

《杂阿含经二十选》讲记

第二辑（16-28讲）

印慈法师

目 录

《杂阿含经二十选》讲记 16.....	1
—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（三）	1
《杂阿含经二十选》讲记 17.....	17
—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（四）	17
《杂阿含经二十选》讲记 18.....	33
—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（五）	33
《杂阿含经二十选》讲记 19.....	49
—— 第五选 我见是无明（一）	49
《杂阿含经二十选》讲记 20.....	62
—— 第五选 我见是无明（二）	62
《杂阿含经二十选》讲记 21.....	82
—— 第五选 我见是无明（三）	82
《杂阿含经二十选》讲记 22.....	93
—— 第六选 是我、异我、相在——焰摩迦所答经（一）	93
《杂阿含经二十选》讲记 23.....	111
—— 第六选 是我、异我、相在——焰摩迦所答经（二）	111
《杂阿含经二十选》讲记 24.....	129
—— 第六选 是我、异我、相在——焰摩迦所答经（三）	129
《杂阿含经二十选》讲记 25.....	146
—— 第六选 是我、异我、相在——焰摩迦所答经（四）	146
《杂阿含经二十选》讲记 26.....	164
—— 第七选 欲令如是、不如是	164
《杂阿含经二十选》讲记 27.....	178
—— 第八选 欲爱是系——黑牛与白牛（一）	178
《杂阿含经二十选》讲记 28.....	197
—— 第八选 欲爱是系——黑牛与白牛（二）	197

《杂阿含经二十选》讲记 16

—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（三）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

今天我们继续来学习《杂阿含经二十选》的第四选〈六入处如实知——六分别六入处经〉的相应内容，此前我们已经把经文做了一些解说，接下来看一看作者庄春江在“解说”和“讨论”的部分带来的内容。因为“解说”的内容实际上就回顾了正文的主要内容，所以这里我就不去再做总结，直接来看“解说”——

二、解说

什么是六分别六入处经？

经名如此，它的义趣如何？

就眼睛看见东西；由眼睛接受外来的讯息来说，不能实知见的人，那么，对于由所看到的東西（色）、视觉（眼识）、视觉认识（眼触）等因缘和合所产生的三种觉受——苦受、乐受、不苦不乐受，也不能如实知见。

这是用白话对于经文的脉络和概要加以说明。〈六分别六入处经〉是与六根关系密切的修习，先以眼为主要例子来说，其他几根与此类似。一般来说，不如实知见的人，当眼见色的时候，对于眼、色、眼识以及三和合的眼触，不能如实知，那么，由此因缘生起的若苦受、若乐受、若不苦不乐受，也不能如实知见。问题在于，不如实知见又能怎么样呢？

不能如实知见的缘故，就会在眼睛看的时候，产生染着。

我们不妨直接把这个链条向下略作梳理——染着又如何呢？产生现、后的苦。这一点不是说教，不是恐吓，而是身心的现实、生命的现实。不去做这样细致、深刻的内向观察，不能这样体会，总觉得“我的苦，是由境界的不如意造成的”。境界有如意、有不如意，但是，内心不必然生苦，内心生苦的主要根源在于自己的无明染爱。

我们回到解说的文字。眼是如此，其他的例同——

耳朵听、鼻子闻、舌头尝、身体的碰触、起心动念也是这样，不如实知见的缘故，就会生起染着。

这分别例于耳、鼻、舌、身、意。也是怎样呢？对于根、境、识、触、受，不如实知。“不如实知见的缘故，就会生起染着（爱喜）”。下边具体来说这样的染着有什么问题——

像这样（染着），心也就常与烦恼为伍（相应）、愚昧而不明事理（愚暗）、顾念着过去、担心着未来（结缚），长养着五受阴，以及对引发来生（当来有爱）、伴随着贪喜（喜贪俱）、到处乐着（彼彼乐着）的渴爱，也都因而增长。

括号里是表示经文里的词，或者是与经文关系密切的关键词。“心

常与烦恼为伍（相应）”：当时我讲这个“相应”的时候，从两个方面侧重谈：一个是认同，一个是随顺；与这样错误的认识/不如实知相应，与这样的染着相应。

内心认同错误的认识/不如实知，这是偏于认识的。所谓的随顺，对于这样错误认识引发的决意（也就是思心所的力量），随顺这样的力量走——这里边就有染着相应的成分。用老百姓的话说，这个随顺的意思就是听它的招呼——听染爱的招呼，听烦恼的招呼，听不如实知的招呼。这个心认同它，深切地认同它，不假思索地认同它，认为它是天经地义的，不容置疑的。人，如果没有内省的智慧，从某种意义上来说，这一生也是比较悲哀的。

这一段话谈的是染着的过患。因为有这样的不如实知，发生染着，才有后面的“相应”、“愚暗”、“结缚”、“长养五受阴”、“当来有爱”等这些问题，这些问题导致现生身心疲苦，来生还在轮回的惑业苦中兜兜转转。

身、心为了满足这些染着而疲于奔命，受着像火燃烧一样的煎熬而感受到苦，即使来生也还是在生老病死、忧悲恼苦的增长循环中，这就是我们苦迫生命的现象。

因为不如实知，发生染爱。这样的不如实知、染爱，在现生会导致心一系列错误运作——错误的人生理念，错误的价值观，错误的生命观。我这是倒叙说的，其实根本来说是生命是怎样的（生命观），然后基于此，有价值是如何的（价值观），进而形成生命的理念——我要怎么样（人生观）。自己清楚吗？能够回答这些问题吗？每个人的内在逻辑其实都是这一套：都是基于生命是怎样的，或者说得更不严谨，但是可能更符合一般人的思惟，就是“我是怎么回事”；基于

此，有价值如何，价值是怎样的——基于生命观而有相应的价值观；并在此基础上，实际上形成自己人生的理念——我要怎么样。我们每个人问问自己：自己内心深处的生命诉求，后面支撑它的理念；再往下推，自己价值观是怎样的；再往下推，自己的生命观（或者说所谓的自我观）是怎样的。

这里谈的不如实知，就是错误的生命观。对于生命到底是怎么一回事，对于身心这个“流”到底是怎么回事，没有如实知，是错误的知。基于这个错误的知，有一系列问题发生。身心在这些错误运作的推动下，为了满足染爱，疲于奔命。现生受种种内外境界的苦迫逼恼，甚至形容为烧燃、炽燃。不光这一生如此，因为这样无明染爱及其相应的业，这一生身坏命终之后，还会再受生，继续生老病死、忧悲恼苦的增长循环，继续惑业苦的死循环。这就是苦迫的生命现象。

实在地说，这样的佛法太真实了，即便是一些学佛人，也不是乐闻、乐思、乐随顺的，可以说只要是清醒的人，都会有内心的自我认识，就算精神错乱的人都有。如果自己没有如实观察，那么这个隐含的内在的自我认知，就是过去的老套路，就是过去错误的认识，也就是不如实知。仍然是由这个错误，支撑着后续的一系列身心运作。那就是过去一首歌里的歌词：“走在那老路上”，这样是没有出头之日的。

学佛为什么正见重要？如果正见不坚固，意识不到自己内心的错误，总觉得自己那样很有道理，不必反省，也不必改正。这谈什么修行呢？修行，就是改过迁善，就是断恶修善，就是对于生命的净化。可能因为过去的习惯势力，一开始不那么容易，但自己要有决定的意乐。把这个当成生命的点缀，甚至慢慢变成好像给谁交差，那就是对自己太缺乏自负其责的承担。身心苦受、身心乐受都是不能相代的，

自己难道不应该为生命的离苦安乐，真正做点什么吗？

要消除这一生命的苦迫，就要对眼等六入处、六尘、六识、六触乃至三受等的过程，如实知见，不起染着。

有不如实知，执我、我所，执境界的实，执境界的常、断，所以后面生爱、生瞋。如果如实知见了，看到只是这样此有彼有的因缘，看到只是这样的因缘之流，看到因缘的无常、无我，看到境与根等等诸法的无常性中所呈现的无实，心中不起染着。没有如实知的人，甚至连相应的训练也没有的人，他很难想象为什么如实知见就不起染着。这可以打一个比方：就像一个人看到一个蛋糕，色泽看起来非常迷人，闻着还有香气，他就比较馋，于是伸手去拿着吃。但是手一摸上就感觉不对了，不是蛋糕的松软，而是一个蜡制作的模型。在前一刻，他觉得“这个是蛋糕，我想吃”的时候，内心贪欲是生起的；后一刻已意识到这是一个蜡的模型，他要吃的这个贪欲还在吗？不在了。这只是一个“如实知见，不起染着”的譬喻，大家如果对此没有亲身的经验，也可以从这个譬喻中略加一些想象。

只有不起染着，身心才能不再受煎熬，不再受苦；生老病死，忧悲恼苦才能止息。

这个不起染着，谈了两层利益：一个是现世的。不再因为贪爱、贪爱的驱使，身心徒受诸苦。如果彻底地断除爱染，心苦彻底没了；可能因为过去受生五蕴相应的力量，导致这个五蕴身还有一些苦，身苦还会有。但是，有贪爱染着的人，会因为内心的错误、内心的贪染，而额外地造成身苦。这个大家能够体会吗？像有的人，心酸到内心就像堵着一样；或者是气愤，气到好像要爆炸一样。这都是由错误的心，而导致身体也受到苦迫。不起染着，没有这样错误的内心运作导致的

相应身心苦迫。从后世的情况来说，彻底地断除爱染，那意味着离欲解脱，不在生死轮回中受生了，没有这回事了，生老病死、忧悲恼苦止息。

能这样如实知、如实见的人，就是八正道、四念处、四如意足、五根、五力、七觉分等，三十七道品都修习圆满。

这是略说一下，下面会有基于《杂阿含》，对于三十七道品的一些介绍。

名色（五蕴）彻底地明了，无明与贪爱完全断除，明（没有无明）与解脱已经亲身体证，止（专注；集中精神）与观（深刻观察而起慧）的修行方法都已修习。这样，就可以称为已经断除了贪爱、断除了烦恼纠缠（结缚），现观（正无间等），真正到了苦海的尽头（究竟苦边）了。

“名色（五蕴）彻底地明了”，这是苦圣谛。苦圣谛不是指别的，就是指生命现象的当体、生命现象本身，也就是名色或者说五蕴。对于苦——五蕴、名色，是应知、应了的。“无明与贪爱完全断除”，这是集谛。集谛就是无明与爱染。集谛是应该断除的；对于修行达成者来说，是已经断除的。

“明（没有无明）与解脱已经亲身体证”，这是灭谛。“明”就是如实知，“无明”是不如实知。对于生命的现象、本质，如实知发生了，哪还有不如实知呢？从这个意义上假名说“无明灭”，错误的认识不再现起了。这就是灭谛，这个灭谛是应该亲证的。“止（专注；集中精神）与观（深刻观察而起慧）的修行方法都已修习”，这里是以止观来总摄道谛的修习。其他相应的词在讲解经文的时候都已说过了，这里就不再重复。

上面是作者对于经文的简单白话解说，希望对于大家忆起之前我们学习的正文内容，能有所帮助。接下来看第三个部分“讨论”——

三、讨论

(1) 这个经，又称为〈六分别六入处经〉，意思就是在六个入处（六根）里，从每个入处的作用（功能）中，作了六层的“动态观察”。从这个经中，或许不容易区别是哪六层观察，但是，如果比照第 304（406）[282]经的〈六六法经〉，就比较清楚：那就是六内入处（眼、耳、鼻、舌、身、意入处）、六外入处（色、声、香、味、触、法入处）、六识身（眼、耳、鼻、舌、身、意识身）、六触身（眼、耳、鼻、舌、身、意触身）、六受身（眼触生三受、耳触生三受、鼻触生三受、舌触生三受、身触生三受、意触生三受）、六爱身（眼触生爱、耳触生爱、鼻触生爱、舌触生爱、身触生爱、意触生爱）。其中，六爱身，就相当于〈六分别六入处经〉中的“于三受不如实知见故生染着”。染着，还是偏向于贪爱来说的。

这里说的“六层的‘动态观察’”，我们在经文讲解的时候，其实也做了相应的强调。关于六识身、六触身、六受身、六爱身的“身”字，从前有说过，这是表示“聚”、“类”的意思，所以“六识身”是指六识聚，或者说六识这一大类。有人从文字方面说，这实际相当于古印度文字中词尾的复数，因为今天我们很多人对印欧语系的语言可能至少熟悉一种，对于词尾复数是了解的，“识身”的“身”其实就表示是“识”的复数，跟所说的“聚”、“类”其实也并不矛盾，特别古人，“六识身”或者“六识聚”是通用的。其他的是一样的把握。

这是在解释“六六法”，也就是根、尘、识、触、受、爱，从六根而做这六种分别。大家应该注意这里强调的一个词叫“动态观察”，

这其实就是看到内心正确运作、错误运作的当下因缘：从怎样的眼（根）见色（尘）开始，引发眼识（识）；眼、色、识三和合，开始有了眼识相应的认识，所谓的眼触（触）；由这样的眼触因缘，生起苦受、乐受、不苦不乐受的某一种（受）。因为不能够认识到“受”只是无实的因缘和合而呈现的无实现象。作为“受”这种缘起现象，无常、无实、非我、非我所——没有这样的认识，而摄为我、我所。这个自体感是“我”，“受”是我的受，当然也有人可能会执着“我就是受”——那是另外的情况，以后再去分别，这里只说多数情况。然后对这个境生贪、生嗔，也有人可能会对自己生贪、生嗔——境界爱、自我爱（爱），都是会有的，表现的侧重可能有差别。

在后面会由这样内心的染爱，受到错误力量的驱使，也讲了“结使”这个词，“结”是系缚，“使”是驱使。我们就是无明烦恼的奴隶，觉得自己一天很有力量干这、干那，跟这个干、跟那个干，不过只是烦恼的奴隶而已。反过来，如果如实知，看到只是这样的缘起之流，无常、无实，非我、非我所，内心哪有那么多多余的动作呢？哪有那么多多余的滋味呢？内心是清明的、调柔的、安和的、恬然的、惬意的。不管外边是冰霜刀剑，还是风和日丽，自己内心始终安然若素。

（2）“入处”，是外界刺激我们身心活动的触发点，而以我们的色身来分内外的，如第 322（436）[300] → 324（438）[302]经所说。

“入处”，用今天的词来说就是感觉器官。感觉器官，是外界刺激我们身心活动的接触点，所以叫“入处”。

什么叫“以我们的色身来分内外”呢？为这个色身所摄的，称为内入处；这个色身之外的，称为外入处。分别有六种，就是六内入处、

六外入处，前面已经说过了。

六内入处，即是我们说的六根。六根中的前五根是物质的，不可见、有质碍的特性。

“六内入处”，也就是六根。前五根——眼、耳、鼻、舌、身，我们相对好理解。“有质碍”：比如色法，一般来说是有碍的，说得明白一点，就是有色法的相互作用，古人没有办法用今天这样的词汇来表达。“不可见”：指的是肉眼不可见。说得明白一点，比如当说眼根的时候，并不完全等于一般人看到的眼球，说得更精确一点，眼根主要指视网膜上能够感光的一系列生理组织——视锥细胞、视杆细胞等等，它们不是一般肉眼可见的，后面这些很细小的神经结构也不是肉眼可见的，所以古人说是“不可见”的。当然，天眼可见；今天借助一些仪器设备，我们也可能看到。

不要拘泥于古人的文字说“不可见”，所以就认为它不可能是神经，不可能是眼神经相应的组织结构。要知道，“不可见”指的是不为一般肉眼可见。再者，我们应该记得我们学习佛法是为了寻求真理，真理是不可能脱离事实，更不可能违背事实的，所以追寻真理的人，要特别地尊重事实。

意根不是物质的，是心、意、识的统称，不可见，没有质碍性。

意根，是精神性的，名法所摄。它也不可见？当然了！不是色法，见什么呀？肉眼见的是可见光，可见光是色法。意，不是物质性的，不是色法，拿什么见？怎么见？所以是肉眼不可见的。“没有质碍性”，当然也没有色法之间的相互作用。这个“不可见”、“无质碍”都是古论疏里的话。

六外入处也称为六境、六尘。其中，色是物质，四大（地、水、

火、风)等所造(组成),可见、有质碍性。

接下来说“六外入处”，先说“色”，我们汉语翻过来的《杂阿含经》里说为“四大造色”，怎么来把握？从一些《杂阿含》的经文看，佛说的是：这样的特性是地大所摄，这样的特性是水大所摄……。之前我们在上一部经“讨论”部分，引经文给大家做了一些说明。所以（下面的内容是供参考的），地、水、火、风，更适合做特性（坚、湿、暖、动性）的把握，而不适合作为实体性的微观结构来把握。

凡是色法，在我们人类的认知中，可以说都有这样的坚、湿、暖、动性，就这样的坚、湿、暖、动性称为地、水、火、风四大。因为所有的色法，在我们人类认知中，都可以“看到”这些坚、湿、暖、动性的组合呈现，都会形成这样坚、湿、暖、动性的组合的认知结果，所以称色法为四大所造。请不要做实体的微观结构来想象。

“可见、有质碍性”：但是色法也不都可见，这一点古论疏中也有谈。就我们人来说，在古时候我们人对于色法的认识：能够认识到的色法，好像都为肉眼可见。但是，有没有例外？当然有。比如我们今天知道的空气，是由若干种气体组成的混合物，是不是色法？是。但在一般情况下，我们肉眼看不到空气。那它有没有质碍呢？现在是炎炎夏日，大家希望能有一股清凉的风吹来。如果空气没有质碍性，怎么会感觉到凉风呢？“有质碍性”这一点，空气是有的。

这个“质碍性”，在古论疏里有更细致的探讨。“质”是分量，用今天更精确的话说是质量。古人挺高明，在古时候就说：色，不一定都有质量，但是会都有“碍”。这个“碍”，我用今天的话说是“相互作用”——凡是色法，都有彼此之间的相互作用。从今天的物理学相应的知识，我们知道，有一些色法是没有质量的，比如光子的质量是

零，但是它有没有相互作用呢？有。没有相互作用，如何被人观察？如何被人认识？如何纳入今天的知识结构中？

声音，是振动性能量。

对于声音更准确地表达，以我们人来说，应该说是我们人耳能够接受到的某个频率范围内的振动。

香、味，是物质特性。

“香、味”，实际上都是相应的分子、离子等，跟味蕾或者是鼻腔内相应的细胞感受器，结合之后产生的属于人类感官相应的一些认识。比如盐的咸，在这个晶体上并没有“咸味”这种特性，这是配合我们人类的感官而产生的一种认识。这里不去细说，这里如果细说，能够让我们更深刻地认识内身和外境，现在还不到特别展开细说的因缘。如果特别有兴趣的，过去我在一次六入处禅修营中，结合实际修习，对这里有过更多的说明。

触，在这里是指物与物的相接，应有别于“六触身”的“触”。

这个“触”，他说为“物与物的相接”，说得挺好。如果做一些不那么严谨的表达，比如这张桌子的坚硬，就是身根于桌子所觉到的触。这是老百姓的话，细推敲这样的认知是不是妥当，那是另外一回事，但是这样表达，大家容易理解。这当然跟“六触身”的“触”不一样。“六触身”的“触”是心所法，这里说的“触”是属于大类别里的色法（色蕴）所摄。

这些，都是不可见、有质碍性。

触，可见吗？声、香、味，可见吗？不可见。因为它们本来也不是与眼相应之后，产生的特性认识，它们是与其余的色根相应的。所

以在眼来说，眼看不到咸味，眼看不到坚硬。那它们有没有质碍性呢？有，有这种相互作用。

法，是意根所触对的境界，如概念等，不可见、无质碍性。

“法”是意所缘的境，比如想象，比如假设，比如一个存在于自己回忆中的片段、场面等等，这些都是意根所触对的境界。可见吗？不是眼能见的。有质碍性吗？没有，没有色法的这种相互作用。

上面是讲了六根（六内入处）、六境（六外入处）。

“六根”对“六境”时，“六识”（主要为依存着脑部的了别与认识功能）生（发生作用），根、境、识的条件俱全时，就完成了“触”（认识了别）。

六根触对六境的时候，六识现起，发生作用。这里把“触”简单地解释为“认识了别”，这样的解释是可以的。如果跟后面的“受”、“想”等拆开来说，也可以说“触”是认识的开端，是感知的最初。也就是我说的那句话：“根境识三和合触”，也就是根、境、识和合在一起，发生了相应的认识或者说感知——细致的心所分别，会另外把“受”、“想”作为后面的认知结果来说，把这个“触”说为是认识的发端、感知的发端。

了别后，依着自己的习性与经验，而产生苦、乐，或者不苦不乐的觉受。接之而来的，对大部分人来说，恐怕就是不离贪、嗔、痴的染着了。

这里说到：有了“触”（认识了别）之后，如果这个经验是不可意的，因为身心的习惯运作，会有这样内心的苦受生起。其他的也可以做类似的理解。有这样的苦、乐、舍受生起，对于多数人来说，接

下来会怎么样呢？或者生贪，或者生嗔——可意境生贪，不可意境生嗔。对于既不可意也非不可意的，内心茫然然，不知道是什么现象，没有如实知——痴相，甚至意识不到。

（3）在六入处的六层动态观察中，到底哪一项在解脱中居比较关键的地位？

前面讲了根、尘、识、触、受、爱这样系列的动态观察——在一根触对境的时候如实观察。那么在这六层动态的观察中，如果走向解脱的话，哪一个是比较关键的？问的是这个问题。下面依经文来做分别说明——

如第 213（275）[215]经说：“于此诸‘受’集、灭、味、患、离如实知，如实知己，不种贪欲身触，不种嗔恚身触，不种戒取（因缘不相干的禁忌与迷信）身触，不种我见身触，不种诸恶不善法。”这是说，如果能在“受”的阶段，也就是在情绪、觉受的变化（产生）中，如实知见，警觉于防范爱染发展的。

这里先引经说明“受”比较关键！如果对于“受”的集、灭、味、患、离，能如实知，会有下面这些好处。

什么叫“受集”？“受”的因缘。为什么在六入处里谈这个呢？因为“受”的因缘，就是前面的眼、色、眼识，眼、色、识三和合触因缘而生起的若苦、若乐、不苦不乐，这是“受”集起的因缘，看到的是这个，这是如实知“受集”。对于“受”的集、灭、味、患、离，都如实知。

“如实知己，不种贪欲身触”，什么意思呢？如果有了这样的如实知，就不会有贪欲相应的身触——不是说没有触了，而是没有与贪欲相应的身触。“不种嗔恚身触”是类似的。

“不种戒取（因缘不相干的禁忌与迷信）身触”：“戒取（因缘不相干的禁忌与迷信）”，也就是非因计因，这一点在一般人生活中实际挺多的。说一个可能稍微极端一点的，比如这个人去街上买了些香蕉，边吃着香蕉边买了一张彩票，然后中了。他会怎么想呢？“吃香蕉给我带来好运气，能中彩票，以后再买彩票都要吃着香蕉买”，这就是非因计因，这说的是一般生活中的非因计因。“戒禁取”指的是那些不符合生命苦乐因缘、离苦得乐因缘，而在此之外，错误制定的禁戒。像有一些错误修行的，认为要像牛那样来生活，所谓的持牛戒，以为这样能生天，这就是典型的戒禁取见。

如实知，看清了苦乐因缘，看清了离苦得乐的因缘，当然不会有戒禁取，也就不会引发与这些戒禁取相应的身触。

“不种我见身触”：前面说过，不如实知的人，始终感觉是，有个一整个的“我”看到了什么东西——模模糊糊，也错错误误，基于我见的身触。现在如实知了，没有这种“我见身触”，只是这样五蕴之流，只是这样根尘识的触、受之流；基于这样的如实知，后面不沾染爱。

“不种诸恶不善法”：这个“不种”是“不引发”的意思，不会由此引发恶不善法。无明染爱相应，会引发诸恶不善法；如实知不会。

这是解释一下这段经文，强调在“受”的阶段的如实知。经中只是强调这一个阶段吗？也没有。

又如第 209（271）[211]经中说，应于“六‘触’入处集、灭、味、患、离如实知”；“于此眼‘触’入处，非我，非异我，不相在如实知见者，不起诸漏，心不染着，心得解脱，是名初触入处已断、已知，断其根本，如截多罗树头，于未来法永不复起，所谓眼识及色。”

这是说，从“触”的阶段，就如实知味、患、离。

这段经文是在强调“触”阶段的如实知。认识到这个眼“非我”，也不是我所——“非异我”（“异我”指的是属于我的）。“我”和“我的”，一般人不一定分得清。这只手是“我”还是“我的”？这么一问，就容易迷惑了。一般都执着有一个“我”，要说“这只手就是我”，那假如这个人的手有了重大问题，不截肢会死，他会不会截呢？有条件就会截。为什么？要保“我”的命。那这只手是“我”吗？不是。但是平时呢？平时不一定，比如把他的手砍了一刀，或者是拿棍子打了一下——“你怎么打我？”人，说不清内心的这个“我”到底是什么，所以经中有种种分别。

这里是以眼触入处为例，说明“非我”，不是我；“非异我”，也不是我的；“不相在”，不是我在此中，或者这个在我中。这是说于眼触入处如实知，不生起错误的认识，不生起种种“我”的计执，有如实知见。这样的人，“不起诸漏”——不会生起种种无明相应的烦恼，也不会有内心的染着。既然不起诸漏，心不染着，那心就得解脱。后面“断其根本，如截多罗树头，于未来法永不复起”，都是在谈解脱的究竟。

从认识了别时，就警觉于漠视因缘、不能随顺因缘的我见、我执，那么接下来的“触生受”、“触生想”、“触生行”就不会出错。

这是说，从认识的开端，就伴随着如实知，这个当然更好。如果能够做到在眼见色的时候，就如实知为：是怎样性空缘起的眼，与怎样的尘境，有了这样的交互，后面有什么样的识现起、运作等等，内心对这些如实知见。那接下去的由触生受等等，都不会出错。因为在前面的认知中，没有像过去那样，拢成一整个的“我”来讲一个错误

的故事。

这是比从“受”着手要更高标准、更彻底的修持，当然也是更困难的。因为身心活动，发展到产生情绪反应的阶段，已经是相当明显、容易察觉的了，也比较容易让人体会。

这两个经文所强调的不一样，前面强调“受”，这里强调“触”。不是意味着有根本不同。“受”是显著的，内心的感觉是明晰而强烈的，特别是苦、乐受。但是“触”，太快了，只要清醒着，何时不在发生呢？当然，“受”也在发生，可是，不总是表现为明晰而强有力的苦、乐受。“受”要更容易下手，因为它显著；“触”应该说更根本。

时间关系，今天先学习到这里，我们一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 17

—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（四）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

现在我们是在学习〈六入处如实知——六分别六入处经〉后面“讨论”的相应内容，上一次谈到“讨论”（3），探讨：在六入处的六层动态观察中，哪一项在解脱中处于比较关键的位置？所谓的六层动态观察，对应于六种入处，分别是：根、尘、识、触、受、爱，哪一个处于比较关键的位置呢？

先后引了两类经文：一类是强调“受”的，相应的经文，我们上次略说了。当然，作者在这里所引的经文，原来并不是基于六触入处这六层分别，来说哪一类更关键的，只是接触到这样的经文，所以做了这样的摘取，以此来介绍一些相应的内容。还有一类作者以为是强调“触”的。应该说强调“触”确实有相应的经文，而且这也是真正修行比较得力的地方。真正滚动到后面“受”的位置，那还是偏于粗糙了，因为前面没有明相应的“触”就是问题。

但是作者所引的这段关于“触”的经文：“六‘触’入处集、灭、

味、患、离如实知”等等，他把这个“触”特别加了引号，来强调这经文所说是关于触的阶段。其实，如果去看相应的经文，这个经或者是其他关于六触入处的经，应该知道：说“六触入处”，跟说“六入处”，基本上是一个意思。“六入处”说的是六类入处，“六触入处”还是说的这六类入处。为什么强调“触”的入处呢？因为这样根、尘、识和合（触）——认知的发端，是与感觉器官密切关连的。六类感觉器官——六入处，也可以称为六触入处，加这个“触”字，只是强调，并不是它的意义就有改观。

我想作者在这里把握的时候，或者是自己有什么特别体会，或者也可能有所误解。其实作者所引的经文：“六触入处集、灭、味、患、离如实知”，乃至“于此眼触入处，非我，非异我，不相在如实知见……”，谈的都不仅仅是“触”。于六入处的如实知，是对于六触入处的集、灭、味、患、离这些都如实知——前文就五蕴说过，实际就六入的观察也完全可以这样。

“于此眼触入处，非我，非异我，不相在如实知见者，不起诸漏，心不染着，心得解脱，是名初触入处已断、已知”，这都是以“眼”为例来说明，在眼相应的一系列身心运作中，如实知见，不见我，这叫作所谓的“初触入处已断”。“初”是指第一个，因为在六触入处常见的顺序说明中，眼是基于第一个来说明的，所以叫所谓的“初触入处”，不是它必然有什么前后的次第，这是在这里应该要说明的。

作者引这个经文，把它看作是：强调从“触”的阶段就如实知味、患、离。第一、是未尝不可，因为真正的修行，确实是要从心的发动，从认知的最初（触），就应该培养明——如实知的，这个是对的。相应的经文中，实际上这些修行中，确实包含这样的内容，不过，这

个经文的“触”字可能不是做这个解。作者发挥的义理是没错的，只是他将这样的经文跟这样相应的义理发挥做结合，是否很恰当？做一点相应的说明，给大家一点参考。

这二者对比，在感“受”上确实是更显著、更明确，似乎也更容易入手；在根、尘、识触对的当下，在这个“触”上下手，对于初学确实更难把握——这个说法是没错的。下文还有相应的分析，我们一起来看看——

第 218 (285) [220] 经中说“苦集道迹”为：“缘眼、色，生眼识，三事和合触。缘触受，缘受爱，缘爱取，缘取有，缘有生，缘生老病死、忧悲恼苦集。”这是从六根对六境的分析，切入“十二支缘起”的说明。

我在这里先把经文的大概意思简单说一下，这是在说明“苦集道迹”，所引的经文说：“缘眼、色，生眼识”：就是因为眼与可见光的因缘，导致眼识的现起。“三事和合触”：哪三事呢？就是眼、色、眼识。眼、色因缘生眼识的当下，在这个刹那其实是有三者和合的，就这个三者的和合称为触。

这里“缘”的用法，是“以何为因缘”的意思。以眼、色为因缘生眼识，乃至后面“缘触受”是以触为因缘引发受的意思。触的因缘引发受，这在前面说过。以眼为例：眼、可见光，引发眼识现起，三者和合触——这是认知的发端、感知的发端，当然会随着可意触、不可意触、既非可意也非不可意的触而产生相应的受——苦受、乐受、不苦不乐受。这是“缘触”——缘三事和合，引生“受”的意思。以根、尘、识三和合为因缘，引生受。

“缘受爱”：由这样苦、乐、舍受的因缘，会导致贪、嗔、痴等

的现起。当然，这个“缘受爱”是偏于染爱的角度来说明它。“缘爱取”：从这样内心的染爱，导致“取”——明显强盛的贪执，或者说强有力的烦恼活动。如果把“爱”和“取”分这样两位来说，“缘受爱”的“爱”——心的染爱，是比较底层的；等到它表现为“取”，那就是明晰的活动、强烈的意志了。

“缘取有”：由这样带着贪染的，比较强有力的内心活动，会导致“行业”的发生。这个“有”，指的是生命的潜在，其实也就是业。我把这个“有”说为是生命的潜在，在余处有过这种表达。这样显著的五取蕴的活动，可以说是生命的显现，或者说是生命的显在。那么，作为导致以这样五蕴作为结果现起的业，可以说是生命的潜在。这里“缘取有”的“有”，是表示：由这样的贪取，这样烦恼相应的驱动，造作身、语、意业。

“缘有生”：有这样的业，配合以相应的烦恼因缘，会导致这一生五蕴散坏之后的再次受生。因为有这样的行业，又有烦恼润生，所以会再一次发生“结生相续¹”。“缘生老病死、忧悲恼苦集”：既然有了“生”，后面就会发生衰老，发生疾病，发生死亡。有生，而想没有老病死，至少在人来说是不可能的。“老病死”是偏于生理的，“忧悲恼苦”是偏于心理的。有了生，在这烦恼重重下，在这样惑、业的招感下，自然会有生理的苦、心理的苦现起。

作者说“这是从六根对六境的分析，切入‘十二支缘起’的说明”。实际上，如果我们熟悉“十二支缘起”，也了知六入处相应修习的话，就会知道：六入处，其实就是关于“缘起”的实际修行。六入处的相应修习，其实就是即身而观，来观察：从根触对相应的尘境开始，一系列身心中的因缘现象。这就是在观察身心当下的因缘，这就是在观

¹ 结生相续：可参考《瑜伽师地论》相关说明。结生相续，略有七种。

察生命的缘起之流。不是用了“六入处”这样的名字，它就是另外一回事。

“十二支缘起”的各支内容，将留在〈第十二选·因缘观——论因说因〉中来讨论，这里所讨论的重点是：“缘受爱”，也就是六入处六层动态分析中的第六层——“爱”。

作者之所以在这里引这个经文，是要强调“爱”这个阶段。

身心活动，如果发展到进入“爱染”的阶段，就是经中所说的“染着”，接下来的，便是“忧悲恼苦”了。

这样说，有什么根据呢？下面给出相应的经文——

如第 913（13253）[905]经中，佛陀告诉聚落主说：“是故，当知众生种种苦生，彼一切皆以欲为本：欲生，欲习（集），欲起，欲因，欲缘而生众苦。”

这一则故事从前在讲《阿含经故事选》的时候有讲解过。佛陀在这里告诉这位聚落主（类似于村长）：“应该知道，众生种种苦的发生，都是以欲为根本的。苦，是从欲而生的，从欲而集起的。”这里的“习（集）”，是指古时候翻译的不一致处，有的用“习”，有的用“集”。今天我们比较习惯的用法，更容易为大家所明了的是“集”。“欲集”，由欲的因缘而集起；后面这个“起”，跟“集”有类似处。

“欲因，欲缘而生众苦”：以欲为因缘，而导致众苦的发生。这一点，沉浸在世间模式下的人不愿意真心认同。可这恰恰就是事实，这恰恰就是规律。一般人总想着：“要是没有了欲，哪有快乐呀？”这就像长了一个大脓包的人，又痛、又痒。那是让他痛苦，但是因为痒，他挠一挠，甚至拿火烤一烤，又感觉舒服。你告诉他：没有这个

大脓包了会更好。他会告诉你：没有这个大脓包了，我就缺乏了一些身体的快乐。那你会觉得：这个人是智慧呢，还是愚痴呢？实际上，“欲为苦本”——“当知众生种种苦生，彼一切皆以欲为本”。

第7（10）[7]经中说：“于色、受、想、行、识爱喜者，则爱喜苦。”

前面谈到五蕴的苦、集、灭、道、味、患、离，谈到过这个“贪喜”。这里就是那个意思：如果对于色、受、想、行、识爱喜的话，在这个上发生贪爱染着的话，那这个人其实是“爱喜苦”。有谁希望自己更苦呢？有谁希望自己每一天的努力会导致自己更悲惨呢？没有人主观上是这样的，但是很不幸！在客观的现实中，这是绝大多数人在种的因，意识不到“于色、受、想、行、识爱喜者，则爱喜苦”。

这话说得很干脆、很到位。但是一般人不这样想，一般人的心中缺乏因缘观，缺乏缘起观，表现在什么呢？表现在很多时候不评估结果。像在公安等法制部门的一些调查中，会发现很多犯罪实际上是冲动型犯罪，意味着什么？意味着在那一刻，他内心被贪或嗔等所摧伏。为什么很多人事后后悔？因为他当时没有周全地度量可能导致的结果。也有人悬崖勒马，像有的就说：在临要犯事的时候，想起来自己看过的一句话：“你如果想去做这件事情，不能够承受它最坏的结果，那你最好不要做”。这话说得有世间智慧，也暗暗地符合缘起的智慧。

为什么在这里说这些呢？能不能够认识到“于色、受、想、行、识爱喜者，则爱喜苦”——在这里，如果道理上能够通了，那自己内心中发生了爱喜的时候，就反过来分析一下、解构一下：难道不是在爱喜色、爱喜受，乃至爱喜想、行、识吗？难道这不是在“爱喜苦”吗？为什么说这是在“爱喜苦”呢？因为，“爱喜”是苦因，这将导

致苦。不去想它的结果，只是沉浸于它的味道，那跟冲动型犯罪在本质上没有差别，都是一时被烦恼所覆蔽、所驱使，那未来的结果堪忧。

其中，“欲”与“爱”，其实是相同性质的。所以可以说，众生的忧悲恼苦，其关键所在，就是“欲爱”了。

这个“欲爱”，请不要理解为“对于五欲的爱染”。在这个语境下，这里的“欲”都要体会为“渴爱”，就是带着贪染的爱着。不是后来所说的“欲心所”，也不是简单地理解为“五欲境界”。

而不论是在六根对六境的分析中，或是十二支缘起的连环钩锁里，“爱”显然是居于其中关键与分水岭的地位。

六入处的相应观察，或者十二支缘起的相应说明，其实这二者本质上没有什么差别。到了“爱”这一步是很关键的，前面的根、尘、识、触、受会不会产生染爱，这是分水岭：产生了染爱，后面的问题重重；不发生染爱，那就不会有后面的流。

就如同佛使比丘在《菩提树的心木》中所说的：“在我们的修行中，我们必须如截十里流，阻止‘触’发展成‘受’。如果失败的话，就必须阻止‘受’发展成‘爱’。此后就病入膏肓，无药可救了。”

这是引了一段其他的文，这里有一些问题：在常规的修习中，能不能够“阻止‘触’发展成‘受’”？这是值得商榷的，我说的是常规修习。什么是不常规修习呢？灭尽定。如果入灭尽定，因为心、心所的活动停息，是没有“触”到“受”。可是平时灭尽定之外的状态，会有“触”到“受”，不同点在于：“触”的当下有没有如实知相应，“受”的当下有没有如实知相应。如果这些都有如实知相应，就不会发展到染爱的程度，不会发展到那一步。

不论说从“受”的阶段，亦或主张从“触”的阶段，就注意不生我见染着，其最后目的都是在阻止“爱”的生成。

这是一段总论。前面谈了“受”与“触”，后来为什么又谈“爱”呢？“受”也好，“触”也好，实际上在不是灭尽定、无想定等等状态下，不是昏厥等等无心位的状态下，只要清醒着，都会发生的。不同点就在于：有没有明相应，有没有如实知相应。有明相应，有如实知相应，当然不生我见，也不会发展到爱染，否则就会导致爱染的发生。这是从爱染的角度来看从“受”下手或从“触”下手的共同点，都是为了避免发生爱染。

至于“眼”与“色”，则如第 273（396）[272]经中的譬喻：“譬如两手和合，相对作声。”这是因缘的必然，是可以与贪、嗔、痴不相应，不受其影响的。

眼和可见光都是色法，色法本身谈不上什么善恶的属性。这里说“是可以与贪、嗔、痴不相应，不受其影响的”，也就是说，眼与色并不必然与贪、嗔、痴关连着。实际上，识也不必然与贪、嗔、痴关连。后面所说的“触”、“受”也不必然。只要有如实知相应，就不会有爱染的发生。

（4）七处，是五蕴的如实知；

这话说的，可能多少有一点偏重。前面〈七处三观经〉，经文的具体展开，是以五蕴为例。但是特别地说：这苦、集、灭、道、味、患、离——七处的观察，不仅对五蕴如此，六入也如此，六界也如此。所以说，“七处”经文的说明，主要侧重于五蕴的如实知。像上面在讨论（3）讲到关于六触入处的集、灭、味、患、离，那就是对于六入做七处观察的表现。

六分别，则是六入处的如实知。

“六分别”（根、尘、识、触、受、爱——六层的动态观察），是很明显的主要针对六入处的修习。

五蕴、六入处，是我们身心活动的整体，都需要如实知、如实见，这是《杂阿含经》一贯的精神与立场。

在最开始几讲中，反复强调要“即身而观”，对于身心活动的现象到本质都要如实知，这是《杂阿含》朴素而根本的立场，是它的特点。所谓的五蕴、六入，是对于身心分析观察的不同角度，侧重不同，之前有过说明。

如实知是理智的，觉醒的，真实的，知行合一的。与之不相应的，是情感上的信仰。如第 574（1650）[573]经中，质多罗长者对耆那教教主尼干若提子（六师外道之一），说他不信世尊。尼干若提子以为质多罗长者要来投靠他，结果才知道质多罗长者真正的意思是：“我有禅观智慧，为什么要依靠信去当世尊的学生呢？”情感的、盲目的信仰，是与《杂阿含经》的教说不能相应的。

如实知，不是偏于情感的，也不是迷惑的，更不是错谬的，还不是仅仅做概念性的了解就可以的，而是“理智的、觉醒的、真实的、知行合一的”。如实知的对面是什么呢？是迷信。这是从“理智”谈到“情感的、盲目的信仰”。

“对于世尊所说的，我并不是靠信，而是靠自己如实地了知。”作者在这里只是比较君子的点到为止，避免太过锋利，太过尖锐，对人可能容易有刺痛感。在这里，大家其实会有很多的对号入座，或者对自己的号，或者对别人的号，不过还请大家保持内心的调柔、慈和。

（5）经中所说的八正道，四念处，四正断，四如意足，五根，五力，七觉分，也合称为“三十七道品”。这些，在《杂阿含经》〈道品诵〉中，有相当份量的经文论及，简述如下：

讨论（5）主要是介绍“三十七道品”的，这个名词大家可能都听过，但是它具体指的什么内容，乃至化为自己的身心实践应该是怎样的？了解的人可能真的未必很多，在这里稍微简略地介绍一下。

四念处（〈念处相应〉，共有五十四经）：如第 610（765）[624]、622（784）[636]、623（785）[637]、627（790）[641]说：“当内身身观念住，专精方便、正智、正念，调伏世间贪忧，如是外身，内外身观念住，受、心、法法观念住，亦如是广说。”依着身（内身、外身：六内入处、六外入处）、受（三受）、心、法，作如实观察，调伏世间贪忧。

这里是以“身”，特别以“内身”为例来说的，然后，“外身”、“内外身”乃至“受、心、法”其他三类念处都是简略的例说。有没有不简略的呢？有。因为这是《杂阿含》选的经，到了《中阿含》有一些经讲得特别广细，像汉译《中阿含》的〈念住经〉等等，也许以后会有因缘来细说。

这里说的“内身”，作者采用的说法就是六内入处。所谓的“外身”指的是六外入处，也就是六境。“内身”指的是六根，“外身”指的是六境，这是作者采用的说法。有没有其他的把握呢？当然有。像后来的经，特别是论典的分别中，也有一类主流看法：“内身”指的自身心，“外身”指的是其他的有情、其他的人，“内、外身”是并观，也有这样的说明。

“依着身、受、心、法，作如实观察，调伏世间贪忧”，这里用

“调伏世间贪忧”这个词，我觉得做种种修习的应该特别体会。不能做着佛法的修习，还不调伏内心的贪忧，还不调伏世间的贪忧。仅仅是求个人天福报，可以理解，佛法中也有这样的方便，但是，如果明明知道佛法的深邃处、殊胜处，还是这个样子，要不然就是身心太羸弱，不堪于更进一步地胜进，要不然就是在认识上实际还是缺乏佛法的正见。如果真的认识到佛法的好，认识到解脱的安乐，至少会随顺于法，当下的身心安乐也一定是真实不虚的，那么调伏世间贪忧，就会成为正确因缘下所导致的必然结果。不调伏世间贪忧，自然会有种种的恼苦。修习念处，有种种专精方便来培养正念正知，强化正念正知，这能够导致世间贪忧的调伏。

**四正断、四如意足（〈正断相应〉，〈如意足相应〉，经文佚失）：
依《瑜伽师地论》的解说，**

为什么依《瑜伽师地论》来说呢？因为《瑜伽师地论》里有一些篇章叫所谓的“契经事”，“契经”主要指的就是《阿含》，特别是《杂阿含》。《瑜伽师地论》里边说：

四正断为：律仪断（已生恶不善法，为令断），断断（未生恶不善法不生），修断（未生一切善法，为令生），防护断（已生一切善法为欲令住）。

四正断，也常说为四正勤，很重要！建议大家常常用这样的文，在内心中来提策自己、鼓舞自己，给自己内心以方向。即便好像在修学佛法，如果没有形成绵密的修习，没有形成与以前不一样的身心运作模式，实际上这个内心还是在常常地发生错误，还是常常地奔走在那条老路上。

内心常常地念一念“已生恶令断，未生恶令不生，未生善令生，

已生善令增长”，会是对自己的提醒，也会增长自己内心断恶修善的力量；不然，这个内心总在念叨什么呢？你长我短，人我是非，或者是“我要、我要、我要……”，或者是“讨厌、讨厌、讨厌……”。这二者的高下是完全不一样的。

四如意足，为四种修定（定，或译为如意足、神足、三摩地）的方法：

四如意足，很多人不知道是什么，其实就是四类导致禅定的因缘，乃至禅定为基础的神通。哪四类引生定的方便呢？分别是欲、勤、心、观。简单地说，“欲”是欲心所的这个欲，就是生起乐欲；“勤”，是精进的意思；“心”，也被说为是念，还有的说是意，主要侧重在心念什么；所谓的“观”，是偏于审择、思择的，与慧相关。这是略说一下。

欲三摩地（生起乐欲，观察恶法的特性、因缘、过患、对治，正审思察，起一境念，再观察善法的特性、因缘、功德、出离、住一境念），

这是对于善、恶法相应的特征、因缘、导致的结果（过患、功德），和相应的对治，以及善法的境界等的了解。会导致什么呢？导致心里生起真诚的乐欲，就是欲心所。这是善法欲，是离开恶不善法，向于善法的乐欲。这样的心，过去简单说为“欣上厌下”，比如看到下界（欲界）的种种下劣处，生起厌患下界的心，再对比于上界（色、无色界）的种种殊胜处，生起欣慕于上界的心。

对于恶不善法相应的观察，对于善法的相应观察，内心生起决定的乐欲。这会导致，心不再贪染于恶不善法及其相应的因缘，而愿意向于善法，愿意去培养善法的相应因缘。这个“愿意”，不是现在轻

飘飘地说我愿意或者以为自己愿意，是内心真的形成了这种抉择之后的内在乐欲、推动力。有了这种乐欲，他会发起很大的精勤。不像现在，修行一下就觉得可以了，今天可以交差了，然后就把修行放在一边了——那就是善法欲不强的表现，对于善恶法相应的观察、思择还不够，没有生起决定意。这是强调从这种乐欲，来导致三摩地的现起。三摩地，意译叫等持。

勤三摩地（在修四正断中，观察特性、因缘、过患、对治，正审思察，住一境念），

这是从精进地断恶修善中，导致心发生了这种状态的变化——从这样的观察中，心渐渐地决定、安住不动，住一境念。

心三摩地（在下劣心、掉举心的调伏，与舍的修习中，随顺不善法与善法，对其特性、因缘、过患、功德、对治、出离、正审思察，住一境念），

这是说不管心是味劣，还是向上过分活跃的掉举，在这样两类方向的调伏中（这两类也很可能都发生），以及向于平等舍的修习中，对于善法、不善法相应的种种观察，住一境念，这是所谓的心三摩地。

观三摩地（对不善法与善法，能作意思惟其不如理与如理之处，并且遍审观察，觉知自己不善法的生起与否。由观察作意增上力故，自正观察有什么恶法已断、未断，正审思察，住一境念）。

这是侧重于善法、不善法来谈，实际上这只是个大框架。如果这个人只是局限于对某一类善法、不善法做观察，可不可以得到一境念呢？也是可以的，比如观察嗔与无嗔，观察这个心中是有嗔还是无嗔，它们各自都有什么如理和不如理处，有什么相应的结果等等，这样遍审观察。说到“遍审观察”，实际是简择为性的，也就是与慧相应的

内心运作。心只是侧重于这个，比如这一方面自己有没有？不善法，有的，调伏它；善法，有的，令它增长，等等。对于这个，周遍地观察，周遍地思择，也是可以“住一境念”。

五根（〈根相应〉，共二十七经）：如第 646（818）[658]经中说，五根是信（四不坏净），精进（四正断），念（四念处），定（四禅），慧（四圣谛）。其中，如第 654（826）[666] → 659（831）[671] 经说，五根中，是以慧为首，为栋梁的。

五力（〈力相应〉，共六十经）：这是相应于五根而说五力的。

后世对于“根”、“力”的分别：或者说二者偏于“能生”和“强有力的作用”这两个角度说；也有的说是，它在初生的时候，刚刚开始不那么强盛的时候，称为根，等它强盛了，力用明显了，称为力。这在后世是有这样的种种分别。

七觉支（〈觉支相应〉，共六十七经）：如第 715（912）[727]经中说，七觉支为：念（四念处），择法（善、不善法的抉择），精进（四正断），喜（喜悦），猗（身心轻安），定（四禅），舍（舍离染着）。

七觉支：念、择法、精进、喜、轻安、定、舍。“择法（善、不善法的抉择）”：对于心中乃至身、语的运作，是善，还是不善？这个抉择很关键！应该是常常具足的，不仅仅是禅坐的时候。“精进（四正断）”：有了这样的择法之后，应该如何呀？精进地断恶修善。“猗”是《杂阿含》里对于“轻安”的翻译，什么意思呢？古汉语里它有美好的意思，因为所谓的“身心轻安”也可以说身心处于非常美好的状态。身心调畅，既调柔又安畅。身心非常柔和、安稳、调柔、适意，具足了堪能性。具足了什么的堪能性？具足了安住禅定的堪能性，所以在这之后是“定”。

七觉支是有这样相关连的递进的：于什么上择法？于身、受、心、法上来抉择善、不善。抉择了善、不善之后又如何？精进地断恶修善。由这样精进地断恶修善，内心会生起决定性的力量，而且那种轻松的喜悦会发生。进一步会导致身心的调柔和畅，身心具足堪能性进入禅定。基于这样的禅定，甚深的智慧生起，断除烦恼，舍离染着。

如第 714 (911) [726] 经中说，心掉举、犹豫时，应修猗、定、舍觉分，作为对治。心微劣、犹豫时，应修择法、精进、喜觉分，以提起精神。而念觉支则是随时都适用的。

这是侧重地说觉分的修习。在“心掉举”的时候，是心的不安相，心的扰动相。这个时候应该令身心调柔安和（这是“轻安”相应的），令心沉静下来的、安住下来（这是“定”相应的），以及令心舍离染着（这是“舍”相应的），作为相应的对治。

当心没有力量，“微劣”甚至昏沉的时候，应该修习“择法”——这是善，还是不善？将导致什么？我应该如何？抉择清楚。发起“精进”——已生恶令断，未生恶令不生，未生善令生，已生善令增长。有没有这个决意，很重要！说得决定一点，它是真修行、假修行的分野。“喜觉分”是什么意思呢？心昧劣乃至昏沉，如果有喜的成分，内心欢喜，它会令这个人的心不是那样沉昧，老百姓的话说就是提起精神。

“念觉支”是一切处都相应的。

下面是八正道的内容，比较多，我们放到下一次再来学习。大家如果有问题，可以提一下，我们做一些相应的探讨。

【答疑解惑】

法友：师父吉祥！说“‘受’发展成‘爱’。此后就病入膏肓，无药可救了”，是不是有些不合适？因为《阿含经故事选》里有一篇经文说，当眼见色乃至意知法，如果出现欲念、贪爱、愤恨、嗔恚，要能觉察并知道，不能放任这心念的继续发展。这是不是说，只要有正念，还是可以补救的？

法师：作者（佛使比丘）那段话的意思是：如果“受”已经发展到“爱”，那就说明问题已经发生了。问题已经发生了，你并不能让它变得不发生。他的意思应该是这个。

至于说，如果发生了这样的染爱等等，应该如何？当然要觉察，要了知，不随顺。但这并不是对于“发生爱”这个事实的逆转。他说的这个“无药可救”，意思就是：问题已经出现了，不像前面触、受那样能够避免问题的出现。

那么，问题出现之后，我们如何来正确地面对问题、处理问题，那是之后的事。我想应该这样说。这是对于这个问题的回应。

大家是否有其他问题呢？如果没有更多问题，我们一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 18

—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（五）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

上一次我们在学习《杂阿含经二十选》中第四选“讨论”的部分，现在我们是在“讨论”（5），关于三十七道品的简单解说，我们继续上一次的进度，来看八正道。

八正道（〈圣道分相应〉，共一一四经）：如第 785（1042）[797] 经说，有“世间八正道”与“出世间八正道”。

这是从《杂阿含》中选出其中一部经来做介绍，如果没有接触过这样经典的话，可能对于这样的分别会比较陌生。

“世间八正道”是通于世间善法的，虽然是“世俗、有漏、有取”的，但的确是能“转向善趣”，也是“出世间八正道”的基础：

一般地说，世间八正道是与在家生活更相应的，是通于世间善法的，如果与出世间八正道相对来说，它是世俗的、有漏的、有取的。也就是说，它并没有特别地去探究所谓诸法的如实相，它在智慧层面上没有那么深刻，还是有烦恼相应的。虽然如此，但它是能够帮助人

转向善趣的，也是出世间八正道的基础。

用后来印顺法师的话来说，这是与“五乘共法”更相应的，也就是与人天善法更相应的那部分佛法。但是它与一般的人天善法还不完全相同，在下面世间八正道的具体说明中，我们会看到。现在不妨逐一地来做一些学习。

正见：若彼见有施、有说，（有斋，有善行，有恶行，有善恶行果报，有此世，有他世，有父母，有众生，……）乃至知世间有阿罗汉，不受后有。

这是在谈世间八正道中的正见，换句话说，也就是佛法的世间正见。如果对于后来印顺法师的一些作品熟悉的话，印顺法师在《成佛之道》“五乘共法”部分谈到的世间正见，内容就来自于此。印顺法师对于世间正见的总结是：有善有恶，有业有报，有前后世，有凡有圣。与这里的内容基本上是一一相应的。“有前后世”，主要是有前后世的因果关连。

这里说的“有施、有说，有斋”，都是一些福德善行的具体表现。“有善行，有恶行”，更多相当于说是一个稍微普遍、稍微抽象的概括。也就是说，这个正见中包含着对世间道德价值的判断：这样的行为，这样的言语，这样的内心活动，是善是恶？有没有善恶差别？在这样世间正见下，要说有善恶差别。这样的善恶差别又怎样呢？这样的善恶差别，会导致不同的果报——“有善有恶，有业有报”。而且这样的善恶业及其所感果，是跨越了生死边界的，是有这样前后世关连的——“有此世，有他世”。

对于有情的认识，是这样流动的，有前后关连的。更重要的是，不共于一般人天善法的是，知道不仅有凡夫——“有父母，有众生”

等等，还有离欲解脱的圣人——“知世间有阿罗汉，不受后有”。为什么说这是与一般的人天善法不共的呢？因为一般的人天善法，就算认同善恶有报，乃至有前后世的果报，但它并没有真的指向这样的解脱，而是彻底地认同世间。大不了就是希望行善，后生或人中或天上受福德果报，并没有指向终极的价值——究竟的离苦安乐。佛法的世间正见与此不同，知道不仅有凡夫的流转，还有圣者的解脱。这很重要！不像一般把这一切导人向善的都混为一谈，认为“都是教人为善，所以都一样”，这可是误解，有不样处。如果没有这个向上的兼容，那不是佛法的世间正见。虽然世间正见没有特别地直接指向解脱，或者不以此为主，但是明确地知道是有这样远方的理想。

正志：出要觉，无恚觉，不害觉。

还是偏于世间八正道的。正志，从前说过，是正思惟，是随顺于正见思择之后，形成的内心有决定性的力量，有推动性的内心意志倾向。如果说到后世的心所名相，这主要表现为思心所，所以翻译成“正思惟”是对的。当然，翻译成“正志”也很恰当，因为思心所表现的就是内心有倾向性的意志推动。这个“觉”，大家完全可以替换成“思”。什么样的意志倾向——思呢？出要、无恚、不害。

“**出要觉**”：出离的意向，出离的内心决意。“出要”，对应今天的词是“出离”。出离什么呢？出离于苦。究竟来说，是出离于三界，出离于轮回；向于根本说，是出离于无明染爱。当然，在世间正志这不必说那么深，知道这一切是无常败坏不安之相，不究竟，不坚固，实在来说是没有一般世间颠倒执取的真实义的，所以内心有这样的“出要觉”。“**无恚觉**”：既然世间是这样的，何必在这里有这样多的嗔恼呢？特别是知道这个嗔恼是烦恼，是不善，是导致现后苦的，为

什么要自作恼损呢？“不害觉”：这个“不害”，简单地说就是不伤害有情。

如果用心所来说，“无恚”对应于后世所说的无嗔，“不害”对应于后世所说的不害，就是不恼损有情的意思。

正语：离妄语，离两舌，离恶口，离绮语。

妄语，是指故意欺骗的话；两舌，是挑拨离间的话；恶口，是粗恶、辱骂、伤人的话；绮语：后世有广狭的差别，如果就其特指的狭义来说，是指涉及男女淫欲的语言，包含了这样内容和烦恼的话；后世也有把这个绮语做更广理解的，比如说不该说的话乃至言不及义的话等等。这个“离绮语”，最低标准应该按照它的狭义所指来做，不说那些包含男女淫欲的话。这是世间正语的意思，离这样口的四种恶行。

正业：离杀、盗、邪淫。

这是偏向于行为的，大家对于这个应该是容易了解的。离开故意断有情命，故意盗损他人财物（指的是有主物），法律和道德观念所禁止的男女邪行等行为，这是正业。

正命：如法求衣、食、卧具、随病汤药。

“如法”可以说是包含了国法与佛法：国法禁止的，那不应该做；佛法告诫我们，这是恶不善法，会令现后恼苦，或者恼损于他的，这样不如法的方式，不要做。如法所求的内容是“衣、食、卧具、随病汤药”等等，这些内容指向的是支撑我们身命的因缘。所以，如果更归纳性地来说正命，是指正当地获得支撑身命的因缘，这个“正当”就是如法的意思。

过去我也有稍微展开说：我们一般世间人，大家做的是什么事呢？大家心心念念的都是想扩大财富。佛法不是仇视财富，更不认为越穷越革命，越穷越好，不是这样看，佛法说的是如法获取这些资生的资具。问题是：如果只以获取资生的资具、财物等为全部，甚至为生命价值的衡量标准，那是不是就有一点太简单了呢？是不是就出现了问题呢？我过去曾经譬喻说：获取财物，有没有必要？有必要。就像搭台子是为了唱戏，如果只会搭台子，那就好比什么呢？搭了台子之后，自己不知道该唱什么戏，又不会做别的，只好在台子上面再搭台子，台子上面再搭台子。只能做这件事，意义何在呢？资生的资具是需要的，但是以它为全部的意义所在，甚至以它作为人生价值的衡量标准，那就未免太过偏狭了，那是有问题的。

这里在讲世间八正道的时候，如果说到资具的获取，财富的正当获取，最多也就是符合正命而已。如果只有这个，那还不是随顺于世间八正道的生活。如果以这个为全部，为价值的表现与衡量，那是世间的颠倒。或许有人会想：现在不就是这样吗？现在很多人这样认为，但是，不意味着人多就对。恰恰因为很多人都在这个上有错误、有偏狭，所以有种种与此相应的问题。

正方便：欲精进，方便超出，坚固建立，勤能造作，精进心法摄受，常不休息。

这段文的大体意思是不难懂的，我们不妨细致地来看一下。“欲”，是后世所强调的欲心所，简单地说就是“希望为性”；再用大白话来说，就是一般人内心呈现的“我想要做什么”、“我要干什么”这种希望的内心指向。同样都是欲，可能是与善法相应，也可能是与不善法相应，也可能谈不上善恶，也就是说欲心所是通于善、恶、无记三性

的。但这里所说的欲，是指善法欲。过去曾经说过：欲不必然与贪相应；欲可能与贪相应，但是欲不等于贪。欲心所是内心的这种希望性。在善法上，这个人想要达成禅定也是一种欲，前面讲到四如意足——欲、勤、心、观，第一个“欲如意足”就是以这样善法欲为显著特征的。

“精进”，也就是后世所说的精进心所；“方便”，是种种努力；“超出”，是不退转的意思，这是参考了南传相应经典内容的对比。“坚固建立”，是指它的不可破坏，不一定在世间意义上就达到究竟的不可破坏。它不管是“不退转”，还是这里所说的“坚固建立”，都是说在这种正精进、正方便的状态下，内心的不可动摇性，超出了过去的那种状态。过去的那种状态有摇摆、有动摇，或进或退，可能革命，也可能叛变革命。现在不是这样，是决定超出了过去那种可此可彼的可能性，只有这一种可能。

“堪能造作”，包括后面的“精进心法摄受”，多少有一点晦涩，我给大家引了可以做参照理解的另外一个经文，是阿难给在家众讲的一些相应内容：《杂阿含·565经》：“戒身不满者，能令满足；已满者，随顺执持，欲精进方便超出，精勤勇猛，堪能诸身心法，常能摄受，是名戒净断。”这跟作者给出的这一段译文很相近，我们不妨拿来做一个参考理解和把握。

这里说到的“堪能诸身心法”，可能对于我们理解“堪能造作”有更相应的把握。堪能造作什么？“堪能”：让身心该这样就这样，该不那样就不那样，特别强调的是断恶修善相应的身语意运作，这是“堪能造作”所对应的内容。

“精进心法摄受”：“精进”对应《杂阿含·565经》中的“精勤

勇猛”。“心法”对应《杂阿含·565 经》所说，其实应该理解为“身心法”。“摄受”，如果不对应《杂阿含·565 经》，我们可能不太容易理解，如果对应《杂阿含·565 经》说的是“常能摄受”。“常能摄受”的意思是什么呢？常能摄受身心，常能摄受身语意，如是运作。怎样运作呢？如前所说的这样运作。

回到正文：“常不休息”，是不是指的不睡觉啊？当然不是。指的是什么意思呢？就是跟大家说的“让整个生活成为一场始终一致的修行”。我过去也说：如果只在座上修习，那生活里其他的时间就都是修行的黑洞。这是什么意思呢？如果只在座上是修行，自己一天拿出来做闻思、做修习那几十分钟或者一两个小时是修行，其他的时候放在一边，这就叫作休息了，停止了，放开了。修行不停止，让整个生命成为一场始终一致的修行——有这样强烈的意志，强烈的精进意乐，殷重无间地修习。

看看一般学佛人的修行，很难说到殷重绵密，很难与这样“常不休息”相应。真正殷重绵密的修行，是要配合前面正见、正思惟的，形成非常强盛的决意——在那样的认知基础上，才会有强盛的善法欲；在这样善法欲的基础上，才能有这样强盛的精进。经中说“信为欲依，欲为勤依”：真的认同、信受这样的法理，内心才会发起真正的渴望与希求（这是对于善法的）；有了真诚的渴望与希求，才能发起相应的精进。

去建立正见，随顺思择，不是一次两次，是日日如此，是常常如此。让自己内心的善法欲越来越坚固，越来越强盛，让自己的精进意乐决定不可动摇。这样摄受身心，殷重绵密地修行。就算是睡觉，在睡眠之前也是“作光明想，正念正知，思惟起想，巧便而眠”，这样

摄持着入睡。这样正当的休息，为精进所摄持，而不成为修行的漏洞、修行的中断。

正念：若念、随念、重念、忆念，不妄不虚。

简单地说，“念”是回忆，或者说心将这样的境界相呈现出来。“随念”：特别地侧重于回忆，就是过去发生了的，再把它呈现出来。为什么说这个？因为我们是随着佛的教导在学修，毕竟是通过听闻或者是学习获得的佛法知见，如果不把它呈现出来，怎么会有正念呢？听闻过了，学习过了，乃至从前修习过了，再把这个举起来，这是“随念”。“重念”，是指一而再、再而三，反反复复的。“忆念”：特别地强调忆持不忘的意思。“不妄不虚”：内心在这个上没有虚妄，没有错乱，也没有忘失。

这个正念，当然是可以与一般所说的四念处的修习相应的。可是，忆念于所闻法也是正念。忆念所闻法，比如五蕴的无常、苦、无我等等，包括本经所说的“六分别六入处”这样的法义，这都可以是正念的内容。后世对此的把握和讲解，有的是偏于某一个方面了。偏于某一个方面是没问题，但是如果说成只有那些偏取的内容，那可能就狭小了。

正定：心住不乱不动，摄受寂止、三昧、一心。

正定，说的是心安住，没有散乱，没有动摇。“摄受寂止”：包含了内心的寂止。“三昧”：音译是三摩地，对应的意译是等持。“一心”：其实就是指心一境性，心表现为于一类所缘境的安住不动。

到此，主要说明世间八正道，这也是重要的。如果我们回过头来看，有世间正见，随顺于世间正见的思择——正志，正语、正业说起来主要是与五戒十善相应的身语规范，后面正命、正方便、正念、正

定更多是与世间相应的。

出世间相应的八正道有什么不同呢？

“出世间八正道”，是与“世间八正道”相应的，但每一正道都进一步以苦、集、灭、道为中心，是“圣、出世间、无漏、无取、正尽苦、转向苦边”，是直接指向解脱道的：

这是二者的差别。前边的世间八正道，是世俗、有漏、有取的，还是有烦恼、烦恼随增的。它的功能是能够导向善趣，也可以成为出世间八正道的基础，但并没有直接指向解脱。我们来看出世间八正道的相应说明——

正见：苦、苦思惟，集，灭，道、道思惟，无漏思惟相应于法，选择、分别、推求、觉知、黠慧、开觉、观察。

这苦、集、灭、道的思惟不是抽象的，是即身而观，比如蕴，比如处，比如界，这样于蕴、处、界（或阴、界、入）的如实观察。正见是慧相应的，慧的主要特征是“于所观境，简择为性”，它是怎样的呢？“选择、分别、推求、觉知、黠慧、开觉、观察”，是这样来简择分别的。

正志：苦、苦思惟，集，灭，道、道思惟，无漏思惟相应心法，分别、自决、意解、计数、立意。

主体内容还是苦、集、灭、道相应的如理思择，对应的动词——“分别、自决、意解、计数、立意”，我特别要强调一下“立意”这个词。

从前也说过，正思惟不是说“我仅仅随顺正见，在头脑中概念性地过一下”，那种是很浅的。正思惟是要形成决意的，什么意思呢？

因为生命是这样的，所以我应该向于这个目标，所以我应该这样地度过此生，所以我应该这样地度过日夜——这是我在过去解释正志的时候偏向强调的。我们很多人学习佛法，学来学去还是书本上的，什么意思？没有跟自己生命中时时面对的“我应如何”密切结合上，应该主动地去做这种思择。前面的思择是偏于正见的“选择、分别、推求、觉知、黠慧、开觉、观察”，更多是确认生命是怎样的；这里正志的“分别、自决、意解、计数、立意”，更偏向于“既然生命是这样，我应该如何，此生应该向于何方”等等。

形成了内心的决定指向，是正思惟很关键的。我也曾经问过法友：我们后世学佛，有说所谓的出离心，我们如果来看《阿含》的话，有没有讲出离心呢？你找不到这个词。但是《阿含》里有没有这样的内容呢？确实有。是什么呢？也就是正思惟/正志。证据呢？就在这里，前面谈到世间正志的“出要觉”，其实就是今天所说的出离心。这里所谓的“立意”，立的什么意啊？“正思向于厌，向离欲及灭”。前面“苦、苦思惟，集、集思惟，灭、灭思惟，道、道思惟”，随顺思择。既然是如此的，那这个世间实际上“无常故苦，苦故无我”。那我应该向于何方？这个生命之流，应该导向何方？应该怎样地度过每一天？这是正志包含的内容。

这样的正思惟，要每天做，不要把它做成了“每周一歌”，当然，如果每周思择一次，也比不思择强，但是从正确的、良好的修行来说，远远不够。正见，如果真正建立起来了，不是一时工作、一时不工作的，应该会成为生命底层的逻辑，那自己的思择自然就是随顺于正见的，怎么可能一、二、三、四、五、六都不工作，只有到周日才工作呢？

最开始怎样训练这颗心来做这样正思惟呢？常常地问自己，至少在禅坐之前问自己：“**我们为什么要修行？**”这后面的答案当然就是——生命是这样的，苦乐的因缘是这样的，要是想真正的离苦安乐，应该做这些正确的努力；这些正确的努力就是修行。我为什么要修行？打坐之前，就着这个问题，内心清晰之后，还可以再问自己：“**我为什么要这样修习？**”也就是我为什么要做相应的止观修习？如果自己也很清晰为什么要做这个，能给自己身心带来哪些现后的改善，那自己对于为什么要这样修习也是清晰的。还可以问第三个问题：“**我如何在这一座做相应的修习？为什么？**”特别初学，可以提示自己“这一座我应该怎样正确地用心？如果出现了散乱，内心应该怎样正确地处理？如果发现将要昏沉，可以采取哪些相应的办法”等等。常常地在每一座前不偷懒地清晰抉择，对于自己坐好每一座有很大帮助。

这只是谈所谓的正思惟/正志，在自己每一天实际修行中的一个简短片段而已。座前这样，一个真正对自己负责任的人，不希望稀里糊涂自我蒙蔽的人，当然不满足于只在那个时候才睁开眼，他应该常常地来做前面“选择、分别、推求、觉知、黠慧、开觉、观察”等等这些随顺于正见的，以及在此基础上的“分别、自决、意解、计数、立意”等这样的正志。

正语：苦、苦思惟，集，灭，道、道思惟，除邪命贪，口四恶行，诸余口恶行离，于彼无漏远离不着，固守摄持不犯，不度时节，不越限防。

这个出世间的正语，就不仅仅是与五戒十善相应的。这里谈到的“诸余口恶行离”是什么呢？就是出家的别解脱律仪中，与语言相关的那些制断。其他的文字应该好理解。

“不度时节”指的是什么意思呢？可以跟“不越限防”共通地看。“不度”是不超过的意思，跟后面那个“不越”是同义词。什么叫不超过时节？该说的时候说，不该说的时候不说。不该说的时候不说，就叫“不度时节”。比如说法，戒律里有一些因缘，在这个情况下不应该说法，尽管所说的内容是正当的，如果因缘不合适，也不应该说。因缘不合适不说，这就叫“不度时节”，否则就是度越时节。“不越限防”更好理解一些，比如戒律里有一些规定：有这样的一些话，是比丘不适合说的。那么不说这些话，就没有越过相应的限防。

正业：苦、苦思惟，集，灭，道、道思惟，除邪命贪，身三恶行，诸余身恶行数，无漏心不乐着，固守执持不犯，不度时节，不越限防。

对应于上面正语的内容，正业就比较好理解了。不仅包括了在家众不行的“身三恶行”——杀、盗、淫（在家众制邪淫，出家众断淫），还有其余针对出家别解脱戒制断的那些身不善行，比如说对于出家人，走路不可以蹦蹦跳跳，这就是相应的制断。后面“不度时节，不越限防”的意思是类似的：有一些动作，在有一些情况下不合适做，那在这些不合适的环境下就不要做。

正命：苦、苦思惟，集，灭，道、道思惟，于诸邪命，无漏不乐着，固守执持不犯，不越时节，不度限防。

随顺于苦、集、灭、道的认识和思择，这是前提，出世间的八正道始终是这样的正见所摄持的。“于诸邪命”，过去谈过四邪命、五邪命等，就是以不正当的方式获取资生的资具。“无漏不乐着”：内心没有相应的烦恼、贪取等等，没有乐着。“固守执持不犯”：自己能够坚固地执持，不违犯。

“不越时节，不度限防”：从前也说过，比丘有一条戒是在古印

度那个情况下制定的，所谓的有“一食处”。用今天话说就是，有一些做慈善的人，在前不着村后不着店的荒野路途中建一个房屋，里边放有一些饮食、床卧等资具，走到这儿的旅人在前不着村后不着店的情况下，夜里可以有一个地方住一下，也有饮食来支持一下。这是印度古人做慈善的一种方式，也不需要有什么特别的申请或者其他什么条件。人家施主建这样一个地方，就是内心想着救个急：旅人在路上需要的话，吃一顿饭；很需要的话，住一夜。人家也没想着供着一个人在这常住。这叫所谓的“一食处”。

比丘可以在这样的“一食处”获得必要的支撑，但是如果过限了，那就不合适。后来还把这条戒做了开缘（一般来说，有病的情况下可以做开缘）。这个“不越时节”，如果对应这一条：没有病的时候，最多受一食、一宿；如果有病，即便多受，也没有越时节。这是跟出家生活关系更密切的。“四邪命、五邪命”，余处有讲，大家如果自己去了解，也不太吃力，就不再多说了。

正方便：苦、苦思惟，集，灭，道、道思惟，无漏忆念相应心法，欲精进方便，勤踊超出，建立坚固，勤能造作，精进心法摄受，常不休息。

正方便，就是所谓的正精进。与苦、集、灭、道的正见与正思择相应，内心常常忆念于无常、苦、无我等无漏法，发起向于解脱的欲乐，以及相应的精进与努力，勤勇不可动摇。后面这些文，跟前面的世间正方便，基本都能够对应上，不再去一一地解说。

正念：苦、苦思惟，集，灭，道、道思惟，无漏思惟相应，若念、随念、重念、忆念，不妄不虚。

除了强调苦、集、灭、道相应的思惟，对于“念”本身的阐发，

跟前面世间正念是类似的。

再强调一下！佛法中对于苦、集、灭、道的思择、观察，从来都是具体的，不应该是头脑中从概念到概念的抽象。什么叫具体的？基于身心当下来如实观察，比如五蕴，比如六入，比如六界，当然也可以是念处（身、受、心、法）的角度——这些并没有矛盾，只是在说明法类，或者是针对情况，来做渐进推动的时候，有一些差别而已。

正定：苦、苦思惟，集，灭，道、道思惟，无漏思惟相应心法，住不乱不散，摄受寂止、三昧、一心。

仍然是苦、集、灭、道思择相应的心摄持，来修习于禅定，这是正定。

到此为止，出世间八正道说明完了，这主要是针对《杂阿含经》中一部经的文字来做简略说明。八正道很重要，我们应该把它变成生命的实践。

第 748（968）[760]经说：“如日出前相，谓明相初光。如是比丘，正尽苦边、究竟苦边前相者，所谓正见。”这是说，八正道中，是以正见为首的。

“如日出前相”，日出之前有什么相呢？“明相初光”，就是我们所说的拂晓，天蒙蒙亮，太阳还没有出，那叫明相；具体的，在这种自然光线下能看清手掌纹。我们现在视力弱化的人可能比较多，或许前面应该加一个修饰语——视力正常的，在这样自然光下能看清手掌纹，这是明相的标志。这是一个譬喻，以日出喻究竟苦边，也就是究竟解脱；明相喻正见，“八正道中，正见为首”。

又如第 788（1046）[800]经中的偈语：“假使有世间，正见增上

者，虽复百千生，终不堕恶趣。”也表示了建立正见的重要。

这是《杂阿含经》中的一个偈颂，充分表现了树立正见的重要：如果在这个世间，有人有正见的增上，哪怕百千生也不会堕于恶趣。后来有部在修行阶位上的安立有所谓的“贤位”（暖、顶、忍、世第一），其中有一个是“忍位”，这在有部的修道阶位中应该说仍是凡夫位，但是他的特征就是“有正见故，不堕恶趣”。

这是“讨论”（5），主要说明了三十七道品。

（6）“正见”，简单说，就是正确的观念与见解。除了前项所说的“知善恶、圣贤”，以及“无漏思惟相应于法”之外，如本选经文中所说的，对“六分别六入处”如实知，不染着（“作如是知、如是见者，名为正见修习满足。”），“正观五蕴、六根‘无常、苦、空、非我’”（第 1（1）[1]、188（179）[190]经），“缘起观”（第 262（45）[39]、297（478）[335]经），“四圣谛”（第 443（682）[442]经），“观于乐受作苦想，观于苦受作剑刺想，观于不苦不乐受作无常想”（第 467（730）[466]经）等，也都是正见的内容。

每一个都给出了《杂阿含经》的出处，大家有意可以去做进一步的阅读学习。“讨论”（6）是为了避免大家拘泥于一部经中所说的内容，对于正见的把握有所偏执，所以给了更多的补充说明。

（7）其他相关于六入处如实知的经文：204（255）[206]、211（273）[213]、215（277）[217]、218（285）[220]、233（306）[235]、276（399）[275]、306（408）[284]、308（410）[286]。

如果大家对于六入处的相应修习还不太清楚，建议大家，有心的话可以把提到的这些经典做一些学习。如果愿意参考我从前给过的一些资料，也可以去参考一下《六入处禅修营》的相应讲解，其中关于

如何实修的内容，很多都是基于《杂阿含经》的经文。

**（8）相当的南传巴利文经典为：《中部》第一四九经〈大六处经〉
（元亨寺南传大藏经译本第十二册三一三页）**

这是给出相应的南传经文，有意者可以去参究。

时间关系，我们今天就学习到这里，第四选也到此学习圆满。我们一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 19

—— 第五选 我见是无明（一）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

今天我们来学习《杂阿含经二十选》的第五选〈我见是无明〉（经号：62（59）[53]）。这一篇经文主要说明，愚痴无闻凡夫和多闻圣弟子，在五取蕴上是否计有我的差别。我们先看一看经文：

一、经文

如是我闻：一时，佛住舍卫国祇树给孤独园。

这是佛在给孤独园说的法。

尔时，世尊告诸比丘：有五受阴，谓色受阴，受、想、行、识受阴。

佛当时是对诸比丘们的说法，是怎样说的呢？先指出对于有情，特别针对人来说，有五受阴，分别是色、受、想、行、识受阴。

关于五受阴，前面有说过，在后来玄奘法师的新译里被译为五取蕴。这里的“受阴”和后来的“取蕴”是完全对应的，只不过是旧译

和新译的汉语用词差别。“受”和“取”，简单地说都是烦恼。五受阴和五取蕴，如果简单地说，也就是与烦恼相应的五阴、五蕴。

如果没有接触过这样的名相，恐怕会以为有五种“受阴”，把这个“受”想成是苦受、乐受、不苦不乐受的那个受。其实五受阴的“受”，在这里是烦恼的意思，也就是说，有这样的五蕴，在凡夫边是与烦恼相应的。

愚痴无闻凡夫，无慧、无明，于五受阴生我见、系着、使、心结缚而生贪欲。

没有智慧的凡夫，没有办法正确地简择诸法，没有办法如实知身心的真实，这是说“无慧、无明”。后世一般人看到这个“慧”字，很容易以为只是一个正面的词语。实际上在部派佛教时期乃至到了大乘佛教的宗派中，多数都说这个慧是通于善、恶、无记三性的。什么意思呢？就是说，它可以有善慧——正确的，也可以有邪慧——不正确的。慧的意思是简择诸法，就是来分别“这是什么，是好是坏”，类似于这样，这样的内心活动被称为慧，随着结果正确与否就有正智（与善、与真实相应的）和邪慧的差别。

这里说到的“无慧”，是指没有正确的了别。不等于他没有分别，不等于没有分别，而是有错误的知。“无明”：从前有说过，也可以看成就是没有明的意思。明就是如实知，无明就是没有如实知。对什么没有如实知？对于身心的现象，对于生命本身，没有如实知；愚痴无闻凡夫是这样。这样说，如果没有闻思过佛法的，可能不容易认同。

无慧、无明，会如何呢？会表现为“于五受阴生我见、系着、使、心结缚而生贪欲”。因为没有这样的如实知，在五受阴/五取蕴上会觉得有我，而且认同这种看法。认同这种自我感，觉得它就是现象的真

实。甚至意识不到这是内在的认知结果，而直接体会为这个身心就是这样的，生命就是这样的。一般人的内心体会是“我就是我”、“这就是我”。

可以问自己：内心感觉有我，那“我”是什么？一般来说，越是有思考的人，对于这个问题可能越不容易轻易而简单地回答。不加思索地回答就是“我就是我呀”，这是一个真正有意义的回答吗？人家问你：“手机是什么？”“手机就是手机”，这不是一个提供了有意义信息的回答。同样，问“我是什么”，或者人家问得再具有引导性一点：“是什么被感知为我？”其实当这样问的时候，确实容易引发人进一步的思考。如果只是问“我是什么”，很多人的内心直觉反应就是“我就是我”。这说明内心没有关于“我”的反思，没有这方面的智慧，就像问“手机是什么”，回答“手机就是手机”一样，没有智慧。

如果意识不到一般人的内心是这样的，也就意识不到佛简单地说“于五受阴生我见”的意义何在。佛在这里说得很明白：一般人就是在这样五受阴上，生起了自我感；并且认为这就是对的，这就是真实的——这是分成两步说。实际上绝大多数人意识不到是内心生起了自我感，并且内心没有经过审择就接受这是真实，这是正确。一般人意识不到这一步，更意识不到是在色、受、想、行、识上生起了自我感，并且进一步地不加思索、不加反省地就认取它为真实。一般人的情况就是简单的“这就是我”、“我就是我”。

因为无慧、无明，在五受阴上会生起我见，并且发生系着，被这样的我见所驱使，内心于我、我所上，于利害得失上，生起了种种结缚，表现为对自身、外境的种种贪取。这是以贪欲来说，不是说没有

嗔恚，是因为贪分的黏取性太强，所以就以贪为代表而说。这就是愚痴无闻凡夫的问题，下面说与此形成对照的多闻圣弟子——

比丘！多闻圣弟子，有慧、有明，于此五受阴，不为见我、系着、使、心结缚而起贪欲。

有智慧的圣弟子们能够如实地了别，对于五取蕴能如实知，在五受阴上不发生计执有我的错误，也因此不会于我、我所发生系着，被这样的烦恼所驱使，心也不会因为这样的结缚而生起相应的贪欲。

这两个的对照，我们大家应该看得比较清楚，根本在于是否有如实知。不如实知，在这样五受阴上就会生起我见，发生相应的问题，而有贪嗔痴等表现；反过来，于五蕴如实知，就不会在五蕴上计执有我、认同有我，也不会因为认同有我、我所而系着，被烦恼所使，心结缚生起贪欲。这两段相当于是总说，愚痴无闻凡夫与多闻圣弟子，在这方面的差别。

这里要提一下：凡夫是在什么上生起了我见？换句话说：感觉有我，是从哪里来的？认同有我，是从哪里来的？还是在这样的五受阴（色、受、想、行、识）上感觉有我、认同有我，所以经里有说：一切皆于此五受阴，计执有我。多闻圣弟子就没有发生这种错误。

上面是总说，下面开始别说——对于前面的总说，加以展开解释。

云何愚痴无闻凡夫，无慧、无明，于五受阴见我、系着、使、心结缚而生贪欲？

比丘！愚痴无闻凡夫，无慧、无明，见色是我，异我，相在。

如是，受、想、行、识，是我，异我，相在。

如是，愚痴无闻凡夫，无慧、无明，于五受阴说我、系着、使、

心结缚而生贪欲。

佛说：凡夫没有慧和明；没有智慧，没有如实知。表现在什么呢？表现在认为色“是我”，或者“异我”，或者“相在”。

色、受、想、行、识，从前有说过，不再说了。这个“我”，要略说几句。刚才问：如果有人问这个问题——“我是什么”，好回答吗？推敲起来，不一定。这里的“不一定”是什么意思呢？因为人们基于自我的内在认知，会发现这个“我”具有不确定性，他不好回答这个问题。比如一般人会感觉这个身体是我。我从前说，人家打他肩膀一拳，他会说“你为什么打我”，这是一般人很自然地把这个色身摄为是我。但是，如果到了一定程度，比如在一些情况下必须截肢才能保命，人们会不会截呢？还是会截。比如截掉了一只脚，在刚截的时候他还可能有种种的不适应，如果过了几年、十几年甚至几十年，他仍然感觉我依然是我，想起来：截肢之前的我，和现在的我，是同一个我。说明什么呢？他觉得前后我一直是我的这种“常”的观念，莫名其妙地就把他那只脚给包括进去了。

实际上，“我是什么”这个问题，对于一般人来说不好回答。当然了，一般现在已经成为一个半玩笑的问题就是“我是谁”。“我是谁”这个问题，不如“我是什么”更深刻。一般人回答不了“我是什么”，但是我们不妨来推敲一下：内心感觉有我，感觉中的这个“我”，有什么特点？这个问题也是很多人没有想过的。为什么要问这个问题呢？因为人们在判断两个事物是否相似，是否一致，乃至是否为同一事物的时候，要靠什么来判断？要靠特征。

两个双胞胎，大家会看他们面容很相似，身高、声音都很相似，但是在很熟悉他们的人眼里会有差别，可能是面部的一些细小差别，

乃至其他方面。这是什么？这是在用特征来做判断，在人们的认知中是这样的。包括人们看到一个新的事物，所谓的“这个，我认识、不认识，我熟悉、不熟悉”，意味着什么？意味着在跟记忆库里的这些特征作比对：有匹配的，他觉得这是自己曾经有过接触的认识了解的某种事物；匹配不上，或者部分匹配，他就会觉得没有接触过，或者觉得似乎跟什么比较相似。从这些可以看到，当我们认识事物的时候，实际上是取它的特征、特相。对于任何事物的比对，不是在比对别的，就是在比对它们的特征。这种特征，可能是可见光形成的认识，也可能更复杂一些，比如功能上的判断等等，但这都算是特征；用佛法的话来说，都是“相”。

同样的问题，回到所谓内心的自我感：感觉有我，这种内在的自我感所对应的认知中的那个“我”，有什么特征？肯定有特征，如果没有特征就不会形成那样决定的认识。但是一般人说不出来内心感觉有我的那个“我”，特征/相是什么。这句话用佛法的语言来问就是：我相是什么？内心感觉有我，则必有我相，我相为何？这个问题认识不清楚，是很多人学习无我，头脑中脉络始终不清的一个主要节点。我相是什么？我的特征是什么？说到这儿，有一些学习佛法，能够在名相上有了解的，会答出标准答案：“常、一、主宰”，或者是“常、一、自在”。但是如果问：为什么如此？或者说：你如何对一个没有学过佛法法相的人，来说明这件事？如果对这个不清楚，那说明还是停留在文字的层面。

“常”：看一看内心的这个自我感，内心中感觉我就是我的那种“我”。小时候是我，现在是我，有变成两个人吗？没有，都是感觉我一直是我。什么叫“我一直是我”？就是觉得内在有一个我，始终是我，没有变化，没有变成别的，我一直是我。所以很多人觉得“佛

法中说‘我’意味着‘常’”的时候，是在泼污水、扣帽子，觉得自己不是这样认识的。但是，人觉得有这种内在的、前后一贯、使我一直是我的东西，那恰恰就是觉得“我是常的”。先不要说这种“常”在生命现象上有没有对应，那是下一步的事，我们先来看所谓的“我相”（内心感觉有我，这个“我”的特征）是什么？刚才说了“常”——我一直是我的。

“一”：所谓的“一”是什么呢？没有人觉得我是拼凑起来的，总感觉我是一整个地在活着，在行动着。好像分析起来，都能够接受：是色身的一个一个部分，配合起来形成这样的色身；如果再深细地分析精神层面、心理层面的运作，也能够看到各种因素彼此之间的关连、现起。但是在内心的感觉中，这个“我”是一整个的东西，并不是分分片片和合而成的；甚至内心感觉的这个“我”——“我就是我”、“我就是我自己”，不依赖于其他的因缘就能够存在，其实有一种独立存在的意思。

所以这个“一”，不仅仅是内心这种关于自我的整体感，还有关于“我”的这种独立性——可不是缘起意义上相对的独立性，而是感觉我就是我。一般人感觉的那个“我”，特别深刻地思惟“我”、思考“我”的时候，向于内心自我意象去体会的时候，这个“我”是可以单独存在的，甚至只感觉有“我”，那就意味着它是不依赖于其他的。这是说“一”。

“主宰”：一般人内心感觉的这个“我”，为什么这个是我，那个不是我？因为这个听招呼，那个不听招呼。这个为什么是我的手？让它直，它就伸直；让它弯曲，它就弯曲。所以这个是我的手，另外那个不是。这个主宰，或者是自在义，是“我”很核心的意思。如果更

细致地依于汉语来分析：“主”是指自己能够做得了主，“宰”是指支配，能够支配属于自己的，也可以做这样更深细的说明。

这种主宰/自在，是内心中关于自我很核心的特征。为什么觉得这个是我的孩子（摄为我所），就总要去让他这样那样呢？这就是内心的主宰——觉得这个是属于我的，所以应该听我的，听招呼。只要计为我所，都有这样的意思在里边，这后面当然有可能产生问题。

这是说关于“我”的特征，或者所谓的“我相”。这个所谓的我相/我的特征，针对的是内心自我感所包含的这些特征，并不是佛法中规定这个“我”，而是从一般凡夫内心感觉有我、计执有我，这种错误认知中提炼出来的。很多人觉得这只是文字的说明，是因为他从来就没有深刻地向内对这种自我感做过推究，做过探究，所以以为那只是佛教或者佛法里在文字上定义的“我”，看不到跟自己身心生命的关连，其实这恰恰是一般凡夫内在自我感所包含的“我”的特征，所谓的“我相”——常、一、主宰。

回到正文：“见色是我，异我，相在”，什么叫“见色是我”呢？认为这个色身是我。什么意思呢？一般的人感觉有我，离不开身心，总是在身心上感觉有我、计执有我。身心，前面的分析是从五蕴（色、受、想、行、识）的角度来把握的，这里对于“五取蕴/五受阴见我”来分开剖析，首先说色蕴：

“于色蕴见我”的第一种情况是“见色是我”，认为这个色身就是我，有没有呢？有。之前举的例子有略说过，请大家来反思一下：我们判断什么是的时候，是要经过特征比对的，如果特征不一致，可以说什么是吗？这是没有办法的。就像一个人不能说鸡就是猪一样，谁这样说，还真这样认为，会被大家嘲笑的。或者大家也不嘲

笑他，因为对于智力有障碍的，还是不要嘲笑人家好。

刚才谈了“我”的特征——常、一、主宰。色常吗？色无常。色法是这样一整个的不赖于它的吗？不是的。特别身体的这些色法——色身，是一整个的吗？头发、指甲、皮肤、脂肪、肌肉……，哪有什么一整个呢？色，能成立主宰义吗？成立不了。人们在色身上计我，感觉这些听我招呼，很大的错觉来自于哪呢？来自于随意肌的运动，就是随意肌的收缩、放松这些，从这个得到一点反应，所谓随意的支配。看不到这个所谓随意的支配，有很多因缘的支撑，而且有很多限制。更看不到这个随意运动只是色身的一部分，莫名其妙地就把这种随意的运动扩大化了，感觉对这个色身有主宰力。因为主宰义成立，觉得这就是我。

实际上如果对于色身主宰义成立的话，那应该让血压升就升，让血压降就降，让心脏跳就跳，让它停就停，甚至于让脂肪分解就分解掉，又何必为体重而烦恼呢？过去说：如果是这样，那这个世界就不必有医生，不必有医院，当然美容也没有必要了。于色有自在力吗？于色能主宰吗？不能。所以色，怎么能是我呢？特征是对不上的。特征对不上，还说色是我，那就等于说鸡是猪一样。这是在色上计我的第一种情况。

第二种情况是“见色异我”，字面的意思是“色不是我”。比如这个人感觉“识”是我，一个与它类似的很有名的说法是“我思故我在”，这是很好笑的一种说法，从前有做过相应的剖析，这里先不说。如果这个人认为识是我，那色就不是我，色是在我之外的，色是属于我的，这是所谓的“见色异我”。

第三种情况说的是“相在”，不是此包含彼，就是彼包含此，也

就是“色在我中”和“我在色中”这两种情况。“色在我中”，是计执这个我比色大，包含了色；“我在色中”，是觉得我比色小，我藏在色中的哪里。有其他经文对于这个“相在”有更详细的解释，等我们学到的时候再依据经文的解释加以阐说，在这里大家先做这样的把握就可以了。

所谓的“相在”，色在我中或者我在色中，有没有呢？还是有的。一般人感觉的这个“我”，其实是可大可小的，有时候会扩得比较大，有时候又缩得比较小。实际上很多人内心感觉的这个“我”，边界并不明晰，很多时候也混淆着我、我所，这是自相矛盾的。我是主，我所（我所拥有的）是客，对于一般人的认知方式来说，是“我”就不应该是“我所”，是“我所”就不应该是“我”。但是如果问他这句话：这只手到底是“你”呢？还是“你的”呢？很多人在我、我所上也不清晰，为什么？实际上他关于自我的认知——内在的自我感，因为是错误的，所以是朦胧而模糊的，边界也是不定的。

在很必要的时候，四肢都可以舍去，甚至很多脏器，需要割来续命，很多人也愿意。什么意思呢？尽管舍掉了这么多色，他还觉得“我在”、“我还是我”。如果推敲起来，那“我”肯定不在舍掉的那部分色中，是不是呢？他如果计执“色是我”，那整个色身应该都是我。反过来，他如果可以舍弃某一个部分，不再计为我了，那他还在色上计我的话，就会变成“我比色小，我藏在色的某一个部分”，会是这样。一般人没有推敲过“内心感觉有我，是从哪来的”这个问题，也没有推敲过在什么上确认是我，所以问“于何见我”、“于何计我”这类问题，他回答不出来，只能说“我就是我”、“这就是我”、“这个身体就是我”。但是一逼问，又觉得“这部分身体可以不是我”，很多人逼来逼去就变成了“我藏在这个身体的某一个部分”。所以这种“相

在”并不是没有。感觉我比色大的，这也有；我在色中的，这也有，相对少。

一般人对于“我”，没有相应的反思和智慧，没有决定的认识，他只是凭着内心的自我感，莫名其妙就确认这种感觉对应的真实，是对的，是真的。他只是要肯定这种感觉的真实。所以真的在五蕴上一逼问起来，他又说不清哪儿是我。一旦这样破斥起来，他觉得也都有道理，但是“就是有我”。这就是这类人的问题。

这是从“色”的角度说“见色是我，异我，相在”。对于“色”是广说，经文对于“受、想、行、识，是我，异我，相在”是略说。从“见色是我，异我，相在”，实际展开了四种，因为“相在”包含了两种情况，那么一一蕴都有四种，五蕴就有二十种，从“是我、异我、相在”的角度来说明“于五受阴见我”。

因为“于五受阴见我”，所以愚痴无闻凡夫会于此发生系着，被这样的烦恼驱使，内心结缚，生起贪欲。关于这个问题，之前也说过：很显然，如果自己的手机掉地上摔碎了，会心疼，乃至自我责备。如果走在大街上，看到一个陌生人的手机掉在地上摔坏了，会心疼吗？不会。这是“是否把这个计为我所”产生的差别。类似的，在这五受阴上计为是我的话，会产生种种的贪爱染着。

下面是多闻圣弟子的情况——

比丘！云何圣弟子，有慧、有明，不说我、系着、使、结缚心而生贪欲？

圣弟子不见色是我，异我，相在。

如是，受、想、行、识，不见是我，异我，相在。

如是，多闻圣弟子，有慧、有明，于五受阴不见我、系着、使、结缚心而生贪欲。

有智慧的圣弟子，不在色上感觉是我、异我、相在，不在受、想、行、识上认为是我、异我、相在，因此而不见有我，不被烦恼所系着、驱使，不会结缚心，而生贪欲。前面是对于“愚痴无闻凡夫于色见我、异我、相在”的说明，那反过来是圣弟子如实知，不在色上计执是我、异我、相在，乃至不在受、想、行、识上见是我、异我、相在。

前面有过说明，想要破除“我”的颠倒，多少要认识一下，内心感觉有我，这个“我”的特征，然后才能针对生命现象加以一番比对：看看在生命现象中，感觉的这些“我”的特征，是否存在？是否成立？存在、成立，那“这就是我”、“身心就是我”或者“某一个部分就是我”，没有问题；不成立，说明那只是内心错误的认识，没有与这种错误认识所对应的生命现实。这个逻辑就是这样简单。

内心感觉有我，那么来推敲一下：“我”的特征（我相）是什么？认识到内心所感觉这个的“我”：一直是我，这是“常”；一整个的，这是不赖于它的独“一”；感觉能够主宰、支配，有这种自在义。“我”，有这样“常、一、主宰”的特征。那么，在色上的常、一、主宰，成立吗？不成立。受上成立吗？不成立。色、受、想、行、识都是无常的，前面有讲过，经文下面还会再说。在这些上都不成立，就意味着在生命现象上没有与“我”的特征对应的，没有与内心自我感中包含的那些特征对应的。那是什么？那是错觉，自我感是错觉。从前有说过：视觉有错觉，这个大家容易了解，现在也容易找到相关文章，如果不清楚的可以自己去找来看。视觉有错觉，听觉等等都可以有错觉，难道意识就没有错觉吗？意识当然也有错觉，感觉有“我”就是一个

与生俱来的错觉。

只要把自我的特征（我相）与生命的现象（五取蕴）做一个对照，就知道在生命现象上没有那些自我的特征。在鸡的身上没有猪的那些特征，所以鸡不是猪；在五蕴上没有那些自我的特征，所以五蕴无我。过去也提过：佛在鹿野苑度五比丘，第二次说法的内容被后来称为《无我相经》。什么叫“无我相”？就是这里说的主要逻辑，在生命现象上不存在那些所谓的自我的特征，“无我相，故无我”。

“圣弟子不见色是我，异我，相在。如是，受、想、行、识，不见是我，异我，相在”，也因此而没有种种烦恼的系缚，也不由此而生起贪欲。这是我们今天共同学习的内容。我们一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 20

—— 第五选 我见是无明（二）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

我们现在是在学习《杂阿含经二十选》的第五选〈我见是无明〉。在继续学习经文之前，还是再强调一下：大家如果有问题，不一定非要等到最后才输入；在不影响自己听闻的情况下，可以事先输入；也可以在讲课的过程中，输入好了就提交出来。这样，我可以在课程临结束的时候，跟大家做一些交流；如果有必要，也可以在课程的进程中，就对相应的问题加以回应。不是必须要等到课程主体结束之后再提。因为有一些法友可能并不了解这个情况，所以跟大家再说一下。

上一次我们对于第五选的经文做了主要内容的学习，但是还有两段，我们上一次没有来得及共同学习，今天来看一下。之前我们对于愚痴无闻凡夫和多闻圣弟子，在五蕴上是否计我，相应差别做了说明。接下来我们看——

若所有色，若过去、若未来、若现在，若内、若外，若粗、若细，若好、若丑，若远、若近，彼一切正观，皆悉无常。

接下来是对于五蕴本身来做观察，做什么样的观察呢？主要是无常观。前面谈在五取蕴上计我、不计我，是否见是我、异我、相在，种种差别，实际上没有特别细致地给出一个缘由：为什么色不是我、不异我、不相在？乃至受、想、行、识，为何不是我、不异我、不相在？这里开始谈色、受、想、行、识在一切情况下皆悉无常，实际上是在说明如何细致地来观察无我——“无常故无我”，是这个路数。如果真的体会到生命现象的种种，皆悉无常，那么内心认知中所感受体会到我一直是我的“我”，向何处安立呢？内在逻辑应该是这样的，我们来看一看对应的文。

“若所有色”，就是所有情况的色法，经文的本义是指人色身相应的色法。当然，作“一切色法”（有情相应的色、无情相应的色）解，也没有问题。这里说到“所有色”，是从十一个方面来说的：“若过去、未来、现在”，这是一组；“若内、若外”，这是一组；“若粗、若细”，这是一组；“若好、若丑”，这是一组；“若远、若近”，这又是一组。这五组中，有四组是一对（两个），共计八个，还有一组是三个，总共十一种。所以后世中谈到，一一分别从十一个方面来观察色、受、想、行、识，皆悉无常。细致地分别出来，大体就是这样说。不妨就每一组来看一看。

“若过去、若未来、若现在”：这一组是从时间的角度——过去的色、未来的色、现在的色，有没有哪一个是常住不变的呢？是没有的。**“若内、若外”**：这个“内、外”指的是什么呢？此五蕴聚相应的叫作内，此外的其余五蕴聚相应的叫作外。这个此、彼五蕴，是从何说呢？如果用说一切有部相对特色的词语来说，其实是“有执受”，或者说是以这样有执受的相应的色为主的。如果大体地说，用一般包含着代名词（自、自己或者我）这样的话来说，自身相应的色叫作内

色，他身相应的色叫作外色。

“若粗、若细”：色法，从它的显著与否上，可以有粗细差别。这个“粗”是显著的意思。对于我们来说，肉眼可见的可以说是粗，肉眼不可见的色是细；或者同样是肉眼可见的，很大、很显著的叫作粗，非常微小的叫作细。也可以做这样种种的差别说。**“若好、若丑”**：人对于色法所呈现的认知相，是美、是丑。**“若远、若近”**：这个“远、近”是从空间上来说。

这十一种色，或者说从这十一个方面来观察色，没有哪一类是常的，都没有常性可得——“皆悉无常”。经中从“无常”到“无我”，中间经常会有一个“苦”的过渡——“无常故苦，苦故无我”。之前也说过，这主要是要破坏自我感中那种“常”的感觉，以及指出内在的自我认知对应的那个我相，没有与它相应的自在性。“无常故苦”，无常为什么苦呢？这在余经论中有说过，这样愚痴无闻凡夫于色计常，若色坏灭，内心会有恼苦。“苦”的意思是不自在，是逼迫义；逼迫就是不自在。想一想一般人被生活所逼迫，被工作所逼迫，被其他人际的事情所逼迫，那个伴随着内心的恼苦相——“苦者，逼迫义”。这个逼迫义，反衬出来的就是自在不可得。如果自在可得的话，哪有这种受逼迫的不自在，哪有苦可得呢？所以经中常从“无常故苦”，进一步地来引导认识“苦故无我”。

当然，也完全可以从“无常”就直接体会“无我”，对应的就是一般人内心对于生命认知中形成的那个自我相——我一直是我是我。内心的这个我相，有“常”的属性，是跟生命现象“无常”的事实相违背的。所以内心认知中我一直是我的这种常义是不成立的，由此意识到无我可得。可以直接从无常来体会无我。

这一小段经文是以色为例，做十一种分别。如实而观，这些都是无常的，由此来认识到无我可得，在色上不是我、不异我、不相在。色是如此，有了这样的认识，进一步地推广开来，而不要仅仅是概念上的“亦复如是”，一定要一一地来观察。

如是，受、想、行、识，若过去、若未来、若现在，若内、若外，若粗、若细，若好、若丑，若远、若近，彼一切正观，皆悉无常。

同样地对于受、想、行、识四蕴做这样的正观，从这十一个方面体会，皆悉无常。体会无常的意义，在于引生无我的正观。就像经论中所说的：多闻胜弟子，由无常想建立无我想。下面是结说——

佛说此经已，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行。

到此为止，关于第五选〈我见是无明〉的经文，我们学习完毕。

这是我们专门来学习五蕴无我的一篇经文，我不妨从更归纳的角度来说几句话。佛法引导我们如实知，对什么如实知？对生命如实知。为什么要做这件事？因为一般情况下，流转的有情（也就是这里所说的“愚痴无闻凡夫”）对于生命没有如实知。如果用今天的话说，表现在什么呢？多数人意识不到内心感觉的“我”是一种认知结果，总是不假思索地把内心的这种自我感认定为确实如此，然后把这个自我的意象投射到无常的、川流不息的五蕴之流上，认为有这样一个我一直是我的自我。

实际上，这样的自我感是内心的一种认识结果，它到底与生命现象是否相符，这是需要另外再判断的。但是人们不假思索地就认为“这种认知就是事实本身”。如果明确地说，这里其实有两个关键的要素：一个是生命现象，一个是内心对于生命现象的认知。凡夫对于生命现象的认知是“我”，以及其他有情身上安立的一整个儿的他就是他

的那个“他”——这其实都是“人我”这个词所能够指定的，所以我们就用“我”来说明。

不要说去反思，甚至多数人是意识不到内在的自我感是一个认知结果，而是直接地就感觉“这就是事实”、“我就是我”。比如一句常被人说的话：“我思故我在”，很多人觉得这个有道理。这在逻辑上实际是很有意思的事，应该说是很有问题的事。“我思故我在”，这好像是一个论证：为什么我是存在的呢？因为我在思考。就像笛卡尔在原文中所说的那个意思：我可以怀疑一切，但是我没有办法怀疑“我在怀疑”，所以我思故我在。为什么说逻辑有问题？他的结论或者说所要论证的命题是“我的存在”，给出的原因是“我在思”。实际他给出的原因中就已经包含结论了——“我在思”，然后再说“所以我存在”，这不是循环论证吗？这不成为论证啊！循环论证不成为论证。如果简单地说这个逻辑，就是“因为有我，所以有我”，这也不是讲道理的话啊。

但是一般人都觉得这话好深刻，非常对，非常符合我内心的感觉。为什么呢？就是因为意识不到内在的自我感是一种认识结果，更不要说基于这个基本的认识来反思：这个认知结果，与生命现象本身，是否相一致？如果一致，这个认知是如实的；如果不一致，这个认知是不如实的，也就是错误的。自我感所对应的特征是怎样？在生命现象上是否有这样的特征？如果有，我们可以说它得到了证实；如果没有，自我感是被证伪的，也就是说这个自我感被证明是错的，是不成立的。这就是佛法从无常、苦等角度来论证无我的基本原因。因为一般人内心的那个自我感，对于生命现象的认知结果中所包含的那个自我感，它实际是有之前所说的“常”义、“一”义、“自在”义的，但是如果在色、受、想、行、识五蕴这样生命现象上来一一观察的话，“常”

不可得，“主宰/自在”不可得，所以那个自我感是错的，是无法在现象上找到与它对应的真实的，是没有办法成立的，由此意识到无我。

如果说“到底有没有我”是对于生命内在的主体是否存在的一种探索，那么这种探索应该依托于什么呢？应该依托于生命的现象。离开生命现象来谈“我”，有意义吗？没有意义。但是，是否有依托于生命现象，去反思自我感是否为真呢？如果依托生命现象来反思自我感是否为真，就会发现：那种自我感所对应的“我”的特征，在生命现象上都找不到，而且恰恰呈现出与那个自我感相反的特征。这说明什么？自我感是错误的认识结果，简单地说是错觉。“我”不可得，成立无我。如果用佛法后来的术语说，这叫“依俗契真实”。这个“俗”指的是世俗现象。什么是世俗现象呢？色、受、想、行、识是世俗现象，眼、耳、鼻、舌、身、意是世俗现象。也就是说，我们一般在现象层面能够体会的这些内容，这里是就生命现象来说，不妨以五蕴、以六入的角度来说，这就是所谓的“世俗谛”，后世用这个词。

所谓的真实，后世也有一个词，叫“胜义谛”。“胜义谛”的意思，如果用今天语言来说，它的一个表述就是：对于“法是否有真实”的一种认识、一种判断。比如这个人觉得在生命现象之中，有这样我一直是我的东西，有这个不变的主体——我一直是我是我。实际上意味着什么呢？意味着他在胜义谛上认为生命是有这样内在的实体性的真实，也就是他认为生命是有那样一直是我的主体，这是他在胜义方面的结论。但是这个不真实，所以谈不上是胜义谛，说明他追究胜义时得出了错误的结论而已，并没有契合于真实。那所谓的“依俗契真实”是说，在这样的生命现象上来观察：常否？无常。无常的话，会有我吗？会是我吗？会异我吗？会相在吗？无我。由这样无常的世俗现象，体会到无我的真谛，这也是“依俗契真实”。

对于很多人来说，初修习无我，多多地体会无常是很重要的。真的在生命现象上，确实地、贴近地看到了无常，那么，过去我一直是我的那种幻象就不会生起。一般人因为缺乏如实知，所以这个内在的自我感时时地在现起，甚至没有足够的慧力意识到这只是内心呈现的一种认知结果。诸位！差别有这么大，都意识不到这是一种认知结果，更不要说运用智慧来判断这种认知结果是否与生命现象相一致了。

刚才说“不妨从更归纳的角度来说”，更归纳的角度就是“依俗契真实”。为什么从五蕴来观察？五蕴就是世俗现象，从这样的世俗现象体会到在胜义谛上无我，这是一个总的方略。至于依世俗现象的观察而体达无我的门路，其实是挺多的，《杂阿含》中特别侧重无常和苦。这是跟大家在经文学习以后所说的话。

二、解说

我们凡夫无慧、无明，在色、受、想、行、识等染着的身、心反应（五受阴）中，觉得有一个能主宰、恒常不被改变的我存在着（我见），被这个五受阴所束缚（系着，就如狗系柱）、被烦恼所驱使（使），就如同心被打结了结一样而生贪欲。

这是对经文说“愚痴无闻凡夫，无慧、无明，于五受阴生我见、系着、使、心结缚而生贪欲”的白话说明。

为什么会这样呢？因为无慧、无明，认为确实是有一个恒常不被改变，具有主宰能力的我。

这是凡夫心中常常现起的。如果不修习，就像刚才所说，实际上甚至都意识不到这种内在的自我感是一个认知结果，更不要说意识到这个关于自我感的认知结果与生命的现实是不相符的、是违背的，更不要说体会到无我。对于初学者一个很重要的点，就是首先要意识到

这样两个方面：一个是现象，一个是对于现象的认识。这一点对于初学很重要！初学往往意识不到这是对于现象的认识。如果意识到了这只是认识结果，再来勘验这个认知结果是否如实，才更觉得有这个必要。如果都意识不到这只是个认知结果，还是像过去一样把认知结果和现象本身混为一谈，在这个状态下是没救的。

所以初学不妨先缓一缓，真的能够体会到这个只是内心的一个认知结果。对什么的认知结果呢？对于生命现象的认知结果——先反复确定这件事。然后再说内心的这个自我感——这种认知结果，与生命的现象是否相一致？这个认知是否如实？那可能就要对生命现象做一点细致观察：生命现象意味着什么呢？粗略地说，生理的、心理的，也就是色法、名法；展开一点是色、受、想、行、识，这是详于精神现象的，是把名法展开了而已。这样来观察、来体会：在生命现象上，是否有如内在认知的那种我一直是我的“常”？是否有那种是我、属我的“主宰”？如果不成立，那说明认知不如实，“我”不成立，无我可得。

首先要意识到内在自我感是一个认知结果；生命的现象是现象，认知结果是认知结果，二者是否相符，是需要判断的，需要来审察的。这才对于佛法谈无我，为什么有必要谈，内心能够接受，不会总是随着感觉走。

于是，在色、受、想、行、识等五蕴中，一一去找寻：或者认为色受阴就是我（是我）；或者认为不是我，而成了我所（异我）；或者认为我包含了色受阴，或含藏在色受阴中（相在）。

这是解释上面所说的“愚痴无闻凡夫，无慧、无明，于五受阴计我”的话，一般都是怎样呢？是在这样色、受、想、行、识五蕴中计

为是我、异我、相在。之前有详细说明，不再重复。

如果能放弃这样的观念与想法,就不会被五受阴所束缚、所驱使,心也就不会像打了结一样地欲贪着。

这里用“放弃”这个词，可能多少容易误解，实际上是不再发生这样的错误。感觉有我，是一种认知的错误。当对于生命现象能够如实了知的时候，看到是这样的缘起，看到是这样缘起而无有常性的现象，内心就不再像过去那样呈现错误的自我感——这不是去放弃什么，而是错误不再发生。当这样的错误不再发生，也就不会被过去的颠倒所驱使。

五蕴中的色蕴，不管是过去、未来、现在，内、外，粗、细，好、丑，远、近，在如实的正观下，都会显现出，那是无常的。受、想、行、识也是一样的。

这是对于经文，简略的白话说明，我们不再多花时间。

三、讨论

(1) 在“无明盖、爱结系”的经文中，说贪、嗔、痴是我们凡夫烦恼的根源。如果再进一步想一想贪、嗔、痴的共通处，我们不得不承认，那是以自我为中心的“我执”。经中说“我见”、“身见”，印顺法师解说为：“‘我’是主宰义，对周围的一切，能作得了主，能自由支配，必需如此才可名为‘我’”（《佛法概论》第一五五页）。

“‘我’是主宰义”，不是没有来处的，在后面《杂阿含》的学习中，大家也会看到“欲令如是，欲令不如是”，这就是主宰义。

我们在经文的学习中也说过，这种主宰义实际上是怎样呈现，怎么样形成的呢？简单地说，是把部分随意肌的运动，这种所谓相对的

随意、缘起的随意，莫名其妙地扩大化为“这个身心都能够随意支配”。不可能啊！骨骼不可能被人随意支配，随意支配就是想它怎样它就怎样，我想身高 1 米 86 就是 1 米 86，我想体重 100 公斤就是 100 公斤。没有这回事，主宰义不成立。但是人们觉得“我跟别人不同，我就是我”的其中一个含义，就是能够有这种“自在”。

因为有这样的主宰欲，才会贪（顺我时），才会嗔（逆我时），才会痴（看不清楚或扭曲缘起事实时）。

因为人内心有这种不言自明甚至不用推度的自我感，而且总是莫名其妙、不假思索地认许为真实。甚至一般人都意识不到有这样的过程，也意识不到这是一种认知结果。这造成了什么呢？这种内在的自我感，变成了一般凡夫很底层、很坚固的一个逻辑。感觉有我，也感觉这个“我”应该是自己能作得了主的，包括“我所”，也应该是听我支配的，所以会有这种主宰欲。

如果稍微扩展一下说，很多亲密关系中，比如家庭中或者其他一些亲密关系中，冲突的来源就在于“这种主宰欲的冲突对撞”，为什么？因为把对方摄为我所，“他们就应该是听我支配的”。所以对于一个内心时刻感觉有我的人，又能够相对地克制这个主宰欲，是需要磨砺或者修养的。可是，越是对于亲近的，人就越放松；“越放松”的意思就是越没修养，越不用修养，于是主宰欲就更张扬，所以碰撞也更惨烈。多少有一些无我的智慧，看到这些摄为我、我所的内心颠倒，不去随顺这样颠倒的逻辑会好一些；真正地突破凡圣一关，真正地解脱，需要更深彻的无我智慧去尽断烦恼。

（2）从哪里产生我见无明呢？第 45（157）[91]经中说：“若诸沙门、婆罗门见有我者，一切皆于此五受阴见我。”

如果用今天的语言简单说：人们在什么上感觉有我呢？在生命现象上。这样说就很直白，也容易理解。所谓的五受阴，色受阴乃至识受阴，合在一起说就是“人”这种生命现象。下边相当于说是名言的解释——

什么是受阴？第 55（167）[101]经中说：“云何为受阴？若色是有漏（第 56（168）[102]经中说能生爱、恚的是有漏法），是取，若彼色过去、未来、现在生贪欲、瞋恚、愚痴及种种上烦恼心法，受想行识亦复如是，是名受阴。”

简单地说，能够导致烦恼增长的蕴（色、受、想、行、识蕴，或者色、受、想、行、识阴），就是“受阴”。这里的“受”、“取”，跟烦恼是同义，这个从前应该也说过。

第 58（170）[104]经中说：“非五阴即受，亦非五阴异受。能于彼有欲贪者，是五受阴。”“此五受阴，欲为根、欲集、欲生、欲转。”

不是所有的五阴都是“受阴”，也不是所有的五阴都不是“受阴”，什么情况下是五受阴呢？“于彼有欲贪者”，也就是会导致烦恼增长，或者所谓烦恼相应的；简单地说，与烦恼相应的五蕴是五受阴。

第 44（156）[90]经中说：愚痴无闻凡夫，于色集、色灭、色味、色患、色离不如实知故，于色爱喜、赞叹、取着，于色是我、我所而取。

这是在谈于什么上生起我见。也就是说，关于“我”这种错误认识，是如何发生的？在什么上发生的？

“愚痴无闻凡夫”：这相当于说什么人会发生。“于色集、色灭、色味、色患、色离不如实知故”：爱喜是“色集”；“色灭”，大家熟悉；

“色味”：对于色的爱味；“色患”：由此导致的过患；“色离”：对于它的超越。我们在前面“七处三观”中讲过，这里是略过。在这些上不如实知，会发生什么呢？就是在这样的色、受、想、行、识上，计为“是我、异我、相在”——计为有我。

由此会发生下面的问题——“于色爱喜、赞叹、取着”：因为对色的集、灭、味、患、离不如实知，所以会在色上有这样“爱喜、赞叹、取着”——这是从贪取一面说；“于色是我、我所而取”：对于色，或者执着为我，或者执着为我所。

取已，彼色若变、若异，心随变异。心随变异故，则摄受心住。摄受心住故，则生恐怖、障碍、顾念，以生系着故。受、想、行、识亦复如是。

因为有这样的烦恼贪取，如果这样的色变坏了，心也会随之恼苦，这就会导致心随之而动。心随着这些而变化，就会在本来爱喜的色上，生恐怖、顾念等等，这都是因为生起了系着。

反过来看，这样的系着主要是什么呢？还是错误地以为有我，基于此以为什么什么是我所，所以种种得失利害的心，或者是爱喜，或者是忧畏，所谓的世间贪忧。色是这样，受、想、行、识也是如此。

所以，综合来说：我见，是因为对五蕴的集、灭、味、患、离（七处三观）不如实知。不如实知，所以对五蕴产生贪爱、取着（五受阴），而有“我”（能主宰）、“我所”（属于我的，被主宰的）的错觉与错误观念。

“讨论”（2）其实挺重要的。前面我说要注意两个方面：一个是现象，一个是对现象的认识——这里其实也就是在强调这件事。当我们说在什么上生起我见，其实也就是在帮人们认识到，是在这样生命

现象上产生了这种认识结果。这个认识结果不如实，所以有种种的问题。

今天，我们对于正文的学习就是这些。

【答疑】

法友：顶礼师父！弟子疑惑，知道五蕴的无“常”、不“一”，但是又有一定的“主宰”义，比如哪里痒，可以操控手挠一下；哪里痛，可以揉一下。这样来观察，五蕴，确实找不到一个“我”，也确实不能随意自在，但是这种有“我”的感觉又真实存在。有点迷糊了，不知道问题出在哪里？

法师：这在我上次和今天的说明中其实是谈到的，在谈到这种主宰义的时候都说到：这个主宰感，是从哪来的呢？是从随意肌的运动，这个缘起现象被莫名其妙地扩大为，对于身心的全部或者是哪一个部分，比如色、识等，感觉能有自在力。“自在力”就是不受限制的意思，“我能主宰”意味着就是不受限制。但是“缘起”的意思：“被这些因缘所成就，也就被这些因缘所限定”，就不可能有这种主宰义。

我说“随意肌的运动这个缘起现象”，这里其实是有很多因缘的，从现在的生理学来说，神经系统以及肌肉、骨骼、韧带等等，是有比较复杂的交互的。这其中任何一个出问题，随意运动都不可能。这还只是说随意肌的运动。我简单地表述是：从这样缘起的随意运动中，莫名其妙地就把它扩大化到整个身心，莫名其妙地就觉得对于我有这种主宰性，有这种自在性。这个是不成立的。我也常举与此相反的事实，比如你对骨骼、对脂肪、对血液、对于心肌等等有随意自在吗？没有，这个是不成立的。

从这样有限的“为因缘所成就，亦为因缘所限定”的随意运动，

就能够呈现这个“我”的自在性、主宰义。这恰恰是内心的错谬，用后世佛法的语言说，“这就是自性见的问题”，就是感觉有这样的实体，有这种实在的自性。这恰恰是内心的错误，没有什么好迷惑的。有这样随意肌运动的现象，但是它不意味着对于生命现象有随意自在的主宰力。如果稍微概括一点说，这是在认知中犯了以偏概全的错误，犯了扩大化的错误。如果用佛法的话说，没有缘起的智慧，是反缘起的，没有如实知。

多多地从无常、从无我的这些角度对于生命现象来观察，久了，对于内心计我的错误就会更敏感，不是说到了听课的时候听一听就会有这个智慧了。这是佛法很核心的智慧，也是非常宝贵的，是需要一个人常常来做如实观察，纠正内心错误的。人们常常为世间的琐事萦扰于心，跟这样的智慧比，那些都是“不值钱”的。因为人们的判断就在值钱、不值钱上，如果一定要用值钱、不值钱来判断，这样无我的智慧是无价的。如果有时间，基于闻思的基础，内心应该常常地做这样的如实观察，才能够让这样的智慧越来越明晰，越来越自然，越来越有力。

法友：顶礼师父！弟子虽然对无我的学习有了一些认识，分析五蕴（色、受、想、行、识）无我，也认同。但是弟子还会感觉外在有个我，能支配自己想做什么就做什么，感觉外在还是有我。

法师：什么叫外在有我呢？如果离了色、受、想、行、识，有什么生命现象可谈的？没有生命现象可谈，谈“我”有什么意义呢？那只是自己内心的不如实知向外投射而已，内心自我感的投射而已。所以这里强调，包括讲的时候也说：是在什么上感觉有我呀？你要来观察这件事啊！离开了生命现象谈我，意义在哪儿呢？离开了色、受、

想、行、识五蕴，以为有个我，意义在哪儿呢？就像离开了这四面墙、梁、砖、瓦，这一切你都给拿掉了，你还说这有一个房子，意义在哪儿呢？这是同样的道理。

计执五蕴之外有我，也是一类错误，但是这类错误很显然更荒谬。过去在关于“《大智度论》中的‘人无我’思想”中，基于论文有一些更详细的破斥，可以去找来学习。

法友：师父吉祥！弟子学习分享时说过：“众生根深蒂固执着的‘我’，不过是五众因缘生。一一蕴上找不到这个‘我’；一一蕴之外也没有‘我’；‘我’不含摄一一蕴，也不被一一蕴含摄。”自己又觉得这种描述似乎有问题，但又不能剖析，请师父开示剖析。

法师：这个问题关键就在于第一句：“众生根深蒂固执着的‘我’，不过是五众因缘生”，以为是“五众因缘生‘我’”，这个说法是错的。根深蒂固执着的那个“我”，是一种错误的认识；他是在五取蕴上发生了错误认识，而不是说五取蕴合在一起生出了一个不存在的“我”，不是这样。问题主要在于这第一句，恰恰是第一句的这种混乱，表明了在五蕴无我上确实还是有不清晰处。但是这位法友能够感觉到有不对劲的地方，这说明还是在佛法的熏习中有受用。

问题就在刚才所说的那里：不是五众因缘有“我”，不是五众因缘生“我”，而是，内心中所感觉的那个“我”，一切处不可得，那只是内心错误的认识。如果进一步推敲：在什么上的错误认识？答：在五取蕴上的错误认识。是这样而已。

后面说的，基本没有问题，其实就是于色、受、想、行、识的一一蕴，不是我、不异我、不相在的意思。

法友：师父剖析得对，就是第一句不确定。那可以说“生命现象

是‘假我’”吗？生命现象也是缘起的，可否说是“五众因缘的缘起”呢？但不是“我”。

法师：佛在剖析生命现象的时候，或者说五蕴，或者说六入，就够了。不是不可以用“我”这个代名词，但是一般人一听到“我”这个代名词，他就把自己内心中对于生命现象产生的那种自我感提起来，与这个“我”字，“我”这种名言，“我”这种声音对应。意味着什么呢？说的人内心是正确的，但听的人内心是错误的。而且说到“假我”，意味着什么呢？好像有“真我”。所以正统的佛法，不谈什么“假我”，更不谈“真我”，谈的是“五蕴无我”。

至于生命的现象，用十二因缘说，用五蕴来说，用六入来说，用四界或者是六界来说，都可以。生命的现象，以蕴、处、界来说明它，就像说明一辆汽车，不执着有一辆汽车本身的人，完全可以说这辆车是由哪些结构、哪些部件构成的，但是当他说“车”的时候，他内心中并不以为有一个它就是它自己的那辆车，他只是看到由这些各个部件的和合运转而形成的这么一个集合体而已。如果能够这样来认识五蕴，认识五蕴的此有彼有，相似相续，看到这样名色之流、五蕴之流，没有问题。为了随顺世间，用代名词来指代这个集合，说“我”、说“你”、说“他”，也没有问题，这就是过去说的“言随世俗，心不违实相”。但也不意味着怎样表达都肯定没有问题，主要看内心发不发生错误。

关于“五蕴”和“我”的关系，如果愿意拓展，过去在“《大智度论》中的‘人无我’思想”中提到过一个譬喻——“五指因缘拳法生”，这是一般人的感觉，但是正确的认识应该是“离五指更无别拳法可说”。喻说什么呢？一般人感觉“五众因缘有我”，但是实际上是

“离五众无我可得”。即便在生命现象上也是这样，离开了一一的蕴说有一个“我”，不就和离开了五个手指说有拳头一样吗？所谓的拳头，只不过是五指捏合的相；所谓的“我”，只是五蕴和合的一个代名词，五蕴和合的一个集合，在这个上给它起个假名叫“我”。如果是从这个角度说“我”，没有问题。但一般人都是觉得有一个生命内在的主体叫作“我”，那就是觉得五蕴“是我”，或者“异我”，或者“相在”了，是觉得“五指因缘拳法生”了。那一段讲解可以找来做辅助。

法友：顶礼师父！“恒、一、主宰”，这样对“我”的特征把握，是从现象中不如实知的观察而得来的，但是这样的结论能得到广泛认可吗？比如“我”的主宰性，并不是都认为“我”有那样绝对的主宰，或者通过锻炼（所谓的修行），可以达到那样的主宰力。

法师：这个问题我来说明一下。“常、一、主宰”，是对于内心自我感所包含特征的一个提炼。一般人会觉得：“我不是这样认为我的呀？”那是因为对于内心自我感的反思还不够深刻。

我常说：这个“常”，不是说推敲之后觉得这个色刹那变化，所以“我”是刹那变化的。因为没有人是生活在这样的推敲中的，每个人基本上都是直接地感觉这就是“我”。我说的这个“没有人”、“每个人”，都是指没有相应修习的人，就是经中所说的“愚痴无闻凡夫”。他是直觉地感觉我就是我，你让他说出“我是什么”，他说不出来；就算说出来，也经不起推敲。所以两个没有这样智慧的人，互相探讨“什么是我”的时候，会说来说去说不清；到底什么标志着“我”，也说不清楚。

佛法中指出：一般感觉的那个“我”，实际包含着这样“常、一、

主宰”的特征，或者依《阿含》来说的话，主要在谈“常”和“主宰/自在”。

一般人都意识不到这样的认知结果是经过了认识的，他不觉得那是认知结果，就直接感觉“我感觉到了我”，这就是一般人的内心活动；“我感觉我自己”，这是一般人的内心活动。那他内心感觉的这个“我”是怎么样的呢？当然“我要听我的招呼了”，这不就是主宰义吗？我一直是我是我，没有从我变成张三，有这种内在的一致性，这不就是常义吗？

这个心是游移的，当他来剖析内心这个自我感的时候，很容易从剖析内心自我感——内心关于生命现象的认识结果，莫名其妙就跳到了生命现象上；他会在剖析关于生命的认识的时候，莫名其妙地就跳到生命现象上。这句话是什么意思呢？当探究自我感包含什么的时候，自我感意味什么的时候，自我感有哪些特征的时候，实际上我们是就认知结果来说的，这个时候你不要往现象上说，要谈的是内心自我感包含什么特征。用老百姓话说，拎不清的人会怎样呢？意识不到现象是一回事，认知是一回事；一谈自我感（对于生命现象的认知结果），他就往现象上找。那个不是，那是你开始用理智去分析现象了，而不是在分析内心的自我感。如果能够稳定地、深入地剖析这个自我感，就会发现：它是包含着这样我一直是我的“常”义，包含着由我自己来做主，由我自己来支配，所以我才是我的这种“自在”义。

不能够清晰地认识到内心自我感包含什么样的特征是一个问题，这并不是每一个人都能够认清的，所以我讲佛法中“无我”的时候，第一要做的工作往往是要说明：一般人内心的自我感包含着哪些特征；第二要说明：这样自我感的特征，在生命现象上能否找到？因为找不

到，所以有第三：与生命的事实、生命的现象不符合，所以那个自我感是无法成立的，是错的，是不真的，生命现象中没有一般人所体会、所感觉的那个我——五蕴无我。是这个义。

至于说“我”有“常、一、主宰”性的特征，能不能够得到广泛的认可？它不太可能得到广泛的认可，因为没有几个人能够看得清内心的自我感到底包含着什么特征。还有一些人因为错误的探究，就像刚才说，一谈内心自我感包含什么特征，他就开始针对生命现象来总结，意识不到内心的自我感是基于内心对于生命现象产生的认识结果。一谈认识结果，他到现象上去找特征，那当然是错的了，他甚至都意识不到自己做了这样张冠李戴的事，就以为自己内心的自我感不是这样的。问题就出在这里，看不清内心都做了哪些操作，还觉得自己对。

佛为什么有时候对于来问问题的人不做回答呢？因为有的人邪见太深刻、太坚固，或者他还不具备共同来深入探讨的基础，这时如果继续对他说，要不然就会对他重增迷惑，要不然就会导致他的其他一些问题，所以不谈。佛也不是对谁都来谈无我的，佛一般对于在家众的教导，更多的是人天善法，也就是后来所说的“五乘共法”，从这也可以思考一二。

法友：师父吉祥！我觉得有时是，心想什么，就去做了，因此而生出身、语色法；有时候又觉得，外在的色法，影响内心的判断。这个“我”是觉知吗？

法师：人们感觉有“我”的这种自我感，很多时候是从识的活动来的，特别是“我思故我在”这一类，如果用佛法术语说，其实是认为“我是行”，或者“我是识”，或者“行属于我”，或者“识属于我”，从这个来确定“我的存在”。

这位法友说：“心想什么，就去做了，因此而生出身、语色法”，这是有的。“有时候又觉得，外在的色法，影响内心的判断”，外在的色法如果与根触碰，根、尘和合生识，根、尘、识三和合触，会引发后续的认识及相应的运作，这没有问题。那由此来问：“这个‘我’是觉知吗？”当然没有“我”啊，所以说对于色非我，也不是我所，也不相在，乃至识，确实要一一观察的：受是我吗？想是我吗？行是我吗？识是我吗？要这样一一地来观察。初步的工作是对于内心的自我感要能够抓得住，要能够剖析清；对于生命的现象，能够看清楚。慢慢来，一点一点来。刚开始不熟练、不顺遂，没什么，一点一点做。如果愿意从浅到深慢慢做，也可以配合一些止观的修习，慢慢地会得力。

今天因为问题多，所以我们时间久了。一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 21

—— 第五选 我见是无明（三）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

我们是在学习《杂阿含经二十选》的第五选〈我见是无明〉，之前我们学习完毕“讨论”（2），接下来我们学习“讨论”（3）——

（3）在五受阴生我见中，又以四无色受阴为最。

“四无色受阴”指的是受、想、行、识，这些主要是心、心所法，也就是所谓的名法，用今天的话说是心理现象/精神现象。

人们感觉我一直是，有一个内在的让我一直是我的内核，如果推导下去的话，其实多分地更容易觉得“这个生命的主体（内在的我自己，使我成为我的那个），主要是精神性的”，也就是这里说的“无色受阴”。一般人感觉有一个不变的我乃至灵魂等等，主要的症结也在这里。

为什么会这样？因为色法的变易无常是容易发觉的。说得再深一点，对于色法形成对象感，相对于心、心所法更容易，也就更容易对色法做出观察。这一观察，也就更容易发现色身的变易无常，当然，

每个人都经历老病等等苦迫，也容易体会到苦苦层面的苦。但是心、心所法，也就是受、想、行、识这四无色阴，更不容易在内心认识中被作为对象来观察，更不容易形成对象感。连把它放在被观察的位置来宁静、安稳、深刻地观察都没有，就不要说能够更深刻地认清它的现象和本质了，所以人们更容易觉得四无色阴是我。

很多人看到这个色法的变迁，确实不是我一直是我的那个内核可以寄托的，但是内在的灵明觉知始终在啊，那个东西就是我，那个东西就是使我成为我最关键的。说得明确一点，其实就是执四无色阴中的哪一个为我。如果是对所谓灵明觉知这种了别性计执为我的话，那主要是在识阴/识蕴上计执为我。其他的种种也都有，这里就不去一一说。

这是说到这一句话，先做一番总说。下面我们看“讨论”中引的经文——

第 289 (470) [327] 经中说：“愚痴无闻凡夫，于四大身厌患、离欲、背舍而非识。”

对于生命没有如实知的、没有真正智慧的人，在色、受、想、行、识这五蕴上是有一些差别的，如果比较起来，是更容易对于四大色身产生厌患、离欲、背舍，而不是识。比如这个色身病了，出现一些问题了，看到它的无常苦迫，这个时候人们会有类似于厌患、不希望，种种心的生起。但是在识上，基本上没有哪一个人会这样。下面是白话的解释：

因为人们对四大色身（地、火、水、风）比较容易察觉其变化无常（有增、有减、有取、有舍），就比较容易产生厌离感，而对心、意、识却比较不容易察觉而产生执着。

括号里的文都是 289 经原文的内容。四大色身的增减变化，和人们对它的取舍，是比较明显的。“有增、有减”：像一个人从小长到大，这当然是“增”；如果经历一些情况有减损，这是“减”。体重的增加是“增”，体重的减少是“减”等等。“有取、有舍”：是说内心对于色身或者是色身的某些部分，会有取舍的不同，比如有的人在意容颜，照着镜子看自己：“这双眼睛很好，鼻子要是再怎样一点就好了”等等。

“因为人们对四大色身比较容易察觉其变化无常，就比较容易产生厌离感”：这是说“比较容易产生厌离感”，不是说必然，也不是说每个人都会这样。对于四大色身的厌患、离欲、背舍，即便是凡夫，也还存在可能性。这个“厌患、离欲”，大家想一想，有一些人在重大病苦的长期逼迫前是会有有的，只要我们观察一下就会了解到。

“而对心、意、识却比较不容易察觉而产生执着”：“心、意、识”，都是识的异名。在这里只说到识，其实原经文对于受、想、行、识这四无色阴都谈到了。人们对于心、意、识，比较不容易察觉它的无常变化，而产生执着。刚才说：人们更容易认可“识”更能表征我，“识”是作为生命主体的内核，我是我的关键。

然而，事实上，四大色身如果善于保养（若善消息），维持个十年，甚至百年，并没有问题。反而是心、意、识，随时都在变化，就像“猕猴游树林，攀捉枝条，放一取一”（第 289（470）[327]经），不断地变换，更不应该执着为“我”的。

如果看到这样的事实——心、意、识的变化是非常迅速的。不向内观察的人，总觉得内里活动的是“我”，是“我的心”，体会不到它刹那刹那的变化。因为感觉我一直是我，觉得是“我在想”、“我在感

受”。这种内在的自我感，自我感中包含的恒常义，让他看不到心、意、识的刹那变化。

其实，如果在生命现象上做反省、做观察，看到心的生灭变化实际并不是那么难。眼睛看到这段文字，就随着这段文字转；看到手机上的什么内容，就随着手机上相应的内容转；耳朵听到什么声音，注意力又跳转。心、意、识的随时变化，确实像“猕猴游树林，攀捉枝条，放一取一”，所以更不应该执着为我。前面也谈到：要对于内心自我感中“我”的特征有所体会；然后再看一看这样的特征，在生命现象上是否有与它对应的；如果没有，那只说明是内心的错觉。

这一段“讨论”，是针对一般人“我见”的倾向来说的。破“色是我”的执着是容易的，说明色的无常变化，人们一般容易接受，特别在器官移植相对来说比较成熟的今天，这个是更容易一点。但是，因为内心坚固的我见，会让人们认可“我是确实的”，那在身心上什么是“我”的依凭呢？“色”的确是不堪，就容易向精神现象（四无色阴）上去寄托。

看看这颗心，常常地来发现自我感的谬误，也看到内心的狡辩。慢慢通过这样持续地如实观察，对于认知审慎地审核，发现过去的错误认识，也发现这个认识是在什么上发生了错误，这就是在破坏过去的颠倒。

289 经，大家如果有时间，可以去学习一下，也是主要谈无我的。

(4) “我见”，其实只是一种错误的观念，一种想法。

我在讲解中说：感觉有我，是内心的一种认识。对什么的认识？对于生命现象；再具体一点说，是对于身心现象的一种认识。认识为什么？认识为这是我，或者某一个部分是我。“某一个部分”的意思，

不一定是色法的部分，比如前面所说的四无色阴，在身心上说也就是一部分，主要是名法（心、心所）的部分。

自我感，是内心直接产生的一种认识，是一种认识结果。在什么上呢？在身心上，在生命现象上。对于这种认知结果，内心自然地接受它，不加以审择地接受它，并且确认这是对的，这是“我见”。哪一个人不觉得确实有我呢？就说一般没有佛法修习的凡夫，都是觉得确然有我，确实是我，这就是“我见”。

说“‘我见’，其实只是一种错误的观念”，说得很恰当。只是当用“观念”的时候，一般人觉得：观念都是后天形成的，是通过后天有意无意的教育或者环境影响形成的。实际上，观念是一种内心中确以为真的内心现象，认为这个确实是真的，确实是如此的；只要是这样的，其实都可以说为观念。像古人“天圆地方”的这种认识是一种观念；每一个人内心觉得有“我”，这也可以说是一种观念。

然后说“‘我见’，是一种想法”。“想法”这个汉语词汇，说到“我见”上，可能有一点不太容易对应。为什么呢？当人们说一种想法的时候，这个想法往往意味着它可能比较短暂，或者容易变化，容易停止，容易忘失；“我见”实际上是一种非常坚固的错误观念。当然，用白话“想法”来说“我见”也不是不行，当人们说到“想法”，容易体会为：是自己心主动运作，产生的活动、产生的思想。实际上这个“我见”，哪怕是一个智力有缺陷的人，乃至刚出生的婴儿，都是有的，内心自然地就体会到有这样一个主体；就是这些低等动物，也一样有这样“我见”的颠倒。

说到用“想法”这个词来说明“我见”，相对容易让人误解，可能“错误的观念”更合适一点。我在前面解说的时候，说是“错误的

认识”。大家去抓住内心这个错误的认识，在这个自我感上加以分析和认识。前面在回答问题的时候也说过：很多人意识不到“生命的现象”和“对生命现象的认识”是两回事。当谈对于生命现象的认识——这个自我感中“我”的特征的时候，因为他意识不到有“现象”和“对现象的认识”这两回事，他认为都是一回事，所以一谈自我感中“我”的特征，他不是在自己认知结果中去分析，而是跑到生命现象上去分析，这是一种常见的错误。

这种常见的错误，直接混淆“现象”和“对现象的认识”，所以没办法基于“现象”去审视“对于现象的认识”，因为他混为一谈了。你一谈内心对于生命现象的认识，他就往生命现象上去看，那当然是南辕北辙。要能够意识到，二者并不天然地、自然而然地是一致的。看一看对于生命现象的认识——这种自我感，所包含的特征；再看一看在生命现象上是否有这样的特征；不相符，那说明内心的那个自我感是错误的，是错误的认识，是错觉。

它没有形体，也难以捉摸，

这是说“我见”没有具体形象。对于很多人来说，它其实是挺模糊的。这个“我”，边界到底在哪？人们不清晰。从前也说过：对于多数人，就色身来说，也搞不清是我，还是我的。有的时候病恼或者是灾难，需要做一些肢体的舍弃——大到截肢，小到拔牙这些，人们是认可的，事后还觉得我依然是我。一般人不太清楚内心这个自我感到底对应什么，更谈不到它的边界是怎样。

明明觉得我一直是我，但又朦朦胧胧。虽然是难以捉摸——

但是却具体地、无处不在地影响我们的行为。好像只看得到它的威力，却茫然不知所措。

一般人不去反思，可能还不会茫然不知所措。稍微有一点哲思的，或者学习佛法来思择“我”、“我见”是否为真的人，可能在没有得到真正进入的时候，更容易出现这种表现——有一点茫然，有一点内心的混乱。

要注意前面所强调的要点：生命的现象，对生命现象的认识。提醒这颗心来反思对生命现象的认识——内心的自我感，那个自我感中“我”所包含的特征。不要再莫名其妙地往生命现象本身上去跳转，坚持在对生命现象认知上来做观察、做分析。

然而，经中末尾说“彼一切正观，皆悉无常”，却提供了一个重要的讯息。这是说，可以从观察无常着手，从体会无常、接受无常的修学，来破除“我见”执着的。

这是谈到：上面经文在说过了愚痴无闻凡夫和多闻圣弟子计我、不计我的差别之后，谈到了色、受、想、行、识无常，而且一一地从十一种方面来体会无常。其用意何在？当时讲解经文的时候也有提到：是帮助人通过观察无常，来破除我见颠倒。当时有一些讲解，如果需要，也可以回过头去再做参考。

为什么可以这样做呢？其实之前也说过，我不妨在这几个“讨论”之后，就着这个话题把前面说到的若干要点再串一下。首先，应该认识到在现象上确实有这样生命的现象、身心的现象。在本经中，身心的现象说为色、受、想、行、识，不要只是停留在名言的层面，要在内心的观察中与生命现象对应。常常地这样做，只在讲课的时候随着这样的讲说，在头脑中很肤浅地、很迅速地过一下，不顶用的。自己在闲静处，安静下来做这种内省的观察，看到这样身心的现象：这些是色法（也就是所谓的色身），这是受……。反复地来做，熟悉观

察生命的现象。

第二，要看到对于生命现象的认识。每一个人都有，甚至不管神志是否清醒，是否有错乱，他都有内心对于身心现象、生命现象的认识。这个认识，在一般的愚痴无闻凡夫边主要表现为“我见”。把这样身心的现象、生命的现象，或者一整个儿地认为是我，或者认为其中哪一个部分是我。如果更具体地展开，“色、受、想、行、识是我，异我，相在”，这里不再展开了。

关于“生命现象”和“对生命现象的认识”，要分别能够看到——这是重要的基础。

尤其是这个自我感，要意识到它只是一个认识结果而已。是对什么的认识结果？或者说为：在什么上计我？就是“于此五蕴身计我”。也就是说，对于身心现象、生命现象的认识结果，在这个上觉得有个我。这个很重要！多数人直接觉得有我，而且意识不到这是一种认识结果，觉得“这就是我对于生命现象完全正确的把握”——其实说这个话都已经超过很多人的反思了，因为多数人从来就没有过反思。认识到对于生命现象的认识结果，呈现在心中就是这种自我感，这是很重要的一点！

接下来，既然知道有“生命现象”和“对生命现象的认识”，那么，应该来做一下审择。什么样的审择呢？看一看这个认知是否如实，这个认识是否符合于现象。为什么有必要做这个？因为一般人所有活动的出发点、基础，都在这个“我”上。如果这个看不清，这一生要不然就是稀里糊涂的，要不然就是充满错谬的。这是对自己负责的一种生命态度。当然，浑浑噩噩地过，也是一种过法，我们这里就不论了。

意识到有加以审择观察的必要，那如何来观察呢？如何来看认识结果与现象之间，是否一致呢？很简单，特征比对。在前面经文讲解的时候说过：人们是怎样来判断两个事物是否一致的呢？比对它们的特征。讲经文的时候，我用的是差别很明显的例子，比如鸡是不是猪，这是很容易判断的。是基于什么的判断呢？仍然是基于特征。当时也说：这在佛法中也可以用法相的词，说特征就是“相”。“我相”为何，也就是自我感中这个“我”的特征是什么。然后再看一看这样的特征，在生命现象中是否有？如果任何一个“我”的特征，在生命现象中都找不到的话，那都意味着这种认识是错的。

判断两个事物是否一致，你需要找出一万个差别吗？不需要，只要有一个差别就够。这就是本经中为什么着重只谈“无常”，够不够？够。那也有余经偏重于谈“自在、不自在”，可不可以？可以。某位有情、某个人做无我的观察修习，他周遍观察“无常、苦”等等来发现“我不可能”，可不可以？可以。乃至后世种种论疏中有更多的角度来破斥“我”的颠倒，可不可以做这样随顺观察？当然都可以。可以说，破除“我”的颠倒，从任何一个正确的角度入手都可以。当然，从尽可能多角度的观察也可以；从最小化来说，至少从一个角度来发现自我的荒谬。

比对特征，因为现象相对来说是显著的，所以找现象的特征不是那么难，很多人卡就卡在了找这个自我感中“我”的特征。所以在讲解的时候，强调内心自我感中始终感觉我就是我自己，我不是张三、不是李四，我在成长中也没有变成张三、李四，我一直是我是，有这个内在的“我”在任持着这个生命，让我一直是我是，这就是“我”的特征中一个很重要的方面，叫作“常”。认识到内心自我感对应的“我”，有这样的特征——“常”，其他的如“主宰”等。然后再去对应生命

现象，看看生命现象中有没有什么是常的。身心，或者如经文展开的色、受、想、行、识，有什么是常的吗？没有。认知结果——“我”的特征，与所认知的现象对不上，这说明什么呀？这说明认知结果有错误，认知结果不如实，那个“我”不能成立。

至于说现象上到底如何？佛法中并没有超出一般人常识那样去做特别细致的解说，只要看一看现象上是否有一般人所执着的那个“我”的特征就好。你觉得我一直是我，有这样内在的“我”在任持着，使它一直是它的这种“常”义，那色、受、想、行、识的哪一个能够承担起来吗？都不可能。哪一个都是无常，合在一起还是无常，这个“我”向何处安放呢？所以“我”不可能。在生命现象上把握这样的要点很重要，主要是跟内心自我感对应的特征去比对。

佛法并没有变成生理学，或一般普遍治疗疾病意义上的医学，它没有像今天学术这样，发达到分子机制的层面去说明生命现象，也不必这样。你有这样的知识，不会障碍；没有这样的知识，也不会成为醒悟无我的短缺。佛世的时候，普遍的知识其实远不如今天丰富，一般人对于生命现象的认知更多是基于生命经验的，所以佛在说到无我观察的时候，都是基于一般人就有的生命的认识来谈的。一般人基于正常的观察，对于生命现象就可以有的认识，就足够帮助我们去体会无我。如果在普遍的说明中，一定要把这个说得特别复杂深奥，那对于很多人反而会成为障碍。就今天的情况来说，对于有相应专业知识的人，可以说得比较细一点——比较细节的生理学的东西，甚至到分子水平去说明，也不妨。但是佛说的时候，就是针对一般人，哪怕没文化，哪怕智力水平很一般，都可以经过一般的观察能够有的认识，来破斥“我见”，这一点很重要。

如果一个人意识不到“生命现象”与“对生命现象的认识”，会在谈到“‘我’的特征”与“生命现象”作比对的时候，他在“我”的这个特征上，不是从认知结果上去发现，而是不经意地又跳转到生命现象上，甚至因为今天知识的发达，会从很多细节层面去探讨生命的现象，这就很容易偏离开刚才说的重心、逻辑主线。这个逻辑主线是什么？认清“现象”与“对现象的认识”；然后比对“认知中的特征”与“现象本身的特征”，二者是否一致；因为不一致，所以认识到一般所执着的那个“我”不可能，是一个错误的认识。

这是对于这“讨论”（4），包括前面谈到的无我观察，一个概括性的总结。

（5）其他有关五蕴计我的经文：64（61）[55]，43（155）[89]，44（156）[90]，46（158）[92]。

这里列出了四部经典，其实前面所谈的 289 经等等，大家也都可以找来学习。到此，第五选的内容我们全部学习完毕。我们一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 22

—— 第六选 是我、异我、相在——焰摩迦所答经（一）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

今天我们来学习《杂阿含经二十选》的第六选〈是我、异我、相在——焰摩迦所答经〉（经号：104（172）[106]），这部经仍然围绕着“无我”的教法来展开。因为汉译的经文中，有个别地方可能不是那样显白明了，所以在讲解中会参考南传相应的经文。我们先来看经文：

一、经文

如是我闻：一时，佛住舍卫国祇树给孤独园。

这是说在哪里发生的这件事。下面讲的其实主要是舍利弗尊者和另外一位比丘之间的问答，这里却说佛住祇树给孤独园，应该是表达：这件事情发生在给孤独园，佛当时住在这里，舍利弗尊者和另外一位比丘应该也是如此。这件事情的缘起是怎样的呢？

尔时，有比丘名焰摩迦，起恶邪见，作如是言：“如我解佛所说法，漏尽阿罗汉身坏命终，更无所有。”

这是这件事情一个很重要的缘起，是有一位比丘对于佛法的认识发生了偏差，实际上是落入了恶邪见中。不是佛法的正见，是恶邪见，与正见相反的。他有什么恶邪见呢？

“如我解佛所说法”：如果我所理解把握的法，是正确的话。**“漏尽阿罗汉身坏命终，更无所有”**：汉译的文是说，漏尽阿罗汉，最后身体坏散，寿命终了。这个**“更无所有”**，应该是说这个阿罗汉断灭了。这个说法有什么问题呢？也就是说，这位焰摩迦比丘，觉得阿罗汉在活着的时候，生命里有一个内在的主体，也就是一般人感觉的**“我”**。一般人都觉得有一个生命内核性的东西，使我成为我，从生至死贯穿着，而且这个我一直是我，他没有变成张三，也没有变成李四。这位焰摩迦比丘觉得，一个人活着的时候是有这样的我，如果他成了阿罗汉涅槃了，这个我就被消灭掉了。

如果用佛法的话来说：他在活着的时候，认为活着的状态是有我，而且我一直是我——这是**“常见”**；等到成为阿罗汉，契证了涅槃，他又觉得这个我被消灭了——变成了**“断见”**。他这种观点其实是**“常、断见”**的混合表达，这是我们从文中多少可以解读出来的。

下面是对应的南传《相应部》的经文：

当时，名叫焰摩迦的比丘，有这样邪恶的恶见生起：**“我了知依世尊所教导的法，烦恼已尽的比丘，以身体的崩解而被断灭、消失；死后就不存在了。”**

这文就比较明显了，他认为：**“有一个‘我’，经过修行，当漏尽之后，被消灭了”**，这是他的观点。庄春江居士在关于巴利相应部经文的对读中，对于他这句话有一段注解：

“更无所有”，南传作**“死后就不存在了”** (na hoti paramā mara

nāti)，菩提比丘长老解说，这是邪见的一种：他认为当未证得阿罗汉前，众生有生死轮回的主体存在，这是“常见”，但，等到证得阿罗汉后，这个生死轮回的主体就被断灭了，这是“断见”，所以这是一般人常有的选择性、混合式的“常见与断见”。

菩提比丘，是一位来自西方的比丘，他有把巴利语的《尼柯耶》翻译成英文，也有一些注释。

因为这是焰摩迦比丘最初的见解，所以很关键！如果我们不知道他这句话所要表达的内涵是什么，对于接下来的辨析也就摸不着头脑：“为什么这样辨析呢？为什么这样辨析之后，焰摩迦就自动地放弃了过去的看法，而有了正确的认识呢？”当我们了解了他的错误，后面的文可能就更容易理解。

这位焰摩迦比丘有这种看法，并表达出来。之后——

时，有众多比丘，闻彼所说，往诣其所，语焰摩迦比丘言：“汝实作是说，如我解佛所说法，漏尽阿罗汉身坏命终，更无所有耶？”

答言：“实尔，诸尊！”

其他的比丘听到他有这种说法，应该是比丘之间互相有一些交流：这种说法是违背佛法的，这是异见异解。“异”是不同的意思。

前面说“恶邪见”，这并不是刻薄的话；这样的“常、断见”，对于缘起中道的正法来说，就是恶邪见。这样的见解不能够导向解脱，而且不仅会障碍他自己，传播开来也会染污佛法，耽误其他人。所以，为了利益这位焰摩迦比丘，也避免他人受到伤害，更避免佛法受到伤害，他们做了下面这些事：去找到焰摩迦比丘，问他是否有这样的看法/说法。焰摩迦比丘如实而答：确实是这样的，诸位尊者！

时，诸比丘语焰摩迦：“勿谤世尊！谤世尊者不善。世尊不作是说，汝当尽舍此恶邪见！”

诸位比丘跟焰摩迦这样说：你不要诽谤世尊！诽谤世尊的人是不善的，这样的行为是恶不善法（言外之意，对自己、对他人都没有好处）。世尊并没有像你这样说，你应该完全地舍弃这样的恶邪见。

大家有看到吗？如果把不是佛法的说成是佛法，把背离佛法的说成是佛法，这在佛世的时候被认为是诽谤世尊，也就是我们常说的“谤佛”。为什么呢？佛没有说这样邪曲的内容，你说佛是这样说的，这当然是对佛陀的诽谤。不光经中有这样的词语，律里也有。律里记载一件事：有一位比丘有恶邪见，认为“淫欲不障道”，而且向外宣说。诸比丘对他的劝谏也是这样的话：“勿谤世尊！谤世尊者不善。世尊不作是说，汝当尽舍此恶邪见！”这已经是僧中的劝谏了，如果不从，后面是有过患的。

在这里能够看到如法僧团的生活，能够看到僧团“见和同解”是怎样的重要，以及比丘们为了僧团的和合清净所做的正确努力。

诸比丘说此语时，焰摩迦比丘犹执恶邪见，作如是言：“诸尊！唯此真实，异则虚妄。”如是三说。

诸比丘这样诚挚乃至严正地劝谏他，可是焰摩迦比丘真心不觉得他的认识/见解/说法有错误，告诉前来纠正他的比丘们说：诸位尊者！我说的是事实；对比起其他来说，这个才是真实的，其余的都是虚妄不真的。

诸比丘来劝谏焰摩迦。第一次这样的问答，焰摩迦仍然坚持己见，不接受大家的劝谏。但是不管从律的规定，还是比丘们对他的帮助之心，不是只劝谏一遍就放弃的，这样的对答反复发生了三次，这是“如

是三说”。这不是走流程，而是很诚挚地劝谏：希望你能够放弃这样的恶邪见，不要诽谤世尊。因为焰摩迦比丘确实意识不到自己错在哪，所以还是固执己见。

时，诸比丘不能调伏焰摩迦比丘，即便舍去。往诣尊者舍利弗所，语尊者舍利弗言：“尊者当知！彼焰摩迦比丘，起如是恶邪见，言：我解知佛所说法，漏尽阿罗汉身坏命终，更无所有。我等闻彼所说已，故往问焰摩迦比丘：汝实作如是知见耶？彼答我言：诸尊！实尔，异则愚说。我即语言：汝勿谤世尊！世尊不作此语，汝当舍此恶邪见。再三谏彼，犹不舍恶邪见，是故，我今诣尊者所，唯愿尊者，当令焰摩迦比丘，息恶邪见，怜愍彼故。”

比丘们没能够调伏焰摩迦比丘，令他舍弃自己的恶邪见，体会佛法的正见。这并不是一件小事，这实际意味着，和合僧团里边出现了问题——见解不和了。当然还没有上升到僧诤的层面；因为只是个体，还没有发展到“众对众”这样两部的不同意见。不过这并不是可以忽视的事情。

调伏不了，怎么办？去找其他有可能给他帮助的人。他们离开了焰摩迦比丘，去找舍利弗尊者，讲了这件事的来龙去脉后，请舍利弗尊者去帮助他。帮助他息灭恶邪见，也是对他的怜悯。

舍利弗尊者作为“随佛转法轮将”，对于佛世时候佛法的传播、僧团的和合，起了非常大的作用。从前在余处有说过：我们很多后世的人，可能对于阿难尊者、迦叶尊者投以更多钦佩仰慕的目光，但是佛世时候的随佛转法轮将，在弘法方面做出特别大贡献的，舍利弗尊者可能是其中一员。

诸位比丘这样的请求，舍利弗尊者是如此回应的：

舍利弗言：“如是，我当令彼息恶邪见。”

好，我知道了，我会使他熄灭以前的恶邪见的。

时，众多比丘闻舍利弗语，欢喜、随喜而还本处。

诸位比丘对于舍利弗尊者的能力相当有信心，看到舍利弗尊者答应出马就放心了，于是大家都欢喜而去。

尔时，尊者舍利弗，晨朝著衣持钵，入舍卫城乞食。食已出城，还精舍，举衣钵已，往诣焰摩迦比丘所。

尊者舍利弗晨朝具威仪入舍卫城乞食，在城中用过食之后，出城回到精舍，整理好自己，去找焰摩迦比丘。

时，焰摩迦比丘，遥见尊者舍利弗来，即为敷座洗足，安停脚机，奉迎，为执衣钵，请令就座。

这一段描述，是焰摩迦比丘见到舍利弗尊者来，而做的符合佛法戒律仪相应的礼节性、尊重性的工作。我们看一看都做了什么事呢？

“敷座”：就是帮舍利弗尊者准备座位。“洗足”：因为当时的比丘们一般情况下都是赤足的，在一些特别的地方也许有开缘，但是多数情况下是赤足的。赤足在外边走久了，脚不仅会变脏，而且也容易劳损，或者是有一些小伤口等等。这个时候，到一个地方之后要先洗足，免得污了其他的地方或者是物品，也是表示尊重，再一个也是对于身体必要的摄护，所以我们看到有洗足的环节。“安停脚机”：“停脚机”是当时印度类似于家具的东西。假如说这个人的座位相对高，那就可以在下边安一个停脚机，对方可以把脚放在上面；或者哪怕座位不高，但是方便对方上座，也安一个停脚机。我们知道很多比丘愿意跏趺坐，安一个停脚机，使他入座更方便，有这样的用途。做了

种种奉迎的礼仪，也为舍利弗尊者拿着衣和钵，请舍利弗尊者就座。

这是下座对上座应该具足的礼仪，表示尊敬尊重。用我们世间的话来说，舍利弗尊者在僧团中资格是很老的，是实实在在的上座比丘，另外，他的智慧、德行也令大众倾仰，影响非常大，德望非常重，所以焰摩迦做这些也是很诚心诚意的。这种恭顺调柔，对于他后面受教而转，其实是很重要的。我们设想另外一个情境：如果焰摩迦比丘对于舍利弗尊者完全不尊重，甚至还看不起，内心轻慢，那么，他们后面的对答所产生的结果，可能就是另外一种情况了。

尊者舍利弗就座，洗足已，语焰摩迦比丘：“汝实作如是语，我解知世尊所说法，漏尽阿罗汉身坏命终，无所有耶？”

这些都做好之后，舍利弗尊者就对焰摩迦比丘说：你是不是确实说了这样的话呢？就你所以为，佛陀说这样的内容：烦恼尽断的阿罗汉，随着生命的终结，彻底地断灭了。是不是这样呢？

焰摩迦比丘白舍利弗言：“实尔，尊者舍利弗！”

焰摩迦比丘也很诚实、很实在。对于法的探讨确实要实在，如果是谄曲心，于法是不相应的。

舍利弗言：“我今问汝，随意答我。云何焰摩迦！色为常耶？为非常耶？”

答言：“尊者舍利弗！无常。”

舍利弗尊者确定了他的观点之后，并没有直接告诉他：你这个是错的，为什么错。舍利弗尊者直接开始引导他思考、观察：我现在问你一些问题，你可以按照自己实际的看法来回答我。第一个问题：焰摩迦！你怎么看？色法是常的，还是无常的？

对于听闻过佛法，做过思惟观察的人来说，这个结论并不难。即便没有多高文化，也没有受过多好教育的人，真的来观察，这也不是一件很难的事。在上一讲中有说到：佛教化的对象很多，而且受教育程度非常不一样，所以在佛法的核心处，于突破凡圣一关关系最紧要处，实际上它必然是普遍适宜的。不是只受过更高教育的人，才能理解把握，哪怕仅仅只是一般的智商，仅仅只有一般生命经验的人，也可以慢慢地契入。

这里的问题和观察，从色法的常、无常入手。焰摩迦比丘的回应也不是应付式的，而是自己确实有这样的认识。

复问：“若无常者，是苦不？”

答言：“是苦。”

色如果是无常的，是不是苦迫的呢？是不是逼迫性的呢？回答说：是的，是逼迫性的。

大家有这样的体会吗？比如说随着年龄慢慢变老，牙齿不好了——松动了，乃至脱落了。这种种无常老苦的迫近，是不是逼恼呢？要知道佛法中谈到色的时候，特别《杂阿含》中，最切近、最主要的是谈身相应的色法。

复问：“若无常、苦，是变易法，多闻圣弟子，宁于中见我、异我、相在不？”

答言：“不也，尊者舍利弗！”

舍利弗尊者又问：如果色是无常、是苦的，是变易法，那么，听闻过佛法，已经有了相应智慧的圣弟子们，会在这样“无常、苦、变易法”的色中，认为色是我，或者是属于我的，或者我在色中、色在

我中吗？

关于色法的“是我、异我、相在”，上一选中我们已经说过，这里不再多解释，如果需要，大家可以回头去参考。面对舍利弗尊者这样的问题，焰摩迦比丘回答：多闻圣弟子不会在这样“无常、苦、变易法”的色中，见“是我、异我、相在”。

受、想、行、识亦复如是。

文是这样“受、想、行、识，亦复如是”，现场发生的可不是这样一带而过，现场是逐一地这样来对答。舍利弗尊者应该是这样问：“受为常耶？为非常耶？”“若无常者，是苦否？”“若无常、苦，是变易法，多闻圣弟子，宁于中见我、异我、相在不？”

针对于色，大家这样对答，这不仅仅是概念性的，实际上大家是基于当下观察来做的对答。受想、想蕴、行蕴、识蕴也都是这样，一一通过对答来让彼此都做这样的观察和确认。

用这样一般人计执为“我”的观念说明之后，大家确认在五蕴身心上都找不到这样的“我”。有了这样共同的认识基础，才有向下的进展。

复问：“云何焰摩迦！色是如来耶？”

答言：“不也，尊者舍利弗！”

尊者舍利弗接下来又问：焰摩迦！你怎么看，色是真我吗？

“如来”这个词，我们一般佛教徒熟悉的是佛陀十种名号的一个，是对于佛陀的一种称谓。但是在古印度，当时“如来”这个词还有一层含义，就是作为轮回中主体的那个东西，也就是真正的我。所以，如果简单地翻译“如来”，在这个上下文语境中，可以把它体会为“真

我”。

“色是真我吗？”尊者舍利弗这样问焰摩迦，应该是对于焰摩迦的情况有所把握。焰摩迦表现为：在这样缘起的生命现象中，计执有一个实体，计执有一个生命的内核，一个确实存在的东西，活着的时候一直是它的那个东西，乃至生死流转中起着贯穿前后作用，保持着这个有情独一性、独特性的那个东西。

“像婆罗门教觉得有这样的真我，你觉得有吗？色是这样的真我吗？”通过上面的观察，焰摩迦比丘确认：色是无常的，是苦的，是变易法，它不可能是真我。为什么不可能？因为那种真我，任持着使我成为我的独特性，意味着我一直是我的某种内在的不变性，也就是“常”，而色是无常的，所以不可能。类似的——

“受、想、行、识是如来耶？”

答言：“不也，尊者舍利弗！”

同样，受、想、行、识也不可能是，因为是无常的，是苦的。

大家看：前面反复地来观察色、受、想、行、识无常、苦，是很有价值，很有意义的，不仅能够让人在色、受、想、行、识上的染爱慢慢地消解，而且可以帮助人破除“我”的颠倒。

焰摩迦比丘通过对色、受、想、行、识无常、苦的观察，确认这些也不是真我。

复问：“云何焰摩迦！异色有如来耶？异受、想、行、识有如来耶？”

答言：“不也，尊者舍利弗！”

“异色”，从字面上来说是指“色之外”、“除了色”。尊者舍利弗又问：色之外有一个如来吗？有个真我吗？色之外有一个令我一直是我的那个东西吗？乃至受、想、行、识之外有个真我吗？这是一一地来观察，回答都是：“不也，尊者舍利弗！”

其实，这个“异色”要表达的含义是：是不是有一个这样的真我，而色是属于这个真我的呢？用佛法的话说：色，是不是我所呢？是不是属于真我的附属呢？也就是说：是不是有一个真我，而色是属于这个真我的呢？是不是有一个真我，而受是属于这个真我的呢？乃至到识。舍利弗尊者这样问，焰摩迦比丘的回答都是否定的。

这其实还是上面“是我、异我”相应的义，只是进一步地把一般老百姓的那种自我感，替换为婆罗门中很明确的学说——“如来”这个概念，来对应观察，是否可能。

复问：“色中有如来耶？受、想、行、识中有如来耶？”

答言：“不也，尊者舍利弗！”

复问：“如来中有色耶？如来中有受、想、行、识耶？”

答言：“不也，尊者舍利弗！”

这是就“相在”义，来进一步针对如来这种观念做对应观察：如果就一般所说的“我”来说，是“色在我中”，或“我在色中”。

如果就婆罗门的观念来说，认为有这样的真我，作为轮回的主体，作为使我一直是我的那种内核性的东西、根本的东西，对应这种观念来问：是色比这个真我大，这个真我藏在色中吗？或者是藏在受中？藏在想中？行中？或者识中吗？回答说：不是色中有如来，不是受中有如来，乃至不是识中有如来；不是色比如来大，乃至识比如来大，

不存在这回事。

“相在”的另外一种情况：如果就“我”来说，是我比色大（我中有色/色在我中）。尊者舍利弗又问：难道是真我中有色吗？真我中有受？或者有想？或者有行？或者有识吗？回答都说：并不是这样的。

这是针对婆罗门教“真我（如来）”的观念，进一步地从“是、异、相在”这三个角度来做分别观察，跟前面针对一般人的自我感来做“是、异、相在”的观察，道理是一样的。

复问“非色、受、想、行、识有如来耶？”

答言：“不也，尊者舍利弗！”

这是在问：是离开了色、受、想、行、识而有如来吗？当然也不是。如果离开了色、受、想、行、识以为有如来，那就意味着离开了生命现象谈真我，那是没有意义的。所以焰摩迦的回答是：“不也，尊者舍利弗！”

这跟前面相比，是多了一个问，这在后来所谓的“离色、受、想、行、识有真我”，被总结为“离蕴我”。这都是有用的，因为有人有这样的执取，佛法针对这样的颠倒执着，也就有相应的破斥。

“如是，焰摩迦！如来见法真实如，住无所得，无所施設，汝云何言：我解知世尊所说，漏尽阿罗汉，身坏命终无所有。为时说耶？”

答言：“不也，尊者舍利弗！”

这是舍利弗尊者的难问。我们直接来看一下对应的，巴利语相应内容的注解：

“如来见法真实如，住无所得，无所施設”，南传作“在此生中，

当真实的、实际的如来，未被你得知时”(di^{ṭṭ}heva-dhamme saccato thetato tathāgate anupalabbhi yamāne，逐字译则为“见-法-真实-如(坚固、永住)-如来-不-得”)，菩提比丘长老英译为“这里，就在这一生中，当如来不被你理解为真实的与实际的”(When the Tathāgata is not apprehended by you as real and actual here in this very life)。按：从巴利语经文逐字译的内容来看，本段北传经文的译文是否已完成，是很可疑的。(编者按：讲解中引用的南传经文及其汉译、英译，如未做特别说明，皆引自庄春江工作站)

“‘如来见法真实如，住无所得，无所施設’，南传作‘在此生中，当真实的、实际的如来，未被你得知时’”，这似乎还是有一点不容易把握住。“di^{ṭṭ}heva-dhamme saccato the tato tathā gate anupalabbhi yamāne，逐字译则为‘见-法-真实-如(坚固、永住)-如来-不-得’”，这是根据相应的巴利文，逐字翻译成的汉语，意思是：并不认为有这样一个真实的我存在。所以，“在此生中，当真实的、实际的如来，未被你得知时”这句话，简单说就是：这样的“如来”，并没有成为你自己的认识。这是逐字地在用白话来说，理顺一下就是：“菩提比丘长老英译为‘这里，就在这一生中，当如来不被你理解为真实的与实际的’”，这在语顺上与我们一般的口语好像还是不太相应，用一般口语来表达就是：并不觉得在这一生中，有这样真实的坚固的真我。逐字的翻译，是上面所说的——“见法真实如，如来不得”。

对应汉译来看，汉译表达跟这个意思好像不太完全一致。对应的汉译：“如来见法真实如，住无所得，无所施設”，是说佛见到法真实相，内心不取着我，也不必执取这样的真我。这对于“如来”的理解就变成了佛的一种称号，而且容易让人混淆，所以，可能不太合理。从上下文来看，可能南传这段经文要更准确一些。在理解这段文中，

相应的巴利文是更值得我们重视的。

我们回到原经文，尊者舍利弗接着问：如果你并不认为这一生有一个实在的、真实的真我，那你所说的“我解知世尊所说：烦恼尽断的阿罗汉，身坏命终，断灭无所有”这样的说法，合适吗（“为时说耶”）？这个“时、非时”，从前在余处有过解说。大家看到“时”，常常理解为时间，这当然也是佛经中的一种用法。另外，这个“时”有时候还作“因缘”解释，比如说“此是时”——在这些情况下，在这些因缘下。如果根据上下文，这里的“时说”是指合适的说法、恰当的说法。

我们这样一起观察下来：我不可得，真我也不可得。你说：你所了解的佛陀的说法，认为“烦恼尽断的阿罗汉，身坏命终，是断灭的”，你这样的说法合适吗？所谓的“断灭”，要本来有一个“我”（或者真我，也就是所谓如来），现在被修行给弄没了，这才是你说的意思吧？现在我们这样一起观察下来：我不可得，如来不可得，那你谈断灭，什么断灭呢？你这样的说法合适吗？这是这里的逻辑。

焰摩迦比丘在这儿回答：这是不合适的，这并不是一种恰当的说法，舍利弗尊者！

复问：“焰摩迦！先言我解知世尊所说，漏尽阿罗汉，身坏命终无所有，云何今复言非耶？”

舍利弗尊者追问他：焰摩迦！你先前说，你所解知的世尊所说法，烦恼尽断的阿罗汉，身坏命终，意味着断灭，意味着本来有的那个“他”被消灭掉了。你现在为什么又说那个不对呢？

焰摩迦比丘言：“尊者舍利弗！我先不解、无明故，作如是恶邪见说。闻尊者舍利弗说已，不解、无明一切悉断。”

焰摩迦比丘没觉得尊者舍利弗得理不饶人，咄咄逼人，穷追猛打，而是很诚恳地回答：舍利弗尊者！我之前并没有真正理解佛所说的法，也没有如实知，所以有错误认识，做了这样的恶邪见说。听闻了您的说法引导之后，我的这些不理解、不如实知被断除了。

这是二人这样一番共同的观察、探究，焰摩迦比丘意识到了之前的错误，并且舍弃了恶邪见。下面还有很多精彩的内容，时间关系，今天就不再向下学习。

有几个问题我们一起来做一些交流。

【答疑】

法友：顶礼师父！弟子最近有个困惑：我们自我“五蕴皆空”，没有实质性的我，那么人与人之间是什么关系呢？人与佛又是什么关系呢？这里的“关系”是说：两者之间应该是有相互作用的，比如人与人之间明显可以互相交流，但是空与空是无法相互作用的。

法师：这就是我在上一讲末尾处所强调的：要首先体会到“生命现象”和“对生命现象的认识”。佛法所破的是对于生命现象的错误认识，这种自我感、我见是错误的认识。至于如何体会到它的错误？首先找出自我感的特征，与生命现象做比对。但凡有一个特征不匹配，就意味着认识结果不如实，是错的。比如无常：我们感觉我一直是，这意味着“常”，但是生命现象中找不到一个是常的，色无常，受、想、行、识、无常等等。这就能体会到自我感的荒谬，我见的错误。

也就是说，一般人对于生命现象的认知有着根本错谬，佛法所破斥的是这个错误认识，何尝破坏过生命现象呢？现象上有这样色、受、想、行、识，五蕴的苦、集、灭、道、味、患、离（七处三观），讲的就是五蕴是怎样的缘起现象，何尝否认缘起的现象？何尝否认缘起

的五蕴？何尝否认缘起的生命之流（生理的、心理的）？不仅没有否认，而且清晰地看到它是如何运作的，如何地此有彼有而呈现的，看到当下的自身心（五蕴之流、名色之流）是怎样的如实情况。

作为人与人之间也完全可以：能发这样的声来说佛法，是因为有这样的识，发动这样的思，而有了相应的色法活动，包括声带的震动、气息的出入等等；而这样的发声，又通过外在色法工具，比如手机，经过信号转换，还原为声音（也就是震动），又通过怎样的传播，被耳根所缘取；经过耳识的了别，进而为后面的意识提供素材，能够把握它的义、它的内容。这有什么现象上的困惑呢？

还是没有真正地从现象上去如实知，才会有这样的困惑。如果确实在现象上、本质上能如实知，当然就能够体会真俗无碍的缘起。这里是略说。如果有进一步修习的意愿，自己平时可以做一点止观训练。我一直强调：佛法不仅仅是理解、了解的，更不以理解、了解为终点，它是向于离苦的实践的，一定要把它推进到实践层面。

前面讲了人与人之间是如此，人与佛之间也是这样，佛难道不是这样来说法的吗？当然，佛不是这样拿着手机说法，但是此五蕴聚、彼五蕴聚之间，不就是通过这样的色、声、香、味、触，来交换信息的吗？这并没有什么不可理解的。

但是，在这样的色、受、想、行、识中，在这样的眼、耳、鼻、舌、身、意中，何尝有常可得呢？是缘起的，是无常的，是苦迫的。既然如此，过去认知中的那样的“我”，与哪一个生命现象对得上号？对不上，说明认知有错误。这样的生命现象是无我的缘起之流。有了这样真实无碍的智慧，很多问题自然就不再是问题。

法友：顶礼师父！弟子感觉“缘起法”与“三世因果”是有区别

的，缘起法找不到第一因，三世因果能找到，有因就有果，弟子这样理解是否正确？

法师：这是不正确的。三世因果就是缘起的意思，或者说，缘起是一个更广阔的概念，是一个更大的范畴。三世因果是从一个角度来说明有情这种现象——他的因缘和呈现的果报。缘起可以遍一切有为法，包括外色；三世因果主要是就有情说。从这个意义来说，缘起是一个更大的范畴，三世因果是缘起的一类具体事例。

“缘起法找不到第一因”，这个是对的；后面说“三世因果能找到第一因”这表明对于缘起并没有真正彻底把握。三世因果，能找到第一因吗？你觉得过去世是第一因啊？第一因意味着反缘起，第一因意味着不需要因缘，意味着它自己就是它自己，这恰恰是一般人内心中那种自体感、实体感的投射。

为什么这个问题总会跳出来？就是因为内心中根深蒂固地觉得有这种自体真实。过去也说过，这在后世，特别在中观学派中，用一个词汇来表达叫“自性见”。当然，也可以不用这个词汇。用这个词汇，对于理解它的人会更方便；对于一般不理解这个词汇的人，也可以像刚才那样说：就是一般人内心中感觉的那种自体真实。

在生命现象上感觉有这样的自体真实——“我、人、众生”等等，一个一个有它内在实自体的有情；在一一的法上也感觉有这样的自体真实，从我的感受、我的情绪，一直到天上的星星、外面的风吹草动等等，感觉都有这样一一的自体真实。这种自性见，投射到缘起的认识上，就感觉一一的因缘是有实在自体的因缘，所生起的结果是一一有实在自体的结果。这样带着自性见去领会缘起，是错误的，会导致问题。

自体感本身是反缘起的，因为缘起意味着无自性，没有这样所谓令它自己就是它自己的这种自体真实，缘起就意味着自体真实不可能。一切是依因待缘而现起的，依存是存在的唯一方式；这种依存关系，和这种因缘，都是一样的基础，这是过去说过的话。这样来正确认识缘起，不会觉得有任何自体真实，当然更不会有第一因的内心需求。觉得有第一因，是因为在内心深处的认识仍然是反缘起的，所以，内心深处的认知，需要有一个第一因才舒服。同样的错误如果发生在对三世因果的理解上，也会出现第一因的投射。

如果就这个问题说，三世因果并不是缘起之外的。如果把缘起理解为一个更大的范畴，那么三世因果可以说是其中的一类情况。

我们今天的学习就到这里，一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 23

—— 第六选 是我、异我、相在——焰摩迦所答经（二）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

我们现在是在学习《杂阿含经二十选》的第六选〈是我、异我、相在——焰摩迦所答经〉，上一次我们学习了经文前半部分内容，是说有一位叫焰摩迦的比丘，认为烦恼尽断的阿罗汉，随着身体的崩解，是被断灭了。其中存在的问题是认为：活着的时候有一个“我”，究竟解脱的时候，这个“我”被消灭了，这其实是混合着的“常、断见”。

其他的同学比丘劝谏他，焰摩迦没有被说服，不能接受，诸比丘请舍利弗尊者去帮助他。舍利弗尊者与焰摩迦比丘有几番问答往来，引导他观察五蕴无常、苦、无我。然后，舍利弗尊者问焰摩迦比丘：你之前所说的，就你所理解世尊说的法，烦恼尽断的阿罗汉，随着身体的崩解，死后就断灭了，这样的说法合适不合适呢？焰摩迦比丘回答舍利弗尊者说：不合适。接下来，我们向下学习经文：

复问：“焰摩迦！若复问比丘，如先恶邪见所说，今何所知见，一切悉得远离，汝当云何答？”

舍利弗尊者又问焰摩迦比丘：焰摩迦！如果有人问你：“你先前在恶邪见的情况下是那样说：烦恼尽断的阿罗汉比丘，随着身体的崩解，被断灭了。那你现在是如何看待的，致使你能够离开之前的那些错误？”人家这样问你的时候，你会怎么回答？

焰摩迦答言：“尊者舍利弗！若有来问者，我当如是答：漏尽阿罗汉，色无常，无常者是苦，苦者寂静、清凉、永没。受、想、行、识，亦复如是。有来问者，作如是答。”

焰摩迦是这样回答这个问题的：尊者舍利弗！如果有人来这样问我，我会这样来回答：烦恼尽断的阿罗汉，色是无常的，无常是苦的；漏尽的阿罗汉，一切苦都已经寂静、清凉、永没。“寂静”：一切苦都已经平息了，已经灭去了。“清凉”：不会再有热恼，是跟热恼对立的状态，是对热恼的否定。“永没”：是说这些苦永远不会再生起了，因为漏尽的阿罗汉不会再受生。这是就色来这样说，其他的受、想、行、识都是这样。

这样的回答与之前有差别吗？之前焰摩迦说“漏尽阿罗汉随着身体的崩解，他就被彻底地断灭了”，现在说“色无常，无常者是苦，苦者寂静、清凉、永没。受、想、行、识，亦复如是”，有差别吗？当然有。

之前焰摩迦的回答，是针对他内心中那个生命的主体/生命的本体来说的。那个“阿罗汉”，就是每个凡夫心中，那个不待言说，不必分别，自然而然就感受到、认取为真的“我”，那个生命的主体/生命的本体。焰摩迦之前的回答/说法，是针对这个不存在的生命的主体说的。漏尽阿罗汉活着的时候有这个，随着身体的崩解，这个主体被彻底灭除了。

也就是说，他之前认为阿罗汉在生的时候有“我”，等到五阴散坏，般涅槃的时候，之前的那个“我”被彻底地消灭了，这是他之前的真实看法。现在的回答不一样在哪呢？阿罗汉只是和合的假名。是什么和合的假名呢？色、受、想、行、识。所以这里针对色、受、想、行、识来说：色是无常的，无常的是苦的；漏尽阿罗汉这样无常、苦的色，随着五蕴的散坏，寂静、清凉、永没，受、想、行、识也是这样。

这是前后非常不一样的：前面是见“我”，然后以为有“我”在解脱的时候被消灭。现在是“不复见我，唯见于法”，见到这样缘起的色、受、想、行、识，在漏尽阿罗汉五蕴散坏，般涅槃的时候，无明灭行灭乃至生灭老死灭，这样此灭故彼灭，而究竟寂静、清凉、永灭。这当然很不一样，希望大家能够体解。

舍利弗言：“善哉！善哉！焰摩迦比丘！汝应如是答。所以者何？漏尽阿罗汉，色无常，无常者是苦，若无常、苦者，是生灭法。受、想、行、识，亦复如是。”尊者舍利弗说是法时，焰摩迦比丘远尘、离垢，得法眼净。

这一大段并不难理解。应该注意的是：南传相应部对应的经文没有这一段文，南传相应部接下来就是尊者舍利弗讲的譬喻。我们来看这段譬喻：

尊者舍利弗语焰摩迦比丘：今当说譬，夫智者，以譬得解。

尊者舍利弗想更进一步来利益焰摩迦比丘，对他进行了下面的教示：现在我应该给你讲一段譬喻，有理解能力的人可以从这样的譬喻，得到相应的正解。是怎样的譬喻呢？如下所说：

如长者子，长者子大富多财，广求仆从，善守护财物。时，有怨

家恶人，诈来亲附，为作仆从，常伺其便。晚眠早起，侍息左右，谨敬其事，逊其言辞，令主意悦，作亲友想、子想，极信不疑，不自防护，然后手执利刀，以断其命。

比如说有位长者子，非常富有，需要很多仆从，一方面来帮助做很多事，另外一方面也可以更好地守护财物。“长者”：在古印度的时候，是有相当财富和社会地位的一类人，通常还有一定的政治影响力。

不幸的是，有一个怨家恶人，假装来亲近，为他做仆从，听从他的召唤，为的是能够得到下手的机会。于是他睡得很晚，起得很早，做事情表现得非常勤勉、认真、用心，跟随在他主人（这位长者子）的左右，非常恭敬地为他服劳，言辞也让人听得顺耳，使这位长者子内心很舒服、很受用，内心把这个晚眠早起的怨家恶人，当成好朋友，甚至看他就像自己的儿子一样。我们中国古时候有一些人会收义子，就是这个意思。对于这个诈作亲附的怨家恶人，长者子非常地信任他，一点也没有怀疑，自己对他也没有任何提防心，结果就让这个怨家恶人找到机会，手执利刀，以断其命。

舍利弗尊者这样一说，实际展开来就是一个大片，这样的情节对于我们是不难想象的。接下来舍利弗尊者问：

焰摩迦比丘！于意云何？彼恶怨家，为长者亲友，非为初始方便，害心常伺其便，至其终耶？而彼长者，不能觉知，至今受害。”

答言：“实尔。”

焰摩迦比丘！你怎么看呢？难道那个恶人怨家，他装作是这位长者子的亲友，岂不是作为一种方便办法，一种要谋害的手段，实际上内心是常常怀着这样残害的心，在其左右寻找下手的机会，直到最后得手。而那位长者自己不能够觉察，不能够认识到他是诈来亲附的怨

家恶人，反而对他极为信任，一点提防都没有，结果到现在受害了，不是这样吗？焰摩迦比丘回答说：是这样的。

尊者舍利弗语焰摩迦比丘：“于意云何？彼长者，本知彼人，诈亲欲害，善自防护，不受害耶？”

答言：“如是，尊者舍利弗！”

尊者舍利弗接着又问焰摩迦比丘：你怎么看呢？如果这位长者子从一开始就知道这个人是怨家恶人，是诈作亲附，实际上内心是要来杀害他。自己能够很好地做好防护，是不是就能不受其害呢？焰摩迦比丘回答：是这样的，舍利弗尊者！

舍利弗尊者为焰摩迦讲了上面的譬喻，所要说明的是什么问题呢？舍利弗尊者开显其义，说道：

如是，焰摩迦比丘！愚痴无闻凡夫，于五受阴作常想、安稳想、不病想，我想、我所想，于此五受阴保持、护惜，终为此五受阴怨家所害，如彼长者，为诈亲怨家所害，而不觉知。

这是舍利弗尊者为焰摩迦比丘显上面譬喻的义。前半部分譬喻说的是：长者子不能够识知，怨家恶人，诈作亲附，意图谋害。这譬喻什么呢？譬喻的是：愚痴无闻凡夫（对应长者子），对于五受阴（对应怨家恶人），没有正确认识。对于五受阴，没有正确认识，而有错误认识，就像上面长者子，对怨家恶人，作亲想、子想，觉得他是很贴心的人，甚至可以把他当儿子一样。

“于五受阴作常想”这一段文，在相应部对应的文字中是完全展开了的：于色作常想，乃至受、想、行、识等。汉译相对浓缩了。“安稳想”跟“常想”有什么不一样呢？这个“安稳”，在汉语里有安全

的意思。“安稳想”，不是说色本身一直安安稳稳地是色，而是觉得“色是安全的，是好的”；对应于后文类似于“色像杀手（如杀）”的认识，是相对立的。前文所说的那个怨家恶人，长者子对他也作这种安稳想：他在身边服侍得很周到、很用心，忠心耿耿，能为我挡刀（在今天说为“能为我挡子弹”）——觉得他很安全。“不病想”：内心感觉它不是病患，就是说内心不觉得它是会带来问题的。因为我们看到：病，对于身体，乃至对于心，是会带来问题的。

这是愚痴无闻凡夫在五受阴上的颠倒想——作常想、安稳想，不病想。进一步：“我想、我所想”，这个对应于上面所说的“是我、异我、相在”。“是我”和“相在”，主要是说“我想”；“异我”，偏于“我所想”。在汉译里是做了这样浓缩的表达，对应相应部的文却是完全展开的，大家可以去做对应的阅读。

既然有这样的认识，那么内心会有怎样的决断？身、语会有怎样的运作呢？“于此五受阴，保持、护惜”。就像上面的那个长者子，对诈作亲附的怨家恶人，极度信任，毫不提防，估计有什么好处也都给他，是这个样子。因为认知错误，所以后面对他采取的策略、方略就完全错误。“于此五受阴保持、护惜”，是基于“常想、安稳想、不病想，我想、我所想”而自然会发生的结果呢？

“终为此五受阴怨家所害，如彼长者，为诈亲怨家所害，而不觉知”：就像上面前半部分譬喻所说的那位长者子，对于诈作亲附的怨家恶人作亲想，对他毫不提防，最后被害而没有觉察。同样，愚痴无闻凡夫对五受阴有这些颠倒想，基于这样的颠倒想，对五受阴只知道保持、护惜，最后为此五受阴怨家所害。

“我活得好好的，我自己的手也没有拿一把刀来捅自己呀，怎么

叫为此五受阴怨家所害呀？”如果有这样的疑问，那是对于“五取蕴就是苦”还没有认识。下文会说一些，不过这里也可以略说：一方面，色无常，无常者是苦，受、想、行、识，亦复如是，这是它当体是苦的义；另外，从这样五取蕴聚，也就是当下烦恼相应的身心中，会不断地有无明、爱取等的发动，不断地造作续诸生死的身语意业，为后有的苦提供因。也就是说，五取蕴的当体是苦，同时它还在不断地造作苦因。从这个义上说，不能够如实知五受阴，而一味地贪爱染着，当然就是为此五受阴怨家所害。

这是上面前半段譬喻所显的义：愚痴无闻凡夫于五受阴起颠倒想，而为五受阴所累、所苦。下面是针对上面譬喻的后半段：如果这位长者子事先就知道他是一个怨家恶人，对他有正确的防护，那他就不会有机会。经文说：

焰摩迦！多闻圣弟子，于此五受阴，观察如病、如痛、如刺、如杀，无常、苦、空、非我、非我所，于此五受阴不着、不受，不受故不着，不着故自觉涅槃：我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。

长者子知是怨家恶人，诈作亲附，以图谋害，会怎样呢？基于这样的正确认识，会有正确的方略，而不受其害。所显的义：多闻圣弟子，对于五受阴能够如实了知，而不取着、不染爱。因为不取着、不染爱，而能够究竟解脱，不再受五受阴的茶毒。

这里说到“于此五受阴，观察如病、如痛、如刺、如杀”，这是观察五受阴“苦”的一个角度、一个方法。“如病”：“病”是说它本身并不美好，是会带来过患的。要看到五受阴当体是苦，也从此产生苦因。后来在有部的经典中有这样的偈颂：“由集能生苦，因苦复生

集”，确实是这样。一般人只知道“由集生苦”，如果只是“由集生苦”，轮回就运作不下去。只是苦因生苦，当这个苦因生完苦之后就结束了，所以轮回无法相续。轮回之所以能够相续下去，是因为“因苦复生集”，所以说，不仅“由集能生苦”，还有“因苦复生集”。也就是当下这个五取蕴聚中，实际还在不停地发生错误，制造苦因——要看到这个问题。看不到这个问题，怎么可能真诚修行呢？怎么可能正确修行呢？

“如痛”：“痛”是指皮肤上的脓肿。实际上这个色身不是净妙的，也不是可爱乐的，但是一般愚痴无闻凡夫，执着这个色身是净妙的、可爱乐的。“如刺”：看到五取蕴当体是苦，而且不停地在造成苦患——苦的因，带来后面的痛苦。“如杀”：“杀”是杀手。一般人就像前面说的，对于五受阴保持、爱惜——“这是我啊，这是我所啊，我保持、爱惜，怎么不对啊？”看不到它其实就像诈作亲附的怨家恶人一样，实际是带来重大问题的——它本身就是苦，而且它能够制造未来的苦。

如果能够这样观察五取蕴，也就是身心的当下“如病、如痛、如刺、如杀”，那这个人走向寂灭解脱，怎么会有那么多不情不愿呢？他会发起勇悍的精进。现在不管在家、出家，修行一般没有力量，内心不真诚地向于解脱，最主要的原因就是有这样错误的认识，所以没有这里所说的洞见。

多闻圣弟子于此五受阴，是如实地了知为无常的、苦的、空的、非我、非我所。他这样的认识，不仅仅是智慧的，更是情志的，所以“于此五受阴不着、不受”——不取着，不染爱。不着、不受的缘故，所以究竟解脱，凭着自己的力量彻底地灭苦（自觉涅槃）。

“我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有”：大家对此

应该不陌生，意思就是：解脱者已经到了轮回的尽头，到了生老病死的尽头（我生已尽），清净的德行已经建立（梵行已立），该作的修道努力都已经作了（所作已作），知道不会再有后面的受生（自知不受后有）。

这是这一段文，就其义大概地加以说明。一般对于佛法没有真切体会的，对于五取蕴/五受阴当体是苦——如病、如痛、如刺、如杀，不容易真的体会、认可，所以染着在过去的知见中，只是对他一味地保持、护惜而已的。如果对应于佛陀自身的表现，那是很大的差别。

《遗教经》里佛陀临般涅槃之前，就当下身心对弟子们说：“我今得灭，如除恶病。此是应舍罪恶之物，假名为身，没在老病生死大海。何有智者得除灭之，如杀怨贼而不欢喜？”这是世尊临般涅槃之前，对于在场的弟子们所说的最后几句话中的几句。

尊者舍利弗说是法时，焰摩迦比丘不起诸漏，心得解脱。

尊者舍利弗为焰摩迦比丘这样说法的时候，焰摩迦比丘当下烦恼尽断，得到解脱。

尊者舍利弗为焰摩迦比丘说法，示、教、照、喜已，从座起去。

“示、教、照、喜”：按照玄奘法师的说明，应该是“示现、教导、赞励、庆喜”的意思。

到此为止，第六选的经文，我们学习完毕。接下来我们看一看“解说”，并就着这个“解说”，对于全体经文做一番大体的回顾和整体的把握。

二、解说

焰摩迦比丘起了一个错误的想法，认为“漏尽阿罗汉身坏命终，

更无所有”。

我们之前有反复说明，他这个看法的意思，其实符合很多人的想法。是什么想法呢？漏尽阿罗汉，活着的时候有一个“他”，身坏命终，也就是身体崩坏之后，因为不再受后有，阿罗汉的那个“他”被彻底地断灭了。这是焰摩迦比丘的看法，拿比较不成文的大白话说就是这个意思，这应该恰恰是很多人内心的看法。

我们在正文的说明中也曾经说到：这其实是对于活着的时候有“常见”，对于死后有“断见”的一种表现；他这里有一点变形而已，还是“常、断见”的混合。

尊者舍利弗为了纠正焰摩迦比丘的错误观念，就以问答的方式，让焰摩迦比丘明了五蕴是无常的，而无常的便是苦的。

如果五蕴是无常、苦、变易的，那么，多闻圣弟子还会认为那里面有一个不变的主宰我，而说“这是我”（见我）、“这不是我；而是我所拥有的”（异我）、“这是我的一部分，或我就藏在这里面”（相在）吗？

这个道理，正文的时候有解释：如果色、受、想、行、识，这些构成全部生命现象的五蕴，都是无常、苦、变易的，那么，一般人感觉我一直是我的生命的主体/生命的本体，可能存在吗？让我一直是我的那个本体/主体，就是常义，在生命真实的现象上一切处无有，无有常义，是无常的。

人们感觉我能够支配、主宰我自己，想说就说，想做就做等等，从这个得到“我能主宰”的意象；就是作为生命主体的我，自己能够作得了自己的主，这就是一般人内心的认识。但是苦，意味着不如意；逼迫义、逼迫义，这说明什么呀？说明不如意。作为在日常生活

你，会不会有不如意的境界会遇，不如意的身心现象现起，想摆脱也摆脱不了呢？如果有一个，一般人莫名其妙感觉的内在的我自己、我的主体/我的本体，令我成为我的那个东西可以作主，怎么会让这个不如意、这种逼恼，一直伴随呢？苦，就说明主宰是不可能的。

而除了这样色、受、想、行、识之外，哪还有什么生命现象可谈啊？所以知道：在一一蕴上计执“是我、异我、相在”，都是不可能的。一般人有时候还会怎样想呢？一一蕴不可能（色不可能，乃至识也不可能），可是它们合起来就是。问题是：色是无常的，受、想、行、识也都是无常的，它们合在一起就常了吗？合在一起还是无常的啊！这是很简单的事，只是一般人内心被我见颠倒覆蔽，为了证明它确实存在、确实合理，哪还管什么逻辑呢？所以才有“我思故我在”这种循环论证的笑话。

所以，是无常的、是苦的五蕴，其中的任何一蕴，不是如来（我）；离开任何一蕴，其他四蕴中也没有如来（我）；五蕴中的任何一蕴，没有含藏着如来（我），也没有如来（我）藏在五蕴中的任何一蕴。

这里的“如来”，指的就是生死流转中，那个内在的本体——生命的主体/生命的本体，也就是“我”。

这几句话，大家如果能读懂，就知道：这是白话在说三类情况，也就是一一蕴都“不是我、不异我、不相在”。这在从前反复说过，不再多解释。

最后，尊者舍利弗诘问说，既然你不确知如来（我）是真实的、确实存在的，你怎么能说，就你的了解，世尊说漏尽阿罗汉死后终无所有呢？你可以这样说吗？

随着尊者舍利弗的引导，焰摩迦比丘已经确认了一一蕴都非“是

我、异我、相在”，那其实就是成立无我义，破斥了我见。既然破斥了我见，谈什么这位阿罗汉活着的时候有个“他”，死了之后那个“他”就被消灭了呢？还可以这样说吗？

焰摩迦比丘被尊者舍利弗说服了，抛弃了原先的错误想法。

到此为止，我们看到舍利弗尊者并没有就此作罢，为什么呢？他不是像一般有烦恼的人——与人做见解的交流乃至辩论，更多是为了证明自己对，或者侧重证明对方错，结论就是我厉害、你不行；到此也就算了。那有什么意义呢？真的给自己、给对方带去什么利益安稳呢？

尊者舍利弗引导焰摩迦比丘正确地观察思择，是为了能够真实地利益他。他现在真诚地舍去恶邪见，是第一步；舍利弗尊者觉得他还可以进一步地获利，所以继续追问：如果有人问你，你从前那样看，现在又说不是了，那同样的问题你现在怎么看呢？

焰摩迦比丘说，假如有人问我为什么会抛弃邪见，我会告诉他：漏尽阿罗汉的五蕴是无常的，无常的则是苦的。漏尽阿罗汉的苦迫，已经平息下来了（寂静）、不会再有热恼（清凉）、永远不会再生起（永没）了。

在汉译经文里还说：

焰摩迦比丘就在听闻尊者舍利弗说法时，远离了我见的尘垢，彻见真理，得法眼净。

今天我们学习了对应的经文，有说过：他这个时候的认识，跟前面有我见的认识，是完全不一样的。

前面有我见，实际上是错谬地投射了一个实体观念，错谬地在五

蕴生命现象上投射了一个不存在的实体观念“我”。因为有这个错误投射的实体观念“我”，所以在五蕴的缘生缘灭上都有错误的认识。活着的时候，认为有一个“我”；死了，认为“我”被消灭。

现在正确认识了，看到五蕴是无常、苦的，而漏尽阿罗汉的苦迫已经彻底地寂静、清凉、永没。他现在谈的都是纯粹的现象，这样的现象是苦的，伴随着阿罗汉的究竟涅槃，那么，苦已经寂静、清凉、永没了。这里说的其实是此灭故彼灭的现象真实，不再投射过去那个基于内心颠倒的实体概念“我”。这里没有“我”什么事，“起唯法起，灭唯法灭”，始终都无有我。

接着，舍利弗又以譬喻的方式，告诉焰摩迦比丘说，愚痴无闻凡夫，将五受阴当作恒常想、安稳想、不病想、我想、我所想。于是，对这五受阴小心地爱惜、照顾、拥有，而不知这五受阴，就像那怨家派来卧底的刺客，终究要被这五受阴所害一样。多闻圣弟子就不一样了，他们观察这五受阴，得到如病、如痛（烂脓）、如刺、如杀；无常、苦、空、非我、非我所的结论。于是，对五受阴就不执着、不贪染（不受），而自觉涅槃。

这是我们刚刚学过的那一大段的两类情况，譬喻：愚痴无闻凡夫颠倒想而错误地对待五受阴，时常为苦所苦，也不停地产生未来的苦因；多闻圣弟子就不这样，如实知见而能够对五受阴不执着、不贪染，究竟涅槃。

已经到了生、老、病、死地循环的尽头（我生已尽），清净的修行已建立（梵行已立），该修的都修了（所作已作），知道自己不再有死而后生的需求了（自知不受后有）。

这是对“我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有”的白

话说明，是用来说明解脱的。

“需求”：是指一般人的“有爱”，就是我存在的这种爱染，基于有我感的错谬而产生的爱染。对于我死之后，希望我还在，实际上是有这种需求、这种爱染的。这里说的“不再有死而后生的需求”，可能跟“自知不受后有”还不是完全地一致。“自知不受后有”最根本的义，就是明确地知道不会再有未来的受生。也就是有的人愿意引用的，觉得很痛快、很高明的那句话：“此生是轮回的最后一生”。之前也说，这句话不能轻易说。自知不受后了，再说这样的话，否则不是增上慢，就是大妄语，何必呢？

到此为止，我们借着第二部分“解说”，对于全部经文的主旨内容做了一个回顾。

接下来大家如果有问题，特别是相关的，可以提出来。

【答疑】

法友：师父吉祥！弟子对“根尘识三和合生触”的“触”，把握得很不好，敬请师父详细地讲解一下，可以吗？我该怎样才能把握住它的重点？请师父慈悲开示！感恩师父！

法师：这是前面学过与六入处相关的，特别强调过“触”，在《六分别六入处经》中有说。这里说“根尘识三合生触”，如果这个“生”字加进来，实际就成了有部的观点；经中是说“根尘识三和合触”。有部认为“触”是三和合之外生起的一法，所以说“三和合生触”；实际如果就《阿含》来说，“根尘识三和合触”，更应该被体会、把握为：根尘识三和合的当下，“识在缘中”，就这个位的识，就这个位识的活动，说为“触”。识，又不是本来一直在那儿冷静地，或者偷偷地，或者热切地在观看，这个识是缘生的，怎样缘生呢？认识到：识

是根、尘和合而现起的，在现起的当下，自然就与根、尘触对，呈现根、尘、识三合，根尘识三合状态下的识，相应的活动被称为“触”。

也有的地方，像经部的论点，他们就说这样的话，叫作“识在缘中”。什么叫“识在缘中”？识就在它现起的因缘和合中，根尘识三和合，当下就是触，这样来体会它。这意味着什么呢？我在《佛教心理学》的课里说到过，这意味着“认知的发端”。识的功能是了别，在根尘识三和合的时候，认知发生了，或者非常细致地分别，这是认知的开端。后面形成偏于理性的取相，那是想；偏于感受性的结果，那是受。这些都算是认知的结果，都是触的结果。再来，由这样三和合而产生意志相应的倾向，能推动身语意运作的这种内心动作，就是思。这个部分想要学清楚，又觉得材料不够的话，可以去找来《佛教心理学》讲“触心所”那个部分，做一些拓展学习。

法友：师父吉祥！“无常故苦”，怎样深刻体认？虽然觉得无常的确有缺陷，但是觉得心里还是认识不到无常的恐怖。

法师：对于“无常故苦”的认识，可以说有粗细两途——粗、细两类办法。

如果说粗的：想一想这一生的死，也就是所谓的这一期无常。人这一生，不管你多英雄了得，或多么凄惨落魄，最后在死亡上，大家是一样的。面临着这一期的无常，过去感这生果报的那个业，等到业力尽了，或者是福尽了，就导致死亡到来。面对死亡的时候，这一生觉得多么有用、多么好的东西，哪个还有用？哪个还真的表现为那么有意义吗？

一般人总觉得好像能这样一直活下去。不是说理智思考得不出来“我必有一死”的结论，而是说：明知道必有一死，但是内心感觉上

就是觉得它不会到来。任何一个有着自我感的人，如果很清晰地体会到了死无常的迫近逼恼，他会坐立不安的。圣者或者说破除了我见颠倒的人，至少以智慧调伏了它的人，可能在生死面前不一样。否则有自我感的人，想一想我没了，他会很恐怖，这是一般人在断灭见下容易有的感觉。

当然有一些非佛教正见的其他见解，比如有的恐怖分子相信“我干了这件杀人的事，甚至跟他同归于尽，我也会得到怎么样的好果报”，那是他自己谬见导致的错误行为，那更苦，后面肯定堕不如意处。就我们一般世间人来说，有自我感，又觉得“死了，是我没了”，他体会无常的时候，那个痛苦或者是说那种恐怖，是非常强烈的。如果他又知道佛法能够彻底地、究竟地解除这种恼苦，他自然就会真诚地投入其中去寻找。这算是一般人很容易对于无常生起强烈感受的，很粗糙而且实际上是借用了一般人错误认识的一种方法。

愚痴无闻凡夫就是生活在错误中的，由错误开始走向正确，当然是一件好事。在一些修习中，特别像修习死无常想（在南传叫作修习死随念），能够让一个人非常强烈地对于这一期生命的无常，生起清晰的、体会性的认识。不再像从前一样，只是虚无缥缈的概念化，没有形成内心的冲击感，那当然也不会有力量。这是说粗的——基于死无常的修习。

细的，就需要借助一点止观修习。像经中引导这样，首先认识、体察色、受、想、行、识。连身心现象中色、受、想、行、识都还看不清、对不上，谈什么“色常不常”的观察呢？谈什么由此而了知“无常是苦”呢？第一步，观察色、受、想、行、识。第二步，体会这样的色，常、无常？这个是在观察上说的，在修习止观上说的。安住于

这样色、受、想、行、识的观察，安住于色、受、想、行、识无常的观察，随着功夫的深入，自然就能够体会到无常、坏灭就是苦迫。这就相当于说，一般人关于苦的探测器是很不灵敏的，也就是智慧不够。通过止观的修习，因为智慧和定力都增长了，这个对于苦的探测器就变得灵敏了。

发现不了问题是更大的问题。一般人意识不到这是苦，这不是好事，就像意识不到那个怨家恶人，诈作亲附，意图谋害一样，那算什么好事呢？现在随着止观修习的进展，智慧和定力的增长，能够切实地体认“这是色、受、想、行、识，是无常，是苦的”，当然是进展，这算是一种细的办法。

这样粗、细两途，可以根据自己的情况来选用。

法友：顶礼师父！我的亲人就有断灭见，应该怎么去让他了解？感恩师父！

法师：可以就自己可能的善巧来帮助他，但是，我们对于帮助他人，始终要有一个开放的心态。什么样的开放心态呢？诸法因缘生，认知的产生和转变也是如此。这个世间，有为法是可以变化的，但不等于都会马上变化，包括对方的知见。如果这一生能够帮到，这一生当然要帮；如果这一生做了努力还帮不到，自己慈悲心炽盛的话，那就发愿以后继续帮。

时间关系，今天就不再继续。我们一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德

普及于一切

我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 24

—— 第六选 是我、异我、相在——焰摩迦所答经（三）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

今天我们一起学习《杂阿含经二十选》第六选〈是我、异我、相在——焰摩迦所答经〉的“讨论”部分，“讨论”（1）是就佛陀十号中的意思，来解说经中出现的“如来”这个词。当然，在经中所用的“如来”义，并不是称呼佛陀的一种方法，而是如“讨论”（2）中所指出的那样，是印度文化中，包括一般人心中，感觉的生命的主体。

三、讨论

（1）如第 53（165）[99]、349（491）[348]、636（810）[650]等经所说，“如来”是佛陀十号之一，意思是如实地来，或如实地去。引申为：如实地知法（四谛、十二因缘）、说法者（望月辞典第 4141 页，简写成望月 4141，以下同）。

这是依着几部《杂阿含经》所说的内容，来简单解释作为佛陀十种称号之一的“如来”。“如实地来，或如实地去”，引申为如实地知法、说法者，所知、所说的法是四谛、十二因缘，这是依据望月辞典

来解释的，这个解释是很本真的。

其他称号如下：

这里既然是从“佛陀十号”这个角度来说明“如来”相应的意涵，也顺带对于其他称号加以简单介绍。

应：或译为应供、阿罗汉，意思是断除烦恼，值得供养者。（望月 99）²

应该知道，“应”或“应供”是意译，“阿罗汉”是音译，是同一个词的不同说明。是指具足断除烦恼的特征、功德，从而是一位值得供养的人。在这层意思上，佛与声闻的无学是共同具足这个特征、功德的。声闻的无学，在我们汉传佛教里习惯以阿罗汉来称呼，意思和这里所说是一致的。

等正觉：或译为正遍知、三藐三佛陀，是依四谛而觉了一切法的意思。（望月 1684）³

同样，“三藐三佛陀”是音译，“等正觉”或“正遍知”是意译。熟悉的，可能说惯了“如来、应供、正遍知”等等，这里说到的“等正觉”，应该知道是“正遍知”的另外一种译法。

明行足：明是消除了无明，行是行为，足是圆满成就。（望月 2195 中、1301 下、2639 上）⁴

“明”，是指与无明作为反面的状态，消除了无明。如果就《阿含》中所说的意思，无明是不如实知，明是如实知。“行”，是行为，不仅仅是指身的，身、语都包括。“足是圆满成就”，具足圆满的意思，

² 文中所引，出自 2004 版。2018 版修定为“应：已断除烦恼，值得供养者，另译为应供、阿罗汉。”

³ 2018 版修定为“等正觉：纯然无瑕的觉悟者，另译为正遍知、三藐三佛陀。”

⁴ 2018 版修定为“明行足：明（三明）与行（行为：戒、定）圆满成就者。”

简单地说，是智慧与智慧相应的行，他是具足圆满的。

在余处的解释有说这个“明”，特别强调是天眼、宿命、漏尽的“三明”，这个强调有他的意义在，但是理解“明，是如实知，是智慧义”，应该是更根本的。

善逝：或译为好去（能完美的去逝者）、好说（善于说法者）。

这是对于“善逝”不同的翻译。“好去（能完美的去逝者）”：行八正道而入涅槃，这是善逝。“好说（善于说法者）”：佛是自己如实缴证了法，并能够善巧地宣说。

世间解：知世间实相者。

佛法所说的“世间”，重在有情世间——五蕴是世间，六入是世间，三界是世间，这是重点；不过，历来的论师对于“世间解”的把握，也说善知“情、非情”两种世间。了知世间的因、世间的灭，也了知出世之道，是这样的如实知世间者。

无上士：没有比他更好的人。

无上之士夫，人中最胜，无有过者，叫作“无上士”。后来的论中有这样一种解说：就像诸法中，涅槃是无上的一样，这样自知涅槃法的佛陀，在众生中也是无上的。

调御大夫：善于调教的人。

是指以种种方便调御（也就是教导）修行者，使修行者能向于涅槃。关于这个调御，其实是类比于驯马等用的词。

天人师：天界人间的老师。

佛陀的智慧是高于人天的，他具有这样的资格，为人天做导师，

也是人天中具善根者愿意随学的。佛陀的智慧可以为人天的导师，他能够教众生什么呢？佛自己说过，就是告诉众生“此应作，此不应作；此是善，此是不善”，然后循着这样的道路，渐渐解脱烦恼，而得究竟的解脱。

佛：觉悟的人。

这是大家熟悉的。“佛”是音译，“觉悟”是意译，词根都是同一个。

世尊：或译薄伽梵，众佑，最有福的人。（望月 4168）⁵

这是对于“佛陀十号”略加解释。

其中，称号之一“阿罗汉”（应），我们将留在〈第十五选：沙门四果〉的单元中讨论。

既然如此，这里也不多说。应该知道，在“讨论”（1）中所解释的“如来”义，是一般佛教徒乃至一般世间人，听得最多的关于这个词的用法，用来指代佛陀，所以就大家最熟悉的用法先加以解说。但是这并不是本经中的用法，本经中“如来”是什么意思呢？

（2）“如来”，在佛陀之前，早已是印度文化中的固有名词，意思是从前生到后世，生命流转中的不变主体。也就是其他一般宗教中说的“我”，或译为“神我”（参考印顺法师著《如来藏之研究》〈第一章·第三节：如来藏的名称与意义〉）。

这是解释本经中运用“如来”这个词的时候所指的意思：“如来”这个词，所指的就是生命中的主体。这个生命的主体，也就是一般人感觉的我——“我一直是我，所以这个生命中、这个主体中应该是有

⁵ 2018 版修定为“世尊：幸福者，另译薄伽梵，众佑。”

不变的东西”。我过去说“有一个不变的内核，它使我一直是我”——人们有这样的感觉。这甚至都不用说出来，因为感觉中，我就是我，我也一直没有变成其他。

这个生命流转中的不变主体，不仅是前生到后世，这样的死生过程中要由它来任持，即便是一生之中，也是由这样的不变主体任持着，使这个个体始终是这个个体，这是这个“如来”的意思，其实也就是“我”或“神我”。只是一般人的思考，未必这样真切而已。

(3) “漏尽阿罗汉身坏命终，更无所有”的错误之处，除了生命主体的“我见”外，还有漠视阿罗汉“成就解脱，不受后有”因缘的“断见”。

我们在讲解的时候也有说，焰摩迦说到的“漏尽阿罗汉身坏命终，更无所有”，对应的是什么意思呢？阿罗汉在活着的时候，有那么一个“我”，有那样一个内在的生命主体；随着身体的崩坏，生命的终结，这个主体被彻底破坏了。跟一般人不一样，一般人的这个主体还要再去受生，还要再接着下一世。他认为：阿罗汉身坏命终之后，这个主体消失了，这个主体消灭了，没有了。

他这样的认识，当然是基于我见：活着的时候一直有“我”；解脱了，把“我”消灭了；他这个我见，对于后面的解脱，其实是有断见配合的。他对于轮回可能是觉得：这个“我”，这个内在的主体，一直在兜兜转转，忽沉忽升。但是对于解脱的阿罗汉呢？因为不再受后有，这他得承认，于是他认为：这个一直流转的“我”，被消灭了。这就是他基于我见，对于解脱形成的断见式的理解。这种断见，当然不符合于佛法。

实际上在当时的印度，所谓“六师外道”中，有一些就有这样的

断见，这也是下面举六师外道主要思想的一个原因。

如第 105（173）[107]经，说到了佛陀时代的六师外道：

下面是略说六师外道主要的核心思想。

富兰那迦叶：否定善恶业报、道德秩序的虚无思想者。

末迦梨瞿舍利子：一切是命定的邪命派。

先闍那毗罗胝子：认为得不到客观真理的不可知论者。

阿耆多翅舍钦婆罗：尘归尘、土归土的死后唯物断灭论者。

“唯物断灭论者”：这是我们今天这个社会大多数人的认识，觉得我死了就是指我彻底没了，活着的时候有我。也是之前所说的，很多人都是基于我见的常、断想，就今天的社会：活着的时候，我一直是；死的时候，我就会被消灭了，我没了。所以多数人对于死本身很恐惧，而不恐惧活着的时候所造的恶不善法。实际的情况是，你想就这样没了都不可能。

活着本身没什么奢侈的，但是想在这样轮回中不堕于苦处，那个基本不可能。因为总是会造作不善业，所以即便从轮回中诸趣苦乐差别来说，这个有情只要轮回着，几乎没有办法彻底地避免恶趣。实际上，相对于一生的终结来说，活着的时候所作的苦（恶）乐（善）业才是更重要的。这还就轮回来说，更不要说是否真正地亲近了解脱之道，向于轮回的出离。

加罗拘陀迦旃延：一切众生皆由七分、空所组成，苦乐善恶无所伤害。

他这个主张是说，一切众生都是由地、水、火、风、苦、乐、命

我这七要素（七分）和空所组成。为什么要带上一个空呢？比如口腔中有空间，胃中有空间，有这样围着的空。他的思想，本质上是常恒的唯物论。跟前面阿耆多翅舍钦婆罗的唯物断灭论相比，虽然都是偏于唯物，但是从，是断灭的，还是恒常的，有很大差别。

尼干陀若提子：即耆那教教主，主张接近佛教，极端苦行者，其影响力很大而且很久。

所谓“主张接近佛教”，主要指的是，听起来、看起来与佛教有一些相似性，但并不意味着跟佛法很类似。我们之前学习的《阿含经故事选》若干经文中，对于佛法与尼干子外道的差别有过一些探讨。

（以上参考郭忠生先生译《原始佛教》〈第二章：原始佛教与当时的印度思想〉）

这是从《杂阿含》一部经中谈到六师外道的见解，并且引这本书中的一些说法，介绍给大家。

佛陀为仙尼分析，将六师外道见解的错误，归纳成二类：“见现在世真实是我，而无能知命终后事”的断见，以及“见现在世真实是我，命终之后亦见是我”的常见。而“不见现在世真实是我，亦复不见命终之后真实是我”的，则是“如来、应、等正觉”所说。

还是基于那部经来说的：如果对于六师外道见解的核心错误加以归纳的话，可以说为是关于“我”的常、断见。二者都觉得现在世这个生命中有一个真实的“我”，差别在于：命终之后，这个“我”还在不在。佛法有什么不同呢？

佛法不认同一般人内心感觉、执取的那个“我”。为什么？前面有说，毕竟是在这个身心五蕴上觉得有我吧，内心觉得我一直是我，

乃至我能够有什么样的自在，可是身心五蕴难道不是无常的吗？二者对应不上，说明这个“我”是错觉、倒见，“不见现在世真实是我”，因此也“不见命终之后真实是我”（这个“见”或“不见”，是认为什么对不对、认不认同这样的观点）。这是佛陀所说的。

焰摩迦比丘或者以为众生本来是有“我”的，修成阿罗汉后成为无“我”，所以死后不再生。显然这是佛陀所归纳的断见。

焰摩迦的错误，不仅有我见，还有断见的成分。以为生，或者说轮回，是“我”来贯穿、任持的；成就阿罗汉之后，不再受生，就意味着“我”被消灭了。实际上，“我”从本以来无，一切处觅不得“我”，这是无我义。而不是，本来有一个“我”，我要把它给看没，我要把它给消灭，这是很多人关于佛法所说的无我、修习无我的错误认识。那不是断见吗？那跟焰摩迦不是异曲同工了吗？

其相关的讨论，还可以参考〈第十二选：因缘观——论因说因〉。

这是说后面还有一选，有一些相关的探讨。

（4）如第 408（600）[407]经中，佛陀制止比丘们谈论十四个“非义饶益，非法饶益（对义理、正法的了解没有助益），非梵行饶益（对修行没有帮助），非智非正觉，非正向涅槃（目标不是朝向解脱）”的论题；这就是著名的十四无记（不予解说）：

“非义饶益，非法饶益（对义理、正法的了解没有助益），非梵行饶益（对修行没有帮助），非智非正觉，非正向涅槃（目标不是朝向解脱）”，修饰的是这十四个论题的特征。“非智非正觉”：不是如实的智慧，也不是佛所觉证的内容。

这十四个论题，就是著名的“十四无记”。这里的“无记”，是指

佛陀不予解说、不予置评的；“我没有任何话可说”，是这个意思。它的内容下面列出来：

1. 世间有常，2. 世间无常，3. 世间有常无常，4. 世间非有常非无常，5. 世间有边，6. 世间无边，7. 世间有边无边，8. 世间非有边非无边。

这两组谈的是：世间常、无常，有边、无边。

9. 是命是身，10. 命异身异。

谈的是身、命一异的问题。为什么谈这个呢？简单地说，看到这个人活着的时候，相貌如此，身体这个样子，等到他命终了，前后两个刹那比较，感觉他的色相也没什么太大变化，差别在哪儿呢？差别在他没有命了。如果基于这样的看法去推敲，那就是身、命是异的。类似于此，从不同的角度观察，对于身命是一、是异，有种种的论述。后来还有余经把身、命一异的问题更进一步地展开。如果深刻地说，也可以看成是“我、我所”的问题。接下来是关于“如来死后有、无”的问题。

11. 如来死后有，12. 如来死后无，13 如来死后有无，14. 如来死后非有非无。

这里说的“如来”是“我”的异名，或者说是生命的主体、生命的内核。

这十四个问题，佛陀为什么不回答，为什么不予置评呢？

这“十四无记”的共通特征，如第 249（375）[251]经说的，都是围绕在有、无、有无（有那种叫无的，或者说“亦有亦无”，都还是可以归入为“有”）、非有非无的范围，其实也还是在有（常）、无

（断）的概念下。

关于第三个“有无（有那种叫无的，或者说‘亦有亦无’，都是可以归入为‘有’）”，也就是所谓的“亦有亦无”（有“有”亦有“无”），不管是怎样的有，本质上还是有。那“非有非无”（无“有”亦无“无”）呢？本质上还是无。

虽然有这些言辞变化，推究到底，也就是有、无。在一般人的观念里，总要说一个体，或者说一个东西，佛法里的话说“一法”，它是有、是无。对应的认知观念里，是有这个“法本身”这种感觉的、这种认识的，实际上就是“法有自体”的意思；有这样的前提，才探讨“法的有无、常断”等等。下面来正面说：

为什么佛陀对这十四个论题不作正面回答呢？如第 962（13303）[954]经中，佛陀告诉婆蹉种出家说，这些都是与事实不符的“倒见”，就像火熄了，然后讨论火在何方一样。

佛对这十四个论题不作正面回答，用今天的话说，是因为这十四个问题的前提中都包含着错误。如果就着这个问题来回答，不管是作正面的肯定，或者反面的否定，只要顺着问题说，都是错的。就像有人问一个清白的人：“你昨天偷的钱，是放在家里了，还是随身带着？”他如果顺着问题回答，怎么说都是错。因为他并没有偷钱，所以就谈不上这个钱是放在家里还是随身带着。

同样的，前面谈到“如来死后，有还是无”，也就是“我是常的，还是断的”？问题是，“我”不可得，“我”是错觉、是倒见，基于这样错误的前提，谈它的常断、有无，没有意义。就像有的人基于有我的想法、有我的认识来谈解脱一样，或者想成“我的永世长存”，或者想成“我的彻底消亡”，都是基于我见的想象；其他的问题是与这

个类似的，不去一一分析。

如果要问：已解脱的圣者（阿罗汉或如来）死后有无，如第 959（13300）[951]经中，诜 shēn 陀迦旃延告诉婆蹉种出家说，解脱圣者的生死因缘，已经“无余灭”，所以不为记说（事实上也是无从记说了）。

“记说”：大家对这个词如果不容易体会，理解成“解说”、“评论”都可以。已经解脱的无学圣者，他死后是有是无呢？依着 959 经的说明：解脱者的生死因缘已经“无余灭”，就像火熄了，你再谈这个火是传到了东方呢，西方呢？是没有办法加以评说的——“不为记说（事实上也是无从记说了）”。

又如第 961（13302）[953]经中，佛陀告诉阿难说，不直接回答的原因，是避免增加对方的邪见或疑惑。

前面也说：这十四个问题，佛不加解说，根本原因在于，问者内心有根深蒂固的错误前提。他意识不到存在着这样的前提，更意识不到这个前提是错误的，就理所当然地觉得有我。甚至不把“觉得有我”这件事看成是一个认知结果，更不要说来反思一下这个认知结果是正确还是错误，与事实是相符还是不相符。在这个情况下，就是所谓的邪见入心，短时间内表现为不可动摇。

如果顺着对方的错误前提去回答是此、是彼，不仅不解决问题，还会加固对方的邪见。因为你那样回答，是认同了对方认识中的错误前提，而他并没有意识到存在的前提。

其实，如果要回答，经中有类似的情况：佛陀针对这个有因缘的人，会直接破斥他的前提，好像答非所问一样，但这恰恰是对提问者真正有帮助的方式。

这是谈到了“十四无记”。为什么谈到“十四无记”呢？因为“讨论”（3）说到，焰摩迦比丘表现出来的不仅有我见，还有基于我见的断见。这跟“十四无记”中出现的错误有可类比处，都是内心有这样错误的前提认识，然后在这个上计有、计无，计常、计断，乃至计一、计异。有这样内在的脉络，所以在“讨论”（3）之后，“讨论”（4）谈“十四无记”。

（5）第 261（44）[38]、110（178）[112]经中说，人们总是在五蕴中，寻找生命的主体。所以，佛陀就拿五蕴与生命的主体（如来）作比较。

五蕴，对于没学过佛法的人来说不容易体会，我们简单地说“身心”（基本对应“名色”）也可以。

人们都是觉得这样的身心现象“是我”或者“有我”，愿意思考的人会来对应：“到底什么是我”？或者反过来“我是什么”？也就是，寻找生命的主体，寻找这个我。可这是徒劳的；就算认可了什么，也是错上加错的。

因为人们的错误认识是由对五蕴的认知而起，所以佛陀说明无我，让人们认识无我，也是常拿五蕴与生命的主体来作比较。那么，这里帮助大家认识“我”不可得，也就是无我，逻辑是怎样的？作者这样总结：

我们知道，任何两种东西的关系，不外乎三种：一（完全相同），异（完全不同），相在（相融摄，或相交集）。假如这三种关系都不存在，那么表示什么呢？是不是表示至少两者之一是事实上的不存在？所以，佛陀常用“是我、异我、相在不”，来分析生命主体——“我”的不存在。

这是作者帮助梳理，为什么佛以“是我、异我、相在不”，来分析生命的主体——“我”是否存在。经中主要是从无常的角度，来分析对比所得到的认识。

一般人认识不到内心的自我感是一个认识结果，是在生命现象、身心现象上产生的认识而已。这个自我感——关于生命的认识，与生命现象本身，是一致呢？还是不一致呢？比一比就知道。

或者真的觉得有这样一个“我”：一边是五蕴，一边是我，那么，五蕴与我是完全一致（“是我”，比如“色是我”等等）的呢？还是完全不同（“异我”）的呢？还是我在色中或色在我中（“相在”）的呢？都不是。经中就是从“色无常”等等角度来说的。为什么？前提是，一般人感觉的这个“我”，有内在的同一性，内在感觉我始终是我，我具有这样不是他的特征，我一直是我是我。这种内在的同一性，其实就是常义。而这个常义，在色、受、想、行、识五蕴上都不成立，所以不是我。

所谓的“异我”，也不是别的，因为他离不开五蕴来安置“我”，总是在身心五蕴现象上来体会生命，来感觉有我，比如觉得受是我，因为色不是受，所以也就不是我，是属于我的，这就是所谓“色异我”的意思。

“相在（相融摄，或相交集）”：“相融摄”，什么包含着什么；“相交集”，彼此有相交叉的部分。

我们来看所引的经——

第 109（177）[111]经中说：

这是《杂阿含》中比较详细解释“是我、异我、相在”的经文。

云何见色是我？得地一切入处正受观已，作是念：地即是我，我即是地，我及地唯一无二，不异不别。如是，水、火、风、青、黄、赤、白，一切入处正受已，作是念：色即是我，我即是色，唯一无二，不异不别。如是，于一切入处，一一计我，是名色即是我。

“色是我”是什么意思呢？举了一个例子，但也不是说，必须这样，才能感觉“色是我”。举了一个什么例子呢？举了一个修禅的人，修“十遍”中的“地遍”，也就是这里所说的“地一切入处”，也就是“十遍处”中的其中之一。十遍是什么呢？地、水、火、风、青、黄、赤、白、空、识。以这十种之中的任意一种来修胜解观，比如修地遍（地一切入处）。如何修习呢？意识中呈现整个空间都是地，处处都是地。

这个“一切”是指的无间、广大。“无间”有二义：1、空间上，所作意的地相无间断、间杂，2、时间上，作意于此地相无间断、间杂。“广大”指的是遍满相，用汉传佛教徒熟悉的语言——“尽虚空，遍法界”，周遍法界都是地。这样的意识对象，摄心于彼，得到禅定。“正受”是意译，是“等至”的另一种翻译，音译叫三摩钵底，也就是这个人修地遍得根本定。

禅定所呈现的感受是非常真切的，给人带来的影响也是非常深刻的，他修地遍，入了禅定，有了非常稳定、非常鲜活乃至决定的认识：这一切都是地。可是内心又有这样的自我感，认同确实有我。那我在这哪？我是什么？由修这样的地遍，而觉得“地就是我”。他这个都未必是思惟推导的，因为他感觉这个作意的相是这样的鲜活，特别是得定的人，是自然任运呈现的，自己不需要费力去取，所以，在这遍满的地中，我是什么？我就是地，地就是我，我和地是唯一无二，不异

不别。这是就修地遍为例，说明“色是我”的一种例子。

十一切入（十遍）中，还有另外七个（水、火、风、青、黄、赤、白），也是色蕴所摄的，他对这几个修遍（一切入），都会有类似的执取。这是以此为例，来解说什么叫“见色是我”。对于一般没有修十遍的人，比如一般的老百姓觉得“这个身体就是我”，这就是“见色是我”。

云何见色异我？若彼见受是我，见受是我已，见色是我所；或见想、行、识即是我，见色是我所，是名色异我。

什么叫作“见色异我”（色不是我）呢？是指离了五蕴有一个我吗？不是这个意思。这里举例子说，比如这个人觉得受是我，那这个“色”跟“我”是什么关系呢？色是我的，色是我所。“我所”跟“我”是一回事吗？严格来说，“我所”跟“我”不应该是一回事。这其实也是一般人的混乱处，比如这只手，正常来说，如果谁拿尺子打了这只手，大家的反应是“你打我做什么，你为什么打我”，意思是什么呢？觉得“这只手就是我”；可是又说“我的手”，表示这只手是属于我的。意味着：一般人说不清“我”到底是什么，我、我所是混乱的。严格来说，是“我”就不应该是“我的”。

从这个义上来体会“色异我”：这个人认为受是我，那么，色就是属于我的，所以色不是我。也就是说，“色异我”固然在说色不是我，可也不是“我在五蕴之外”的意思，而是觉得“色是我所”。那“我”是什么呢？“我”是除了色之外的其余的哪一蕴。这是就“色异我”来加以说明。

云何见我中色？谓见受是我，色在我中；又见想、行、识即是我，色在我中，是名我中色。

所谓的“我中色”，就是我比色大，色在我中。这是什么情况呢？比如这个人以为受是我，而色是在我中的，这叫作“我中色”，其他类似。假如这个人见想是我，或者见行是我，或者见识是我，而以为色在我中，这些都是“我中色”的情况。

云何见色中我？谓见受即是我，于色中住，入于色，周遍其四体；见想、行、识是我，于色中住，周遍其四体，是名色中我。

“色中我”，也就是我在色中的情况，能不能举例呢？比如这人认为受就是我，而且受是在色身中住的，在色身里面，周遍四体，这样的看法就是色比我大——“色中我”，也即我在色中。其他“色中我”的情况：见想是我，或者见行是我，或者见识是我，那这个“我”（或想、或行、或识，这是分别的情况，不是统一的），是在这个色身中住的。这就是“色中我”的情况。

这是对“是我、异我、相在”有详细阐述的经文，在五蕴的每一蕴上各有“是我、异我、相在”等四种“我”的错误认知，称为“二十种身见”。

前面“是我”、“异我”都只有一种情况，“相在”有两种情况，是“蕴”和“我”互相包含的——“我中蕴”、“蕴中我”，实际上共有四类情况。五蕴，一一蕴有四种，一共是二十种，称为“二十种身见”。接下来说几个名词——

其中，“正受”是“三摩钵底”的异译，入定的意思。

三摩钵底，也就是等至，唯通于定。等至跟等持不一样，等持是三摩地，通于定心、散心。

“地、水、火、风、青、黄、赤、白”，是成就禅定修学的种类；

“十遍处”的前八项，可参考印顺法师所著《空之探究》〈第一章·第十节：胜解观与真实观〉。

这是我前面所举的“地、水、火、风、青、黄、赤、白”遍处的修习，是十遍中的八种，如果愿意，可以作相应的参考。

这一选相应的“讨论”内容比较多，今天我们学习了其中五则。时间关系，不能做更多的交流，今天共同的学习就是这些。我们一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 25

—— 第六选 是我、异我、相在——焰摩迦所答经（四）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

我们继续来学习《杂阿含经二十选》第六选的内容，现在我们在学习“讨论”相应的内容。

（6）生命之中，不存在着不变的主体，那么，生命又是如何生死流转呢？

这几乎是任何一个学习“无我”的人都会遇到的问题，或者是自己内心产生这样的疑惑，或者是从相应的来源遇到这样的问题。生命之中，不存在不变的主体，也就是一般人内心中感觉的那个我。自我感中呈现的那种“我”，是生命的主体、生命的内核，在一般人的感觉中使得我一直是我。前边种种的论说，说明了这样的“我”是一切处不可得的，不存在这样的“我”——不变的主体。很多人就会产生一个疑问：那么，这个生死流转是怎么回事啊？

为什么会有这个问题呢？因为有我见的人，内心这个自我感，自然而然地认为是确实的、是真的。内心对于生命现象的解释，完全都

是带着这种自我意象进行的。说话，是“我说话”；吃饭，是“我吃饭”；想问题，是“我在想问题”；痛苦，是“我的痛苦”；快乐，是“我的快乐”；生，是“我的生”；死，是“我的死”……，都是这样来认识问题的。现在说到“不存在这样不变的主体”，也就是：过去所感觉的那个“我”，没有与它对应的真实，一切处不可得。这个时候，实际上相当于说，过去的内心诠释无法成立了。过去内心不断讲的都是“我这样、我那样”，现在说“无我”，那过去的这些诠释，如何再作诠释呢？喝水，是怎么回事啊？走路，是怎么回事啊？过去以为是“我喝水、我走路”，给一个很简单的描述。现在不是我喝水，不是我走路，那是怎么回事啊？其实很简单，只是五蕴的相关运作而已，哪有我什么事呢？

“生命又是如何生死流转呢？”其实这个问题，首先应该是基于当下认识在谈的。为什么呢？这个人在看不到当下生命现象是怎样的现象真实，对此没有离开颠倒我见的确切认识之前，想要对于这样不是非常贴近经验的生死流转有一个确实的认识，还是远了一些。也就是说，第一步应该即身而观，就这个五蕴身来做观察，看一看当下的生命现象是怎样的无我之流（无我的名色之流，或者无我的五蕴之流）：是怎样的识，有什么样的了别，推动了怎样的行，乃至发动语言和身体的运作。这样看下来，这个过程中只是五蕴的关连，五蕴的此有彼有，哪里需要一个我呢？

对于生命的现实，与以前有了不一样的认识，有了关于生命现象真实的认识，再来说观察生、观察死，观察前世与后世，这样是比较妥帖的。实际上意味着：通过对于当下生命现象的观察，对于当下五蕴生灭之流的观察，当这样的智慧转深、转坚固，再来洞悉类似于生死流转这些，才更有力量，更有把握。

不过这个问题提出来了，我们当然可以探讨一下：无我，又是如何生死流转的？

第 105 (173) [107] 经中说：“慢不断故，舍此阴已，余阴相续生。”慢，就是我慢，是细微潜隐的“我执”。因为慢不断，所以佛陀可以据此，而记说某某人命终后往生何处。如果连最细微的“我执”都已经断除了，没有了无明与爱染，那么，就没有生死流转的因缘，也没有可以记说的因缘了。如果一定要说，那么只能说：“断诸爱欲，永离有结（烦恼），正意解脱，究竟苦边。”

一般人体会的“慢”，都是傲慢，或者是一般意义上的我慢。《阿含经》中用到“慢”的时候，有一类用法就是这里做的说明，是指那种非常根深蒂固，又细微潜隐的我执。我过去也说过，我们可以考虑一下：以为有我、执着有我，为什么可以用“我慢”做同样的表达呢？因为“慢”，意味着超出现实，在现实的基础上又有添加；“我慢”，就是在这样无我的生命之流上，自己基于颠倒，错误地计执有这样一个我。就像人有慢心，本来不如人家，内心颠倒，还觉得自己比别人高明一样。所以这种“慢”，有不实而增益的意思。

如果这个人细微潜隐的我执没有断除，佛陀就可以在需要的时候，记说这个人命终后生于何处了。之所以能如此，是因为这种细微潜隐的我执没有断除，生死流转不会终止。如果这个人无明、染爱尽断，他也就没有再受生的因缘，不会再有这一期生命结束之后继续受生的情况发生。这样，即便是佛陀，也没有办法说他命终之后生于何处，因为他不再受生了。如果一定要对这种已经彻底断慢的人的未来说一句话，也就只能如经中这样来表达：此人已经尽断了一切爱欲，永远地离开了与受生相应的烦恼。

“有结”就是“烦恼”的意思。“正意解脱”：他的心不发生颠倒，不发生错谬，而得解脱。“究竟苦边”：苦已经到了尽头，也就是生死到尽头了。有生死就有苦，生死的当体就是苦。对于我们人来说，生死也就意味着不断地轮回，意味着苦、集（苦因）的相生。

如果比对这两段经文，那么，“慢”与“爱欲”是相关的，其共通处不就是对自己生命恋着的“后有爱”吗？（参考印顺法师《佛法概论》〈第七章：关于有情流转的业力〉）

这是作者的一种体会——“‘慢’与‘爱欲’是相关的”：在经中谈到“慢”的时候，确实更主要是指微细的我执，有我执就会有我爱。这里说到“对自己生命恋着的后有爱”：“后有爱”的意思，就是希望我延续下去，不仅仅是后生，甚至是永远地延续下去，这是一种爱着。

在这里要多说一点什么呢？凡夫有“后有爱”不奇怪，离了“后有爱”才是非常稀有难得的事，是稀奇事。可是很多人学习佛法，没有意识到这个自我的爱着，特别是对于生命活着的爱着，对于“后有爱”也体会不到。带着这些强烈的“有爱”（对于生命的爱染；更明确地说，是自我持续存在的爱染）来学习解脱，想象涅槃，他没有办法真正地接受涅槃的正义，也没法想象，于是，只能随着自己颠倒的“有爱”，来想象成：是自我以某种玄妙的形式，永远地存在下去。那是对于解脱的误解，根源在于：没有意识到内心“后有爱”的烦恼、“自我爱”的烦恼，在里边起的作用。要避免这样的错误，一方面正确地学习佛法的道理，另外一方面，看到自己内心的烦恼，调伏它。

这里谈到：在无我见的摄持下，生命是怎样流转的？这一段文谈的其实是：因为有我执，有“后有爱”，所以有情会继续流转下去。

一般人想象轮回，因为有我见，容易想成：有一个生命的主体，

前生结束，这一生受生在这儿；这一生结束，后一生又要到哪儿去受生。总感觉是同一个有情（同一个“我”；不变的主体）在轮回中升沉变化。这其实是自相矛盾的：如果有这样不变的“我”、不变的主体，轮回不可能。不变的主体，意味着“常”，又怎么会死呢？怎么会有后有呢？再者，如果是“常”，生也不可能，怎么会有常的东西被创生出来呢？不仅生、死不可能，受业报也不可能：不管是造作，还是受报，都意味着变化，“常”意味着没有变化。所以，假如真的有一般人所想象的，那样不变的生命主体、不变的“我”，在轮回里走来走去，那是不可能的。如果真的有这样不变的主体，轮回就不可能了，生死也成为不可能；生死都不可能，解脱也成为不可能。

佛法说的解脱，对应着什么呢？对应着生死轮回。因为有生死轮回，才有生死轮回取消的解脱。如果生死轮回不在，谈什么解脱呢？因为有无明缘行、行缘识乃至生缘老死的轮回，所以才有无明灭则行灭乃至生灭老死灭的解脱。

如果有这样不变的主体，轮回成为不可能，解脱也成为不可能。正因为没有这样的主体，所以生死流转的缘起才成为可能，无明灭则行灭乃至生灭老死灭的解脱也成为可能。

（7）如第 58（170）[104]经说：“若无我者，作无我业，于未来世谁当受报？”

这部经里有人问了一个这样的问题：“若无我，那造的业是无我业呀，那未来世谁来受报啊？”这个问题隐含着这样的意思：在他的前提认识中是有一个“我”造业，同样是这个“我”在未来世受这个业的报，现在说“我”不可得——无我，这个人内心就混乱了：如果没有我，那是谁造的业呀？就算造业，也是无我业呀？那未来报到

谁身上啊？是不是就乱了呢？

佛陀的回答是：“色无常，是苦，是变易法，彼一切非我、非我所。如是见者，是为正见，受、想、行、识亦复如是。”

佛陀的回答，并没有直接说谁在受业报，表面上看来，好像是答非所问。其实，佛陀是直接从问题的根本错误处——“我见”，来着手纠正的。

佛的回答的这个内容，大家一看很熟悉，又是说：五蕴是无常、是苦的，非我、非我所。这好像并没有回答这个人的问题呀？而且这个人不是说“若无我者，作无我业”，已经接受无我的前提，为什么还说：佛陀的回答，是直接从问题的根本错误处——“我见”，来着手纠正的？

实际上这就是过去在讲《阿含经故事选》中说到的那个问题：这是一个伪问题。伪在哪儿呢？问题本身存在着自相矛盾。前边的假设——“若无我者”，好像是采用了无我的前提，那么，他应该在问题中始终保持着无我的立场来作推导，可是他问的是：“于未来世，谁当受报？”他以为自己一直在保持着无我的前提，可是这个“谁”不就是我吗？有我见的人，意识不到自己内心的我见处处在发生作用，从这就暴露了这个问题。以为自己已经采纳了无我这个前提来作问题的推论，来尝试把问题提出来，但是他在问题的推进过程中，自己又把“我”给放进来了，就变成了：问题的前半段是承许无我，后半段又说有我。这样自相矛盾的问题，怎么去答呀，自己已经混乱了。你到底是要用哪个前提来问问题呢？是无我的前提，还是有我的前提？

这样的问题，如果就问题说问题，严格来说，它是一个不需要回答的问题，是为“非问”。这个问题问错了，可以重问，问对了再说，

问题本身没有内在逻辑错误了再说。

看来这个问问题的人还是有相应的因缘，因为佛直接给了他最合适的回答。什么是最合适的回答？就是再一次地指出：你并没有认识到无我，你还是在带着我见想象无我，所以你这个问题有这样内在的矛盾；请你再一次地来观察无我，如果你能够正确地体会无我，那么这一切问题也就不存在了。

也就是说，问题本身就是一个事实上不存在的错误，所以是没有办法直接作正面回答，说是谁（或不是谁）在受业报的。

这就是我刚才展开说的：在这个问题中，他的立场是漂移的。“若无我者”，好像在采取无我的立场，可是“谁当受报”，又换回了有我的立场——采用了完全对立的两个前提放在一起，这是没有办法来探讨的。就像另外一个经常提起的经典的错误问题：“无我，谁在轮回”，这其实是同一个问题，也是同一类错误，都是我见心坚固而自己意识不到。还以为是站在无我前提下提出的问题，意识不到随着问题的提出，后面又把“有我”给塞进来，造成了问题自身内部的逻辑矛盾，成为了一个“非问”。

那么，在“无我”的正见下，应当如何来看业报呢？

上面那个问题：“若无我者，作无我业，于未来世谁当受报？”如果确实站在无我的立场，把这个错误问题给改正确，可以怎么改呢？“若无我者，于未来世受报是怎么回事？”也就是：在无我的情况下，作业和受报是怎么回事？这样，他就没有又在后面颠倒地把我见给掺进来，这个前提立场是一致的，这样问是没有问题的，也就是作者在这里说的：在无我的正见下，应当如何来看业报呢？

第 335 (456) [313] (第一义空经) 经说：“眼不实而生，生已

灭尽，有业报而无作者，此阴灭已，异阴相续，除俗数法。耳、鼻、舌、身、意亦如是说，除俗数法。”在这个五蕴（这辈子）到下个五蕴（下辈子）的流转中（俗数法），就是因果果报（业报）现象的展现。而在这样因缘聚散的无常展现中，找不到一个不变的主角，说他是造业的主人。所以说，“有业报而无作者”。

《第一义空经》的内容挺好，也比较深刻，大家如果有时间，可以找来做细致的学习。这里谈到相应的“有业报而无作者”，当然也是“有业报而无受者”，来谈一下：如何在无我的正见下看待业报？

“眼不实而生”：“眼”是六根中的眼根，是刹那不住、无常生灭的。这样无常生灭的法，没有一般人所想象的实在自体。但是在现象上，可以假名说“有眼生，生已灭尽”。眼的生，是业报的表现；这个色身的现起，这一生的受果报，是过去业呈现的结果。可是，虽然有这样的业报，但不存在一个作业者和受报者——“有业报而无作者”。

“此阴灭已，异阴相续，除俗数法”：从现世来说，是前五蕴刹那灭，后五蕴与它相似相续。“相似”的意思是，不完全一样，也就是具有差别性；“相续”的意思是，不是完全没有关系，是有关连性的。从活着的时候来说，前一刹那的五阴，和后一刹那的五阴，是这样相似相续的差别的关连。这期间有什么“我”呢？只是五阴的刹那生灭而已。

前后世也是如此，只不过是前一生最后五蕴临散坏的时候，有相应的惑和业发生作用，引生了下一生受生的那个五蕴聚，实际上还是“前五阴灭已，后五阴续现”的意思。这前后生的五阴之间，有没有什么关连呢？当然有。是什么关连？就是惑、业的关连；如果强调主导性的因，就是业的关连。是如此而已，哪有什么“我”在中间穿来

跑去呢？谁给出场费呢？

这里所说的“俗数法”就是指世俗谛上的假名法，在余处有译成“假号法”，指的是生命现象层面给安立的假名。“除俗数法”的意思是，生命现象只不过是这些“假号法”而已。

过去我在讲到这里的时候，常常引《智论》里的一句话，这一次还要再引一下。《大智度论》里有八个字，回答这个问题是非常恰当而且深刻的，叫作“空五蕴造，空五蕴受”。无我的业报是怎样的呢？性空的五蕴，发生这样的运作，而有影响未来乃至感生后有的力量——业。在命终的时候，五蕴即将散坏，这样的业发挥力量，在惑的配合下，引生后有五蕴的现起。后有的五蕴是一一实有的吗？也是性空不可得的。是这样的“空五蕴造，空五蕴受”，如此而已。如果不懂得性空的五蕴，先暂时地理解为“五蕴造、五蕴受”也很好。

这样的观念，很难理解是吗？那也不用气馁，就像第 405（597）[404]经的偈颂说：“一毛为百分，射一分甚难，观一一苦阴、‘非我’难亦然。”

这当然是在形容观察“五阴非我”不是那么容易的。

“无我”的观察与实践，对我们平常凡夫来说，确实是很难。

这话要怎么说呢？如果自己不真诚地闻思，不去精进地实践，那永远都是难的。如果自己真诚地闻思，比较绵密地、精进地实践，其实也没那么难。

如果您觉得实在难以理解，那么，何妨暂时将它摆在一旁，回头来依着佛陀的教导，多用心于体会“无常，是苦，是变易法”！

这确实是很基本，也是很重要的！前面说到破除内心“我”的颠

倒，谈过要点：认识到身心的现象（或者说五蕴的生命现象）是一回事，由这样生命现象产生的认识是另一回事。内心的自我感，就是对于生命现象的认识。这个认识是否符合生命的现实，需要加以比较。如何比较？作特征对比。那么，内心自我感中“我”的特征——常、自在等，在生命现象上（身心也好，或者用五蕴来观察也好）是否有这样的常可得呢？不可得，这说明内心的自我感只是错觉而已。所以说，这样的“我”，一切处不可得。

体会五蕴的“无常、苦、变易法”，确实是基本。实际上，伴随着这样不断观察身心的现象，会意识到只是这些五蕴的运作而已，哪有什么“我”呢？不需要“我”就很好，硬塞“我”还塞不进来，强塞进来就出问题。

如第 202（253）[204]经中说：“云何知、云何见，次第我见断、无我见生？”

这是在探讨：如何能够帮助一个人破除我见颠倒，有无我正见。

佛陀的回答是：“于六根正观‘无常’，若眼识，眼触，若眼触因缘生受——苦、乐、不苦不乐，彼亦正观无我。”

这是举经文说明：要想观察无我，无常是很重要的。经论中都说：多闻圣弟子，由无常想建立无我想。受到良好佛法教化的佛弟子们，很多都是从这样无常的观察，建立无我正见的。

而经中，尊者舍利弗不也是从“无常，是苦，是变易法”切入，来调教焰摩迦比丘，让尊者焰摩迦比丘“得法眼净”的吗？

这是说到本经——〈焰摩迦所答经〉里边，舍利弗尊者教导焰摩迦比丘的要点，也是从五蕴的无常切入的：从这样的观察，与内心自我

感相应的“我”拥有的特征作对比，否定这个颠倒的认识。

（8）经中说，“尊者舍利弗说是法时，焰摩迦比丘远尘、离垢，得法眼净”。“法眼净”，是怎样的成就呢？如第 396（588）[395]经说：“譬如日出，周行空中，坏诸暗冥，光明显照。如是圣弟子，所有集法一切灭已，‘离诸尘垢，得法眼生，与无间等俱’，三结断，所谓身见、戒取、疑。此三结尽，名须陀洹，不堕恶趣法，必定正觉趣，七有天人往生，作苦边。”“净”，是纯净没有瑕疵，可以引申为“圆满”的意思。所以，“法眼净”与经中的“得法眼生，与无间等俱”，意思是一样的，也就是说，这是“必定正觉趣”的初果须陀洹圣者了。

简单地说，“法眼净”就是证初果。这个“法眼生”，跟前面所说的“法眼净”，意思是一样的。“与无间等俱”：“无间等”，从前说过，是现观，是彻底的突破。“三结断”，断了哪三结呢？是欲界五下分结中的三种——身见、戒禁取见和疑。

五下分结，是欲界相应的五种关键的烦恼，这里提了三种：身见，也就是我见。戒禁取见：是非因计因，错误的修行观念。以为像牛一样去生活，会生天；或者其他的并不会导致解脱或者安乐的，自己觉得会导致。是将离苦安乐的因，错误地计取，所以叫作“非因计因”，实际是一种倒见指导的修行。疑：是对于四谛等，内心犹疑不确定。这三类，先不特别仔细地去说它，这是五下分结中的三种。还有两个：一个是欲贪，一个是嗔。欲贪的“欲”，是指欲界相应的意思；那么欲贪，就是欲界相应的贪。嗔：在所有烦恼中，只是跟欲界相应的，在色、无色界没有嗔。

五下分结中，身见、戒禁取见、疑，这三结尽断，名须陀洹，就是初果圣人——预流果。预流的圣人，预入圣者之流，他不再堕恶趣

——地狱、饿鬼、畜生，而且“必定正觉趣”——一定会得涅槃。反过来，一般还没有开始修行的凡夫，可以说他一定会得涅槃吗？你凭什么这么说呢？初果圣人是“必定正觉趣”，肯定得涅槃，而且他最多还有“七有”。这个“七有”，部派的说法不一样，如果朴素一点说，是最多七次在人天受生，当然，有的部派会说得更复杂，也包含更多的次数。“作苦边”：已经到了苦的边际，轮回已经有了边际。

另外，在《杂阿含经》中，总共记载着十七位圣者得“法眼净”，他们是：长者子输屡那、富流那弥多罗尼子、阐陀比丘、差摩比丘、焰摩迦比丘、仙尼出家、那拘罗长者、毗纽迦旃延氏婆罗门尼、阿支罗迦叶、须深比丘、尊者憍陈如、竭昙聚落主、刀师氏聚落主、洗陀迦旃延比丘、长爪外道、尸婆外道出家、须跋陀罗外道出家（即佛陀入灭前的最后一位弟子）。经中形容这些圣者，在得“法眼净”后，“见法、得法、知法、起法、断诸疑惑，不由他知，不由他度，于正法中，心得无畏。”（如第 105（173）[107]、30（36）[30]、262（45）[39]、253（379）[255]、347（489）[346]、913（13253）[905]、916（13256）[908]、969（13310）[961]、977（13318）[969]、979（13320）[971]等经）

这是作者下了一点文献上的功夫，列出了这十七位得法眼净圣者的名字，也给出了相应的经文。在这里，有几位得法眼净的时候，相应的经文是非常关键的。不是说其他的不重要，而是与这几位相关的经义，特别地值得重视。接下来是作者的解说——

从这段经文的描述，我们可以了解到，这样的圣者，已经对“法”有相当深刻、决定性的把握，不再有疑惑，也不再有恐惧，不由他度而决定趣向解脱。

这里要说一下：初果圣人有没有离欲呢？初果圣人没有离欲。没有离欲的人，有没有可能有恐惧呢？有没有可能有伤心呢？是可能的。那这里说的“不再有疑惑，也不再有恐惧”，是对于法，对于这样的真理，他不再有任何疑惑。谁来说“这个是真理，这个不是真理”，也不会动摇他，也不会令他的内心于这个法上产生恐惧。是在说这个，不是说初果圣人就再也没有恐惧了。

这里说的“不再有疑惑”，也是针对佛法核心——缘起、无常、无我等而说的，不是说他没有任何疑惑。不信的话，你去拿一道高数题，让周利槃陀伽尊者做一做，看看有没有疑惑呢？包括阿难尊者，在舍利弗尊者般涅槃的时候，包括佛般涅槃的时候，都是有相当情感表现的。那也不奇怪，他当时因为种种因缘，还没有从初果向前去推进果证，初果人并没有离欲，初果人断除欲界五下分结中的三种——身见、戒禁取见和疑，并没有断除五下分结中的欲贪和嗔。当然不是说他必然表现出欲贪、嗔，必然表现出情绪化的反应，只是说，他相应的烦恼还没有从根断除，初果圣人还没有真正的究竟的离欲，容或有情绪化的反应。

而在第 262 (45) [39] 经中，描述阐陀比丘在得“法眼净”时说：“不复见我，唯见正法。”更是明确地表示了破除“我见”的肯定。

这是非常好、非常清晰的一个说明，对于我们的帮助也很大。阐陀比丘当时在阿难尊者的帮助下，见道了，入了圣者之流，得法眼净，当时说：“不复见我，唯见正法。”这个“正法”是什么？缘起法。这是对于破除我见很明确的表达。说到这里要强调：无我，是突破凡圣一关最关键的内容。

前面说初果圣人断五下分结中的三种——身见、戒禁取见和疑。

意思是什么呢？是在说明，凡夫和圣者最低限度的差别是什么，也就是最根本的差别是什么，就在这里——身见、戒禁取见和疑。这些都可以通过见缘起而得以破除：缘起无我；缘起故，不会非因计因而有戒禁取见；见缘起，对于四谛、缘起等不会再有疑。

上面说的“正见缘起法”与常说的“观察无常，体证无我”一样不一样呢（或者，是两回事吗）？一样。正因为破除了内心颠倒我想，对于这样五蕴的缘起，才有如实的清晰的认识，这其实可以说是在现象和本质上都发生了正确认识，也可以说是“见到缘起”，也可以说为“体证无我”，无我的智慧是凡圣一关至为重要的。

修行，如果能够到达“断诸疑惑”、“不由他度”、“心得无畏”的笃定，这至少是“初果”以上程度的圣者啊！

这里是说：如果真的匹配上这些描述，是需要初果的。难道在初果之前，对于佛法核心的义理，就一定表现得很怀疑吗？不是。初果是彻底地断除这些烦恼，但是在彻底断除之前，一个善巧修习的人，实际上已经很好地调伏了这些烦恼，基于他的正见，他不会认为外道非因计因的戒禁取见是正确的，也不会对于四谛有什么明显的不认同，只是有很隐微的疑根没断除，但是你问他“四谛对不对”，他一定会说“是对的”，而且不是勉强的，是他通过闻思等，确实认为那是对的。只是因为还没有亲证，还有隐微的疑根没有断除而已。一个善巧的修行人，即便没有证得初果，问他“是有我正确，还是无我正确”，他不会给出“有我正确”的错误回答，他是真的认同无我，只是自己的观察修习还没有引发无漏慧而已。

这是说：不要因为说到初果才彻断这些烦恼，就以为没有到初果的修行人，一定要表现为这些烦恼很明显的样子。他可以修行得好，

这些烦恼被调伏、被遮止、不表现，直到真正突破凡圣一关，这些烦恼才由被调伏遮止变成彻底断除。

（9）“我见”与执着（取着），有着密切的关连。如第 43（155）[89]经说：“云何取故生着？愚痴无闻凡夫，于五蕴见是我、异我、相在，见五蕴是我、我所而取。取已，彼五蕴若变、若异，心亦随转。心随转已，亦生取着，摄受心住。摄受心住故，则生恐怖、障碍、心乱，以取着故。”反之，能正观五蕴非我、非我所的圣者们，则是“于世间都无所取（摄受），无所取者则无所着，无所着者自觉涅槃：我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。”（如第 32（38）[32]、76（130）[67]、84（141）[75]、85（142）[76]、34（146）[80]、124（1665）[126]……等经）

这是说“我见”和“爱取”有密切关连，这里引了经文来说明这件事。“执着（取着）”是怎么样生起的呢？愚痴无闻凡夫于五蕴计我，那么就见五蕴是我或者我所而取着，这是由我见而取着。取着之后有什么问题呢？有了这样的取着，五蕴又是无常的，如果发生了变异，心也会随转，乃至生恐怖、障碍、心乱等，这都是由取着而来的。

正观五蕴非我、非我所的圣者们，表现就完全不一样。从经文看，这里所说的这些圣者们，是已经尽断烦恼的无学，他们的表现是“于世间都无所取”，这个“取”，就是前面所说的执着、取着、摄受，也就是爱染义；“无所取者则无所着”，既然不摄受，也就没有爱着；“无所着者自觉涅槃”，断爱离欲而得解脱，于是有这样的自作证——“我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。”

这是说明凡夫和无学圣人的两类情况，从正反两方面来彰显我见与执取之间的关连。下面举经中一个浅近的喻，来作类似的说明——

又如同第 269 (52) [46]、274 (397) [273] 经中说：“譬如祇林中树木，有人砍伐枝条，担持而去，汝等亦不忧戚，所以者何？以彼树木非我、非我所。”

佛是在祇树给孤独园中给比丘们说法，就指着园外的这些树木说：如果有个砍柴人，来砍伐林子里的这些树，并把砍下的树枝担走了，你们会有忧戚吗？会觉得自己损失了什么吗？没有。为什么没有这样的感觉呢？因为没有把这些树木、枝条摄成是我或者是属于我的。过去也说，很多父母对于自己的孩子牵肠挂肚，实际上也没什么事，但就是要牵肠挂肚——“如果这样，可怎么办？那样怎么办？”但是黑非洲有很多小孩子，饿、病、战争的创痛等等，实际一点也牵动不了自己的心，原因是什么呢？没有摄为我所。自己的孩子摄为我所，“有爱就有苦”。

没有我、我所有的想法，也就不会有执取的困扰了。

这是这一段要说明的义趣，也是要说明无我的智慧对于解脱的意义。

(10) 为什么会有我见呢？为什么无常、苦、变易法，就不能于其中见是我、异我、相在呢？这将在〈第七选：欲令如是、不如是〉单元中讨论。

这是作者在末后提的与这一篇相关连也是更进一步的问题，以此引发下一选的内容，我们也是放到下一选中去学习。

(11) 其他有关是我、异我、相在的经文：23 (29) [23]、24 (30) [24]、30 (36) [30]→32 (38) [32]、264 (47) [41]、269 (52) [46]、64 (61) [55]、76 (130) [67]、82 (139) [73]→85 (142) [76]、43 (155) [89]、45 (157) [91]、198 (219) [200]、

199 (227) [201]、 209 (271) [211]、 227 (295) [229]、 273 (396) [272]、 274 (397) [273]、 276 (399) [275]、 465 (728) [464]、 248 (374) [250]、 120 (1661) [122]、 121 (1662) [123]、 124 (1665) [126]、 125 (1666) [127]、 133 (1785) [135]、 938 (13278) [930]、 1024 (13361) [1012]。

(12) 相当的南传巴利文经典为：《相应部》〈蕴相应〉第八五经〈焰摩迦〉(22-85) (元亨寺南传大藏经译本第十五册一五九页)

“讨论”(11)、(12) 都是给出一些文献的信息，供大家参考。

到此为止，第六选我们学习完毕。这一选的经文，包括后面的“讨论”，内容比较多，也比较丰富，对于学习“无我”应该也会比较有帮助，大家可以适当地反复用一些功。

【答疑解惑】

法友：顶礼师父！是否可以把初果圣人三下分结中的疑，详细开示一下？这其中的疑，都破除了哪些呢？

法师：疑，主要是说对于佛法核心义理的犹疑。不一定是了解，而是了解了，还没有完全确信，还有犹疑。

什么是佛法核心的原理？有不同的表述，其中“四谛”就是最常用的一个内容。四谛这种表述很好——问题、问题的原因、能否解决、如何解决，也就是苦、集、灭、道，这样“问题指向，问题解决指向”，非常容易让人把握。要是说“缘起”，当然也一样，十二缘起——无明缘行乃至生缘老死，不过是苦、集流转，无明灭行灭乃至生灭老死灭，是还灭的情况，可以跟苦、集、灭、道彼此配上。所以说疑，是对于佛法根本义理（或者说根本原理）的不确定，“犹疑为性”。这个

根本义理，可以说四谛法，也可以说缘起法，都没有问题。

浅的疑，是对于因果有怀疑，对于三宝功德有怀疑，这些是相对周边的，其实如果真的通达四谛、通达缘起，这些也就不存在了。所以最关键的是对于四谛的疑，或者另外一个表述——对于缘起的疑，也有的会把这两个并列一起说，应该知道没有什么本质差别。

时间关系，我们今天的学习就到这里，一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 26

—— 第七选 欲令如是、不如是

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

今天我们开始学习《杂阿含经二十选》的第七选〈欲令如是、不如是〉，这是属于说明“无我”的一篇经文，首先我们来把经文一起学习一下。

一、经文

如是我闻：一时，佛住舍卫国祇树给孤独园。尔时，世尊告诸比丘：

色非是我，若色是我者，不应于色病、苦生；亦不应于色欲令如是，不令如是。

上来是说明佛这次说法的地点，佛陀告诉诸比丘说：色不是我。为什么色不是我？后面用的方法，用今天的话说叫“归谬法”：先假设那个错误的命题是对的，比如这里说的“若色是我”——假设色是我的话，那么下面会有什么样与事实（或者与大家共同认可的道理）相违背的结论。因为这样矛盾的结果，是从接受这个前提来的，所以

能够让人认识到这个前提是无法成立的。这是归谬法，中国人叫作“纵破”。

“色非是我”：在归谬中说，如果色是我的话，不应该于色发生病、苦。为什么这样说呢？这与前面所说的，对于生命现象认知中，特征的提取有关系。之前我们学习无我，特别强调：首先应该意识到有“生命现象”和“对生命现象的认识”这两回事。生命的现象，说为“身心”、“名色”或者“五蕴”都好；而对于生命现象的认识，一般无闻凡夫都会内心觉得有我，直觉感觉的那个“我”有什么特征，首先要抓住；然后再来身心的现实、生命的现实中作对照，如果不相符甚至相违背，那说明关于生命现象的认识——内心的自我感，是错误的。

这里仍然要有这样基本前提的把握：内心感觉有我，这个“我”有什么特征呢？这里其实是针对自我感的另外一种特征——主宰，也就是所说的“自在”。一般人觉得这只手是我的，为什么呢？因为这只手听我的招呼。是我或我所，就应该受我控制，听我招呼。也就是于此应该有自在力，应该能作主、能支配、能主宰的意思。

如果真如一般人所感觉的这样，身心的某一种是我，或者合起来是我，我又有这样自在的特征——能主宰，那么，色身就不应该生病，也不应该有身苦。为什么呢？没有人想得病，有谁说“我想得什么什么癌症的”？也没有人无缘无故就想受苦，即便有时候可以承受苦，那也是因为后边会带来更大的安乐，或者是避免更大的苦。如果色是我，就应该于色有自在，不应该病，也不应该有苦生。

“亦不应于色欲令如是，不令如是”：这是什么意思呢？当这个人内心，想要色身这个样子、不要那个样子的时候，意味着什么呢？

意味着这个色身不如意。像今天有一些人希望胖一点，有一些人希望瘦一点；有的人希望脸上这样变化一下，有的人希望那样变化一下。就更不要说：如果有病苦，希望这个病不要在，这些症状马上消失。如果有希望健美的：希望自己的肌肉怎样发达，体型如何如何。这些都是人们，想要这个色身这样、不要那样的表现。而这恰恰说明：色身不如人们的意。色身不如人们内心的意愿，也就说明没有自在力。没有自在力，也就说明“我”不可得。

以色无我故，于色有病、有苦生；亦得于色欲令如是，不令如是。

正因为色不是我，所以在色身上会有病发生，会有苦发生，因为没有自在力故。如果有我、有自在力，不会有病、有苦生。

“以色无我故，亦得于色欲令如是，不令如是”：正因为色不是我，所以色身不是那样理想，不如意，所以人们的心会希望这个色身“这样就好一点了，不那样就好了”。“希望它这样，不要那样”，这正是不理想、不如意、不自在、不能主宰的表现。

受、想、行、识，亦复如是。

前面是就五蕴中的色蕴而说。在心法（精神现象）上，可以展开为受、想、行、识，这是从前说过的。既然要探讨身心现象是否具有如一般人认知中那种自我的特征，当然要作全面的观察，所以在色“自在、不自在，我、无我”的观察之后，是受、想、行、识的依次观察。应该知道，这“亦复如是”是古时候为了行文、翻译简洁而这样，真实修行的时候要一一地观察。

这样说明之后，佛进一步从无常的角度来说明无我——

“比丘！于意云何？色为常，为无常耶？”

比丘白佛：“无常，世尊！”

“比丘！若无常者，是苦不？”

比丘白佛：“是苦，世尊！”

“比丘！若无常、苦，是变易法，多闻圣弟子，于中宁见是我、异我、相在不？”

比丘白佛：“不也，世尊！”

受、想、行、识，亦复如是。

这是一段我们并不陌生的问答，由五蕴的无常而观察五蕴无我。

佛陀问诸比丘：你们怎么看呢？色法是常的，还是无常的呢？特别就人的五蕴身来说，色身是常，还是无常呢？

诸比丘回答说：是无常的，世尊！

佛陀进而问：如果色身是无常的，是不是苦的呢？

诸比丘回答说：是苦。

“无常故苦”，也可以有浅深的说明。浅的：如依经中说，如果这个色无常，而心生恋着，若色变易、败坏，是苦不？这当然是苦。这是浅说。如果深地说：色无常，无常就是不圆满的意思，无常就是苦的意思，这是在说“行苦”义。

下面佛陀问：如果色是无常、苦的，是变易法，那么有智慧的佛弟子，会不会在色上以为是我、异我、相在呢？关于“无常故无我”，我们前面作过详细的学习，这里就不再重复展开。简单地说，仍然是现象与对现象认知特征的比对。对于内心直觉认识中自我感的特征加以把握，会发现其中有常义，这种常义与色无常的事实是相悖的。既

然如此，这个色当然不是我；也不是我的；也不是我包含色，或色包含我。

诸比丘对此，回答佛陀说：“不也，世尊！”如果是无常、苦、变易法，不应该是我、异我、相在。

“受、想、行、识，亦复如是”：受、想、行、识，无常、苦、变易法，多闻圣弟子于中不见是我、异我、相在。这是略说，在实际的修行中要一一地来做。

是故，比丘！诸所有色，若过去、若未来、若现在，若内、若外，若粗、若细，若好、若丑，若远、若近，彼一切非我、非我所，如实知。受、想、行、识，亦复如是。

前边实际上是偏向于当下的观察、当下的如实知，这里进一步地明确：对于色、受、想、行、识的无常，非我、非我所，是可以从十一门作周遍观察的。十一门在这里说明为：过、现、未三世的三门，内外、粗细、好丑、远近的四对八门，一共是十一门。对于五蕴都可以作这样一切时、一切处的遍观，依此生起五蕴无常，非我、非我所的智慧。有这样的如实慧现起，当然就是结成“一切法无我”。

比丘！多闻圣弟子，于此五受阴非我、非我所，如实观察。如实观察已，于诸世间都无所取，无所取故无所着，无所着故自觉涅槃：我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。

如果这位多闻圣弟子，对于五取蕴（烦恼相应的五蕴）非我、非我所，有这样的如实观察，会带来什么样的结果呢？内心不再取着世间，就是所谓的离欲解脱，也就是这里所说的“自觉涅槃”。后面“我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有”，这是“自作证”——自己知道已经解脱、涅槃。

佛说此经已，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行。

这是后面的结。我们回顾这部经，因为有前面的基础，可能相对容易把握一些，特别是后面“无常故无我”的部分。这部经对于初学的法友稍微费解的，可能就是在最开始——“色非是我，若色是我者，不应于色病、苦生；亦不应于色欲令如是，不令如是”。只要把握一般人内心直觉认知中，产生的自我感对应的“我”中，其实是有这种主宰、自在性包含的，这就好理解在说什么，为什么这样说。

经文是从“不自在”以及“无常”两个角度来说明无我，实际上也包含了“苦故无我”。“苦故无我”和“不自在故无我”，究其深义，是一致的，主要都是不自在——“主宰”不成，而“我”义不成。

这是经文的内容，我们做这样的学习。虽然经文并不难，但是我们如果希望得到经中所说法的利益，是要作专精思惟的。如经中所说，于五蕴上作如理观察。不仅座上，在日常生活中也常常生起这样的反观，这样的智慧。接下来我们看一看作者的白话解说——

二、解说

色蕴不是我，如果色蕴是我，那么，色蕴就不应当会损坏、缺陷（病），带来苦；也不应该对色蕴有所要求：要它是这样，不要那样。就是因为色蕴不是我，也没有我的缘故，所以会变坏，会产生苦，一般人也就会有要它是这样，不要那样的要求。

这是本经中比较特色的内容。讲解经文的时候说：一般人自觉中的自我感包含着自在、主宰义，如果有这样的自在，谁会病、谁会苦呢？如果有这样的自在，关于身的一切肯定都是如意的，相貌是如意的，体态、体型是如意的……，那怎么还会对于色有这样的要求：希望它是这样，不要那样？这都在说明“我”的自在义、主宰性不成。

五蕴的每一蕴，都是无常的，是苦的，是变易的。所以，不可以认为其中的哪一部分是我、异我、相在。也应当如实知五蕴的一切不是我，也不是我所拥有的。

这主要对应于“无常故无我”那一段经文内容的白话概括。

有了这样正确的观察体认后，对色、受、想、行、识等五受阴不是我、也不是我所就能如实观察。如实观察后，对于世间就不会执取，不会执着，而自知已证入了涅槃：这是我的最后生，清净的梵行已建立，应该完成的都已完成，自己知道不再有后有的爱求。

通过这样如实的观察，生起如实的智慧，会断除无明爱取，对于世间不再有执取，就会自证涅槃。这是“解说”部分，对于经文内容梗概的概括。接下来我们看一下本经的“讨论”——

三、讨论

(1) 五蕴是无常的，所以五蕴是无我的。而“我”，经中也以“欲令如是、不如是”来说明。“欲令如是、不如是”，可以说正是主宰欲的最佳描述。主宰欲，是以自我为中心的指挥欲望，在其背后就是“我执”。

这也是这一篇经文比较关键的地方——“欲令如是、不如是”，而不可得。首先这个“欲令如是、不如是”表现的是，色（受、想、行、识）并不如人们的意，是自在不成的义。那“欲令如是、不如是”，这种主宰欲的后面，是人们内心“我执”的表现。

如第 110 (178) [112] 经中，佛陀举例，反问事火的婆罗门居士（火种居士）萨遮尼干子说，譬如国王在自己统治的国土中，对犯王法的人要杀、要割，对立功的人馈赠财宝，只要是主人（主宰者），

就都能自由自在地随心所欲了。所以，如果说五蕴就是我，那么五蕴就能随意自在，要这样，不要那样了。但是我们知道，五蕴是没有这种能耐的，所谓“不如意事十之八九”便是。当然，萨遮尼干子是答不下去了。

关于佛陀对于火种居士的几番探讨，我们从前在《阿含经故事选》中有过学习，像这一段提到的情节和内容、法义，当时有过展开。就其根本义来说，还是本经前面那部分的核心义趣：一般人执我，是觉得内在这个我，是生命的主体，是能够作得了主的，能够作自己的主。既然有这样作主的能力、主宰的能力、自在的能力，那应该于五蕴得以随心所欲，有自在力，应该让色怎么样就怎么样，但是这个不可能。

我过去说：如果真有这样的主宰力、自在性，就不需要什么医院，也不需要什么美容院，更不需要什么健身房。大家于色自在，哪有什么问题呢？但这是不可能的。因为自在不可得，主宰不可能，这恰恰说明“我”不可能。

(2) “欲令如是、不如是”里，隐含着另一个重要的讯息，那就是“漠视因缘”。事情要成就的唯一方法，就是一一去满足成就那件事的因缘条件，而不是只有情绪上的期求就能成功的。

“欲令如是、不如是”是指向结果的，而且这里往往伴随着欢喜、不欢喜——贪、嗔带来的情绪变化。但是实际上，如果想要达成一个目标，唯一有效的就是去达成，成就这个目标的因缘条件。达成了这个目标的因缘条件，不管有没有贪、嗔，这个目标就是实现了；没有去实现达成那个目标的因缘条件，再多的贪、嗔，也解决不了问题。不管在个人，还是国家上，都是如此。

常常，我们因为无法如实地了解因缘条件，虽然努力了，但仍然

失败，这时，最容易有挫折感和烦恼了。

如果就止观修习来说，包括我们日常生活中的一些事，有时候即便了解了因缘条件，但是努力到将这些因缘条件具足，还是要有过程。也就是说，从开始努力，到因缘条件经过努力而具足，是需要一个过程的。在这个过程中，不应该被体会为失败，这是走向成功的过程。我说这句话，是特别针对修止观来说的。

初学修止观，身心根本就不习惯“内门转”的修习，也不愿意在这些修习的目标所缘上安住，或者是如理运心，也不习惯去这样运心。更不要说善巧地运心，更不要说无贪无嗔而能够恰到好处地运用心。这个时候容易发生的错误，比如说：修习一段时间，发现效果不理想，或者理想的结果没呈现，内心就会感觉很挫败，甚至烦躁，或者觉得没意思，或者对自己失望，自我责备，甚至自我怀疑，有时候也许还会怀疑“法”吧……，种种烦恼奔涌。从一个散乱，到自己内心下结论——觉得“自己不行，这个修行不行”，到这些烦恼奔涌，这其实都是基于，不能够正确地认识修行的因缘所造成。止观的修习，当然要具有种种因缘条件，才能够呈现相对比较理想的结果、状态。

知道需要有这些因缘条件，知道怎样去努力，并做了这些努力，不等于这些因缘条件马上就具足了，往往需要一段时间。就像一个孩子学走步，从只会爬，到能够勉强在外界的帮助下站起来，到能够迈步行走，到能走好，这当然要经过一个过程。我们学习佛法、实践佛法，某种意义上就是新生。既然是新生，既然是在重新学习走路，走向新生命的光明，那对于学走路需要一个过程，当然要有思想准备，有认识。内心柔软而决定地去做正确因缘，既急躁，也不气馁。等到因缘真的被满足、具足的时候，那些好的结果、理想的状态，自然会呈

现。在那之前，堆积再多的负面情绪也没有用。不仅没有用，还干扰善法的增长，反而做了反面的工作。

至于说其他工作中、生活中的情况，从原理上也是类似的：认识成就它的因缘，并且去做相应的努力。从开始做努力，到因缘具足这个过程，谈不上什么失败，这只是在尝试着走向成功，或者正在走向成功，如此而已。有志向、有智慧的人，会锲而不舍，百折不挠。这不仅仅是精神的韧性，不仅仅是意志品质，更是智慧的把握。

这样的挫折感和烦恼，有没有因为主宰欲不能满足的因素呢？

至少是不能够如实地了解因缘和因缘的达成，导致可意境不现前，反而不可意境现前，这种烦恼、挫折感就会现起。

“漠视因缘”的另一种表现型态，就是独裁专制、为所欲为。独裁专制与为所欲为，经常要造成其周遭有情的受压迫与痛苦，同时，也长养自己的贪、嗔、痴与我执，最后，还是使自己常在炽热中，不得宁静。

这是说到人际乃至社会，人们应该意识到：小到家庭，大到整个社会，如果没有很好的自省和内自调伏，这种要主宰的欲望往往会向着他人施展开来。而每个人都有这种要自己作主的内在驱动，甚至也要主宰我所，所以就有种种的碰撞，小到家庭内部的摩擦，大到社会的矛盾，国与国之间的战争。如果向深处看，这种不懂得因缘而生起的主宰欲，是内心一个很大的动力来源。

(3) 对人、对事的主宰欲，是来自对自己生命主宰欲的延伸，即认为生命流转中有常恒主体的错觉。

这个说的比较深刻的，也是正确的。像佛陀这样离欲的人，虽

然在帮助其他人走向解脱，走向离苦，但从来没有什么主宰欲，主动地远离一切世俗权力。虽然僧中的比丘们都很尊重佛陀，但是佛陀不认为是他在摄受僧，不认为是他统领了僧团，而是大家尊重法与律，依着法与律来过共同的出家生活，净化生命。佛陀，确实是我们生命可以参照的一个清净的典型。

如第 958 (13298) [950] 经中尊者目犍连说，于五蕴之七处不如实知的缘故，就会有生命主体——“我见”的错觉。又如解说“二十种我见”的第 109 (177) [111] 经中说：“云何见色是我？得地一切入处正受观已，作是念：地即是我，我即是地，我及地唯一无二，不异不别。”“得地一切入处正受”，正是“十遍处”中“地遍处”的“假想观”所成就的定境（参考印顺法师著《空之探究》〈第一章·第十节：胜解观与真实观〉），经中说，这种定的修习，依着自己意念，营造出无穷扩展的平整大地，现起唯一而恒常没有变化（无穷又平整）的无垠的大地，连这个营造的意念也都融入了。在这样的情境下，如果没有佛法正见的基石，有可能就会产生“地”（组成五蕴中色蕴的元素——印度传统的分析）——色，就是恒常不变我的错觉。

这是开始说这种“我见”是怎样产生的，举了两部经。后面“地即是我”这段经文，在前面有过比较细的说明，如果法友不清楚，或者之前没有听到相应内容的，可以去参考。

（4）让我们时常在生活周遭的经验里，仔细地观察，找找看有没有所谓的“主宰”：能抗拒得了“无常”，不需要因缘条件具足就能存在的？

这里作者说得比较清楚：如果能主宰，那还需要因缘条件具足来成办什么呢？能主宰，就意味着随意自在，还需要因缘条件做什么

呢？这就是很多人，为什么所求不得，就会内心恼苦，甚至气急败坏的根本原因。内心就是觉得，随着自己的主宰欲，好像应该就得以实现一样。不知道诸法因缘生，不知道有为法无常，这样的主宰、自在，一切处不可得，“我”不可得。

（5）我见，或是身见，或是主宰欲，或是生命流转的主体，在说理上，都是与“缘起法”（请参考〈第十二选：因缘观——论因说因〉）相违背而不得共存的。

这在上一则“讨论”中有略提到：这种“我就是我自己的感觉”，哪里与“因缘和合而有这样的现象呈现”相一致呢？我能够主宰，我有这样的自由，我有这样的自在力，哪有缘起法（由这样因缘而现起，亦为这样因缘所限制，当这些因缘灭去的时候也灭去）的义趣在里边呢？

身心现象是种种因缘和合呈现的，为这些因缘所成就，也就为这些因缘所限定，此有彼有、此无彼无，怎么可能有所谓的主宰和自在呢？身心的现象，乃至一切有为法，都是这样因缘的现起，都是缘起法；而我见或者这种主宰感、主宰欲，是与缘起法的事实相违背的，所以是不可能的。

以“缘起法”理则与“无常”观察为中心的佛法，归结到“无我”是必然的，但却难让拥有记忆与业力的众生所接受。

这里说：我们认识到现象需要因缘条件来成就、来现起，这并不是太难的。现象的无常，常不可得，这个也不是难以认识、难以接受的。可是，随着这样缘起的观察，无常的观察，就身心现象、生命现象来说，怎么可能有一个常的我，怎么可能有一个有自在力、能主宰的我呢？自然就会归结到“无我”，这是大家依于所承认的现象、现

象规律，必然得出的结论。依于这样的现象事实、现象规律，得出“无我”是正确的认知，可是却难以让颠倒中、流转中的有情所接受。

即使是离佛世才几百年的部派佛教，就有犍子部、正量部、法上部、贤胄部、密林山部成立“不可说我”的说法（参考印顺法师著《如来藏之研究》第二章·第三节：如来与我），可见一斑了。

在声闻佛教中，特别是犍子部是比较有名的，他们倡导“非即蕴、非离蕴的不可说我”，这实在是与佛法根本处不一致的。在后来佛教的发展中，类似于这一类需要有我，特别转折去建立有我的，可不止于这个“不可说我”的犍子部。

这也是跟大家一起学习《杂阿含》的一个用意：这是一切佛教宗派都确认是佛法的内容，我们来把这个根本的、共同的佛法认识清楚，这样能够更好地把握佛法根本的特征，并且依于这样基本的认识，进而去梳理佛法后来的展开、演变，能够把握哪些确实与佛法根本义趣是相一致的，哪些已经有所背离。

（6）其他有关欲令如是、不如是的经文：34（146）[80]、86（143）[77]、87（144）[78]。

这是给出了几篇与“无我”、与“欲令如是、不如是”相关的经文，大家如果愿意，可以作参考。其中《杂阿含》的第34经又被称为〈无我相经〉，是佛陀给五比丘的第二次说法，也是在佛教历史上佛陀的第二次说法，至少是在《阿含》中有记录的第二次说法，诸比丘由此而见道。我们如果有心，可以对这些经文做一些学习。

因为今天所学内容，跟之前详细解说过的，有很大重合，所以在讲解中并没有在每一个部分都做详细的展开。我们今天的学习就到这里，一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 27

—— 第八选 欲爱是系——黑牛与白牛（一）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

今天我们来学习《杂阿含经二十选》的第八选〈欲爱是系——黑牛与白牛〉（经号：250（376）[252]），从这一选开始，进入到以“爱取”为主题的几部经。之前集中在“无明”，现在进入“爱取”。首先来把经文共同学习一下——

一、经文

如是我闻：一时，佛住王舍城迦兰陀竹园。

时，尊者舍利弗，尊者摩诃拘絺 chī 罗，俱在耆闍崛山。

耆闍崛山，就是王舍城北的灵鹫山；耆闍崛是音译，灵鹫是意译。根据一些记载，摩诃拘絺罗尊者是舍利弗尊者的舅舅。这次，这两位阿罗汉尊者都在灵鹫山住。

尊者摩诃拘絺罗，晡时从禅觉，诣尊者舍利弗所，共相问讯已，退坐一面，语舍利弗言：“欲有所问，宁有闲暇见答与不？”

尊者舍利弗语摩诃拘絺罗：“随仁所问，知者当答。”

“晡时”是下午三点到五点，跟我们中国古时候“申时”基本上是同一个时间段。如果大家读《阿含》和一些论的话，会看到佛世的这些上首弟子们（佛的阿罗汉弟子们），他们的互相探讨很多时候都是发生在“晡时从禅觉”。应该是日中前用过午斋之后，做必要的收拾、修整等，然后坐禅，直到这个时间——晡时，大家从禅坐起，如果有需要，作一些交流，或者是自己找人解疑，或者是帮别人解惑，有时候也互相探讨。

这一次是摩诃拘絺罗尊者禅坐结束之后，去找舍利弗尊者，很客气：有一些问题，不知道您是否方便回答？

舍利弗尊者回答说：仁者！您当然可以随意问了，如果我知道，我会说。不是说“我一定能答”，这要看什么问题。既有礼貌，又特别有分寸。

尊者摩诃拘絺罗问尊者舍利弗言：“云何尊者舍利弗！眼系色耶？色系眼耶？耳、声，鼻、香，舌、味，身、触，意、法；意系法耶？法系意耶？”

摩诃拘絺罗尊者从六根的角度问了一个问题。对于一般的凡夫来说：眼见色，比如看到自己喜欢的，会有系着发生；包括后面“耳、声”，耳听到好听的，鼻闻到让人舒适的香气，舌尝到美味，身觉到乐触，意缘于可意法等等。像这些时候，如果生起了贪着，那么是谁系着谁呢？是眼系着色，还是色系着眼呢？是耳系着声，还是声系着耳呢？实际应该是一个一个问下来，一直到最后：是意系着法，还是法系着意呢？问的是“六根”与“六根的对境”：系缚发生了，谁系缚谁呢？

尊者舍利弗答尊者摩诃拘絺罗言：“非眼系色，非色系眼，乃至非意系法，非法系意。尊者摩诃拘絺罗！于其中间，若彼欲贪，是其系也。”

舍利弗尊者的回答是：并不是眼系着色，也不是色系着眼；既不是耳系着声，也不是声系着耳……，非意系着法，非法系着意。既不是根系着尘，也不是尘系着根，而是“于其中间，若彼欲贪，是其系也”。不是根、尘谁系缚谁，而是贪欲是中间的系缚。这是舍利弗尊者的回答。

这个问题其实是蛮有意义的。不管是不修行的人，还是学习佛法有所实践的人，直觉的感觉、认识，一般都是觉得这个境界有吸引力，比如好看的、好吃的等等。换言之，他觉得心的黏着、耽染是因为境造成的，是这个境有这样的吸引力，所以心愿意黏着在上面。

实际上，如果境真有这样的吸引力，它应该谁都能吸引，是不是这个道理呢？但是，不要说圣人，不要说无学，即便是同样的境，也是有的人喜欢，有的人不喜欢。比如在吃的口味上，有的人喜欢吃辣，有的人不喜欢吃辣，还有的人吃不得辣。喜欢吃辣的，也许见到它，内心就觉得非常有吸引力；不喜欢的，是避而远之的。很明显，不是境上有吸引力。但是人们往往就是觉得这个境有吸引力。这是不对的。

那这个所谓的吸引力是什么呢？就是这里说的贪欲。既不是眼系色，也不是色系眼，眼和色都是色法，问题不在于眼或者色。哪一个系缚？而是因为内心有贪欲发生了。下面舍利弗尊者举了个譬喻：

尊者摩诃拘絺罗！譬如二牛，一黑、一白，共一轭鞅缚系。人问言：为黑牛系白牛？为白牛系黑牛？为等问不？”

答言：“不也，尊者舍利弗！非黑牛系白牛，亦非白牛系黑牛，

然于中间，若轭、若系鞅者，是彼系缚。”

轭：挂在牲畜脖子上的弯曲的木。鞅：系在牲畜身上的皮带。舍利弗尊者举喻：就像有两头牛，一头是黑牛，一头是白牛，将这两头牛用一只轭给挂上，然后用皮带系在一起。这个时候如果有人问：“是黑牛系缚着白牛呢？还是白牛系缚着黑牛呢？”请问这种问法恰当吗（“为等问否”）？

这个“等”字的用法，我们现在可能不熟悉了。在我们中文的经论翻译中是有这类用法：这里问的“等问”，全称是“平等问”，有“是否合适、是否好”的意思。像有的论里说到香气，有所谓“等香、不等香”，也就是“这种香好、不好”的意思。

舍利弗尊者讲了这个譬喻，问摩诃拘絺罗尊者：这样的问题，问得合适吗？恰当吗？

摩诃拘絺罗回答说：既不是黑牛系缚着白牛，也不是白牛系缚着黑牛，而在黑牛和白牛之间的轭和鞅才是二者的系缚。舍利弗尊者接着说：

如是，尊者摩诃拘絺罗！非眼系色，非色系眼，乃至非意系法，非法系意；中间欲贪，是其系也。

就像您刚才说的：黑牛与白牛之间，并不是它们谁系缚着谁，是轭和鞅系缚着它俩。同样的，对于眼、色乃至意、法，既不是根系着尘，也不是尘系着根，是中间的欲贪为系缚。

尊者摩诃拘絺罗！若眼系色，若色系眼，乃至若意系法，若法系意，世尊不教人建立梵行，得尽苦边。

如果是根系着尘，或者尘系着根，意味着只要根、尘触对，总是

会有系缚发生。而人，只要六根健全，没有办法不让感官触对相应的境。如果是眼系色或者色系眼，只要眼见色，系缚就会发生，那谈什么解脱呢？变成了：系缚是必然的，解脱就成为不可能，世尊也不会教人去“建立梵行，得尽苦边”。“梵行”指的是清净的德行，“得尽苦边”是指究竟离苦得解脱。

这种情况，佛陀为什么就不教人建立梵行，得尽苦边呢？因为从原理上就不可能解脱。刚才说了“不是尘系着根”，虽然人们都是觉得是尘境有吸引力，但是问题并不出在尘境上，不是尘有这样令根必然系着于彼的力量。反过来，是眼或者其他的根必然系着尘吗？也不是。

以非眼系色，非色系眼，乃至非意系法，非法系意故，世尊教人建立梵行，得尽苦边。

正因为既不是根系着尘，也不是尘系着根，所以解脱是可能的，所以世尊教人建立清净的德行，究竟地离苦，这是对于佛法很重要的一个认识。

如果颠倒地以为是境必然导致系缚，那就意味着人是没有办法脱离这种系缚的。世间是有这样的认识，就是觉得这样的境界，人是没有办法抗拒的，一定应该生起相应的贪，这种见解就是对于生命不正确的认识。这样认识的人，对于贪欲等烦恼产生的认识是：贪欲有其必然性，不仅是合理的，而且是必然不可避免的。言外之意，不必去修行，也不可能得解脱。

如果认为是眼系色或者色系眼的人，还可能产生什么问题呢？他如果想解脱，甚至有可能去把自己的眼睛刺瞎。为什么？既然是眼系色或者色系眼，把眼睛刺瞎，不去看就好了——不是的。与此相关的

一个话题，就是“守护根”：佛所说的“修根”或者“守护根门”，从来都不是把眼睛闭上，把耳朵堵上，更不是把眼睛刺瞎，把耳朵刺聋。佛有很好的譬喻，如果眼睛不去看色，耳朵不去听声，是修根的话，那么，盲人就是很好的修根，聋人就是很好的修根。实际不是啊，佛法的修根是“正念防护于意”，这样，眼见色乃至意知法的时候，内心不染着于相，所以后面不会有贪、嗔等烦恼发生。并不是说眼睛完全不看，耳朵完全不听。当然，出家人依于律仪，有一些境界是不合适看、不合适听的，像“不歌舞伎乐，故往观听”等等。

这里是关系到佛法修行方面的一些正见，尽管看起来不深，但是，如果不点破它，自古以来，一些很勤苦修行的人是会搞错的。

尊者摩诃拘絺罗！世尊眼见色，若好、若恶，不起欲贪；其余众生，眼若见色，若好、若恶，则起欲贪。是故，世尊说：当断欲贪，则心解脱。乃至意、法，亦复如是。

这是说，像世尊这样已经究竟净化的人，眼见色之后，不管这个色是好、是不好，世尊都不会生起欲贪，也不会生起嗔厌。其他没有得到究竟解脱的人，眼如果见到色，有好、有不好，内心会随应地起于贪、嗔。所以世尊的教导是：应该断除欲贪，则心解脱。眼、色是这样，耳、声，鼻、香，舌、味，身、触乃至意、法都是这样。

应该断除内心于其中间发生的欲贪，如是，则心解脱于爱染。心解脱于爱染，人也会向于究竟的离苦。这是这一则故事最核心的内容。

时，二正士展转随喜，各还本处。

“展转随喜”：互相赞叹，为对方的问题、回答而感到欢喜。

这一则故事内容从表达上并不复杂：根、尘触对的时候，既不是

根系着尘，也不是尘系着根，内心由此而生的贪欲才是相应的系着、系缚，所以修行要断除的是内心的贪欲。修根，也是令内心贪、嗔等烦恼，在眼见色乃至意知法时不发生。这是经文的内容。接下来，我们看第二部分——

二、解说

六根接触到六尘，紧密吸引而不能分离，就像是绳子绑着（系）一样。那么，到底是六根吸引着六尘，还是六尘吸引六根不放呢？

在一般的人感觉，就是尘境有吸引力，好看的、好闻的、好吃的、好听的等等这些有吸引力；也就是在多数人的直觉中，是尘吸引着根。可是，稍微观过心的人会发现什么呢？这颗心总在向外攀缘，通过眼睛去看，通过耳朵去听，好像是根在寻觅着相应的尘境。这就有两类倾向：一类觉得是尘吸引根，另外一类觉得是根在找事情，是根在找尘来攀缘系缚。其实，既不是根吸引尘，也不是尘吸引根。

都不是！这紧密吸引的力量，是欲贪。譬如，让一头黑牛与一头白牛并肩拉车，不是黑牛去绑白牛，也不是白牛绑着黑牛，而是担在黑牛与白牛肩上的轭鞅，使两头牛并在一起拉车的。

这个道理虽然浅显，但是为境所惑的人，应该常常想想这个道理。

世尊之所以能教人修行，从苦迫中解脱出来，就是因为六根与六尘不是自己必然要互相吸引的。如果两者必然会紧密吸引在一起，那么，就没有办法经由修行而获得解脱了。

难道这个尘境必然就有这种吸引力吗？并不是啊。那为什么每一次会遇这样的境界，都会被这样的境界所抓取（这是自己内心的感觉，当然不存在境界抓取这件事）呢？也应该问问自己：为什么头脑里想

到这个境界，内心就会生起贪着呢？为什么觉得这么必然，这么合理呢？实际它没有必然性，也没有合理性。如果它是必然的、合理的，圣人断不了，也不应该去断。正因为它不是必然的，也不是合理的，而是会带来后面恼苦衰损的，所以圣人如实观，断除中间的贪欲，而解脱于系缚。

世尊在六根接触六尘时，不论所遇到的六尘是令人喜欢的，或令人厌恶的，都不会起欲贪。而其他凡夫众生，就没有办法不起欲贪了。所以，世尊说：应当断除欲贪。断除欲贪，心就解脱了。

这里是用欲贪说其强盛一面。一般人对内心厌恶的、不喜欢的，会起嗔厌。

之所以说世尊在根、尘触对时，不管是可意的还是不可意的，心中都不会发生烦恼，就是在说：这种究竟的离系是可能的，而且是被证实的。世尊如此，其他的人经过正确的努力，如世尊教导去修习，也是一样可以的，“断除欲贪，心就解脱了”。这首先应该知道，欲贪不是合理的，也不是必然的；然后再看到欲贪的过患，愿意究竟地去断除它。

虽然大家学习佛法，学习缘起，但是在面对自己生命的时候，是否用这样的智慧呢？比如看到自己不喜欢的人，看到自己不喜欢的说话方式、做事方式，听到有人不断地表达自己嗤之以鼻的观点，内心总是会产生反感——嗔。而且这个时候还总觉得自己嗔得很有道理，为什么呢？因为他就是这样令人讨厌。这意味着内心认为嗔是合理的，甚至面对这样的境界，生嗔是必然的、应该的。如果总是抱着这样内心的“真实”知见，怎么会愿意去调伏烦恼呢？怎么会对烦恼有所警惕呢？这是说与嗔相应的。

与贪相应的也是如此。内心总是反复说这个境界怎么好，认为自己在这个境界上生起贪染是很自然的，是不可避免的，是合理的，是带来快乐的。这其实就是没有缘起的智慧，是与佛法相背的颠倒见。在这样的认知下，不会愿意去调伏自己的贪欲，也不觉得有调伏的必要。如果自以为是佛法的学习者、实践者，可还是抱着这样内心“真实”的知见，那自己是应该感到惭愧的，应该问问自己，这个问题到底应该怎么看，随顺思择。

第二个部分是作者对于经文白话的概略总结。接下来我们看第三部分——

三、讨论

(1) “无明盖、爱结系”，是生死流转的两大力量。无明虽是比较潜藏的，但还是有贪爱的成分；爱结是比较表面的，却也有无明的影子。

因为从这一部分开始就谈到“爱结”了，所以这一则“讨论”相当于承上启下的内容。前面若干篇多数是聚焦于“无明盖”，从现在开始，这一篇进入“爱结系”。

最开始我们已经说过：“无明盖、爱结系”，是生死流转的两大力量。如果将二者对比起来，谈关连与差异的话，那么差异是：无明，相对来说是潜藏，不那么易见的；爱结，是比较表面，比较显而易见的。二者的关连是：“无明虽是比较潜藏的，但还是有贪爱的成分；爱结是比较表面的，却也有无明的影子。”这么说有什么根据呢？下面举了一部经中的文：

如第 984 (13325) [976] 经中说：何等爱为网、为胶，乃至往来流转，无不转时？

这里把爱说成是网、是胶。网：大家想一想，当网缠上人或者是其他有情，不仅不容易脱下来，甚至有的网上是带着很多小钩的，那就更难逃脱。胶：是更显然的，有很强的黏着力。

什么样的爱，像网、像胶一样，令人系缚于生死，往来流转不息呢？

谓有我故：有我，欲我，尔我，有我，无我，异我，当我，不当我，欲我，当尔时，当异我，或欲我，或尔我，或异，或然，或欲然，或尔然，或异，如是十八爱行从内起。

大家不要被这一段经文给吓住。这是在说什么？实际上汉译《杂阿含》的这一段文，不知道是传抄的原因，还是当时翻译的原因，其实是不太尽善的，有若干缺点。这个可以给大家补充一点内容。有一位杨郁文居士，从南北传相应的《阿含》的典籍中，做了一些对勘的工作，并且参考历史上一些相关的经文和论著，对这一段的文和义有一个很好的梳理。接下来的引文主要是与“十八爱行”密切相关的主要内容，依杨郁文著的《南、北传“十八爱行”之法说及义说》一文，略有编辑如下：

将大正本《杂·984 经》“十八爱行（从内起）”之经文，拟作如是增补修正：“谓(0)有我故，有：

(1)我欲、(2)我尔、(3)我异、(4)我有、(5)我无、(6)我当、(7)我不当、(8)我当欲、(9)我当尔、(10)我当异、(11)或我、(12)或欲我、(13)或尔我、(14)或异我、(15)或然、(16)或欲然、(17)或尔然、(18)或异然。”

0、“有我故，有：……”整句当作如是解：“正处于有‘我是’义〔云云之我见妄想〕时，〔随顺杂染之缘起性〕就有（‘我欲’、‘我

尔’……乃至‘或异然’〔云云之爱行生成〕。”

1、“〔有〕我欲”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我是如是’义〔云云之爱行生成〕。”

2、“〔有〕我尔”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我是如彼’义〔云云之爱行生成〕。”

3、“〔有〕我异”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我是异此’义〔云云之爱行生成〕。”

4、“〔有〕我有”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我是有常’义〔云云之爱行生成〕。”

5、“〔有〕我无”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我是无常’义〔云云之爱行生成〕。”

6、“〔有〕我当”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当来是’义〔云云之爱行生成〕。”

7、“〔有〕我不当”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当来无是（=当来无我）’〔云云之爱行生成〕。”

8、“〔有〕我当欲”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当来如是’义〔云云之爱行生成〕。”

9、“〔有〕我当尔”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当来如彼’义〔云云之爱行生成〕。”

10、“〔有〕我当异”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当来是异此’义〔云云之爱行生成〕。”

11、“〔有〕或我”，整句当作如是解：“〔就有〕‘或许我当来是’

义〔云云之爱行生成〕。”

12、“〔有〕或欲我”，整句当作如是解：“〔就有〕‘或许我当来是如是’义〔云云之爱行生成〕。”

13、“〔有〕或尔我”，整句当作如是解：“〔就有〕‘或许我当来是如彼’义〔云云之爱行生成〕。”

14、“〔有〕或异我”，整句当作如是解：“〔就有〕‘或许我当来是异此’义〔云云之爱行生成〕。”

15、“〔有〕或然”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当生成’义〔云云之爱行生成〕。”

16、“〔有〕或欲然”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当生成如是’义〔云云之爱行生成〕。”

17、“〔有〕或尔然”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当生成如此’义〔云云之爱行生成〕。”

18、“〔有〕或异然”，整句当作如是解：“〔就有〕‘我当生成异此’义〔云云之爱行生成〕。”

大家如果愿意去做更多了解，可以找来原文做学习。我直接跟大家按照现在整理之后的文，把这一段文句和意思过一下。这一段文整理之后是这样的：“谓有我故，有：我欲、我尔、我异、我有、我无、我当、我不当、我当欲、我当尔、我当异、或我、或欲我、或尔我、或异我、或然、或欲然、或尔然、或异然。”这是原文理顺之后的样貌，当然，只看这样的文字，可能还是不太容易清晰，下面请大家一起来看一看相应的文义。

“谓有我故，有：……”，是什么意思呢？此有故彼有的缘起义，

在杂染（流转）和清净（还灭）边都是存在的。当有了我见，就会发生下面相关的爱染，也就是这里所说的“爱行”。广说就是：从无明相应的我见——“谓有我故”，就会有后面“我欲、我尔……或异然”的十八种爱行（“有我故，有：……”，后面这个“有”字要一一贯下来）。

下面把这十八种略说一下：1、是因为有我，就有“我欲”（我是如是）的爱行发生；2、有我见，就有“我尔”（我是如彼）的爱行发生。3、有我见，就有“我异”（我是异此）的爱行发生，我不是这样的。第一个“我是这样的”，第二个“我是那样的”，第三个“我不是这样的”，这是三种爱行。

4、有我见，就有“我有”的爱行发生。这里的“我有”，是指“我一直有”，也就是常义。所以指的是：有我见的时候，会有“我是常的”这一类爱行发生。5、有我见，就有“我无”（我是无常的）的爱行发生，这跟第四是相对的。

“我是无常的”，为什么不是正观呢？佛没有教导“有个‘我’是无常的”，佛教导的是“色无常，受、想、行、识无常，因为色等无常，所以不是我、不异我、不相在，‘我’一切处不可得，故知无我”，这是佛陀教导的。如果觉得有一个“我”是无常的，这是断灭义。

那为什么能够成为爱行呢？我没了，有什么爱行呢？这可以从两种说：一般人想到“我死了，什么也没有”，会害怕，这当然是爱行的表现。因为贪染，而担心失去，而恐惧失去，这是爱行。另外一种，过去也说，当我们说到爱的时候，也可以对说两种——有爱、无有爱。“有爱”，是希望自己的生命一直延续下去，这当然是基于我见的。

“无有爱”，在一些个别情况下，人们希望我永远地断灭掉。像一些寻短见的人，内心当下的状态可能就类似于此。但这是不可能的。有这样的颠倒，只能继续轮回。所以，希望我是断的，我是无常的，也是爱染。觉得我是断的，或者我是无常的，我要断灭，这也是爱行的一种表现。

6、有我见，就有“我当”（我未来是）的爱行发生。“当”就是“未来”的意思。7、有我见，就有“我不当”（我当来无是）的爱行发生。这与第六是相对的，就是觉得未来我可以没有，或者我应该没有的义。

8、有我见，就有“我当欲”（我当来如是，我未来是这个样子）的爱行发生。9、有我见，就有“我当尔”（我当来如彼，我未来是那个样子）的爱行发生。“这个样子、那个样子”，不仅仅是这一生，还有的人是下一生，希望我下一生这个样子，希望我下一生那个样子；希望我下一生，生到欲界天，生到色界天，也许有的人想生到人间什么样的地方，这些都是有我见下的爱行。10、有我见，就有“我当异”（我当来异此，我未来跟这样的情况不一样）的爱行发生。

11、有我见，就有“或我”（或许我未来是）的爱行发生。12、有我见，就有“或欲我”（或许我当来是如此的）的爱行发生。13、有我见，就有“或尔我”（或许我当来是如彼的）的爱行发生。前面第十二觉得“或许我未来是这样的”，这个觉得“或许我未来是那样的”。14、有我见，就有“或异我”（或许我未来是异此的，跟这样的不一样）的爱行发生。

15、有我见，就有“或然”（我当生成）的爱行发生。16、有我见，就有“或欲然”（我当生成如是）的爱行发生。17、有我见，就

有“或尔然”（我当生成如彼）的爱行发生。这里的“欲”和“尔”，是此（这样）、彼（那样）的不同。18、有我见，就有“或异然”（我当生成异此）的爱行发生。

这里的“十八爱行”，是对应不同的情况，当作十八类就好。这十八种都是爱行，就是前面说的网、胶等等。这里的爱染情况，如果从时间上说，可以有三世的情况，这里只是略说。大家如果愿意做更多的探求，也可以通过这篇引文给出的线索，来做相关学习。

“十八爱行”的内容，总是与“我”——无明，相关连着。

我们回到《杂阿含经二十选》的文，这里举了“十八爱行”，简单地说就是：有我见的时候，会有这十八类染爱从内起。

刚才谈到“无明盖、爱结系”的时候，说到“无明虽是比较潜藏的，但还是有贪爱的成分”，接下来就举了“十八爱行”经文的例子。大家不要被“十八爱行”文字上的难度完全抓住注意力，要对于这里的逻辑结构跳出来把握一下。

又如第 334（455）[312]经中说：“何为为业因、业缘、业缚？谓爱因、爱缘、爱缚。”“何为为爱因、爱缘、爱缚？谓无明因、无明缘、无明缚。”

这是引另一部经说到：这些善、恶业的因缘是什么呢？业的系缚从哪来的呢？业的系缚又是什么呢？业的因缘，以爱为因，以爱为缘；业的系缚，是来自爱的系缚。

进一步来追问：染爱是怎么发生的？染爱的因缘是什么？又是什么导致了染爱的系缚呢？染爱的因缘是无明，是不如实知；染爱的系缚，由无明的系缚而来。下面引另一部经：

而第 198（219）[200]经中说：“如是，我、我所、我慢、使、系着不生者，是名断爱、转见，正无间等，究竟苦边。”

这是从“离系”边说的，也同样印证着无明与染爱的关系：如果我、我所的这些系着不发生，我慢、使不发生，那就意味着“断爱、转见，正无间等，究竟苦边”。也就是说：断除了无明，也就断除了染爱，也就究竟地解脱。

引述了这么多，是要说明什么？

所以，在无明与爱结的纠缠中，解脱的下手处，除了在理智上建立正确的观念（“正见”），破除“我见”外，就是要在行为上减少欲贪的影响力了。

无明与染爱，是令人流转生死的力量。佛教的圣者渐次解脱于生死——圣者的阶位差别，主要在于无明、染爱的断除上有一些差别，是这样而已。从初果人断“三下分结”，一直到四果阿罗汉尽断“五上分结”究竟解脱，这里就包括了无明的断除，爱等烦恼的断除。可见，染爱等烦恼的断除，不仅仅是“见”上的，更是离欲的修行——行为上减少欲贪的影响。

这是我们今天学习的内容。大家如果有问题可以提出来，做一些交流。

【答疑解惑】

法友：礼敬法师！请问：无明与爱，二者是平等的，还是爱是从无明分化出来的呢？感恩法师解惑。

法师：佛法在谈到系缚和解脱的时候，在我们学习的最初，特别谈到无明、爱结，从表面上看这是两个问题，如果深刻地看，它们是

关连的。这个关连，如果一定要说哪一个好像更根本一些，一般来说无明更根本一些。但是从来就没有过只有无明而没有染爱的状态，请不要想象有一个状态只有无明，然后发生染爱。无明和染爱，如果推究其根，主要偏向于无明作为爱的基础，但问题是，情感上的染爱还会导致理智上更加地浑浊。这在我们最开始学到“无明、爱结”的时候，就有过一个讨论，不知道大家是否还记得。无明与爱结，表面上看很像是两个不同的问题，其实两者之间也还是紧密关连的，“讨论”（1）也在谈这一点。

前文也说过：“贪爱，是根源于无明，而表现于情感上的；然而，属于情感上的贪爱，也还能更增加理智上的浑沌呢！”也可以说影响的侧重和断除的侧重，但是它们这种彼此的增盛，也表现着它们内在的关连性。诸法因缘生，这也可以看作是无明和染爱之间内在的关连性，因缘生的意思就是法的独存是不可得的。

法友：顶礼法师！请问初学者如何下手，减轻欲贪的影响呢？可以做哪些加行，使我们对听闻到的“欲爱是系”等道理，建立胜解呢？

法师：如果说到建立胜解，那当然要基于闻思了。闻思，不仅仅是自己看书或者听讲，过去所说的“读诵受持，为人演说”等，都是闻慧所摄，所以，有因缘自己学清楚了，自己讲给自己的心，教导自己这颗心。这颗心是需要引导的，如果不导之以正，它自然就顺着过去最熟悉的道路奔跑，那恐怕是错误的、杂染的居多。另外，如果有条件，法友之间也可以互相讲解，以研讨的方式，或者是分享的方式，或者互相做听众的方式，都可以。这样，好像比自己一个人学更有趣味，也更能激发自己的精进力、长远心，这都是可以用的方便。简单地说，如果想要对听闻到的“欲爱是系”等道理建立胜解，那就是要

促进闻思，持续深刻地闻思。

前半段问：如何下手减轻欲贪的影响？可以从两方面来下手：一个是断恶，一个是修善。如果自己愿意，也有这样的内心意乐，可以受持相应的戒法，从言行上做自我的规范；同时，学习佛法的义理，并且基于自己持戒来更好地守护根门。

守护根门义，首先第一层，不应该策发眼根乃至意根的，不策发。就是有一些不合适看的，不看；包括有一些不合适想的，不想。这是最基本的，其实是跟戒行有关的。第二层意思就是“念防护意”。刚才有说，眼见色乃至意知法的时候，内心有正念来摄护心、守护心，令心不染着于相应的尘境，后面也不会生起欲贪等烦恼。

要说下手处，这些是下手处。如果有时间修止观，修一些念处等法当然也会有帮助。

法友：礼敬法师！请问如何界定贪欲的度量呢？比如吃两个馒头能饱，吃了三个是不是贪呢？

法师：如果这样说的话，那就要对自己内心有所了解，不仅仅是在外境界的受用上来判断。如果就举的例子来说，吃两个就饱，吃三个是贪。其实这个是不是贪，向内看就知道，不需要外在的度量，这需要对于心有认识，对于心有敏感，也愿意去了解心。

有的人虽然愿意，但是能力不够，因为向内观察心，不是每个人都有这个能力的，有这个习惯的人更少。多数人的心，是习惯通过外面的眼、耳、鼻、舌、身，去追逐相应的欲尘——五欲境界，向外驰骋，这是一般人习惯的。想要向内常常来觉知心，觉知心的活动，觉知心中有贪无贪、有嗔无嗔等等，这如果用佛法修行的法类来说，至少可以说与心念处相应的。

如果愿意，可以参考给前面那位法友的建议。如果能够修习守护根门，那就能够很好地意识到平时是怎样地驰骋于五欲，也会对此有防范，有纠正。如果能进一步地修习念处，从比较粗显、比较容易的身念处来培育正念正知，慢慢地对于心念处也能做比较好的修习。对于心在发生什么活动，内心中有贪无贪、有嗔无嗔等，能够有非常敏锐的把握，内心有这种非常明晰的了别。这个时候，自己对于内心中的情况，了解的程度就会比较好。

时间关系，我们今天就到这里。一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道

《杂阿含经二十选》讲记 28

—— 第八选 欲爱是系——黑牛与白牛（二）

【开经偈】

南无本师释迦牟尼佛

（三称）

十方所有诸众生

愿离忧患常安乐

获得甚深正法利

灭除烦恼尽无余

【正文】

我们继续来学习《杂阿含经二十选》第八选〈欲爱是系——黑牛与白牛〉，上一次我们学习过了经文，以及“讨论”（1）。这一部经简单地说，就是在说明：根与境这种紧密的结合，和好像有力量把它们绑在一起的这种现象，其中的系缚到底是什么？经文说：欲贪是这中间的系缚。

这个道理应该说并不难理解，但是在一般人直觉的经验中，就是觉得这个境界好，所以对于多数人来说，感觉是境界有吸引力，也就是境界系缚了我。对于一般人来说，他谈不上根、尘的认识，不一定是在这个层面上看问题，更多地是：这样的境界对我有吸引力，我没有办法逃出它的吸引和束缚。一般稍微有一些反思的，对人心有一点了解的，可能会觉得，归根到底还是自己这颗心修炼得不够，也就是觉得自己心是不是有什么问题——这已经很好了。这部经谈：这样感官与感官境界的结合，好像有什么力量把它们束缚在一起，是什么呢？是欲贪。

（2）烦恼的产生，如果是六根接触六尘后的必然，而不是欲贪居于中间为关键，那么，也就不需要谈什么修行了。因为，想修也无从修起啊！

这一点，我们在解释经文的时候，实际上有谈到。经中谈到六根跟六尘，是谁系缚谁？在一般没有离欲人的生命经验中，总是有这样贪爱的境界，一旦触对到这样贪爱的境界，也就不愿意离开。这种紧密的捆绑，到底是境界捆绑了感官，还是感官捆绑了境界？这是最开始的问题讨论。用黑牛、白牛为喻，来说明：实际上中间欲贪是系缚。

如果反过来，真的是六根系缚六尘，或者是六尘系缚六根，那意味着：只要根、尘接触，系缚就必然发生。系缚必然发生，意味着解脱就成为不可能。正是因为不是根系缚尘，也不是尘系缚根，是内心错误，引生的贪欲，导致了系缚的发生，所以，一旦内心不再发生错误，欲贪不再现起，系缚自然也就不再发生了，也就是解脱。

又如第 1164（382）[258]经说：“六内入处是一边，六外入处是二边，受是其中，爱为缝紖 zhì。”“过去世是一边，未来世是二边，现在世名为中，爱为缝紖。”“有者是一边，集是二边，受是其中，爱为缝紖。”“触是一边，触集是二边，受于其中，爱为缝紖。”

这些都是这部经中诸比丘在一起讨论所做的种种说，后来诸位比丘去请佛做判定：大家谁说得对，谁说得不不对？佛听了之后说：你们大家说的这些都很好、都对。

六内入处，是指六根——眼、耳、鼻、舌、身、意。六外入处，是指六尘——色、声、香、味、触、法。六根是一边，六尘是另一边，二者和合会导致受的发生，而有了贪爱。贪爱是将它们紧紧绑在一起的力量，就像把两个或者是三个缝在一起一样。后面还有几种说明，

都是类似的义趣。

第 572 (1648) [571] 经说，“然中间有欲贪者，随彼系也。” 也都表示了相同的意思。

这是这个“讨论”所强调的意思。

(3) 第 913 (13253) [905] 经中说：“众生种种苦生，彼一切皆以欲为本，欲生，欲习，欲起，欲因，欲缘而生众苦者。”

这部经涉及到的内容，我们在《阿含经故事选》中实际谈到过——“有爱就有苦”。众生的种种苦发生，如果推究根本，是什么呢？都是以欲爱为本，从欲爱而生起（欲生），从欲爱而集起（欲习），从欲爱而现起（欲起），欲爱是它的因（欲因），欲爱是它的缘（欲缘）。

这里的这个“习”，在《阿含》翻译的年代有几个不同的用法：一个是类似今天的用法，像串习、习惯等等，表示一而再、再而三的惯习性力量；还有一个用法就是苦集灭道的“集”，在《杂阿含》中这样用可能比较少，在其他的《阿含》翻译中，有时候大家会看到“苦习灭道”，在那个语境下，“习”就是“集”的意思。

这样说，大家可能不认同，或者一般人不是这样看，一般人哪里会觉得苦是从欲发生的呢？苦是以欲为根本的呢？一般人都是觉得快乐是从欲望来的，欲望带来快乐，想的都是怎样满足我的欲望。既然根本的战略都把握错了，怎么能指望这样的战略途径能带来真正的世间安稳，稳定的幸福呢？

佛在那部经中做的讲解也很好，结合一般人日常生活做了一番推论，让当机者自己来把握：是不是因为有了爱，才有了痛苦？大家如果有时间，方便的话也可以再去串习。

“若无世间爱念者，则无忧苦尘劳患，一切忧苦消灭尽，犹如莲花不着水。”

人们在这个世间的尘劳苦患，归根到底都是由这种贪爱带来的。如果没有了世间的颠倒爱欲，他就能免除于一切世间的忧苦，这就是离欲解脱，就像莲花不着水。反过来，如果觉得欲望带来快乐，欲望真实有价值，可以确定地说，这个人没有办法究竟离苦。

我们放眼世间看一看就知道了，特别是对于佛法有一些了解的，看一看离欲的阿罗汉、佛陀这些解脱者，在顺逆境界面前，内心没有任何黏着与排斥，心离开了世间的种种贪嗔，真的就像莲花不着水一样。反过来一般世间，即便有世间的智慧，即便有世间的权力，即便有世间种种财富的力量，终归还是有种种的忧苦恼患，根本原因还是因为有贪欲、有爱欲。这个“爱欲”的“爱”，不是在狭义地谈男女之间的染爱，这是泛指一切的染爱。

第 957（13297）[949]经中说：“众生以爱乐有余，染着有余。”

怎么断句呢？是什么意思呢？这个“以”，作为“由于”来讲。众生由于爱乐，所以有余；由于染着，所以有余。下面来谈“有余”是什么意思——

“有余”，就是指烦恼未断尽，

“有余”有二义：一是指烦恼未断尽。众生由于爱乐，所以烦恼不断；众生由于染着，所以烦恼不断，这就是上两句经文要说的意思。二是指还会再受生，请看下一个引文——

“众生于此处命终，乘意生身生于余处，当于尔时，因爱故取，因爱而住，故说有余。”

什么叫作“乘意生身生于余处”呢？这是有部（说一切有部）的观点。我们汉译的《杂阿含》，基本上认定为是有部所诵，是有部流传下来的，这里边也会有一些他们部派特色的东西，其实各个部派或多或少也都有这样的情况。这一句话反应的其实是有部部派的观点，就是认为有“中阴身”（或者叫“中有”）：认为有情命终之后，除非是生到无色界天，除了这种情况之外，会有“意生身”（中阴身、中有身）现起。经过这个阶段，而后会在相应要受报的那一趣受生。这一句跟整部《杂阿含经》义对比起来，是比较不匹配的。对应于南传相应部的经文，和《别译杂阿含》同一部经的内容看，没有这一句话，也没有这个意思，这很大可能应该是在说一切有部经文传承过程中混进来的内容。虽然这样，但是后边的意思并不受这一句的影响，大家可以理解为：众生在这里命终，在余处受生。

“当于尔时，因爱故取，因爱而住”：在前生命尽，后生受生的时候（当于尔时），因为有染爱，所以有取（因爱故取；这个“取”是取趣受生的意思），因为有染爱而“住”（因爱而住；这个“住”是住于这一生果报的意思）。

“故说有余”：从这个来看，他所说的“有余”，不仅仅是说有染爱、有烦恼的意思，更强调是因为有染爱，所以受生。而且我们看“有余涅槃”等等的用法，所以这个“有余”更应该解释为有这样受生的情况。

第 122（1663）[124]经中说：“爱尽则苦尽，苦尽者则说苦边。”

这一句是反过来说：如果染爱尽断，苦也就尽断了；苦如果到了尽头，就说到了苦边际。这个“苦尽”，也可以理解为“苦边”，就是苦已经看到了边。如果生死轮回不止息，谈不上有苦的边际；现在生

死轮回止息了，爱尽解脱了，应该说苦也到了边际。

第 1010 (1339) [1223] 经的偈颂说：“欲能缚世间，调伏欲解脱，断除爱欲者，说名得涅槃。”

这里的“世间”，跟今天所说的社会、人间不太一样，更多地是说人——身心；五蕴。爱欲能够系缚这身心五蕴不离于生死轮回；调伏欲，可以得到解脱；彻底断除爱欲的人，就叫作得到涅槃。

第 371 (534) [370] 经中说：“有四食，资益众生，令得住世，摄受长养。何等为四？谓：一、粗抔食，二、细触食，三、意思食，四、识食。”“此四食，爱因、爱集、爱生、爱转。”

佛法里的“四食”这个法义也是比较根本的。“资益众生，令得住世，摄受长养”，是在解释“食”的意思。不是能吃下去的都叫食物。佛法中说的“食”，是能够令众生，生死得到资益，或者侧重于这一生身心的住世，或者侧重于感后有生死，这都是“资益众生，令得住世，摄受长养”的内容。

是哪四食呢？**粗抔食**：古印度的时候，人们受用饮食，常常是以手抔成团，放入口中咀嚼吞咽，所以这个“抔食”指的是受用饮食的方式，以此来指代一般物质性的饮食。又叫**段食**，是因为会这样一口一口地咽下，主要指人们一般受用的物质性的饮食。可以更细致地有粗细之分，这里就不再详说。

细触食：后世在分别的时候，特别强调根尘识三和合触，也就是触心所。当然这个触心所，必然有相应根所接触的对境，这才谈得上触的发生，所以细触食总是意味着根尘识的三合。而且从一些经论来看，是这样的三合，带来了顺意的受，也就是乐受。人们身心求乐，身心受用这样的乐受，这是细触食的意思。

意思食：主要指思心所相应的希望。**识食：**指的是识能够执持身，而且由识的种种活动来摄持着身。

如果泛说的话，一切烦恼都应该有令众生继续轮回生死的作用和力量，但是这里从其特胜谈四种食，这“四食”也是佛法一类比较基本的法蕴，都是由爱为因，从爱集起，从爱而生，随爱而转现。

这些，都在告诉我们，欲爱，在忧苦、烦恼，乃至生命的流转中，是居于怎样的关键地位了。

这是引这些经文来谈的主要原因，都是跟本经中谈到贪爱、贪欲有密切关连的。

(4) 第 546 (1621) [545] 经中说：“贪欲系着因缘故，王、王共诤，婆罗门、居士，婆罗门、居士共诤。”

一般在家众主要表现为贪欲系着的因缘。因为贪欲系着的因缘，王和王共相诤斗，王往往是刹帝利阶层，今天的话说，就是国家与国家之间共相诤斗。婆罗门、居士，婆罗门、居士共相诤斗；婆罗门是印度的一个阶层，居士是另一个阶层。不同的阶层都有这样的诤斗。

“以见欲系着因缘故，出家、出家复共诤。”

这里的“出家、出家复共诤”，不是指佛教的出家众，是指当时种种外道出家，彼此诤竞。出家人的诤竞，最典型的是什么呢？这里说“见欲系着”。各自认为自己的是对的，别人的是不对的，不仅如此，还一定要为此而诤讼。这是由见而产生的爱欲，前面是由贪而产生的爱欲，这是其中的差别。

在家人因为贪欲而互相争执，而以出世间为志业的修道人，还难免于因为观念、见解不同的爱染而争执，这就是所谓的“见诤”了。

在当时，在家人主要表现为对财物、权力等的贪染而产生的欲爱，彼此为此而争执。关于“人是怎样，如何解脱”等等这些观念不一样，见解也不一样，虽然都是出家修道，因为心生染爱，也会为此而发生争执。只要没有离欲解脱，这种由见解而带来的爱染，恐怕不能够完全避免。所以在佛教不再和合一味，出现了部派分张之后，我们看到：在佛教内部，这种因为观念不同的争执也不少；即便在佛世的时候，也曾经有过个别事件，这在经、律里都有过记载。

我们不要看到这儿就轻轻放过了，看一看这个世间，因为欲的系着，造成了种种问题，怎么能够不意识到，欲是重大的问题根源呢？人要想这个世间能够有真正的、稳定的和平和幸福，一定要重视人本身的建设、人本身的净化，否则，不管制度怎么样，不管生产力水平怎么样，总还是会有种种问题。

（5）爱，与依同理心而来的慈悲，有什么不同呢？第 334（455）[312]经中说：“彼痴者是无明，‘痴求欲名为爱’，爱所名为业。”爱，是没有离开“我见”的（占有感、满足感），是没有离开“无明”的（愚痴、执着），这与一般观念里认为爱是甜蜜的、幸福的、欢乐的，是多么的不同啊！

简单地说，痴（不如实知）是无明。由这样的痴（寻）求而有贪欲，这就叫作爱。由爱所推动的身语意，叫作“爱所”，这就是业。

为什么说“爱，是没有离开我见的”呢？比如占有感、满足感，特别是这种属于我的占有感；所说“爱，是没有离开无明的”，指的是愚痴和以错为对的执着。爱是没有离开我见、无明的，这和一般世间以为“爱本身就是甜蜜、幸福、欢乐的，必然带来美好的”，非常不一样。

前面说到“有爱就有苦”的那个“爱”指的是染爱，当然这里说的“爱”也指染爱。作者后面的感叹说“爱是甜蜜的”等等，其实是把这个“爱”更多地把握为男女之间的染爱，这相对经中所说的“爱”是更狭化了。当然，男女之间的染爱也是这里说的“爱”的一类而已。

当然，如果能够离开我见、无明而爱，这样的爱，没有执着，没有烦恼，充分尊重因缘地施予众生愉悦，拔除众生痛苦，是纯净无瑕、寂静清凉，解脱圣者的慈悲，否则，是必然迟早会伴随着焦虑、忧愁、痛苦、烦恼的。

因为一般世间在今天对这个“爱”有特别的粉饰和特别的期望，于是对它有非常正面的看法，所以作者在这里做了一番转说：如果一定要说有什么爱是值得歌颂的，是确实美好的，那需要是这样的爱——要离开我见、无明而爱。因为离开了我见、无明，所以这样的爱，没有执着，也不会引生烦恼。他对于所爱的对象，不会有自我主宰地去希望对方这样、那样，你顺我意、不顺我意，而是“充分尊重因缘地施予众生愉悦”（这对应“慈”），“拔除众生痛苦”（这对应“悲”），“纯净无瑕、寂静清凉”（这是远离贪嗔等烦恼，内心的寂静、平等）；这是解脱圣者相应的慈悲。应该说，这个世界上最伟大的爱、最纯粹的爱、最清白的爱，是属于解脱圣者的，是这样无漏智慧相应的慈悲。

过去在慈心禅的说明中，回答问题也曾经说过：慈悲，可以说是净化了的爱。反过来也可以勉强说：爱，是伴随着染污的慈悲，伴随着烦恼的慈悲；当然，这不是说解脱圣者的慈悲可以再被污染，所以为了避免误解，说“慈悲是净化了的爱”可能会更好。一般修习的慈心，所净化的还不彻底，因为我见、无明未断。如果如诸无学圣者那样，尽断无明爱染，这个时候的慈悲就是真正纯净的，也可以说“它

是纯净的爱”。

如果不是这样的爱，那意味着依然是痴相应的，我见、无明伴随的，就会有执着，就会有烦恼，这当然会有忧悲恼苦等现起，这就是佛说“有爱就有苦”、“欲是苦本”的原因所在。

（6）充满着杂染的爱，也可以发展、转成充满着修行的源动力的。如第 561（1637）[560]经中，婆罗门问尊者阿难说：

“何故于沙门瞿昙所修梵行？”

“断爱故。”

“何所依而断爱？”

“依于欲而断爱。”

“尊者阿难！岂非无边际？”

这一段对话，是有一位婆罗门问尊者阿难：“你在沙门瞿昙（佛陀）那里，跟他修习什么呢？”

“我们是修习断除爱染。”

“拿什么去断除爱呢？”

“我们依于欲而断爱。”

“你说需要欲来断爱，这个欲不就是爱吗？那不是没有尽头了吗？”

阿难解释说：“如是，圣弟子修‘欲定断行’成就如意足，依离，依无欲，依出要，依灭，向于舍，乃至断爱。爱断已，彼欲亦息。”

这一段文是在说明怎样依欲断爱，而不至于成为无尽的循环。这

里所说的“欲”，是善法欲，而不是欲贪。后世分析心所，将欲和贪说为是两个不同的心所，欲可以是与善法相应的，也可以与不善法相应，而贪唯与不善法相应。

这里所说的“欲”是善法欲，一般人可能不太体会到这种善法欲，其实多少也有，比如自己一定要去做什么正面的事——善法相应的事，这个强盛的内心就是善法欲。这里所举的例子是“圣弟子修‘欲定断行’成就如意足”，也就是欲、勤、心、观四如意足中的“欲如意足”。

“依离，依无欲，依出要，依灭，向于舍”：这是《阿含》中比较常见的“三依一向”——“依远离，依无欲，依灭，向于舍”。本经中还有个“依出要”，接下来依次说一下。

依远离：可以有种种关于“远离”的说明，从离开这些贪欲的境界或者愤闹的环境，到内心发意远离世间等等，这在后来的解说中都有。依无欲：这不是说已经彻底离欲了，而是内心很明确地表示：这些，我不要了。人们很少有这样内心的训练，一般人内心常常是“我要这个、我要那个”，内心对于有吸引力的境界很少会主动地做这种克制——“我不要”，甚至“谁爱要谁要，我不要”。这里的依无欲，简单地说就是，对于容易引发自身欲贪的这些境界，表示不希望。

依出要：“出要”，用今天的话说就是出离心，也就是决定地要出离于生死苦迫，决定地要出离于烦恼系缚的心。依灭：内心明了生命有寂静解脱的可能。向于舍：向于究竟的舍离，向于究竟的断除，向于究竟的超越。

“乃至断爱”：这样依于“欲如意足”、“三依一向”，发起精进的修行，最后断除爱欲。**“爱断已，彼欲亦息”：**最初发起的是向于解脱的善法欲，既然现在已经爱尽解脱了，还谈什么那个“欲本身”是问

题呢？在那部经里，阿难尊者还举了个例子，就像要到一个地方去，这个人没到之前，有要到这个地方的欲，等到了之后，这个欲还在吗？不在了。

一般生命的问题是内心未断爱，当他达成一个目标之后，还会再给自己树立贪爱的目标，“生死疲劳，从贪欲起”；“少欲无为，身心自在”，反过来像这里说的，依于这样善法欲的修行，断爱之后呢？爱已经究竟断除了，也不会再有任何贪染发生，所以解脱。

“依欲断爱”，不会是一个无穷的循环，反而是截断无穷生命之流的切入点。

我们谈了这么多，如果不能够认识到生死是苦，不能认识到轮回没有究竟的价值和意义，那谈这些都还没有真正意义。像这里说“‘依欲断爱’是截断无穷生命之流的切入点”，看了这话，内心对于世间心重，随顺佛法不够的人，或许还会生起恐怖呢！

这是要注意的！是不是真的能够认同生死是有根本问题的，是充满了苦迫的，是否真的认为轮回没有真正的价值。有了这些判断，也就是关于苦谛的认识，才能够真正地愿意去解决这个问题。

这里的欲（爱），是“欲为勤依”的善法欲，是爱乐于远离忧悲恼苦，爱乐于解脱的寂静清凉。

这是解释上面“依欲断爱”的“欲”，是指最初善法欲的发心，对应八圣道，是正见、正思惟而引发的这种善法欲，我常常引一句《成佛之道》里的话：“正思向于厌，向离欲及灭”，是这样的善法欲。之所以这样的善法欲本身不会成为问题，是因为它要断除的是颠倒爱染，当颠倒爱染断除了，它当然就没有继续存在的必要，也就不会成为问题，因为已经到达。

经中说，以这样的爱，“欲定、断行成就游。精进定、心定、思惟定（即四如意足），断行成就。依离，依无欲，依出要，依灭，向于舍，乃至爱尽。爱尽已，思惟则息。”

这里“欲、精进、心、思惟”，也就是欲、勤、心、观四如意足。所谓的“成就游”，是指成就禅定的意思。

这则“讨论”是在说什么呢？我们回过头来看他最开始的这句话：“充满着杂染的爱，也可以发展、转成充满着修行的源动力的。”也就是：人们这种欲心所的力量，用到正途，是有正面意义的。对于分不清心所名目的一般人，也可以说：这个内心的爱乐，完全可以用于正途，引导生命向于光明，向于解脱，向于究竟的离苦。

（7）第 283（464）[321]经说：“若于结所系法，随顺无常观，住生灭观、无欲观、灭观、舍观。不生顾念，心不缚着，则爱灭，爱灭则取灭，取灭则有灭，有灭则生灭，生灭则老病死、忧悲恼苦灭，如是如是纯大苦聚灭。”第 285（466）[323]经说：“于所取法，观察无常、生灭、离欲、灭尽、舍离。心不顾念，心不缚着，爱则灭，爱灭则取灭，乃至纯大苦聚灭。”

这两个经文基本上一样，都是从如何断爱，一直到解脱生死的描述。这个“爱灭”是从什么来的呢？是对于“结所系法”的如理观察而来的。什么叫“结所系法”？“结”是指烦恼，也就是前面所说的贪爱。贪爱系在什么上呢？这里主要是指贪爱的境界——好色、好声等等，这是“结所系法”。对于这些“结所系法”，如果作这些随顺观察，就会不生顾念，心不缚着，爱灭，乃至生死息灭。

回来看一看关键的几种观察。无常观：比如自己好乐什么美妙的色，或者好乐什么美妙的声、香、味等，观察这些是无常的。无常有

什么究竟意义呢？就像下雨天，积水表面被迅即扑来的雨点，打出一个一个水泡，又旋即破灭。生灭观：看一看这样根、尘触对，刹那刹那的生灭。究竟意义在哪呢？用今天神经生理学的话说，就是大脑皮层里一些神经递质跟受体结合，赋予它那么大的意义，价值在哪呢？

“随顺无常观，住生灭观”，会有什么好处呢？一方面不觉得这件事情真有意思；如果更深刻地体会无常，甚至不觉得这个法本身有什么自体性、真实性。

这里所说的“无欲观”，跟前面“依远离、依无欲、依灭、向于舍”的那个“无欲”是一个意思，我刚才解释说：内心对自己说“这个我不想要，那个我不想要，谁爱要谁要”，是类似这样。当然，对于初修学，可能需要内心的语言来引导心，发生这种无欲观，发生这种内心不希欲的状态；对于修习熟练的，内心会自然地远离这些，不想要这些。这叫无欲观，再重复一下：一般人没有这个修习，自己面对生贪境的时候，可能从小到大都没有一次是这样来扭转自己的心——“我不要”。可是这很重要！小到在诱惑面前能不能够自我把持的世间修养，大到佛法所说的离欲修习。

灭观：主要侧重于法寂灭，生命可以这样安乐，可以走向涅槃寂静，究竟离苦。舍观：究竟地远离这一切。

自己内心常常作这些随顺观察——无常观、生灭观、无欲观、灭观、舍观，这些都是对于“结所系法”——生贪境，要作的观察。能够这样随顺修习，就会有后面这些发生——爱灭乃至纯大苦聚灭。

这是说，从自己所舍不得（结）的，所执取的，观察无常生灭，来去除爱染。

这对于一般人可能是特别有效的。要对于生贪境，常常作这样的

观察，久了，面对生贪境就不再是情绪化的“我想要”，而是对于内心的这种倾向会有警觉，会有反思，甚至修习无常、生灭、无欲等等的观。

只要爱染灭除了，那么，老病死、忧悲恼苦的“纯大苦聚”，就跟着灭除了。

这是十二缘起支里边“还灭门”所说的内容。

和断除我见一样，观察无常也是消除爱染的重要修行方法。

确实是这样，把它放在第一门，是让大家来观察无常。无常，不仅仅意味着它不坚固，还意味着它可能变化成与“悦意相”相反的相。当人们这样来观察的时候，内心因为贪爱，因为无明颠倒，而给它贴的“这个好，这个可爱乐，这个一定是值得拥有的”标签，就会褪色乃至消失。看看内心贪染的时候，对于所贪取的境，总是伴随着内心所贴的这些不如实的颠倒的标签。

(8) 其他有关欲爱是系的经文：22 (28) [22]、58 (170) [104]、72 (126) [63]、108 (176) [110]、128 (1683) [130]、129 (1697) [131]、187 (12872) [189]、189 (183) [191]、239 (314) [241]、240 (315) [242]、374 (537) [373] → 378 (541) [377]、610 (765) [624]、627 (790) [641]、647 (819) [659]、710 (907) [722]、903 (13175) [617]。

这是给出了若干篇关于“欲爱是系”的经文，有兴趣可以参考。

(9) 相当的南传巴利文经典为：《相应部》〈六处相应〉第一九一经〈拘絺罗〉(35-191)(元亨寺南传大藏经译本第十六册二一六页)。

其他相当的南传巴利文经典还有《相应部》〈六处相应〉第一九

二经〈迦摩浮〉(35-192)(元亨寺南传大藏经译本第十六册二一八页)。

这是说明对应的南传相应部经典。还有几部相当的经典，在这里不再一一说。

到此，第八选我们学习完毕。

【答疑解惑】

法友：礼敬师父！《阿含经》中出现的“欲为苦本”、“有爱就有苦”、“大师就说调伏欲贪”、“欲爱是系”、“有贪爱怎么会没有忧苦呢”等等表述，这里的“欲”、“爱”、“欲贪”、“欲爱”、“贪爱”，实际上没有什么区别，是吗？

法师：是的。当用这些词的时候，不一定用后世从部派阿毗达磨开始，做的种种名相分析来对应。在这些主题下所谈到的这些跟欲、爱、贪等有关的词，都是指染污的爱取。

时间关系，我们今天就到这里。一起合掌，做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道