

## 滅,真實是滅

「滅」是體證涅槃，不是說說想想就可以證得，而是真實體證到的滅盡煩惱，名法、色法滅盡的狀態。

「滅」解作「滅盡煩惱」，是詮釋「涅槃」絕佳的一句。《相應部》(S.38.1./IV,251.)舍利弗尊者說：「友！若染盡，瞋盡，癡盡，這稱為涅槃。」體證涅槃的當下，(貪)染、瞋、癡被滅盡，離開果定(涅槃)之後，阿羅漢永不生煩惱，其他的聖者還有未斷的煩惱，因此還會生煩惱。斷了煩惱，智慧必然生起，就像雲破日出，水清魚現一樣；有的人斷了煩惱，就同時證得「四無礙智」(最頂峰的智慧，特別指對四聖諦的知解)。

證「滅」或證涅槃，是真善美的境界，是世尊所教導法的終極目標，雖然說當生乃至短至七天就可以證得的，但是證悟的人畢竟是少數，加上「涅槃」不容易說清楚，或不容易被理解，以致於人類對「涅槃」充滿了想像，但是那些渾沌不明的論調，可以以經義或論義來釐清。

「滅」是體證(聖)果，不是只伏住煩惱，或暫時斷煩惱，或得到禪定，或空掉的感覺。《相應部疏》(S-t.12.16.)說：**nirodhāti...phalam.**(滅：...是(聖)果。)體證聖果之後，部分或全部的煩惱是永久性的斷除，斷除煩惱的部分永不復起。斷煩惱有什麼利益呢？第一件大事，永不墮落惡趣(因為斷了我見)。第二件大事，縮短輪迴時日(因為愛、染等萎縮)，即使還會放逸，頂多再活七生就跳出三界外，不在五行中。(明法)

## 道,真實是道

「道」是道路，體證涅槃的道路或路徑。「苦滅」之路必須要沿著「苦滅行道」走。在《相應部》(S.56.11./V,421~2.)世尊說明「苦滅」之路：「諸比丘！苦滅行道聖諦者，此即是八支聖道：正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。」依八正道來走，就能達成「苦滅」的終點。

八正道怎麼走呢？《相應部》(S.55.5./V.347)說：「親近善士為預流支，聽聞正法為預流支，從根源作意為預流支，法次法向為預流支。」從親近善士開始修行，就有了向著(聖)流的成份(*sotāpatti-y-aṅgam* 預流支)，流注於涅槃，終點在涅槃。

(1)「親近善士」是親近受持五戒以上的善人，住在有四眾弟子的地方，方便聞法、作布施等。(2)從善人、從佛經都可以「聽聞正法」，但是從佛經聞法，無法完全取代由善人聞法。親近善人時，除了聞法之外，若自己行道方向正確會被肯定與鼓勵，若身語意有過失，會被糾正。(3)「從根源作意」(古譯：如理作意)是好好從根源或因緣來作思惟法義，屬於慧學(正見、正思惟)。(4)「法次法向」是依法行道，屬於戒學(正語、正業、正命)與定學(正精進、正念、正定)。

依八正道走，若尚未得到果證，也不至於墮落；若逆向行駛(八邪道)，不只遠離涅槃，也自掘墳墓。修道，不管世間有無佛菩薩，一樣可以自知自證。修道，隨時可以上路，不用等時機，不用等到「水淹到腳目，火燒腳後蹬」，才來臨時抱佛腳。(明法) ¶



## 三十二相,八十種好

/ 明法比丘

### 悉達多太子相貌出眾

傳說悉達多太子剛出生不久，阿私陀仙人在白天見到穿乾淨衣服的三十三天人和帝釋(天公)，手揮動著白布，歡欣慶賀，熱烈頌揚。他問住在須彌山頂的諸天神發生什麼事？天神回答說：無以倫比、寶中之寶的菩薩，已降生在倫比尼城釋迦村，他未來將在「仙人(墮處)」的林中開始轉法輪，作獅子吼，所以他們非常高興快樂。於是，阿私陀仙迅速的下來(人間)，來到淨飯王宮中，觀看太子，見到太子金光閃閃，相貌出色。阿私陀仙滿懷喜悅地說：人中至高無上。又說，這位王子將達到最高的正菩提，見到最高的純淨，轉動法輪(《經集》Sn.3.11.)。

悉達多太子一出生相貌非凡，但是具有「三十二相」(巴 *dvattimsamahāpurisalakkhaṇāni*；梵 *dvātriṃśan mahā-puruṣalakṣaṇāni*)應該是成年以後的完整身體特徵。不過有的北傳佛傳說，太子一出生就具「三十二相」。如來「三十二相」是歷經四阿僧祇劫又十萬劫(北傳傳說三阿僧祇劫)修福修慧，得到身相莊嚴。欲地或色地眾生，有時也有某項或多項的莊嚴、不凡的身相，他們是依自己長久以來修習某項或多項善業而得到的。得到一「相」就很了不得，何況多相。古印度人就傳說具有「三十二相」者，不是將成為轉輪王或就是將成為佛陀。

### 具三十二相只有二趣處

本文說「三十二相」的部份，主要是依據《長部》三十二相經(D.30.Lakkhaṇasuttaṃ)。本經所說的特色，除了說明三十二相以外，還更深入說明其宿因；觀察累世的因緣關係，已經非一般命相專家或略具神通者所能瞭解。本經一開頭世尊這麼說：「諸比丘！大人具有三十二大人相，若具足大人(相)，只有二趣處而無其他(趣)。若居在家者，成為轉輪王之正法王，征服四方，安定國土，七寶具足，其七寶者，即：輪寶、象寶、馬寶、摩尼寶、女寶、居士寶、主兵寶為第七。他有逾千王子，(皆具)勇猛與英雄氣慨，善伐敵軍。他在此大地直到海邊，不用杖罰與刀刑，唯依法征服統治。然而，若他由在家而出家成為無家者，除去世間的覆障，將成為阿羅漢、正等正覺者。」世尊接著就說三十二相，及得到該相的宿因。有時一因得一相乃至三相，或多因得一相乃至三相，總計可以歸納出二十項因緣果報。

### 觀察佛陀三十二相

在佛世時，有婆羅門根據傳說，在佛陀身上觀察找三十二相。《長部》阿摩晝經(Ambaṭṭhasuttaṃ)說，阿摩晝青年婆羅門，從佛身找三十二相，除了二相(馬陰藏相與廣長舌相)，他觀察到其他的相，因為他看不到二相而心起疑。世尊知道之後，以神通力令阿

摩晝見到世尊的馬陰藏相，世尊又伸出舌頭，舔兩耳邊、兩鼻孔，以舌覆額頭，顯現廣長舌相。(D.3./I,106.; cf. 《長阿含 20 經》《阿摩晝經》(大正 1.82))類似的故事記載在《梵摩經》(M.91.Brahmāyusuttam)世尊以神通力令梵摩婆羅門見到世尊的馬陰藏相與廣長舌相。(cf.《中阿含 161 經》《梵摩經》T1.685.3;《增壹阿含 43.2 經》T2.758.1)

### 奇人異相及非真正好相

看「相」知吉凶福禍是一門「命相學」，雖然它有經驗或統計的基礎，但是其中隱藏著不準確性(《雜阿含 54 經》特別說到無常的變數)，因此，佛教並不鼓勵從事這個行業，對於出家眾幫人看相謀生，則被認為是「邪命」(不正當的生活方式)。相由心生，相由心轉，看「相」有時能看出身心的一些端倪，因此它一直存在人間。悉達多太子出生之後也涉及到看相。

佛陀具有的五官、手足、肩頸、骨肉、體型、髮、毛、指甲、牙齒、皮膚、聲音、氣色、舉止神情等，都是上上好相，其中還有不少項目，都不是一般相書所記載的。根據佛陀具有的最完美的身體特徵，可以來檢視或澄清奇人異相是否是真正好相。有幾種相，中國人特別將之作為奇人異相的特徵。以(第十六相)「手過膝」一相來說，根據晉書·帝紀第三記載，晉朝第一任皇帝晉武皇帝(司馬炎，A.D.230~290)「手過膝，此非人臣之相也。」唐朝的華嚴宗四祖清涼國師(澄觀 A.D.738~839)享有一百零二歲，生歷唐朝的九個皇帝，七位皇帝請他為師，《清涼山誌》說他「(身高)九尺四寸，雙手過膝，口生牙齒四十顆，目光夜發，聲韻如鐘。」而明朝的作品《三國演義》描寫劉備是「身長八尺，兩耳垂肩，雙手過膝。」恐怕已經是附會之說。病名有「馬凡氏症候群」(Marfan syndrome)，它的最大特徵就是又高又瘦，雙手過膝，甚至美國總統林肯都被懷疑是馬凡氏症候群患者。因此判斷「雙手過膝」需要

排除此項異常。

(第三相)「扁平足」(俗稱「鴨母蹄」)是指站立時腳掌內側腳弓降低或消失，內側腳弓幾乎或已經平貼到地面上，這是屬於病態的腳丫。根據國外的統計，扁平足發生的比率約 3% - 10%，而台灣某大型醫院的幼稚園學童篩檢報告估計國內兒童扁平足的比率應大於兩成。所以此項「扁平足」的觀測不準確性很高。

(第十四相)「馬陰藏相」是男生陰部縮入於體內。道家則採取煉精化氣來達到馬陰藏相，但是與先天具備的不同，當然不能歸納於「三十二相」。

中國人還說其他的奇人異相，有的可能是塑造的或異形的，雙瞳(眼內橫長兩個瞳孔)、重瞳(眼中虹膜另有大黑翳)、狼顧(頭部扭轉九十度而身體不動)等都是特別的相。後代的作品《孝經緯·鉤命決》把孔子整型為：「仲尼斗唇，舌里七重」、「夫子輔喉駢齒」、「仲尼虎掌」，這些唇、舌、喉、齒、掌的異相都是塑造的，也都不是「三十二相」或「八十種好」的內容。

關於「痣」，命相學有說好痣與壞痣。但是依北傳經典所說的佛陀的相好，排除「斑痣」這一項。《方廣大莊嚴經》(T3.557.2)卷第三：「四十九、身無黑子(黑痣)。」《大般若經》(T6.968.2)：「皮膚遠離疥癬，亦無麤點、疣贅等過。」

記載在南北傳諸經論的「三十二相」，項目、名稱、與順序，所說不一。以下表格是依據《長部》三十二相經的順序，來說明「相」及其宿因，及當生將伴隨的利益，作為更深的瞭解身心的因果的關係。並以以下三經作補充說明：

- ▲《方廣大莊嚴經》(T3.557.2~3)卷第三
- 《大般若波羅蜜多經》卷第三百八十一 (T6.968.8~9)
- ◆《坐禪三昧經》卷上(T15.276.3)

三十二相	原 因	伴隨果報或將成就
<b>(1)足安平立相</b> (suppatiṭṭhita-pādatā-lakkhaṇa)，即足下平滿相。平足蹈地，平(足)舉起，腳掌完全放下觸地。	於諸善法平等的、堅固的受持。於身口意三善行，分享財物，持戒，布薩齋戒，孝順父母，尊敬沙門、婆羅門，尊敬家族中的長輩，及種種優勝之諸善法。他實行、積聚、充滿、增廣這些業。	若生天，有十事勝過其他諸天，即：天壽、天貌、天樂、天名譽、天威、天色身、天音、天香、天味、天觸。 能為轉輪王或佛陀。
<b>(2)腳掌輪相</b> (pāda-tala-cakka-lakkhaṇa)，即千輻輪相。兩腳掌生二輪，有千輻(之肉紋相)、有輞、有轂，所有的紋路明顯，分明整然。	為眾人安樂，除驚慌、恐怖，正立守護、衛防，次第行布施。	能為轉輪王或佛陀。
<b>(3)足踵(圓滿)廣平相</b> (āyatapaṇhi-lakkhaṇa)，足跟廣平相。	斷殺生、離殺生，沒收杖、刀，羞恥心、憐愍利益一切生物。	能為轉輪王或佛陀，壽命長，人類的任何敵人都不可奪其生命。
<b>(4)(諸)指纖長相</b> (dīghaṅguli-lakkhaṇa)，手臂美嫩形端正，指頭柔軟又纖長。	同上	同上
<b>(5)身體直如梵天相</b> (brahmujugatta-lakkhaṇa)，有如梵天身直挺，清秀明淨長得帥。	同上	同上
<b>(6)七隆滿處相</b> (sattussadatā-lakkhaṇa)即兩手、兩足、兩肩、頸項等七處(肉)皆隆滿。	施與美味種種的食物：硬食、軟食、適合被品嘗的食物、舔食及種種飲料。	成為轉輪王或佛陀，享受美味種種的食物。
<b>(7)手足柔軟相</b> (mudutalunahatthapāda-lakkhaṇāni)	以四攝事攝受人，即以：布施、愛語、利行、同事(dānena peyyavajjena atthacariyāya samānattatāya)。	成為轉輪王善攝受隨從--婆羅門、居士、市民、村民、財政官、宰相、衛兵、門衛、智囊團、臣子、王子等。成為佛陀則善攝受隨從--比丘、比丘尼、



		優婆塞、優婆夷、天人、人類、阿修羅、龍(蛇)、乾闥婆等。
<b>(8)手足有網縵相</b> (jāla-hattha-pāda-lakkhaṇāni) 手足指間，有縵網相。 《 <a href="#">大本經</a> 》(T1.5.2)：「三者、手足網縵，猶如鵝王。」《中阿含 59 經》《 <a href="#">三十二相經</a> 》(T1.493.2)：「 <sup>8</sup> 大人手足網縵，猶如鴈(=雁)王。」	同上	同上
<b>(9)足踝高相</b> (ussaṅkhaṇḍa-lakkhaṇa) 兩 踝 腓 相(ussaṅkhaṇḍa)，即足趺隆起相，為足背高起圓滿之相。	平等地為無數人演說伴隨義理、伴隨法，使眾人明瞭，以法施利樂諸眾生。	成為轉輪王，他在享受的財物中，為最優、最勝、第一者及最上殊勝者。成為佛陀他在一切有情中，為最優、最殊勝者。
<b>(10)身毛端向上相</b> (uddhagga-lomatā-lakkhaṇa) 身毛向上生，烏青色(nīlāni aṇḍanavaṇṇāni)、捲曲狀(kuṇḍalāvattāni)、向右旋(dakṛhiṇāvattakajātāni)。	同上	同上
<b>(11)小腿如羚羊相</b> (eṇijaṅgha-lakkhaṇa)。小腿像羚羊腿。小腿，古譯作：腓(足專フメヲ)。	仔細教授技藝(sippam)、知識(vijjam)、舉止行為(caraṇam)、工作(kammaṇ)，使人迅速理解，誨人不倦。	成為轉輪王，凡是王所應得、王所配備、王所享樂、王所適宜者皆迅速而得。成為佛陀，凡沙門所應得、沙門所配備、沙門所享樂、沙門所適宜者皆迅速而得。
<b>(12)肌膚軟細相</b> (sukhumacchavilakkhaṇa)，即皮膚細軟相，塵垢不沾身。	為求知識，往詣沙門、婆羅門問法：「以何為善？以何為不善？有罪？無罪？何者為可親近？不可親近？何者我該作，將有長夜(=長久)利益安樂？」	成為轉輪王，將有大智慧，享受的財物，沒有任何人能等同或勝過。成為佛陀有：大慧、廣慧、捷疾慧、速慧、銳利慧、抉擇慧。沒有任何有情能等同或勝過。

<p><b>(13)黃金色相</b> (suvanṇavaṇṇalakkhaṇa)有似黃金的皮膚。</p>	<p>無瞋、無悲傷。被多言(謗)時，不遷怒、不激動、不惡意、不抗拒、不怒、不瞋、無不滿。且是施予精緻柔軟的床單、毛毯，及細緻的麻布、木綿布、絹布、毛織品的人。</p>	<p>成為轉輪王或，成為佛陀，將得到：精緻柔軟的床單、毛毯，及細緻的麻布、木綿布、絹布、毛織品。</p>
<p><b>(14)馬陰藏相(鞘內藏陰相)</b> (kosohita-vatthaguyha-lakkhaṇam)，指男陰密隱於體內如馬陰之相。 《中阿含 59 經》：「<sup>13</sup> 大人陰馬藏。猶良馬王。」</p>	<p>使長久迷途的親友、知己、同輩等重相逢。</p>	<p>成為轉輪王，將有逾千王子，(皆具)勇猛與英雄氣慨，善伐敵軍。成為佛陀，得多子，其弟子數千，(皆具)勇猛與英雄氣慨，善伐敵軍(=外道)。</p>
<p><b>(15)身圍如尼拘律樹相</b> (nigrodha parimaṇḍala-lakkhaṇa)身圍如尼拘律樹(榕樹科)，身形圓好。</p>	<p>是考慮周全、善於觀察大眾群者。知人知己，了知人與人的差別，他知道：「此者值此(尊敬或款待)，彼者值彼(尊敬或款待)。」</p>	<p>成為轉輪王，將得大財富、多金銀、多傢俱、多穀物充滿庫藏。 成為佛陀，將得大財富，財富是：信財、戒財、慚財、愧財、聞財、施財、慧財。</p>
<p><b>(16)立正不彎時，雙手掌可觸摸雙膝 (相)</b>(ṭhitakova anonamanto ubhoḥi pāṇitalehi jaṇṇukāni parimasati parimajjati)，即不彎觸膝相(anonama-jaṇṇuparimasana-lakkhaṇa)。</p>	<p>同上</p>	<p>同上</p>
<p><b>(17)上軀如獅子相</b> (sīhapubbaddhakāya-lakkhaṇa)即：上身安住如獅子。《大本經》(T1.5.2)：「胸膺方整如師子。」 <sup>46</sup>世尊身分上半圓滿，如師子王威嚴無對。</p>	<p>希望眾人得道理、利益、舒服、安穩：「他們如何增長信、戒、聞、施、法、慧；增長金錢、穀物，耕田、宅地，四足、二足(之牲口)；增加妻與子；增加奴僕、親戚、朋友、眷屬？」</p>	<p>成為轉輪王，不消退：金錢、穀物，耕田、宅地，二足、四足(之牲口)；妻子、奴僕、親戚、朋友、眷屬。 成為佛陀，不消退：信、戒、聞、施、慧。</p>
<p><b>(18)兩肩間充滿相</b> (citantaraṃsa-lakkhaṇa)。</p>	<p>同上</p>	<p>同上</p>

又作腋下平滿相、肩膊圓滿相。		
<b>(19)兩肩圓度相等相</b> (samavatta-kkhandha-lakkhaṇa) 《中阿含 59 經》：「 <sup>21</sup> 大人兩肩上連，通頸平滿。」	同上	同上
<b>(20)最上之味覺相</b> (rasagga-saggitā-lakkhaṇa) 脖子之上(舌上)，味覺敏銳傳滋味。 《大本經》(T1.5.2)：「二十六、咽喉清淨，所食眾味，無不稱適。」	不以手、石、杖、刀傷害有情。	成為轉輪王，得無病，具有良好的消化功能，不過冷不過熱。 成為佛陀，具有良好的消化功能，不過冷不過熱、適度、精勤、堪忍。
<b>(21)眼紺碧青相</b> (abhinīla-netta-lakkhaṇa) 目紺青色相，如青蓮華。《大本經》(T1.5a)：「三十、眼如牛王，眼上下俱眇。」	不東張西望(na ca visaṭam)，不斜視(na ca visāci)，也不盼望瞻望，如是以直心、慈眼審視眾人。	成為轉輪王，諸人所愛看：婆羅門、居士、市民、村民、財政官、宰相、衛兵、門衛、智囊團、臣子、王子等。 成為佛陀，諸人所愛看：比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷、天人、人類、阿修羅、龍(蛇)、乾闥婆。
<b>(22)眼睫如牝牛相</b> (go-pakhuma-lakkhaṇa) 又作眼睫如牛王相，指睫毛整齊而不雜亂。 <sup>38</sup> 世尊眼睫上下齊整稠密不白。	同上	同上
<b>(23)頭頂有肉髻相</b> (uṇhīsasīsa-lakkhaṇa) 頂上有肉，隆起如髻形之相。《中阿含 59 經》：「 <sup>31</sup> 大人頂有肉髻，團圓相稱，髮螺右旋。」 <sup>66</sup> 頂相無能見者。 <sup>1</sup> 無見頂。 --此「無見頂」之說須要保留。	於諸善法為眾人先行者，於眾人釋放身行、口行、意行：慷慨，守戒，行布薩，孝順父母，恭敬沙門、婆羅門，恭敬同族的長老，於其他諸上善法亦同。	成為轉輪王，多扈從：婆羅門、居士、...。 成為佛陀，多扈從：即比丘、比丘尼、...。
<b>(24)一一毛由一一毛孔生(相)</b> (ekekalomo ca hoti) 一孔一毛(ekeka-loma)，指一孔各生一毛。《大本經》(T1.5.2)：「其毛右旋，紺琉璃色。」《中阿含 59	斷妄語、離妄語，說實話，可靠的話，可信賴的話，可信用的話，世間的實話。	成為轉輪王：甚多人來集：婆羅門、居士、...。 成為佛陀，甚多人來集：比丘、比丘尼、...。

經》：「 <sup>11</sup> 大人一一毛，一一毛者，身一孔一毛生，色若紺青，如螺右旋。」 <sup>64</sup> 世尊身毛紺青光淨。如孔雀項。紅暉綺飾色類赤銅。 <sup>31</sup> 毛處處右旋。		
<b>(25)眉間生白毫毛(相)</b> (uṇṇā bhamukhāntare jātā)。眉間生白毫毛似兜羅綿(odātā mudutūlasannibhā)。《大本經》(T1.5a)：「三十一、眉間白毫柔軟細澤，引長一尋，放則右旋螺如真珠。」(一尋：一成人之身高) <sup>70</sup> 眉間毫相光白鮮潔。 「白毫相」長一尋，或一丈五尺(T34.29.1)，恐怕是訛傳。	同上	同上
<b>(26)四十齒相</b> (cattālīsa-lakkhaṇa) 齒有四十顆。	斷離間語，離離間語。於此處聞，不於某處說而離間，且於某處聞，不於此處說而破壞和合。使不和者和合，使和合者更緊密，喜悅和合，說令和合之語。	成為轉輪王，會眾無不和，即：婆羅門、居士、...。 成為佛陀，會眾無不和，即：比丘、比丘尼、...。
<b>(27)齒無縫相</b> (aviraḷadanta-lakkhaṇa)，無間隙，極堅固。 《中阿含 59 經》：「 <sup>24</sup> 不踈齒。」	同上	同上
<b>(28)廣長舌相</b> (pahūta-jivha-lakkhaṇa)又作廣長舌相，舌頭可伸展至髮際。 《大本經》(T1.5.2)：「左右舐耳。」	斷粗惡語，離粗惡語。凡所說無缺點：悅耳、親切、愉快、彬彬有禮，為眾人所愛好，為眾人所歡喜。	成為轉輪王，他所說的話易被接受，得到婆羅門、居士、...等的許諾。 成為佛陀，他所說的話易被接受，得到比丘、比丘尼...等的許諾。
<b>(29)梵音之迦陵頻伽聲音(相)</b> (brahmassaro ca karavīkabhāṇī)，梵音(brahmassara)，聲如迦陵頻伽鳥(karavīka-bhāṇi)的清脆。	同上	同上
<b>(30)獅子頰相</b>	斷綺語，離綺語；說適時語、已存在語、(有)義語、	成為轉輪王：於人間任何仇人、敵人皆不能違犯的。



<p>(sīhahanulakkhaṇam) 指兩頰隆滿(兩腮圓潤)如獅子頰。 ▲<sup>65</sup> 頰相平滿。 ▲<sup>66</sup> 頰無缺減。 ▲<sup>66</sup> 頰無過惡。</p>	<p>(有)法語、(有)律語、寶藏語(金科玉律)；適時說理、有節度、引利語。</p>	<p>成為佛陀，內外之仇人、敵人：貪、瞋、癡，或沙門、婆羅門、天人、魔、梵天及這世界上的任何人皆不能違犯的。</p>
<p><b>(31)齒整齊相</b> (samadantasudāṭhālakkaṇāni)</p>	<p>捨邪命，以正命為營生，遠離：欺斗秤、偽幣、錯誤的尺寸、賄賂、欺瞞、詐欺、走後門、(用手對眾生)斬切、屠宰、(以粗繩)捆綁、(山中及樹叢中)攔劫、(村、城等)搶劫、打家劫舍。</p>	<p>成為轉輪王，征服四方，安定國土，七寶具足，其七寶者，即：輪寶、象寶、馬寶、摩尼寶、女寶、居士寶、主兵寶為第七。他有逾千王子，(皆具)勇猛與英雄氣慨，善伐敵軍。他於此大地到海邊，即無荒僻，無惡兆，無刺，繁榮、安定、安全、無麻煩，不用杖罰與刀刑，唯依法征服統治。他有清淨的隨從，即：婆羅門、居士、...。 成為佛陀，有清淨的隨從，即：比丘、比丘尼...。</p>
<p><b>(32)齒純白相</b> (susukkadāṭhālakkaṇāni)</p>	<p>同上</p>	<p>同上</p>

## 八十種好

佛陀的身相除了「三十二相」之外，另有更微細的「八十種好」(巴 asīti-anubyañjanāni；梵 asīty-anuvyañjanāni)之說，巴利三藏(CSCD)中似乎沒有詳細的列舉。本文依據 Encyclopaedia of Buddhism (Vol.1.p.785, 1961.) 列舉的「八十種好」，其中可歸納為三十一類好相，有：指甲(3)、\*指頭(3)、血脈(2)、\*腳踝(1)、\*足(1)、步行(7)、手肘(12)、性具(1)、膝蓋(1)、\*四肢(1)、身光(1)、\*身(1)、腹(4)、臍(2)、行為(1)、手掌(4)、唇(1)、臉(1)、\*舌(3)、\*聲(2)、\*齒(5)、鼻(2)、\*眼(3)、眼臉(1)、眉(4)、耳(2)、聽力(1)、額(2)、頭(1)、髮(6)，\*最後一個：手足有 srīvatsa(卐尚未開展)、svastika(卐)、nandyāvatra(曲線的卐)、vardhamāna(卐增長)。(作‘\*’作為「三十二相」的更詳細的細相)(詳見：Mahāvūyutpatti(BB.XIII,p.6 翻譯名義大集)、Lalitavistara(Lal.106, 普曜經)、Dharmasamuccaya(84, 阿毗達磨集論)、Dharmapradipikā(13、14, 法燈)。其他資料，如：《方廣大莊嚴經》(T3.557)、《大般若經》(T6.968~9、T7.377~8、T7.727、T7.961)、《摩訶般若波羅蜜經》(T8.395~6)...等。則有出入。以下逐項說明，並以‘▲’、‘■’、‘◆’分別代表上面列舉的三部經，做輔助及補充說明。

【指甲】：赤銅色指甲(tāmrānakha)；軟指甲(snigdhanakha)；長指甲(tuṅganakha)。

■<sup>1</sup> 指爪狹長薄潤，光潔鮮淨如花赤銅。

【指頭】：手指圓滿(vṛttaṅguli)；手指勻稱(anupūrvāṅguli)；手指形好(citāṅguli)。

【筋脈】：筋脈不露(nigūḍhasirā)；筋脈無結(nirgranthīsirā)。

【腳踝】：(兩)踝俱隱(gūḍhagulpha)。

【足】：足無不平(avisamapāda)。

【步行】：舉步如獅(simhāvīkrāntagāmin, ■<sup>8</sup>行步威容齊肅，如師子王)；舉步如象(nāgāvīkrāntagāmin, ■<sup>7</sup>行步直進庠審，如龍象王)；舉步如鵝(hamsāvīkrāntagāmin,

■<sup>10</sup>行步進止儀雅，猶如鵝王)；舉步如牛(vṛṣabhāvīkrāntagāmin, ■<sup>9</sup>行步安平庠序不過不減猶如牛王)；舉步右旋(pradakṣiṇāvartagāmin)；舉步優美(cārugāmin)；舉步直行(avakragāmin)。

■<sup>68</sup>行時其足去地，如四指量而現印文。

◆<sup>8</sup>行時足去地四寸而印文現。

「世尊履虛去地四寸」(T2.774.2)。

「猶如如來行則履虛離地四寸，地上印文炳然自現。」(T4.752.1)

「若行時足離地四寸，千幅相文跡現於地。」(T25.35.3)

在北傳經典有記載世尊平常走路離地之說，甚至於納入「八十種好」，但巴利三藏中似乎無此說。

【手肘】：(1)直手肘(avakra gātra)；

(2)飽滿的手肘(vṛtta°)；(3)精緻的手肘(mṛṣṭa°)；(4)勻稱的手肘(anupūrvā°)；(5)乾淨的手肘(suci°)；(6)柔軟的手肘(mṛdu°)；(7)無瑕疵的手肘(vīśuddha°)；(8)柔美的手肘(sukumāra°)；(9)無卑劣的手肘(adīna°)；(10)無受損的手肘(anutsanna°)；(11)形好的手肘(susamhata°)；

(12)無斑點的手肘(vyapagatatilakālaka°)。

【性具】：完美的男性器官(paripūrṇa-vyañjana)。

【膝蓋】：膝輪圓滿(pṛthucārujāṇu-maṇḍala)。

■<sup>14</sup> 世尊膝輪妙善安布堅固圓滿。

【四肢】：四肢相稱(suvibhaktāṅgapraty-āṅguli)。

■<sup>3</sup> 手足各等無差，於諸指間悉皆充密。

■<sup>4</sup> 手足圓滿，如意，軟淨，光澤，色如蓮華。

■<sup>18</sup> 身支堅固，稠密，善相屬著。

■<sup>19</sup> 身支安定、敦重，曾不掉動，圓滿，無壞。

■<sup>67</sup> 手足指約分明，莊嚴，妙好，如赤銅色。

【身光】：「(身)光一尋」(byāmapabbhā)。

▲<sup>32</sup> 身有光明。

▲<sup>39</sup> 身極淨遍發光明破諸冥冥。

■<sup>21</sup> 身有周匝圓光，於行等時恒自照曜。

把「身光」作為佛陀「三十二相」之一，有：《過去現在因果經》[卷第一](#)(T3.627.2)：「十五者、身光面一丈。」(《大智度論》[卷第八十八](#)同) 記載佛陀有「身光」的經典則不少。

【身】：全身和悅(samantaprāsādika)。

▲<sup>61</sup> 見者皆生喜。

▲<sup>68</sup> 身不缺減，無所譏嫌。

■<sup>20</sup> 身相猶如仙王，周匝端嚴，光淨離翳。

【腹】：(1)腹渾圓(vṛtta-kukṣi)；(2)腹形好(mṛṣṭa-kukṣi)；(3)腹勻稱(abhugna-kukṣi)；(4)腹纖細(kṣāmodara)。

▲<sup>45</sup> 腹圓滿。▲<sup>46</sup> 腹妙好。▲<sup>47</sup> 腹不偏曲。

▲<sup>48</sup> 腹相不現。

■<sup>22</sup> 腹形方正無缺，柔軟不現，眾相莊嚴。

【臍】：深臍(gabhīra-nābhi)；臍右旋(dakṣiṇāvatra-nābhi)。

■<sup>23</sup> 臍深右旋，圓妙，清淨光澤。

■<sup>24</sup> 臍厚，不窳、不凸，周匝妙好。

【行為】：動作乾淨俐落(sucisamācāra)。

【手掌】：掌柔如棉 (tulasadrśa-sukumārapāṇi)；(snigdhapāṇi-lekha)；掌紋深(gambhīrapāṇi-lekha)；掌紋長(āyatapāṇi-lekha)。

【唇】：丹唇(bimboṣṭha)。

▲<sup>17</sup> 唇色赤好，如頻婆果。

■<sup>28</sup> 唇色光潤，丹暉，如[頻婆果](#)，上下相稱。

口相，以「口赤如丹」，為享受榮華富貴之相。丹唇是好相，再配其他的膚、齒、髮等身相，則說為「丹唇外朗，膚如凝脂」，「丹唇皓齒，烏髮雪膚」。

【臉】：臉不過長(nātyāyata-vadana)。

■<sup>29</sup> 面門不長不短，不大不小，如量端嚴。

■<sup>44</sup> 世尊容儀能令見者無損無染皆生愛敬。

■<sup>57</sup> 面輪脩廣得所，皎潔光淨，如秋滿月。

■<sup>58</sup> 顏貌舒泰光顯，含笑先言，唯向不背。

(T2.884b 也作：「未問而先自笑」。世尊有時遇某因緣會微笑，但是平時不會「未言先笑」)

■<sup>59</sup> 面貌光澤熙怡，遠離顰蹙，青赤等過。

■<sup>79</sup> 顏容常少不老，好巡舊處。

◆<sup>38</sup> 面廣姝。◆<sup>39</sup> 面如月。

【舌】：軟舌(mṛdujihvā)；薄舌(tanujihvā)；紅舌(raktajihvā)。

■<sup>30</sup> 舌相軟、薄、廣、長，如赤銅色。

【聲】：聲如象吼(gajagarjita, jīmūtaghoṣa)；聲韻優美(madhuracārusvara)。

▲<sup>18</sup> 聲不羈獷；▲<sup>19</sup> 聲如雷音，清暢和雅。

■<sup>31</sup> 發聲威震深遠，如象王吼，明朗清徹。

■<sup>33</sup> 音韻美妙具足，如深谷響。

■<sup>65</sup> 法音隨眾大小，不增不減，應理無差。

■<sup>71</sup> 音聲不高不下，隨眾生意，和悅與言。

■<sup>72</sup> 能隨諸有情類，言音意樂，而為說法。

■<sup>73</sup> 一音演說正法，隨有情類，各令得解。

■<sup>74</sup> 說法咸依次第，必有因緣，言無不善。

◆<sup>47</sup> 聲分滿足(聲有六十種分佛皆具足)。

【齒】：(1)齒圓(vṛttadaṃṣṭrā)；(2)齒利(tīkṣṇadaṃṣṭrā)；(3)齒白(śukladaṃṣṭrā)；(4)齒整齊(sama-daṃṣṭrā)；(5)齒勻稱(anupūrvadaṃṣṭrā)。

■<sup>34</sup> 諸齒方整、鮮白。

■<sup>35</sup> 諸牙圓白、光潔，漸次鋒利。

【鼻】：「高鼻」(tuṅgaṇāsa)；優美的鼻子(sucināsa)。

▲<sup>53</sup> 鼻高修直。

■<sup>33</sup> 鼻高脩而且直，其孔不現。

◆<sup>2</sup> 鼻直高，好孔不現。

中國人說「鼻聳天庭穴」或「鼻高通天庭的龍鼻」，為聲名遠播之相。

【眼】：眼睛澄澈(viśuddha-netra)；大眼睛(viśāla-netra)；眼睛分明如白蓮黑蓮(黑白分明)(sitāsita-kamaladalanayana)。

▲<sup>54</sup> 兩目明淨。▲<sup>55</sup> 目無垢穢。▲<sup>56</sup> 目美妙。

▲<sup>57</sup> 目脩廣。▲<sup>58</sup> 目端正。▲<sup>59</sup> 目如青蓮。

■<sup>36</sup> 眼淨青白分明。  
■<sup>37</sup> 眼相脩廣譬如青蓮華葉甚可愛樂。  
◆<sup>53</sup> 廣長眼。  
眼相，以「目秀而長」貴比君王。

【眼瞼】：眼瞼細緻(citrapakṣma)。

■<sup>38</sup> 眼睫上下齊整，稠密不白。

【眉】：修長眉(āyatabhrū)；滑潤眉(ślakṣṇabhrū)；順次靡毛眉(anulomabhrū)；柔美眉(snigdhabhrū)。

▲<sup>60</sup> 眉纖而長。▲<sup>61</sup> 見者皆生喜。▲<sup>62</sup> 眉色青紺。  
▲<sup>63</sup> 眉端漸細。▲<sup>64</sup> 兩眉頭微相接連。  
■<sup>39</sup> 雙眉長而不白，緻而細軟。  
■<sup>40</sup> 雙眉綺靡順次，紺琉璃色。  
■<sup>41</sup> 雙眉高顯光潤，形如初月。  
◆<sup>3</sup> 眉如初生月，紺琉璃色。

眉相，以「眉清高長」為聲名遠揚或高壽之相。

【耳】：(兩)耳厚長(pīnāyata-karṇa)；「兩耳均等」(sama-karṇa)。

■<sup>42</sup> 耳厚、廣大、脩長，輪埵成就。  
■<sup>43</sup> 兩耳綺麗、齊平，離眾過失。

耳相，一看輪廓，二看厚薄，三看高低，四看耳色。以「兩耳垂肩，耳帶垂珠，耳門垂厚」，為富貴命。中國人有說到「兩耳垂肩」的異相，似乎是誇張的。

【聽力】：聽力無瑕疵(anupahata-karṇendriya)。

【額】：額廣飽滿(supariṇatalalāṭa)；額形殊妙(prthulalāṭa)。

▲<sup>71</sup> 額廣平正。  
■<sup>45</sup> 額廣圓滿平正，形相殊妙。

面相，看「天庭(上額)飽滿，地稜(下額)方圓」。上部(上額)為天，中部為人，下部為地。人、天、地各有表徵，天部主要是表徵早年的運氣，以及豐厚運道。面龐開闊，天庭飽滿，氣宇軒昂是上好之相。

【頭】：頭形殊妙(paripūrṇottamāṅga)。

■<sup>78</sup> 頂骨堅實圓滿。

▲<sup>72</sup> 頭頂圓滿。

◆<sup>46</sup> 頭如磨陀羅果(madana，或稱‘醉果’、‘醉人果’，大如檳榔，不圓不長)。

【髮】：(1)黑髮(asitakeśa)；(2)髮型好(citakeśa)；(3)髮滑潤(ślakṣṇakeśa)；(4)髮不打結(asamlulitakeśa)；(5)髮軟(aparūṣakeśa)；(6)髮有香(surabhikeśa)。

▲<sup>73</sup> 七十三髮美黑。▲<sup>74</sup> 髮細軟。▲<sup>75</sup> 髮不亂。

▲<sup>76</sup> 髮香潔。▲<sup>77</sup> 髮潤澤。▲<sup>78</sup> 髮有五卍字。

▲<sup>79</sup> 髮彩螺旋。▲<sup>80</sup> 髮有難陀越多吉輪魚相。

■<sup>47</sup> 首髮脩長紺青，稠密不白。

■<sup>48</sup> 首髮香潔細軟，潤澤旋轉。

■<sup>49</sup> 首髮齊整無亂，亦不交雜。

■<sup>50</sup> 首髮堅固不斷，永無禿落。

■<sup>51</sup> 首髮光滑殊妙，塵垢不著。

◆<sup>72</sup> 髮長好。◆<sup>73</sup> 髮好。◆<sup>74</sup> 髮不亂。

◆<sup>75</sup> 髮不破。◆<sup>76</sup> 髮柔軟。◆<sup>77</sup> 髮青毘琉璃色。

◆<sup>78</sup> 髮紋上。◆<sup>79</sup> 髮不稀。

【吉祥相】：手足(指端?)有 sṛīvatsa(卐，可能指尚未開展的)、svastika(卐)、nandyāvatra(曲線的卐)、vardhamāna(原意:增長；卐的四支增長)。(卐有時作左旋卐)。佛陀‘身毛向上相’含有毛向右旋，因此推論‘卐’字乃右旋。

▲<sup>7</sup> 髮有難陀越多吉輪魚相。

■<sup>80</sup> 手足及胸臆前，俱有吉祥喜旋德相，文同綺畫色類朱丹。

◆<sup>80</sup> 胸有「德」字，手足有「吉」字。

北傳的佛像，往往在佛陀的胸前刻有卍字，是以諸多經典傳說作根據。

佛陀有體「香」的傳說，有些經典列入「八十種好」，如：《方廣大莊嚴經》(T3.557.3)：「七十六、髮香潔。」《大般若經》(T6.968.3)：「世尊首髮香潔細軟潤澤旋轉，是四十八。...世尊所有諸毛孔中，常出如意微妙之香，是六十一。世尊面門常出最上殊勝之香，是六十二。」《坐禪三昧經》卷上(T15.276.3)：「四十一者、毛孔出香風。四十二者、口出香氣眾生遇者樂法七日。」佛陀住在祇園精舍的寮房稱為「香室」(gandhakūtī)，可能因為佛陀發散體香而滿室生香，才稱呼「香室」。

## 結論

古印度人就有「三十二相」的傳說，但是他們不知道其原因(D.30./III,145.)，學習本經就可以很清楚知道原因，透過身相的觀察，也可以審查自他的善業呈現，若見好相，則隨喜自他善業。





# 三 歸 依

(譯自《小部·小誦注》)

/ 覓寂比丘 譯

《闡明勝義》(Paramatthajotikā)<sup>1</sup>

Namo tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa.

禮敬世尊、阿羅漢、正自覺者

## 【11】「我歸依佛，我歸依法，我歸依僧

(Buddham saraṇam gacchāmi, Dhammam saraṇam gacchāmi, Saṅgham saraṇam gacchāmi)」，這歸依的開示乃是諸小(聖典)<sup>2</sup>的開端。現在，為了顯示、分別、開顯這(諸)小(聖典)的註釋--《闡明勝義》的目的而作此說：

「禮敬了最上應禮敬的三寶，

我將解釋這《諸小(聖典)》的涵義。

《諸小(聖典)》(非常)深奧，有些是極難解釋的，

尤其像我這般在此教(法)中未覺悟者。

然而直到今天，尚未破壞先前諸阿闍梨<sup>3</sup>的抉擇，

而且大師的九分教(法)<sup>4</sup>同樣地還保留

著。

因此我想(立足於大師的九分)教法，以及依於古代(諸阿闍梨)的抉擇而解說此義。

由於對正法的諸多尊敬，而不是想要自我稱讚，

((veyyakaranam) 解說)、偈頌(gāthā)、自說(udanam)、如是語(itivuttakam)、本生(jātakam)、未曾有法(abbhutadhammam)、智解((vedallam) 問答、論議)。《律藏》的註釋書—《普端嚴》解釋如下：「什麼是以分((avga) 支分)(來分類世尊的一代教法)為九種呢？即是將一切(教法)分成：契經、應頌、記說〔解說〕、偈頌、自說、如是語、本生、未曾有法、智解〔問答；論議〕這九類。此中，《律藏》的)〈兩部分別〉，《義釋》，《律藏》的)〈虔度〉、〈附隨〉，《經集》的《吉祥經》、《寶經》、《那拉伽經(Nalakasutta)》、《禿瓦塔伽經(Tuvabbakasutta)》，以及其它(附)有經名的如來語，當知為「契經」。一切(附)有偈頌的經，當知為「應頌」，特別是《相應(部)》的整個〈有偈品〉。整部《阿毘達摩藏》、無偈的經，以及其它未在八分(教法)所攝的佛語，當知為「記說(解說)」。《法句》、《長老偈》、《長老尼偈》，以及《經集》中無經名的純偈頌，當知為「偈頌」。喜智偈頌相應的八十二經，當知為「自說」。以「此是世尊所說」為首的方式而轉起的超過一百一十二經，當知為「如是語」。《無戲論本生經》等五百又五十個本生(故事)，當知為「本生」。以「諸比丘，這是阿難陀的四種不可思議、未曾有法」為首而轉起的一切不可思議、未曾有法相應的諸經，當知為「未曾有法」。《小智解經》、《大智解經》、《正見經》、《帝釋所問經》、《行分別經》、《大滿月經》等，一切問了各個能得智與滿足的諸經，當知為「智解(問答)」。(《律藏註》VinA.i, pp.28-9.)

<sup>1</sup> 《闡明勝義》1--是《小誦經》的註釋書，以下〈三歸依〉的註釋是譯自本書第一部分的第11頁至第22頁(巴利聖典協會版)。

<sup>2</sup> 由於《闡明勝義》有兩部分，第一部分是《小誦經》的註釋，第二部分是《經集》的註釋，所以這裡的「諸小聖典(Khuddakanam)」是指含有九個部分的《小誦經》和《經集》這兩部經。

<sup>3</sup> 「阿闍梨(acariya)」—即老師、教師之意；在此是指佛教的宗教師而言。

<sup>4</sup> 「大師的九分教法(Navavgam satthu sasanam)」—即是將世尊的三藏教法，除了以三藏來分類外的另一種分類法，也就是把世尊的一代教法分成九類，即：契經(suttam)、應頌(geyyam)、記說

也不是為了輕毀他人，因此請專心地傾聽！」

在這當中，對所說的「**我將解釋某些《諸**

**小(聖典)》的涵義**」，我將先確定了《諸小(聖典)》(的範圍)後，再解說其義。

《諸小(聖典)》是《小部》的一部分，而《小部》是五部〔尼柯耶(nikāya)〕的一部分。五部〔尼柯耶〕是指：

「長、中、相應、增支、小，

這五部於法於義皆深奧。」【12】

此中，《梵網經》等三十四經為《長部(Dīghanikāya)》；《根本法門經》等一百五十二經為《中部(Majjhimanikāya)》；《渡越瀑流經》等七千七百六十二經為《相應部(Saṃyuttanikāya)》；《心遍取經》等九千五百五十七經為《增支部(Aṅguttaranikāya)》；《小誦》、《法句》、《自說》、《如是語》、《經集》、《天宮事》、《餓鬼事》、《長老偈》、《長老尼偈》、《本生》、《義釋》、《無礙解》、《譬喻》、《佛種姓》、《所行藏》，除了《律藏(Vinayaṭṭaka)》〔毘奈耶藏〕、《阿毘達磨藏(Abhidhammapiṭaka)》、四部〔尼柯耶〕外，其餘的佛語為《小部(Khuddakanikāya)》<sup>5</sup>。

為什麼這稱為「《小部》」呢？由諸多小法蘊的聚集與住處的緣故。實由聚集與住處而稱為「部〔尼柯耶〕」的。如說：「諸比丘，我不見有其它一部類如此多元性，諸比丘，

就像這畜生趣的生物一樣。<sup>6</sup>」「波尼坑(poniki)尼柯耶、紀伽利伽(cikkhallika)尼柯耶」如此等，此乃從(佛)教和(教外的)世間而說。(本書)即是為了顯示、分別、開顯這繫屬於經藏，《小部》一部份的諸小(聖典)之義的目的。

此諸小(聖典)乃由〈歸依〉、〈學處〉、〈三十二行相〉、〈童子問〉、《吉祥經》、《寶經》、《戶外經》、《伏藏經》、《慈經》分成九部份的《小誦(Khuddaka pāṭha)》為初，由諸阿闍梨輾轉的傳誦方式〔語道〕，(其次第)並非由佛所說。

而：

「經多生輪迴，流轉中尋找，  
未見造屋者，再再受生苦。【13】  
**見到你**造屋者，你將不再造屋，  
你一切棟樑壞，屋頂已經摧毀；  
我心已達無為，已證滅盡諸愛。<sup>7</sup>」

這二頌是最初的佛語。然而這(二頌)僅由心誦出，而非由語詞說出。而：

「熱誠靜慮婆羅門<sup>8</sup>，當諸法顯現之時，  
滅其一切諸疑惑，他知那有因之法。<sup>9</sup>」

這首偈頌是(佛陀)最初由語詞誦出的(偈頌)。

因此，我將開始解釋這始於諸小(聖典)的這(小誦)之九個部分，以此為初：「**我歸依佛，我歸依法，我歸依僧。**」這是解釋該義的本母：

「由誰、何處、何時、為什麼說三歸依？」

<sup>5</sup> 三藏的內容為：

1. 《律藏》—包含〈經分別〔比丘分別〕〉、〈比丘尼分別〉、〈大品〉、〈小品〉和〈附隨〉五部分。
2. 《經藏》—包含五部(尼柯耶)，即：《長部》、《中部》、《相應部》、《增支部》和《小部》。《小部》有十五部分，即：《小誦經》、《法句經》、《自說經》、《如是語》、《經集》、《天宮事》、《餓鬼事》、《長老偈》、《長老尼偈》、《本生經》、《義釋》、《無礙解道》、《譬喻》、《佛種姓》和《所行藏》。
3. 《阿毘達磨藏》—包含七部論，即：《法聚論》、《分別論》、《界論》、《人施設論》、《論事》、《雙論》和《發趣論》。

<sup>6</sup> 《相應部》S.iii,p.152.

<sup>7</sup> 《法句經》Dhp.pp.43-4,v.153-154.

<sup>8</sup> 「婆羅門」在此是指「已除諸惡的漏盡者」，也就是阿羅漢，在此是特指佛陀剛成佛後自稱之詞。(VinA.v,p.954.)

<sup>9</sup> 《律藏》Vin.i,p.2 ;Ud.p.1.

不是最先說的（三歸依），為什麼在此最先說？

此處如此淨化了因緣後，從此之後：解說佛陀、歸依以及（歸依）者。

我們闡明破、未破、果，以及所應行（歸依的對象）；

『歸依法』等二種，也是依此所知的方法。

與說明確定次第的原因，並以譬喻來闡明三歸依。」這裡，在第一偈有：「這三歸依由誰所說？何處說？何時說？為什麼說？

【14】如來所未最先說的（三歸依），為什麼在此最先說？」五個問題，這些問題的回答為：

「**由誰所說？**」由世尊所說，而非由弟子、仙人(isi)或諸天（所說）。

「**何處？**」波羅奈(Bārāṇasī)仙人降(處)的鹿(野)苑。

「**何時？**」當耶舍(Yasa)尊者和(他的)朋友(證)得阿羅漢，(當時世間)有六十一位阿羅漢，為了世間眾人的利益而說法時(，在那時所說的)。<sup>10</sup>

「**為什麼？**」為了出家 and 受具足戒。如說：「再者，諸比丘，當如此令出家、令受具足戒：首先，令剃除鬚髮，披著袈裟衣，令上衣偏袒一肩，禮諸比丘足，提著腳跟而坐(蹲踞)，合掌後，應(對受戒者如此)說：『你如此說：“我歸依佛，我歸依法，我歸依僧。”』」<sup>11</sup>

「**為什麼在此最先？**」當知：「當這大師的九分教(法)以三藏而攝益後，(再)取先前諸阿闍梨(ācariya)的傳誦方式〔語道

(vācanāmagga)〕。由於這(傳誦)方式〔道〕，使得天(與)人成為在家信徒〔烏帕薩咖(upāsaka)〕或出家而進入(佛)教，所以令進入教(法)的(此傳誦)方式〔道〕—《小誦》，在此最先說出。」

已作**因緣的淨化**了。

現在，對曾說的：「**解說佛陀、歸依以及**

**(歸依)者**」(的解說如下：「**歸依的對象**

(saraṇam)」：在這當中，「**佛陀(Buddha)**」

乃能體證、遍修一切法無障礙智相、無上解脫所施設的執取(五)蘊相續；或者能成為一切知智足處〔近因〕、現觀(聖)諦所施設的執取之差別有情<sup>12</sup>。如說：「『佛陀』—世尊自成、無師，先前未曾聽聞法，自己已覺悟(聖)諦，並於此獲得一切知性，及於諸力自在。<sup>13</sup>」到此乃從義上解說佛陀。

若從文字，當知「『已覺悟者』為佛陀；『令覺悟者』為佛陀」如此等方式。然而這所說的「佛陀」，佛陀是什麼意思呢？

「『已覺悟諸(聖)諦者』為佛陀；

『令人們覺悟者』為佛陀；

以一切知性者為佛陀；

以已見一切者為佛陀；

以無其他引導者為佛陀；

<sup>12</sup> 這段話用比較容易瞭解的意思如下：在究竟的義理上，人或有情只不過是色、受、想、行、識五蘊的相續而已，只是通俗上，我們施設成概念的人或有情。而佛陀這個概念上的人，他是能夠透過修行來體證、來證悟對所有一切諸法沒有任何障礙、無人能比的解脫的智慧。或者佛陀這個概念上的人，他是能夠證悟、瞭解四聖諦，以及佛陀這個概念上的人，他是體證一切知智(能了知一切法的智慧，這是佛陀所獨有的)的根本〔直接〕原因。

<sup>13</sup> 《彌鄰陀王所問(經)》Mnid.p.143 ;Ps.i.p.174.

<sup>10</sup> 詳見《律藏》Vin.i.p.20.

<sup>11</sup> 《律藏》Vin.i.p.22.

以萌【15】發者為佛陀；

以漏盡而稱為佛陀；

以無隨煩惱而稱為佛陀；

『一向離貪者』為佛陀；

『一向離瞋者』為佛陀；

『一向離癡者』為佛陀；

『一向無煩惱者』為佛陀；

『已達一趣向道者』為佛陀；

『已(獨)一自覺無上正自覺者<sup>14</sup>』為佛陀；

『已破除未覺而獲得覺悟者』為佛陀；

所謂『佛陀』之名，非由母親、非由父親所取，乃究竟解脫的諸佛、諸世尊於菩提樹下，在他們獲得、作證一切知智俱的施設為『佛陀』。<sup>15</sup>

以及就如世間在得達〔世襲〕而稱為「得達〔世襲〕的，如此：

「已覺悟諸(聖)諦者」為佛陀。

就如(世間)使葉乾枯的風稱為「吹乾葉子」，如此：「令人們覺悟者」為佛陀；

「以一切知性者為佛陀」乃就以有覺悟一

切法的能力而覺悟，所以稱為「佛陀」。

「以已見一切者為佛陀」乃就以有使覺悟一切法的能力而覺悟，所以稱為「佛陀」。

「以無其他引導者為佛陀」乃就非由他人令覺悟，而只是由自己覺悟，所以稱為「佛陀」。

「以萌發者為佛陀」乃從種種功德萌發，如蓮花之開花一般，所以稱為「佛陀」。

「以漏盡而稱為佛陀」，就如覺醒的男子，由於捨斷了疲憊的心，而息滅了睡眠一般；同樣地，以如此等其已覺悟、滅盡一切煩惱睡眠，因此稱為「佛陀」。

「已達一趣向道者為佛陀」--這種說法乃是為了顯示其所往趣的理由，即是為了覺悟的目的，就如已到達道路的男子稱為到達者，如此已達一趣向道性也稱為「佛陀」。

「已(獨)一自覺無上正自覺者為佛陀」--什麼是非由他人使令覺悟故為佛陀呢？只是由自己已自覺悟無上正自覺，所以稱為「佛陀」。<sup>【16】</sup>

「已破除未覺而獲得覺悟者為佛陀」--由語詞的方式為「菩提(buddhi)、菩當(buddham)、鉢多(bodho)」，而此就像從青、紅特質相應的稱為青布、紅布一樣；同樣地，為了令知而說：「如此與覺悟之德相應者為佛陀」。

從此之後(的句子)：「『佛陀』之名非由...」如此等。「這義是隨行而施設」，以及「乃就覺悟之義而說」，當知一切文句與佛陀相關的字，乃是以同樣的方式而能成就其義。這是從文字來解說佛陀。

( 歸依處(saraṇam) ): 現在，就如「它殺」

為歸依( 處 )，乃「已歸依者由其歸依而殺害、破壞、除去、消滅(其)怖畏、戰慄、痛苦、

<sup>14</sup> 「已(獨)一自覺悟無上正自覺者 (eko anuttaram sammasambodhim abhisambuddho)」—我們在禮敬詞及這裡把傳統上譯為「正等正覺者」翻譯成「**正自覺者**」，是依照《清淨道論》所下的定義：「‘Samma samab ca sabbadhammanam pana Buddhatta Sammasambuddho.’正確地以及由自己已覺悟一切諸法者為**正自覺者**。」(《清淨道論》Vism.p.201.)

在《清淨道論大解疏》解釋如下：「“Samma’ti aviparitam. Saman’ti sayameva. Sambuddho’ti hi ettha sam-saddo ‘san’ti etassa atthassa bodhako dabbhabbo. Sabbadhammanan’ti anavasesanam beyyadhammanam’『**正確地**』—即是無顛倒。『**自己**』—即只是自己。『**正自覺者**』—此中的‘三(sam)’字，即『自己的(sam)』，當理解為關於此覺悟者之義。『一切諸法』—即無餘的所引導諸法。」(《清淨道論大解疏》VismT.i.p.227.)

<sup>15</sup> 《無礙解道》Ps.i.p.174 ;Nd.i.p.457f.



惡趣、煩惱」之義。

或者由他轉起利益與遮止不利，而殺害諸有情的怖畏為**佛陀**；由令渡過(三)有(bhava)的沙漠以及給與安穩為**法**；以少有所作(如給與布施、供養、恭敬的機會)而得大果的原因為**僧**。所以由此方法三寶為**歸依(處)**。

(**歸依** (saraṇagamana))：由淨信、尊重那(三寶)而滅除煩惱，轉起那依怙行相，或不由他人之緣所生起的心為**歸依**。

(**歸依者** (gamaka))：具備(生起)該(心)的有情為**歸依者**<sup>16</sup>。即以上述方式心生起：「這三寶是我的歸依，這是(我的)依怙」，如此導入之義。

以及有些(歸依者)在入(歸依)之時，如塔帕士(Tapassu)、跋利伽(Bhallika)等一樣地受持：「尊者，我們歸依世尊及法，願世尊憶持我們為在家信徒〔烏帕薩伽〕」。<sup>17</sup>或者像大迦葉(Mahākassapa)等以入為弟子的情況一樣：「尊者，世尊是我的導師(satthā)，我是〈世尊的〉弟子」。<sup>18</sup>或者像梵壽(Brahmāyu)等的傾向一樣：「在如此說時，梵壽婆羅門從座而起，上衣偏袒一肩，向世尊合掌，以自說說出三遍：『禮敬世尊、

阿羅漢、正自覺者；禮敬...略...【17】覺者。』」<sup>19</sup>

或者如致力於業處的(禪修者)一樣，把自己奉獻(給三寶)；或者如聖人一般，已斷了歸依的雜染。如此以各種方式從(所緣)境和作用而入(歸依)。

這是歸依與(歸依)者的解說。

現在，接著對所說的「**我們闡明破、未**

**破、果，以及所應行(歸依的對象)**」之闡明：

(**破：**)已如此歸依的人有兩種**破**(其歸依)：有罪的與無罪的。死亡是**無罪的**(破其歸依)；**有罪的**(破其歸依)為採用所說的(歸依)方式對待(佛陀以外)其他的導師；以及採用所說的(歸依)方式(其程序)顛倒了，而這兩種(有罪的破其歸依)只會在諸凡夫發生。

(**雜染：**)由於對佛陀諸德生起無智、懷疑、邪智，以及生起不恭敬等而使他們的歸依成為**雜染**。而諸聖人的歸依只有不破和沒有雜染的歸依。如說：「這是不可能、不會發生的，凡見成就的人可能指出其他人為導師」。<sup>20</sup>對於諸凡夫，只要他們的歸依還沒有達到破，他們的歸依就未破。

(**果：**)有罪地破了他們的歸依，以及(其歸依)是有雜染的，則有不可愛的果；無罪(地破了他們的歸依，因為)沒有異熟，所以沒有果。而未破(歸依)的結果，只會

<sup>16</sup>「歸依處」是指歸依的對象，也就是佛、法、僧三寶；「歸依」是指歸依者所能歸依的心；「歸依者」即歸依的人。

<sup>17</sup>《律藏》Vin.i,p.4. ※塔帕士(Tapassu)和跋利伽(Bhallika)是佛陀初成佛時，最早歸依的在家信徒。

<sup>18</sup>《相應部》S.ii,p.220.

<sup>19</sup>《中部》M.ii,p.140.

<sup>20</sup>《中部》M.iii,p.65 ;A.i,p.27.



給與可意的果，如說：

「凡已歸依佛陀者，將不會投生苦界；  
在捨棄人身之後，他們將圓成天身。<sup>21</sup>」

在這當中，「已歸依的（聖者），由於已斷了歸依的雜染，所以他們將不會往趣苦界；而其他的歸依者，則（可能）往趣苦界。」當知這是此偈頌的意趣。

到此乃是破、未破，和果的闡明。

在所應行(gamanīya)(歸依的對象)(反對者)責難說：「我歸依佛(Buddham saraṇaṃ gacchāmi)」，在此凡歸依佛者，假如他前往佛或歸依，則在一語句(敘述)兩處是沒有意義的。為什麼？假如以去〔往趣(gamana)〕的動詞有兩個受詞，就如若用「他帶羊去村」等一樣，諸文法家是不想要有兩個被動受詞的，只有「他去【18】東方，他去西方」等才有意義。

(答：)並非(如此)。同一使役動詞的狀態並不是佛(和)歸依(兩字)的意趣；假如在同一使役動詞的狀態有他們(佛和歸依兩字)的意趣，則喪失〔擊破〕其心者，也會有在前往佛陀之時，而成已歸依。因此，當已行歸依者，他只是向那殊勝的「佛陀」。

(問：)雖然如此，然而「此歸依安穩，此歸依最上」<sup>22</sup>之語，難道不是同一使役動詞性嗎？

(答：)並非(如此)，這裡只是該狀態而已。在此，同一使役動詞狀態的意趣，只在偈頌的(一)行：「歸依了這佛等三寶，稱為破除怖畏，其歸依的情況是無例外地安穩歸依與最上歸依。」然而，若有在餘處與往趣相結合，則其歸依不足以成就，所以並非此意趣。(因此你的責難)並未得逞。

(問：)在「得由此歸依，解脫一切

苦」<sup>23</sup>，這裡(文中)與往趣相結合而歸依成就，(難道不是)同一使役動詞性嗎？

(答：)並非(如此)，也還是在之前所說過失的範圍。在這當中，即使有同一使役動詞的狀態，已擊破心者，在來歸依了佛、法、僧，他將解脫一切苦。如此只是在先前所說過失的範圍，我們的義理並沒有過失，所以這個(責難)並未得逞。

就如：「阿難陀，(就如)善友(一樣，凡)來我(這裡不離)生法的有情，他們(將)由生解脫。<sup>24</sup>」這裡是指藉由世尊的威力，(就像)善友(一樣)而解脫，所以說：「來...善友...解脫。」這裡也是如此，藉由歸依佛、法、僧的威力而解脫，所以說：「得由此歸依，解脫一切苦。」當知如此是這裡的意趣。

即使如此，一切方式的所應行性，既不是與佛陀結合，也不是與歸依結合，也不是與(佛陀與歸依)兩者(結合)。以及希望：「我去(歸依)」為所說的歸依者其所應行(歸依的對象)，從那所應說與此處相「結合」，因此而說，此處只是以佛陀為應行(歸依)的對象。為了顯示去歸依的行相之義，歸依之詞為：「我『歸依佛』，此是(我的)依怙，破除痛苦和給與【19】利益者。」以此意趣，「我前往、奉侍、親近、尊敬此三寶。或者我知、我覺(世尊)。」由於舉凡字根有「去(gati)」的含義，它們也有「覺(buddhi)」的含義。所以說「我前往」也有「我知、我覺」的含義。

(問：)(在此並)沒有附加「如是(iti)」的字，那是適當的嗎？

(答：)並非如此，在那裡是有的。

(問：)假如那裡有「如是(iti)」之義，如在：「他如實知『色無常、色無常』<sup>25</sup>」如

<sup>21</sup> 《長部》D.ii,p.255.

<sup>22</sup> 《法句經》Dhp.p.54,v.192.

<sup>23</sup> 《法句經》Dhp.p.54,v.192.

<sup>24</sup> 《相應部》S.i,p.88.

<sup>25</sup> 《相應部》S.iii,p.57.

此等一樣，應有「如此 (iti)」之字結合，然而並沒有「如此 (iti)」之字結合，因此並不合邏輯？

(答：)並非如此。為什麼？是含有該義的。如在：「凡已歸依佛、法及僧者」如此等，這裡也(當)有「如此 (iti)」之字義存在，但現在並沒有「如此 (iti)」之字在一切處結合。就如對「如此 (iti)」之字相結合，應以(「如此 iti」之字)未結合之義而令知，以及在其它如此種類(也是如此)，因此那是沒有過失的。

在「諸比丘，我允許以三歸依出家」<sup>26</sup>等只是歸依為所應行(的對象)。

(問：)如前所說的：「歸依之語乃是為了顯示往趣的行相」，這也沒有與「如此(iti)」之字相結合？

(答：)並非如此，是有相結合的。為什麼？只在該義存在，此中實有該義存在。就如前面(所說)的一樣，當知即使未結合，也是有結合的。

其他方式則為之前所說過失的範圍，因此只當取隨所教導的。這是所應行(歸依對象)的解說。

現在，對所說的：「『**歸依法**』等二種，也是依此所知的方法。」在那裡所說的：「我歸依佛」，以及在那裡所解釋的方式，當知在「我歸依法，我歸依僧」這兩句也是(同樣的方式)。

在這當中，法(與)僧只有義和字的解說與(佛)不同，其餘的則與所說的相同。因此，這裡我們只就不同的部分作解說。

(**法 (Dhamma)**)：有一(種說法)：「法

為道、果(與)涅槃。」

我們容許：「已修的道及已作證的涅槃，由保持不墮苦界，給與最上安穩，以及離貪的道，只在此含義為法。」

這裡，我們取《最上淨信經 (Aggapasāda Sutta)》為例來說：「諸比丘，只要諸法是有為的，八聖道分可說是它們當中最上的<sup>27</sup>」，**【20】**如此等。

(**僧 (Saṅgha)**)：具備四種聖道、四沙門果<sup>28</sup>、住定，蘊相續之人的團體為僧；是由見(和)戒所組成的組合。而且世尊也這麼說：「阿難陀，你認為如何？凡證知我所說的法，這即是：四念處、四正勤、四神足、五根、五力、七菩提分、八聖道分。阿難陀，你見了嗎？即使才兩位比丘，對這些法也有不同的主張嗎？」<sup>29</sup>

這實在指「勝義僧」是所應行「歸依的(對象)」，而且在諸經也說：「應受供養、應受招待、應受布施、應受合掌，是無上世間福

<sup>27</sup> 《增支部》A.ii,p.34.

<sup>28</sup> 「四種聖道、四沙門果」一即所謂的四雙八輩；換句話說就是達到四道與四果的四類聖者，即：須陀洹道、須陀洹果；斯陀含道、斯陀含果；阿那含道、阿那含果；阿羅漢道和阿羅漢果。

1. 須陀洹 (sotapanna) 預流、入流--已入聖法流--在須陀洹道完全斷除了身見、戒禁取見和疑三結；另有一種說法，須陀洹道也斷了嫉妒和慳這二種結。須陀洹聖者乾竭了無始生死輪迴的苦海，關閉了一切投生惡趣之門，他們將不受第八有(生命體)。

2. 斯陀含 (sakadagami) 一來--在斯陀含道斷了粗的欲界貪與瞋恚二結。斯陀含聖者最多再來此世間一次後即盡生死輪迴(般涅槃)。

3. 阿那含 (anagami) 不來、不還--在阿那含道完全斷了欲貪與瞋恨。阿那含聖者由於已經斷了欲貪，所以他們將不會再投生到我們所處的欲界，而只在色界或無色界般涅槃。

4. 阿羅漢 (arahant) --在阿羅漢道斷了我慢、色貪、無色貪、掉舉和無明五結。阿羅漢聖者是完全沒有煩惱漏者，所應做的都已成辦，是最後的一生，不再受生死輪迴，是人、天世間的最上應施者。

<sup>29</sup> 《中部》M.104./ii,245.

<sup>26</sup> 《律藏》Vin.i,p.22.

田。<sup>30</sup>」

這位已歸依者對其他（個別的）比丘僧、比丘尼僧、以佛陀為首的比丘僧，或者以四群（四人僧、五人僧、十人僧）等區分，乃至一人在世尊（教）說而出家的通俗僧行禮敬等，其歸依既沒有破，也沒有雜染<sup>31</sup>。這是這裡的不同。

這（僧）和第二（法）歸依的破、未破等其餘規定的解說，當知只是如前所說的方式。到此乃是對「『歸依法』等二（種）也是此所知的方法」的解釋。

現在，對「與說明確定次第的原因」，這裡由：「一切有情之上首」，所以佛陀為三歸依一詞之初；由他（佛）為根源，由他所教導，所以其次為法；那法的保持與奉行，所以最後為僧。或者以促成一切有情利益者，所以佛為初；由他為起源而帶給一切有情利益性，所以其次為法；由為體證利益的實踐者與已體證利益者，所以最後為僧。在確定了歸依的情況後，即已闡明了：「與說明確定次第的原因」。

現在當解說上面所說的「並以譬喻來闡

**明三歸依【21】**」。此中，

佛如滿月；  
他所演說的法如所散發的光輝；  
僧如由滿月光輝在世間所生的喜悅者。

佛如剛昇起的太陽；  
所演說的法如那光芒之網；  
僧如由那光芒破除黑暗的世間。

佛如燃燒叢林的人；  
法如燃燒叢林之火，燃燒煩惱叢林；

僧如燒了叢林的那塊土地，成了農田。

佛如大烏雲；  
法如雨水；  
僧如在鄉間由下雨而止息的灰塵，止息了煩惱塵。

佛如善調御師；  
正法如調伏駿馬的方法；  
僧如已善調伏的駿馬之團體。

佛如外科醫生，拔出一切見箭；  
法如拔除箭的方法；  
僧如已取出箭的人，拔除了見箭。

佛如眼科醫生，切開愚癡的白內障；  
法如切除白內障的方法；  
僧如已切除白內障而眼明淨的人，切除了愚癡的白內障，擁有明淨智眼。

佛如善巧的醫生，能醫治有隨眠煩惱的病；  
法如正確應用的藥；  
僧如由使用藥而善治癒病的眾人，善治癒煩惱病與隨眠。

或者佛如善教導者；  
法如善道，（能到達）安穩的目的地；  
僧如行道者，到達了安穩的目的地。

佛如善巧的船師；  
法如船；  
僧如成功到達彼岸的人。

佛如喜馬拉雅山〔雪山(Himavā)〕；  
法如由那(山)所生的草藥；  
僧如由服藥而無病的人。

佛如施財者；  
法如財寶；  
僧如如其所欲的獲得財寶之人，正確地獲得了聖財。

佛如指示〔指出〕【22】伏藏者；  
法如伏藏；

<sup>30</sup> 《中部》M.i.p.37 ;A.i.p.208.

<sup>31</sup> 這是說明：即使頂禮凡夫比丘，也沒破其歸依。

僧如獲得伏藏的人。

~《小誦經》的註釋--《闡明勝義》~

~三歸依的解釋已結束~

以及佛如能給與無畏的穩健之人；  
法如無畏；  
僧如成就無畏的人，究竟成就無畏。

佛如(給與)安穩者；  
法如安穩；  
僧如安穩的人。

佛如善友；  
法如利益的教示；  
僧如依照那利益的教示而到達一切處的人。

佛如寶礦地；  
法如財寶的精髓；  
僧如受用財寶精髓的人。

佛如為王子洗浴者；  
法如洗頭水；  
僧如已善洗浴的王子眾，沐浴了正法水。

佛如裝飾品的製造者；  
法如裝飾品；  
僧如經裝飾的王子眾，以正法而莊嚴。

佛如旃檀(candana)樹；  
法如由那(樹)所生的香；  
僧如由受用旃檀而寂靜熱惱的人，以受用正  
法而寂靜熱惱。

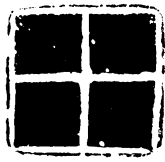
佛如給與法遺產者；  
正法如遺產；  
僧如繼承遺產的兒子眾，繼承正法遺產。

佛如已開的蓮花；  
法如由那(花)所生的蜜；  
僧如享用那(蜜)的蜂群。

如此為『並以譬喻來闡明三歸依』。

到此乃先前的：「由誰、何處、何時、為  
什麼說三歸依？」等，為了解釋方法所列出的  
四偈本母，該義已經闡明了。





## 禪修時應有的正確態度

/ By U Tejaniya

禪修時，最重要的事，即是擁有正確的態度：

- (1) 禪修時，不要太勉強去專注，不要控制，不要試著去創造任何東西，不要施壓或抑制你自己。
- (2) 不要試著去創造任何東西，但也不拒絕正在生起的事物，當事物生起或滅去時，不要忘了必須觀照他們。
- (3) 想使事物生起是貪欲，排斥那正生起的是嗔恨，不知道那正生起或滅去的是愚痴。
- (4) 只有當觀照的心，沒有貪欲、嗔恨及悲傷（擔憂、焦慮）時，才會生起禪修的心。
- (5) 你必須重複的檢查，看你是以什麼態度在禪修。
- (6) 不管是好的或不好的經驗，你都必須接受和觀照。
- (7) 你只想要好的經驗，卻不想要甚至是一點點不舒服的經驗，這是公平的吗？
- (8) 不要有任何期待，不要企求任何東西，不要憂慮，因為若是你的心中有這些想法，禪修會變得很困難。
- (9) 禪修時，為何你那麼努力去專注？你想要什麼？你想讓什麼生起？或想讓什麼滅去？上述想法中的一種很可能正在你的心中。
- (10) 如果心變得疲乏，你的禪修方法有問題。
- (11) 以緊繃的心是沒有辦法禪修的。
- (12) 如果身與心開始疲乏時，即是檢查你禪修方法的時刻。
- (13) 禪修是以正念及正知去等候及觀照，非思考、非思維、非判斷。
- (14) 不要用企求，或期望什麼會生起的心來禪修，否則，唯一的結果，只是讓你自已疲累。
- (15) 禪修的心應是放鬆及平靜的。
- (16) 身與心皆應是舒適的。
- (17) 輕鬆和自在的心，使你能好好禪修。你是否有這種正確的態度呢？
- (18) 禪修即是：無論發生何事，好的或不好的，先接受，再放鬆，然後去觀照他。
- (19) 心在做什麼？想東西？抑或正在觀照？
- (20) 現在心在哪裡？在身內？或在身外？
- (21) 觀照的心正具足正念，或只是表面上看起來有（膚淺的）正念？
- (22) 你不是在試著使事物如你想要的發生（心想事成），而是試著去如實知事物的生起。
- (23) 不要讓妄想心干擾你，修行不是去阻止妄想。當妄想生起時，去認知及了解他，才是你修行的方式。
- (24) 你不應該去拒絕目標（現象、生起的事物或心所認知的），你應該去了解及觀照因那目標所生起的種種煩惱，然後去除那些煩惱。
- (25) 當有信心時，精進才會生起；當有精進時，正念才會持續。當正念持續時，定力才會穩固；當定力穩固時，你才會如實了解事物的本質。當你如實了解事物的本質時，信心再度提升、增強。
- (26) 只注意當下的事物，不要回顧過去，也不要為未來的事先作計畫。
- (27) 目標並不重要，觀照的心才是重要的。如果用正確的態度觀照，那目標即是正確的目標。

禪師簡介：U Tejaniya 為緬甸 Shwe Oo Min Dhamma Sukha Tawya (雪烏明禪修中心)的指導老師。小參時用英語。注重心法的觀照，容易得到心的平靜、安詳。

Tel : (95)(1)720-591, 636402

E-mail : shweoomindsk@myanmar.com.mm



## 男子的七種妻<sup>1</sup>

/ 明法比丘 譯

(一時，世尊住舍衛城祇樹給孤獨園。)

彼當時，世尊於早晨，穿好衣，帶著衣鉢，到給孤獨居士的家，走近之後，敷座而坐。那時，在給孤獨居士的住處，有人大聲喊嘩。

那時，給孤獨居士走近世尊，走近之後，頂禮世尊，坐在一邊。

世尊對已坐在一邊的給孤獨居士說：「居士！在你家中，為什麼眾人高聲大喊？我想是漁夫在搶魚。」

「大德！這是媳婦善生<sup>2</sup>，生於富貴家庭，她不侍奉婆婆，不侍奉公公，不侍候丈夫<sup>3</sup>，也不恭敬、不尊重、不尊敬、不供養世尊。」

<sup>4</sup>彼當時，世尊向媳婦善生說：「來！善生！」

「是，大德！」媳婦善生回應世尊之後，走近世尊，走近之後，頂禮世尊，坐於一邊。世尊對已坐在一邊的媳婦善生說：「善生！這七種是男子的妻子。哪七(種)？有似殺手(妻)，有似賊(妻)，有似主宰(妻)，有似母(妻)，有似妹(妻)，有似友(妻)，有似婢(妻)。」

<sup>5</sup>善生！這七種是男子的妻子。在她們之中，你是哪一種？」

「大德！世尊說得很簡略，我不知它的意思。善哉，大德！如此世尊對我教示的法，請世尊詳細說明所略說的，以便使我能知道它的意思。」

「善生！那麼，好好地注意聽著，我將說。」

「是的，大德！」媳婦善生回應世尊。世尊說：

(1)(對丈夫)惡心、不愛護利益、不慈憫，尋樂於別的男人，而輕蔑<sup>6</sup>自己的丈夫，她用錢買(淫)<sup>7</sup>，熱衷於殺(夫)，像那種男人的妻子，她被叫做「殺手妻」<sup>8</sup>。

(2)丈夫立足於做工、經商、農耕，妻子得到丈夫的錢，她想從他那裡一點一點地拿

走，像那種男人的妻子，她被叫做「賊妻」。

(3)沒工作欲望、懈怠、暴食，粗暴語、粗語、卑鄙的話，勤快的主宰(丈夫)，像那種男人的妻子，她被叫做「主宰妻」。

(4)總是愛護(丈夫的)利益，像母親隨時保護兒子一樣的保護丈夫，因此，她保護、儲存錢財，像那種男人的妻子，她被叫做「母妻」。

(5)如同妹妹對待姊姊一樣的尊敬自己的丈夫，羞澀地順從丈夫，像那種男人的妻子，她被叫做「妹妻」。

(6)她歡喜看見丈夫，(就像)朋友對睽違已久的朋友的到訪一樣，具戒好族類<sup>9</sup>--真誠的妻子，像那種男人的妻子，她被叫做「友妻」。

(7)以鞭捶處罰，恐嚇而不怒，她都能吞忍，對丈夫無惡心，不怒、順從丈夫，像那種男人的妻子，她被叫做「婢妻」。

這個叫做「殺手、賊、主宰」的妻子，破戒、粗語、不敬，身壞之後到地獄。這個叫做「母、妹、友、婢」的妻子，一直守戒、自護，身壞之後到善趣。善生！這些是男人的七種妻子，在她們之中，妳是哪一種呢？」

「大德！世尊！從今日以後，我願意本著像奴婢一樣，作為丈夫的妻子。」<sup>10</sup>

<sup>1</sup> 本經譯自：A.7.59./IV,91~92.Bhāriyāsuttam (男子的七種)妻。異譯本有《增壹阿含 51.9 經》，No.141.《佛說阿遯達經》(大正 2.863)，No.142.《佛說玉耶女經》(大正 2.863)，No.142.《玉耶女經》(大正 2.863)，No.142.《玉耶女經》(大正 2.864)，No.143.《玉耶經》(大正 2.865)

<sup>2</sup> *Sujātā* Visākhāya kaniṭṭhā.(毘舍佉(鹿母優婆夷)的妹妹)

<sup>3</sup> 《佛說阿遯達經》：「不以姑妯(=公【元.明】)之禮事遯達，亦不敬其夫婿積數年。」(大正 2.863b)《佛說玉耶女經》：「端正無雙，僑豪傲慢，不以婦禮承事姑嫜夫主。」(大正 2.863c)

<sup>4</sup> 《佛說玉耶女經》：「給孤獨家盡出禮佛，玉耶不出。佛即放大光明紫磨金色，照玉耶室內，佛現三十二相八十種好，玉耶見佛光明相貌，即大驚怖，生畏懼心便出禮佛。佛告玉耶：『女人之法，不當以倚端正而生僑慢，形貌端正，非為端正，唯心行端正，人所愛敬，是為端正，不得以倚面貌端正僑慢自

## 慈經注 序

/ 明法比丘

恣，後生卑賤為人走使。」(大正 2.863c)《玉耶女經》：「佛飯食訖并為說經，惟有玉耶憍慢不出。佛念愍之放大神力，變長者家皆化作水精色，內外相照無有障礙，玉耶見佛三十二相八十種好，衣毛為豎戰慄惶怖，即出禮佛却住一面，合掌低頭默無所說。」(大正 2.864c)《玉耶經》：「玉耶逃藏不肯禮佛。佛即變化，令長者家，屋宅牆壁，皆如琉璃、水精之色內外相見，玉耶見佛有三十二相八十種好，身紫金色光明暉暉，玉耶惶怖心驚毛豎，即出禮佛頭頂懺悔却在右面。」(大正 2.866a)

<sup>5</sup>《律藏·經分別》說有十種妻子(*dasa bhariyāyo*)即：(1)買得妻(*dhanakkītā*)：已用財物買而令住；(2)樂住妻(*chandavāsini*)：兩情相悅而令住；(3)財住妻(*bhogavāsini*)：贈財物而令住；(4)衣物住妻(*paṭavāsini*)：贈衣物而令住者；(5)水得妻(*odapattakini*)：觸水鉢而令住。共取鉢水灌手，共誓言：「願此水和合不離」，結為夫婦，為最正當的結婚儀式；(6)取下(頭)墊婦(*obhaṭacumbaṭā*)：取下(頭上布)墊子(*cumbaṭam oropetvā*)而令住。(7)婢妻(*dāsī*)：既是家妻兼作婢；(8)作務妻(*kammakārī*)：既是家妻兼作務者；(9)俘虜妻(*dhajāhaṭā*)：捉來的(*karamarāṇī*)；(10)短暫妻(*muhuttikā*)：暫時(*taṅkhaṇikā*)之妻(如：一夜情)。(Vin.III,139-140.; CS.pg.202-3)

<sup>6</sup>**Atimaññateti** omānāti mānavasena atimaññati.輕蔑：不尊敬、充滿傲慢、輕視。

<sup>7</sup>**Dhanena kītassāti** dhanena kītā assa. (她可能用錢買)。E.M.Hare 譯：prostitute(娼妓)。

<sup>8</sup>**Vadha**,【陽】處罰，殺害，死刑。**vadhaka**,【陽】劊子手，施行處罰的人。

<sup>9</sup>**Koleyyakāti** kulasampannā.(好族類：成功、興隆的良家子弟。)

<sup>10</sup>《佛說玉耶女經》玉耶：「受我五戒得為弟子。」(大正 2.864)。《佛說玉耶女經》玉耶流淚前白佛言：「我本愚癡不順夫尊，自今已後當如婢婦，盡我命壽不敢憍慢，即前長跪求受十戒三自歸命，歸佛歸法歸比丘僧，一不殺生，二不偷盜，三不婬佚，四不妄語，五不飲酒，六不惡口，七不綺語，八不嫉妬，九不瞋恚，十者信善得善，是名十戒，此優婆夷所行。」(大正 2.865c)。《玉耶經》：玉耶即前請受十戒為優婆夷。佛告玉耶：「持一戒者不得殺生。二者不得偷盜取他人財物。三者不得婬他男子。四者不得飲酒。五者不得妄語。六者不得惡罵。七者不得綺語。八者不得嫉妬。九者不得瞋恚。十者當信作善得福作惡得罪。信佛信法信比丘僧。是為十戒優婆夷法。終身奉行不敢違犯。」(大正 2.867a) ¶

《慈經》在上座佛教是家喻戶曉的一部經典，它並不是以美麗的詞藻，或動人的故事吸引人，而是其內容對美化內心有強大的作用，也有消災解厄的濟急作用。

中國字「慈」，有「愛」、「惠」、「仁」之義，這些都是儒家及教育者的重要施教及修養德目。但是諸子百家並沒有全天候乃至經年累月修習「慈」的教導。古代中國佛教雖沒有《慈經》，但是「慈愛」並沒有缺席，除了仁民愛物的精神之外，還有觀世音的《普門品》，廣為民眾所喜愛、念誦及流傳。只是它是依靠菩薩大慈大悲的他力加庇，跟依靠自力救濟的「慈心」不同。「慈心」的濟拔原理是：即時在內心產生強大的慈念，令災厄(惡業的果報)中斷或消滅，即大厄化小厄，小厄化更小。

人間有種種苦難，小則病苦、不愉快、衝突、失意，大則遭受打殺乃至戰爭，這些苦難都是自己所造惡業的結果，無一樣是自然的，無一樣是沒有原因的，無一樣是由善業轉變成惡果的。對於「救苦救難」一事，靠自己的善業來自救，才是實在與長遠之計。上座部佛教並沒有依靠菩薩的想法，倒是發展出「護衛經」，以免除眾生的苦難。

佛教達到解脫的途徑是親近善友，聞法，論法，思法，持戒，修禪，行八正道等，「法」本身就有自護、護他的力量，而「法」中的「慈」這一項，對滅除苦難則特別有濟急的作用，因此，《慈經》就應運而出。《慈經》本身的義理即淺白易懂；再加上《慈經注》的詮釋，則更能深入「慈」的道理；編者於本書中，則再添加「補注」與注解，以讓文義更為順暢與顯然。

最後，願所有讀誦、贊助、流通、贊歎慈經的人，或修習慈心者，都能充滿慈心，並晉身解脫之列。(2008.1 訂正版) ¶

# 轉女為男

/ 明法比丘

## 做女人的痛苦

《相應部》S.37.3./IV,239.世尊說，女人有五種特有的苦：一、年輕女人嫁至他家，離別親族。二、有月事(utunī)。三、懷孕(gabbhīnī)。四、分娩(vijāyati 生孩子)。五、服務男人。女人還有其他不如意事，《玉耶經》佛告玉耶：「女人身中有十惡事，何等為十？一者女人初生墮地父母不喜。二者養育視無滋味。三者女人心常畏人。四者父母恒憂嫁娶。五者與父母生相離別。六者常畏夫婿視其顏色。歡悅輒喜嗔恚則懼。七者懷妊產生甚難。八者女人小為父母所檢錄(限制行動)。九者中為夫婿所制。十者年老為兒孫所呵。從生至終不得自在，是為十事，女人不自覺知。」(大正 2.866a)

在社會地位方面，除了極少數母系社會，女性有較高的自主權以外，大多數的女性是被壓抑，被視為男性的附屬品，家族的財產，被拋棄或離婚是悲慘的事(休妻「七去(=棄)」：無子、淫佚、不事舅姑、口舌、盜竊、妒忌、惡疾--《大戴禮記》)，夫先死被認為是尅夫或不吉祥，有時候還要陪葬。另外，女性體力較差與體型較小，單獨在家或外出，容易被侵犯或非禮。雖然二十世紀以來，部份國家男女已逐漸趨向平等，在社會或在家庭的不公平待遇也逐漸改善，可是女人先天的弱點，則沒有辦法改變。

## 何必轉變女娘之身

女人經歷的特有的五種苦會漸漸淡忘：一、離別親族的痛苦漸漸會淡忘。二、十多歲才有月事，而晚年就停經。三～四、懷孕期過了，晚年除了意外的老蚌生珠，就不再懷孕、生產。五、老來行動不便，可免除操勞家事或服務男人。因此，作女人習慣了(有自體愛的成份)，認了，不再計較作女人的苦

楚。再者，佛教是追求解脫的宗教，不在乎什麼性別，如《相應部》(S.5.2./I,129.)惡魔波旬來對蘇摩比丘尼說風涼話：「仙人應至處，是處難到達，‘二指智’<sup>1</sup>之女，不能到彼處。」已證得阿羅漢果並得到四無礙智的蘇摩比丘尼回答說：「心入於善定，女身又如何？智慧已存在，由此見正法。」(《雜阿含 1199 經》譯作：「心入於正受，女形復何為？智或若生已，逮得無上法。」)。

女身、女形的確不礙解脫。另有別的經證：《中部》《婆蹉大經》(M.73./I,491.)，世尊回答婆蹉說比丘、比丘尼弟子滅盡諸漏於今生自證無漏之心解脫(阿羅漢果)各不只五百人，而優婆塞、優婆夷弟子由滅盡五下分結，證三果各不只五百人(cf.《雜阿含 964 經》(大正 2.246)、《別譯雜阿含 198 經》(大正 2.446))。

## 轉變女身的想法

我在巴利三藏中，並沒有找到世尊開示下一生轉女成男的方法，或許可以推論出，在佛世時並不風行轉變女身的想法。《帝釋所問經》(D.21./II,271.)記載帝釋天(俗稱：天公)下凡人間第一次覲見世尊時，就向世尊報告幾件事，其中之一是：「世尊！在迦毘羅城(Kapilavatthusmim)，有信仰佛法僧的圓滿五戒者，瞿毘釋迦族女(Gopikā)，她有捨棄女性(想)，起意男性(想)(Sā itthittam virājetvā purisattam bhāvetvā)，身壞命終，生於善趣天界，成為忉利天伴，成為我們的公子。在這裡可知此‘瞿波天子(Gopako)，瞿波天子’」。

(cf.《佛說帝釋所問經》(大正 1.247.2)；《中阿含 134 經》(大品釋問經)(大正 1.634.2))

<sup>1</sup> 《相應部注》Spk(S.5.2.):「二指智：小智。用兩指取棉布，編織紡紗，因此，女人稱為‘二指智’。」《長老尼偈注》Thig.A.3-8.說：二指智指女人的智慧只是像作飯時，以兩指捻米飯，檢視是否熟了，如此而已。



當女人是有因緣的，不是不可改變的宿命，因此，只要知道成為女人或成為男人的原因或機制，就有辦法在下一生改變性別。

《帝釋所問經》所說的轉女成男的故事中，沒有交代瞿毘(Gopikā)是否有轉女成男的竅門，而只陳述她當人時有比較強烈的想法：「捨棄女性(想)，起意男性(想)。」(《佛說帝釋所問經》(大正 1.247.2)：「厭女身求男子相」；《中阿含 134 經》(大正 1.634.2)：「憎惡是女身，愛樂男形。')就這樣，她的下一生就滿了願。瞿毘的「轉女人身，受男子形」，其實只是順應願力而「心想事成」，如此而已。做女人，並非是比男人少修五百世；也不是：「若轉男身得女身易，若轉女身為男則難。」(《大方等大集經》卷第二十一 T13.149.2；《寶星陀羅尼經》卷第八 T13.573.2)

### 轉變女身的正確方法

投生為男，是因為有喜歡男性無明(avijjā)、愛(taṇhā)、取(upādāna)的原因。喜歡男性或女性，是在生前的長久以來的業，當然只要某一次的「無明」就具有決定性的力量。「喜歡男性或女性」，即對「男性或女性」錯誤的認知是「無明」，執著生為「男性或女性」是「愛」，執取生為「男性或女性」是「取」，「行」(動念頭或造某種業)、「業」(造業留下來的潛力)。若具有「喜歡男性」的無明，搭配造某惡業，若成為畜生(不是喜歡成為畜生，但是惡業會導引到三惡趣之一)，則成為公的。

### 評論轉變女身的方法

後代編輯的某些經典，除了宣揚其教說之外，也注意到部份不滿意「女身」的信眾，為了迎合她們的需求，而穿插著轉變女身的方法，但是所提供的方法，大多沒有直接說到「轉女成男」的原理，其中有的甚至於是方法錯誤。以下舉數例說明。

#### (一)

現在舉劉宋·罽賓三藏曇摩蜜多(公元 355~442 年，華言法友)譯的《佛說轉女身經》為例，本經的經名，就有明確地「轉女身」的旨意。本經編輯的時間，可能在第三世紀或第四世紀初，所說的五十五種方法，都不是直接轉女成男的方法，該經說：「爾時世尊，欲利益成就四部眾故，告無垢光女言：『若女人成就一法，得離女身速成男子。何謂為一？所謂深心求於菩提。所以者何？若有女人發菩提心，則是大善人心，大丈夫心，大仙人心，非下人心，永離二乘狹劣之心，能破外道異論之心，於三世中最是勝心，能除煩惱不雜結習清淨之心，若諸女人發菩提心，則更不雜女人諸結縛心，以不雜故，永離女身得成男子，所有善根亦當迴向無上菩提。是名為一。』

復次，女人成就二法，能離女身速成男子。何謂為二？所謂除其慢心，離於欺誑，不作幻惑，所有善根，遠離女身速成男子，悉以迴向無上菩提，是名為二。

復次，女人成就三法，能離女身速成男子。何謂為三？一身業清淨，持身三戒。二口業清淨，離口四過。三意業清淨，離於瞋恚、邪見、愚癡。以此十善所生善根，願離女身速成男子，迴向菩提，是名為三。

復次，女人成就四法，得離女身速成男子。何謂為四？一不害。二不瞋恨。三不隨煩惱。四住忍辱力，是名為四。

復次，女人成就五法，得離女身速成男子。何謂為五？一樂求善法。二尊重正法。三以正法而自娛樂。四於說法者敬如師長。五如說修行。以此善根，願離女身速成男子，迴向菩提，是名為五。

復次，女人成就六法，得離女身速成男子。何謂為六？一常念佛，願成佛身。二常念法，欲轉法輪。三常念僧，欲覆護僧。四常念戒，欲滿諸願。五常念施，欲捨一切諸煩惱垢。六常念天，欲滿天中之天一切種智。是名為六。

復次，女人成就七法，得離女身速成男子。何謂為七？一於佛得不壞信。二於法得

不壞信。三於僧得不壞信。四不事餘天惟奉敬佛。五不積聚慳惜隨言能行。六出言無過，恒常質直。七威儀具足。是名為七。

復次，女人成就八法，得離女身速成男子。何謂為八？一不偏愛己男。二不偏愛己女。三不偏愛己夫。四不專念衣服瓔珞。五不貪著華飾塗香。六不為美食因緣。猶如羅刹殺生食之。七不吝所施之物，常追憶之而生歡喜。八所行清淨常懷慚愧。是名為八。

復次，女人成就九法，得離女身速成男子。何謂為九？所謂息九惱法：憎我所愛，已憎，今憎，當憎。愛我所憎，已愛，今愛，當愛。於我已憎，今憎，當憎。是名為九。

復次，女人成就十法，得離女身速成男子。何謂為十？一不自大。二除憍慢。三敬尊長。四所言必實。五無嫌恨。六不囂言。七不難教。八不貪惜。九不暴惡。十不調戲。是名為十。」(T14.918.3~919.1)

經中說到的五十五種方法之外的一些字句才是重點：「願離女身速成男子」，「若有女人能如實觀女人身過者，生厭離心，速離女身疾成男子」，「女人應生厭離女人之身」，「願離穢故女人之身，更得新好男子之身」，這些是轉女成男的關鍵。「偏愛己男」、「偏愛己夫」也是轉女成男的方法，但是編經者不一定知道；假若是知道，為了修行，說不出，做不來，就白白錯失「轉女成男」的機率。作五十五種善法，或作任何功德，但不發願：「願離女身願得男子」，就沒有導向「得男子」的力量；若只靠單純發願：「願得男子」，也有「得男子」的力量，當然跟善業搭配是比較有力。

## (二)

《地藏菩薩本願經》卷下：「若未來世有善男子善女人，見地藏形像及聞此經，乃至讀誦、香華、飲食、衣服、珍寶、布施、供養、讚歎、瞻禮。得二十八種利益。…十一者女轉男身。」(T13.789.3)此段經文表示「見地藏形像及聞此經」含有神奇的利益，

只是沒有把通往「女轉男身」之路，明白解析出來。應該這樣說，「見地藏形像」，且把「地藏菩薩」作男人想，而常常生起欣慕男形，就有機會女轉男身，或保持男身。

## (三)

《寶星陀羅尼經》卷第二：「若有女人聞此寶星陀羅尼至心誦念，盡此女形後生當得端正丈夫，一切身分悉皆滿足。」(T13.543.3)「寶星陀羅尼咒」有九十五句，即使其中有「願得男子」的字句，誦讀者若不解其義也是無效的。

## (四)

《央掘魔羅經》卷第二：「莫取男女相，當修空寂法，修習空法已，疾得男子性。」(大正2.523下)「當修空寂法」，不知作何解，但是不管是「(限定)虛空遍」(十遍之一)，或者是「無色定」，或者是「觀空相(無色相、或無我相)」，都不含「女轉男身」的因。

## (五)

《大寶積經》卷第一百一十一：「(淨信童女)白佛言：世尊！成熟幾法能轉女身？佛告童女：成就八法當轉女身。何等為八？一者不嫉。二者不慳。三者不諂。四者不瞋。五者實語。六者不惡口。七者捨離貪欲。八者離諸邪見。童女！修此八法速轉女身。」(T11.626.2)經文中的「佛」，是編經者自以為是的「佛」。修此八法可得善法，但是沒有一樣含「女轉男身」的因。

## (六)

《慧上菩薩問大善權經》卷上：「假使女人愛敬『我』(愛敬菩薩)，則當令轉女人形，速為男子人中上。」(T12.159.1)經文中的「愛敬菩薩」是男人，愛敬「男」菩薩是有效的「女轉男身」的方法。

## (七)



收錄在巴利三藏中的《[世間法](#)》(Lokaniti v.109, CSCD):「女人希望生生世世當男人，就要尊敬丈夫，像王妃對待天王一樣。」(Yā icche puriso hotum, Jāti jāti punappunam. Sāmikaṃ apacāyeyya, Indaṃva pāricārikā.)「尊敬」的果報是「權勢」，「想丈夫」的果報才是「女轉男身」的方法。

#### (八)

[《雜阿毘曇心論》卷第十](#):「問：以何想入胎。答：...若男中陰者，於母染想於父恚想。彼作是念：若無此男者與此女會，想見男去而與女會。」(大正 28.959 上)

北傳其他阿毘達摩作品(大正 27.751 下；29.46 下；29.203 中；29.477 下；29.838 中)，同樣提到入胎前情景，但沒有說到「男中陰者，於母染想於父恚想」等語。若臨終見到將去投胎的父母合會的景象而起欲望，臨時生起染愛，那麼，就具有投生於惡趣的危險。《相應部》(S.35.194./IV,168~170.):「諸比丘！保持正在住立於(眼)識(之甘味)，或已繫於形相之甘味，而其人於當時死去者，則此人墮於地獄或畜生二趣中之一趣。」

女性卵子在體內可保持兩天到三天，這期間可與精子會遇。受精卵在母體可保持一段期間，此際「識」(gandhabbo 乾闥婆、香陰)有機會入胎，若識不入胎，則受精卵將流產。所以，不用構思投生前將見到父母合會的那一幕，來交帶入胎的前景。

#### 結論

厭惡女身者，必須除去諸女性行為，如嬌滴滴、綺言妖姿三十二種(大正 3.592 中)、妖蟲八十四態(T4.604.1；「八十四態」詳見：[《大愛道比丘尼經》卷下](#)，(大正 24.954~5)作為增上緣。諸女性行為，可以視為愛戀女身、女形的表現。但是單純除去八十四態還不足以轉女成男。如[《增壹阿含48.3經》](#)說：「修梵摩有妻，名曰梵摩越，玉女中最極為殊妙，如天帝妃，口作優鉢蓮花香，身作梅

檀香，諸婦人八十四態，永無復有。」(大正 2.788 上)

女人願來生當男人，最重要的是她常常發願：願來生當男人(無明、愛、取)。加上搭配功德力當作行(saṅkhāra)與業(kamma)，這樣她滿願的機會就會大增。依一份〈禪修者的輪迴故事〉來看，女行者的緊接著下一生成為男人的機率蠻高的(約一半)，女行者比一般女人表現厭女欣男比較強烈，她們欣慕男生可以參學方便也安全，厭惡女生(好嫉妒、好生是非等)，她們難得知道經中說的轉女成男的方法，只能作自力救濟，作意：「不願當女生，願當男生」。當然她們欣慕佛陀(男身)，也是增加轉變成男身的重要因素。一般沒有學佛法的女人，下一生成為男人的機率，則取決於相信輪迴，見到女人的苦等因素(而願成為男人)。在欲地眾生，不是男就是女，不是公的就是母的；若不願成為男人，也不願成為女人的人，除非是有惡業當助緣，才會變成非男非女，或非公非母的眾生。

願生為女人導致生為女人，「願生為女」與「喜歡女生」是相同的業；願生為男人導致生為男人，「願生為男」與「喜歡男生」是相同的業。在勝義諦中，沒有自他之分的緣故。舉一位禪修者的故事為例：「她觀察她的第六過去生，她是一位國王。由於執著皇后，國王在臨終時如何呢？他的心只有執著皇后。曾經有一次國王與皇后一起供養僧團食物。他許了一個希望生生世世都遇見皇后的願。...在死時，這業呈現於國王的臨死速行(maraṇāsanna javana)。由於這業，他投生那裡去？如上所說(第五過去生)，他生為一位女人。」(《觀察緣起》帕奧禪師講，釋開弘譯)

本文只為澄清成為「女」，或成為「男」的「業」或「因」與相對應的「(業的)果報」(等流 abhisanda)，絕無輕視「女身」，也並非要推廣「轉女為男」。



# 釋「疑」

/ 明法比丘

## 前言

「疑」(vicikicchā)是不確定，不能下決定。中文的表達有：懷疑、疑惑、疑慮、疑心、可疑、嫌疑、半信半疑、遲疑、猜疑、多疑、狐疑等。在佛經中「疑」，除了一般的解作「不確定」之外，多解作「懷疑佛法僧」。而在阿毘達摩的領域，稱為「疑心所」，只解作「懷疑佛法僧」。而「度疑」(斷疑)只解作對因果、佛法僧不再懷疑。阿毘達摩書中的「疑(心所)」有時會混入對一般事務的「疑」(不確定)。對一般事務的「疑」，不必然是不善心，有時是有「慧心所」(推理、分析)，有所謂「大疑大悟，小疑小悟」之說；若生起不善心，是「掉舉」(忐忑)。詞源學有時對「疑」的詮釋是屬於一般性質的「疑」(不確定)。「疑」相應對於巴利文 vicikicchā(vici(vicinanto) = 詢問 + kicch = 受到困擾；vi = 毫無 + cikircha=解決方案)，諸論師提出兩個詞源學的說明：一、由於思緒紛雜困亂而致的困惑；二、缺少智慧解決問題。」(錄自：《阿毗達摩概要精解》p.18)

## 經典的定義

### (一)「疑」解作「懷疑佛法僧」

「疑」(vicikicchā; doubt)，在經典中，作為對(大)師(Satthari 佛陀)、對法(Dhamme)、對僧(Saṅghe)的懷疑。作為「五蓋」中的「疑蓋」，也是同樣的內容。以下舉經典作說明：

- 【1】《長部》大念住經 (D.22./II,301.)：「在我內(心)有疑，詳悉：『在我內(心)，我的疑存在』；或在我內(心)無疑，詳悉『在我內(心)，我的疑不存在。』像對未被生的疑，成為被生，他詳悉它；及像對被生的疑徹底的捨斷，他詳悉它；及像對被徹底捨斷的疑，在未來無被生，他詳悉它。」《長部注》(D.A.22./III,782.)說：「疑」

是「未從根源作意」產生的。」

- 【2】《增支部》(A.6.13./III,292.)：「具壽！這是不可能，沒有空間，若遠離『我』，又不見此我(ayamahamasmīti)，疑與疑惑之箭，纏縛而住於(我)心是無有是處。具壽！此是疑與疑惑之箭之出離，謂『我有』慢之連根拔起(asmīti mānasamugghāto)。」在此，疑(vicikicchā)與疑惑(kathamkathā)兩字為同義詞。(《大義釋》(Mahāniddeśa PTS:Nd<sup>1</sup>.265)：「疑惑稱為『疑』。」(Kathamkathā vuccati vicikicchāti))

- 【3】《相應部》(S.12.20./II,25~27.)說「十六事 (soḷasavattukā) 的懷疑」：「前際五疑--1.過去世我存在嗎？2.過去世我不存在嗎？3.過去世我是什麼？4.過去世我是怎樣？5.過去世我從什麼成為什麼？後際五疑--6.未來世我不存在嗎？7.未來世我存在嗎？8.未來世我將是什麼？9.未來世我存在嗎？10.未來世我將從什麼成為什麼？現世(中際)五疑--11.我是存在的嗎？12.我是不存在的嗎？13.我是什麼？14.我是怎樣？15.此有情(我)哪裡來？16.他將去將哪裡？」(cf. Vism.599)

- 【4】《相應部》(S.46.51./V,103.)：「諸比丘！什麼是食？使未生之疑生，已生之疑倍增、增大呢？諸比丘！那有疑處之法。於該處多作『未從根源作意』為食者，則未生之疑生，已生之疑倍增、增大。」

- 【5】《相應部》(S.46.40./V,98.)：「疑蓋(vicikicchānīvaraṇaṃ)是為黑闇、為無目、為無智、滅慧、苦惱的成分，不轉趣涅槃。」

### (二)「疑」解作「不確定」

「疑」也作為「不確定」、「猶豫不決」的表達。

- 【1】《增支部》(A.3.65./I,189.)：「大德！對他們，我們有懷疑(kaṅkhā)，有疑

(vicikicchā)--在這些沙門、婆羅門諸大德中，誰說真話？誰說謊話？」《增支部注》(A.A.3.65./II,305.)說明：疑(vicikicchā)和懷疑(kaṅkhā)為同義詞。

【2】《增支部》(A.7.51./IV,70.):「比丘！如是知、如是見之具聞聖弟子，於‘無記事’(abyākatavattūsu)不怖、不動、不慄、不生畏。比丘！依此因、此緣而具聞聖弟子，於無記事不生疑。」《增支部注》(A.A.7.51./IV,38.)說：「無記事：不可論究而明確之事。」(abyākatavattūsu ti ekamsādivasena akathitavattūsu.)

【3】那拘羅母(Nakulamātā)安撫在病中的那拘羅父(Nakulapitā)，說到她已證入(聖果)，若有懷疑(kaṅkhā)或困惑(vimati)，可向世尊查證。《增支部》(A.6.16./III,296)

【4】《增支部》(A.10.1./V,15f.):「對於諸法中的疑惑之處得以除疑者。」此經所說的「疑惑」可解作「不確定」，也可以解作「對佛法僧的疑惑」。

### 論典的定義

論典「疑(心所)」只能解作「懷疑佛法僧」，舉數例作說明：

【1】《法集論》：「什麼是疑蓋？<sup>1</sup>對大師懷疑、疑惑，<sup>2</sup>對法懷疑、疑惑，<sup>3</sup>對僧懷疑、疑惑，<sup>4</sup>對戒懷疑、疑惑，<sup>5</sup>對過去懷疑、疑惑，<sup>6</sup>對未來(後際)懷疑、疑惑，<sup>7</sup>對過去未來懷疑、疑惑，<sup>8</sup>對此緣法、緣起法懷疑、疑惑。像這樣<sup>1</sup>懷疑、<sup>2</sup>疑難、<sup>3</sup>疑慮、<sup>4</sup>困惑、<sup>5</sup>疑惑、<sup>6</sup>二分(dveḥhakaṃ)、<sup>7</sup>猶豫不決(dvedhāpatho 在叉路)、<sup>8</sup>躊躇、<sup>9</sup>蓄含種種緊握(疑問重重)、<sup>10</sup>爬行(āsappanā 站不住腳)、<sup>11</sup>完全爬行(parisappanā)、<sup>12</sup>不清、<sup>13</sup>頑固心的困惑，這是所謂的疑蓋。」(Dhammasaṅgaṇī,#1167., PTS:1261；CS:pg.233~4)(論中說到前八項，是對八事(aṭṭhavattukā)的懷疑)

【2】《清淨道論》(Vism.471):「不能治癒其心故為「疑(心所)」。它有懷疑的特相；有

動搖的作用；以不決定或無決定見為現狀；由疑而起不如理的作意為近因。當知疑是行道的障礙。」本段論文及上下文沒有說到「疑(心所)」只針對八事、十六事之疑，會引起誤會。

【3】《名色差別論》(Nāmarūpaparicchedo, ch.2.#119.):「疑惑為疑，沒有結論為‘相’，沒有一個把握為‘作用’，沒有抓住依止處(為現起)。」(Kaṅkhāyaṇā vicikicchā, asannitṭhānalakkhaṇā; anekagāhanarasā, appatitṭhāti gayhati.)本論沒有說到「疑(心所)」只針對八事、十六事之疑，會引起誤會。

【4】《瑜伽師地論》：「於師、於法、於學、於誨及於證中，生惑生疑。」(T30.329.3)「疑者，猶豫、二分、不決定心所為性。」(T30.622.1)前句正確，後句定義不明確。

【5】《大毘婆沙論》：「令心行相猶豫不決是疑相。」(T27.249.2)本句定義不明確。

### 如何對治「疑」及斷「疑」

消除疑心的方案，以教理來說，需要研讀經典，或更深究(paripucchā 遍問)三藏。換句話說，「疑」可以用「慧」或「擇法覺支」來對治。而《清淨道論》(Vism.141)說：vicāro vicikicchāyāti Peṭake vuttam.(在《彼多迦》(Peṭaka)中說：‘伺’對治‘疑’。‘伺’因為以「智慧」考察再考察(伺)，所以可以對治「疑」。此外，注釋書還提出六法斷疑：

- 1.多聞正法(bahussutatā)，
  - 2.深究正法(paripucchakatā 遍問)，
  - 3.於戒律上知取捨(vinaye pakataññutā)，
  - 4.強化信仰(adhimokkhabahulatā)，
  - 5.親近善友(kalyāṇamittatā)，
  - 6.適當的談話(sappāyakathā)。
- (D.A.22./III,782.; A.A.1.2./I,51.; Spk:S.46.51./III,167.etc.)

以實修來說，達到第二觀智(度疑清淨)才能暫時去除「疑」，達到證果則永斷「疑」根。《中部疏》(M-ṭ(M.56.)CS:pg.2.40)說：「越過懷疑(Tiṇṇā vicikicchā)：類似危險的荒野--十六事、八事的越過懷疑為‘度疑’。」¶



# 《攝阿毘達摩義論表解》序

/ 明法比丘

《攝阿毘達摩義論表解》（以下簡稱《表解》）的順序與內容，主要是依據阿毘達摩非常重要的一本綱要書——《攝阿毘達摩義論》（Abhidhammatthasaṅgaha）編排的。在上座部佛教裡，尤其是緬甸，沙彌與新學比丘必須把《攝阿毘達摩義論》背熟後，才被准許研讀阿毘達摩及其註疏。傳統學習阿毘達摩的方式，是著重於背誦，然後再慢慢去理解與消化；所以，「背誦」成了學習阿毘達摩的主要途徑。

本《表解》則著重於「理解」，試圖以較多的「表格」與「圖解」的解析方式，取代文字較難含蓋周全的部份，以提供讀者另一種學習方式，讓阿毘達摩盡可能地簡單化，不再是由深澀難懂的文字所堆砌而成的天書，如此以拉近讀者與阿毘達摩之間的距離，使讀者能以更輕鬆的心情，學習阿毘達摩。本《表解》將《攝阿毘達摩義論》的文字予以表格化，以深入淺出的方式，提供一個非常清晰且簡易的學習方式，因此讀者即使在自學的情況下，亦能循序漸進地深入論藏；此外，本《表解》亦是教學上的一個非常難得的輔助教材。

編者學習阿毘達摩近十年，對阿毘達摩尚在摸索中，編寫這本《表解》，單純地只是希望透過「表解」的方式，

讓雖為深奧、卻彌足珍貴的阿毘達摩，能以「平易近人」的面貌呈現，俾使更多的人得以親近，乃至一探究竟。

本版（2007 年版）除了編幅大增之外，也對 2003 年版作了訂正。由於個人的功力未臻圓熟，仍有缺失，希望讀者能多善用本書的優點，並包涵本書的瑕疵。

本書的出版，承蒙羅慶龍居士（教授阿毘達摩四次）、蔡羸賢居士、李佳祐居士、陳玉文居士、Meghī 居士幫忙校對。特別是 Meghī，這位阿毘達摩的天生愛好者，對《表解》中的「本品導讀」與「二十四緣」的〈歸納表〉與〈總覽表〉的整理，貢獻良多。

願協助本書出版的人，以及所有阿毘達摩的學習者，皆早日證得菩提。

—2007.7.29.雨安居日 於台灣・嘉義・法雨道場



阿育王石柱石獅下的法輪，象徵 24 緣--最深奧的法，此輪也鑲在印度國旗。

## 坐道場暫歇息

/ 釋妙行

坐道場暫歇息

日光自葉隙傾瀉

前塵打內心揚起

在既年少又古老的歲月裏

「我」陪伴著一顆連自己也不熟悉的心

在意識沖刷下的時間流裏飄泊

在業網交織成的娑婆土中流浪

曾高飛，飄飄何所似？

天地一沙鷗

也低落，惶恐灘頭說惶恐

零丁洋裏歎零丁

然

「我」依舊，在千綜萬錯的思想國度裏纏綿

「心」仍然，如三月柳絮，臘月飄雪，

搖拽俯首沐法雨，閤眼觀呼吸

聆聽生滅法，恨不相逢未生時

二十日恍如隔世

再睜開眼看世間

在見與不見的場域中，互相爭掠

於四維間，楚河漢界，兀自劃分勢力範圍

於思惟中，高築意識型態的保壘

就讓一切在「鼻端」這裏止息吧！

在現實中，沒有相知相交

在修道上，卻是孤而不寂

神遊書海，結交「古」人

「今」又遇明師

何其有幸！

阿基米德說——

「給我一根槓桿，我便能舉起全世界」

(give me a lever, I can lift the world)

我不會忘記自己曾在這裏呼吸過

感謝老師給後學這支「呼吸」的槓桿

得以超越生死，解脫煩惱

師若空谷幽蘭，卻不獨自芬芳

有緣人如我者，尚能一親法澤

亦感謝老師不厭其煩地回答我所提出的各種問題，

然我還想知道——老師何以能在風雨中，獨自踽踽，

卻一路走來，始終如一，而不飄零？

誠摯祈求諸佛菩薩

願老師二六時中一切吉祥

後學妙行頂禮 (2007.2.禪修後)

P.S.這裏的眾生很和善！



## 善惡分明

	特 相	作 用	現 起 (結果)	近 因 (足處)
善	1.具足慚愧 2.無三毒火 3.心頭定定 4.器度恢宏	1.滋生功德 2.開顯真實 3.光明磊落 4.厚築道基	1.善有樂報 2.福祿雙收 3.聲名遠播 4.往返人天	1.慧眼明亮 2.良心發現 3.結交善友 4.從根源作意
惡	1.無慚無愧 2.毒火熾盛 3.不得安穩 4.器量狹小	1.焚燬功德 2.覆蔽真實 3.狼狽為奸 4.養癰貽患	1.惡有苦報 2.損利夭折 3.惡名流布 4.死墮惡趣	1.盲目無知 2.良心不見 3.結交惡友 4.未從根源作意

- \* 說明 1.做善做惡不一定先有因果觀念。  
2.做善做惡不一定都樂於從事。  
3.從根源作意：從因緣、因果的角度思惟。  
不從根源作意：誤認常、樂、我、淨。

### 流通書物

- 一、(當代南傳佛教大師)Jack Korfield 著  
新雨編譯群譯..... 400 元  
二、(新雨月刊)(1~72)(1987.3~1994.1)  
(合訂本共十本)..... 2400 元  
三、(善知識參訪記)張慈田採訪 150 元  
郵政劃撥：31497093 法雨道場

#### ■ 以下書籍可以代影印 ■

須自付影印費及郵費

- 1.《尼柯耶選讀》(巴利語)(性恩法師 編譯)
- 2.《半月僧務》Ven. Santagavesaka 等編
- 3.《受戒儀規》Ven. Dhammasiri 編
- 4.《巴利律比丘戒研究》李鳳媚著
- 5.《比丘波羅提木叉》(巴漢對照及文法分析)
- 6.《巴利語文法》蔡奇林老師編譯
- 7.《巴利語輕鬆上路》蔡奇林老師編譯



## 贈 書

‘\*’為新書

- \*1.《慈經注》明法比丘編譯(2007)(初版)
- \*2.《生命是吾師》斯里蘭卡·葛榮居士(二版)
- 3.《四聖諦》明法比丘主講 (小冊或VCD)
- 4.《三十七道品導引手冊》雷迪大師 著
- 5.《法的醫療》馬哈希禪師等著
- 6.《印度佛教史》上冊 平川彰著·釋顯如, 李鳳媚譯 (25 開, 354 頁)(三版)
- 7.《攝阿毘達摩義論》葉均譯(三版)
- 8.《巴利語入門》(性恩法師 編譯)(二版)
- 9.《沙門果經》Bhikkhu Bodhi 英譯(25 開, 177 頁)(二版)(2005.2.出版)
- 11.《林僧自傳》阿旃帖 著 阿耆多比丘譯
- 12.《健康元素》(16 開, 152 頁, 維生素、礦物質等重要健康常識)
- 13.巴利三藏 CSCD(foreign1 字型)光碟片 (可以上網下載)(只限懂巴利文讀者) (部分已加入 PTS 頁碼, 尚在編輯中)

#### 【2008 年預定出版】

- 1.《明白佛法》明法比丘編譯(2008.5.)(初版) (本書延遲出版, 抱歉!)
- 2.《慈經注》明法比丘編譯(2008)(二版)
- 3.《雜阿含經注》明法比丘編(2008 年年中)
- 4.《攝阿毘達摩義論表解》明法比丘編 (三版預定 2008 年年中)
- 5.《巴利文課誦本》(含巴漢對照)明法比丘編譯

郵政劃撥：31497093 法雨道場

\*歡迎助印或贊助郵資\*

## 一個月禪修通告

### 禪修時間：

第一期：1月26日(週六)~2月5日(週二)

第二期：2月7日(春節初一，週四)~17日(週日)

〔歡迎參加全程〕

**指導老師：**明法比丘 1952 年出生，1997 年於泰國受比丘戒，擅長指導四念住、巴利語佛法及阿毘達摩。

**禪法：**四念住禪修法，由出入息念（觀呼吸）下手。禪修期間將講解《念住經》及提升正念的方法。修習念住的利益：

- 一、修行紮下紮實根基。
- 二、去除身心的痛苦。
- 三、明白戒律、因果。
- 四、體証涅槃。

**參加者自備：**睡袋(或棉被)、盥洗用具、日用品等。晚上不提供膳食。

**報名截止：**每期的前3天截止，請填寫報名表

### 禪修及報名地點：

報名表可來電索取，或上網下載。

### 法雨道場

60652 嘉義縣中埔鄉同仁村柚仔宅50之6號

Tel：(05) 253-0029；Fax：(05) 203-0813

E-mail：[dhamma.rain@msa.hinet.net](mailto:dhamma.rain@msa.hinet.net)

法雨道場網站：

<http://www.dhammarain.org.tw/>

法雨道場mirror網站：

<http://nt.med.ncku.edu.tw/biochem/lsn/newrain/>

（請使用新的E-mail及網站）

## 一日禪通告

**禪修時間：**每月第三個週六

上午8：30~下午5：00

**禪修方式：**授受八關齋戒、開示、坐禪、經行(走禪)、小參

**指導老師：**明法比丘

### 2008年預定時間：

1/19、3/15、4/19、5/17、6/21、7/19、  
8/16、9/20、10/18、11/15、12/20

（★嘉義及附近法友請善用道場設施★）

~~~~~

### (法雨雜誌)第4期 正誤表

| 頁  | 欄 | 行  | 誤    | 正     |
|----|---|----|------|-------|
| 1  | 左 | 倒9 | 台語：  | 台語擬作： |
| 12 | 右 | 15 | 柳暗村明 | 柳暗花明  |
| 26 | 左 | 9  | 上    | 路上    |

p.19右欄

| 不善法  | 十結（經說） |     |    |     |     |      |      |     |    |     |
|------|--------|-----|----|-----|-----|------|------|-----|----|-----|
|      | 五下分結   |     |    |     |     | 五上分結 |      |     |    |     |
|      | 見結     | 戒禁結 | 疑結 | 瞋恚結 | 欲貪結 | 色貪結  | 無色貪結 | 掉舉結 | 慢結 | 無明結 |
| 四道   |        |     |    |     |     |      |      |     |    |     |
| 斯陀含道 | ×      | ×   | ×  |     |     |      |      |     |    |     |

## 內覺禪林：(三階) 七日禪

指導法師 烏帕沙瑪比丘 Bhikkhu Vūpasama

### 甲、內覺禪法簡介——

- 1.止禪：安那般那念
- 2.有漏息障禪：十不淨、無常想、四梵住
- 3.無漏內覺禪：四念處、因緣觀之「七淨智」
- 4.禪法次第：習安般念，修因緣觀，觀四念處，修七菩提分，如實智見十二因緣法及菩提聖道，正向菩提
- 5.道果：斷無明、我見，乃至漏盡，滅生死業報，成就菩提

### 乙、禪修時間——

- 1.初階 二日禪：2008年2月7日4:30 AM 至  
2月8日9:00PM (農曆1月1~2日)  
內容—止觀正見、安那般那念、止禪修證
- 2.進階 二日禪：2008年2月9日4:30 AM 至  
2月10日9:00PM  
內容—禪觀正見、息障禪法

- 3.無漏 內覺禪：2008年2月11日4:30 AM 至  
2月13日5:00PM

內容—因緣法正見、因緣觀修證、七菩提分  
※「三階禪修」之詳細內容，請看禪林網站中說明

### 丙、參加方式——

- 1.全程參加：住於寺，守八戒、過午不食。
- 2.隨喜參加：初階及進階禪修可隨喜，但「內覺禪」不開放隨喜。
- 3.凡參與禪修者於禪修期間需「一律禁語」。

### 丁、報名與禪修地點——

- 1.內覺禪林網站 <http://www.arahant.org/>  
填寫報名表，或下載填寫傳真至 2896-2303
- 2.禪修地點：內覺禪林  
台北北投區登山路 139-3 號  
Tel：(02)2892-1038  
可於網站下載路線圖

## 馬哈希內觀禪修營

指導禪師：緬甸 Sayadaw U Sasana 禪師等

禪修時間：□第一梯次 4/20~4/29

□第二梯次 4/30~5/09

□第三梯次 5/10~5/19

□第四梯次 5/20~5/29

□第五梯次 5/30~6/8

□第六梯次 6/9~6/18

□全期參加 4/20~6/18

禪修地點：正醒禪苑

南投縣埔里鎮福興里大坑巷 10 號

電話：(049)293-3238

主辦：馬 哈 希 內 觀 禪 修 營

地址：台北市敦化南路一段 314 號 5 樓之一

電話：(02)2700-7028

E-MAIL：tech.rising@msa.hinet.net

[http://homepage20.seed.net.tw/web@5/vipas\\_sanavadin/new\\_page\\_8.htm](http://homepage20.seed.net.tw/web@5/vipas_sanavadin/new_page_8.htm)

~~~~~

## 巴利語討論群

「巴利語討論群」(PCG)(成立於 2005.9.20.)。這裡是一個讓對巴利語(Pāli)有興趣的人相互交流、討論的園地。希望藉由這個討論群，讓華語世界的巴利語學習者，能有一個共同學習、一起成長的空間。

[http://hk.groups.yahoo.com/group/Pali\\_Chinese\\_Group](http://hk.groups.yahoo.com/group/Pali_Chinese_Group)

e-mail：[Pali\\_Chinese\\_Group@yahoo.com.hk](mailto:Pali_Chinese_Group@yahoo.com.hk)

~~~~~

### 【學習巴利文的地方】

(北市)光復北路·法光寺·高明道授課(02) 2578-3623

(北市)赤峰街·聖觀寺·溫宗堃授課(02) 2558-8066

(北縣)永和·世界宗教博物館·蔡奇林授課(02) 8231-6118

~~~~~

「阿含經辭典」繁體單機版提供下載：

<http://www.wisdomvoice.org/agama/ad>

## 道場捐款芳名錄 2007 年 1 月~11 月

**300,015**：郭芳聰  
**88,000**：陳照坤  
**60,000**：正靖法師  
**23,000**：正禪法師  
**20,000**：十方來、許瓊云、潘秀美、無名氏  
**17,000**：莊梅芳  
**16,000**：黃鈴月  
**14,000**：劉吳雪華、謝中仁、蘇素櫻  
**12,500**：朱宜家  
**12,300**：密勒日巴禪定法林  
**12,000**：王鵬雄  
**11,000**：彭宏興  
**10,200**：阮金朝  
**10,000**：林淑華、洪佩珍、張素華、張先生  
 法心法師(亡者)  
**9,000**：黃鳳、林契成  
**8,000**：徐鴻政、郭錦雪、劉苑鈴  
**7,600**：朱秀鑾  
**7,500**：王翠香  
**7,000**：性元法師、林麗秋、無名氏、黃靖璇、顏淑卿  
**6,800**：果岩法師  
**6,000**：江妙玉、江妙姬、余明賢、林國元、張偉炘  
 張魯臺、陳振寰、陳惠芬、董明軒、廖崇禮  
**5,500**：余銘琴、孫蘇華、徐翌玲、徐滢婷、黃素珍  
 (劉秀容.吳典璋.吳宜瑾)  
**5,400**：許晏慈  
**5,000**：智達法師、王思綵、呂妙香、郭秋馨、  
 曾競芳、黃芳瑛、廖財木、潘文富、龔詩茵、  
 許文珍  
**4,600**：陳柏仲  
**4,500**：林素燕、劉年明  
**4,400**：莊尚  
**4,200**：莊秋琳  
**4,000**：正法法師、清融法師、林美華、張明熙  
 張馨文、陳美玲、陳朝廷、黃美隨、廖淑貞  
 歐陽逸、謝李忍、羅允佳、羅慶龍  
**3,700**：趙家魯、李美秀  
**3,600**：盧隱人  
**3,500**：林士銘、林翠珠、唐明忠、許芳昀  
**3,471**：(李佳祐.陳玉文)  
**3,200**：常慧法師、(素娥、劉啟田)

**3,000**：成慧法師、常寶法師、開示法師、傳智法師  
 江素清、吳利民、宋淑蘭、李明瑾、林平松  
 李球華、林玉華、胡哲瑜、馬麗婷、郭逢怡  
 張靖臣、陳俐名、陳顏雨、楊惠詔、葉權人  
 廖雪芬、劉月英、劉淑鎂、蔡文富、羅盛鴻  
 賴秀綦、黃良全、三寶弟子、龍真法師  
 (蕭慧嫻.蕭碧月.蘇秀花)  
**2,600**：海明學佛班  
**2,500**：黃廖順妹、邱維誠  
**2,400**：吳金美  
**2,200**：朱淑娥  
**2,000**：華嚴蓮社、法藏講堂、見擎法師、妙行法師  
 梵音法師、會憫法師、性融法師、性澄法師  
 王志豐、王彥達、何采蘋、余福興、李翊暄  
 尹若英、林水木、林傳來、侯淑娟、邱建才  
 吳淑蕙、姚文富、胡銀龍、唐健峰、高明芳  
 康保瑜、梁瑞娟、連春足、陳敏郎、陳玉芳  
 陳壽全、陳景星、陳琦瑜、曾綉珠、湯榮凱  
 潘思瑩、黃福郎、蔡何家、蔡佩真、蔡淑慧  
 蔡琳嬌、鄭秀華、鍾淑妃、鐘朝宗、  
 香港華標企業有限公司、郭國輝等親人  
 (林呂秀琴.林仁傑)、(林其瑋.林宜蓮)  
 (邱碩上.潘碧枝)、(楊金濠.沈麗雲)、方愍  
 蓮心瑜珈教室-楊惠詔、淑玲、薛張秀娥  
 沈碧水(亡者)  
**1,900**：陳怡志  
**1,800**：李純雅、莊國山  
**1,600**：林雲英、洪翠櫻、鄭晴方  
**1,500**：印法法師、性宗法師、真法法師、黃玉珍  
 呂兆瑞、李俊雄、李景安、李輝成、陳佩秀  
 蔡羸賢、謝安皓  
**1,300**：潘合  
**1,200**：大觀法師、見春法師、張書維、張新庭  
 莊仁源、陳美如  
**1,100**：連俊隆  
**1,000**：法音寺、淨心佛學圖書館、三寶弟子  
 天潤法師、心融法師、心觀法師、自道法師  
 行圓法師、心一法師、利厚法師、長叡法師  
 宏度法師、復中法師、八正覺天然養生園地  
 王文彬、王傳鼎、王愛琳、王毓麟、吳一忠  
 吳文璋、吳卓翰、吳淑敏、李佩穎、周偉思  
 李文良、林杏樺、林美珠、林萬華、柳炘堯  
 林叔志、翁啟男、翁壽生、高瑞彬、張育禎  
 張家榮、莊富山、莊靜芬、許登陸、許瑜珊

## 助印善款 2007 年 1 月~11 月

陳文炳、陳念慈、陳淑珍、陳淑燕、陳新佳  
陳德興、陳蕙蘭、粘瓊麗、彭美富、曾吉生  
黃玉英、黃信雄、黃保卿、黃春山、劉福珍  
劉富中、蔡昀臻、蔡修德、王健如、詹鈞亦  
蔡彩碧、蔡錦昌、鄭世榮、簡麗家、顏承瀚  
鍾朝宗、蘇麗美、李婷、(黃義隆、黃素珍)

(劉富智、邱如慧)

900：王櫻芳

850：張賢譯

800：莊子穎、Cheng

700：王梁錦綉、劉政宏

600：古瑪莉、林祺惠、梁家輔、許璫元、魏碧珠  
(劉葉金妹、劉泉堃、劉銘浩、劉世欽)

三寶弟子

500：宗思法師、果鐸法師、泓念法師、海空法師  
清硯法師、淨悅法師、陳林金治、陳許素絹  
王心慧、朱美蓉、呂美智、李志明、李高成  
王明坤、何宗翰、大二姐、李淑娟、李麗幼  
周映意、林素月、林素燕、施紅蘭、高玉秋  
張正清、陳秀惠、彭美枝、無名氏、劉秋岳  
莊勝鐘、蔡豐如、鍾士文、羅坤源、龔良勳

400：李兆聲、許麗玲

350：楊凱達

300：果清法師、王敏麟、蔡振添、蔡沂珮  
黃柯林枝、無名氏

219：無名氏

200：通賢法師、王文杰、王玲蘭、邱遠如  
區賢惠、陳伯仲、莊之淵、無名氏、黃淑昭  
蔡秀蘭、隱名氏、魏美蓉、龔明洲

156：陳麗鳳

100：蔡信士

50：黃雅婷

美金 3,000：(鄭淑欽 蔡熙審 蔡欣祺)

2,000：(鄭雪花 許曼平 蔡欣祺)

100：張先生、Tomi(助印)

~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~

★ 感謝「道成補習班」印刷「法雨雜誌」第 4 期

★ 感謝黃鳳居士供養 3 座禪坐亭價值 35,000 元

★ 供養個人或代轉供養，恕不刊登。

~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~

40,000：蔡清元

30,000：(林鉅賓、羅淑瓊)

20,000：香港聞思修佛法中心、蔡芙蓉

15,000：葉美雲、莊梅芳、蔡文富

5,000：洪麗娟、馬榮祥、藍淳澗(亡者)、王蘭珍(亡者)

4,000：(李佳祐、陳玉文)、陳林金治

3,500：胡承芳、陳碧麗

3,400：葉權人

3,000：善繼法師、張碧華、陳文男、駱月雲

2,500：呂妙香、謝富林

2,400：果岩法師

2,000：法源講寺、大荷法師、清融法師、張闕炫珠  
江妙姬、余福興、吳一志、吳金花、李佩穎  
李明俊、官淑昭、徐增懿、張素華、張登川  
許晏慈、陳雲雯、羅允杰、(王維璋、于雲英)

1,500：林翠珠、簡明忠

1,200：傅金鳳、(周昀翰、周昀蓉、周順興、蔡麗增)

1,100：陳忠山

1,000：正法法師、性澄法師、智照法師、繼照法師  
王思綵、王珠香、王鴻志、朱秀鑾、余明賢  
吳蔡鶯、林萬華、何武吉、馬陳界、張靖臣  
張馨文、許登陸、陳宇琪、陳淑惠、陳淑燕  
陳瑞意、曾競芳、黃玉英、黃靖璇、黃福郎  
董俊里、劉春華、劉福珍、(吳秀華、吳秀蓮)  
劉吳雪華、郭國輝等親人、(劉富智、邱如慧)  
書毓、三寶弟子、蓮心瑜珈教室、楊惠詔  
沈碧水(亡者)

800：三寶弟子

700：王健如

600：王櫻芳、李張瓊文

550：陳慧穎

500：真彬法師、朱美蓉、何宗翰、吳淑女、呂娥  
黃廖順妹、洪麗嬌、林佩穎、許勝雄、莊尚  
陳柏仲、劉邦來、鄭晴方、陳重光、黃義隆

300：通賢法師、陳涂叔鈴、(吳博騰、吳嘉玲)

陳水園、陳秀枝、陳秀惠、劉育克、劉育宏  
陳冠汝、陳姿帆、陳恆基、李吾安、王奕元  
王新賀、劉啟親、簡麗家、鍾麗華

250：曾淑珍、梁好夫婦

200：王秋婉、吳旻靜、李黛玲、周秀雪、洪佩伶  
洪清賜、邱遠如、洪嘉伶、梁哲維、梁崇成  
洪紹瑜、許清吉、陳才道、陳右農、陳景星  
劉淑媛、胡哲宇、蔡政言、蔡政倫、蕭士瑋  
蕭玉環、蘇素櫻、梁雅涵、張敏、洪陳秋美

100：陳佩秀

50：陳詩譽



法雨道場

## ▶ 禪修通告 ◀

第一期：1月26日~2月5日

第二期：2月7日(春節初一)~17日

指導老師：明法比丘

歡迎參加、護持

詳見第 32 頁

法雨道場

## 一日禪通告

禪修時間：每月第三個週六

上午 8：30~下午 5：00

詳見第 32 頁

~~~~~

### 〔四攝法頌〕

‘布施’種善緣，凍霜顧人怨；

‘愛語’可勸善，惡口惹禍端；

‘同事’好作伙，孤老拼修禪；

‘利行’鬥相拱，自顧淡世緣。(明法)

註：凍霜：tang<sup>3</sup> sng，慳吝。

顧人怨：令人厭。

孤老：koo lau<sup>2</sup>，獨來獨往。

## ❀ 法雨雜誌 第 5 期目錄 ❀

- ▶ [滅,真實是滅](#) / 明法比丘 ..... 1
- ▶ [道,真實是道](#) / 明法比丘 ..... 1
- ▶ [三十二相,八十種好](#) / 明法比丘 ..... 2
- ▶ [三歸依](#) / 覓寂比丘 譯 ..... 12
- ▶ [禪修時應有的正確態度](#) / U Tejaniya ..... 20
- ▶ [男子的七種妻](#) / 明法比丘譯 ..... 21
- ▶ [《慈經注》序](#) / 明法比丘... ..
- ▶ [轉女為男](#) / 明法比丘 ..... 23
- ▶ [釋「疑」](#) / 明法比丘 ..... 27
- ▶ [《攝阿毘達摩義論表解》序](#) / 明法比丘 ..... 29
- ▶ [坐道場暫歇息](#) / 釋妙行 ..... 30

### 法雨雜誌社 Taiwan

60652 台灣·嘉義縣中埔鄉

同仁村柚仔宅 50 之 6 號

郵撥：31497093 法雨道場

Tel：(886)(05) 253-0029

Fax：(886) (05) 203-0813



國內郵資已付

雜誌

嘉義字第 0088 號

雜誌嘉義誌字第 004 號

網址：<http://www.dhammarain.org.tw>

E-mail：[dhamma.rain@msa.hinet.net](mailto:dhamma.rain@msa.hinet.net)

(請使用新的 E-mail 及網站)

大德 啟

★無法投遞時，請退回；若重複、變更，請通知本社更正。

鬥相拱：鬥：tau<sup>3</sup>，台語有‘湊’之義。相拱：sio ging，互相拱護。