

《菩提道次第广论·卷六》释·第78讲

释法音法师于2007年10月16日讲授

前行开示：

一般听闻教授之前必先安立动机，动机有三种，即下品动机须具足皈依心，中品动机须具足出离心，上品动机须具足菩提心，即为利有情故，自须先行证得无上菩提果才能圆满利他，发起如是愿菩提心是最为殊胜的。

当下所学的为大乘菩提道次第教授，尤其必须安立清净动机讲说听闻。宗大师说：法为大乘法不应以此为足，修行者心中具足大乘心才是主要，因此不论是动态修或是静态修皆应以菩提心的意乐行诸善行。

正文：P166+4~P167+3

第三修三苦者。谓譬如极热或疮或痛，若于其上洒以冷水，似为安乐，于生死中所有乐受，若坏灭时，还起众苦，故名坏苦。

提要：

轮回总苦的三苦所涵盖的，除了有情苦之外，还含摄苦谛所摄的器世间，因此思惟三苦格外重要；此中三苦的坏苦为乐、苦苦为苦、行苦为苦性。三苦的生起次第，是先行苦而坏苦而苦苦；三苦的思惟次第，是先苦苦而坏苦而行苦。

总苦的第三，修习三苦。首先：

坏苦——喻如身上长疮极为灼热又难受，若于伤口洒少许冷水，冷敷治疗，则于当下似有舒缓，减少苦受；如上之喻显明流转生死中，一切有漏的身心乐受虽有暂时离苦的乐觉（如饥饿时所食的第一道食物与已饱足还继续吃，前后心境的差别，前者为乐受，后者为苦受），但本质为苦性、不清净，易于转变，当坏灭时即转成苦，故名坏苦。

补述：

坏苦：指暂时之乐、变异性之乐、不恒常永住之乐、苦的暂息灭位；坏苦虽为乐受，但遇缘即转成苦的本质。一般凡夫在具足坏苦时，会视坏苦的生起与安住为乐，远离为苦。

苦是应修还是应断？以苦而言，苦为所断品，但必先了知苦的总别行相，由认识苦的本质与过患，后而生起厌离再予对治断除，故苦是所断品也是所修品。

修：严格说来，必须具足、已证得功德才名为修，如修菩提心即表征心中已具菩提心之量、修皈依则已具皈依之量。

修习：指先在无知中，经由思惟理解后而串修，令其内化、相近于法，故亦称串修，当下我等的修行属于串修的阶段居多。

轮回法皆为有漏，坏苦亦然，因为本质不清净、因不清净、果报不清净，故名有漏。

此复非唯其受，即此相应，余心心所及为所缘诸有漏境，皆是坏苦。

意即，此中当起乐受时，不单单只有乐受为坏苦而已（即非唯其受之义），与此同时，还有其余心所同俱相应缘念当下的有漏境，这些与乐受同俱相应的心王与余多心所及其一切有漏所缘境，皆为坏苦。

补述：

受：蒙受感受者，称为受；一般则区分为能蒙受者的受心所与被感受者的受心所，此指前者。蒙受令人悦意之境的受为乐受，反之，则为苦受。

同俱相应：指当生起心王与受心所时，并非单独现起，必有随行的其它心所为助伴，同俱现行。如受用美食时，心王生起极满足的有漏乐受（指第六意识心王），与此同时，眼识观赏电视节目、耳识听声音、舌识品尝美食、意识忆念美好事物，四者同时现起不同所缘的有漏乐境，彼时即称心王于受时与其余心所缘着有漏境之义。

此外，可以同时生起不同的心王，如前五根识与第六意识。例如有身识同俱的乐受，也有意识同俱的乐受，不论是哪一种乐受，身识与意识可同时而起；若由作意思惟的乐受，彼时则与第六意识同俱相应，彼时的心王为第六意识。根识或意识心王与五遍行必同俱相应，五遍行，即：触（即接触）、作意（即粗取总境）、受（即蒙受）、想（即分别）、思（即思心所）。再如听梵呗时，第六意识心王与五遍行同俱（如受、作意、想等）及余心所一同现起（如信心、智慧、少分定等心

所)。又如菩提心王与余心所，如利他心所、成佛心所等皆同俱相应。简言之，生乐受时除了心王以外，还有其余诸多心所同俱相应而俱转。

坏苦必是有漏乐受，为轮回欲界众生所一致追逐与怖畏失去的，色界的第四禅天以上及不乐求坏苦，也无坏苦。

又如热痛逼切，触热水等变异触时，起极楚痛。如是当知苦受，随纔生起，便能触恼或身或心故名苦苦。譬如肾痛，此复如前，非唯其受。

苦苦——喻如身上长疮本即痛苦难受，又予以碰触热敷，其苦不减反增。此喻显明当身心蒙受苦时，一旦生起苦受，随之身心即生起不悦逼恼之苦，苦上加苦之义，称为苦苦。譬如得肾脏病时，亦如前述坏苦一般，具足苦苦的不止苦受而已，彼时的心王蒙受苦时与余诸心所都同俱现行苦苦。

补述：

苦苦，例如生病时身为病所困本不自在，已具苦苦，若想不开，内心更加忧恼则也是苦苦。一般凡夫在具足苦苦时，会视苦苦的生起与安住为苦，远离为乐。

若具清净法念的功德而生的心乐受，或可映蔽身苦受，如忆持净土殊胜或持名念佛，依此法念的力量得以映蔽病障之苦。

又如热痛，俱未触会二触之时，有漏舍受，为诸粗重之所随逐，故名行苦。

此亦如前，非唯其受。

行苦——喻如身上虽长热疮，但并未予以冷敷或热敷治疗，彼时为不苦不乐的有漏舍受；由于能令引发烦恼、不堪能性，不自主的令大小烦恼随行相应（即粗重之所随逐之义），故名行苦。现起行苦时心王与心所的同俱相应之理如同前二苦，即彼时的心王蒙受行苦时与余诸心所都同俱现行行苦的本质。

补述：

舍受：指未引发当下苦乐因缘，以苦为本质，为不苦不乐的有漏受。如无记心的行走、我的身心蕴体与烦恼相应的无记性本质，皆为苦性，有漏的舍受。

行苦：指惑业的成果，即有漏诸蕴（即欲界、色界的五蕴，无色界的四蕴）；或说凡由惑业自在的投生或蕴体即为行苦。亦即有情有漏的身心，此必具苦性的本质，是一种有漏舍受，既不是苦也不是乐，但能引发坏苦与苦苦。佛教所说的离苦得乐，主要是离行苦为主。

此由先业烦恼自在而转，故名为苦，及为能发后烦恼种，所随逐故，名为徧行粗重所随。

此中，是由往昔所造的惑业力自在而转所生，故名行苦（非具相之苦，为假名之苦），因为彼行苦能引发后后烦恼种子、坚固接续烦恼的续流，令诸烦恼随逐而有，故彼名为徧行于粗重所随（含轮回所摄的有漏情、器世间）。

补述：

由此可知：行苦乃以前前烦恼为因，也能生后后烦恼者。例如我的五蕴身心（即行苦）为苦性，依于身心的因缘能引发种种的粗重烦恼。行苦虽为苦器，但亦可为宝筏，藉假修真，所谓假是意指苦谛，在未断轮回之际依于身心修道，将染污有漏身心转成清净无漏的身心。

遍行：指轮回所摄有为法的特质皆为染污因果所作、因果所行，即名遍行，此即是指皆遍于行苦，如器世间的山河大地、轮回有情的五蕴身心。

如是若起乐受贪欲增长，若起苦受瞋恚增长，苦乐俱非随粗重身，则于无常

执为常等，愚痴增长。

提要：

由三受生三毒。

意即，凡夫众生若生起身心乐受时则增长贪欲，若生起身心苦受时则增长瞋恚，若身心不苦不乐时，则现惑业力所感的粗重烦恼，现愚痴相，例如生起于无常执常、于无我执我、于苦为乐、于不净执净的四种颠倒见，这固然是缘于愚痴而有，也由此增长愚痴。

补述：

凡夫与圣者即由三受缔造不同染净之因而有差别，例如：

凡夫依身心乐受现贪相，依身心苦受现瞋相，依身心舍受现痴相，增生四倒见的执着（即无常执常、无我执我、以苦为乐、不净执净），依此缔造另一轮的染污的流转门十二因缘。

二乘行者依增上三学道的力量，缘着苦乐舍三受而不生三毒，即：于乐受不现贪相，于苦受不现瞋相，于舍受不现痴相，依此修行出轮回。

大乘菩萨则以大乘悲智双运道，能将三受转为道用，修施乐受苦法，得乐时，即以有漏乐受转为清净本质，并悉数施与一切有情；受苦时，即依此有漏苦受思惟自他有情的苦苦悉数由自承担，进而思惟有漏诸行的本质为苦性，应生厌离，依苦修行，转为增上缘，依此而累积福慧资粮。

痴为烦恼的根源，当现行贪瞋等烦恼时必与痴同俱相应；由于已具足自性有的颠倒执着，故缘着怨亲的爱憎心亦复如是生起。

一切所受皆为业果，既然业报不可抵赖，即皆应欢喜受；特于蒙受中学习二乘行者或大乘菩萨，以三受转为道用，令在蒙受中生起善根引发功德，如此即为善巧。

其中贪欲能感当来于五趣中生等众苦，瞋于现法起忧戚等，于后法中感恶趣

苦，痴于前二所感二苦随逐不舍，故于乐受，应观为苦灭除贪欲。

凡夫有情基于无明我执，颠倒增益而生贪着，依此增上则令感得投生五趣中轮转生死，领受诸多众苦(含福业与非福业之果)；由于瞋心则于现世诸法心生烦恼，于后世中则感得轮回的恶趣受诸痛苦；由于愚痴则于行苦不知为苦性，故对于由前二贪瞋所感得善恶趣诸苦仍相续不断的盲目贪求，不知取舍。因此对于有漏的身心乐受，应观为坏灭性及苦性的本质，应于乐境不生贪、于苦境不生瞋，于舍受中当知为行苦，依此而去除贪欲。

补述：

贪欲有所断品与所取品二种说法，即：

善法欲——指欲求善法及功德福报为动机，是引发乐果之因，并非引发苦果之因、非颠倒心、不具增益，故不名贪，是具义欲求心，是所取品，例如瞋恶业不是瞋，是为智慧。善法欲的行相，是因为怖畏堕落受苦，依此推动断恶修善、修集福业。因此若并非由颠倒增益所摄持的欲望，则不名为贪，是善法的欲求。如因贪名声而布施，以所感得的功德而言，仍为有漏的善法欲，必属无记性或善性；若依执着有漏果报为自性有的增益而造作，则是贪，必属恶性(以不符合实况故)。

贪——指为烦恼心及颠倒心所推动并对所缘境颠倒增益，违背实况，为能直接或间接引生苦果之因，即名为贪，为所断品。若予区分，则有求离苦苦之贪，也有求不离坏苦之贪。

若依三毒感果之理，则因三毒而有得三界轮回，即贪着定乐，感得色界的第四禅天以下；贪着五欲尘感官乐受，感得欲界善趣，如人天；痴为舍受，依此感得第四禅天以上及无色界；依瞋则感得欲界恶趣。

祖师曾说：「万恶生源世福乐，是故智者谁贪着。」即若不善巧，一切恶果皆来自于世间福报，因为苦的根本在贪，贪的根本在无明，致使不得解脱。因此不应以此为贪境，观乐受为苦源，亦可依此观修。要言之，对善法欲之境应不知足，对贪心之境则应知足。

于诸苦受，应作是思，此蕴即是众苦因缘，苦从此生，犹如毒箭，灭除瞋恚。

于诸舍受，应观无常销灭为性，灭除愚痴。不于三受为三毒因，此如《瑜伽师地》及〈摄抉择〉意趣而说。

对于承前所说的诸多苦受，应如是思惟：五蕴身心即为众苦的因缘（即生苦器，本质为苦性与为无明所生），由如于毒箭中箭即中毒一般，如是众苦悉由五蕴的行苦辗转而生，故于由五蕴所生的苦受不应生瞋，应予减弱或灭除瞋恚。于五蕴本身的舍受，应观诸行本即以无常坏灭为体性（不恒常、不坚固），因此不应于舍受生愚痴，应予减弱或灭除愚痴。综摄言之，即于诸乐受不生贪、于诸苦受不生瞋、于诸舍受不生痴——不依三受成为缔造另一轮十二因缘的三毒之因。如是教授，应如无着菩萨《瑜伽师地论》〈摄抉择分〉的意趣而说。

补述：

五蕴身心为行苦，是众苦的因缘的理由是：因为五蕴本质为苦性，彼能得因是无明，故果亦为有漏；亦即一旦具有漏的五蕴即为苦的体性，依此能生众苦，故应观身为不净、心为染污，不以三受生三毒。

值得注意的是，若依中观应成派的观点看，则我执又因其所执境不同而分有多种，如常一自主的我的执着、独立自取的我的执着、心境异体的执着、胜义有的我的执着、自性有的我的执着，由这些粗细分我执得以引出粗细分的烦恼与业。也就是一切惑业苦的根源于愚痴，愚痴有粗细分，所以所生烦有粗细分，所造业行有粗细分，所得苦果也有粗细分。

如负重担，随其重担当负几久，便有尔许不乐，取蕴重担亦尔，乃至执持尔时受苦，以此蕴中有苦烦恼粗重安住，故为行苦。

提要：

诠释五蕴的本质。

五蕴身心的行苦，即如身上（即轮回的我）背负重担（即五蕴），任其在轮转生死中，当背负着五蕴多少重担，也就必须蒙受多少痛苦，即有多少的不安乐，随行相伴无法舍离；五取蕴亦复如是，乃至生生世世背负着重担，只要有此五蕴即是苦的体性与根源，随之而有不同的粗细分苦、粗细分烦恼，皆随时安住在我

的五蕴身心中，故名行苦。

补述：

我是依于五蕴假立而有，能取的我（即轮回者）与所取的五蕴（指轮回——由烦恼与业投取的身心）二者互为成立，互依互存，如今世为人道的我，取我的五蕴身心，若来世为狗，则以狗的我，取狗的我的五蕴身心，因此身心的蕴体为所取者，我为能取蕴者；如是，有一个今生的我与含遍三世相续不断的我（指今生有二个我），与此同时，由今世的我造业，由含遍三世的我受报。

一般而言，行苦分有种，即：

- 1.粗分行苦——指三界有情有漏的五蕴或四蕴以及器世间的山河大地。
- 2.细分行苦——指无色界众生心中的舍受。

既有此已，虽于现在苦受未生，然其无间由种种门能起众苦，故此行苦，偏一切苦及所余二苦根本，故应于此多修厌离。

意即，当具足五蕴行苦时，虽然不是当下即受苦，然而行苦可由种种方式生起众苦，因此彼行苦遍于一切苦谛所摄的情器世间，并且也是苦苦、坏苦的根源，故应由了知行苦的体性与过患后，应多加串习心生厌离。

补述：

心中任有几许的厌离心，就能生起几许的出离心；心中任有几许的出离心，

就能生起几许的大悲心。因此三苦中主要在于了知行苦，若要了知行苦，必先了知烦恼及其过患，由知过患才会想出离与解脱，因为行苦乃是心入烦恼、造业而有。佛经说：「童愚似掌毛，罔知彼行苦，圣者似眼中，彼心极出离。」这正是说明，凡夫与圣者二者对行苦的厌离的认知与体悟差别极大。

重点思考：

- 1.何谓坏苦？
- 2.何谓修与修习的差别？
- 3.何谓同俱相应？请举例说明？
- 4.由三苦生哪三受？三受又生哪三毒？三毒造哪三业？
- 5.何谓行苦？可引出哪二种苦？
- 6.凡夫与圣者于三受缔造染净因，有何不同？
- 7.善法欲与贪有何差别？
- 8.行苦分哪二种？各指为何？
- 9.行苦依于何因而有？
- 10.三苦的生起次第为何？