或有人於他苦中能生悲心,而不能於他增益事中生歡喜心。何以知之?有人見怨賊苦尚或生悲,見子得勝己事而不能喜。行者見一切眾生得增益事,生歡喜心如己無異,是名為喜。故知慈心差別為悲喜。問曰:何所捨故名捨?答曰:隨見怨親則慈心不等,於親則重,於中不如,於怨轉薄?悲喜亦爾,是故行者欲令心等,於親捨親,於怨捨怨,然後於一切眾生慈心平等,悲喜亦爾。故經中說:為斷憎愛修習捨心。問曰:若爾則無別捨心,但以心平等故名為捨。答曰:我先說慈心差別為悲、喜等,又慈心以下、中、上法故有三種,能令此三平等,故名為捨。」(大正32, 336b19~c8)
- ②⑰ 《中阿含經》(27)《梵志陀然經》(大正1, 458b23~24)。《中部》(97)《陀然經》(日譯南傳11上, p. 256; 漢譯南傳11, p. 208)。
- ②⑱ 《中阿含經》(68)《大善見王經》(大正1, 518a~c)。《長部》(17)《大善見王經》(日譯南傳7, p. 184~p. 197; 漢譯南傳7, p. 142)。《長阿含經》卷3(2)《遊行經》(大正1, 23c~24a)。
- ②⑲ 《空之探究》p. 20~p. 21:「與空有密切關係的定法,主要是四種心三昧,《相應部》作心解脫。……依《相應部》(41)「直多相應」(日譯南傳15, p. 450~p.452),四種心解脫是:無量心解脫,無所有心解脫,空心解脫,無相心解脫。……貪、瞋、癡(代表了一切煩惱)是量的因,漏盡比丘所得無量心解脫中,不動心解脫最為第一;不動心解脫是貪空、瞋空、癡空,貪、瞋、癡空即超越於限量,是漏盡比丘的究竟解脫(不動阿羅漢)。」
- ③⑩ 宋天竺三藏求那跋陀羅譯。


- ① 《相應部》(46)「覺支相應」(日譯南傳16上, p. 339~p.340; 漢譯南傳17, p. 301)。
《大毘婆沙論》卷83:「如契經說:與慈俱修念等覺支,依止離,依止無欲,依止滅,迴向於捨;悲喜捨三說亦如是。」(大正27, 247c19~21)。
- ② 《雜阿含經》卷27(740經):「若比丘修習此七覺分,多修習已,當得七果。何等為七?謂現法智有餘涅槃;及命終時;若不爾者,五下分結盡,得中般涅槃;若不爾者,得生般涅槃;若不爾者,得無行般涅槃;若不爾者,得有行般涅槃;若不爾者,得上流般涅槃。」(大正2, 197a22~27)另參見《長阿含經》卷12(17)《清淨經》:「此樂當有七果功德,云何為七?於現法中得成道證;正使不成,臨命終時,當成道證。若臨命終復不成者,當盡五下結,中間般涅槃·生彼般涅槃·行般涅槃·無行般涅槃·上流阿迦尼吒般涅槃。」(大正1, 75a28~b3)
- ③ 五種阿那含,詳見《大毘婆沙論》卷174,大正27, 875c~877c。
- ④ (1)七覺支:1.念覺支、2.擇法覺支、3.精進覺支、4.喜覺支、5.除覺支(輕安覺支)、6.定覺支、7.捨覺支。
(2)《大毘婆沙論》卷83:「問:無量有漏、覺支無漏,云何有漏與無漏俱?尊者世友作如是說:由四無量調伏其心、令心質直有所堪能,從此無間引起覺支,覺支無間引起無量,無量覺支相雜而起,故說為俱而實不並。」(大正27, 427c21~25)。
- ⑤ (1)《雜阿含經》卷21(567經)(大正2, 149c12~150a11)。
(2)參見《空之探究》p. 21:「貪、瞋、癡(代表了一切煩惱)是量的因,漏盡比丘所得無量心解脫中,不動心解脫最為第一;不動心解脫是貪空、瞋空、癡空,貪、瞋、癡空即超越於限量,是漏盡比丘的究竟解脫(不動阿羅漢)。……經中說無量、無所有、無相,卻沒有說到空心解脫,這因為空於貪、瞋、癡的不動心解脫,就是空心解脫的別名。」
- ⑥ 《佛法概論》p. 246~p. 247。
- ⑦ 《學佛三要》p. 133~p. 135;另參見:《瑜伽師地論》卷26(大正30, 424a~429c)。
- ⑧ 《學佛三要》p. 136~p. 139。



慈愛人生

內心深處散發慈悲，才能與慈心相應

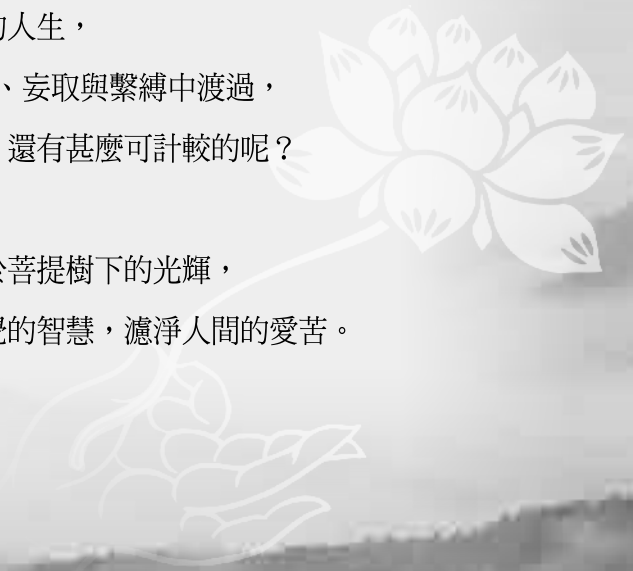




在親情與倫理之中，人們試圖擁有依靠與歸屬，
在煩惱交纏的世界，人們要的是真摯的承諾與幸福的保障；
面臨欺瞞、險惡與誘惑時，內心渴望的是真實與安穩；
處於懷疑與傷害的境地，人們尋找信賴的朋友；
當背叛、挫敗與孤寂來臨，只有忠誠與包容讓人感到寬慰。

在佛法的殿堂裏，人們期待著寬恕與慈愛。
人們雖享有許多美好的事物，但終究難以獲得滿足，
即使人生的需要是如此之多，但用到的卻是不多，
無常的世間啊！有的只是成、住、壞、空的歷程，
生與死的人生，
人們總是在迷惑、貪愛、妄取與繫縛中渡過，
生命的真相，事實如此，還有甚麼可計較的呢？

幸運的如今能立足於菩提樹下的光輝，
何不將有限的生命，透過內覺的智慧，濾淨人間的愛苦。





慈心觀 禪修開示錄

2007年1月15日增注修訂

■ 演講者／開恩法師 筆錄／編輯組

壹、引言

諸位師長以及各位同學大家好！很高興來到福嚴跟大家結這個法緣。修習「禪」的方法，在《清淨道論》有四十種之多，若有需要可以個別指導，例如「四大」、「十遍處」、「不淨觀」等都是禪修的入門，主要目的是要讓我們達到「心」的清淨。禪修首先要注意的是調身、調息、調心：開始先將身體放輕鬆，可以雙盤、單盤，或者散盤也都可以，總言之感覺舒服就好，但是基本要求，背一定要挺直，不要彎腰駝背的，因為這樣會影響打坐。原則上每天晚上都會帶領同學恭誦慈悲觀，讓同學

們多修習慈心，修持慈心觀的好處可以運用在日常生活中，不論是待人處世，內心方面都能夠更安穩，更寧靜，待人會更慈悲，辦起事情時更得心應手。修持慈悲觀不論是站著、坐著、躺著都可以做，只要有空就可以修習。當然修習慈心觀最主要的利益還是回歸給自己，雖然每天所播送的對象都是祝願對方能夠幸福、快樂、安詳，但是我們的心是最先感覺到寧靜安詳與慈悲。播送時對方不一定能夠得到或是感受得到，但是我們內心是第一個體驗得到。所以，一定要提起自己最深的祝願，祝福對方，把慈悲從內心深處散發出來，這樣大家才能夠與慈心相應。

貳、以慈心為基礎的四種觀行 與釋名

慈心觀在南傳佛教的禪修中佔有很重要的地位，修習慈心能培育出「悲、喜、捨」的內心質素^①，能對治瞋、恚、嫉和染著的內心結縛；內——能帶給自身的寧靜、和諧及喜悅；外——能予以家人、親友、社會及所有眾生善意和關懷。印順導師曾經開示說：「慈、悲、喜、捨——四無量定，也名無量心解脫，無量心三昧，或名四梵住。^②四無量遍緣無量有情，所以是「勝解作意俱生假想起故」。或依定而起慈等觀想，或依慈等觀想而成定。在定法中，這是重要的一組。其中，「慈為一切功德之母」，慈心是印度文化中最重視的。」^③因此，可以說修習四無量心重要的前行，依於慈心而出發。雖然四無量心的觀行各有所不同，實乃從慈心觀開展的四個面相。換句話說，對於慈心的修習，不僅只是對治煩惱的安止而已，更有助於修行者開展智慧往解脫道，更進一步說明的話，則是徹底熄滅內心的貪欲、瞋恚和愚痴而達至最高的解脫——涅槃。

慈心觀，又作慈愍觀、慈三昧。^④慈的巴利語為metta；梵語是maitrī，音譯：「彌羅」或是maitrya，音釋：「梅怛麗

藥」。^⑤依據《清淨道論》解釋：「慈」：即慈愛之義。特性是對友人的態度及對友誼的慈善行動，它的功能是助長友善去除惡念，當慈心成就時即是徹底清除瞋恚，若產生了私我的情感便是慈心失敗。^⑥

心——巴利語citta，依據南傳《分別論》的解釋——意處、意根、識、識蘊。^⑦普遍而說，慈心——是複合語句，巴利語為metta-citta^⑧，在南傳佛典之中指「慈」或「慈心」，但往往也包括了「慈、悲、喜、捨」四種心。「慈」在佛陀的教法之中，位於十二禪^⑨之首，它能使自己和其他眾生之間發展出一種和諧關係。總的來說，慈心的意義——以意象、情感來引發對個人及對他人的慈愛和友善，並以對治瞋恚心為功用。依據《清淨道論》說明，修習慈心有內、外二種敵人：

- (1)內敵——是近敵，以貪為其性質，與慈同類故，好像行近其人的仇敵相似，那貪就很容易得有機會侵襲。
- (2)外敵——瞋恚是遠敵，與慈的性質不同，就好像一人之敵藏於深山裡面。是故當以無恐怖於瞋恚而行慈，若人行慈而同時起瞋怒是不可能的。^⑩

依照《清淨道論》重點的指出，修習慈心重要敵人——即是貪欲與瞋恚，以下繼續說明對治的方法。

參、對治瞋恚的良藥

貪欲、瞋恚是眾生的根本煩惱，也是造成眾生不斷地輪迴生死的主因，因此經典上常形容為煩惱毒，或是惑、結使等，這都是煩惱的異名，若不善加對治，後患無窮，生死輪迴將是遙遙無盡期。即知煩惱毒的嚴重性，如何對治？在《阿含經》中，有多處提到「慈能止瞋」，如《增壹阿含經》說到：「當行慈心，廣布慈心，以行慈心，所有瞋恚之心自當消除」。^⑩另外，《法句經》第三頌至第五頌則說：

彼辱罵我擲我，擊敗我掠奪我，若人懷有是心，怨恨不得止息。

彼辱罵我擲我，擊敗我，掠奪我，若人不懷是心，怨恨自然止息。

實於此世中，非以怨止怨，唯有慈方能止怨，此為古常法。^⑪

由此可見，人們忿、怒等瞋恚煩惱與慈愛，都是發起於內心的，所以行者若要消除瞋恚所引申的煩惱，在這世上，絕不可能以怨治怨，為避免此種惡性循環，唯有以慈愛方能化解，這是千古永恆的真理。除此之外，對於相同的教說，在其它經典也都可查證，例如

《中阿含經》、《增支部》等^⑫，由此可知，在佛陀時代對於慈心的法門已非常重視。

肆、培育慈心的入門

練習慈心觀——即是在練習一種心智的活動。慈心觀是止禪（又稱奢摩他）的一個所緣，而所有禪修的修持都歸屬在意業之下，如前所述，意業就是指心的活動，也就是指內心的造作。另外，身業和口業——即是身體的造作和言語上的造作。人們如果能夠在身、口、意三業，習慣性地將慈心觀視為心的活動，即是攝受善法，如此才能真正的根除煩惱。換言之，佛陀教導：身、語、意這三種活動，是可以伴隨慈心而生的。通常修習禪觀有一定的次第，禪行者必需依循著次第漸進，才能學有所成。關於修習慈的原則，這裡引《雜阿含經》所說：

聖弟子與慈俱，無怨、無憎、無恚、寬弘重心，無量修習普緣，一方充滿；如是二方、三方、四方、上、下，一切世間，心與慈俱，無怨、無憎、無恚，寬弘重心，無量修習，充滿諸方，一切世間普緣住……。^⑬

依照經典上的述說，慈心觀的修行方法，相當重於次第性。通常修習慈心

觀，開始時即以自己為慈心的對象，屢屢修習後，再擴及一切十方有情眾生，願其無怨、無害、無惱、常懷快樂。所以修習禪法，除了依次第分析之外，最好的辦法是親自體驗，找到適合的方法後，根據所選的方法，繼續用功才能體會到禪修的法喜。所以修習慈心的重要，在佛教界相當的廣為人知，在南傳佛教儀式中，出家僧眾也經常恭誦《慈經》，相關的經論也有不少的記載^⑮，在南傳佛教國家，也都有誦念這部經的習俗。有時會發現：很多人並沒有想很多，以為經典只是用來誦念而已，並認為只要誦念，就已經足夠。然而並非是如此，同時也應當把握，這是修習慈心觀的好機會。而且，並不是讀誦一次就已足夠，而是需要不斷培育的。換言之，《慈經》不只是拿來誦的，而是要練習，要培養的，這也就是告訴我們必須修習慈心觀的原因。或許要求自己讀十次，或依個人的意願增加，透過這樣的方式，長養和成就慈心。雖然，每一個儀式都有誦念經典，這並沒有什麼不好，或許方法不應該只是如此，我們必須很認真地修習以長養慈悲心。此次所要講解是依據《清淨道論》所記載的內容，一共有四個步驟：

一、先對自己播送

剛開始修習時，先播送給自己，反

覆這個善願，四句如下：

- 願我脫離一切的危難。
- 願我脫離內心痛苦。
- 願我脫離身體的痛苦。
- 願我每天都幸福、快樂、安詳。

修習慈心首要條件，先把身心放輕鬆，然後儘量的祝願自己脫離內心的痛苦，脫離身體的痛苦，願自己每天都幸福、快樂、安詳。先播送給自己五分鐘也好，五次、十次也可以。然而，只是對自己生起慈心，這不夠圓滿的。由於培育出這些善願及以對待自己作為基範，其後便會逐漸開始關心到其他所有眾生，感受他們的快樂猶如自己的快樂。正如自己想快樂而不想痛苦，想生存而不想死亡，其他的眾生也是有如此意願的。所以修習者首先應熟習對自己充遍慈心，唯有如此才能進一步選擇最喜歡、最仰慕和最尊敬的人作為觀想對象，將慈心向他人播送，憶想他親切的語言和美德，並發起「願他們遠離煩惱」等善願。

二、對最尊敬的人播送

再來第二個步驟：就是選擇一個在生命當中你覺得最值得尊敬的一個人，如果是男生的就選擇男的，但必須還活在這世間，已經往生的就不可以，然後觀想你最尊敬的人的容貌，出現在你的腦海裡，最尊敬的人有可能是你的父

親，也有可能是你師長，然後觀想他的全身，又或者只觀想他的容貌，然後播送給他們：

- 願我最尊敬的人脫離一切危難。
- 願我最尊敬的人脫離內心的痛苦。
- 願我最尊敬的人脫離身體的痛苦。
- 願我最尊敬的人幸福、快樂、安詳。

三、對一切眾生播送

當行者的慈心已逐步的培育起來之際，即可就觀想所有一切的眾生，包括身邊的法師、居士、同學、師長們或者你所看到的人，都可以播送給他們。現在請閉上眼睛，將我們的身心由頭到腳儘量的放輕鬆，帶著一顆寧靜安詳和溫暖的心，來修持慈心觀。

- 願我們的慈悲能夠像太陽的光一樣，照亮大地一切的眾生。
- 願一切的眾生都能夠得到我們內心的慈悲，感受到我們內心慈悲的喜悅。
- 願我們內心的慈悲像恆河的流水一樣，能夠洗滌我們內心的煩惱，讓我們活在慈悲的正法上。
- 願我脫離一切的危難！
- 願我脫離內心的痛苦！
- 願我脫離身體的痛苦！
- 願我幸福、快樂、安詳！
- 願我最尊敬的人脫離一切的危難！
- 願我最尊敬的人脫離內心的痛苦！
- 願我最尊敬的人脫離身體的痛苦！

- 願我最尊敬的人幸福、快樂、安詳！
- 願所有的禪修者脫離一切的危難！
- 願所有的禪修者脫離內心的痛苦！
- 願所有的禪修者脫離身體的痛苦！
- 願所有的禪修者幸福、快樂、安詳！
- 願一切眾生脫離一切的危難！
- 願一切眾生脫離內心的痛苦！
- 願一切眾生脫離身體的痛苦！
- 願一切眾生幸福、快樂、安詳！幸福、快樂、安詳！

這裡再強調一點，如果我們真的要修習慈心觀，它是有一定的次第，如上述所說，先從播送給自己，然後才到自己最尊敬的人。但是，修習慈心觀要證得初禪、二禪、三禪，必須要有定做為基礎，才能成就。

四、對怨敵播送

當以上的修習熟練時，可開始將慈心播送給自己不喜歡的人。

- 願我的怨敵脫離一切的危難。
- 願我的怨敵脫離內心的痛苦。
- 願我的怨敵脫離身體的痛苦。
- 願我的怨敵每天都幸福、快樂、安詳。

在這觀行的部份，同學必需注意：對於一個沒有怨敵的行者，這裡可以省略，若是對怨敵而生起瞋恚時，便設法修慈心將它消除。但是，如果對播送慈

心比較弱的同學，建議暫時不修此觀行。甚麼原由呢？初學者如果一開始就嘗試對一位他不喜歡的人，視為親愛的人一般的播送慈心給他，容易令自己感到疲憊，這正如嘗試對一位親愛的人視為陌生人，這道理是同樣的；初學者亦不宜把仇敵作為觀想對象，由於忿恨心可能會生起。另外，還有一些注意事項，以下再詳細說明。

伍、修習慈心觀之注意事項

修習禪觀，在《清淨道論》中建議找一個寧靜的地方，以舒適的坐姿安坐下來。在修習慈心觀之前，首先想一想瞋恚所帶來的過患和安忍所帶來的利益，因為慈心觀的其中一個作用，就是以安忍來取代瞋恚。如前所述，若不知瞋恚的過患是不可能清除瞋恚的；若不知安忍的利益是沒信心培育出安忍的。

對於初修習慈心禪的人來說，有幾類人是不宜作為播送慈心的觀想對象，首先必須了解不應對異性及死人修行。對單獨一個人散播慈愛時，不應選取異性者作為對象，因為可能會對該異性者生起貪欲。然而，在達到禪那之後，則可以對群體的異性修行慈心觀，譬如：「願一切女人得到安樂。」若選取已死亡之人作為修習對象，將無法達到慈心

禪，所以，無論何時皆不應對死人修行慈心觀。

應當對以下四類人修行慈心觀：

- 一、你自己；
- 二、你喜愛的人；
- 三、你對他無好惡感的人；
- 四、你討厭的人。

然而，最初時，你應只對自己及你所敬愛的人修行慈心觀。這意味著：最初的時候還不應對下列幾類人修行：

- 一、你不喜愛的人；
- 二、你極親愛的人；
- 三、你對他無好惡感的人；
- 四、你討厭的人。

這裡再進一步說明，為何不應對以上四種人做觀。因為你不喜愛的人是不會對你，或是對你所關心之人做出有益之事。而你所討厭的人乃是會做出有傷害於你，或是你所關心的人。因此，剛開始時，很難對這兩類人培育慈愛，因為往往對他們生起瞋恨機率相當高，所以培育慈愛也是困難的。至於你極親愛的人，一旦你聽到他們發生了某些事情，由於你太執著他們，甚至為他們哭泣，因而內心充滿關懷與悲傷。所以在最初的階段，不應以這四類人作為對象。然而，達到禪那之後，就能以他們作為修行的對象來培育慈愛。

除此之外，修習慈心還必需注意，不能長期播送給自己為所緣對象。那麼，一開始為何要對自己修行慈心觀呢？這不是為了達到近行定，而是因為培育對自己的慈愛之後，就能推己及人地設想：正如自身想得到安樂，不願受苦，想得到長壽，不願死亡；其他一切眾生也同樣想得到安樂，不願受苦，想得到長壽，不願死亡。如此，就能培育願一切眾生安樂幸福的心。佛陀曾說：

「即使一個人用心找遍十方的任何角落，也找不到一個自己愛他人的程度超過愛自己的人。同理，十方所有眾生愛他們自己超過愛別人；因此，願自己得到安樂的人不應傷害別人。」
（《相應部》——1-75）

所以，為了推己及人，以及使你的心柔軟、和善，你必須先做以下四種意念來對自己培育慈愛：

- 一、願我免除危難。
- 二、願我免除精神的痛苦。
- 三、願我免除身體的痛苦。
- 四、願我愉快地自珍自重。

若人的心柔軟、和善、寬容以及能為別人著想，他將不難培育對別人的慈愛。因此，你所培育出來對自己的慈愛必須強而有力，這是很重要的。一旦心變得柔軟、和善，以及具有對別人的同情心、寬容心之後，就可以開始培育對其他眾生的慈愛。

陸、修習慈心的殊勝功德

要使慈心之種繼續生長，需要土壤和水。那麼講解慈心觀的好處，是讓初學在修習慈心觀的時候更具有信心，記得在《清淨道論》中有說過，信心是成功的一半。在修習任何法門如果沒有信心的話，是不可能完全的投入，而且帶著半信半疑的態度，五蓋也就容易生起，反而越修越煩惱。在修習佛法的過程中，信願、智慧和慈悲三者是不能缺少的，作為一個出家人或是修行者是不能沒有慈悲的，如是慈悲與智慧能夠相輔相成的話，在修行的道路上，就會減少很多的障礙，所謂智慧無煩惱，慈悲無敵人，慈悲無障礙。

修慈悲觀在《清淨道論》中說有十一種利益^⑩：

一、「睡眠安穩」

對於睡不著的人而言，應該要多播送慈悲觀，因為睡眠不安穩，會影響第二天的作息。說個譬喻：昨天睡不安穩，今天打坐的時候一定昏沉、掉舉，提不起勁，在修行上真的是很大的障礙，然而在修習禪定的時候，睡眠蓋的生起時，這也是煩惱之一。所以，每天睡眠不安穩的話：（1）身體健康便會成問題，（2）脾氣會更暴躁，（3）情緒會很不穩定。如果長期如此，精神便會

恍惚，那麼作任何的事情都提不起勁。同樣的，在打坐時也是無法集中精神。但是當自己在播送慈心觀的時候，內心是很調柔的，慢慢會感受到內心的喜悅；當寧靜和安詳的時候，身體會很自然的放鬆，在身體很放鬆、很安詳的時候，躺下時就很容易入睡。

通常失眠的原因，是因為內心有很多的煩惱，或思潮不停，又或是想著種種的計畫。這都會影響睡眠的品質，但是透過慈心觀的淨化，就不一樣了，通常會把煩惱降伏，讓內心的思潮平穩。所以，不妨用一些修行的方法，讓情緒不會有太大的波動，修慈悲觀至少能夠讓我們感受到慈悲的寧靜與安詳。佛陀曾說：修習這個慈心觀可以對治瞋心，並作一個很好的譬喻，瞋心生起時，有如自己拿一個火炭去丟別人，還沒丟中別人的時候，自己已經先灼傷自己的手。所以在播送慈悲觀的時候，一定要很虔誠，內心就會越來越寧靜與安詳，這樣我們的心就會越趨調柔，若能如此，睡眠時無事追悔，也沒有罪惡感，睡眠的品質自然就非常安穩。

二、「不作惡夢」

假設在修持慈悲觀的時候，每天所想的，或者散發的，都是善的或者是慈悲的訊息，每天如果有這樣的正念相續，相信所夢見的都會是好的事情而不

是壞的事情，所謂「日有所思，夜有所夢」。如果我們身為一個修行者常常作惡夢的話，那可能要好好檢討自己的戒、定、慧了。也許在內心深處可能有一些事情壓抑？，或者有一些罪惡感，因為在追悔的情況底下，就會常常作惡夢。怎麼辦呢？那就好好的懺悔吧！並經常播送慈心觀。雖然說修習慈心觀可以不作惡夢，但是在日常生活的規範中，嚴持淨戒也是重要的一環，因為持戒的清淨才能夠容易的入定，而有定的基礎才能產生甚深的慧觀。因而三學都是互相增上的，其中不能偏廢。因此，常作惡夢的時候，可以應用慈心觀，或者檢討有沒有作過違犯的事情，如果有就要好好的懺悔。

三、「醒覺安穩」

如果每天一直播送慈心觀，那麼睡醒的時候，將會感覺整個人很清醒，而不會感覺睡醒了還想再睡。我們都知道人都有惰性，「還有五分鐘再睡一下吧！」



或者說「沒關係，我再躺一下吧！」如果我們常常這樣，我們會形成一種習慣，但是確實在播送慈心觀有成就的人，睡醒的時候，都能繼續的提起正念，而且感覺整個人非常清醒，內心是很清楚、很寧靜的，而不會有睡不夠的感覺。如果同學早上打坐的時候，一直想昏沉、一直想睡覺的話，不妨在睡前的時候多修習慈心觀，到睡醒的時候再作慈心觀，你會發覺睡眠品質改善很多。其實經過禪修的指導與練習，都會感覺到明顯的進步。不妨多作慈心觀，多修習一個法門，如同多開通一座橋樑，所謂法門無量誓願學，我們多學一個修行方法，也許能夠幫助到自己，也能夠幫助別人。

四、「為人所愛」

慈心觀修習成就的時候，很多人會感覺到你的寧靜與安詳。同樣的，身為一個修行者，如果所表現出來的都是一種憤怒、瞋恨、不滿，這種不安詳的訊息，大家一樣會感受得到。打個譬喻說：佛陀看到提婆達多一直在造業，他內心也很慈悲的想要救他、度化他，但是因為提婆達多造業的緣故，佛陀以他慈悲的力量，還是救不了他，為什麼呢？例如一個媽媽很愛他的孩子，那孩子生病了，媽媽一直希望小孩能夠趕快好起來，但是有時因為他業力的關係，種種因緣情況底下，媽媽未必救得了他

的孩子，雖然同樣在發揮他的母愛，但是還是救不了孩子。同樣的，佛陀都希望我們每個人能成就聖道，但是否每個人都能成就呢？佛陀自己已經先成就了，是因為佛陀會不斷慈悲眾生，不忍眾生苦的緣故。同理，我們在播送慈心的時候，其實在內心的那股法喜、寧靜安詳，自己是會先感受到的。所以為什麼說播送慈心觀會為人所愛，因為在每天播送的當下，自己的言行舉止，其實都會充滿慈悲，這樣就不會跟別人結惡緣，也不會處於人我是非當中，然而，因為你的道心與修持，大家對你自然會生起尊敬心，人緣也跟著就會變好。所以多播送慈悲觀，內心所表現出來的就是一股慈悲的力量。

五、「為非人所愛」

非人就是「不是人」的意思，在《清淨道論》說：有一位毗舍佉長老（VisakhaThera），因為修持慈心禪為基礎，進而再透過觀禪而證得阿羅漢，這個長老的慈心觀非常強，有一天他在錫蘭，要到一個叫做「莊嚴山寺」（CittalapabbataVihara），他沿著這個山路在走，忽然到一個岔路口，不知道是要往東還是往西的方向，這時一個山神現身說：「長老！長老！你應該走這條路。」因此他很快的到了這個寺廟。這位長老有一個習慣，就是他每住一個地

方三個月後，他就要換一個新的地方，所以在這個寺廟過了一個雨安居，也剛好是三個月，當長老決定明早要走，晚上在收拾行李的時候，他就聽見到有人在哭，便循著聲音去尋找，就看到摩尼樹神在石階上哭，長老問他在哭什麼？樹神回答：「長老你不知道，在你沒來之前，我們這些樹神都會互相謾罵，互相的攻擊，沒有安寧的日子，自從你來過以後，這裡的氣氛都很寧靜、安詳，大家都相安無事，互相的友愛，都能夠相敬相助。明天你要走了，我們又要恢復以前的日子，想到這邊，就很傷心。所以希望長老能夠留下來。」長老很慈悲，經過他的請求後，就留下來，這樣反復經過了好幾次後，長老也走不了，最後就在那邊入涅槃。所以修持慈心觀，不但人們會喜歡我們，就連非人都會來護持及幫助我們。所以若要達到這個目的，只有不斷的修持。

六、「天神守護」

如果慈心觀播送得好，一樣可以播送給天人、地獄的眾生，或者播送給一切的人類，乃至十方的眾生，若是播送慈心觀給天人的時候，天神就會保護我們。例如在佛陀時代，有一群比丘，在森林打坐時修白遍處，修到四禪的時候，天神不斷下來干擾他們，不讓他們在森林樹下打坐，結果他們就去請示佛



陀。佛陀說：以後你們到那裡打坐，一定要先播送慈心，或者讀誦一遍《慈經》。之後比丘們回到森林打坐的時候，就開始讀誦《慈經》，播送慈心觀後，這些天神就來守護這群比丘。因此同學在修持的時候，心裡會覺得有東西在干擾；或者有些同學在墳墓上打坐，會聽到一些聲音，一般人就會覺得，有眾生來干擾，就會想念咒，又或者是想用其他的方法對治他們，要請他們離開，其實有這樣的心態，冤結反而不易解。試想一下，如果什麼事情都責怪別人，不檢討自己身心的問題，一味的只是責怪人家，他們會喜歡嗎？他們不見得會喜歡，能夠的話，就盡量播送慈心觀給他們，讓他們得到慈心觀的種種好處。這種功德，讓他們也能感受得到，



在那裡修行不會造成他們的障礙。所以大家要清楚知道，雖然現在科技很發達，難免還會聽到一些所謂干擾的事情，但千萬不能用對抗或者作對的心理，反之用慈心觀，用佛

陀的慈悲，去讓他們能

夠感受到慈悲、寧靜與安詳，告訴他們大家都是在修行，如此反而能夠解決問題，所以千萬不要什麼事情都責怪別人，不妨嘗試先對自己開始播送慈心，然後播送給他人，從內心深深的祝願他，願他幸福、快樂、安詳，整個狀況就會改變，大家不妨嘗試看看，至少自己內心會先得到法喜。

七、「不被水、火、毒藥，或者武器所傷害」

在《清淨道論》有記載，在佛陀時代有一個很特出的女弟子郁多羅（Uttara），也名為難陀姆（Nandamata），她也是常常到僧團去供僧，然後聽佛陀說法，修持慈心觀。有一天她準備食物要到僧團去供僧，因此很忙，在當時的印度她們可以僱另外一個女人來服侍她的丈夫，而這個女人在當時是有名的高級妓女，名字叫做尸利摩（Sirima

），據經典記載她最後也因為修行，而證得初果。她正在煮食物的時候，剛好她丈夫就從樓上跑下來，她就對丈夫笑一笑，這個尸利摩看了就很生氣，衝進廚房，舀了一杓火滾的油就往郁多羅的身上淋，當時郁多羅馬上進入慈心觀的禪定，結果這個油就好像水淋在荷葉上的清水一樣流走了，對她一點傷害也沒有，這就是修持慈心觀的好處。

在佛陀時代另外一個特出的女弟子，叫做古住塔拉（Khujjuttara），她是差摩婆帝皇后的一個侍女，她每天都到僧團裡面去聽佛陀說法，並修持慈心觀，她也因為修持慈心觀，然後教導差摩婆帝皇后和五百個宮女，都一起證得初果。有一天有一個叫摩健提婆羅門，他因為想把他的女兒嫁給國王，所以他就準備一個琵琶，裡面藏了一條毒蛇，他就把這個琵琶送給這個國王，那毒蛇就跑出來要咬這個國王，國王就把琵琶甩掉，而且很生氣的問說：是誰把這個琵琶送給我的，他就說是差摩婆帝皇后，所以國王就很生氣，把這個差摩婆帝皇后和五百個宮女一起抓起來，準備用箭把她們一個一個射死，差摩婆帝皇后和這個古住塔拉就告訴所有的宮女說：「千萬不可以起瞋恨心，我們還是盡量的播送慈心觀給國王。」然後，國王把箭射出去的時候，第一箭射就立即轉回頭，第二乃至第三箭射出去也都同

樣的轉回頭，國王感覺到很驚訝，到後來，國王不能射箭，也不能把它放下。然後，皇后很慈祥的告訴說：國王你累了嗎？請把你的弓箭放下吧！箭立刻落在國王的腳下。國王說：你到底作了什麼？皇后回答說：沒有，我們只是播送慈心觀給你，願你幸福、快樂、安詳。就這樣感動了國王，所以修持慈心觀的好處，可以不被武器、毒藥所傷害。

僧揭笈（Sankicca）沙彌，他七歲就證得阿羅漢，他也是透過修持慈心觀，然後再修觀禪而證得阿羅漢果的。有一天他在森林的步道經行的時候，有位外道要抓兒童，並用兒童的鮮血來祭神，結果他被抓到了，他馬上進入慈心觀，外道用刀想傷害他，但是都失敗。從這些種種的記載，修持慈心觀可以不被水、火、毒藥、武器所傷害。所以真的要好好修持，所得利益不但是非人、天神都能保護，也不被水、火、毒藥或者武器等所傷害。

八、「心識集中」

所謂心很容易入定，就如須菩提尊者，他每次去托鉢，到施主家門前，都先進入慈心觀，然後再從慈心觀出來，再去托鉢。他進入禪定的時間很快，出來的時候也很快。如果同學覺得打坐的時候很煩悶的時候，覺得好像對打坐很抗拒的話，你不妨先播送一下慈心觀，

再來觀呼吸，確實是能有所幫助的。

九、「相貌會很安詳」

例如說人活到四十歲要為自己的相貌負責，怎麼說？身為一位修行者，卻讓人家看起來像兇神惡煞的模樣，那我們就要小心，表示我們的內心有很多不滿和怨恨。修行者應該讓人家看起來是道貌岸然，和藹可親的，而不是兇相畢露。為什麼？因為相由心生，我們的相貌跟我們的心有很大的關係。從前就有這樣的一個故事：有一個畫家，他想找一個最像上帝的人來作他的模特兒，結果他就找到一個年輕人，他的相貌很好，他認為他最像上帝，就請他當模特兒，過後就給他一筆錢，這個年輕人因為有了這筆錢，結果就花天酒地，把錢花光了，又不務正業，結果作了很多傷天害理的事，最後就被關進監獄裡面。過了幾年，畫家又要找一個最像魔鬼的人來作他的模特兒，結果在監牢裡面找到他，他一看到這個畫家，眼淚掉了下來，他說：你知道嗎？以前你曾找一個最像上帝的人就是我。這個畫家也很驚訝，為什麼幾年光景不見就會變成這個樣子。因為他作了很多的壞事，心和心所都是惡的，確實相由心生。為什麼我這樣講？打個譬喻說：同學很愛暈，很昏沉、愛打瞌睡，從臉的表情看得出來嗎？看得出來！因為教禪久了，同學有

放鬆、沒放鬆，我們一眼就看得出來了，在打坐的時候是法喜、是痛苦的都看得出來。所以打坐的時候要儘量的放鬆，內心的顯現在臉上都看得出來，是痛苦的、是憂愁的、或是抗拒等，其實全都寫在臉上。同樣的，如果常作慈心觀，心中充滿慈愛時，心中毫無瞋恨，臉上同樣就會呈現寧靜與安詳。而且整個人會覺得很踏實、很安穩，所以多播送慈心觀真的可以改變人的相貌。

十、「臨命終時不會迷惑」

做為一個修行者，最怕的就是臨終的時候迷惑，這是很麻煩的。根據阿毘達摩的講解：臨終的時候所現起的業、業相或趣相是什麼？如果是顛倒妄想，業相現起的是與貪相應的話，那麼下一世就不可能生為人；如果業相現起是與瞋相應的話，同樣下一世也不可能再成為人。因為若人的臨死速行心是不善心，他肯定會投生到惡趣。依據阿毘達摩的講解：在臨終的時候，如果想起曾經自己供養佛陀，曾經禮拜過佛陀，曾經打坐，所現起的業相自然是善法，這

樣就有機會成為人。因為臨死速行心是善心，他肯定投生善趣。在

巴利經典中有記載：以前有一位阿羅漢，他的父親是以打獵維生的，在他臨終的時候，拼命喊著：很痛苦！很痛苦！他說看到很多的野獸來咬他。這位阿羅漢，就用神通一觀察，這下不得了，知道在這樣持續下去，他的父親一定會墮落。所以他又再用神通觀察，發覺他的父親曾經作過一個善事，曾經拿花供養佛塔。他就馬上帶著他的父親去到那個佛塔，告訴他的父親說：「施主這是你曾經用花供過的佛塔，請你再作一次吧！」他的父親就這樣憶起自己所作的善業而往生善道。

再舉一個例子，如大名長者，有一天他在街上行走的時候，車水馬龍，他差一點就被車撞到，當時他就起了一個很恐怖的心，趕快去找佛陀說：「佛陀！我常常在念佛、念法、念僧，當快被車撞到的時候我生起了一個很恐怖心，又失去了正念，我會墮落嗎？」佛陀說：「不會的，你平時都有在作善業。」換句話說，善業重的話就隨著善業去，惡業重的話就隨著惡業去。打個譬喻：一棵樹，它向西傾斜的，你把它鋸斷的時候，它就會往向西邊倒；向東傾斜的，把它鋸斷的時候它就倒向東邊。同樣的道理，自己每天都在念佛、念法、念僧，都在造善業，那麼往生的時候自然就往善道而去。如果沒有很重的善業或惡業，隨著的就是我們的習

氣，這是習慣性的造作，所以必須清楚和明白。例如說現在我們在修禪！要提起正念，正念在哪裡呢？在數息！在打坐的時候，是以安般念為我們的所緣，為我們的目標。如果不能正知正念於所緣時，我們都歸類為妄念。妄念它是屬於五十二心所的「掉舉」，所以是不善心所，那昏沉呢？也是屬於不善心所，所以說在修行的時候，要保持正念不容易，更何況是在平時的散亂心呢？想一想自己一生所造的善業多還是惡業多？如果我們不好好地修行、不提正念的話，難保不在袈裟下失去人身啊！平時散亂習慣的話，那麼就可以知道是善業重還是惡業重，生命是無常的，世間一切行法也是無常的。我們如果不好好的練習提起正念，遇到境界的時候，心就會隨境而轉。作為一個修行者，要時時刻刻的警惕自己提起正念。回想一下，到底我們一天24小時除了睡眠，扣除了8小時，還剩下16個小時，還有很多的俗務又扣除了幾個小時，最後扣除我們自己的作息時間，假使說現在有禪修營，算一算只有五支香，五支香頭尾扣除大概可能只有四個多小時吧！又扣除了妄想紛飛——昏沉、掉舉的話，有多少時間是保持著正念正知呢？真的少之又少，更何況平時都在忙碌中，真的要提起正念是不容易的，所以必須透過訓練，否則生命無常來臨時就太晚了。因此，我

們就要靠平時的練習，讓自己不斷地修持善法，或許同學會說：「布施也是一種善法。」確實是一種善法，可以增加我們很多的福報，但是我們要清楚的知道，做為一個修行者，最大的善業要往哪裡去呢？或許我們常做很多的福報，但有福報不一定有智慧。看到很多眾生很有福報，但是身心能自在嗎？能夠學佛嗎？失去了人身，要修行的話就會很困難。所以能夠堅持一個法門，每天能夠提起正念，讓自己以正念而活命，佛陀在《法句經》強調說：「若人生百日，無慧無禪味，不如活一日，積慧得禪味」。在這一生當中如果沒有禪定和智慧，不如活著一日有禪定和智慧。現在大家要開始儘量的學習，讓臨終的時候能夠繼續提起正念。換言之，就是要從日常生活中不斷的訓練，而修持慈心觀就有這個好處，臨終不迷惑。臨終不迷惑，不是我們平時讀誦就可以獲得的結果，重點在於臨終的時候繼續修持慈心禪，才能夠保持不迷惑。

十一、「得生梵天」

修持慈心觀的第十一個好處，就是能投生梵天，雖然慈心觀只能達到初禪、二禪、三禪，它不能讓我們了脫生死，因為它只有定沒有慧，然而慈心禪只能暫時滅除瞋恨；若要根除瞋恨，必須證得阿那含道，因為阿那含道才能根



除瞋恨。但

是如果在臨終的時候，還是能夠繼續進入慈心禪定，最後可以往生梵天，這是修持慈心觀的第十一個好處。當然作為一個修行者，只是藉助「定」作為基礎，再修行觀禪，才能夠獲得涅槃，斷除煩惱，這個就是修持慈心觀的好處。

柒、結語

在禪修時，有許多同學容易昏沉、掉舉，這個必須自我檢查，到底是不是身體的健康出了問題，還是對修行沒有熱忱和興趣。記住，不能讓昏沉成為我們的習慣，要不然以後一上座就很容易昏沉，要改回來就很困難了。

再來就是不要計較、不要比較。換句話說，這一支香坐得怎樣再好，下一支香還是從零開始。比方說，不要想說一坐下來就要像前一支香一樣好，那就是墮入過去了，對打坐來說也是一種障礙。反之，坐得不好的時候，不要想說不要像剛才那樣糟糕，一直在作調整、在作檢討，這是我們常會犯到的通病。很快的三天的時間就這樣消逝，禪修這

條路是如此的正直、明確、殊勝。然而，想到輪迴的險難和外道邪說日漸猖盛，身心如臨深淵！更是應該殷切渴望，大家皆能修習高度的明覺！願以此禪修功德，竭盡餘生與眾生分享這份喜悅，我們來作最後的迴向，請大家合掌。

- 願我們禪修的功德，迴向給我們自己。
 - 願我們能夠在戒、定、慧上不斷的增上，直到我獲得涅槃為止。
 - 願我在修持的道路上能夠不斷的前進，能夠讓我的心調柔，能夠讓我在生活當中繼續的提起正念，直到我能夠克服一切的煩惱，直到我能夠了生脫死為止。
 - 願以此功德迴向給我的父母、兄弟姊妹以及我們的家人，願他們也能夠在菩提道上不斷的前進，不斷的學習，願他們能夠來護持佛法，學習佛法，修持佛法，體證佛法，更願他們能夠每天都幸福、快樂、安詳。
 - 願以此功德迴向給一切眾生，願一切眾生也同樣的幸福、快樂、安詳。
- 最後我祝福大家幸福、快樂、安詳。

- ① 《大智度論》卷20（大正25，211b）：「慈是真無量，慈為如王，餘三隨從如民。」；《增壹阿含經》〈馬血天子品·第5經〉（大正2，761a）：由慈三昧，辦悲三昧；緣悲三昧，得喜三昧；緣喜三昧，得護（捨）三昧。
- ② 據《中阿含經》卷2，〈七法品·第八，七日經〉（大正1·p. 429b26~c27）；《中阿含經》卷30，〈大品·第十四，教曇彌經〉（大正1·p. 619b28~620b5）說：修四等心得度欲界天，而住於梵處，故四無量又稱四梵堂、四梵處、四梵行。另參見《增壹阿含》卷4，〈護心品·第7經〉（大正2·p. 565b24~c13）。《增壹阿含》卷41，〈馬王品·第5經〉（大正2·p. 773a7~b19）；《中阿含經》卷11，〈相應品·第四，牛糞喻經〉（大正1·p. 496b1~9）；《中阿含經》卷34，〈大品·第22，福經〉（大正1·p. 645c17~25）；《中阿含經》卷14，〈相應品·第四，大善見王經〉（大正1·p. 518b2~7）。
- ③ 印順導師著《空之探究》p. 24。據《雜阿含經》卷10，（大正2，67c）所載，四無量心是諸外道婆羅門等所倡。類似的說法，另參見：《雜阿含經》卷27，第743經~744經（大正2·p. 197b15~c22）；《長阿含經》卷4，〈遊行經〉（大正1·p. 23c18）。
- ④ 有關於慈三昧的解說，參見以下經文：
 - 【1】《賢愚經》卷12（大正4，436b）：「是時如來，大眾圍遶，各悉默然端坐入定。有一比丘入慈三昧，放金光明，如大火聚。曇摩留支遙見世尊光明顯赫，明曜踰日，大眾圍遶，如星中月，為佛作禮，問訊如法，見此比丘光明特顯，即白世尊：此一比丘入何等定，光曜乃爾？佛告大王：此比丘者，入慈等定。王聞是語，倍增欽仰，言此慈定巍巍乃爾，我會當習此慈三昧。作是願已，志慕慈定，意甚柔濡，更無害心。」
 - 【2】《禪法要解》卷上（大正15，290b）：「何等是慈三昧？觀一切眾生悉見受樂，又經中說慈心三昧，遍滿十方皆見受樂。云何但言願令眾生得樂？答曰：初習慈心願令得樂，深入慈心三昧已，悉見眾生無不受樂，如鑽燧出火，初然細軟乾草，火勢轉大，濕木山林一時俱然，慈亦如是。」由此可知，此即住於慈心、離瞋恚怨憎之念、遍念令眾生受樂之三昧。故被視為大乘菩薩慈悲行之基礎。」
 - 【3】《大智度論》卷20（大正25，209a）：「一切眾生皆畏於苦，貪著於樂。瞋為苦因緣，慈是樂因緣。眾生聞是慈三昧，能除苦、能與樂；故一心懃精進，行是三昧。」
- ⑤ 《望月佛教大辭典》第2冊，p. 1978b。
- ⑥ 覺音造·葉均譯《清淨道論》〈第九章·說梵住品〉p. 319：「慈」以維持有情的利益行相為相。取有情的利益為味（作用），惱害的調伏為現起（現狀），見有情的可愛為足處（近因），瞋恚的止息為慈的成就，產生愛著為慈的失敗。
- ⑦ 漢譯《南傳大藏經》第49冊《分別論》一，p. 322。
- ⑧ 水野弘元著《巴利語辭典》p. 227。
- ⑨ 《中阿含經》〈例品·八城經〉卷60（大正1，p. 802b13~c18）。
- ⑩ 覺音造·葉均譯《清淨道論》〈第九章·說梵住品〉p. 295。
- ⑪ 《增壹阿含經》卷41〈馬王品·第5經〉（大正2，p. 772c14~15）。



- ⑫ 漢譯《南傳大藏經》第26冊〈小部經典·法句經·雙品〉p. 13。另參見：日譯《南傳大藏經》第23冊〈小部經典·法句經·雙品〉p. 17~18；東晉·瞿曇僧伽提婆譯《中阿含經》卷17，〈長壽王品·第72經，長壽王本起經〉(大正1, p. 532c1~539b10)。《Khuddaka-nikāya · Dhamma-pada · Yamaka-vagga》I, p. 2。
- ⑬ 《Aṅguttara-nikāya》(A5. 161) A. III. p. 185~186；日譯《南傳大藏經》第19冊〈增支部經典三·嫌恨品〉p. 258。漢譯《南傳大藏經》第21冊〈增支部經典三·嫌恨品〉p. 219~220。
- ⑭ 《雜阿含經》卷21，第567經(大正2, p. 149c23~27)
- ⑮ 【1】相關經典：
《khuddaka-nikāya, ṣutta-nikāya》I, khp. 8。
日譯《南傳大藏經》第24冊〈小部經典·小誦經khuddaka--pāṭha·第33慈悲經ṣutta-nipāta〉p. 52~54。漢譯《南傳大藏經》第26冊〈小部經典·小誦經khuddaka--pāṭha·第33慈悲經ṣutta-nipāta〉p. 11。
(另參見「郭良銀鑒」譯《經集》，中國社會科學出版社出版)
- 【2】關於修習慈心次第的經典：
《khuddaka-nikāya · Paṭisambhidā-magga》(pts. II. 130, 2-4)。
日譯《南傳大藏經》第41冊〈小部經典·《無礙解道》·第33慈論〉p. 52~65。
漢譯《南傳大藏經》第44冊〈小部經典·《無礙解道》·第33慈論〉p. 40~50。
《Vibhaṅga》(Vibh13) p. 272~282。
日譯《南傳大藏經》第46冊〈分別論一(Vibhaṅga)·第十三品·無量分別〉p. 391~410。
漢譯《南傳大藏經》第49冊〈分別論一(Vibhaṅga)·第十三品·無量分別〉p. 321~338。
- 【3】不與四聖諦智慧相應的慈心修習：
《Majjhima-nikāya》M. II · 196 (subha-sutta)。
日譯《南傳大藏經》第11冊〈中部經典·第99經·須婆經〉p. 257~274。
漢譯《南傳大藏經》第11冊〈中部經典·第99經·須婆經〉p. 210~224。
東晉·瞿曇僧伽提婆譯《中阿含經》卷第38，〈梵志品，第152經，鸚鵡經〉(大正1, p. 666c18~670a24)。
- 【4】與四聖諦智慧相應的慈心修習：
《Aṅguttara-nikāya》(A. II. 133) p. 129~130。
日譯《南傳大藏經》第18冊〈增支部經典二·第四集·怖畏品·第125經；第126經〉p. 215~235。
漢譯《南傳大藏經》第20冊〈增支部經典二·第四集·怖畏品·第125經；第126經〉p. 215~218。
《Aṅguttara-nikāya》(A. III. 183) p. 193~202。
日譯《南傳大藏經》第17冊〈增支部經典一·第三集·小品·第66經〉p. 280~352。
漢譯《南傳大藏經》第19冊〈增支部經典一·第三集·小品·第66經〉p. 275~281。

- ⑩ 對於修習慈心之功德，有經典說「十一種」，有些則是說「八種」，以下經典提供做為參考：

《Majjhima-nikāya》(M. I. 122) p. 122~129。

日譯《南傳大藏經》第23冊〈中部經典一·第3品·鋸喻法品〉p. 223~237。

漢譯《南傳大藏經》第9冊〈中部經典一·第3品·鋸喻法品〉p. 173~183。

東晉·瞿曇僧伽提婆譯《中阿含經》卷50，〈小品·第193經·牟犁破群那經〉(大正1，p. 746a5~26)。

《Itivuttaka · Mettabhāvanā》(It · I)。

日譯《南傳大藏經》第23冊〈小部經典·如是語經一·第3品·第27經·慈〉p. 259~269。

漢譯《南傳大藏經》第26冊〈小部經典·如是語經一·第3品·第27經·慈〉p. 191~199。

《Aṅguttara-nikāya》(A. IV. 1~10) p. 150~168。

日譯《南傳大藏經》第21冊〈增支部經典五·第八集·第1~10經〉p. 1~25。

漢譯《南傳大藏經》第25冊〈增支部經典五·第八集·第1~10經〉p. 1~22。

漢譯《南傳大藏經》第25冊〈增支部經典五·第八集·慈品·第1經〉p. 1~2。

《Aṅguttara-nikāya》(A. v. 16) p. 342。

日譯《南傳大藏經》第22冊〈增支部經典七·第十一集·憶念品·第16經·慈〉p. 322~323。

漢譯《南傳大藏經》第25冊〈增支部經典七·第十一集·憶念品·第16經·慈〉p. 290~220。

《增壹阿含經》卷47(大正2，p. 806a18~23)。

《Samyutta-nikāya》(S. II. 3~5) p. 263~265。

日譯《南傳大藏經》第13冊〈相應部經典·第九·譬喻相應·第3~5經〉p. 390~392。

漢譯《南傳大藏經》第14冊〈相應部經典·第九·譬喻相應·第3~5經〉p. 337~338。

《雜阿含經》卷47，第1254經~第1255經(大正2，p. 344b25~c28)：

《Aṅguttara-nikāya》(A. I. 10) p. 10~11。

日譯《南傳大藏經》第17冊〈增支部經典一·第一集·彈指品·第6經〉p. 14~17。

漢譯《南傳大藏經》第19冊〈增支部經典一·第一集·彈指品·第6經〉p. 12~13。

《Dīgha-nikāya》(D. III. 207~272 Saṅgīti-suttanta)。

日譯《南傳大藏經》第8冊〈長部經典·等誦經·第33經〉p. 285~357。

漢譯《南傳大藏經》第8冊〈長部經典·等誦經·第33經〉p. 225~271。

《長阿含經》卷8，〈第九·眾集經 Samgītisūtra〉(大正1，p. 52a9~13)。

如 永 法 師

簡介



釋如永，俗姓蔡，名正東；1969年夏季出生於雲林縣最南端的一個純樸小鎮——北港。俗家的成員共有六人，上有父母，一位哥哥，二位弟弟，我是在家中排行第二的。在我還未出生之前，家父因為家中生活於貧困的處境，不得已而外出做些買賣家禽的生意，當我們四個兄弟相繼來到這個世間而有能力幫忙分擔工作時，家中所做一切相關屠宰家禽的事業也日見擴大。在處於耳濡目染薰陶的環境下，每天所見到的畫面盡是觸目驚心的影像，在往後的日子裏，所造成內心深處有一股難以揮去的陰霾，直接地影響著生活品質。這種現象和狀態，讓未學真正想探討根本的問題到底發生在什麼地方？人生的真正意義及目的又為何？當積極尋找宗教信仰的過程中，很幸運地遇到了值得全心皈依投入的信仰——佛教。它所闡揚的真理與現實生活當中所遇到的事情可說是完全地吻合，所以它能給我一個很恰當與完滿的答案。這點讓未學不得不由內心產生無比地敬仰與讚歎，福慧圓滿的佛陀更加使我佩服地五體投地。

民國八十年八月十五日，末學在北投農禪寺依止^{上聖}嚴長老而皈依三寶，皈依長老的因緣是來自於《正信的佛教》這本啟蒙書。另外，就是接觸到印順導師的著作《成佛之道》，其內容的修行道次第及脈絡，可說交待的十分清楚。這對末學而言，確實能更進一步認識佛教、信仰佛教、進而能實際體驗佛法中的法喜。

民國八十二年一月份，經過深思熟慮的抉擇而下定決心走出家這一條路。在五月份的時候，本來打算就讀其他的佛學院，然而經由如觀法師的鼓勵與推薦，得知福嚴佛學院由第六屆的女眾將轉變改為第七屆男眾佛學院，在得到^{上真}華院長的首肯，而有如此福報搭上這一班男眾佛學院的列車。

民國八十二年九月份，福嚴第七屆男眾佛學院正式開學，學眾們經由考試而進入學院參加始業式的人數卻只有四十位。但是，在這三年初級部的修學當中，陸陸續續進入的插班生與

在學的學眾大約有八、九十位，等到正式拿到畢業證書的卻只有六十六位。我們這一班可說是相當有福報，除了導師每年固定來學院駐錫，學眾可就近請授佛法以外，還有很多長老、法師特別來給我們上課，譬如：^上道^下海長老、^上妙^下境長老、^上妙^下峰長老、^上等^下慈法師、^上厚^下觀法師等等。另外，像^上仁^下俊長老、^上唯^下慈長老、^上印^下海長老等眾多長老也常蒞院隨緣開示，老人家們的諄諄不倦，不斷地跟學眾加油打氣。最值得一提的就是勞苦功高、作育僧材的老院長^上真^下華長老及教務主任^上慧^下天長老，他們雖長期陪伴我們學習與成長外，還為了學院的經濟來源，要時常應付外面的法務，就憑這一點已讓學眾們十分感動。另外，功不可沒的訓導主任^上大^下航法師也是僧教育的重要推動者，師長們時常鼓勵說：「如果天真塌下來，他們一定都先頂著」，只要能安心修學佛法，安住道場，他們就感到很歡喜與安慰了。一切都來自於眾多因緣的成就，在此也非筆墨所能形容之，也只能說感恩！再感恩！

民國八十五年三月三十一日，在福嚴精舍眾法師及同學的觀禮儀式下，披剃於^上真^下華長老座下，法名如永，學生時代曾經歷過「初級部三年」，「高級部六年」的修學階段，為了繼續留院修

學佛法，便再重讀一次高級部。畢業之後，曾向學院申請「參學獎學金」到大陸的禪宗道場去參學。過後，再回來學院發心當了「一年庶務」、「二年庫頭」的職事，一直到目前擔任「監學」這個職務，雖然是短短的幾年時間，卻遇上了「福嚴精舍五十週年」、「導師百歲嵩壽」、「導師圓寂法會」等院內重大的事情，本著感恩之心而能夠盡一份自己的心力與能力來回饋於福嚴，這小小微不足道的事情也就不足以掛齒了。

回首來時路，待在福嚴精舍已有十三、四年的歲月了，也曾經歷過「第七屆」到目前「第十二屆」的佛學院。每當獨處的時候，總是靜靜地捫心自問，當初是為何而來佛學院呢？出家的動機與目的又為何？道業與學業是否有增長或增上呢？古來大德曾說「不忘初心，成佛有餘」的勉勵語，時時警惕著末學要提起精進勇猛的道心。在菩提道上，能樂觀積極地斷除一切惡、修持一切善、誓願度一切眾生，相信在不久的將來會圓滿成就佛道的。

最後，末學想以二句話與在菩提道上共行的道友們相互共勉：「學菩薩心腸，修如來福慧」！

巽 慧 法 師

簡介



「府城」是一個舊地名，有著濃厚純樸地方民俗的人情味，末學個人的娑婆因緣，就從這裡滋長。

民國七十七年的嚴冬，正是福嚴佛學院第五屆初級部開始的上半學期；也是個人一心所嚮往的學佛園地，輾轉的因緣，幸蒙得如所願。憶起當時自己是在家的身份，能與僧寶共宿屋簷，共同薰修佛法，此時心中更加落實，將如何有計劃的來經營屬於自我的人生道業。

路，是人走出來的。也許是滿路荊棘，也許是康莊大道，且莫怨歎，更勿得意。自勉著只要有一顆追尋真理的心，任何際遇又何嘗不是增上勝緣？從世學中徑而入浩瀚的佛法，「做人處事」「學業道業」為使個人生命更充實，更周延，在福嚴院訓一風格、精神、榮譽、使命中。更懂得如何「少欲知足、安貧樂道、真修實學、不唱高調」在學院中法海點滴的潤澤下，曾試問自己？如何激勵自己而去篤實，力行佛法在生活上。

古語說：「待己當從無過中求有過，非獨進德，亦且免患。」

「待人當於有過中求無過，非但存厚，亦且解怨。」

從這古訓名言中若能「樂說如行」，不折不扣原本本地著「誠以待人」不愚他人，由認知的體念中得到的是一種自我的信念，而學習到謙卑、恭敬，知道心存感激，讓自己成為一個快樂的修行人，「淨」化自己的人生，莊嚴自我，使得如何臻於「圓滿、完善」。

取一段唐朝牛頭法融禪師所說的偈語—

「恰恰用心時，恰恰無心用；無心恰恰用，常用恰恰無。」

雖然禪師的話，所表現出來的，是人生的大用，是成就一切的素材。深知—這些素材是超然的，但畢竟是我個人去篤實力行生活上的理念。

隨而觀之當今之世，隨著工商業日趨繁榮，資訊科技的發展。人類文明的產物，隨其日增，因而產生種種由「別業、共業」所感的現象。從生、老、病、死中，忙著工作，忙著喫、忙著穿，如果

沒有善知識的引導，從「諸行無常、諸法無我」相信緣起的因果觀中，未學於民國七十九年七月自初發心，直到如願的出家，在種種百折不回中，雖無立下雄心大志，也未曾許下大宏願，但值得對自身無愧的是，有一顆不退道的心。再次的回到大眾僧團中學習那深瀚的佛法，此時第五屆的高級部正式的開學了，然而自身已成為出家僧團的一份子，也正如心航法師所開示的，已穿如來衣腳踏如來鞋，肩上挑的是如來家業。所謂的日常生活中，處處用心皆佛法，修行的生活不只是拘泥在課誦、禪坐、禮拜。各人在自己的工作崗位上，或殿堂、教室、大寮或出坡，哪裡不是修行的好地方、好道場古大德—慈航菩薩曾訓勉弟子，學佛有三件要事，讀書、做事、修行。三者相輔相成，不可偏廢，自己又處於宗教文化氣息濃郁的學院生活中，同學們個個充滿著對於求學的精勤不懈，所以個人第一要務就是「努力向學」。但怎樣才能自我提昇出世間的正見，在《妙雲集》，《攝大乘論講記》中，說到須有二個因緣：

- 一、「依他言者」，就是多聞正法。
- 二、依所聞教法而作，自心內各別如理作意，就是「如理思惟」。

從「多聞正法，如理思惟」——這二種因緣，又細細的回想到學院僧團中，唯有經過嚴謹的自律，經由教理，而學習到道德生活的規範及健全的僧格。在師長的法乳深恩照應下，更懂得

記取教誨，承擔所屬的責任與義務，作一個能身體「力行」的學子。

初級部的熔爐，孕育出同學們之間的默契與包容，在此恭讀一段能淨法師的訓誨——每個人的因緣千差萬別，要取得完全一致幾乎是不可能的。容忍著個別的差異，考慮著不同的因緣，將有助於平息爭執、瞋心、怨恨與敵意，能如此調整身心，即是解怨釋結、消災免難、超度自他的妙方。

從不作聰明人，但作自愛自重的人，如真能像亞洲鐵人楊傳廣一樣，「一躍而過」永不回頭，真正的下死功夫，願自身不隨著妄念逐流，能念念所緣正念，能令心不向餘處馳散，那自知自覺的方針與自立的航向，就有了指南把正舵。

福嚴求學的那段歷程即將結束時，曾經試問自己踏出福嚴的山門要走向何方？佇立在傳統與現代；在人生路上，最大的挑戰無非是「諸行無常」。所謂的「因果定法則，因緣成萬事」，就讓當下新的旅程碑、新的歷程，來莊嚴內心的無限光明，更在無比的感恩下，隨受奉行。

憶起——

回頭想做一番深印的反省；往前看做一番巧妙的安排，這是智慧的極致，是毅力的考驗，要掃盡荊棘，要勇往直前，願日日常學，永不疲倦。



導師給家樹居士的信

家樹居士法鑒：

慧瑩來台帶到居士供養，
收到，謝謝！先略答所問：

- 1、意外所得者，為前生業力所感。以愚昧妄想而致精神錯亂者，乃現生功力所得，非業力所感。
- 2、分齊之分，應讀成部分之分，與分段義相近。
- 3、受戒後，如內心意樂不清淨，時犯小戒，則戒體防非止惡之力日漸減弱，名為「戒羸」。出家人受戒後，如捨戒返俗，夫婦正淫，不犯；不捨戒而犯淫等，即破戒。「不還戒」，即不捨戒之意。
- 4、「苦邊」即生死邊際。如解脫生死，不再受後有生死，則已到生死之邊際，名「究竟苦邊」。
- 5、「蘊相應」，「處相應」等，出《瑜伽論》25，85卷；「雜事」39卷，與巴利《相應部》用語相同，請檢。《原始佛教佛典之集成》507~508頁。
- 6、《增一》所說「更有請法宜分部」指六度等，然六度等即《雜藏》所攝，其後乃別為「菩薩藏」。
- 7、「治眼籌」，乃治眼病所用，立除眼內不淨及點眼藥等用之。乃一細竹籌（或用金

屬），如粗鉛絲粗細。蛇如治眼籌，言其細小也。經中忽有咒語，可讀《初期大乘佛教之起源與開展》509~511頁。

- 8、出家人受戒，如出家作沙彌，當即受沙彌戒（十戒），依和尚、阿闍梨——二師。受比丘戒等具足戒時，依三師，即和尚、羯摩、教授。在印度十戒與具足戒，不一定同時受，故阿育王太子出家，所依阿闍梨不同。中土初出家，雖剃鬚髮，極大多數不受十戒，僅是名字沙彌。受具足戒時，十戒與具足戒，同時而先後受之，同依三師，不合印度舊制。出家受具足戒始於佛世，約始於成佛十年前。制度化而逐漸完成；初結集時，應已大致完成。
- 9、「袈沙」之制為福田衣，應在佛晚年。將布裁為多少條（或長或短）而後縫合之，故稱為「割截衣」，非在整幅布上縫綴小片也。
- 10、拼音梵文等，從日人著作所得，但散見各書，非專依一書也。《望月大辭典》，亦有多少名詞拼音。

余治學以印度三藏為主。早年治大乘三系，經比觀而以中觀為重，然亦不欲以「中觀家」或「論師」自居。

然在三系中，有關性空經論之講記，已勝餘二系。個人自出家以來，深感佛教界以義理見長，而行不足以副之。其理愈高，其行愈卑，一般無非信仰、靈感、持誦之流。察其理、其行，病在通應世俗，融攝神教，亟思探其本以觀其流，俾以不共世俗之特質（早年所著「印度之佛教」充分流露此意），適應現世而洗鍊固有之方便。但佛法長期流行，部派繁多，經律論浩如淵海，實難一舉而成。六十歲以後所成之《說一切有部為主的論書與論師之研究》、《原始佛教聖典之集成》、從經律論而探求初期佛法。《初期大乘佛教之起源與開展》，則見從聲聞佛教而演出大乘佛教之過程。晚年多讀《雜阿含經》（四阿含之根本），彌見佛法之義、行所在；中觀與唯識，均與阿含有關，因部派而異其体系。近擬會編《雜阿含經論》（瑜伽）如有餘力，當盡力於佛法正行之闡述。年月不居，衰弱彌甚，惟盡此心耳！約為佛教友誼會紀念刊撰稿，未能屆時能如願否！專復，即請

法安！

印順合十

四·一七

參學隨筆

◎釋定賢

感恩大心居士的贊助，令我在此暑假有緣與港大佛學研中心的同學和校友，一起到位於印度南端的島國—斯里蘭卡 Sri Lanka 參訪。在實質四天的參訪行程裡，雖然難以遍及斯國的聖地古跡，但在法師、同學和旅行社領隊悉心的策劃和安排下，相信我們已涉足大部份重要的景點：例如瞻禮 13 米高的 Avukana 企佛、參觀 Anuradhapura 古廢城、禮敬菩提聖樹和佛塔、高攀 Mihintale——阿育王之子 Mahinda 聖僧說法之山巔、靜坐及頌經於 Gal Vihare 四佛像前、登高參觀滿佈壁畫和佛像的 Dambulla Cave Temple 以及雄偉的 Sigiriya Rock Fortress、參訪 Aluvihara——2000 年前僧人寫三藏於貝葉上之精舍、清晨於 Kandy 佛牙寺內參與供佛儀式等等。這些非一般的旅遊活動，充滿著濃厚的宗教、歷史、藝術和外族文化氣息，若心懷增廣見聞或培養宗教情操之意向者，肯定已獲得不同程度的啟發。

斯里蘭卡舊稱錫蘭 Ceylon，面積 65000 多平方公里，佛教於公元前 2 世紀由阿育王 Asoka 之子 Mahinda 傳入，為南傳上座部佛教的重要發源地。公元 16 世

紀初已有葡萄牙人到達錫蘭，17 世紀中葉及 18 世紀末分別被荷蘭人和英國人佔領，1972 年脫離英國的殖民統治而發展成現今的民主社會主義共和國，人口約二千萬，以僧伽羅 (Sinhalese 70% 強)、泰米爾 (Tamil 20% 弱)、穆斯林 (Muslim 約 7%) 為主；主要宗教為佛教 (約 70%)、印度教 (約 15%)、其餘是基督教和回教徒。斯國的經濟依賴農業 (茶葉、咖啡、香料、椰子、橡膠、木材等)，礦業 (石墨、煤、寶石)，工業 (紡織、化工、石油、木材及金屬加工)，漁業及旅遊業，能源主要靠水力發電。她雖然不是一個經濟發達的國家，但顯然用了不少資源放在學校教育方面；如我所見，日間在城鎮的路上，常可見到一群群穿著白色整齊校服的男女學生，街上沒有很多垃圾和少有乞丐，卻有不少電單車、三輪車和汽車在路上奔馳，商業在旅遊業帶動下似乎正在起飛了，有些街景頗像七、八十年代香港的氣氛，大部份人的眼神和態度是平和、悠閒和有自信的，是受到教育和長期佛教理念所薰陶吧。整體而言，個人感覺斯里蘭卡的平均發展情況，要比她的鄰近大國印度較為進

步。遺憾的是，在斯里蘭卡東北部聚居和尋求成為獨立國家的泰米爾人(信奉印度教)，經常與政府軍和其他部族發生武裝流血衝突。1998年1月，佛牙寺的入口被泰米爾伊拉姆猛虎解放組織策劃的汽車炸彈襲擊，造成嚴重破壞和傷亡：今年八月上旬當地有報導說，居住在東北部有好幾百名包括婦孺在內的回教徒平民，被懷疑與政府軍合作而遭受到泰米爾人的屠殺！極端的宗教、政治和種族主義者的邪惡意識與殘暴行為，實在是可怕和可憐！

有說在盛行南傳佛教的國家當中，泰國著重戒律，緬甸著重禪修，而斯里蘭卡則著重佛法的教理研究，個人亦大致認同此說。在港大佛學研究中心出色的老師和同學當中，大多也曾留學或出於此「獅子島國」，現在還有很多中國和東南亞的華人法師，正在彼國的各大學裡努力研究佛法義理，當然少不了對佛法有興趣的西方學者。在斯里蘭卡，佛教的出版事業十分蓬勃，充滿東

西方法師、學者的英文或英譯著作，種類繁多，而且售價一般比先進地區的書店便宜兩、三倍以上，在該國一

年一度的大型書展中，愛讀書之人一擲千美金購書並不稀奇，所以買書，亦成為熱愛研究宗教學者遊覽Sri Lanka的其中一個重要節目；此趟不少港大同學也不甘後人，東來取經，滿載法寶而歸，法喜充滿！其實我們這次聖跡巡禮，剛巧碰上每年一度連續十晚的Kandy Perahera Festival，這每晚八時至十時，從佛牙寺廣場出發，巡遊於Kandy市中心街道的嘉年華式表演，是當地以佛教為主，結合印度教的一盛大民間節日，吸引大量本地和外來遊客，真是萬人空巷，但保安也異常嚴密，有大批男女軍警穿梭巡邏、封路並設有很多警崗路障截查和盤問遊人，以防止恐怖襲擊，令熱鬧和歡樂中籠罩著緊張的氣氛；有見於此，以安全理由港大參訪團決定放棄觀看巡遊，也省下了昂貴有座位的觀眾席門票，但這畢竟是可惜的！



完結港大的旅程後，我多留下十天，重返Kandy的其中一個晚上與兩位法師觀看了那精彩的巡遊。那晚我們到達近佛牙寺的河岸已七時多，遊人擠得水泄不通，心想已無望進入巡遊表演的路線觀看，但突然有女警在前開路，我們決定跟著她，只希望能夠往前接近一點看看；真是「柳暗花明又一村」，通過一道警崗後，我們被邀請坐在法師席上觀看巡遊，離佛牙寺的起步處不遠。整整兩小時的巡遊表演中，展現了Sri Lanka傳統的古代服飾、音樂、歌唱、舞蹈、雜耍等等，是宗教信仰和民間藝術的綜合表演，男女老幼(女性和老人較少)的表演者運用各種道具，往來周旋於燈火和大象之間載歌載舞，演繹著一篇一篇斯里蘭卡悠久的史詩……

每當流連於佛教的聖跡遺址時，常有一種莫明的唏噓。真實、慈悲的佛法，為甚麼常會被世人忽視、誤解？！為何歷來中外的教難那麼多？！「諸法因緣生，諸法因緣滅；吾師大沙門，常作如是說。」生住異滅、無常變遷是世間常態，但總離不開因緣二字。翻看歷史，佛教衰落的因由雖然千絲萬縷，但主要還是人們的貪、瞋、痴、慢、疑和

不正見等意識行為作祟。尤其是當這些根本煩惱，普遍在佛弟子間蔓延和熾盛時，使內部發生諍鬥、互相排斥不已；若加上外道的攻擊破壞、或以滲透的手段污染佛法，在「裡應外合」的因緣之下，佛教反復經歷令人歎息的滄桑，而世界也同步陷入無盡的鬥爭和苦難裡，這是此娑婆世界眾生之共業所招感而來的嗎？！踏入21世紀，佛教大有復興之氣象，在東、西方文化的自由交流和比較中，有識之士已續漸確認佛法的真理和實用價值。祈願學佛者能夠自強不息於戒定慧上用功，捐棄執見，互相策勵合作，正觀中道緣起之真理，弘揚正確的佛法以淨化社會人心，令這混濁的世間變得清淨、祥和、優美和更有希望。只要眾志齊心，我相信：NOTHING IS IMPOSSIBLE！



「四無量心」之探究^①

◎釋長恆

目次

- 一、前言
- 二、經論中有關「無量」之詮釋
- 三、「四無量心」能不能斷諸結
- 四、印順導師對「四無量心」之定位
- 五、「無緣慈」之異說
- 六、「三解脫門」與「四解脫門」
- 七、結論

一、前言

研究「無量」這樣的題目，無非就是要讓筆者能有一相應的「所緣境」，好讓初學佛的筆者能對治煩惱習氣。雖然許多的經論都讚嘆「菩薩道」利他的悲心勝過「二乘」，但筆者終究對「如何修習慈悲心？」及「如何將此悲心應用於生活中？」仍是充滿了不知與徬徨，這也是筆者為何選此題目作為寫作的最主要原因之一。

另一主要原因乃是：於所學習經論中以及受到印順法師思想之啟發——「立本於根本佛教之淳樸」及「宏傳中期佛教之行解」——所強調之精神即是「知滅而不證」、悲心增上的菩薩正常道。

如果以《成佛之道》「五乘共法」章裡所判攝之「定福業」來說明「無量」，似乎沒有那麼名正言順，因為那只是「共世間的，人間的至德，往生天國的法門」^②而已。

而以「三乘共法」章搭配，則更無法接軌；依照印順法師的說法，似乎是「聲聞乘」忽略了「四無量心是可以直入法性的」！^③基於印順法師的這番見解，筆者將於本文作一清楚交代。^④

大乘菩薩道的展開，則相對於「聲聞乘」的急求自了，而對「無量」重新賦予不同的詮釋——「知滅而不證」^⑤的菩薩，即因「悲心」深重而「留惑潤生」^⑥；「願生生世世在這苦難的人間，為人間的正覺之音而獻身！」^⑦正是此等聖者的最佳寫照！受了印順法師思想之啟發，故筆者選擇了《大智度論》及《瑜伽師地論》代表大乘觀點以詮釋「無量」。^⑧

然而，修習「無量」所能達到的階位，在「聲聞佛教」及「大乘佛教」所詮釋的內涵，則是有明顯的差異。「聲聞佛教」重視的是「能否斷盡煩惱？」而「大乘佛教」所嚮往的是「菩薩道」的完成，故以「慈悲心」的修習成就，視為引發「成佛願望」的主因之一。本文欲就「無量」於歷史的演變中，說明「共世間」與「不共世間」之抉擇，藉以釐清「無量」於「聲聞佛教」及「大乘佛教」之地位。

二、經論中有關「無量」之詮釋

眾所皆知，「無量」是包含了慈、悲、喜、捨四種心的修習，而筆者想深入探討的是：修習「無量」與「解脫道」及「菩薩道」的關係，及因此而開演的諸多思想差異性。所以筆者所選擇之經論，除了少部分提及「無量」與其它「道品」間的關係外，絕大部分是將重心擺在「無量」與「解脫道」及「菩薩道」的相關性，以作為日後深入經藏及止觀禪修之基礎。

以下就開始介紹經論中有關「無量」的詮釋。在《雜阿含經》卷27（744經）就說道：

若比丘修習慈心，多修習已，得大果、大福利。云何比丘！……心與慈俱，修念覺分，依遠離，依無欲，依滅，向於捨；乃至修習捨覺分，依遠離，依無欲，依滅，向於捨。^⑨

此經說明了：修習「四無量」，能得「大果、大福利」，如何才能得此「大果、大福利」呢？即是要以「四無量」及「七覺支」同時修習才可。而所說的「大果大福利」，從須陀洹到阿羅漢之果皆有說之。^⑩

又《雜阿含經》卷32（916經）也提到：

……若不有心殺生，無怨無憎，心生隨喜。……心與慈俱。……如是偷盜對以悲心，邪淫對以喜心，妄語對以捨心。^⑪

這是以「四無量心」分別對四戒：「慈心」對「不殺生戒」，「悲心」對「不偷盜戒」，「喜心」對「不邪淫戒」，「捨心」對「不妄語戒」；也可說明了「持戒」與修習「四無量心」是相輔相成的。

從以上諸經之說明可知，修習「四無量心」與其它「道品」俱修，即可達到從持戒生定、從定發慧之「三學」成就；但唯一要注意的是：在藏經中有關「無量」之修習中，較少單獨提到修習「無量」即可達成某一階位，特別是與「見道」相關的修習。大部分都是以「無量」搭配某一修法而成，如：「七覺支」……等，絕少提到單修「無量」即可達到「解脫」！



如《中阿含經》卷4（第20經）〈波羅牢經〉中說：

自見斷十惡業道，念十善業道已，便生歡悅；……多聞聖弟子得一心已，則心與慈俱，……無結、無怨、無恚、無諍。^⑫

此即依五戒、八戒、十善業而說到四無量心，這是經中常見的教說。^⑬再進一步強調修習「無量」，除了可具備「無結、無怨、無恚、無諍」之功效外，更可達到「心解脫」的境地。如《中阿含經》卷19（第79經）〈有勝天經〉中說：

財主！云何無量心解脫？……心與慈俱，無結無怨，無恚無諍，極廣甚大，無量善修遍滿一切世間成就遊。^⑭

《瑜伽師地論》卷12也有類似之說明，如：

以慈俱心，乃至廣說。現前饒益故名慈俱。饒益相故，名慈善友。其饒益相，略有二種。

- 一、欲利益，
- 二、欲安樂。

此二種相、一切無量之所顯示。無怨者：離惡意樂故。無敵者：離現乖諍故。無惱害者：離不饒益事故。廣者：所緣廣大故。大者：利益安樂思惟最勝故。無量者：果無量故。如四大河、眾流雜處。善修習者：極純熟故。

設有問言：慈俱等心、有何等相？

故次答言：勝解遍滿、具足而住。

勝解遍滿者：增上意樂勝解周普義。具足者：圓滿清白故。住者：所修觀行、日夜專注，時專注故。^⑮

《瑜伽師地論》卷12的說明整理如下：

因為「現前饒益」故稱為「慈俱」；而饒益之相貌，簡要言之即「欲利益」及「欲安樂」相；而要特別注意的是：「慈俱等心，有何等相？」《瑜伽師地論》答說：「勝解遍滿，具足而住。」此中的「勝解」即耐人尋味——又言「心解脫」，又言「勝解」——是否意味著：是依靠此「勝解」而達到「心解脫」呢？有關此問題，筆者在往後之節將對此一問題作深入之分析。

另外值得一提的是，在《增壹阿含經》卷12〈三寶品〉中有一段重要的經句：

云何名平等為福業？……復以慈心遍滿一方，二方、三方、四方亦爾，八方、上下遍滿其中，無量無限，不可限，不可稱計。……以此悲、喜、護心悉滿其中，是謂名為平等為福之業。^⑯

在經中，佛稱「戒」與「四無量」為「平等」福業，屬於戒善。^⑰ 印順法師又進一步說明：「平等即彼此的同一，大乘所說的平等慈，同體悲，即是這一深義的發揮。」^⑱ 如果一個持戒的佛教行者，能以此作為持戒的最原始動機；那麼，或許他就會遠離對繁瑣戒條的無所適從，也較能對不遵守戒律的

人多一分寬待——他們只是缺少一份

慈悲心而傷害眾生罷了，而非只是

抱怨他們是一群業障深重的凡夫

俗子吧！在此，「無緣慈」之

深意似乎已呼之欲出了，但

礙於篇幅，同樣留在下一

節再做說明。

三、「四無量心」能不能斷諸結

此節所討論的問題，是筆者最想多所著墨的地方。因其牽涉到修行「聲聞道」最後的結果——能否「解脫」？理所當然，「四無量」也是必須經過這樣的審核。也許有人會問：「印順法師不是說：『發心向大乘道，並非一定要經歷小乘聖者的果證；相反的，修學大乘法的主機，都是直從凡夫地而發心修學的。』」^⑩然而，縱使是菩薩道的修持，也還是要遍學一切法的，



的，如《成佛之道》中說：「初、二、三地，修布施、戒善、禪定，這是以大乘心行，來修共五乘的世間善法。四、五、六地，修三十七道品、四諦、緣起，這是以大乘心行，來修共三乘的出世善法。」雖說「這只是為了安立十地階位，而作的善巧說明，其實是每一地都圓修一切法門的。」^⑪這樣地將佛說的一切教法，善巧地安立，也即是印順法師所說「依下能起上，依上能攝下；隨機五三異，歸極唯一大。」，「一切無非成佛之道」的深意。^⑫在這樣的思維下，就可得到合理的解答！

接下來，筆者就著手探究「四無量」是否能斷煩惱的問題。筆者在此節所選用之題材雖偏重於「原始佛教」及「部派佛教」，主要原因在於，筆者最想探究的是印順法師所說：「在聲聞佛教的昂揚中，無量三昧是被遺忘了。」^⑬這一問題的發展脈絡，做一全盤的抉擇與釐清。並想對此一思想發展的結論與筆者之「四、印順法師對「四無量」之定位」節，互相比對，以歸納出「四無量」在「聲聞道」及「菩薩道」地位之差異。

先以《雜阿含經》卷18〈492經〉為例，經中說：

若有比丘得無量三昧，身作證具足住，於有身滅涅槃心不樂著，顧念有身。……比丘無量三摩提身作證，心不樂著有身滅涅槃，顧念有身，終不得離，不得現法隨順

法教，乃至命終亦無所得，還復來生此界，終不能得破於癡冥。^{②③}

經中言到：雖然已修持到「無量三昧身，作證具足住」，但還是會「復來生此界」的，為何會這樣呢？原因是「於有身滅涅槃心不樂著，顧念有身」，也就是「薩迦耶見」未斷。顯然地，這還是屬於世間凡夫的階位。

當然，以這樣的經說，是不能判定「四無量」可否斷煩惱；因為在同一部經中，也說到「無量三昧，身作證具足住，於有識滅涅槃，心生信樂，不念有身，現法隨順法教，乃至命終，不復來還生於此界。」^{②④} 故行者依「四無量」，也可超出三界，到達涅槃的境地。

綜合以上兩種說法，可得到一個結論：「四無量」是通「有漏」與「無漏」的！但是如果要通往「無漏」，是以單一「無量」為「所緣」呢？還是必須搭配其它「道品」的銜接才可達到？以下便以「部派佛教」的論點來作進一步的分析與探討。

在《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83，就解釋說：

如《契經》說：「與慈俱修念等覺支，依止離、依止無欲、依止滅、迴向於捨，悲、喜、捨三說亦如是。」

問：無量有漏，覺支無漏，云何有漏與無漏俱？

尊者世友作如是說：由四無量調伏^{②⑤}其心，令心質直^{②⑥}有所堪能^{②⑦}，從此無間引起覺支，覺支無間引起無量，無量、覺支相雜而起，故說為俱而實不並。^{②⑧}

《阿毘達磨大毘婆沙論》對於修習「無量」與「覺支」的成就是分開討論的。根據說一切有部的主張，「無量」是屬於「有漏」的，而「覺支」則屬於「無漏」。而為何經中會說「無量」與「覺支」「同時」修習呢？「尊者世友」做了如下的說明：「以『四無量』調和、制伏其心，讓他的心正直而無任何諂曲，從此無有間斷地以『七種法助長菩提智慧的開展』，而此『七種助長菩提智慧開展的方法』也無有間斷地引生『四無量心』；然而，『無量』和『覺支』是『相雜而起』的，並非是『同時』生起。」^{②⑨}

《大乘阿毘達磨雜集論》卷10也說到：

覺支助伴者，謂彼相應心心法等。

覺支修習者，謂依止遠離、依止無欲、依止寂滅、迴向棄捨修念覺支，如念覺支乃至捨覺支亦爾。如是四句隨其次第顯示緣四諦境修習覺支，所以者何？

- (A) 若緣苦體為惱苦時，於苦境界必求遠離故，名依止遠離。
- (B) 若緣愛相苦集為苦集時，於此境界必求離欲故，名依止離欲。
- (C) 若緣苦滅為苦滅時，於此境界必求作證故，名依止寂滅。
- (D) 棄捨者，謂趣苦滅行，由此勢力棄捨苦故，是故若緣此境時，於此境界必求修習故，名迴向棄捨。

覺支修果者，謂見道所斷煩惱永斷，由七覺支是見道自體故。^{③〇}

以覺支「互相助成」而修習，就是所謂「心所相應」等法。主要有哪些內容呢？《大乘阿毘達磨雜集論》言：主要不外乎「依止遠離、依止無欲、依止寂滅、迴向棄捨」……等四種，而這四種方法也是緣著「四諦境」的次第修習，茲分別說明如下：

- (A) 「依止遠離」：如果緣「苦體」為「惱苦」時，於此苦境界必求「遠離」。
- (B) 「依止離欲」：如果緣「愛相苦集」為「苦集」時，於此境界必求「離欲」。
- (C) 「依止寂滅」：如果緣「苦滅」為「苦滅」時，於此境界必求「作證」。
- (D) 「迴向棄捨」：「棄捨者，謂趣苦滅行」，由此勢力棄捨苦故，是故若緣此境時，於此境界必求「修習」。

綜合以上之結論，修習「七覺支」，就是以四聖諦一苦、集、滅、道一為所緣，進而見法、得涅槃。修習「七覺支」所得之果報，就是於「見道位」斷盡「見惑」；所以，「七覺支」也可稱為是「見道的自體」。

這樣子的說明，似乎表達著一個意涵：修習某些「觀行」，最後都要與「七覺支」「互相助成」，才可徹底地斷除煩惱，進入聖位。在「原始佛教」的聖典中，提到這樣觀念的，比比皆是；如：心與「不淨觀、隨死念、空入處、安那般那念、無常想、無常苦想、苦無我想、



觀食想、一切世間不可樂想、盡想、斷想、無欲想、滅想、患想、青瘀想、膿潰想、膨脹想、壞想、食不盡想、血想、分離想、骨想及空想」……等「俱」，修「念覺分」，「依止遠離、依止無欲、依止寂滅、迴向棄捨」。而修習「無量」只可說是進一步修習「覺支」的助緣之一。

如果說，修習「七覺支」能夠斷除最初的「三種結」；反過來說，修習「無量」又能斷除哪些煩惱呢？如《阿毘達磨大毘婆沙論》卷162所說：

慈斷何繫結？答：無。悲、喜、捨斷何繫結？答：無。^{③1}

這樣的答案，似乎會讓人出乎意料之外！修習「無量」居然都無法徹底斷除煩惱，^{③2}那麼，修習「無量」到底有什麼作用呢？當然，佛陀所開示之某些法門，雖然可能無法達到「解脫」，但還是有其「相對價值」存在。以下，再說明此一「相對價值」的功能。

《增壹阿含經》卷7〈安般品〉說：

……當修行慈心；已行慈心，所有瞋恚皆當除盡。……當行悲心；已行悲心，所有害心悉當除盡。……當行喜心；已行喜心所有嫉心皆當除盡。……當行護心；已行護心，所有憍慢悉當除盡。^{③3}

從《增壹阿含經》的經文看，似乎「所有瞋恚皆當除盡」；但在《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83對此卻深入的分別說明：

如《契經》說：「修慈斷瞋，修悲斷害，修喜斷不樂，修捨斷貪瞋。」^{③4}

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83又云：

問：無量為能斷煩惱不？若能斷者，〈定蘊〉^{③5}所說當云何通？如說：「慈、悲、喜、捨皆不能斷諸結。」若不能斷者，此《經》云何通？

答：應作是說：「無量不能斷諸煩惱。」

問：若爾！善通〈定蘊〉所說，此《經》所說當云何通？

答：斷有二種：一、暫時斷，二、畢竟斷。

依暫時斷此《經》說能斷，依畢竟斷〈定蘊〉說不斷。如是《經》《論》^{③6}二說善通，如暫斷、畢竟斷。如是有片斷、無片斷，有影斷、無影斷，有餘斷、無餘斷，有隨縛斷、無隨縛斷，有分斷、無分斷，制伏。斷、拔根斷，伏諸纏斷、害隨眠斷，應知亦爾。^{③7}

特別是《阿毘達磨大毘婆沙論》在解釋「無量」，依據《增壹阿含經》的經文及《阿毘達磨發智論》〈定蘊〉品來做比較：所謂的「斷煩惱」有兩種狀況：一種是「暫時斷」；一種是「畢竟斷」，也就是永久斷。依照此原則，則《增壹阿含經》所說的「斷」只是「暫時斷」；而《阿毘達磨發智論》〈定蘊〉品所說的「斷」才是「畢竟斷」。

下面則依據在「凡夫」，「聲聞乘」中之初果以及二果階位差別，來說明修習「四無量」時的差異；同時也解釋了：為何修習「四無量」能得「聖道」。³⁸《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83云：

問：若四無量不斷煩惱，餘《經》所說，復云何通？如說：「苾芻！修慈心定，若不勝進住不還果。廣說乃至修捨心定，應知亦爾。」

答：

(A) 彼《經》說聖道名慈等心定。如諸《經》中佛於聖道，或說為想，或說為受，或說為思，或說為意，或說為燈，或說為信、精進、念、定、慧，或說為船筏，或說為山石，或說為水華，一一引《經》如餘處說。³⁹ 彼《經》亦爾，於無漏道說慈等聲，亦不違理。

(B) 復次，為求慈等四種梵住離欲染者，或見異生或是聖者。

異生：

(a) 若是異生先離欲染得慈等定，於後得入正性離生證不還果。

(b) 若彼先時於欲界染未得全離，後時得入正性離生，證預流果或一來果，彼後證得不還果者是慈等力。

聖者：

(c) 若是聖者，離欲染時，得慈等定及不還果。

依此故說修慈等定得不還果，亦不違理。⁴⁰

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83即提到了這個問題：「如果說：修習『四無量』不能斷煩惱；那麼，在其它的《經》都說，修習『四無量』可證至『初果』甚至於『三果』」。這樣，要如何會通這些說法呢？《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83解釋說：



(A) 佛陀在很多經都說：修習什麼「道品」可滅除煩惱，如修習「信、精進、念、定、慧」等，「必得阿那含或復上得」；所以，佛說修習「四無量」「必得阿那含或復上得」，並「不違理」。

(B) 修習「四無量」而「離欲染」；或是「凡夫」，或是「聖者」。以下分別說明：
異生：

(a) 如果是凡夫已先遠離「欲界貪欲」而得到「四無量定」，當他入正性離生時，即能證得「三果」。

(b) 如果是凡夫未遠離「欲界貪欲」，當他入正性離生時，僅能證得「初果」及「二果」，往後證得「三果」是靠「四無量定」等而得。

聖者：

(c) 如果是聖者，遠離「欲界貪欲」時，便能得到「四無量定」及證得「三果」。

四、印順導師對「四無量心」之定位

此節所要敘述的是印順法師對於「四無量」之定位。和前一節所不同的是，印順法師在定位「四無量」時，採取的是漢譯《雜阿含經》以及南傳《相應部》的觀點，而認為「四無量」也為「解脫道」之一，如《相應部》(41)〈質多相應〉所說：

染欲是作量者，瞋恚是作量者，愚癡是作量者。漏盡之比丘，捨棄此等，如斷根無本之多羅樹，非使生成者，為未來不生之法。大德！於無量心解脫中，知不動心解脫為此等之最第一。然此不動心解脫，為依染欲而空，依瞋恚而空，依愚癡而空。^④

印順法師解釋說：

在佛法初期，慈，悲，喜，捨四定，顯然的曾淨化而提升為解脫道，甘露門；從四無量心也稱為無量心解脫，最上的就是不動心解脫來說，就可以確定初期的意義了。

印順法師更進一步引用《雜阿含經》卷27〈744經〉做說明：

若比丘修習慈心，多修習已，得大果大福利。……是比丘心與慈俱，修念覺分，依遠離，依無欲，依滅，向於捨；乃至修習捨覺分，依遠離，依無欲，依滅，向於捨。④

印順法師解釋此經說：

慈，悲，喜，捨與七覺分俱時而修，能得大果大功德，當然是通於無漏的解脫道。④

印順法師在解釋此經文時，雖然同樣引用《雜阿含經》卷27〈744經〉，卻與說一切有部所傳之《大毘婆沙論》所採用的觀點大不相同。此差異在下節也會深入說明。

五、「無緣慈」之異說

此節說明「四無量心」之「三種所緣」——眾生緣、法緣及無緣。而筆者所選用之材料較限於初期大乘佛法以後之經典，因為在「原始佛教」及「部派佛教」是較少談到「無緣」的。④ 對於「無緣」之說法，各經論及印順法師之說法差異頗大；尤其又以《大智度論》中所談到之「三種所緣」，更迥異於其它經論！筆者欲就此差異，探究其立足點及會通處。

大乘經論所談到的「三種所緣」，是依照所能修習者而作分

類，如《大寶積經》卷41：

眾生緣慈，初發大心菩薩所得。法緣之慈，趣向聖行菩薩所得。無緣之慈，證無生忍菩薩所得。④

又如《菩薩地持經》卷7也同樣提到：

若菩薩慈等無量。眾生緣，與外道共。若法緣者，與聲聞緣覺共，非外道共。若菩薩無緣無量，不共一切聲聞緣覺及諸外道。^{④⑥}

所以可歸納出：眾生緣慈是凡夫所修習，法緣慈是二乘聖者所修習，而無緣慈則是得無生法忍以上之大菩薩所修習。一般大乘經論在談論到「無緣慈」時，特別將它歸結為「菩薩」應修的法門之一。如《大乘理趣六波羅蜜多經》卷8：

……菩薩摩訶薩，應修梵行四無量心，起無緣慈普遍法界……^{④⑦}

又《大乘理趣六波羅蜜多經》卷9也提到：

菩薩摩訶薩亦復如是……無緣大悲廣度一切。^{④⑧}

如果說：「三心相應是菩薩修行成佛的必備條件」^{④⑨}；那麼，當中的「大悲心」就可與「四無量」法門相契合。當然，此中之「菩薩」可說為「初發心菩薩」、「行六波羅蜜菩薩」、「阿毘跋致菩薩」及「一生補處菩薩」四種^{⑤⑩}；若嚴謹的分別，就可歸納出：「無量」當中之「無緣」就是「阿毘跋致菩薩」以上所修的「大悲心」。如《大寶積經》卷41、《佛說大乘菩薩藏正法經》卷16、《大方等大集經》卷29及《大乘莊嚴經論》卷9中皆有如此之說明。^{⑤⑪}

龍樹菩薩的《大智度論》對於「三種所緣」之詮釋是不同於其它經論的，如在《大智度論》卷20說到：

(A) 十方五道眾生中，以一慈心視之，如父如母，
如兄弟、姊妹、子姪、知識，常求好事，欲令
得利益安隱。如是心遍滿十方眾生中，如是慈
心，名眾生緣。多在凡夫人行處，或有學人
未漏盡者行。

(B) 法緣者，諸漏盡阿羅漢、辟支佛、諸佛。

是諸聖人破吾我相，滅一異相故，但觀從因緣相續生。諸欲心慈念眾生時，從和合因緣相續生，但空五眾即是眾生，念是五眾。以慈念眾生不知是法空，而常一心欲得樂。聖人愍之，令隨意得樂；為世俗法故，名為法緣。

(C) 無緣者，是慈但諸佛有，何以故？

諸佛心不住有為無為性中，不依止過去世、未來、現在世，知諸緣不實，顛倒虛誑故，心無所緣。佛以眾生不知諸法實相，往來五道，心著諸法，分別取捨；以是諸法實相智慧，令眾生得之，是名無緣。譬如給賜貧人，或與財物，或與金銀寶物，或與如意真珠。緣眾生、緣法、緣無緣，亦復如是。是為略說慈心義。^⑤

又云：

論者言：眾生緣是有漏，無緣是無漏，法緣或有漏或無漏。^⑥

在《大智度論》中，似乎將「三種所緣」分為(a)「何人所得」、(b)「修習者自證之功德」及(c)「給予眾生之利益」來作說明。^⑦如：

(A) 眾生緣慈：

(a) 是凡夫及初果至三果聖人所修習的。

(b) 修習此「眾生緣慈」，能將「十方五道眾生」，皆以「慈心」視之，如己之父母、兄弟、姊妹、子姪、知識等。

(c) 而所發之心念，就是念茲在茲地常求好事，欲令眾生得利益安隱。而所緣之境界是遍滿十方眾生的。

(B) 法緣慈：

(a) 是漏盡阿羅漢、辟支佛及諸佛所修習的。

(b) 以上之入聖位者，已證悟無我，故不執著有一實有眾生可得。然欲修習此慈悲觀時，還是需以「五蘊」作為憑藉，故說「空五眾即是眾生」。

(c) 以慈悲心對「五蘊」起觀，能觀眾生是由空無自性的五蘊假合而成，不會執我相、眾生相。但凡夫眾生卻無法體會五蘊是空無自性的。菩薩見之而生憐憫心。

(C) 無緣慈：

(a) 此只有諸佛才具備。

(b) 為何只有諸佛才有呢？因為「諸佛心不住有為無性中，不依止過去世、未來、現在世，知諸緣不實，顛倒虛誑故，心無所緣。」

(c) 佛陀知道眾生不明瞭諸法的實相，故流轉五道，因為眾生心著諸法，以虛妄分別故，起惑造業。故佛慈悲「開、示、悟、入」眾生入佛之知見，⁵⁵得「諸法實相智慧」，是名無緣。

綜合龍樹菩薩於《大智度論》中所談之「三種所緣」，筆者整理歸納出幾項要點：

(1) 就「眾生緣慈」來說，「是凡夫及初果至三果聖人所修習的」，這樣的判攝，似乎與其它經論之解釋角度不同。

(2) 龍樹菩薩在解釋「法緣慈」時，還有一異於其它經論之處，即「聖人愍之，令隨意得樂，為世俗法故，名為法緣。」龍樹菩薩之解釋，或許令人感到疑惑：既然已是將「法緣」定義為「聖人」所得，何故尚且為「世俗法」呢？當然龍樹菩薩於《大智度論》中也有說到：「法緣或有漏或無漏」，意思是：「四無量心」之「法緣」可通「無漏」或「有漏」。筆者將「法緣慈」及「無緣慈」比對後，似乎得到解答，即：龍樹菩薩在解釋「法緣慈」及「無緣慈」時，較站在給予眾生之利益上作分別；而不是站在修習者之自證功德作說明。如說「法緣慈」者，「以慈念眾生不知是法空，而常一心欲得樂。聖人愍之，令隨意得樂」；又如漏盡阿羅漢、辟支佛及諸佛對眾生說法，總是先說「端正法」⁵⁶，而有出世可能性的，再授以出世間法。⁵⁷ 所以說「端正法」，即可說給予眾生是「世俗法」。而相對於諸佛所有之「無緣慈」，則說明是「以是諸法實相智慧，令眾生得之」，換句話說，就是以「出世法」教導眾生，令眾生出離「五道」輪迴！如龍樹菩薩在最後則舉了一個譬喻：「譬如給賜貧人，或與財物，或與金銀寶物，或與如意真珠。緣眾生、緣法、緣無緣，亦復如是。」就是說明：「無緣慈」就像給予眾生「如意真珠」，「法緣慈」給予眾生「金銀寶物」，「眾生緣慈」給予眾生

「財物」；這在諸多經論當中，算是解釋「三種所緣」最特殊的說明了！

(3) 龍樹菩薩在解釋「三種所緣」時，將「修習者自證之功德」及「給予眾生之利益」分別以「有漏」及「無漏」來作區分。

1、眾生緣慈：在這兩者皆是「有漏」。

2、法緣慈：在「修習者自證之功德」的部分是「無漏」，在「給予眾生之利益」上是「有漏」。

3、無緣慈：自證、利他兩者皆是「無漏」。

(4) 另外值得注意的是：龍樹菩薩在解釋「三種所緣」為「何人所得」時，為何

獨獨漏了「菩薩」呢？筆者心想：龍樹菩薩不是提倡

「中觀大乘」的嗎？既然是大乘佛教，必然是以菩薩

道為主軸的，為何獨缺了「菩薩」呢？「菩薩」在成

「佛」之前，不是最重要的嗎？所以筆者揣測龍樹菩薩

之意：「菩薩」乃「大乘」之「因行」，而

「佛」則為「大乘」之「果德」。^⑤又輔以龍樹

菩薩所舉之「財物、金銀寶物及如意真珠」

喻，則可更清楚知道：龍樹菩薩在解釋此時，

既是強調「給予眾生之利益」，而「佛」之

「果德」不就是最圓滿究竟的嗎？如果只是

區區以「菩薩」代表「無緣慈」，是無

法彰顯龍樹菩薩所說「如意真珠」的珍

貴及特勝！所以在不離開「菩薩發心即

入佛位」^⑥的邏輯下，說「佛」就是「菩

薩」修習圓滿的代表；這樣似乎比較能貫

通龍樹菩薩的意境，也能給予龍樹菩薩在解

釋「三種所緣」時，獨漏「菩薩」之合理說

明。也可說：龍樹菩薩為了彰顯「菩薩道」

的殊勝，而刻意地貶抑「法緣慈」為「世俗

法」，因它只是共「二乘」之修法；而給予

「無緣慈」最究竟圓滿的定位。



(5) 還有一重要問題需在此提出說明，即龍樹菩薩在《大智度論》卷27曾提到：

諸聲聞、辟支佛，不能離眾生想而生慈悲；諸佛能離眾生想而生慈悲。所以者何？如諸阿羅漢、辟支佛，十方眾生相不得，而取眾生相生慈悲；今諸佛十方求眾生不可得，亦不取眾生相而能生慈悲。^⑩

同樣地，對於「無緣」的修習次第，隋慧遠所撰之《大乘義章》卻提出不同的說明，如《大乘義章》卷17：

無緣悲，觀諸眾生五陰法數畢竟空寂，而起悲心。觀法空寂，云何起悲？還有兩義：

(A) 一念眾生妄為有法之所纏縛，受生死苦，故起悲心。

(B) 二念為眾生說如斯法，是則真實拔眾生苦，故名為悲。^⑪

另外，《佛地經論》則兩說並陳一（不緣有情及諸法）與（觀諸眾生、五陰法數畢竟空寂，而起悲心），如《佛地經論》卷5說到：

得無生忍諸菩薩等，多分修習無緣之慈。

(A) 雖有所緣法界故，譬如眼等異熟諸法無有分別，不作加行任運轉故，說名無緣，平等性智相應大慈。

(B) 或有義者，唯緣法界所緣分別永無有故，不緣有情及諸法故，名無緣慈。

(C) 復有義者，亦緣諸法，如實義者，亦緣有情但無分別，平等行相了知一切假立，有情性平等故，緣生等法性平等故，無我真如性平等故，名平等智，此智相應就所緣境得具三慈，但無分別平等行故，說名無緣。^⑫

顯然地，龍樹菩薩認為諸佛是可離眾生相而起慈悲的；而《大乘義章》則是：「觀諸眾生五陰法數畢竟空寂，而起悲心」。印順法師同樣也是站在《大乘義章》的觀點而進一步提出說明：

佛菩薩的實證，如但證空性，怎麼能起慈悲？所以慈悲的激發，流露，是必緣眾生相的。但初是執著眾生有實性的；次是不執實有眾生，而取法為實有的；唯有大乘的無緣慈，是通達我法畢竟空，而僅有如幻假名我法的。^⑬

六、「三解脫門」與「四解脫門」

在這節中，筆者欲就印順法師所特重之「無量」解脫門，從經論中尋求「四種」解脫門的根據，並以《雜阿含經》及《相應部》經典做為藍本，說明「無量」何以堪作「解脫門」之一類，以剖析印順法師對「無量」之定位及看重；再者，筆者也希望於諸多經論中，歸納大乘佛教中，對「解脫門」之規範，是否有將「無量」解脫門納入，以證成：「三解脫門」為教界普遍性之說法，抑或「四解脫門」乃為通用之教說。

「解脫門」，顧名思義即是「導向涅槃之門戶」也。如《阿毘達磨俱舍論》卷28曰：

於中無漏者名三解脫門，能為涅槃為入門故。^⑭

《大乘義章》卷2也說：

涅槃果德，絕縛名脫；空、無相等，與脫為門，名解脫門。^⑮

在此處，筆者所要強調的是：從「原始佛教」、「部派佛教」，到「大乘佛教」的聖典，多是以「三解脫門」為趣入解脫的關鍵，此三解脫門即是：空、無相、無作（願）。「原始佛教」之聖典，如《增壹阿含經》卷3〈阿須倫品〉說到：

若有一人出現於世，便有一人入道在於世間，亦有二諦、三解脫門……^⑯



以及《出曜經》卷26：

空及無相願思惟以為行者，如彼眾生入三解脫門。^{⑥7}

從以上之聖典可看出：「原始佛教」普遍的說法為「三解脫門」。而「大乘佛教」似乎也是這種傾向，如：《摩訶般若波羅蜜經》卷24：

聖無漏法者。三十七助道法、三解脫門。^{⑥8}

《十住經》卷3也同樣說到：

是菩薩，具足十波羅蜜時，念念中亦具足四攝法、三十七菩提分法、三解脫門。^{⑥9}

另外，代表大乘佛教極重要的兩部巨作——《大智度論》及《瑜伽師地論》也都同樣談到「三解脫門」。如《大智度論》卷18：

三解脫門：空解脫門、無相解脫門、無作解脫門。^{⑦0}

及《瑜伽師地論》卷86：

復次、由三解脫門增上力故，當知建立四種法噉拖南，謂空解脫門，無願解脫門，無相解脫門。

(A) 一切行無常，一切行苦者，依無願解脫門，建立第一、第二法噉拖南。

(B) 一切法無我者，依空解脫門，建立第三法噉拖南。

(C) 涅槃寂靜者，依無相解脫門，建立第四法噉拖南。^{⑦1}

於此要特別注意的是：《瑜伽師地論》將「四種法印」歸納為「三解脫門」，即：

(A) 「一切行無常」、「一切行苦」，歸納於「無願解脫門」。

(B) 「一切法無我」，歸納於「空解脫門」。

(C) 「涅槃寂靜」，歸納於「無相解脫門」。

然而，印順法師認為：除了「三解脫門」之外，「無量」也同為「解脫門」之一類，如他說：

小乘法認為這四無量心都是世俗法，所以慈、悲、喜、捨，是不能與真理或證悟相應的；但大乘法卻不然了。阿含經上說到三解脫門，是空、無相、無願解脫；但也有經中加無量心解脫，而成了四解脫門。無量心是能與解脫相應的，有四無量心，

則他的私我心越小，慈悲心也就越大，到後來便能達到無自無他，一切平等與真理相應的境界。……四三昧中，三三昧即三解脫門，依三法印而成觀；無量三昧，即是依苦成觀。觀一切有情的苦迫而起拔苦與樂的同情，即「無量心解脫」。⁷²

當然，印順法師會那麼注重「無量心解脫」為「四解脫門」之一類，甚至還可直入法性。這樣子的理由並非無跡可循，如在《相應部》（41）〈質多相應〉即說到：

……此無量心解脫，無所有心解脫，空心解脫，無相心解脫，……

(A) 意義有別，且名辭亦有別。……

- (a) ……於此有比丘，以與慈俱起之心，……此稱為無量心解脫。
- (b) ……於此處有比丘，超越一切識無邊處，『無所有者，』逮達住無所有處。……此稱為無所有心解脫。
- (c) ……於此有比丘，或入森林、或入樹下、或入空屋，如是思量：『此雖是我，雖是我有，卻是空。』……此稱為空心解脫。
- (d) ……依於不思惟一切徵相，逮達無相心三昧止住。……此稱為無相心解脫。

(B) 意義為一，惟名辭有別者，……

- (a) ……染欲是作量者，瞋恚是作量者，愚癡是作量者。……於無量心解脫中，知不動心解脫為此等之最第一。然此不動心解脫，為依染欲而空，依瞋恚而空，依愚癡而空。
- (b) ……染欲是障礙，瞋恚是障礙，愚癡是障礙。……於無所有解脫中，知不動心解脫為此等之最第一。然此不動心解脫，為依染欲而空，依瞋恚而空，依愚癡而空。





(c) ……染欲為作相者，瞋恚為作相者，愚癡為作相者。……於無相心解脫中，知不動心解脫為此等最第一。然此不動心解脫，依染欲而空，依瞋恚而空，依愚癡而空。^{⑦③}

此經說到：四種心解脫——無量心解脫，無所有心解脫，空心解脫，無相心解脫，這四種心解脫，是「意義不同」還是「意義相同」？印順法師解釋為：^{⑦④}

《相應部》的〈質多相應〉，說到了四種心解脫——無量心解脫，無所有心解脫，空心解脫，無相心解脫。……

(A) 約意義不同說，空心解脫是「我、我所有空」，與「空世間」義一致。

(B) 約意義相同說，無量、無所有、無相——三種心解脫，修到最第一的，是不動心解脫。「不動心解脫者，染欲空，瞋恚空，愚癡空。」……

「無量等心解脫修到究竟處，是不動心解脫，也就是空心解脫。」……所以四種心解脫的共同義，就是貪、瞋、癡空的心解脫。不同名字的心解脫，不外乎空心解脫，在修行方便上的多樣化。^{⑦⑤}《雜阿含經》的四種心三昧，從名稱不同而意義也不同來說，與《相應部》所說是一致的。^{⑦⑥}

印順法師從漢傳《雜阿含經》及南傳《相應部》找出了「無量」可為「解脫門」的理論根據。然而「無量心解脫」這樣子的修法，不管是在漢傳系統的經論中，亦或是在南傳系統的經論中，都是不多見的。^{⑦⑦}

七、結論

從印順法師所弘揚的「四無量心」來看，他是深具悲心與智慧的。從抉擇「眾生緣慈」、「法緣慈」，進而「無緣慈」的修行次第，無不是「空」與「慈悲」的完美組合；「空」是建立在「緣起」上的，而「慈悲」也是緣「苦」眾生而生起的——「慈悲」與「空」可說都是「緣起」最具體圓滿的實踐。誰說「解脫與慈悲是毫無關係的！」大乘中觀與瑜伽即是站在這樣的立場來看待「慈悲」，雖然說「部派佛教」大部分主張「無量不能斷煩惱」，但卻絲毫不影響「慈悲」在「菩薩道」中的地位。因為大乘行者是不會在此與「聲聞乘」做對抗的，「心與慈俱，修念等覺支，依止離、依止無欲、依止滅、迴向於捨」這樣子的目標，並不是「菩薩道」的終點；相反地，「知滅而不證」的「悲心」增上才是他們所嚮往的修行大道！如《大智度論》卷27云：

慈悲是佛道之根本，……亦以大慈悲力故，於無量阿僧祇世生死中心不厭沒。以大慈悲力故，久應得涅槃而不取証。以是故，一切諸佛法中，慈悲為大，若無大慈大悲，便早入涅槃。^⑧

當然，如果要細究「無量能否斷煩惱」？筆者是較站在「部派佛教」的立場來解讀的。如「四無量」以三種為所緣——眾生緣、法緣、無緣。其中以「法緣」及「無緣」而論，大部分是「聖人」所修習。但是，並不能因此而說明：凡夫可依「四無量」之修習，從「眾生緣」進階到「法緣」，甚而進階到「無緣」；換句話說：是無法如同印順法師所言，推論出：「四無量心是可以直入法性的」！我們只可說：「聖人」之所緣，是可從「眾生緣」進升至「法緣」，乃至「無緣」罷了！如果是「凡夫」修習「四無量」，想從「眾生緣」進入到「法緣」，不得不藉助「七覺支」；「心與慈俱，修念等覺支，依止離、依止無欲、依止滅、迴向於捨」，這樣的次第，就等同《大智度論》卷20所說：「取眾生相故有漏，取相已，入諸法實相故無漏。」^⑨如何「入諸法實相」成「無漏」呢？即是以「七覺支」作為「助伴」。

印順法師雖然多次強調：「在聲聞佛教的昂揚中，無量三昧是被遺忘了」，甚至以向外「所緣之眾生無限量」及向內「眾生的自性不可得」作詮釋，如：

無量即無限量，向外諦觀時，慈悲喜捨，遍緣眾生而沒有限量，一切的一切，名為四無量定。向內諦觀時，眾生的自性不可得，並無自他間的限量性。所以無量三昧，即是緣起相依相成的，無自無他而平等的正觀。通達自他的相關性，平等性，智與悲是融和而並無別異的。⁸⁰

最後並證成：

質多羅長者以為：無量心解脫中最上的，是空於貪、瞋、癡的不動心解脫，空就是無量。這一意義，在大乘所說的「無緣慈」中，才再度的表達出來。⁸¹

雖然印順法師得到了這樣子的結論。但筆者還是要說，從大乘經典所談到之「三種所緣」，雖有共凡夫、二乘及佛菩薩之處；但似乎並無強調依「無量」可從凡夫達到二乘，甚至菩薩的階位。

或有人會質問，筆者這樣子的推論，是否會動搖「無量心」在「菩薩道」的地位？筆者所給予的解答為：修行成佛，靠的是與「三心」相應的菩提資糧，「慈悲心」當然是很重要的因素之一；但也不是只注重「慈悲心」的修習就可圓滿佛果，當中的「空性慧」及「菩提心」更是不可偏廢。

而總結筆者這篇論文：

- (一) 以「聲聞乘」的角度來說：修習「四無量心」是「共世間」的修法之一，當中的「四無量能否斷煩惱？」卻也是「聲聞乘」最關注的地方。從「部派佛教」的經論探討中，可得到一個初步的結論：「四無量是不能斷盡煩惱的」；「有的只是暫時地斷除煩惱」。

(二) 以「大乘佛法」的角度來詮釋：修習「慈悲心」是「大乘法」不共「二乘」的特勝處，印順法師「緣起大悲心」的敘述，再一次地強調了：「無緣慈」的修法是必先起「眾生緣慈」，次以「法緣慈」增長悲心，然後才達到「了達有情的沒有定量性，所以普緣有情的慈悲——無緣慈，即能契入空性。」^②的佛菩薩心境。

筆者回想從初開始撰寫這篇論文至最後完稿，其間最大收穫在於：

- (一) 讓筆者能從一「細微」問題中，延伸探討其中相關議題的關連性。從「原始佛教」、「部派佛教」到「大乘佛教」；「無量」這一個話題，始終是膾炙人口。為何會如此呢？除了從地理、歷史的因素（佛陀時代的印度社會是一個愛好和平的民族）外，「慈悲」不也是現代人最需要的內涵之一嗎？「慈悲」，並非世間雜染的愛所能詮釋，他的背後是有一套合理的原則可供檢閱的。
- (二) 一個問題的抽絲剝繭，當找尋到最後的答案時，那一份的喜悅是無法形容的！因為，從聞、思及抉擇法義的過程中，筆者再一次感受釋尊的偉大，也再一次體會三藏教典的豐富內涵及深奧的生命哲理；這是泛泛閱讀所無法體會的法喜。
- (三) 寫了這一篇論文，筆者深知自己學力不足，無法專以幾本論著來詮釋「無量」的定位及價值，這是筆者下一階段所要努力的。「有橋，才能過河；有天梯，才能上穹蒼。」感謝所有「善知識」對筆者本篇論文的協助！

【參考書目】

一、原典

- 1、《中阿含經》60卷（東晉·瞿曇僧伽提婆譯）大正藏第1冊，No.26。
- 2、《雜阿含經》50卷（劉宋·求那跋陀羅譯）大正藏第2冊，No.99。
- 3、《佛說法印經》1卷（宋·施護譯）大正藏第2冊，No.104。
- 4、《增壹阿含經》51卷（東晉·瞿曇僧伽提婆譯）大正藏第2冊，No.125。
- 5、《出曜經》30卷（姚秦·竺佛念譯）大正藏第4冊，No.212。

- 6、《大般若波羅蜜多經》600卷（唐·玄奘譯）大正藏第5、6、7冊，No.220。
- 7、《摩訶般若波羅蜜經》27卷（姚秦·鳩摩羅什譯）大正藏第8冊，No.223。
- 8、《大乘理趣六波羅蜜多經》10卷（唐·般若譯）大正藏第8冊，No.261。
- 9、《十住經》4卷（姚秦·鳩摩羅什譯）大正藏第10冊，No.284。
- 10、《大寶積經》120卷（唐·菩提流志譯并合）大正藏第11冊，No.310。
- 11、《佛說大乘菩薩藏正法經》40卷（宋·法護等譯）大正藏第11冊，No.316。
- 12、《大方等大集經》60卷（隋·僧就合）大正藏第13冊，No.397。
- 13、《大智度論》100卷（龍樹菩薩造，姚秦·鳩摩羅什譯）大正藏第25冊，No.1509。
- 14、《阿毘達磨發智論》20卷（迦多衍尼子造，唐·玄奘譯）大正藏第26冊，No.1544。
- 15、《阿毘達磨大毘婆沙論》200卷（五百大阿羅漢等造，唐·玄奘譯）大正藏第27冊，No.1545。
- 16、《鞞婆沙論》14卷（尸陀槃尼撰，符秦·僧伽跋澄譯）大正藏第28冊，No.1547。
- 17、《阿毘達磨俱舍論》30卷（尊者世親造，唐·玄奘譯）大正藏第29冊，No.1558。
- 18、《瑜伽師地論》100卷（彌勒菩薩說，唐·玄奘譯）大正藏第30冊，No.1579。
- 19、《菩薩地持經》10卷（北涼·曇無讖譯）大正藏第30冊，No.1581。
- 20、《菩薩善戒經》9卷（劉宋·求那跋摩譯）大正藏第30冊，No.1582。
- 21、《成唯識論》10卷（護法等菩薩造，唐·玄奘譯）大正藏第31冊，No.1585。
- 22、《大乘莊嚴經論》13卷（無著菩薩造，唐·波羅頗蜜多羅譯）大正藏第31冊，No.1604。

- 23、《大乘阿毘達磨雜集論》16卷（安慧菩薩糝，唐·玄奘譯）大正藏第31冊，No.1606。
- 24、《華嚴經探玄記》20卷（唐·法藏述）大正藏第35冊，No.1604。
- 25、《大方廣佛華嚴經疏》60卷（唐·澄觀撰）大正藏第35冊，No.1735。
- 26、《大方廣佛華嚴經隨疏演義鈔》90卷（唐·澄觀述）大正藏第30冊，No.1736。
- 27、《注維摩詰經》10卷（後秦·僧肇撰）大正藏第38冊，No.1775。
- 28、《成唯識論述記》20卷（唐·窺基撰）大正藏第43冊，No.1830。
- 29、《大乘起信論義記》5卷（唐·法藏撰）大正藏第44冊，No.1846。
- 30、《大乘義章》26卷（隋·慧遠撰）大正藏第44冊，No.1851。
- 31、《摩訶止觀》20卷（隋·智顛說）大正藏第46冊，No.1911。
- 32、《四教義》12卷（隋·智顛撰）大正藏第46冊，No.1929。
- 33、《維摩經抄》1卷 大正藏第85冊，No.2773。

二、現代人著作

印順導師著：

- 1、《佛法概論》，台北，正聞出版社，民國38年10月初版（79年5月13版）。
- 2、《成佛之道》（增注本），新竹，正聞出版社，民國83年6月初版。
- 3、《佛在人間》，台北，正聞出版社，民國60年11月初版；民國81年2月修訂1版。
- 4、《無諍之辯》，台北，正聞出版社，民國81年4月修訂2版。
- 5、《學佛三要》，台北，正聞出版社，民國60年10月初版；民國81年2月修訂1版。
- 6、《空之探究》，台北，正聞出版社，民國74年7月初版（81年10月6版）。
- 7、《華雨集》第1冊《大樹緊那羅王所問經偈頌講記》，台北，正聞出版社，民國82年4月初版。
- 8、《華雨集》第4冊，台北，正聞出版社，民國87年12月初版3刷。

- ① 財團法人台灣省台中市正覺堂2003年之獎學金得獎作品。
- ② 印順法師著，《成佛之道》頁119。
- ③ 印順法師著，《佛法概論》頁246。
- ④ 筆者將以《阿毘達磨大毘婆沙論》、《成實論》及《大乘阿毘達磨雜集論》……等為底本，探討「聲聞乘」對「無量」思想之傳承與流變。
- ⑤ 義同：「不證實際。」見於《大般若波羅蜜多經》（大正6，659a15~16）。
- ⑥ 《維摩經抄》（大正85，431b13）。
- ⑦ 印順法師著，《華雨集第4冊》頁69~70。
- ⑧ 印順法師著，《無諍之辯》頁183云：「慈悲為菩薩道的必備內容，沒有慈悲，就不成其為菩薩了。如果我所理解的，與實際不太遠的話，那麼大乘入世佛教的開展，『空』為最根本的原理，『悲』是最根本的動機。中觀也好，瑜伽也好，印度論師所表彰的大乘，解說雖多少不同，而原則一致。」
- ⑨ 《雜阿含經》卷27（744經）（大正2，197c16~21）。
- ⑩ 印順法師著，《空之探究》頁26~27：「所說的『大果大福利』，或是二果二福利，是阿那含與阿羅漢。或是四果四福利，從須陀洹到阿羅漢。或是七果七福利，是二種阿羅漢與五種阿那含。」
- ⑪ 《雜阿含經》卷32（916經）（大正2，232a21~b7）。
- ⑫ 《中阿含經》卷4（大正1，447b8~14）。
- ⑬ 印順法師著，《佛法概論》頁232。
- ⑭ 《中阿含經》卷19（大正1，550a22~29）。
- ⑮ 《瑜伽師地論》卷12（大正30，338b4~15）。
- ⑯ 《增壹阿含經》卷12（大正2，602b19~c2）。
- ⑰ 印順法師著，《佛法概論》頁232云：「以施為『施福業』，五戒四無量為『平等福業』，七覺支為『思維福業』，這即是施、戒、定三福業。」
- ⑱ 印順法師著，《佛法概論》頁232。
- ⑲ 印順法師著，《成佛之道》頁249。
- ⑳ 印順法師著，《成佛之道》頁393~394。
- ㉑ 印順法師著，《成佛之道》頁52。
- ㉒ 印順法師著，《學佛三要》頁138。
- ㉓ 《雜阿含經》卷18（492經）（大正2，128b1~25）。

- ②④ 《雜阿含經》（大正2，128b17~19）。
- ②⑤ 《華嚴經探玄記》卷4解釋「調伏」為：「調者調和，伏者制伏。」（大正35，171b28~29）。
- ②⑥ 《注維摩詰經》卷1云：「直心者謂質直無諂。」（大正38，335b21）。故可說「質直」為「質者正也，正直之心，無諂曲也。」
- ②⑦ 《摩訶止觀》卷14云：「地持云：『得勝堪能名為力』。」（大正46，96b14~15）。《大乘起信論義記》卷5也說到：「於一切時一切處，所有眾善，隨己堪能，不捨修學，心無懈怠。」（大正44，286a14~15）。故可說「堪能」為「有力能堪物。」
- ②⑧ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83（大正27，427c19~25）。
- ②⑨ 而《瑜伽師地論》卷12解釋此經為：「如是一切，皆是聖行，唯聖能修；故經宣說覺分俱行。」（大正30，338c2~4）。韓清淨《披尋記》（第1冊）頁421解釋「如是一切皆是聖行，唯聖能修，故經宣說覺分俱行」為：「如前《經》言：『善修習慈，乃至廣說善修習捨，極於無所有處，如是一切，皆是聖行，不共外道，由是說言唯聖能修』。《集論》中說：『依止清淨四靜慮，若外道、若聲聞、若菩薩，引發四無量。』今為簡彼，故作是說：『見跡諸聖修此行時，七遍覺支與彼相應，是名覺分俱行。』」韓清淨《披尋記》會通此《經》及《集論》言：「證悟初果以上的聖人，才可說『無量』和『覺支』『同時』生起。」
- ③⑩ 《大乘阿毘達磨雜集論》卷10（大正31，740c17~29）。
- ③⑪ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷162（大正27，819b9）。
- ③⑫ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷162中有進一步討論，為什麼修習「無量」無法徹底斷除煩惱，如云：「問：何故四無量不斷煩惱？答：行相異故。謂十九行相能斷煩惱，無量非彼行相。四行相是無量，斷煩惱不以此行相故。」（大正27，819b10~12）。因為礙於篇幅，筆者在此不多做討論。
- ③⑬ 《增壹阿含經》卷7（大正2，581c17）。
- ③⑭ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83（大正27，427b10~11）。
- ③⑮ 《阿毘達磨發智論》卷17：「思惟何等入慈定？答：與有情樂。…思惟何等入捨定？答：於有情捨。慈斷何繫結？答：無。悲、喜、捨斷何繫結？答：無。」（大正26，1010c5~8）。
- ③⑯ 《阿毘達磨發智論》〈定蘊〉（大正27，819a7）。
- ③⑰ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83（大正27，427b14~24）。
- ③⑱ 《中阿含經》卷3：「彼男女在家、出家修慈心解脫者，不持此身往至彼世，但隨心去此……若有如是行慈心解脫無量善與者，必得阿那含，或復上得。如是悲、喜心與捨俱。」（大正01，438a19~24）。
- ③⑲ 《鞞婆沙論》卷11：「此佛契經以聖道名說慈。佛說聖道多種名，或以痛為名，或以想為名……或以念為名。或以定為名。或以慧為名。或以燈為名，或以我為名，或以石山為名，或以華為名，或以水為名，或以痛為名者。」（大正28，495b20~26）。
- ④① 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷83（大正27，427b25~c11）。

- ④① 《相應部經典4》，第7〈質多相應〉，7（牛達多），（漢譯南傳15）。
- ④② 《雜阿含經》卷27（大正2，197c16~21）。
- ④③ 印順法師著，《空之探究》p.27。
- ④④ 筆者檢索「無緣慈」，證明確實在「大正藏」第1~2冊，都無出現此一名詞；第3~4冊除了《大乘生心地觀經》有出現「無緣慈」外，其餘皆無出現；部派論書第26、27、28、29、32冊也都無出現「無緣慈」；除了以上之冊數，從「大正藏」第5冊開始則有出現「無緣慈」，共有200多筆。
- ④⑤ 《大寶積經》卷41（大正11，236a19~21）。
- ④⑥ 《菩薩地持經》卷7（大正30，927b13~15）。
- ④⑦ 《大乘理趣六波羅蜜多經》卷8（大正8，903c13~27）。
- ④⑧ 《大乘理趣六波羅蜜多經》卷9（大正8，908b23~24）。
- ④⑨ 《大般若波羅蜜多經》卷51：「發應一切智智心，大悲為上首，以無所得而為方便。」（大正5，290c2~3）。
- ⑤⑩ 如《小品般若波羅蜜經》卷8說：「若人於初發心菩薩隨喜，若於行六波羅蜜，若於阿毘跋致，若於一生補處隨喜，是人為得幾所福德」？《小品般若波羅蜜經》（大正8，575a19~21）。
- ⑤⑪ 《大寶積經》卷41：「……無緣之慈，證無生忍菩薩所得。」（大正11，236a19~21）。
《佛說大乘菩薩藏正法經》卷16：「……得忍菩薩行無緣慈。」（大正11，820a16~18）。
《大方等大集經》卷29：「……緣無緣者得深法忍也。」（大正13，200a16~17）。
《大乘莊嚴經論》卷9：「無緣慈者，以如緣故，八地無生法忍時得。」（大正31，636a9~10）。
- ⑤⑫ 《大智度論》卷20（大正25，209b25~c14）。
- ⑤⑬ 《大智度論》卷20（大正25，211c25~26）。
- ⑤⑭ 另外也有經論提到「三種所緣」的差異，但說明之處較站在「共與不共」之立場。如：《菩薩地持經》卷7：「……若菩薩無緣無量，不共一切聲聞緣覺及諸外道。」（大正30，927a29~b15）。以及《瑜伽師地論》卷44：「（A）於其最初欲求樂者、發起與樂增上意樂、普緣十方、安住無倒有情勝解、修慈俱心，當知是名有情緣慈。（B）若諸菩薩住唯法想增上意樂、正觀唯法假說有情、修慈俱心；當知即此名法緣慈。（C）若諸菩薩復於諸法遠離分別、修慈俱心；當知即此名無緣慈。」又云：「此中菩薩慈等無量有情緣者、當知其相與外道共。若法緣者，當知其相與諸聲聞及獨覺共；不共外道。若無緣者，當知其相不共一切聲聞獨覺、及諸外道。」（大正30，535c7~537b8）。
- ⑤⑮ 《大方廣佛華嚴經疏》卷1（大正35，504c16~17）。
- ⑤⑯ 「如諸佛法先說端正法，聞者歡悅，謂說施、說戒、說生天法」。《中阿含經》〈第28經〉〈教化病經〉（大正1，460b23~24）。

- ⑤7 印順法師著，《成佛之道》p.a3：「如來說法，總是先說『端正法』——布施，持戒，離欲生天（定）。然後對有出世可能的，授以出世法門。」
- ⑤8 印順法師著，《成佛之道》p.262：「但大乘中，重於因行的，名菩薩乘；重於果德的，名佛乘。」
- ⑤9 《大方廣佛華嚴經隨疏演義鈔》卷85云：「自未得度先度他，是故敬禮初發心。初發已為天人師，勝出聲聞及緣覺，如是發心過三界，是故得名最無上。」（大正36，669c15~18）。
- ⑥0 《大智度論》卷27（大正25，257b21~25）。也有經論是贊成龍樹菩薩的觀點，如《大般涅槃經》卷15：「無緣者，不住法相及眾生相，是名無緣。」《大般涅槃經》卷15（大正12，452c13~14）。
- ⑥1 《大乘義章》卷17（大正44，743b11~15）。
- ⑥2 《佛地經論》卷5（大正26，314b12~22）。
- ⑥3 印順法師著，《學佛三要》P.137。
- ⑥4 《阿毘達磨俱舍論》卷28（大正29，149c28~29）。
- ⑥5 《大乘義章》卷2（大正44，489a8~9）。
- ⑥6 《增壹阿含經》卷3（大正2，561a18~23）。
- ⑥7 《出曜經》卷26（大正4，751a5~6）。
- ⑥8 《摩訶般若波羅蜜經》卷24（大正8，394b12~13）。
- ⑥9 《十住經》卷3（大正10，518a4~5）。
- ⑦0 《大智度論》卷18（大正25，195b5~6）。
- ⑦1 《瑜伽師地論》卷86（大正30，780a12~18）。
- ⑦2 印順法師著，《華雨集第1冊》p.65。
- ⑦3 《相應部》（41）〈質多相應〉（漢譯南傳15，450~453）。
- ⑦4 印順法師著，《空之探究》p.7。
- ⑦5 在《雜阿含經》中，同樣也提出類似之說明，但《雜阿含經》是作心三昧。如《雜阿含經》卷21（567經）：
- 「有無量心三昧，無相心三昧，無所有心三昧，空心三昧。此法為……
- （A）云何有法，種種義、種種句、種種味？……
- （a）無量三昧者，謂聖弟子心與慈俱，無怨、無憎、無恚，寬弘重心，無量修習普緣，一方充滿，如是二方、三方、四方、上下，一切世間心與慈俱，無怨、無憎、無恚，寬弘重心，無量修習，充滿諸方一切世間普緣住，是名無量三昧。
- （b）云何為無相三昧？謂聖弟子於一切相不念，無相心三昧身作證，是名無相心三昧。
- （c）云何無所有心三昧？謂聖弟子度一切無量識入處，無所有、無所有心住，是名無所有心三昧。
- （d）云何空三昧？謂聖弟子世間空，世間空如實觀察，常住、不變易、非我、非我所，是名空心三昧。……

(B) 云何法一義、種種味？……

(a) 謂貪（者是）有量，（恚、癡者是有量），若無諍者第一無量。

(b) 謂貪者是有相，恚、癡者是有相，無諍者是無相。

(c) 貪者是所有，恚、癡者是所有，無諍者是無所有。

(d) 復次、無諍者空於貪，空於恚、癡，空常住、不變易，空非我、非我所。……」（大正2，149c6~150a16）。

⑦⑥ 《相應部》（41）〈質多相應〉（漢譯南傳15，450~453）。《雜阿含經》卷21（大正2，149c~150a）。

⑦⑦ 在「原始佛教」中，將「四無量」解釋為「無量心解脫」的經文，著實不多。筆者將出現於漢譯「大正藏」及漢譯南傳「大藏經」有關「無量心解脫」的經文出處呈列如下：

(A) 漢譯「大正藏」：

(a) 《雜阿含經》卷9〈255經〉（大正2，64a29~b3）。

(b) 《雜阿含經》卷43〈1176經〉（大正2，316c1~2）。

(c) 《中阿含經》卷19〈79經〉〈有勝天經〉（大正1，550a22~29）。

(B) 漢譯南傳「大藏經」：

(a) 《相應部經典4》，第7〈質多相應〉，7（牛達多），（漢譯南傳15，374~377）。

(b) 《中部經典2》，43〈有明大經〉（漢譯南傳，10）。

(c) 《中部經典4》，第3品〈空品〉，127（阿那律經）（漢譯南傳，134）。

(d) 《增支部經典2》，第1〈福生品1〉，51，（漢譯南傳，134）。

另外，在「部派佛教」的經論中，也出現了「無量心解脫」的名詞，但卻是「離欲聖人」所得！如《阿毘曇毘婆沙論》卷10：「離欲聖人，起無量心解脫勝處。」（大正28，68b8~9）。

⑦⑧ 《大智度論》卷27（大正25，256c16~23）。

⑦⑨ 《大智度論》卷20（大正25，209a5~6）。

⑧⑩ 印順法師著，《學佛三要》p.138。

⑧⑪ 印順法師著，《空之探究》p.26~27。

⑧⑫ 印順法師著，《佛法概論》p.247。

好書介紹

深觀廣行的菩薩道

佛學知識的處方，
透過閱讀不僅發現龍樹菩薩是一位辯才無礙的論師，
隨機取譬更是令人讚嘆，
深入經藏的收獲可說是替自己的智慧加分，
讓生命更精彩。

本書作者厚觀法師鑽研《大智度論》多年，根據作者於自序中說：未出家前第一次接觸《大智度論》時，即被論中生動的故事、巧妙的譬喻所吸引！由於受到《大智度論》的啟蒙，視野大開，法喜充滿，於中華佛學研究所期間即立定矢志研究該論典的決心，直到負笈日本留學，皆以《大智度論》相關主題為研究方向。

基於此，作者對於《大智度論》的研究可說是博學精專，此書結集收錄了七篇與《大智度論》相關文章，作者探求佛法的原則直接追本溯源，直探佛法核心。

總的來說，本書歸納出菩薩行的總體面，並娓娓道來每一面向的意義與重要性，並說明菩薩道行應善用的原則。前二篇探討戒學有關的問題，其中一篇主要討論戒學思想的基本觀念，以及處理「戒」與「罪」等關連性問題。另外一篇，則以「十善道」為軸心，探討菩薩戒的精神與特色。第三、四篇則與「般若波羅蜜」有關。此外，有三篇與印順導師著作相關連，作者深入研究，並加以探索菩薩行的真實意趣。另一篇則是探討解脫道與菩薩道的關係。

而此書題名為：「深觀廣行的菩薩道」，作者認為大菩薩行者應具備「深觀般若、廣行惠施」的精神，才能具足於福慧圓滿。因此本書即是佛學知識的處方，透過閱讀不僅發現龍樹菩薩是一位辯才無礙的論師，隨機取譬更是令人讚嘆，深入經藏的收獲可說是替自己的智慧加分，讓生命更精彩。



作者：厚觀法師

312頁/平裝/慧日講堂發行/非賣品

結緣書、流通處

◆ 慧日講堂：(10489) 台北市朱崙街36號

電話：02-27711417

傳真：02-27713475

◆ 高雄市正信佛教青年會：高雄市中正路58號9樓

電話：07-2247705

傳真：07-22248948

◆ 美國佛教會圖書組：2020 Route 301, Carmel NY10512.

電話：(1)-(845)-228-4287

傳真：(1)-(845)-225-0063

E-mail: baus.book@gmail.com

福嚴

Fuyan
Journal

會訊

2007年04月 第14期

慈悲為懷

印順敬題

