

演講次序(對初學介紹戒定慧)

三歸依

savaka 聲聞弟子(會聽話的才叫弟子)

不拜外神、算命、乩童、黃大仙、鬼神…

不求捷徑賺錢，不勞而獲

不邪命、不正當職業：(若供養人以下之物，皆無功德，反有過失)

殺生、農藥、釣具

賣酒、毒品、麻醉藥

賣色、淫女、媒人

歌舞音樂表演

因該果海，果徹因源；因果相應，方成佛道

拜師學藝，入一行業一般

心中趨向，相應一切修行正道，包括淨土…

正向三乘

正行之道 八正道

正向無為

四聖諦

改自己的命運

信智慧，信佛陀：了達萬法

持戒是精進，不是執著：九種與愛不相應之法(初道、初果…四道、四果、涅槃)，不是執著

六波羅蜜

八正道，三學

五戒

五戒學處，亦稱近事律儀。梵語優婆塞 (Upāsaka)、優婆夷 (Upāsika)，又云鄔波索迦、鄔波斯迦，華譯近事男、近事女。謂能親近三寶，奉事如來，廣修眾善，守護佛戒，故以為名。亦有解為清信士者：清是離過之名，信為入道之本，士即男子通稱。

《大毘婆沙》則謂：唯受三皈者，亦成近事。近事又有多義，

《大毘婆沙》百二十三云：「親近修事諸善法故，謂彼身心狎習善法，故名鄔婆索迦。」

在家備覽

納受戒體時觀想

第一遍，十方世界妙善戒法，注於汝等身心。

第二遍，此妙戒法，測塞虛空，雲集頂上。

第三遍，即入仁等身心，清淨滿足，勿餘思慮。

觀想得戒體法：

第一遍三歸依的時候，由於自己的發心功德，感得十方大地震動，並有功德之雲，從十方地面冉冉上升；

第二遍三歸依的時候，十方湧起的功德之雲，徐徐匯集於自己的頭頂上空，結成華蓋之狀。

第三遍三歸依的時候，此一雲集的華蓋，即成漏斗之狀，緩緩注於自己的頂門之內，遍滿於全身，並由身內擴展出去，使自己的身心，隨著功德雲的擴展彌蓋而充塞於十方世界。

五戒相經：(依天因法師講義，並依《五戒相經》原文修訂)

乙二戒善之別

「業疏云」問：「一切善作，盡是戒否？」

「答：「律儀所攝善作名戒，自餘十業，但單稱善，不名為戒。」

「濟緣釋云：「戒有二善，一有本期誓，二遍該生境；餘善反之，故不名戒。」

一持犯總義。 二持犯別相。 今初

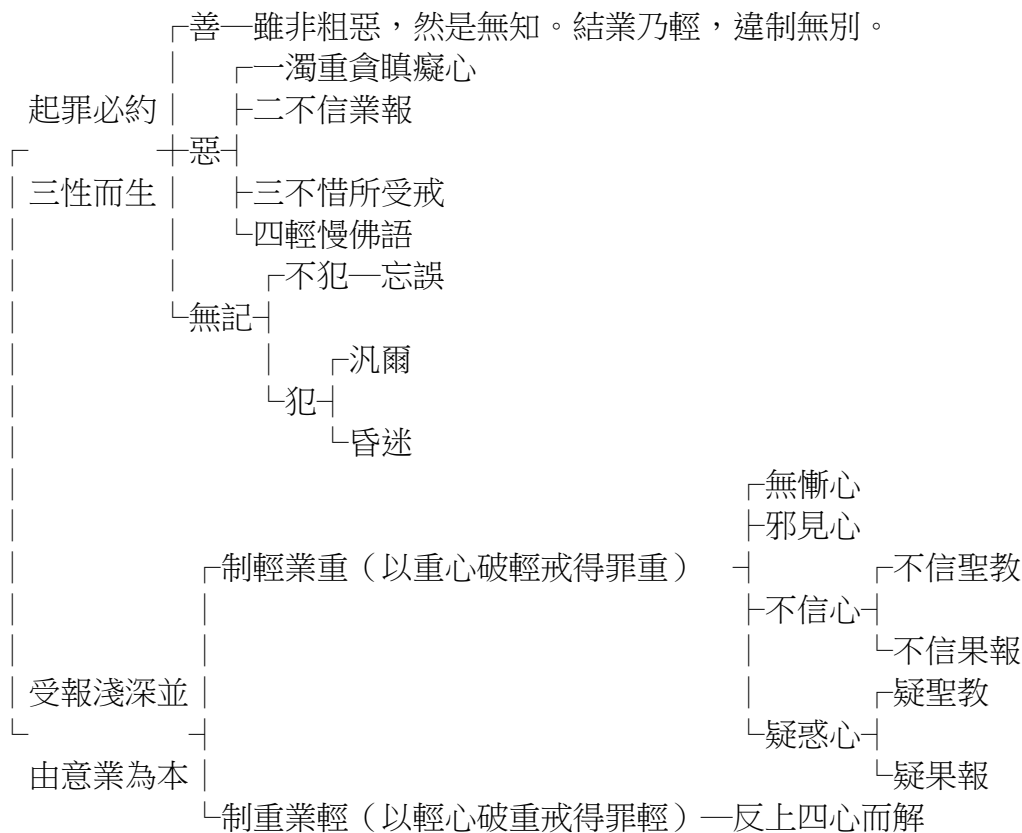
丙一持犯總義 二

業疏三宗

- ┌一實法宗—但防身口，不約心論。
- └二假名宗—重緣思覺，即入犯科。
- └三圓教宗—微縱妄心，即成業行。

辨犯優劣

△事鈔云：今略述起罪必約三性而生，受報淺深並由意業為本。故門了論解云：破戒得罪輕重不定。



丙二持犯別相 五

- ┌丁一不殺生
- └丁二不偷盜
- └——性罪
- └丁三不邪淫
- └丁四不妄語
- └丁五不飲酒——遮罪 今初。

丁一不殺生

釋名—斷有情命，是曰殺生。

內容—凡有命者，不得故殺。若自殺、教他殺、方便殺、咒殺、墮胎、破卵、與他毒藥，令命斷者，並得殺罪。

列緣—具五緣成犯：一是人。二人想。三起殺心。四興方便。五命斷。

罪相

- ┌若殺生身父母、羅漢、聖人—逆罪，上品不可悔罪
- └┌若殺人——上品不可悔罪(若殺人不死，後因是死者仍犯不可悔罪)
- └┌若殺天龍鬼神——中品罪
- └└(欲殺非人，誤殺人死，是下罪可悔)
- └┌若殺畜生蟲蟻蚊蟲等——下品罪
- └└若殺天神畜蟲等，不死——

┌ 發心欲殺人而未殺 ───────────┐ 中品罪
├ 見殺歡喜 ───────────┐
└ 助他令殺 ───────────┐ 皆得本罪 人重、天等中畜生等下。

境想

┌ 人想 ┐
┌ 殺 人 ┤ 人疑 ┤ 上品不可悔
├ 非人想 ┤ (依《五戒相經》為不可悔)
├ 人想 ┐
┌ 殺非人 ┤ 非人疑 ┤ 中品可悔（非人者，天龍鬼神。若畜生，屬下品可悔。）
├ 非人想 ┤

開緣

┌ 無殺心而誤致死 ───────────┐
├ 見糞而捉，如旃檀無異，見火 ┐ 無犯
├ 狂亂壞心 ───────────┐
而捉，如金無異，乃名為狂。

丁二不偷盜

釋名—非理損者，名之為盜。

內容—凡有主物，不得盜心故取。若自取、教他取、方便取、咒取、因寄取、迷惑取、抵債不還、偷稅、冒渡等，並名盜罪。

復有五種，取他重物，犯不可悔：一者，苦切取；二者，輕慢取；三者，詐稱他名字取；四者，強奪取；五者，受寄取。

列緣—具六緣成犯：一有主物。二有主想。三有盜心。四重物。五興方便。六舉離本處。

物種：

1. 衣、皮、毛、繩，一色名一處，異色名異處
2. 為他擔物，以盜心移左肩著右肩
3. 車則輪軸衡軛，船則兩舷前後，屋則梁棟椽桷
4. 鳥，按著池水中者，犯可悔罪，若舉離池水，犯不可悔。
5. 鳥銜寶而飛，以盜心遙待之時，犯中可悔。若以咒力令鳥隨意所欲至處，犯不可悔；若至餘處，犯中可悔。
6. 若有野鳥銜寶而去，居士以盜心奪野鳥取，犯中可悔；待野鳥時，犯小可悔。
7. 賭博：盜心轉齒勝他得五錢者，犯不可悔。
8. 偷舍利，犯中可悔；若以恭敬心而作是念：『佛亦我師。』清淨心取者，無犯。
9. 盜心取經卷，計直輕重。
10. 奪他田地
11. 稅而不輸，至五錢者，犯不可悔
12. 居士若示人異道，使令失稅物，直五錢，犯中可悔。
13. 若稅處有賊及惡獸或飢餓，故示異道，令免斯害，不犯。
14. 與賊共謀
15. 人兩足離地，犯不可悔，象、馬、牛、羊也。過四步犯；多足亦同。
16. 咒術令菜乾枯；計直所犯

五錢：此錢乃印度當時金幣最高單位(當時約值一件袈裟)。偷五錢摩竭陀國處死刑

南傳國際公訂：五錢＝1988 年美金 20 元＝台幣 800 元＝200 港幣

台灣 2018 年一件袈裟＝台幣 2800 元＝700 港幣

資料 1：

若以中國一兩黃金＝十兩銀子來算台幣：

唐太宗時一兩銀子＝2017 年 20650～106200 元；五兩黃金約＝100 萬元；25 萬港幣

唐玄宗時一兩銀子＝2017 年 10325～53100 元；五兩黃金約＝50 萬元；12.5 萬港幣

宋朝一兩銀子＝2017 年 4620～9240 元；五兩黃金約＝23 萬元；5.7 萬港幣

明朝一兩銀子＝2017 年 3304～16992 元；五兩黃金約＝16 萬元；4 萬港幣

清朝一兩銀子=2017年 2800~10800 元或 750~1100 元；五兩黃金約=5 萬元；1.2 萬港幣

資料 2：

盛唐時期，可兌 18000—23000 元。；五兩黃金約=90 萬元~115 萬元；22~28 萬港幣

北宋朝中期，可兌 3200 元—8000 元；五兩黃金約=16~40 萬元；4~10 萬港幣

明朝中期，可兌 3500—4500 元；五兩黃金約=17~22 萬元；4~5 萬港幣

清朝中晚期，一兩銀子可兌 2000—2500 元；五兩黃金約=10~12 萬元；2.5~3 萬港幣

資料 3：

2018 年 1 兩黃金約 48,000 元多；五兩黃金約=24 萬元；6 萬港幣

罪相

┌盜取直五錢———上品不可悔
└┌盜取直四錢以下—中品罪
└┌
└└┌盜取，而未離處—中品罪
└└└
└└└發心欲盜而未取—下品罪
└└
└└┌體通十方———
└└└尤以盜僧祇物，其罪特重，以十眾生慧命所依十故
└└└清淨心所成———

境想

┌有主想┐
└┌———┐上品不可悔（且約直五錢以上之物）
└┌有主┐有主疑┐（例：有主鳥）
└└┌無主想——無犯
└└┌有主想┐（例：野鳥）
└└└無主┐———中品罪
└└└無主疑┐

開緣

┌與己想——謂彼已與己。———
└┌己物想——謂是己物。
└┌親厚想——素相親厚，聞我用時，其心歡喜。———無犯
└┌暫用想——不久即還本主。
└└無主想
└└狂亂壞心———

丁三不邪淫

「優婆塞不應生欲想、欲覺，尚不應生心，何況起欲、恚、癡、結縛根本不淨惡業。」

釋名—染情逸蕩，污穢交邁，名不淨行。與己妻之外一切男女，犯不淨行，是名邪淫。

內容——一切世間，若男若女，若人若鬼若畜生等，並不得染心交邁，但有干犯，皆犯淫罪。

列緣

┌自淫，具四緣成犯：一是正境 男二處，女三處。二興染心 謂非自睡眠等。三起方便。四
與境合 乃至入如毛髮許。犯。（若無男根，如女對女，無法成犯）
└┌逼淫，具四緣成犯，一是正境 不問自他。二為怨逼。三與境合。四受樂。犯。

罪相

┌入道 男二處，女三處——上品不可悔
└┌入餘處 非道 ——中品罪
└┌二身和合，止而不淫——中品罪
└└
└└發心欲淫，而未淫——下品罪

境想

┌道想 ┐
└┌道十道疑 ┐上品不可悔

┌ 非道想 ─┐
┌ 道想 ─┐
┌ 非道 ─ 非道疑 ─ 中品罪
┌ 非道想 ─┐

開緣

┌ 為怨家所執，如熱鐵入身等，惟苦無樂 ─┐
┌ 熟睡不覺知 ─┐ 無犯
┌ 狂亂壞心 ─┐

丁四不妄語

釋名一心口相違，言不稱實，欺誑他人，名曰妄語。

內容一未證言證，未得言得，乃至妄言天來、龍來、鬼神來等，虛而不實，誑惑世人，名大妄語。

列緣一具九緣成犯：一對境是人。二人想。三境虛。四自知境虛。五有誑他心。六說過人法。七自言已證。八言章了。九前人。

「若優婆塞不知、不見過人聖法，自言：『我是羅漢向、羅漢。』者，犯不可悔。 …乃至向須陀洹。若得初禪……非想非非想處定，若得不淨觀、阿那般那念，諸天…龍、夜叉…來到我所，』皆犯不可悔。若本欲言羅漢，誤言阿那含者，犯中可悔，餘亦如是犯。

罪相

┌ 向人說證果乃至羅剎來到我所等，彼領解 ─┐ 上品不可悔
┌ 說不了了，前人未領解 ─┐
┌ 向聾癡不解語者說 ─┐ 中品罪
┌ 向天、龍、鬼神說或解語畜生說證果等，彼領解 ─┐
┌ 向不解語畜生說證果等 ─┐ 下品罪
┌ 言了了 ─┐ 中品罪
┌ 小妄語、兩舌、惡口、綺語 ─┐
┌ 言不了了 ─┐ 下品罪

境想

┌ 人想 ─ 上品不可悔（且約大妄語）
┌ 向 人 ─ 人疑 ─┐ (依《五戒相經》未判為不可悔)
┌ 非人想 ─┐
┌ 人 想 ─┐ 中品罪
┌ 向非人 ─ 非人疑 ─┐
┌ 非人想 ─┐

開緣

┌ 若增上慢人 ─┐
┌ 向人說證果等法，不言自證 ─┐
┌ 欲說他事，而誤說證果等 ─┐ 無犯
┌ 戲笑說 ─┐
┌ 狂亂壞心 ─┐

丁五不飲酒

「佛弟子者，不得飲酒，乃至小草頭一滴，亦不得飲。」

「若優婆塞嘗咽者，亦名為飲，犯罪」

釋名一不論是何等酒，但令飲之能醉人者，一滴不可入口，飲即犯戒。

制意一凡酒為毒水，飲則成患，令人志性猖狂，廣起諸過，妨廢正修，招致譏過，生患之本，寧容不禁。

列緣一具三緣成犯：一是酒。二無重病緣。三飲咽。

罪相

┌ 凡作酒色、酒香、酒味，飲之能醉人者 ─┐ 中品罪
┌ ─┐

└凡作酒色、酒香、酒味，飲之不能醉人者但體是酒一下品罪
└欲飲，而未咽——下品罪

境想

┌酒想┐
┌酒┐┌酒疑┐┌中品罪┐
└┐└非酒想└┐
└非酒—酒想—下品罪

開緣

┌食中不知有酒而誤飲┐
└酒煮物，已失酒性，不能醉人┐
└病時，餘藥治不瘥，以酒為藥 註┐└無犯┐
└以酒塗瘡┐
└狂亂壞心┐

註南山戒本疏云：餘藥不治，酒為藥者，非謂有病即得飲也。故須遍以餘藥治之不瘥，方始服之。

乙二懺悔方法，分二，一先釋名意。二正示懺法。今初。

丙一先釋名意

資持云：「梵云懺摩，此翻悔往，有言懺悔，梵華雙舉。準業疏云，取其義意謂不造新。懺謂止斷未來非；悔謂恥心於往犯。」

丙二正示懺法，分二，一事懺。二理懺。今初

丁一事懺

┌機宜一中、下品罪┐
一作法懺└┐
└懺法—犯中品罪，向清淨大乘僧三人前懺悔，犯下品者，向一人前懺悔。
└機宜—上品不可悔罪

二取相懺└┐

└懺法—若二七、三七乃至一年，以見好相為期。此須至誠懇切，外假壇儀，內資理觀，凡法華、方等、大悲、占察、八十八佛等一切行法，皆屬取相懺攝。若準業疏須具五緣：一請佛菩薩為證。二誦經咒。三說己罪名。四立誓言。五如教明證。能滅根本重罪，令淨戒復生；亦能滅七逆罪，使重報輕受。（糅合業疏、菩薩戒懺悔行法）

丁二理懺

事鈔云：「言理懺者，既在智人，則多方便，隨所施為，恒觀無性。」

滿益大師云：「破戒之罪，雖由取相懺滅，不墮三塗；然其世間性罪仍在，故至因緣會遇之時，仍須酬償夙債，除入涅槃或生西方，乃能脫之不受報耳！可不戒乎！」

八戒

言六齋日者，如《十誦律》卷五七云：「所謂八日、十四日、十五日、二十三日、二十九日、三十日。」

八關齋戒者，又名近住律儀，或名八戒、八支齋、八分齋。所謂：不殺、不盜、不淫、不妄語、不飲酒、不歌舞倡伎、不花鬘嚴身、不坐高廣床、不非時食。

八戒才是清淨生活，正式修行，類似出家生活，叫近住(近阿羅漢住)

納受戒體時觀想同前五戒

受戒功德(超過五戒)：

《優婆塞戒經》：「若能如是清淨歸依受八戒者。除五逆罪。餘一切罪悉皆消滅。」(此是菩薩依經所修持戒，方有此功德)

受八關齋法，如經所云，持是功德，不入地獄、餓鬼、畜生、八難之中，恆得會遇諸善知識，乃至能值彌勒尊佛三會說法(《增一》卷四四)

《優婆夷墮舍迦經》中說，天下有十六大國，是十六大國中，一切珍寶財物施比丘僧，不如齋戒一日一夜也。」

《菩薩本生鬘論》卷三云：「閻浮眾生，以八戒水，洗浣身心，令得清淨，斷除無量貪瞋癡垢，於人天路而作資糧。若能持是八戒齋法，當知是人雖無妙服，則為已具慚愧之衣。當知是人雖無垣牆，則能禦悍六根怨賊。當知是人雖非上族，則為已住聖種姓中。當知是人雖無瓔珞，則具眾善莊嚴其身。當知是人雖無珍寶，則集人天七種法財，不依橋樑超越險道。受八戒者，功德如此。」

能持齋者，復有五福：一曰少病。二曰身安穩。三曰少婬意。四曰少睡臥。五曰得生天上」

第三、不婬「若優婆塞自受八支，行婬者犯不可悔，八支無復邪正，一切皆犯。」

第六、不塗飾香鬘、不歌舞觀聽者，此中所防之境有二：謂香鬘及歌舞。

1. 初不塗飾香鬘者，此離香、觸二塵。調香華、瓔珞、脂粉等，莊嚴飾具；但存常所服用，
2. 次不歌舞觀聽者，此離色、聲二塵。不許自作，亦不往觀，能令諸根收攝，定慧易生。

第七、不眠坐高廣嚴麗床坐者，此離觸塵。

一者約量而言：《阿含經》云：「足長尺六非高，闊四尺非廣，長八尺非大。越此量者，方名高廣大床。」

二者約嚴飾說：若以金銀牙角為飾，漆鏤雕花，種種莊嚴，雖不逾量，亦不合昇。

三者約人故勝：若為如來、辟支佛、羅漢、師長四人所用，雖無嚴飾，亦合於量，縱令地鋪，然為尊長受用，若恣用之，即是長慢，故特制也。《增一阿含·高幢品》云：「所謂高廣之床：金、銀、象牙之床，或角床、佛座、辟支佛座、阿羅漢座、諸尊師座，是時阿羅漢不在此八種座。」

第八、不非時食者，此離味塵。具四緣成犯：一、是非時。二、非時想。三、非時食。四、咽咽犯。時者，明相出乃至日中。又日中（正午）之時，非謂中午十二時也，其最簡易之測法，乃立一竿於院庭中，以白晝間竿影最短之時，即為日中，亦名正午。時食者，此謂能犯食體。時食謂飯、餅、果、菜等類。過午之後，可飲非時漿，如澄清無渣果汁（不可煮過，以煮沸後，其體則成時食故。）、糖水、蜜水等；又一切丸散藥物，為治病故，亦開服用。但牛奶、豆漿、米漿則不聽午後服用。又若有病，《四分律》卷十四開煮麥令皮不破，漉汁飲用。《毘羅三昧經》中，世尊為法惠菩薩說云：「旦，天食時；午，法食時；暮，畜生食時；夜，鬼神食時。」

懺悔方法(同前五戒)，中文：厭離、改悔、說罪

功德迴向：

人天福報
小乘解脫
大乘佛果
淨土(有上中下三品)

學佛行儀

受戒吃虧好，才是別人的好朋友

無作戒體：異譯：無表、無作、無教、無礙

意業 十有部→思心所為體
 └經部→審慮思、決定思為體
語業 十有部→言聲為體
 └經部→發語思為體
身業 十有部→形色為體
 └經部→動身思為體
業力 十有部→大種所造色
 └經部→思心所種子為體

思想→行為→表業(有所表示)→無表業(無所表示的業)(唯善惡二性)

意業 十身業 十善業→善身無表業
 | | 惡業→惡身無表業
 | └無記業→無業

└語業┐└善業→善語無表業
└惡業→惡語無表業
└無記業→無業

淨土

世界海起具因緣(解釋淨土起具因緣)：

《大方廣佛華嚴經》卷 7〈世界成就品 4〉：「諸佛子！略說以十種因緣故，一切世界海已成、現成、當成。何者為十？所謂：

1. 如來神力故，
2. 法應如是故，
3. 一切眾生行業故，
4. 一切菩薩成一切智所得故，
5. 一切眾生及諸菩薩同集善根故，
6. 一切菩薩嚴淨國土願力故，
7. 一切菩薩成就不退行願故，
8. 一切菩薩清淨勝解自在故，
9. 一切如來善根所流及一切諸佛成道時自在勢力故，
10. 普賢菩薩自在願力故。

諸佛子！是為略說十種因緣；若廣說者，有世界海微塵數。」

四十八大願：

《佛說無量壽經》卷 1：「時法藏比丘攝取二百一十億諸佛妙土清淨之行。如是修已，詣彼佛所，稽首禮足，遶佛三匝，合掌而住，白言：『世尊！我已攝取莊嚴佛土清淨之行。』」

「佛告比丘：『汝今可說，宜知是時。發起悅可一切大眾。菩薩聞已，修行此法，緣致滿足無量大願。』」

「比丘白佛：『唯垂聽察，如我所願，當具說之。』」

「『設我得佛，國有地獄、餓鬼、畜生者，不取正覺。…』」

三業，三心，三人：

《佛說觀無量壽佛經》卷 1：「欲生彼國者，當修三福：

一者、孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業。

二者、受持三歸，具足眾戒，不犯威儀。

三者、發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者。如此三事名為淨業。」

《佛說觀無量壽佛經》卷 1：「凡生西方有九品人。上品上生者，若有眾生願生彼國者，發三種心，即便往生。何等為三？

一者、至誠心。

二者、深心。

三者、迴向發願心。具三心者必生彼國。

復有三種眾生，當得往生。何等為三？

一者、慈心不殺，具諸戒行。

二者、讀誦大乘方等經典。

三者、修行六念，迴向發願生彼佛國。具此功德，一日乃至七日，即得往生。」

禪定

samathi 三摩地

samahida 三摩呬多

samapadi 三摩鉢地

三昧異名，都指：禪定、心一境性
觀

vipassana 分開來看，分析

二種解脫

禪定解脫、慧解脫

心解脫、究竟解脫

印度禪修盛行

要有所緣，不是放空

心的訓練、心的調整、心的調伏

心不可：抓太緊、放太鬆、不是抓物體

涅槃：不是生，不是死。死亡是生命這一邊，涅槃是生命另一邊的

什麼是定：善心一境性為定。

等持：即對一所緣而平等的平正的保持與安置其心與心所；是故以那法的威力而使心及心所平等平正不散亂不雜亂的住於一所緣中。

定是以不散亂為(特)相，以消滅散亂為味(作用)，以不散動為現起(現狀)，依照「樂者之心而善等持」的語句，故知樂為定的足處(近因)

安止定前分的一境性為「近行定」。據「初禪的遍作(準備)，依無間緣為初禪的緣」等的語句，而知遍作的無間以後的一境性為「安止定」。如是依近行與安止為二種。

四十業處

十遍、十不淨、十隨念、四梵住、四無色、一想、一差別。

除了身隨念與入出息隨念之外，其餘的八隨念及食厭想並四界差別的十種業處為近行的導入，其他的(三十業處)為安止的導入。

六種意樂

無貪、無瞋、無癡、出家、遠離、出離

二種勝解

定的勝解、涅槃的勝解

親近善友，即(1)獻自己與佛世尊或阿闍梨及(2)具足意樂具足勝解而請教業處。

如果不如是捨棄自身，則成為不能責備的、頑固的、不聽勸告的，或不諮詢阿闍梨隨自己所欲要到那裡就去那裡

六種意樂：

1. 無貪意樂諸菩薩而見於貪之過，
2. 無瞋意樂諸菩薩而見於瞋之過，
3. 無癡意樂諸菩薩而見於癡之過，
4. 出家意樂諸菩薩而見居家之過，
5. 遠離意樂諸菩薩而見集眾之過，
6. 出離諸菩薩而見一切有趣之過」。無論過去未來及現在的須陀洹…辟支佛，等正覺者，他們都是依此等六種行相而各自得證勝位的。

二種具足勝解：

1. 定的勝解、定的尊重、定的趨向
2. 涅槃的勝解、涅槃的尊重、涅槃的趨向

阿闍梨說業處時，瑜伽者應當諦聽而取於相。所謂「執取於相」即…憶持於心的意思。如是恭敬諦聽執取於相者而得善學業處。唯有依彼(業處)而得成就勝位

適當的禪修處所：

- (I)其住所(離行乞的鄉村)不過遠不過近而相宜於往返者，
- (II)日間不饋鬧而夜間又無聲音者，
- (III)無虵、蚊、風、熱及蛇觸者，
- (IV)對於住所中的住者，容易獲得衣服、飲食、床座及醫藥者。
- (V)在住所中有多聞、通達阿含、持法、持律及持論母等的比丘長老居住，時時可以親近

破除細障

住在適當的寺院中，對於細小障礙，亦得斷除。即剪除長髮及爪毛，補綴舊衣及洗染污穢的衣服。鉢如生垢則應燒煮。以及清潔其床椅等。這是詳述破除細障。

遍處定(地遍)：

- 一張手又四指的直徑的圓形，離眼二肘半以內(1 公尺多)。
- 預備相、取相、似相。近行定、定止定
- 直至閉眼而置於心，真相亦來現於心中猶如開眼之時相同，此時名為「取相」生起

平衡五根

念(愈多愈好)

信 \longleftrightarrow 慧

精進 \longleftrightarrow 定

平衡七覺支

念(愈多愈好)

擇法(慧)、精進、喜 \longleftrightarrow 輕安、定、捨

五蓋：

貪欲、瞋恚、昏沉睡眠、掉舉惡作、疑

「離生」即離去五蓋的意思。從脫離而生或於脫離五蓋之時而生，故名離生。

「喜樂」，歡喜為「喜」。彼以喜愛為相。身心喜悅為味，或充滿喜悅為味。雀躍為現起。

五種喜：

小喜、剎那喜、繼起喜、踴躍喜、遍滿喜。

1. 「小喜」只能使身上的毫毛豎立。
2. 「剎那喜」猶如電光剎那剎那而起。
3. 「繼起喜」猶如海岸的波浪，於身上數數現起而消逝。
4. 「踴躍喜」是很強的，踴躍其身。
5. 「遍滿喜」生起之時，展至全身，猶如吹脹了的氣泡，亦如給水流衝入的山窟似的充滿

(尋)尋是尋求，即思考的意思。以專其心於所緣為相。令心接觸、擊觸於所緣為味(作用)；蓋指行者以尋接觸，以尋擊觸於所緣而言。引導其心於所緣為現起(現狀)。

(伺)伺是伺察，即深深考察的意思。以數數思維於所緣為相。與俱生法隨行於所緣為味。令心繼續(於所緣)為現起。

猶如上飛空中的鳥的伸展兩翼，如生鏽的銅器，用一隻手來堅持它，用另一隻手拿粉油和毛刷來摩擦它，如陶工以擊旋輪而作器皿，

由於這些專注，繼續，喜悅，增長的助益一境性，得於同一所緣中保持平等正直。是故當知尋、伺、喜、樂、心一境性的五支生起。當此五支生起之時，即名為禪的生起

譬如為了射頭髮工作的善巧的弓箭手射發的情形，那時對於站足與弓弧及弦矢的行相須有把握

- 水遍：自然的：池、沼、鹽湖、大海等自然之水而生起於相
- 人為的：清淨無濁的水，裝滿至鉢口或甕口

- 火遍：拿一塊席子或皮革或布，穿一個一張手又四指大的孔放在火焰前面
 - 風遍：取風相，即觀察甘蔗的葉端為風所動搖，或觀察竹端樹梢及頭髮的尾端為風所動搖，或者觀察其身體為風所觸
 - 青遍：取於花，或布，或於布顏色的青相，青色的花叢，或青布及寶石等，以青蓮花，不見其花蕊及花莖，僅以花瓣放到淺槃或平籃內，或以青色的布填滿，青銅、青葉、青染料等任何青色的東西
 - 白遍：對於白色的花或布或有顏色的東西而取其白相」或於錫的圓輪、銀的圓輪、月的圓輪
 - 光明遍：透過壁隙的日光或月光照到壁上或地上所現的圓輪，或透過枝葉的空隙照到地上的圓輪。或甕中點一燈封閉它的口，再把甕鑿個孔，放在那裡把孔向到壁上。
 - 虛空遍：壁隙或鍵孔或窗牖之間而取虛空相。皮革席子，穿一個(直徑)一張手加四指大的孔，僅於那種壁孔等的孔而作「虛空、虛空」的修習
- 專修一遍，不至他遍：「無二」即指這一遍而不至於他遍說的

不能成就遍處人：

「具足業障」是具有無間業的。

「具足煩惱障」是決定邪見者，兩性者(陰陽人)，黃門(半擇迦)。

「具足異熟障」是由無因、二因而結生者。

「無信」即對佛法僧等沒有信的。

「無願」即對非敵對法及聖道而無有願。

「惡慧」即無世間、出世間的正見。

「不能入決定正性的善法」是不能入於善法中而稱為決定，稱為正性的聖道的意思。

像這樣的人不但在遍中，就是在一切業處之中一個也不能修習成就的。

『所以必須由於離諸異熟障的善男子，遙遠地迴避了業障與煩惱障，聞正法而親近善人增長其信、願、智慧，勤行業處』

四預流支

一親近善友。二聽聞正法。三如理作意。四法隨法行

十不淨

(1)在命終之後漸漸地膨大，猶如吹滿風的皮囊。膨脹即「膨脹相」

(2)破壞了的青色為青瘀。青瘀即「青瘀相」，在那肉的隆起處是紅色的，膿所積聚處則白色，其他多處則青色

(3)在諸破壞之處流出膿來叫膿爛。膿爛即「膿爛相」

(4)解剖為二而未離開的為斷壞。斷壞即「斷壞相」。即從中央剖開的屍體

(5)這裡那裡各各為犬和野干所食啖叫做食殘。食殘即「食殘相」

(6)種種離散為散亂。散亂即「散亂相」。即一處是手，另一處是腳，又一處是頭

(7)由斬斫而與上述同樣散亂的為「斬斫離散相」。

(8)流出的血散佈在這裡那裡為「血塗相」。即為流出的血所塗的屍體

(9)諸蛆蟲為蟲。為蟲所散佈叫「蟲聚」。即充滿於蟲的屍體。

(10)骨即「骨相」，即骸骨。

(1)為取不淨相而前行的處所

(2)四方諸相的考察

(3)以十一種法取相

(4)觀察(至墓場等)往返的道路

(5)乃至最後的安止

(3)(以十一種法取相)如是確定之後，次說「以色、以相、以形、以方、以處、以界限」六法取相，怎樣取呢？

(I)「以色」確定這屍體皮膚的色。

(II)「以相」，並不是說確定其女相或男相，當確定這屍體是青年、中年或老年的。

(Ⅲ)「以形」，確定這是他的頭形，這是他的頸形，這是手形…這是足形。

(Ⅳ)「以方」，即確定這屍體的兩方，從臍以下為下方，臍以上為上方

(Ⅴ)「以處」，當確定手在此處，足在此處，頭在此處，中部身體在此處

(Ⅳ)「以界限」在其界限之內觀察三十二分充滿污穢的屍體…或者取得全體的任何部份，即以彼處為膨脹的界限。男子對於女體(屍)，女子對於男體(屍)是不適宜的。

假使這樣依然不能顯現，必須再以關節、孔隙、凹部，凸處、周圍五法取相。

(Ⅶ)「以關節」，是一百八十關節。

(Ⅷ)「以孔隙」，即應觀察手脅之間，足與足間，腹的中間及耳孔的孔隙

(Ⅸ)「以凹部」，即應觀屍體的凹處，如眼窩、口腔及喉底等

(Ⅹ)「以凸處」，當觀屍體的高處，如膝、胸、或額等

(Ⅹ I)「以周圍」，當觀察屍體周圍的一切。以智行於全屍體，那一處顯現明了的，即置心於彼處：如是數數善作把握與確定。乃至百回千回的開眼觀看，閉眼專思。什麼時候為善取呢？即在開眼見相閉眼而思相亦同樣的顯現之時，名為善取。所以說：「以十一種法相是為了令心與不淨相密切的連結」。

(十)(骸骨相)依色等十一種行相而習取於相。

(1)如果於色中而見白色者，則不會現起(厭惡相)，因為摻雜了白遍，於是應該只以厭噁心而見骸骨。

(2)在這裡的持相是指手等，故應觀察手、足、頭…小腿等相。

(3)須觀察長、短、圓、方、小、大等的形狀。

(4)觀察方位及(5)處所，已如前說。

(6)觀察骸骨周圍的界限，對於那一部份骸骨顯現得明瞭的時候，即取那一部直至證得安止定。

(7、8)次當觀察那樣那樣的骸骨的凹處凸處

(9)次當觀察兩骨銜接之處的關節。

(10)觀察骨與骨間的有孔無孔。

(11)觀察於周圍。假使於此等相中依然不能顯現的時候，則應置心於額骨上。

於此骸骨業處，無論對全副連鎖的骸骨或對一骨都得成就。

「取相」中是能認明孔隙的，在「似相」中乃顯現圓滿的

(一)依屍體的(不淨)自性轉變而說十種不淨的區別。

(二)依貪行的差別說，

1. 膨脹→貪外形的人。
2. 青瘀→貪身色的人。
3. 膿爛→貪於由花香的身香的人。
4. 斷壞→貪於身體堅厚的人。
5. 食殘→貪於乳房等身體的肉的部份的人。
6. 散亂→貪於四肢五體的玩弄之美的人。
7. 斬斫離散→貪於身體完整的人。
8. 血塗→貪於裝飾成美麗的人。
9. 蟲聚→貪於身為我所有的人。
10. 骸骨→於貪牙齒的人。

無論在生人的身上或死人的身上，認識了不淨的行相，即取那相作為業處，直至證得安止定。

十隨念(佛隨念、法隨念、僧隨念、戒隨念、施隨念、天隨念、死隨念、身至念、念呼吸、寂止隨念)

(一)佛隨念

禪思「彼世尊亦即是阿羅漢，等正覺者，明行具足者，善逝，世間解，無上士，調御丈夫，天人師，佛，世尊」，應該如是隨念於佛世尊的功德。其隨念的方法是：「那世尊亦即是阿羅漢，亦即是等正覺者……亦即是世尊」這樣的隨念，

(一)如來

成實論一曰：「如來者，乘如實道來成正覺，故曰如來。」

轉法輪論曰：「如實而來，故名如來。(中略)涅槃名如，知解名來，正覺涅槃故名如來。」

智度論二十四曰：「如實道來，故名為如來。」

(一)(阿羅漢)(1)遠離故，(2)破賊故，(3)破輻故，(4)應受資具等故，(5)無秘密之惡故(法住智)「如是這無明是因，行是因的生起，把握這兩者的因與生起的緣的慧是「法住智」。

(二)(等正覺者)一切法的正覺者，應該通達的諸法業已通達覺悟，應該遍知的諸(苦)法業已遍知，應斷的諸(集)法業已斷絕，應證的諸(滅)法業已證得，應修的諸(道)法業已修習

(三)(明行具足者)明與行具足，故為明行具足者。這裡的「明」是三明。由於明的具足，而世尊的一切智圓滿，由於行的具足，而他的大悲圓滿。

(四)(善逝)善淨行故，善妙處行故，正行故，正語故為「善逝」。行亦名為逝。

是什麼行呢?便是聖道。世尊唯以此聖道而向安隱的方所沒有執著的行，所以說：「善淨故為善逝」。

善妙處行——即在不死的涅槃中行，所以亦說「善妙處行，故為善逝」。

已經斷了的煩惱不會再轉來的為正行：「在須陀洹道所斷的煩惱，而那些煩惱便不會再轉來，故為善逝……在阿羅漢道所斷的煩惱，而那些煩惱便不會轉來的，故為善逝」

不作常見，斷見，欲樂，苦行等的極端行為，故為正行。所以說「正行故為善逝」。

他又是正語的，即是說在適當的場合而說妥當的話，所以說「正語故為善逝」。

(五)(世間解)完全瞭解世間，故為「世間解」。即世尊依自性，依集因，依滅，依滅的方便而普遍了知通達於世間。

(1)(行世間)即是那裡的「一世間，是一切有情依食而住。二世間，是名與色…

(2)(有情世間)其次他知道一切有情的意欲，知其隨眠，知其習性，

(3)(空間世間)如對有情世間一樣，亦知空間世間。便是他知道一輪圍世界的縱橫…

(六)(無上士)因為他自己的德更無超勝之人。即是他的戒德為一切世間最勝，而定、慧、解脫及解脫智見之德亦然。

(七)(調御丈夫)調御即調伏的意思。應調御的丈夫是說未調御而當調御的畜生丈夫、人類丈夫及非人類的丈夫

(八)(天人師)以現世，來世及第一義諦而適應的教誨，故為「師」。「天人」即天與人。世尊亦能教誨諸畜生故為師。

(九)(佛)以他的解脫究竟智業已覺悟一切所應知的，故為「佛」。「覺諦故為佛，令人覺故為佛」

(十)(世尊)這是與德之最勝，一切有情之最上，尊敬之師

「具吉祥」是說明他的百福特相的色身成就，

「破惡」是說明他的法身成就。為財施及法施的饒益者

隨念佛陀之德，此時則無被貪所纏之心…在這樣次第的一剎那中生起了五禪支。…只得近行之禪

(二)法隨念

禪思：「法是世尊(一)善說，(二)自見，(三)無時的，(四)來見的，(五)引導的，(六)智者各自證知的」

(一)「善說」這一句是收攝教法(及出世間法)的，其他(五句)僅攝於出世間法。

先就「教法」說：

(1)初中後善之故，

(2)說明有義有文完全圓滿遍淨的梵行之故為「善說」。

次就「出世間法」而說適合於涅槃的行道，及適合於行道的涅槃，故為善說此中

(1)聖道是不採取二極端而從中道的，說此中道故為善說。

(2)諸沙門果是止息煩惱，說此煩惱的止息故為善說。

(3)涅槃的自性是常恆、不死、安全所、皈依處等，說常恆等的自性故為善說。如是依出世間法亦為善說。

(三)僧隨念

隨念如是聖僧伽的功德：「世尊的聲聞眾是善行道的，世尊的聲聞眾是正直行道的，世尊的聲聞眾是真理行道的，世尊的聲聞眾是正當行道的，即四雙八輩的世尊的聲聞眾，是可供養者，可供奉者，可施者，可合掌者，為世間無上的福田」。

(四)戒隨念

隨念於自己的戒：「我的戒實無毀、無穿、無點、無雜、自在、智者所贊、無所觸、令起於定」。

在家人隨念在家戒，出家人隨念出家戒，無論在家戒或出家戒，在他們的戒的起初或末了，一條也不破，因無毀故名「無毀」。

如果他們的戒，在中央不破一條，猶如沒有戳穿的衣服，那樣的戒，因無穿故名「無穿」。

他們的戒也無次第的破二或三條，猶如黑或赤等任何體色的好牛，不在她的背上或腹部發現長圓等形的異色，那樣的戒，因無斑點，故名「無點」。

他們的戒，不在中間的這裡那裡破了幾條，像塗以各種顏色的斑點的母牛，因無雜色故名「無雜」。

他們的戒，因脫離了愛等的支配而成自由的狀態，故為「自在」。

為佛陀等的智者所讚歎，故為「智者所贊」。

不為愛與見等所觸，所以說「無所觸」。

(五)捨隨念

初修的人，先如是發願受持：「從此以後，若有受者，如果未曾給他最少一口的所施之物，我決不食」，於是從那天起，即於德勝的受者之中，依其能力給與所施之物，取彼施捨之相，獨居靜處禪思：「我實有利，我實善得，我於慳垢所纏的世人中，離垢慳心而住，是放捨者，淨手者，喜捨與者，有求必應者，喜分施者」，如是以離垢慳等德而隨念於自己的捨。

(六)天隨念

禪思：「有四大王天…梵眾天；彼等諸天，因具備那樣的信，故死後得生彼處。我也具有這樣的信。彼等諸天因具備那樣的戒…那樣的聞…那樣的捨…乃至具備那樣的慧，故自人界死後得生彼處。我也具有這樣的慧」。如是以諸天為例證，而隨念於自己的信等之德。

亦如經中說：「摩訶男，聖弟子隨念於自己及彼等諸天的信、戒、聞、捨及慧的時候，那時則無被貪所纏之心」。

在義疏中更堅決他說：「以諸天為例證而隨念於自己的德」。

(七)念死

(念死的修法之一) 當起「死將來臨」，「命根將斷」，或「死，死」的如理作意。

如果念喜愛者的死，如生母念愛子之死則生悲；

若念憎惡者的死，如怨敵念他的仇人之死則生歡喜，

若念全無關心者的死，如燒屍者見死骸則不起感動；

若念自己的死，如畏怯者見屠殺者之舉劍則起戰慄，以上的一切都是不如理作意

(1)「命」——不能作「必定生存這樣長的時期，更無過之」的確定，故為無相。有情在羯羅藍時可死…入胎後一個月…十個月時亦可死…乃至在百歲以內或以外都要死的。

(2)「病」——「有情必以此病而死，不以他病」，實不能如是確定，故為無相。因為有情以眼病可死，以耳病等任何病亦可死的。

(3)「時」——「有情必以此時死，不以他時」，實不能如是確定，故為無相。因為有情在午前可死，在正午等任何一時亦可死的。

(八)身至念

今說除了佛陀出世之時以前未曾流行的及非一切外學的境界的「身至念處」，世尊曾於諸經之中以種種的方法這樣的贊嘆。：「諸比丘！茲有一法，修習多作，助成大悚懼，助成大利益，…助成大念正知，助成智見的獲得，助成現法樂住，助成(三)明、(八)解脫、及(沙門)果的證得。一法云何？身至念…「復次，諸比丘！比丘於此足蹠以上，髮的頂端以下及以皮膚為周圍的身體，觀察充滿種種的不淨：即此身有髮，毛…尿」。如是以骨髓包攝於腦，為厭惡作意而說的三十二行相業處，便是這「身至念」的意義。

所以教授業處的阿闍梨當對弟子說：「第一以語讀誦」。那讀誦者當先分髮皮的五種來順逆的讀誦。即順讀：「髮、毛、爪、齒、皮」以後，再逆誦：「皮、齒、爪、毛、髮」。此後又順讀腎的五種：「肉、腱、骨、骨髓、腎臟」，再逆誦：「腎臟、骨髓、骨、腱、肉、皮、齒、爪、毛、髮」。…此後又誦尿的

六種：「淚、膏、唾、涕、關節滑液、尿」，再逆誦：「尿、關節滑液、涕、唾、膏、淚、脂肪、汗、血、膿、痰、膽汁、腦、糞、胃中物、腸間膜、腸、肺臟、脾臟、肋膜、肝臟、心臟、腎臟、骨髓、骨、腱、肉、皮、齒、爪、毛、髮」。

（九）安般念

1. 數息
2. 長短息
3. 全息
4. 微息

譬如不淨業處，只是由於通達（於禪之時）而寂靜殊勝，因（不淨業處的）所緣粗故及所緣厭惡故，依（不淨業處的）所緣決非寂靜非殊勝的，但此（安般念業處）則不如是以任何法門不寂靜或不殊勝的，即是依「所緣的寂靜性」之故是寂靜、寂止、寂滅的，依稱為通達（禪）支的寂靜性之故也是

「純粹與樂住」——此定之中無夾雜之物故為純粹…不間雜…（安般念）不是由於遍作（準備定）及近行（定）而得寂靜，即從最初修安般念以來本來就寂靜殊勝之義。

（十）寂止隨念

禪思，隨念如是稱為一切苦寂止的涅槃之德，即：

「諸比丘！法只是有為或無為，於彼等諸法中，離欲稱為最勝，即驕的粉碎，渴的調伏，阿賴耶（執著）的破滅，輪迴的摧碎，愛的除去，離欲、滅、與涅槃」。

世尊亦在其他的諸經中說：「諸比丘！我對你們說無為…諸比丘！我對你們說諦…彼岸…極難見，不老、不變、無戲論、不死、平安、安穩、未曾有、無災、無惱、清淨、洲渚、安全處及洞窟」等的寂止之德，亦當依此等（德）而隨念。

梵住品

（一）慈的修習

最先當觀察瞋恚的過患及忍辱的功德。

（觀察瞋恚之過及忍辱之德）何以故？因為修此（慈梵住）當斷瞋恚而證忍辱，未曾有不見過失而能斷及不知功德而能證得的

「諸佛說——忍辱是最高的苦行，容忍是最上涅槃」。

（初學者當避免的慈的所緣）（瑜伽者）如是見其過患而為離於瞋恚心及知其功德而為與忍辱（心）相應，當勤修於慈。勤修（於慈）者應先了知「對此等人最初不應修慈，對此等人則絕對不應修慈」的人的差別。即是此慈最初對（1）不愛的人，（2）極愛的朋友，（3）中間人（無關者），（4）敵人等的四種人不應修習；（5）不應專對異性修習，（6）絕對不應對死者修習。

（1）（對自己修慈）最初須對自己「我欲樂、不苦」或「保持我自己無怨、無害、無惱、有樂」這樣的屢屢修習。

《慈經》中說：「使一切有情有樂、安穩、幸福」等

修習「我欲樂」，即是說「我欲樂、厭苦、欲生、欲不死，其他的有情也是同樣的」，這樣以自己作證人，亦欲與其他一切有情的利益的和樂。

（2）（對可愛者修慈）所以為作證人第一以慈遍滿自己之後，為了容易起慈，對自己可愛可喜尊重恭敬的阿闍梨或與阿闍梨相等的人，…「令此善人有樂無苦」等的方法修慈。對於這一類人是容易成就安止（定）的。

（3）（對一切人修慈）這比丘並不以此為滿足，猶欲破除（自己、愛的人、極愛的人、無關係者、怨敵等的）界限，以後便對極愛的朋友（修慈），自極愛的朋友而對無關係者（修慈），自無關係者而對怨敵修慈。修慈者已於愛者、極愛者、無關係者、怨敵等各部分令心柔軟而適合於工作之後，當取其他。

（4）（對怨敵修慈）

（1）如果對怨敵而起慈心，隨念曾受敵人之害而生瞋恨之時，則他應該對以前的（愛者、極愛者、無關係者）任何的人數數而入慈定，出定之後，再屢屢對敵人行慈，除去瞋恨。

（2）如果這樣精進的人依然不能滅瞋，則應…數數為斷瞋恨而努力，

世尊不是說：諸比丘！縱有惡盜用兩柄的鋸而切斷他的四肢五體，那時他若起瞋意，而他不是我教

的實行者」；又說：

「對於忿者即還之以忿者，
他的惡尤過於那忿的人；
對於忿者而不還以忿者，
他能戰勝那難勝的戰爭。
若知他人怒，
具念寂靜者，
對於自與他，
兩者都有利」。

「諸比丘！譬如火葬所用的薪，燒了兩端，中間燒殘而沾糞穢的部分，既不拿至村落應用為薪，亦不於林中應用為薪…諸比丘！我說此人也與這譬喻同樣。你現在這樣的忿怒，將成不是世尊之教的實行者，成為以忿怒而還忿怒的惡人而不能戰勝難勝的戰爭了。…」

（3）像以上這樣精勤瑜伽的人，若能除滅瞋恨便很好；若不能滅，則隨念那人的寂靜遍淨之法而取信樂，隨念彼法，折伏瞋怒。即

（一）有的人只是身正行而寂靜…。但他的語正行及意正行則不寂靜。…不思念他的（語正行及意正行）二種，但念其身正行的寂靜。

（二）有的人只是語正行而寂靜，…（瑜伽行者）不思念他的彼等二種，但念他的語正行寂靜。

（4）如果這樣精勤，他依然生瞋，則應如是教誡自己：

如果是仇敵給予你自身的苦惱，…
為什麼不捨有大害的忿怒仇敵？
難道你偏要生瞋而滿足他人的快意？…
但你自己此刻已受忿怒苦惱的滋味。
如果敵人的忿怒是增長不利的惡道，
為什麼你也忿怒而跟著他們去學習？…
使你不快的五蘊之法是剎那的，
他們已滅去，現在你對誰個忿？
這裡並無那個令你苦惱的人，
你自己是苦因，為什麼忿怒他人？

（5）如果他這樣教誡自己，依然不能息滅瞋恨，則當觀察自己和他人的自作業。於此（二種）中，先觀自己自作業：「喂！你為什麼對他忿怒？因此瞋恚之業，豈非將使你至於不利嗎？你為自作業，受作業分（受業的嗣），業的生，業的眷屬，業的堅固你將作業而受那業的嗣，而且現在由於你的（瞋所起的）業，你既不得等正覺，亦不能得辟支菩提、聲聞地…，但此業將把你從佛教開除出去，成為受殘食的（畜生）等，並將生到地獄等的大苦處。…正如以雙手去取剛才出焰的炭火或糞而欲打他人，只是先燒了自己或受了惡臭」。

（6）如果他這樣觀察自作業依然不能息滅瞋恨，則應憶念導師（世尊）宿世所行之德。…

（一）如具戒王的本生故事：因為（具戒王的）惡大臣瞋恨王后，（跑到敵國去）引來敵王，佔領了他的王國三百由旬，但他為防自己的臣子起來反抗，不許他們去拿武器。於是和他的臣下一千人（都為敵王所捕）於墓場上挖了一土坑深至頭頸而被埋下，但他的心中亦不生瞋，…

（二）如忍辱主義者的本生故事：愚痴的迦屍王問道：「你是什麼主義的人？」答道：「我是忍辱主義者。」即令答之以棘鞭，然後截斷其手足，…

（三）已經長大了的出家人這樣做不算得很希奇，然而小護法王子的本生故事中，還是一個仰臥的嬰兒時期的菩薩便如此：名為大威勢的父王；令截他的手足如切竹笋相似…父王仍未以此為滿足；更發命令：「斬他的頭首！」這時他想「這正是你抑制自心的時候了。喂！護法！現在對於命令斬你的首的父親，斬首的人，悲哭的母親以及自己的四人之中，應以平等之心」…

（四）這樣人間所作的事猶不希奇，然而生於畜生界中而名為六牙象王，給毒箭射穿肚臍之時，對於那加害於他的獵師亦不起瞋心。即所謂：…沒有瞋心的對獵師…折下自己的…牙給他。

（五）（菩薩）為大猿…時，由自己從懸崖下救出的人…舉石來打碎它的頭顱之時，它以淚盈滿眶之眼而望著那人…但它不對那人生瞋，亦不思自己的痛苦，那人亦得到達安全地帶。

（六）（菩薩）生為菩利達多龍王，因為遵守布薩的戒條…全身曾被灑以像劫火相似的猛烈的

藥，然後把它放進籠中，拿到全閻浮洲各處令它玩耍，對那樣的婆羅門也不起少許瞋恨之意…

（七）（菩薩）生為瞻波龍王

捕蛇者把我捉到王門去遊戲。
他的心思想念青黃和赤色，
我便隨著他的心思而轉變。…
我若為心使，便要把戒破，
破戒的人不成最上的佛果。

（八）（菩薩）生為護螺龍王，曾給人以利刃刺穿八處，更以棘蔓穿諸傷口，以堅固的繩穿過鼻子，…身拖地面，受大痛苦，雖然只要以怒目相視，則一切鄉人之子便得皆成灰燼，但他閉其眼目，不生少許瞋怒。即所謂：

…十四十五我常守布薩，…
此等苦痛我忍受，
不違布薩不瞋怒」。

（7）如果這樣觀察導師宿世所行之德，依然長時為煩惱驅使，不能息滅瞋恨，則應觀察無始以來的輪迴。即所謂：「諸比丘！難得有有情不是往昔的母親，不是往昔的父親，不是往昔的兄弟，姊妹及子女的」。…

（8）如果這樣依然不能息滅瞋心，則應如是觀察其次的慈的功德：「喂！你這出家者！世尊不是說過嗎？」

「諸比丘！修習多作實行確立熟習善勤精修於慈心解脫，當得十一種功德。什麼是十一？即安眠，安寤，不見惡夢，為人愛敬，為非人愛敬，諸天守護，不為火燒或中毒或刀傷，心得迅速等持，顏色光彩，臨終不昏迷，不通達上位而得梵天界」…

（9）若這樣亦不能息滅（瞋心），則應作界的分析：即「喂！你這出家者！你對此人忿怒時，忿的什麼？對他頭髮忿怒嗎？或對毛，對爪…乃至對尿忿怒呢？或於髮等之中對地界忿怒嗎？對水界、火界及風界忿怒嗎？或者因為五蘊、十二處、十八界的和合而稱…你對色蘊忿嗎？或對受、想、行、識蘊而忿呢？或者你對眼處而忿，對色處而忿…乃至對意處而忿，對法處而忿？或者你是對眼界而忿，對色界，對眼識界…乃至對意識界，對法界，對意識界而忿呢」？如果這樣對界的分析，則如置芥子於針鋒，繪圖畫於虛空，他的忿怒實無可置之處。

（10）如果不能這樣對界的分析的人，當行分施—…即把自己所有的東西施與他人，亦受他人所有的東西。…則自己對那人的瞋恨便會息滅；而他人甚至自往世以來（對我）所懷的忿怒也會在那一剎那消滅…

（5）（修平等慈）他這樣數數行慈，對於自己，愛的人，非憎非愛的中立者，敵人這四種人中，當以平等之心破除界限。這便是他（破除界限）的特相：譬如（瑜伽者）與愛的人，非憎非愛的中立者，敵人連自己為第四人，坐在一處之時，諸盜賊來說：…此時如果比丘這樣：「捕某某」便不算破除界限；假使他想：「捕我吧，不要捕其他三人」，也不算破除界限。何以故？因為他（於四人中）欲以一人被捕，欲於此人不利，而於其他三人有利。

若破除四者的界限，
以慈心遍滿一切天人世界而平等，
則大勝於前者而為不見有界限的比丘。

（二）悲的修習

希望修悲的人，當觀察無悲的過患及有悲的功德而開始修悲。開始（修悲）者不應最初對愛的人等開始；因為（初學者）對愛的人當然是愛者，極愛的朋友當然是極愛之友，中立者當然是中立者，不愛者當然為不愛者，怨敵當然是怨敵。對於異性及死者則永遠不是（悲的）對象。

在《分別論》中說：「比丘！云何與悲俱心一方遍滿而住？譬如見一人遭遇逆境惡運而起悲愍，如是對一切有情而悲遍滿」。是故最先若見任何可憐、醜惡…窮人、飢餓常帶乞食之碗在前者，…手足常集蛆蟲者及作呻吟之聲者，當生悲愍之想…

作惡的人比作受死刑者而生悲。云何？譬如一個連贓物一概被捕的盜賊，國王命令處以死刑…雖然他此時食用這些東西，好像幸福而有許多受用品一樣的前去刑場，但絕沒有人想：「他實在幸福而得大受用」。…以悲為業處的比丘，亦應對現在幸福的人作如是的悲憫：「這個可憐者，雖然很幸福而受用財富，

但是他的（心口意）三門，連一門善業也沒有，現在他就要在惡趣受無限的痛苦與憂悲了」，既對此人生起悲憫之後，當以同樣的方法對其他愛的人。中立者，怨敵而順次的生起悲憫。

（三）喜的修習

開始修喜的人，亦不應對愛的人等開始。因為愛者當然是愛者，故不是喜的足處（近因）至於中立者與怨敵更不必說了。異性與死者則絕對不是（喜梵住的）對象。

但極愛的朋友為（喜梵住的）足處。即義疏中所說的最喜的密友。因為他是先笑而後說話的人，所以最初應對他而遍滿喜；或者見到或聞到可愛的人充滿幸福而喜悅，亦應喜悅地說：「這有情實在喜悅，多麼好啊！多麼愉快啊！」關於此義即如《分別論》中說：「云何比丘以喜俱心遍滿一方而住？譬如見一可愛可意之人而生喜悅，如是對一切有情而遍滿喜。」既對此可愛者生起喜之後，當以同樣的方法對（其他）中立者、怨敵而順次的生起喜（悅）。

如果他的密友或可愛的人，過去非常幸福，但現在已遭遇逆境惡運，則應憶念其過去的幸福狀態，把取「他過去有大財富，大眷屬而常喜悅」的行相而生喜。或者念他「將來更得成功，而坐象肩馬背及乘金轎旅行」而取其未來的喜的行相而生喜。

如果像前面（修慈）所說一樣的對怨敵生起瞋恨，亦用修慈中所說的同樣方法而寂滅了他的瞋，再對（愛者、中立者、怨敵的）三人及自己四者之間以平等心破除界限，而對彼相數數修習多作，以初三禪或四禪而增長其安止定。

（四）捨的修習

希望修習於捨的修習者，由於慈等已經獲得了下三禪或四禪，並已從熟練了的第三禪（或五種禪中的第四禪）出定，及見前面（慈悲喜三者）的過患——由於「願彼等幸福」等而對有情與愛著作意相應故，瞋恨與愛著接近故，喜相應粗故——又見捨的功德——自性寂靜故，

當捨之成為自然的中立者而生起捨。此後再對愛的人等而修捨。即所謂：「云何比丘以捨俱心遍滿一方而住？譬如見一非可意非不可意之人而成為捨，如是對一切有情以捨遍滿」。是故依上述之法先對中立者而生起捨，如是對愛者，對密友及怨敵而起捨。如是對（愛者密友怨敵）三者與自己之間，以一切中立而破除界限，對那相數數修習而多作。

無色品

（一）空無邊處業處

（空無邊處業處的修法）在四梵住之後，提示四無色（定）之中，先說希望修習空無邊處的人這樣的考察：「由於有色之故，才見得有取杖、取刀劍，吵嘴辯駁諍論；然而在無色界中則全無此等事情」，他依於「為厭離、為離貪、為滅色而行道」的說法，見此業生色中有取杖等的過患及眼耳之病等的數千病患，為了要超越那種過患，除了有限制的虛空遍之外，以其餘的地等九遍中的任何一遍而生起第四禪。…

他看見這樣的過患之後，並盼望除去它，即於空無邊處的寂靜無邊而作意，擴大他的遍至於輪圍（世界）的範圍或者遂其所欲的遠大，以那（擴大了的）遍所觸的空間而「虛空！虛空！」或「虛空無邊」的這樣作意，而除去那遍。然而所謂除去，並不是像卷席子，也不是像從鍋子裡拿出燒餅一樣，只是對於那遍不念慮不作意不觀察而已。（即是說對於那遍）不念慮不作意不觀察而專以那遍所觸的空間「虛空！虛空！」這樣的作意名為遍的除去。

其餘的地遍中所說的同樣，但以下這些是其差別，即如是生起無色界心之時的比丘，譬如觀瞻以青布或黃或赤或白等任何的布所繫縛住的車門或袋或甕等的口的人，忽給疾風或任何人除去了布的時候，則他當見虛空，…

對於這樣的修行者，即如所說：「超越一切色想滅有對想，種種想不作意，（思）『無邊虛空』，空無邊處具足而住」。

（二）識無邊處業處

（識無邊處業處的修法）欲求修習識無邊處（業處）者，…他看見了空無邊處有這樣的過患：「此（空無邊處）定依然近於色界禪之敵，不及識無邊處的寂靜」，欲求離去空無邊處，於識無邊處的寂靜作意，便對那遍滿虛空而起的識：「識、識」的數數念慮，作意，觀察與思惟。但不是「無邊、無邊」這樣的作意。

（三）無所有處業處

（無所有處業處的修法）欲求修習無所有處（業處）者，…看見了識無邊處有這樣的過患：「此（識無邊處）定依然近於空無邊處之故，不及無所有處的寂靜」，欲求離去（識無邊處），於無所有處的寂靜作意，便作意那為識無邊處的所緣的空無邊處的識的無，空及遠離。如何（作意呢）？即不作意於識，卻對「無，無」，或「空，空」或「遠離，遠離」的數數念慮、作意、觀察與思惟。

他這樣的運用其心於那相中，鎮伏了五蓋，安立於念，以近行定等持其心。…得安止他的無所有處心於那遍滿於虛空而起的廣大的識的空、遠離、及無等（所緣）…

（四）非想非非想處業處

（非想非非想處業處的修法）欲求修習非想非非想處（業處）者，…以為：「此（無所有處）定依然近於識無邊處之故，不及非想非非想處的寂靜」，或者以為「想是病，想是癩，想是箭，而此非想非非想是寂靜，是勝妙」，他看見無所有處有這樣的過患並見上面（非想非非想處）的功德，欲求離去無所有處，於非想非非想處寂靜作意，便對以無（所有）為所緣而起的無所有處定「寂靜，寂靜」的數數念慮、作意、觀察與思惟。

他這樣的數數用意於那（無所有處定的）相中，鎮伏了五蓋，安立於念，以近行定等持其心，…得安止他的非想非非想處心於那稱為四蘊的無所有處定，

因此而說這（修行的）人為：「超越無所有處，非想非非想處具足而住」。

（超越所緣）此四無色定中，因色相的超越而成初（無色定），因虛空的超越而成第二（無色定），因超越於虛空而起的識而成第三（無色定），因超越於虛空而起的識的除去故成第四（無色定）。如是當知因為超越一切的所緣，故成為此等四種無色定。

一人緊握不淨的草蓬，
另外一人靠著他而立，
一人不以靠近而在外，
另一人又靠著他而立。

食厭想的修習

（食厭想的語義）這裏的「食」是取來的意思。有段食、觸食、意思食、識食的四種。然而這四種中，是誰取來什麼？即（一）段食取來以滋養素為第八的八種元素，（二）觸食取來（苦樂捨的）三受，（三）意思食取來於（欲、色、無色的）三有中結生，（四）識食取來於結生剎那的名色。

在此四食中，段食有貪求的怖畏，觸食有接觸（所緣）的怖畏，意思食有（諸有的）生的怖畏，識食有結生的怖畏…

（食厭想的修法）欲求修習食厭想的人…以十種行相而作厭惡的觀察。即（一）以行乞，（二）以遍求，（三）以受用，（四）以分泌，（五）以貯藏處，（六）以未消化，（七）以消化，（八）以果，（九）以排泄，（十）以塗於此等中。

（二）四界差別的修習

帕奧禪修中心的訓練次第：

1. 地：硬、軟、粗、滑、重、輕
2. 水：流動、粘結
3. 火：冷、熱
4. 風：推動、支持

概說帕奧禪修中心的訓練次第：

甲、呼吸→四禪

乙、身隨念(32 身分)

1. 取自己的 32 身分
2. 取他人的 32 身分

丙、不淨白骨(色、形、位置、界限、「可厭的骨」)

1. 取他人骨
2. 取自己骨
3. 擴大至十方(一次取一方、所有眾生的骨)

丁、遍處定：可在任何物上取相

1. 有生命：
 - i. 骨上的白(白遍處)
 - A. 他人
 - B. 自己
 - C. 只剩下白色圓形
 - ii. 其它身分
 - D. 頭髮→褐遍
 - E. 脂肪、尿→黃遍
 - F. 血→紅遍
2. 無生命：
 - i. 無情物
 - G. 花朵→白遍、褐遍、黃遍、紅遍

戊、師子奮迅三昧

1. 跳禪(初禪→三禪→空無邊…)
2. 跳遍(白遍二禪→紅遍四禪→無所有處)

四護衛禪(馬哈西派：一日 5 分鐘)

1. 佛隨念
2. 死隨念
3. 慈悲禪
4. 不淨禪

尋伺三地

施主可改心意

未給
已給
已作竟

無上的佈施

有兩種佈施：

- 一、帶來圓滿果報的佈施；
- 二、不帶來任何果報的佈施。

你喜歡那一種呢？…

《佈施分別經 *DakkhinavibhangaSutta*》中的例子：

一時，佛陀…迦毗羅衛城 (*Kapilavatthu*) …摩訶波闍波提瞿曇彌…帶著一套她親手細心編織而成的新袈裟…對佛陀說：「世尊，這套袈裟是我特地為佛陀紡紗、編織而成的，請佛陀慈悲接受它。」

佛陀告訴她：「瞿曇彌，將它供養僧團吧。當你供養僧團時，即是供養了我及僧團。」…阿難尊者對佛陀說：「世尊，請接受瞿曇彌供養的新袈裟吧。瞿曇彌曾經給予佛陀很大的幫助：雖然她是您母親的妹妹，但是她是您的祿母、是您的養母…」

佛陀也給予摩訶波闍波提瞿曇彌很大的幫助：因為佛陀的緣故，摩訶波闍波提瞿曇彌皈依佛、法、僧。因為佛陀的緣故，摩訶波闍波提瞿曇彌不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲用酒等導致放逸的麻醉物品。因為佛陀的緣故，摩訶波闍波提瞿曇彌對佛、法、僧具足信心，並具備聖者 (*ariya*) 所喜愛的戒行。因為佛陀的緣故，摩訶波闍波提瞿曇彌遠離對苦聖諦 (*dukkha – sacca*)、集聖諦 (*samudaya – sacca*)、滅聖諦 (*nirodha – sacca*) 與道聖諦 (*magga – sacca*) 的疑惑。由此觀之，佛陀亦給予摩訶波闍波提瞿曇彌很大的幫助。」

佛陀回答說：「正是如此，阿難…當弟子因老師的緣故而皈依佛、法、僧，此老師的恩惠是不容易報答的。此恩惠不是弟子對他虔誠禮拜、起立承迎、給予恭敬…所能報答的。

當弟子因老師的緣故而不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲用酒等導致放逸的麻醉物品…

當弟子因老師的緣故而對佛、法、僧具足信心，並具備聖者所喜愛的戒行…

當弟子因老師的緣故而遠離對苦聖諦、集聖諦、滅聖諦與道聖諦的疑惑…所能報答的。」…

再者，若弟子透過阿羅漢道智（arahatta – magga – bana）及阿羅漢果智（arahatta – phalabana）而瞭解四聖諦，此觀智將引導他解脫生死輪回。般涅槃後，他將住於涅槃（Nibbana），不再有任何痛苦，不再有生、老、病、死……。這些結果遠比他尊敬及給予老師四事供養更珍貴。即使弟子以高如須彌山的物品供養老師，他的供養仍然不足以報答老師的恩惠，因為解脫生死輪回或解脫生老病死是更加可貴的。

甚麼是四聖諦呢？

一、苦諦（dukkha – sacca）：苦諦指五蘊。…

二、集諦（samudaya – sacca）：這是苦的緣起。…

三、滅諦（nirodha – sacca）：這是涅槃。…

四、道諦（magga – sacca）：這是八聖道分，換句話說，就是觀智（vipassana – bana）與道智（maggabana）。…

還有，佛陀也教導達到寂滅境界的方法，那即是止觀法門。止觀即是八聖道分：分析名色的智慧與辨識因緣的智慧是正見（samma – ditthi）；透視名色息滅的智慧也是正見；透視八聖道分的智慧亦是正見。將心投入四聖諦的心理現象（尋心所）是正思惟（samma – savkappa）。以上二項屬於觀禪。要修行觀禪，我們必須依靠止禪的幫助。止禪就是正精進（samma – vayama）、正念（samma – sati）與正定（samma – samadhi）。修行止觀時，我們必須以清淨的戒行（sila）為基礎，那即是正語（samma – vaca）、正業（sammakammanta）、正命（samma – ajiva）。因此，以戒為基礎而修行止觀即是實踐八聖道分。八聖道分只能在佛陀的教法中找到，因此你也不應錯過這個良機。為什麼呢？因為四聖諦的觀智能使人解脫生死輪回。

對個人的佈施（patipuggalika – dakkhina）

在這次講座一開始時所提到的《佈施分別經 DakkhinavibhavgaSutta》中，佛陀解釋十四種「對個人的佈施」（patipuggalika – dakkhina）。

佛陀說：「阿難，有十四種對個人的佈施：

1. 佈施給佛陀，這是第一…
2. 佈施給辟支佛，這是第二…
3. 佈施給阿羅漢，這是第三…
4. 佈施給已進入證悟阿羅漢果之道的人，這是第四…
5. 佈施給阿那含（anagami 不還；三果），這是第五…
6. 佈施給已進入證悟阿那含果之道的人，這是第六…
7. 佈施給斯陀含（sakadagami 一來；二果），這是第七…
8. 佈施給已進入證悟斯陀含果之道的人，這是第八…
9. 佈施給須陀洹（sotapanna 入流；初果），這是第九…
10. 佈施給已進入證悟須陀洹果之道的人，這是第十…
11. 佈施給一位在佛陀的教法之外，但由於禪定的成就而解脫欲樂貪染之人，這是第十一…
12. 佈施給一位有道德的凡夫，這是第十二…
13. 佈施給一個無道德的凡夫，這是第十三…
14. 佈施給一隻動物，這是第十四…。」

佛陀接著解釋這十四種佈施的利益：「以清淨心佈施給一隻動物，預計可得到一百倍的回報。」這是說：它可在一百世中產生果報。這裏的「清淨心」指：不期望受施者任何回報或幫助而做的佈施。由於對業果法則有充分的信心，因此他的善舉只是為了廣集善業而已。假如一個人喂狗時的意念是：「這是我的狗」，如此之心不是清淨心。然而，如果一個人喂鳥，如：鴿子，則他的佈施是清淨的，因為他並不期望鳥的任何回報。…例如，假使一個人佈施日用品給比丘，希望那樣能促使自己的生意或其他商

業活動成功，這不是以清淨心而做的佈施，這樣的佈施不能帶來殊勝的利益。

佛陀又解說：「以清淨心佈施給一個無道德的凡夫，預計可得到一千倍的回報；佈施給一位有道德的凡夫，預計可得到十萬倍的回報；佈施給一位不在佛陀的教法中，但由於禪定的成就而解脫欲樂貪染之人，預計可得到十萬乘十萬倍的回報；佈施給一位已進入證悟須陀洹果之道的人，其回報是無法計算、無法衡量的；更不必說佈施給須陀洹；…或阿羅漢；或辟支佛；或佛陀…

這裏的佈施指：佈施足夠一餐食用的飲食。如果佈施者佈施許多次，如：多日或多月地如此佈施。其利益是無法以言語形容的。這些是對不同類個人的佈施（*patipuggalika – dakkhina*）。

對僧團的佈施（*Savghika – Dana*）

然後，佛陀對阿難尊者解說：「阿難，有七種對僧團的佈施：

1. 佈施給以佛陀為首的比丘、比丘尼僧團，這是第一…
2. 佈施給佛陀般涅槃後的比丘、比丘尼僧團，這是第二…
3. 佈施給比丘僧團，這是第三…
4. 佈施給比丘尼僧團，這是第四…
5. 佈施時說：『請選派代表僧團的若干人數比丘、比丘尼。』這是第五…
6. 佈施時說：『請選派代表僧團的若干人數比丘。』這是第六…
7. 佈施時說：『請選派代表僧團的若干人數比丘尼。』這是第七…。」

以上是七種對僧團的佈施。接著，佛陀拿對個人的佈施與對僧團的佈施來作比較：

「阿難，在未來的日子裏，將有一些無道德、惡性的僧人，人們以佈施給僧團的名義來佈施給這些無道德的僧人。雖然如此，我還是要說明，佈施給僧團的功德是不可計算、不可衡量的。佈施給個人的功德絕不可能大過佈施給僧團的功德。」…

佈施的淨化

佛陀也解釋四種佈施的淨化：

「有四種佈施的淨化。那四種呢？即：

- 一、由於佈施者而淨化的佈施，非由於受施者。
- 二、由於受施者而淨化的佈施，非由於佈施者。
- 三、不因佈施者與受施者而得以淨化的佈施。
- 四、因佈施者與受施者雙方而得以淨化的佈施。

一、什麼是由於佈施者而淨化，非由於受施者的佈施呢？在此，佈施者有道德、品性良好；而受施者無道德、品性惡劣。所以，這佈施因佈施者而淨化，不是因受施者。

二、什麼是由於受施者而淨化，非由於佈施者的佈施呢？…

三、什麼是不因佈施者與受施者而得以淨化的佈施呢？…

四、什麼是因佈施者與受施者雙方而得以淨化的佈施呢？…

佛陀進一步解釋這四種佈施的淨化：

一、在以下的情況，佈施因佈施者而淨化，不是因受施者：

- 1、佈施者有良好的德行。
- 2、所施之物以正當方法取得。
- 3、佈施之時，佈施者有清淨無染的心，沒有任何貪愛、瞋怒等。
- 4、佈施者有充分的信心，相信此業的果報是超勝的。
- 5、但受施者並無道德。

如果佈施者希望得到殊特的利益，那麼他必須具足前四項條件。如此，即使受施者是一個無道德的人，佈施的行為也將因佈施者而得以淨化。注釋中舉衛山達拉（*Vessantara*）的例子作說明：我們的菩薩在過去世生為衛山達拉國王時，將其兒子與女兒…佈施給無道德、品性惡劣的朱加嘎（*Jujaka*）婆羅門。…那次佈施因衛山達拉而淨化。當時衛山達拉有道德、品性良好；所施之物是以正當方法取得的；

他的心清淨無染，因為他只有一個期望：證得覺悟；他對業果法則有充分的信心。所以，那次佈施因佈施者而淨化。

二、當一個無道德的人以充滿貪愛、瞋恨等的迷惑之心，不相信業果法則，佈施非法得來之物給一位有德行的人，這種佈施將因受施者而得以淨化。注釋中舉一個漁夫的例子：一個住在斯里蘭卡迦牙尼（Kalyani）河口附近的漁夫，三次佈施食物給一位證悟阿羅漢果的大長老。臨終時，他憶念起他對大長老的佈施，天界的美好景象出現在他的腦海。臨死前他告訴親友們：「那位大長老救了我。」死後他即投生天界。在此情況下，漁夫無道德、品性惡劣；但受施者卻是有道德之人。由於受施者的緣故，此佈施被淨化了。

三、當一個無道德的人以充滿貪愛、瞋恨等的迷惑之心，不相信業果法則，佈施非法得來之物給一個無道德的人，這樣的佈施不因佈施者或受施者而淨化。注釋中提到一個獵人的例子：該獵人死後投生於餓鬼道。那時，他的妻子以他的名義佈施飲食給一個無道德、品性惡劣的比丘，但那餓鬼無法喚出「善哉（saddhu）」。為什麼呢？因為佈施者身為獵人的妻子，陪同丈夫屠殺動物，本身即無道德、無善行。此外，所施之物不是以正當方法得來，是從屠殺動物而得。再者，她的心迷惑，因為如果她有清楚的認知，就不會跟隨丈夫屠殺動物。她對業果法則沒有充分的信心，如果她對業果法則有充分的信心，她就不會殺害眾生。由於受施者也無道德、品性惡劣，所以這樣的佈施不能因佈施者或受施者而得以淨化。獵人的妻子做了三次同樣的飲食佈施，但沒有任何好的結果出現。那餓鬼叫道：「一個無道德的人偷了我的財富三次。」於是，獵人的妻子佈施飲食給一位有德行的比丘。那時，餓鬼即能喚出「善哉」，並從餓鬼道解脫出來。

在此，我想告訴各位，如果你想從佈施中得到善報，你應具備以下四個條件：

- 1、你必須有德行；
- 2、你的佈施物必須以正當的方法取得；
- 3、你必須有清淨無染的心；
- 4、你必須對業果法則具有充分的信心。

再者，如果你是受施者，並且對佈施者有足夠的慈悲心，那麼你也必須有德行。如果你的德行伴隨著禪那及觀智，那是更好的。為什麼呢？因為這種佈施將為佈施者帶來極佳的果報。請留意接下來的這種佈施（第四種佈施的淨化）。

四、在以下的情況，佈施因佈施者與受施者雙方而得以淨化：

- 1、佈施者有德行；
- 2、所佈施之物以正當方法取得；
- 3、佈施者的心清淨無染；
- 4、佈施者對業果法則具有充分的信心；
- 5、受施者亦有德行。

對於這種佈施，佛陀說「……阿難，我說這種佈施將帶來圓滿的果報。」此佈施可帶來無可計算、無可衡量的果報。如果受施者的德行伴隨著禪定、觀智或道果智，那麼這種功德是極超勝的。

在此，我要舉另一部經，這是《增支部六法集難陀母經 NandamataSutta, Chakka Nipata, AvguttaraNikaya》：一時，佛陀住在…祇園精舍（Jetavana）。難陀（Nanda）的母親是佛陀的一位在家弟子，住在維路堪達迦（Velukandaka）。她佈施飲食，此佈施具足六項條件，而且受施者是以舍利弗與目犍連尊者為首的比丘僧團。佛陀以他的天眼看見此佈施，並告訴比丘們：「諸比丘，維路堪達迦的居士對以舍利弗與目犍連為首的比丘僧團，做了一次具足六項條件的佈施。諸比丘，什麼是具足六項條件的佈施呢？諸比丘，佈施者必須具足三項條件，而受施者也必須具足三項條件。

什麼是佈施者的三項條件呢？諸比丘，

- 一、佈施前他內心歡喜；
- 二、佈施時他內心滿意；
- 三、佈施後他內心愉快。

這是佈施者的三項條件。什麼是受施者的三項條件？諸比丘，

- 一、受施者已斷除貪愛或正在嘗試斷除貪愛；
- 二、受施者已斷除瞋恨或正在嘗試斷除瞋恨；

三、受施者已斷除愚癡或正在嘗試斷除愚癡。

這是受施者的三項條件。」

總共合起來為六項條件。如果一項佈施具足此六項條件，它將產生無量與崇高的果報。

佛陀進一步解釋：

「諸比丘，這種佈施功德之大是難以衡量的。它不是只藉著說：『有這麼多善行的果報、福德的果報，由此積聚了善業，結成福樂的果報，導致投生天界，造成快樂，是眾人所期盼與喜愛的。』就可以測度。此福德善業的廣大程度真的只能以無數、無量來計算。諸比丘，譬如大海中的水難以衡量，我們不能說：『有這麼多桶的水、有幾百桶的水、…』因為海水的巨量只能以無數、無量來計算。如此，諸比丘，具足六項條件的佈施其功德也是難以衡量的；這功德的廣大程度真的要以無數、無量來計算。」

為什麼呢？佈施者具有《佈施分別經》所說的四項條件，即：

- 一、她有德行；
- 二、她所佈施之物以正當的方法取得；
- 三、她的心清淨無染；
- 四、她對業果法則具有充分的信心。

再者，她也具足《難陀母經》中所說的三項條件，即：

- 一、佈施前她內心歡喜；
- 二、佈施時她內心滿意；
- 三、佈施後她內心愉快。

這些條件對佈施者而言非常重要。不論佈施者是男或女，如果希望得到無數、無量的善報，那麼他或她應當努力具備這些條件。但是根據《佈施分別經》，受施者也必須具有德行。根據《難陀母經》受施者必須是已修行止觀達到阿羅漢果的比丘或比丘尼，或正在修行止觀以便斷除貪愛、瞋恨、愚癡的比丘或比丘尼。…

這就是我在這次講座開始時提到的第一種佈施，即：帶來圓滿果報的佈施。你喜歡這種佈施嗎？如果你喜歡，那麼請聽以下出自

《佈施分別經》的偈頌：

「諸比丘，當一位阿羅漢以清淨無染的心，相信業果的殊勝，佈施如法取得之物給另一位阿羅漢，那麼此佈施是世間所有佈施當中最崇高的一種。」

在此情況下，佈施者具備的四項條件是：

- 一、佈施者是阿羅漢；
- 二、所施之物以正當方法取得；
- 三、他有清淨無染的心；
- 四、他對業果法則具有堅強的信心。

還有一項必要的條件，即：

- 五、受施者也必須是阿羅漢。

佛陀說這種佈施是世間佈施中最崇高的一種。他讚歎這種佈施最崇高，什麼原因呢？因為這種佈施不會產生任何果報。為什麼呢？因為佈施者已經斷除無明以及對任何生命的貪愛。無明（avijja）與貪愛（tanha）是業（行 savkhara）的主要因素。在這個例子裡，業指的是善的行為，如：佈施物品給受施者。但是這個業不能產生任何果報，因為缺乏支持的因素：無明與貪愛。假使一棵樹的根被徹底破壞，它將無法結果。同樣地，阿羅漢的佈施不會產生任何結果，因為他已經徹底滅除無明與貪愛這二根。在《寶經 Ratana Sutta》中，佛陀教導以下的偈頌：

「阿羅漢已竭盡所有舊的善與不善業，新的善與不善業不會在他們之中生起。他們已竭盡再生的種子，那就是：無明、貪愛與業力，他們不期盼未來的生命。他們的所有名色將如燈火在燈油與燈蕊耗盡

時那般地息滅。以此真實語，願所有眾生獲得安樂，免離一切危難。」…

阿羅漢的佈施最崇高，因為它不會產生任何未來的果報。如果沒有未來世，也就沒有生、老、病、死，這是最崇高的。這就是此次講座開始時提到的第二種佈施：不帶來任何果報的佈施。

從另一個角度來看，如果因為佈施而得到善報，如：人間的快樂、天界的快樂或梵天的快樂，則痛苦仍然存在。最低限度的痛苦是他們還必須遭受生、老、病、死之苦。如果佈施者還有感官方面的貪愛，無論他們的對象有生命或無生命，那麼當這些對象毀壞或死亡時，他們將感受到哀愁、悲傷、身體的痛苦、精神的痛苦（憂）及絕望（惱）。

請考慮這個問題：如果一個佈施會帶來生、老、病、死、愁、悲、苦、憂、惱，我們能否說它是崇高的呢？也請考慮這個問題：如果一個佈施不帶來任何果報：無生、無老、無病、無死、無愁、無悲、無苦、無憂、無惱，我們能不說它是崇高的嗎？這就是為何佛陀讚歎第二種佈施最崇高的理由。現在你可能明白這次講座的含義了。在講座開始時我提到兩種佈施：

一、帶來圓滿果報的佈施；

二、不帶來任何果報的佈施。

你喜歡那一種佈施呢？現在你知道答案了。

但是，如果佈施者不是阿羅漢，他如何能實行第二種佈施呢？在上述的《難陀母經》中，佛陀教導實行這種佈施的兩種方法：受施者已斷除貪、瞋、癡，或正在努力斷除貪、瞋、癡。如果佈施者也正在努力斷除貪、瞋、癡，即佈施之時他修行觀禪，你可以說這種佈施也是最崇高的。…在佈施時他能降伏自己的貪、瞋、癡，而且通常這樣的佈施不會產生任何果報。因此我們可以說這種佈施也是最崇高的。

他可以在佈施之前、之後或當時修行這種觀禪，但是他的觀禪必須強而有力，至少必須達到壞滅隨觀智（bhavga – bana）才能修行這種觀禪。我們也不應錯過這個機會，這個機會只出現於佛陀的教法中。然而，你可能會問：如果我們尚未成就觀智，如何能實行這種佈施呢？那麼，我想建議你內心存著這樣的願望來實行佈施：「願此佈施成為證悟涅槃的助緣。」因為佛陀曾經多次教導以證悟涅槃的願望來行佈施。…