

乙二 兼說聲聞道

丙一 正說

丁一 應機開示

戊一 比丘應行不應行

己一 應修三學

庚一 增上戒學

又大迦葉！汝等當自觀內，莫外馳騁！

云何謂佛法為「內學」？真修行者，就是要往內求覺。

從內攝、內觀至內銷！

故內學者，有三個層次：從內攝、內觀到內銷。所謂內攝，就是心是向內的。一般人心都是向外攀緣的，故得把這攀緣的心先抓回來。內攝之後，心要做什麼呢？就是內觀，觀身心的存在與變化。四念處中的觀身不淨、觀受是苦、觀心無常，都是向內觀的。

內者，根本；外者，枝末。根本者，即性；枝末者，乃相。

剛開始觀，雖是從「相」開始觀，可是觀到最後，要能夠見性。因為如果只是在很多相裡觀來觀去，從對外攀緣相，到對內攀緣相，也只是五十步笑百步而已。

云何內觀要從觀相裡去見性？所謂內者，是根本。所以內觀不是觀身體裡面，也不是觀心理變化，而是要覺悟其共通性！故外者，是差別相；內者是共通性。共通性在原始佛教已講得很明確：無常、苦、空、無我、不淨。

四念處，即是觀「無常、苦、無我、不淨」之性也。所以四念處觀到最後，都必與見性相應，以見性才能解脫。

第三「內銷」，首要銷者是「我見」。因為從觀身心的變化，最後必可確認——諸法是無我性。故從內銷我見，再來內銷貪瞋慢等。所以要從內攝、內觀到內銷，才能把我們的無明、業障，完全銷除。

因此我對南傳某些內觀禪法不以為然，因為其觀的只是相——去觀一個禪相，講得很白是禪「相」，而非禪「性」。尤其只觀身體的某個部位，其實是有守竅與導引的嫌疑。

這和原始佛教的四念處實有很大的距離，以見性才能不著相，不著相才能慢慢內銷。但這部分已不是增上戒學的範圍，而是與慧相應的。

如是大迦葉！當來比丘如犬逐塊。云何比丘如犬逐塊？譬如有人以塊擲犬，犬即捨人而往逐之。如是迦葉！有沙門、婆羅門，怖畏好色、聲、香、味、觸故，住空閑處，獨無等侶，離眾憤鬧，身離五欲而心不捨。是人有時或念好色、聲、香、味、觸，貪心樂著而不觀內，不知云何當得離色、聲、香、味、觸。

以不知故，有時來入城邑聚落，在人眾中，還為好色、聲、香、味、觸——五欲所縛。以空閑處持俗戒故，死得生天，又為天上五欲所縛。從天上沒，亦不得脫於四惡道——地獄、餓鬼、畜生、阿修羅道。是名比丘如犬逐塊。

「如犬逐塊」就像狗一樣，丟一塊骨頭給牠，牠就跑去追了。若沙門、婆羅門等修行者「怖畏好色、聲、香、味、觸故」。這有一個問題——「怖畏」是害怕。為何害怕呢？因為好色、聲、香、味、觸都會害人啊！因為害怕，所以趕快避開。但這些為何會害人呢？因為貪心還在。如果你根本不把它當做「好」的，就不用怕它會害你了！

因為怕會害我，所以避到空閑處，即無好色、聲、香、味、觸處，然後一個人在那邊修行。經文裡並未講到修行，而只說在空閑處，獨住無侶，離諸憤鬧、喧嘩。這表面上似已離開五欲的境界，可是心非真能捨；因為心裡還認定它是好的。所以「或念好色、聲、香、味、觸，貪心樂著」，偶而又會思念之。

這就像老子說的：「不見可欲，使心不亂」。不見其實還是會亂，因為你還是把它當做「可欲」也。這不是真正的看破，而只是逃避；故無法真降伏其也。

後壓抑不了，才現行為「以犬逐塊」。

「以不知故，有時來入城邑聚落，在人眾中，還為好色、聲、香、味、觸——五欲所縛」。能暫時避開五欲境界，但不能終生避開；因為生活所需，還是要和外緣接觸。接觸時，又被五欲所縛。

有的人剛開始警戒心比較強，所以知道防範，可是時間久了，便後繼乏力矣！

或者說初是壓抑，壓到後來反彈愈來愈大，最後壓不住了，現行得比別人還誇張。

我們不要講修行人，很多人羨慕別人住山，不理人間事，像神仙一般。但真去了又如何？初去第一天還好，第二天就覺得有點無聊了，三天後還是趕快回家吧！真正能在山上安住者，其實是少之又少！尤其平常多在都會區過活的，要住山更是難上加難，因為已習慣在五欲的境界裡打轉，一旦離開，心就變成孤零而無著落。

「以空閑處持俗戒故，死得生天」，如果這些人能夠繼續修遠離行，沒有被五欲所縛；於是不管以持戒、修定，基本上都有天福，故死後能往生天道。但往生天道之後，只在天上享福，福享盡了，很可能就又墮落了。

至於是否必墮「四惡道——地獄、餓鬼、畜生、阿修羅道」？也未必。看餘業是什麼多，就墮那一道。

其實最初乃類似「以石壓草」，而非「以犬逐塊」！

「是名比丘如犬逐塊」，其實最初是以石壓草，乃用逃避、壓抑的策略。到最後壓抑不了，才現行為以犬逐塊。

其實，很多人間弘法者，雖美其名為菩薩道，其實是「山頭主義者」；乃一向都是「以犬逐塊」，為何不苛責呢？

而有些人剛開始就是以犬逐塊的，為何不苛責呢？如在人間弘法，雖美其名為菩薩道，但其實是「山頭主義者」。這些從頭到尾都是以犬逐塊的，為何就不斥責他們呢？而只罵那些避世修行者？所以我覺得《寶積經》從頭到尾，都是偏一邊的。

本屬貪性的眾生，才會有以犬逐塊的狀況。若屬瞋者，即不然；如大迦葉尊者，一向修頭陀行，雖已證得阿羅漢果，還是繼續修頭陀行。哪曾以犬逐塊呢？

又大迦葉！云何比丘不如犬逐塊？若有比丘，為人所罵而不報罵，打、害、瞋、毀亦不報毀，但自內觀，求伏其心。作如是念：罵者為誰？受者為誰？打者、害者、毀者、瞋者，亦復為誰？是名比丘不如犬逐塊。

一方面罵阿蘭若比丘為「以犬逐塊」，一方面又要阿蘭若比丘參「被罵者是誰？」你也太工於心機了！

我覺得這很偏心，因為在比丘裡，就只罵阿蘭若比丘，而不罵人間比丘。且罵完之後還說你不能生氣，生氣就代表沒修行；只能去參話頭，參被罵者到底是誰？

這種情況就像有些人向學佛者借錢，借了還說：還不還？還多少？你都要放下。如果放不下，就代表你沒修行。都是你對，而別人錯嗎？

所以是參「被罵者是誰？」，而非參「罵者為誰？」

「為人所罵而不報罵」我們被人罵了，不要存著報復的心。「但自內觀，求伏其心」，要向內去降伏這煩惱的心。「作如是念：罵者為誰？受者為誰？」我覺得：不是參「罵者為誰」？罵者當然就是你啦！

而是參「被」罵者為誰？為何是「被罵者為誰」呢？因為要向內觀，當是得參被罵者是誰？如鑽「罵我的是誰」？鑽到最後，可能就跟他拚命去了。故得參「被罵者是誰」？下面都一樣：參受害者、煩惱者是誰？

我以前就說過，在我們煩惱當下，可以去參「煩惱者是誰？」就算不能即時參出來，至少可以將煩惱「剎住」；而非如一般人唯愈捲愈大。

因為用參的方式，其實已逆轉了，是向源探溯，而非向下漫流。所以當我們開始參「被罵者是誰？」「瞋恨者是誰？」這時瞋心至少已「剎住」了，而不會再擴散。

「作如是念」其實是「作如是參」。

「作如是念」，其實不是只心頭想一想而已，而是類似禪宗把這個問題懸著，繼續去追，而變成「參話頭」。參「煩惱者是誰？」而不能去參「你是誰？」「他是誰？」也不可以參「佛是誰？」

但非止於逆境時參，順境即不參也！

一般人在逆境時，還比較容易起參。但於順境，還能夠啟參，那才是真工夫哩！在事業正飛黃騰達時，你還會懷疑人生有什麼意義嗎？在愛情正順遂時，誰還會懷疑愛情是假的？太難了！所以能於「利、譽、稱、樂」時繼續參，才

是真用功者。

似參話頭者，當屬增上慧學。

禪宗的參，不是只是念念而已，而是要參到水落石出。同理，既屬參話頭者，乃屬於增上慧學，而非增上定學而已！

庚二 增上心學

迦葉！譬如善調馬師，隨馬嚙喉，即時能伏。行者亦爾，隨心所向，即時能攝，不令放逸。

「嚙喉」像現代人講的「發飆」，如很難調伏的野馬，常發飆、作怪。但好的調馬師，能很快把這馬降伏下來。

即時能攝：或攝於方法，或攝於無念。

我們的心也像心猿意馬一樣，常亂起亂動；發現它亂起亂動時，就要趕快把它收攝回來，收攝在什麼地方呢？第一是攝於方法，比如用數息法，心攝回來用於數息。若持咒者，心攝回來繼續持咒。第二是攝回來，即安住在無念的狀態中。如起了妄念，再把它收攝回來。

上所說的，只偏於「散亂」的對治。至於「昏沉」則不然！

就修定而言，只要打了妄想，就要把心收攝回來，這是不待再言。可是如僅如此，來修「增上心學」其實是不夠的。我們都知道，修定有兩個最大的障礙：昏沉和散亂。而這裡只講到散亂的對治，而未講到昏沉的對治。

一般人剛開始打坐，散亂的情況多，因為心老是東想西想。可是過一段時間後，昏沉的問題即變得很嚴重。自古以來講到昏沉的對治方法，如觀眉心、意想光明，其實都是無效的。甚至過去打禪七時，昏沉者就要舉手，請打香板。其實，能舉手就表示非那麼昏沉。真正昏沉者，連手在哪裡都不知道！

或說：下座拜佛，拜佛時當然不會昏沉，但上座後繼續昏沉。叫他經行等，亦然。以我的體驗，除非身體太累，否則昏沉主要的原因是氣脈碰到障礙。若氣堵在頸部，頭就勾下去；堵在腰部，腰就垂下去。用什麼方法，大概都很難克服。最後只能以繼續坐，坐到氣足了，自然能把障礙處，慢慢滲過去。

於昏沈時，繼續保持打坐的姿勢。雖然方法用不上，但對於養氣，還是有正

面的功效。待氣養足了，才有辦法疏通那阻塞的穴位。氣通過了，人才會清醒過來。

所以如果昏沉了，一定要坐到清醒過來，才能下坐，不然就前功盡棄。甚至，氣養到通了，清醒過來，還不可以馬上下坐。而要待通暢一點，才下坐！

當然也要有這個福報，才能一口氣坐上兩三個小時。甚至有些人打禪七，至少得睡個三四天，才會慢慢清醒過來。前三四天怎麼打香板，都沒有用。四天以後不用打香板，即可坐得很端正。這我們在禪堂看太多了。

相信，每個人遲早都會碰到脈障的問題，所以未雨綢繆，先有這明確的觀念，以後再碰到，心就能篤定去調伏。

這是講到增上心學，主要是說如何調伏散亂與昏沉。

其實，真正的定，非止於一境；而是對境而不亂。

講到定時，多認為是定在一個境界上。然如只定於一境，就會和所有的外境完全隔絕，這是不可能智慧的。故專注在一境，只是做基礎，更高的工夫是在專注一境時，更觀照自己念頭的起落。

最初修定時，只是看起不起念，起了就把它截斷。但在生活當中，我們不只要知道已起了念，而且要知道起的是什麼念？如果起的是貪念、瞋念，就要立即剎車，或迴向到與佛法相應的念，這才是與智慧相應的定。

到最後，能夠做到「對境而不亂」。對境為何會亂？因為業障習氣現行。所以真正的定，是讓我們對境時，業障不現行！在順境、逆境，都不產生貪瞋痴慢，這才是真正的定。

對境而不亂，這就和正知見、正思惟是相連結的。因此能從正念，再到正定而得解脫也。

庚三 增上慧學

迦葉！譬如咽喉病，即能斷命。如是迦葉！一切見中唯有我見，即時能斷於智慧命。

於有情眾生中，有「我見」；於一切法中，有「自性見」或「個體見」。

在邪知邪見中，最嚴重的就是我見。對有情眾生而言，其實最根本的邪見，乃是「自性見」或「個體見」。而我見，是包含在「自性見」裡。

自性見其實是更廣的。但何以在原始佛教卻偏講「我見」？因就解脫道而言，反而是諸法無我比較精準。

所以一個是理論的圓滿，一個是對治的精準，故無衝突。就像講到修行，貴在一門深入。從哪門深入呢？從諸法無我去深入！因為眾生的我見，是最障礙解脫的。

譬如有人隨所縛處而求解脫。如是迦葉！隨心所著，應當求解。

應當求解！但如何求解？云何不說呢？

如果已被縛者，當求解脫。但怎麼求解，才是主要的問題，云何不說呢？

這用《中觀》的「眾因緣生法，我說即是空」即可消除我見，而且非常直接利落。這從理論，去思考推演，結論非常明確，不可能有任何懷疑。

有很多學佛人，問他：「諸法無我嗎？」他說是啊！那現在回答者是誰？他就不知道怎麼回答了。又無我為什麼要吃飯？無我為什麼要修行？

如果一被問，就傻住了，則表示無我的思想，和你的生活根本是脫節的。要在一切行為裡，都肯定與無我相應，這才算有正知見。

己二 應離八失

又大迦葉！出家之人，有二不淨心。何謂為二？一者、讀誦路伽耶等外道經書；二者、多畜諸好衣鉢。又出家人有二堅縛。何謂為二？一者、見縛；二者、利養縛。又出家人有二障法。何謂為二？一者、親近白衣；二者、憎惡善人。又出家人有二種垢。何謂為二？一者、忍受煩惱；二者、貪諸檀越。又出家人有二雨雹，壞諸善根。何謂為二？一者、敗逆正法；二者、破戒受人信施。又出家人有二癰瘡。何謂為二？一者、求見他過；二者、自覆其罪。又出家人有二燒法。何謂為二？一者、垢心受著法衣；二者、受他持戒善人供養。又出家人有二種病。何謂為二？一者、懷增上慢而不伏心；二者、壞他發大乘

心。

我覺得這八失的講法，與前面的大同小異，因此就不勞煩我多講了。

但是這段：「又出家人有二種垢。何謂為二？一者、忍受煩惱；二者、貪諸檀越」，貪諸檀越的部分我不講，主要是講忍受煩惱。

忍受煩惱：大乘常言，不斷煩惱。於此云何又以「忍受煩惱」為出家垢呢？

大乘佛法常講「不斷煩惱」。此處又說忍受煩惱，是垢是病！到底對煩惱應持什麼態度？未解脫的眾生，多少都有煩惱；若在煩惱時，急著斷煩惱，很多時候是本來的煩惱未去除，又增加一種「不能斷除煩惱的煩惱」。所以如果不能忍受煩惱，乃更煩惱也。

如果就忍受煩惱，是否就姑息養奸、和垢同塵呢？

煩惱，只是枝末；見地，才是根本。當力求截斷根本，而非循枝摘葉爾！

這主要在於一關鍵——煩惱是枝末；見地才是根本。經典上都說，像截多羅樹根的比喻。如果樹根已斷，枝末就隨之枯萎。枝末是貪瞋等煩惱，根本是我見。

所以如果是小煩惱，就暫忍受，而繼續往根本去探溯。這有點像中醫講的：緩則治本，急則治標。如果煩惱不是很嚴重，便不用急著去處理，還是往根本的佛法去努力；因為斷根本，才是最究竟的。反之，是很大的煩惱，那就必須去面對處理了。因為若不處理，就沒辦法修行了。

如果不是很大的煩惱，你是參禪的，就繼續參。其實真參禪的人，是不會有大煩惱的。因為生命的問題不解決，剩下的都不算什麼問題啦！不要一天到晚在小問題裡打轉，而橫生煩惱。

所以「忍受煩惱」和「斷煩惱」，是不衝突的，主要是當從根本去著手。

戊二 沙門善學不善學

己一 標列

又大迦葉？謂沙門者，有四種沙門。何謂為四，一者、形服沙門；二者、威儀欺誑沙門；三者、貪求名聞沙門；四者、實行沙門。

己二 別釋

庚一 形服沙門

何謂形服沙門？有一沙門，形服具足，被僧伽梨，剃除鬚髮，執持應器。而便成就不淨身業、不淨口業、不淨意業；不善護身，慳嫉、懈怠，破戒為惡：是名形服沙門。

「形服沙門」意思是只有外表像沙門，其實內在裡一點都不是。

「應器」是指鉢，當時印度的出家人，都是拿著鉢去乞食。常謂「三衣一鉢」，「僧伽梨」是三之一，是指大衣，或稱為「九衣」，乞食時穿的。甚至還包括錫杖，也是在托鉢乞食時用的。

而便成就：而實造作。

這句話很奇怪：「而便成就不淨身業、不淨口業、不淨意業」，成就都是指好的而言，哪可說是「成就諸不善業」。

故應該是「而實造作...」，他造作的卻是不淨的身口意三業。外表似有出家眾的威儀，但實際上身口意三業是不淨的，甚至是慳嫉、懈怠、破戒的比丘。

其實，更多的形服沙門是：已出家，並常住寺院中，既被出家服，也全素食，每天按時作早晚課。不犯大戒，心中有佛無法。

我覺得更多的形服沙門不是破戒的，也未造作不淨的身口意三業。而是很多住在寺廟裡的出家人，每天按時作早晚課，當然得吃素、穿出家服，也不犯大戒。

小戒呢？因為時空不同，很難說犯或不犯。但在一般人眼中也不覺得他有什麼錯。只是心中「有佛無法」。

云何無法？心不求法故。以心無法故，觀念、行為還同世間人。

雖誦經，卻不想了解裡面的義理。每天就是這麼過日子，頂多一年有幾次法會，做一做賺點生活費，繼續過原地踏步的日子。心中有佛無法，既是出家眾，心中一定有佛；可是云何無法？因為不求法，不具佛法的知見。

所以他的觀念和一般人其實沒有很大的差異，因為不能深入法，即不能改變其觀念與心態，因此行為舉止還和一般人沒兩樣。

如果不用高的標準來看，其實也沒犯什麼大過！只是每天渾渾噩噩地過日子，這是第一類的形服沙門。這樣的人其實是佔多數哩！

庚二 威儀欺誑沙門

何謂威儀欺誑沙門？有一沙門，具足沙門身四威儀，行立坐臥，一心安詳；斷諸美味，修四聖種；遠離眾會，出家憤鬧之眾；言語柔軟。行如是法，皆為欺誑，不為善淨；而於空法有所見得。於無得法生恐懼心，如臨深想；於空論比丘生怨賊想：是名威儀欺誑沙門。

四聖種：著糞掃衣、常行乞食、依樹下坐、服陳棄藥。

其實，更多的是「威儀取相沙門」：很多標榜持戒，或修淨土法門者，多有此傾向。

意思是很多比丘表現出很有修行的樣子：不管是行住坐臥，都很有威儀。甚至一心安詳、遠離眾會、言語柔軟。「行如是法，皆為欺誑，不為善淨」這些做法都是為了欺騙別人的，而非為了趨善斷惡。

其實我的看法不是這樣子，有些人只是規規矩矩，依樣畫葫蘆地在修行，所以外表皆有模有樣。這最常在念佛道場以及持戒道場中見。

行如是法，皆為欺誑，不為善淨；行如是法，皆為取相，故非為善淨——與「三輪體空」相違背。

然他不是存心造作，甚至為騙別人。而是努力、莊重地在修行。但比較嚴重的問題，就在「取相」。這些人基本上都是著相而修的，既念佛是著相，也持戒是著相。故外表似中規中矩，可是不與解脫相應，有時還產生很多無謂的煩惱。因為是以「有我」來持戒，是以「有我」而求生淨土的。

所以你會發覺，他們的執著其實非常重。說放下，其實什麼也沒放下。以取相，即不能見性；若不能見性，就不能真正放下。

這些人你和他講空，講沒西方淨土，他會瞋心大發。你若講：西方沒有阿彌陀佛，他就跟你拚命！愈取相，就愈執著。這不是為存心欺誑，而是為「見地不足」故也！

這樣的修法其實也能昇天，因為還能累積人天福德；但不能解脫。這樣的修

行人為數也佔不少。

所以第一類是完全不修，只每天渾渾噩噩過日子。第二類是認真修，雖有模有樣，但都是著相而修的。

庚三 名聞沙門

何謂名聞沙門？有一沙門，以現因緣而行持戒，欲令人知；自力讀誦，欲令他人知為多聞；自力獨處，在於閑靜，欲令人知為阿練若，少欲知足，行遠離行。但為人知，不以厭離，不為善寂，不為得道，不為沙門婆羅門果，不為涅槃：是為名聞沙門。

經文中，威儀欺誑沙門與名聞沙門看起來蠻相似的，因為都是在做表相工夫，而非真在修行。

但我認為：在佛教界裡的「名聞沙門」，是指已經成為「名師」。而要成為名師，當然要有些工夫：有些擅長禪坐止觀，有些專門講經弘法，有些很會梵唄唱誦，都各有獨到的工夫，才有辦法爭出名來，而成為「名師」。

於是既成名，必利養多、徒眾廣，就免不了建道場、收徒眾；因此常不知不覺落入「山頭主義」的窠臼中。

於是成名之後，就會有兩種效應：一、供養的人多。二、徒眾也跟著多。因要來跟你學的，愈來愈多；所以很難避免得建道場、收徒眾。今天在台灣會講經的法師，不建道場才奇怪哩！

因為有太多緣，會來促使他蓋道場；道場蓋大了，當然需要更多徒眾去護持；或者徒眾收多了，當然得蓋更大的道場，才能安置他們。於是道場要維持，徒眾要生活，很多現實上人事的問題、經濟的問題，逼得他們很難不落入「山頭主義」的思考模式中。

這些人不知法嗎？不能說不知，至少講經說法時還能引經據典、滔滔不絕，普羅大眾也覺得很相應哩！但知得不勝義。這些人無修無證嗎？不能說無證，但證得不究竟。於是小業障還免得了，大業障即過不了。很多時候，又被「菩薩道」合理化了，根本就沒辦法發覺——我現在已掉入泥淖了！還自以為身在莊嚴的菩薩道上。

已成為一方名師後，還能保持非常大的警戒性，這是很不容易的。因為成名後，警戒心就沒當初那麼敏銳，而容易在人我是非、名聞利養間，忘了再提升。最後很多行為就和以前沒什麼兩樣了。

眾生有三大類：偏瞋、偏貪、偏痴。偏瞋者：較理性，偏發出離心，與空相應。所以「斷諸美味，修四聖種；遠離眾會，出家慣鬧之眾。」「持戒、自力讀誦、自力獨處，在於閑靜、少欲知足，行遠離行」皆為瞋行者的特質。偏貪者：較感性，偏發入世心，與有相應。多修信願、慈悲、度眾等法門。所以「言語柔軟」「而於空法有所見得；於無得法生恐懼心，如臨深想；於空論比丘生怨賊想」是為貪行者的特質。偏痴者：較渾沌，一天過一天；似無所求，卻不離煩惱。作一天和尚，撞一天鐘；卻不明何以和尚得撞鐘！

以上三種沙門，其實佔台灣佛教界的百分之九十以上。既普遍如此，云何非「末法時代」呢？