

《杂阿含经二十选》讲记

第一辑（1-15讲）

印慈法师

目 录

《杂阿含经二十选》讲记 01	1
——《杂阿含经二十选》的体例	1
《杂阿含经二十选》讲记 02	16
—— 第一选 无明盖，爱结系（一）	16
《杂阿含经二十选》讲记 03	31
—— 第一选 无明盖，爱结系（二）	31
《杂阿含经二十选》讲记 04	47
—— 第一选 无明盖，爱结系（三）	47
《杂阿含经二十选》讲记 05	59
—— 第一选 无明盖，爱结系（四）	59
《杂阿含经二十选》讲记 06	77
—— 第二选 不如实知是无明（一）	77
《杂阿含经二十选》讲记 07	95
—— 第二选 不如实知是无明（二）	95
《杂阿含经二十选》讲记 08	109
—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（一）	109
《杂阿含经二十选》讲记 09	122
—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（二）	122
《杂阿含经二十选》讲记 10	134
—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（三）	134
《杂阿含经二十选》讲记 11	148
—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（四）	148
《杂阿含经二十选》讲记 12	163
—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（五）	163
《杂阿含经二十选》讲记 13	179
—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（六）	179
《杂阿含经二十选》讲记 14	196
—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（一）	196
《杂阿含经二十选》讲记 15	210
—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（二）	210

《杂阿含经二十选》讲记 01

——《杂阿含经二十选》的体例

概貌了解

“杂”的本义

大纲表解

【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】

这一次用这个偈颂来做我们每次共同学习的开端，也是希望大家对于法有准确的认识。知道佛法利济众生，根本上是帮助众生发起如实知见，而破灭无明烦恼，得到利益。自己是如此，所谓的帮助别人，也是如此。如果我们学习佛法，不仅仅是为了自己，也希望能对他人有所利益，那就应该懂得这层意思。

今天是 2020 年 3 月 1 日，我们中国农历二月初八。从今天开始，我们来学习《杂阿含经二十选》。作者还是庄春江居士，跟之前我们共同学习的《阿含经故事选》是同一个作者。庄春江居士在阿含上用功甚多，他编纂的《阿含经故事选》、《杂阿含经二十选》，还有《中阿含经十二选》、《阿含经随身剪辑》，都是很好的内容。特别是想

要契入根本而纯正的佛法，以我们汉传佛教传承下来的资料来说，这些内容既能够相当程度地保证了它的纯正、纯朴，又考虑到了今人文字语言上的习惯、大家生活节奏能拿出来的时间等因素，所以庄居士做的这样一些相应的编纂工作，应该说是很有意义的。

有一些法友希望能作相应的学习，这一次我们就以庄春江居士《杂阿含经二十选》作为材料，在《阿含经故事选》的基础上继续来做一些相关的学习。我记得在最开始讲解《阿含经故事选》的时候，我第一堂课是基于吕胜强居士的〈序〉和庄春江居士的〈自序〉做了一番解读。现在我手头的《杂阿含经二十选》也有这样的〈序〉及〈自序〉，这一次因为内容跟之前《阿含经故事选》的〈序〉和〈自序〉有相当重叠的地方，也就不一一介绍了。与我们现在的学习材料——《杂阿含经二十选》体例相关的内容，在〈自序〉中有一些提及，我就在这部分做一点介绍。大家手头的版本是后来出版的，未必有这样的〈序〉和〈自序〉，我讲的时候会将要谈的内容先念一下。在〈自序〉中，庄春江居士说：

（一）《杂阿含经二十选》的体例

文中“解说”的部分，以尽量接近经文精神的原则，用我们习惯的文字来表达，希望能有语译的效果，而没有翻译的拘泥。

这是在说，每一选经文之后，作者会附一个“解说”的部分。大家看到整个《杂阿含经二十选》，每一选都是先把经文内容给列出来，然后有作者的“解说”，还有“讨论”，并且把经文所在大藏经的相关序号也给出来。“解说”这部分，实际上是作者用今天的语体文，将经文的内容加以一个尽量明白的表达。这不是逐字逐句的翻译，那样就感觉有一点拘泥，“解说”更像是解义，而不是消文。

“解说”之后，在每一选的经文相关中还有“讨论”部分。〈自序〉中说：

“讨论”部分，则搜集《杂阿含经》中一些可以诠释这个主题精神的经文，来作介绍，希望能以《杂阿含经》来解释《杂阿含经》。

这是在说“讨论”部分。如果涉及到经中一些主要话题、主要精神，那对于这些相关话题的讨论，不仅仅是就这一部经来讨论，还把其他相关的《杂阿含经》的经文也列出来——有时候不一定是把具体的文引出来，但会给出经号。这是希望以《杂阿含经》来理解《杂阿含经》，以《杂阿含经》来解释《杂阿含经》。这就是我们在学习佛法或者深入任何一个体系的时候，应该有的一种精神——你要对这个体系本身有一个全面的把握，对于体系内部是否自洽，如果自洽的话又是如何自我诠释的，要有所了解。

今天的人，受生活方式的影响，有变得更浮躁的倾向。这是就一般来说，因为总是有不太一般的。对大部头的经典，比如说《杂阿含经》五十卷，自己连把它“啃”下来可能都不一定能做到，如果只是片言只语地攫取来把握，有时候可能也难免有失偏颇，所以这样的工作——就《杂阿含经》来理解《杂阿含经》，就《杂阿含经》来解释《杂阿含经》，是很有意义的。作者在〈自序〉里谦虚地说：

当然，难免也有囿于自己主观意见之处，尚待善知识之指正。

最后，再将相关于这个主题的其他经文经号列出，以提供更多的参考。

在每一选的末尾都有相关经文的编号，这就是与这个主题相关的其他经文，也就是说，作者会把经文所在《杂阿含经》的序号给出来，有意去浏览的，想去更深入学习的，可以依之而检阅。

而为检阅之方便，文中所引用的每一经，都同时依次标明《大正版大藏经》、《杂阿含经论会编》、《佛光版大藏经》中《杂阿含经》的经文编号，简称为“大正本经号”、“印顺本经号”（以（）表示）、“佛光本经号”（以〔〕表示）。

这里说到，他列出经号的时候，主要参考三个版本的《杂阿含经》：一个是日本《大正大藏经》承续下来的《杂阿含经》的经号。但是，我们中国流传下来的《杂阿含经》，包括日本《大正大藏经》承续下来的《杂阿含经》，实际上在整个的传译和传抄的过程中，有一些顺序的错乱，也有一些内容的佚失，还有个别两卷是后人补进来的。

如何把这个内容，依据可靠的线索，加以一番甄别、整理？这其实是挺考验人的，不容易。在民国时期（上个世纪）和更早一点（上世纪初），有一些人做过一些工作，比如日本的学者，中国的吕澄。在他们的工作基础上，印顺法师又进一步依据《瑜伽师地论·摄事分》、《别译杂阿含经》等线索，将《杂阿含经》做了一番内容梳理，将经的序号——前后顺序，该调整的做了一些调整。当然，不是自己想怎么调整就怎么调整，《瑜伽师地论·摄事分》里谈到了很多内容，给出了很多线索，还有《别译杂阿含经》中的一些线索，是依据这些做的一些整理。集成的，就是印顺法师的一部专著——《杂阿含经论会编》。因为他做了这些整理工作，所以呈现出来的《杂阿含经》前后顺序，不一定跟《大正大藏经》中的一致，那编号自然也会有不同，这就是这里说到的“‘印顺本经号’以（）表示”。

佛光山是做过藏经工作的，其中《阿含藏》中就有一些关于《杂阿含经》相应的内容。佛光山在做这部分工作的时候，当然也做了一些甄别、整理，像把跟阿育王相关的两卷很明显地给掺了进来。这其

实是后人所为，那就拣别出去。当然，他们还有一些其他的相应调整。这样，在经号上跟《大正大藏经》不一定对得上，那就用佛光本经号，这就是这里说的“‘佛光本经号’以 [] 表示”。

这是简单地说一下他这里给出的跟我们汉传《杂阿含经》相关的几个经本。在这里要说，我们民间佛教界有一种很奇怪的观点，认为“经是不能动的”。如果经是好好的，没有明显的纰误，那当然不必动、不应动；如果有明显的传译、传抄的错误，为什么不能动呢？那是人为制造的错误，难道就因为历史上曾经呈现了错误，所以我们一定要将错就错吗？别忘了，我们是要寻究真实，而不是简单地遵循传统，这是不一样的出发点。在作者的〈自序〉中还提到——

一九九六年，高雄元亨寺的《南传大藏经》中文译本陆续出版，三版增订、附录了南传元亨寺本相当的中译经文。

这是说，《杂阿含经二十选》第三版中增订、附录了元亨寺本《南传大藏经》中相应的中译经文。

二〇〇四年拙编《南、北传杂阿含经选读》完成，四版除了依之作小部分修订外，所附元亨寺本中译经文，则予删除。附录部分，也因作者已有结集，而予删编。

后来庄居士作第四版《杂阿含经二十选》的时候，是在他编辑《南、北传杂阿含经选读》这个经文对读之后了。因为那个内容相对来说更完备一些，他就把第三版中增订、附录的元亨寺本相应的南传中译经文给去掉了。但是对于我们愿意去做对读的法友来说，《南、北传杂阿含经选读》——南北传《杂阿含经》对读这样的电子文档，现在在网上是容易找到的。

这是庄春江居士在〈自序〉中对整个《杂阿含经二十选》的体例

做了一点介绍。

（二）学佛更贵身体力行

庄居士〈自序〉的最后一段，我觉得说得很好，有必要提炼出来，跟大家做一点分享。庄春江居士说：

宗教，不仅是信仰的，更是“身体力行”的。

我想：说“宗教是身体力行的”，有的同意，有的不同意。我们还是说佛教吧：佛教，确实不仅是信仰的，更是身体力行的。为什么呢？

佛教或者说佛法，是干什么用的呢？说得简单一点、明白一点，就是用来“净化生命”的。我过去常说，是用来“改善生命”的。这个“改善”，是根本地去除掉我们生命中染污、颠倒的部分，所以直接说为“净化”可能也更明白。这个“净化”不是只靠相信就能达成的，它有身、语的净化——偏重于道德成分、个人行仪；更有心（意）的成分，这涉及到了智慧的提升，内心的净化、转变。这些，当然要通过一系列的相续努力来达成，不是只靠一个“我相信了”就能够发生的。庄居士接着说：

离开了自身的体验与实践，大概只剩下“形象的满足”、“情感的寄托”罢了！

如果自身没有随顺法来实践，没有在实践中得到受用、得到验证，那所谓的“信”，难道自我洗脑吗？还是自我蒙蔽呢？还是仅仅是一种观念的固化呢？如果没有这样的实践与体验，作者说：“大概只剩下‘形象的满足’、‘情感的寄托’罢了！”搞很多仪式感很强的东西，常常感动感动自己、安慰安慰自己——佛法不止于此。在佛法

的流传中，以宗教的形式呈现，有这些对人的作用——“形象的满足”、“情感的寄托”，但那都不是佛法之重。庄居士后面还有一段很诚挚的语言：

如果您已接触佛教多年，对教义自认为也耳熟能详，却发现自己仍然跨不出步伐，没有较大的进境，或者常在学佛的路上，遇到十字路口，徘徊犹豫，那么，就请来试着走入纯朴的《杂阿含经》世界吧！也许可以为您带来另一个春天呢！

这是庄居士比较诚挚地对读者发起邀请！我们也是恰逢一个早春，开始一起学习这个内容。

吕胜强居士为《杂阿含经二十选》写的〈序〉，最后一段也很值得我们品味，可能对一些法友也是有意义的，我也给大家念一下。吕胜强居士〈序〉的最后一段说：

佛法修行的第一着，就是“认识自我”。《杂阿含经》开宗明义，在前面三个诵（章）中就指出，自我身心的“蕴、处、界”就是修习无我正观的关键所在，这也是本书所扣紧的主题。

吕胜强居士跟庄春江居士是有共同法谊的法友。在他〈序〉中的最后一段说道：我们要想改善自我、改善生命，首先要认识生命、认识自我。如何来认识有情的当体呢？《杂阿含经》的编纂中，就是结集流传下来所呈现的经文里，前面三个诵分别是“五蕴诵”、“六入诵”、“六界诵”，就是所谓的“蕴、处、界”。有过之前学习基础的法友，也都应该意识到：“蕴、处、界”说的就是有情的当体；用一般世间人容易理解的话，就是吕胜强居士说的“自我身心”。也就是这样五蕴的和合，或者说六入的和合，或者说六界的和合，表现为有情的活动。如果由这而深刻地体察，自然能够体会到无我。所以这

里说“是修习无我正观的关键所在”。吕胜强居士接着说：

希望读者们透过本书的介绍，时时处处念兹在兹地，以正见来观察、思惟六根触对境界的身心反应；进而放下书本，放下概念，深入地探索自己身心的实况，渐渐改变我们平常不自觉的自我本位意识型态，以及行为上、情感上习以为常的惯性执着。

吕胜强居士说，希望大家学习这本书之后要用上。我跟其他的法友也常常说：你学习了这么多五蕴、六入相应的内容，自己都觉得我明白，但是跟自己身心的活动对得上号吗？如果都对不上号，你只是学了一堆空对空的概念，就像学代数、学几何一样，从抽象到抽象，哪有跟生命当下鲜活的经验结合上、对上号呢？如果没有对上号，学的那些东西可真是纯理论。

佛法，本不是为了建立理论，而是要指导我们净化生命，走向解脱的。把它学成了理论，是自己的过失。如何不停留在听闻之后的了解层面？要把听到的类似蕴、处、界的教言，跟自己身心当下的活动对上号。初步的功夫/基本的功夫是要指出来“这是色，这是受，这是想，这是行，这是识”——五蕴。这个号都对不上，那别的谈来谈去，什么五蕴的无常、非我，那不就是一堆抽象的理论说明吗？如果能够突破概念的泡沫/刺穿概念的泡沫，沉下来，进入到身心当下的活动经验上，在这里用自己当下随时的、实时的内省观察来如实了知，那么所学的这些蕴、处、界就都鲜活了。

吕胜强居士说到“放下书本，放下概念”，不是说不学习。人不学习，不知——“道”。但是，学了之后，如果道是道，我是我，那还是停留在概念层面。所以他这句“放下概念”，对于很多法友应该是有触动的。我曾经在一次禅修营中看到某位法友的情况，就对大众

说：“不要漂浮在概念泡沫的表面，要刺穿这概念的泡沫。”我说的这个“泡沫”有几层意思：一个意思，这些泡泡表面看着挺光鲜、挺大的，但是不实。只是把它当成理论来学习的人，也有类似的问题，好像懂很多，这个泡泡吹得很大，但是不实。另一层意思，泡沫是浮在表面的，很浅，并不深刻，要刺穿这层泡沫/突破这层泡沫，深入下来。深入到生命当下的活动中，不停留在概念的泡沫里，更不要浮在概念泡沫的表面。这样，才能改变过去的惯性错误。吕胜强居士的最后一句是祝福——

祝福大家：一步一步踏在“追寻”真理的道迹上，迈向那“不再追寻”的离欲之境。

这话说得很好也很有意思，我就不再解释了。这是我手头《杂阿含经二十选》，吕胜强居士的〈序〉和庄春江居士的〈自序〉中，有必要与大家分享的一些内容。

（三）对于《杂阿含经》的概貌了解

现在我们来谈一谈《杂阿含经》。我们既然要学习《杂阿含经二十选》，那就要对《杂阿含经》多少有一点概貌的了解。《杂阿含经》，我们现在谈的这个五十卷的汉译本，是求那跋陀罗在刘宋元嘉年间译出来的。如果大家想了解一个大概的年份，是公元四百多年（公元五世纪）。这个元嘉年间，就是“元嘉草草，封狼居胥”的那个元嘉。当时翻译出来之后，主要的流传方式是传抄。大家应该记得“洛阳纸贵”，这就说明那个时候的文化、文字内容，主要靠传抄来流通。现在能够看到的最早印刷本，应该是宋朝的雕版印刷。

从最开始译出来，到雕版印刷本子出来，中间有四五百年。这四五百年的传抄，再加之中间有多少战乱，还有几次灭佛，所以出现了

一些资料上的混乱，类似于有一些内容佚失了，有一些内容被不了解的人塞进来补全。这不是不可以理解。这也反衬出来，后来一些人做的工作有其必要，像吕澄、印顺法师他们做的工作还是很有意义的。吕澄居士是第一个从《瑜伽师地论·摄事分》中发现其中包含《杂阿含经》本母的，那里提供了很重要的线索，他将从宋藏开始就出现的错乱做了一番梳理。

我们汉译的《杂阿含》所属的部派，有一些不同的说法，印顺法师本人比较偏向于像《俱舍论稽古》等等这些资料给出的说法，说是说一切有部的。为什么要谈到与部派的所属关系呢？我们都知道，佛灭之后的第一次结集就是五百结集，《杂阿含经》在今天是通过很多研究，基本上是大家共同认定的，最开始结集出来的最核心内容就表现在《杂阿含经》中，这从《瑜伽师地论》等也能够得到佐证。相对来说，《中阿含》、《长阿含》、《增一阿含》比《杂阿含》要晚出一些。意味着什么呢？

最早结集出来的《杂阿含》，可能更多地保留了佛法比较原初的样貌。为什么要加这个“可能”呢？因为并不是一点变化都没有。最开始结集之后，并没有落实于文字，而是师徒口耳相传。到了佛灭一百多年，出现了佛教的部派分裂，最开始本末二部分裂，到后来有更多的枝末分裂。既然大家不再和合，那么各自所诵的经——《阿含》也慢慢就有了一些差别。这中间又过去一段时间，等到各种因缘导致各个部派将自己所诵的《阿含》落实为文字的时候，部派之间的同和异已经表现的比较明显了。所以当我们谈到《杂阿含经》汉译是来自于哪个部派的时候，其实是有这样的历史背景的，大家多少要了解一点。

（四）“杂”的本义

《杂阿含经》在中国佛教的历史上很少被人重视，到了近现代才受到一些重视。它是这样的根本而重要，但在我们中国历史上却是被大家错失了的重要材料。虽然摆在那儿，如果不重视，也起不到它相应的作用。这里可能还有一个什么原因呢？我想我们今天的很多学佛人，一听到《杂含经》的这个“杂”字，可能心里就不觉得这个经重要。为什么呢？现代汉语里的“杂”字，不一定跟什么正面的意义结合在一起，可能常常让人体会为杂碎的，不太重要的，甚至有一点混乱的。

汉译的《杂阿含经》，对应于南传尼柯耶中的《相应部》。这不是大家在名字上都有不同，实际上在梵文、巴利文里，“阿含”前面的那个词基本上是同一个义。也不是汉传历史上没有人把它翻译成“相应”，像一些去印度留过学的，像玄奘法师曾经把它翻译为《相应阿笈摩》，“阿笈摩”就是“阿含”，都是音译，“相应”对应的就是我们现在看到的“杂”，这跟今天根据巴利文译过来的《相应部》的“相应”是同一个词。难道是大家依的本子有差别吗？我比较认同印顺法师的意思：他们应该都是对同一个字的不同汉译。只不过这个“杂”字，在古汉语里不一定是表示芜 wú 杂的甚至感觉混乱的、杂碎的，不一定是这个意思。“杂”字的本义是什么呢？是由各种色彩组织起来而形成的华丽衣服，这是它的本义。

如果根据《瑜伽师地论·摄事分》里说到的意思，有一段文是这样说的：“即彼一切事相应教间厕鸠集，是故说名杂阿笈摩。”《瑜伽师地论》的这一段文既说到了“相应”，又说到了“杂”，这里解释得比较好。“事相应教”，这就谈到了我们现在说的这个“相应”

义。“间厕鸠集”：“间厕”是指次第相间杂的意思；将蕴、处、界这样的内容，按照一定的次第排列起来，这叫作“间厕鸠集”。这里用到“杂”的时候，更像是“杂”字的本来意思，是指五彩相合，就是将这些不同的色彩配合在一起，大家如果去了解一下古汉语中“杂”的解释就会注意到。这其实还有一点什么意思呢？佛法是很瑰丽、很华丽的文章（这不是指浮华，而是指很好），是由五彩缤纷的色彩汇集在一起，呈现蕴、处、缘起、谛、食、界¹等等这样的事相²。如果这样来理解这个“杂”字，至少不应该是贬义。

因为《杂阿含经》的这个“杂”，不是求那跋陀罗第一个用的，在他之前有一些其他的《杂阿含经》别译、单译出现，当时就用“杂”字了，他相当于延续下来，所以也用了“杂”。但是人，往往是容易受这些自己把握不好文字表面意思的影响的，今天网络时代大家说“颜值即正义”，其实颜值并不代表正义，同样，文辞是否优美也不代表是否包含真理。本来“杂”字，按照它的本义——五彩相合，是个好义。但是随着语义的变迁，慢慢的，我们对“杂”的感觉就变了，所以导致今天大家听到不一定舒服。希望大家认清自己心里这个非理性的活动，不再受这个影响。多想一想：这可能是我们现存资料中对于佛法最接近它本来样貌的保存，为此而欢喜，珍重！这是我们进一步学习它而应该有的心情。

（五）《杂阿含经二十选》大纲及原由

关于这本书，有一个“大纲表解”，要配合《杂阿含经二十选》的内容做个对照才好，要不然大家可能不知道这个“大纲表解”是要干嘛。这个“大纲表解”从内容上看，是对于《杂阿含经二十选》经

¹ 谛、食、界；前面“蕴处界”改成“蕴、处、缘起”，这样更针对杂含内容，次第更严谨。——印慈法师

² “事相”二字为后添加。

文内容给出的一个组织，《杂阿含经二十选》的内容就是对应着这些展开的。

这如果放在古代叫什么呢？叫科判。如果按照古例，后人作论，常常有科判、有偈颂，所谓纲张目举，以简驭繁。今天大家看到的思维导图，觉得很新鲜、很时尚，是很新、很科学的东西。实际上，在佛教中这些古老的论师们，从公元前后就开始用，那就是科判。甚至能够细科到每一句话。我曾经见过有的人做细科，甚至能到这个程度——这一部论或者这一部经下来，能够细科到每一句话。当然不一定如此。

了解这种层层细密的组织，这对于锻炼自己思择的逻辑性、条理性是很有帮助的。有的法友问：“我的思惟总是混乱，怎么办？”你可以多学一点科判，多背一点科判，多体会科判，如果你常常在这个上面用功夫，你自然就会懂得条理性、结构性，这也是从古到今这些人都用的以简驭繁、次第条理の思惟方式。

下面来看“大纲表解”：

凡 愚 众 生	无明盖	(理智上) 无 明	不如实知	五蕴不如实知
				六入处不如实知
			我 见	是我、异我、相在
				欲令如是、不如是
	爱结系	(情感上) 欲 爱	欲爱是系	五蕴不断
				六入处不断

“凡愚众生”，为无明之所覆蔽，为爱结之所系缚——“无明盖，爱结系”，对应的分别是“理智上的无明”和“情感上的欲爱”。

理智上的无明，表现为什么呢？“不如实知”。对什么不如实知？对于“五蕴不如实知，六入处不如实知”（这都是经文）。有的人认

为“我是不了解自己”，但他这个“自己”还是一个稀里糊涂的东西——什么叫“自己”？什么叫“我”？你所认为是“我”的，是什么？你在什么上觉得是“我”？是这么个意思。不如实知什么？对于五蕴不如实知，对于六入处不如实知。所谓的“自己”，就是这样的五蕴聚，就是这样六入为本的身心之流、名色之流。

说到无明，说到不如实知，经中也说“不知无常、无我”等，什么意思呢？有“我见”。我见表现在什么呢？认为五蕴——一蕴“是我、异我、相在”，还依据经文说明“欲令如是、不如是”，就是主宰义，这是我见的表现，这在后面我们会学到。

对于凡愚众生之所以成为凡愚众生，流转生死，是由于“无明盖，爱结系”。无明，是说了“不如实知”和“我见”。“爱结系”，情感上的欲爱是系，导致五蕴不断，六入处不断。这说的好像都是问题，但实际上佛经从来不只说问题，都是指出问题，找出原因，给出解决之道，所以在这样的经文中，往往在谈了问题之后，会进一步地来说明正确的如何，如何来改变它，乃至走向解脱。

这是说明了“大纲表解”的内容。作者为什么要给个大纲表解呢？不仅仅是像刚才说的对于内容加一番组织，其实还要回答一个问题，什么问题？为什么选这些内容？为什么这样编排前后次序？

之所以选这些内容，是因为佛法是为人的，是要解决人的问题的，是要令人究竟离苦得乐的，那首先就应该认识流转生死、轮回不息的人（或有情、或众生）是怎么一回事，依经说是“无明盖，爱结系”。各自又有什么表现呢？“理智上的无明”是这样的，“情感上的欲爱”是这样的。就根据这些内容，以相应的经文来加以说明——说明问题、问题原因、问题的解决、解决之道。这就是为什么选这些内容，为什

么以这样前后的次第，呈现这二十选的原因。

作者不太想把这些都说出来，只是放个“大纲表解”，希望读者能够去体会。实际上，对佛法有认识、修养入心的人，一般来说，都不愿意像一般世间人那样做很多自我的表白，都是相对平和，相对谦逊，很多东西都只是露一鳞半爪，比较平和地放在那里，需要人来自自己体会。

如果用今天写学术文章的意思来说，这个“大纲表解”就相当于前言，说明“我这个工作是怎么做的，为什么这么做”，给出了里边的内在逻辑。这是跟大家说一下“大纲表解”。

今天是我们《杂阿含经二十选》的第一课，跟大家就庄春江居士的〈自序〉，吕胜强居士的〈序〉，有必要分享的一些内容，提出来做了一点说明。也对于庄春江居士做的“大纲表解”做了一点简略的解读。对于《杂阿含经》一些简要的信息，特别就这个“杂”字是什么意思，也跟大家做了一点解读。从下一次开始，我们一选一选地来学习相应的内容。

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 02

—— 第一选 无明盖，爱结系（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》的第一选：〈无明盖，爱结系〉（经号：267（50）[44]）。作者将这一选放在最开始，内容其实是总摄性的。我们之前谈到大纲的时候，说到“凡愚众生，无明盖，爱结系”，这就像是总说。后面其余的经文，会分别就“无明盖，爱结系”来说明。当然，不仅仅说问题，问题的原因，也说问题的解决，解决方案，这些在后面我们会看到。这里给出的经号分别是《大正版大藏经·杂阿含经》中的经号，印顺法师《杂阿含经论会编》，以及《佛光版大藏经·杂阿含经》中相应的经号。

以后，我们每一选都会先把经文过一遍。在过经文的时候，我会做一些消文的工作，有一些内容也许会结合身心和大家更容易了解的生活经验，来做一点说明。这本书第二部分——“解说”的部分相对来说比较简明，在第三部分有更多的“讨论”，在那儿我们也会做一些展开。首先我们来看第一部分——

一、经文

如是我闻：一时，佛住舍卫国祇树给孤独园。

“如是我闻”：没有太多神秘、神奇，值得过多渲染的色彩，这其实就是放在经文前面，来表征“不是我自己说下面的话，是当时我听佛陀有这样的讲说”——这是结集的时候，阿难尊者在众僧面前诵出的时候这样说，大家也这样来传布。“如是我闻”是汉语的翻译，类似的翻译方法，有“闻如是”等等。汉语的白话在今天说就是：“我这样听到如下的教说”，“我听到了下面这样的教说”。

“一时”：这是印度古代文化的一个特点，印度古代文化基本上没有留下什么文字记载的信史，这种编年的观念（具体的时间感）不是特别强，表现在佛经结集的时候，也没有具体说是佛转法轮后的第几年；或者以世间的事情来做标记，也没有；或者结集的时候，从佛灭度的年份倒推，也没有。只是说“一时”。当然，自古以来的讲经，特别我们汉语佛教体系，对这个“一时”也做很多玄妙的说明。这也不是不可以，但是在阿含的语境下，可能有一点过度解读了。就说“那个时候”，或者说“当时”，就好。

“佛住舍卫国祇树给孤独园”：这在多处都讲过，我想大家对此也有一定认识。舍卫国是古印度佛住世的时候，十几个大国之一。那个时候的古印度并不是一个统一的国度，大小国林立，大国一般说有十六个，小国无数。无数的意思，当然不是说不可计数，而是说没有准确的数字。甚至于小到类似只有一个小城、一个小镇，有的也可以称国，也就是说，他虽然叫国王，实际可能是镇长。“祇树给孤独园”，这是大家熟悉的典故，是祇陀太子和给孤独长者共同的因缘，供养给佛陀和僧团的僧园。

尔时，世尊告诸比丘：

佛陀对诸比丘们这样说：

众生于无始生死，无明所盖，爱结所系，长夜轮回生死，不知苦际。

这部经文，我们看到是佛上来教诸比丘，并没有什么特别引发的因缘，或者有什么人来问。后世有一些人因为对于经典了解得还是不够，所以有一些错误的渲染，比如某一些经典或者某部经典的某个部分是佛不问自说，无问自说是没有什么好渲染的。佛陀是老师，老师在教弟子的时候，有时是弟子祈问，老师回答；有的时候老师知道应该做这样的教导，所以不必问也主动教导，这没有什么好奇怪或做神秘渲染的。

“众生于无始生死”：“众生”的意思，大家大体了解。佛法里有一个词跟它是大体上对应的，是“有情”。“众生”，历来有不同的解说，比如有说“众多生死之谓也”，还有的说是“五众（五众就是五蕴）所生”等等。实际上都说得过去，不必一定要说哪一个是最精准的，这些说法都部分地说明了众生的情况。

关于众生跟有情的范围大小：有情指的是有情识的，如果不去细看，好像跟众生基本上是对应的，就是范围一致的。但是也有的地方，特别在阿毗达磨佛教时期——部派佛教时期，有一些辨析，包括再往后也有一些人有一些辨析，像有的说：众生只是指的凡夫有情；有情可以是轮回生死的凡夫，也可以是见道的圣者，也可以是无学，这些都是有情。这样说，不是没有意义，能让我们看到有情种类有这样的差别。有一些有情，仍然有众多的生死在前面，不见苦之边际；有一些有情，已经见到了苦的边际，比如初果可能最多七返天上人间，不

会再受第八生；无学，在这个五取蕴舍报之后/灭坏之后，不再受生。这样的说法，有它的意义，不过不必绝对，更不必抬杠，挑字眼。在一般的用法中，众生跟有情，好像没有去做特别的区分。

“无始生死”，就是在说无始轮回。说“生死”，其实是在说轮回中很标志性的阶段。一般人不是这样的生命观，想的都是：我这一生受生了，死了之后，我就没有了一——断灭了，这是今天我们中国绝大多数人的生死观。这里说“无始生死”，也就是在说无始轮回。为什么说“无始”？因为佛法看到的有情，是这样因缘的呈现，因缘的现象。十二支缘起说“无明缘行，……生缘老死”，说的都是因缘的现象。这一切有为法都是缘起的——依因待缘而起的，此有故彼有、此无故彼无的。既然是因缘而起的，就没有最初；既然一切有为法，都是因缘而起的，那就否定了作为一切最初开始的可能。为什么？因为最初的开始，不是缘起的，不是依因待缘而呈现的，而是它自己就是它自己，那是反缘起的。真正体会到缘起，就不会去寻求第一因，寻找那个最初的存在，一切的肇始。

“无明所盖，爱结所系”：众生在这无始生死轮回中，一直都是什么情况呢？无明所覆蔽，爱结所系缚。无明是什么？爱结又表现为何？这在本经下面有一点简单的介绍，在《杂阿含经二十选》里也将有更多经文的更细致说明，这里只是更简略地说它。无明，简单地说就是不如实知。对什么不如实知呢？对于身心现象的不如实知——这是佛法中说到无明最根本的。这个不如实知，有什么问题吗？有问题。因为错误的认知，导致了后面的问题。无明就是错误的知，可以这样来说。关于什么错误的知？关于生命现象的错误的知。也就是关于身心——如果用大家更容易领会但不那么严谨的话说是“关于自我”——对于自我，没有如实的认知，反而有错误的知，这就是无明的意思。

后面说“于五蕴不如实知”、“于六入不如实知”、“于无常、无我不如实知”，这些都是无明的表现。

从前在讲《佛教心理学》的时候，其中涵盖了十二缘起的简略介绍，当时讲到无明，我还特意引了一段《杂阿含》的经文来说明无明的表现。我们现在学到这里，着急想要了解的法友，也可以找来做个参考。这里只是简单地做这样的介绍。

被这样错误的认识所覆蔽，这是“无明所盖”的意思。“爱结所系”：被染爱所系缚。这里说的“爱结”，是一个形象化的表述，带着某种比喻色彩。因为染爱能够将有情的心，系在相应的境界上，是这样的所谓的系缚。

“长夜轮回生死，不知苦际”：“无明所盖，爱结所系”是说众生在无始生死中流转的因。那呈现的结果呢？“长夜轮回生死”。为什么说“长夜”呢？这个“长夜”是愚暗的意思，是没有光明、没有希望的意思。在这样愚暗的，没有光明、没有希望的情况下，轮回生死。“不知苦际”：不知道可以尽苦的边际，也不知道如何才能真正究竟离苦。

为什么说到苦？生死是苦，轮回是苦。在这样的生死轮回中，被无明所覆蔽，爱结所系缚，始终处于愚暗的状态，一直这样生死、死生，没有希望，没有光明，也不知道苦的边际在哪里，甚至不知道有苦的边际，不知道苦可以被究竟灭除。

诸比丘！譬如狗，绳系着柱，结系不断故，顺柱而转，若住、若卧，不离于柱。如是，凡愚众生，于色不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于色，随色转，若住、若卧，不离于色。

佛陀这样说：无始生死中，众生为无明所盖，爱结所系。不一定

形象，听讲的比丘也许程度参差不同，所以佛用一个浅白的譬喻：就像一般养狗，把它用一根绳索套在脖子上，系在柱上，只要这个结系不断，这只狗就脱离不开。它会怎么样呢？它会以这个系着的柱子为中心，转来转去。不管它是趴着，还是站着，甚至想要动一动，它实际上都没有离开柱子，没有离开系缚。不管折腾了多少花样，有多么不同，实际上仍然是系着于柱。在这上没有不同，都是系着于柱下在摆弄着花样，没有自由。这在譬喻什么呢？譬喻凡愚众生——

“如是，凡愚众生，于色不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴”：前面说“绳系着柱”，凡愚众生也是被系缚的，被什么所系缚呢？就是这里所说的“贪欲”、“爱”、“念”、“渴”。下面是分别从色、受、想、行、识五蕴来说的“贪欲”、“爱”、“念”、“渴”，所以在这儿可能也要简单地说“对于五蕴的贪欲、爱、念、渴”。首先说“色”：指的是什么呢？用今天的话说就是物质现象；色蕴，就是一切物质现象的集合。这个色，如果就有情的身心说，指的是生理的。佛法中说色、受、想、行、识五蕴，多就有情身心说，所以这个色，首先要向有情“身”来理解。如果把一切物质现象分为“内色”、“外色”来说，这个主要在说内色——有情身相关的色。有情身相关的色，如何看？古时候——佛世，佛依据当时人对于物质的认识，说为是由四大及四大所造的；今天观察色，也可以有今天的角度，因为今天的学术在色法的研究上/在物质的研究上，确实很深细，这里不多说。

“于色不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴”：贪欲，相对来说，大家比较容易理解；爱，指的是爱染；念，指的是心系念于它，总是想着它；渴，是指渴求。这个“渴求”放在最后，实际上有什么意思呢？就是由前面的贪欲，爱染，反复地系念于彼，内心形成了有行动力的意志倾向的渴求。

于色的贪欲、爱染、系念、渴求，大家可能容易理解一些。不过一般人的理解，都是偏于外色的——好吃的、好玩的、好穿的、好用的等等。实际上对于内色的贪欲、爱染、系念、渴求，我们也应该要有认识。比如希望自己这张脸更漂亮，然后怎么怎么样——贪欲、爱染、系念、渴求。希望自己可千万别得病——贪欲、爱染、系念、渴求。包括“可千万别老”等等。这里在在处处都有。希望自己更胖的，希望自己更瘦的，希望自己更高的，希望自己更匀称的，希望自己更长寿的，希望自己更健康的……。在这里，对于一般的有情来说，都混杂着贪欲、爱染、系念、渴求。

一般人只是以为“我对于你说的这些不太在乎，我更重视外面的”，那是因为现在的鞋合脚，当鞋合脚的时候就不觉得自己的这双鞋重要、脚重要。如果像现在这样，疫情当前，每一个人都有可能被染病，这个时候内心的贪欲、爱染、系念、渴求，表现的就明显。像最近的情况，有人半开玩笑地说年轻人“又丧³又怕死”。从前没觉得自己怕死，那是从前不怕死吗？不是。是因为这颗心都在其他上驰骋，所以对于这个的染爱，自己没注意而已。实际上人只要没有离欲，对于色身的染爱，一般凡夫都有。因为在很多人那，这是跟苦乐相关的，跟我相关的，跟我所相关的，所以他会有爱染。

如果于色，不离贪、爱、念、渴，会怎么样呢？“轮回于色”。什么叫轮回于色？在色上有这样的贪、爱等等，是不能够出离轮回的，仍然要在轮回的死循环中继续，仍然在轮回中死后受生，仍然在死后受生中会呈现出相应的色法——“轮回于色”。

³ 丧文化：是指青年群体当中的带有颓废、绝望、悲观等情绪和色彩的语言、文字或图画，它是青年亚文化的一种新形式。以“废柴”、“葛优躺”等为代表的“丧文化”的产生和流行，是青年亚文化在新媒体时代的一个缩影，它反映出当前青年的精神特质和集体焦虑，在一定程度上是新时期青年社会心态和社会心理的一个表征。（源于百度百科）

轮回，之前在余处曾经反复说过，不要想象为：是有一个“我”，从远古走来，到了今生，然后继续走向后世。一般人都捏合这样一个自我相，当他想其他有情，也是这样来捏合一个其他的有情相。实际上轮回是惑业苦的死循环，这个反复讲过。这个“惑”，主要表现在烦恼——无明的烦恼、爱的烦恼；属见的烦恼、属爱的烦恼。有了这样的烦恼，就会造相应的业。这样的烦恼和业，彼此配合，会导致即便这一生结束了，也仍然再轮回下去——受生。受生的蕴身，本身就是苦的。这说为惑、业、苦。在这样的蕴身中，和现在世一样，不断地发生烦恼，发生烦恼相应的业，于是会继续流转——惑、业、苦→惑、业、苦→惑、业、苦……。在没有打破之前，这就是个死循环。这是略说轮回。

“随色转，若住、若卧，不离于色”：这跟上面的譬喻仍然是相对应的，色就像柱子一样，贪、爱等就像绳子一样，系缚着这个人随色而转。不管他是什么样的威仪——躺着也好，站着也好，坐着也好，实际上都没有离开过系缚。自己这一生折腾了很多事，有一些很伟大，有一些很琐碎，好像很不同，但是从这个看，没什么不同——“不离于柱”，没有离开过拴狗的那根柱子。这是以色来说明相应的爱染，说明爱染的系缚。

如是，受、想、行、识，随受、想、行、识转，若住、若卧，不离于（受、想、行、）识。

括号里的“受、想、行”是例补上去的。大家学《阿含》要知道，说到五蕴的时候，一般不逐一细说，常以色蕴为例，后面的就都省略了。但是回到佛世，佛真实地面向比丘们说的時候，不一定是这样简略说的，因为佛向比丘们说的時候，不是简单地说理，更像是如实

观的引导。当然也不排除从前讲过，这次只是略提，这种情况也有。可是，我们学习的时候，特别是自己读经文，随顺观察的时候；自己一个人放下书，面向自己的身心来做观察的时候，可能不要这样简略为好。像《心经》里说“受想行识，亦复如是”，可我们不要这样“亦复如是”简略过去为好，要一一地来如实观察才好。

这里说到“受”，指的是什么呢？指的是内心的苦受、乐受、不苦不乐受。当然，如果从受生起的因缘来说，也可以说“眼、色为缘，所生诸受”，“鼻、香为缘，所生诸受”，……“意、法为缘，所生诸受”，这就是六受。后面在谈到六入相应的时候，会这样来说明。这样说的好处是什么呢？让大家看到受的因缘。受是怎样生起的？当眼见色之后，生起受；……意缘法之后，生起受。当然，如果细一点说：“眼、色为缘生眼识，眼、色、眼识和合触，这样的触因缘生受”，这是详细地说，到后面“受集”的时候会再说一下。就大家直接的感受，是内心感觉为苦，感觉为乐，没感觉苦也不感觉是乐——不苦不乐，这样的感受。这是简单地说三受。从感受的性质来说，也可以划分得更复杂，像“苦、乐、忧、喜、舍”五受说。佛法中对于一个名相，往往不只是一种说明，随着详略因缘或者是侧重角度的不同，可以有不同的说明。

依于上文例下来：“凡愚众生，于受不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于受，随受转，若住、若卧，不离于受”，要这样来体会、来观察。“凡愚众生，于受不离贪欲”，有没有呢？人的多少努力，都是为了“好受”，为了获得好受，远离“不好受”。比如有一些人起床困难，为什么？贪着于卧的乐受，嗔拒苦受。什么样的苦受？起来，他觉得不好受，所以愿意懒床。这不就是“于受不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴”吗？这只是举一例，实际上这样的事例可

多了。人缺乏对于生命当下明晰的洞察，所以不知道自己为什么活得这样乱七八糟。看清之后，就知道驱动力都是什么。正确吗？有希望吗？不正确，没希望。那为什么要随顺这些呢？

“想”指的是什么呢？感觉器官触对相应的境界之后，识参与，然后取相。这说的有一点抽象，比如眼见可见光，之后有眼识的活动。眼，可见光，眼识的配合，会形成什么呢？会形成色感（颜色分布）、光感（明亮度），这样一个图案。这进一步又成为意所了别的对象——意、法为缘。以这样眼、色为缘而生的想，进一步为意所了别，可能分别出来这是一个汉字，这个汉字念“想”，这主要是意识相关的取相。这都是想，只不过是不同的根、尘相应的想。所以“想”，也可以根据主要的感官来做不同的分类——“眼、色为缘所生诸想，……意、法为缘所生诸想”。

这个想，重要吗？重要！我们人有更高级活动的更抽象的想，也有的生命有比较底层的不是那么鲜明的想。这个想，跟我们一般口语中说的想事情的那个想不太一样，这个想就是取相，就像照相机照个相一样。如果以眼、色为缘生眼识，眼、色、眼识这三者而呈现的想来说，那就跟照相机照相是很类似的，只是呈现色彩分布、明亮度这样一个组合的图案而已。所谓“它是什么”，这是更进一步的判断取相，那是意识的事。这个重要不重要呢？重要！我们所有的心理活动都离不开这些。只是举眼而已，其他的配合可以有很多。

人们觉得是我在渴求外境，实际很多时候是内心呈现了这样的相，然后自己系着于这样的相而已。这里说：“凡愚众生，于想不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于想，随想转，若住、若卧，不离于想。”我刚才说：以为是在寻逐外境，实际是为自己的想所系着。这

个有没有呢？有啊。比如很多骗术，之所以能成功，就是因为被骗者内心呈现的想，是包含错误的，而他认为那就是事实，认同它，所以就上当受骗了。说一个很简单，很难上当受骗的：前几年大家不是说“我秦始皇打钱”⁴吗？如果这个人看了这样的短信，真的就信了，这是什么呢？这是他脑中呈现对方是秦始皇的相，“我先给他打钱”，然后勾勒种种可能，“我未来怎么样”。这是他内心呈现的种种想。当然，串联这种种想的，不仅仅只是想。可是他想给自己画这张大饼，脑补这些美好，都离不开想。那最后，是对方骗了他吗？应该说是自己的愚痴骗了自己，自己的贪欲骗了自己。

也有人说：很多骗术，为什么用那么一看就穿帮的借口来欺骗呢？因为骗子要筛选用户。你太精明的人来了，作为一个骗子，要付出的劳动成本太大，而且造成的劳动风险也太大，所以用很浅显的骗局——只要不利令智昏，正常智商不会上当的骗局来骗，颇有一些愿者上钩的意思。被骗的人，可以说被自己的愚痴骗了，也可以说是被自己的贪欲骗了。这里边的核心要点——说到心理的时候，离不开这些想。用今天年轻人的文化说，都是自己脑补的。

“凡愚众生，于想不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于想，随想转，若住、若卧，不离于想”，人只要清醒着，是离不开色、受、想、行、识的运作的，也离不开对于这些的系着。

下面说到“行”，套进去就是：“凡愚众生，于行不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于行，随行转，若住、若卧，不离于行。”这里的“行”指的是行蕴。在阿含里说到“行”的时候，最主要是指“思”。这个思心所的思，主要是指什么呢？主要是指带着意志倾向、

⁴ “我秦始皇打钱”是在2017年开始流行的网络用语，是为了吐槽网络上常见的一种诈骗行为，假借自己是某某名人、伟人的身份，编造一系列相关的故事，借此让别人打钱给他。

意志力的，推动身心运作的内心活动，这些叫作思，也说为“行”。到了部派佛教时期，“行”被扩大了，而且在现存的论疏里，“行”基本上都被扩大了。这说明什么呢？这说明从思到“行”的扩大是比较早发生的事，后面如果再涉及到会细说。如果着急去了解的，也可以去《佛教心理学》思心所的部分做一些相应的补充，这里就介绍到这。

人们对于“行”，不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，有没有呢？有。每一个人都充满了“我要这样，我不要那样”。这个“我要这样”、“我今天要去买这个”，这后面就是思。“我要去买”，这就是思。“要买买买”，这就是思——不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴。“我要去吃”、“我要这样”、“我要去做这个”、“我要做那个”……，所有这种关于身语意的推动反应都是思。这主要说到狭义的行蕴——思心所。

如果像后世那样，把除了受、想之外的一切心所都归到“行”里，那就更明显了。怎么样更明显呢？我有时候说，有一些人学习佛法，但是对于修心，对于把握心、调整心，形成不了内心真正的决定和努力。为什么呢？因为他内心想要任性，他内心想要快意恩仇，这是什么？这就是于行——除了受、想之外的其他的内心感受、内心情绪等等，不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴。对于爱的滋味，难舍难分。对于令自己不满意的对象，一定要看到他怎么样才解恨。对这些内心情绪的贪染，也可以说是对于“行”的贪染。这是偏于广义地去把握“行”。如果是这样，那就“轮回于行，随行转，若住、若卧，不离于行”。

下文是“识”。识是什么样？是精神现象中了别的作用。常说：

人，不过是物质现象、精神现象的和合；或者更简略地说，更明确地说，是生理现象、心理现象的和合。在这些精神现象/心理现象中，把发生了别作用的那部分，发生统觉作用的那部分，用识来命名。这种了别作用，这种统觉作用，是如何发生的呢？离不开相应的感官与感官境界的触对，比如眼与可见光的触对会引发眼识，类似于这样。

那么，“凡愚众生，于识不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于识，随识转，若住、若卧，不离于识”，这个能不能体会呢？这个一般人更难体会。前边还好说，只看你有没有这样去细分析。可到识这，大家就更困难了。一般人会怎样觉得呢？是我在看、我在分别，是我看出来这个字读“想”，意识不到这是精神现象中的了别作用，意识不到这是识的作用、识的活动，觉得这是我的活动。这不奇怪。但是对于抱着这样错误的人，他来学习这些正确的，会觉得模糊，而且没味道，甚至觉得抽象，离开了他生命经验。其实没有。只是他过去始终没有意识到而已。

就像我说：不懂车的人，总觉得车是一整个的；懂车的人，看到的是种种部件的和合。有情也是这样，凡愚众生多数都是呈现一整个的“我”的自我意象，看别人也是一整个的“他”，所以贴的标签也都是“我行、我不行”，“他好、他不好”，看不到只是这样色、受、想、行、识五蕴的和合，当然也就没有办法细致地观察到自己的贪到底是在贪什么。如果有这样色、受、想、行、识和合的认识，来看识，来看对于识的贪、爱、渴、念，那就会有进步。虽然贪欲可能还在，爱、念、渴求还在，但是意识到这是对于识的贪欲、爱、念、渴求。对于初学者来说，这就是进步。

那么“于识不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴”，有没有表现

啊？有啊。如果这个人的眼睛突然看不见了，他会怎样？如果眼根不活动了，眼识当然也没法活动，这个时候他希望自己还能够分别色。这不仅仅是对于色的贪欲，他有对于眼根的贪欲，还有对于眼识的贪欲。特别是意上，比如这个人的意识突然发生什么障碍，他会觉得怎样？觉得这是问题。他会希望什么？希望还跟从前那样才好。这固然是人人希望的健康，但是凡愚众生在这里有贪欲，有爱、念，有渴求——而这些，令人系着，轮回于此。这只是略举。

有的人傲慢心强，觉得“我的能力强，这个问题我一眼就能够看出来”，这是什么呢？这是对于自己智慧的傲慢，对于自己了别能力的傲慢，这其实也包含了“于识不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴”。

之所以在这里特别地将“于色不离贪欲，不离爱，不离念，不离渴，轮回于色，随色转，若住、若卧，不离于色。如是，受、想、行、识，随受、想、行、识转，若住、若卧，不离于（受、想、行、）识”，结合一般的生活经验、生命经验加一点解说，是因为整部《杂阿含经》基本上都是围绕着有情的身心来说明问题、问题原因、问题的解决及解决方案的，而五蕴是其中一个特别关键的角度。这在第一选经文中，第一次出现，有必要给不熟悉的法友垫一些台阶，希望能够依此来对照自己的身心和生命经验，而对五蕴等有所了解。不要在自己生命经验之外去学习色、受、想、行、识，那是错误的方式。

时间关系，今天我们就学习就到这里。

【答疑】

法友：顶礼师父！“行”是思心所，和常说的欲心所有什么区别吗？

法师：有。欲心所，如果按照我们汉传，大家学的最多的唯识学

派的定义来说，是“于可（爱）乐境，希望为性”。就是觉得这个事情是好的，这个境界是好的，是带来安乐的，希望这个境界呈现，希望与这个境界会遇，这个心理活动叫作欲心所。思心所指的是“役心为业”，是推动、发动身语意的，有力的心的活动，在古时候说为审虑、决定、动身发语相应的思。如果愿意更多理解，可以去《佛教心理学》相关的讲解中学习一下思心所和欲心所，这里不多说。

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 03

—— 第一选 无明盖，爱结系（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】

上一次我们开始学习第一选：〈无名盖，爱结系〉的经文。因为有一些法友，之前对于《阿含》的闻思相对来说少一些，对于五蕴，对于五蕴的贪、爱、念、渴，未必都有意去跟现实生活对应，所以相应的解说多了一些。学习《杂阿含》，乃至学习佛法，扼要处、下手处没有离开当下的身心。色、受、想、行、识五蕴，是对于身心的一种描述，是对于生命现象的一种描述，不要只是从字面上朦朦胧胧、概念化的了解就放过去，那样也就放过了佛法的精彩和关要。

我们继续来学习经文。上一次说到“不离于识”，要知道这一句是在翻译上略了。前文从色乃至识，一一说下来，一直到“随受、想、行、识转”这，从正文来说，最后这句也应该是“不离于受、想、行、识”，但是为了行文方便，只取最后一个识，说为“不离于识”，实际受、想、行都有包括在内，应该知道这层意思。下面的经文说：

诸比丘！当善思惟，观察于心。所以者何？长夜心为贪欲所染，

嗔恚、愚痴所染故。比丘！心恼故众生恼，心净故众生净。比丘！我不见一色种种，如斑色鸟，心复过是。

佛在上面讲解说明了凡夫“无明所盖，爱结所系”，从五蕴的角度来说明如何贪、爱、念、渴。这里，佛接着说，应该“善思惟，观察于心”。

这里要注意！对于很多没有真正系统地从根本佛法深入过的人，在汉传最近这几百年的语境下，或者这种北传形成的一定氛围语境下，不强调善思惟，都强调什么呢？不分别。其实真正的佛法，不是不用我们的识，而是要善用我们的识——“**当善思惟，观察于心**”。这反过来表明什么呢？表明过去流转的那种生命模式里面很少有善思惟。

如何是善思惟呢？“如实知”是善思惟，随顺于现象及本质真实的思惟是善思惟。人如果没有这种思择能力，就意味着没有智慧。佛法中说到修学佛法的障碍，其中有一个是“六根不具”，那“意根不具”意味着什么呢？用今天的话说就是，在神智方面不够健全，也包括了智力上有比较重大的缺陷。如果我们一个好好的本来正常的人，泯灭自己这方面的能力，那跟佛法随顺吗？“当善思惟”。着重点在哪呢？“观察于心”。

善思惟，刚才说的是基于现象真实和本质真实，要有正确的观察。观察于什么呢？这里强调的是心。为什么强调心呢？“**长夜心为贪欲所染，嗔恚、愚痴所染故。**”前面也说“无明之所蔽，爱结之所系”，这意味着什么呢？流转生死是因为心出了问题。“长夜”，是生死的同义语，是轮回的同义语。在这愚痴无明相伴的生死流转中，心是被贪欲所染着的，是被嗔恚、愚痴所染着的。要观察了解这颗心——如实知，要先认清问题、问题的原因，这样才能有的放矢，才能按照正

确的方略、措施，从根本上破除生死轮回的因。

“长夜心为贪欲所染”，在这生死轮回中，心被贪欲所染着。这在前面说到五蕴的贪、爱、念、渴时，已经说明过了。当然，说到这种贪爱，《阿含》里有种种说明，如果归纳一下，不过是“自我爱”和“境界爱”——对于自、他的爱染。只有贪欲吗？这里说还有嗔恚。应该知道有贪的人，肯定有嗔恚伴随。为什么呢？有贪的人，当贪着的被障碍、达不到，或者被破坏的时候，心里心甘情愿吗？心里祥云一片吗？心里安和喜乐吗？有贪就有嗔。类似的，我跟一些法友说：不要被“受”所转，不要随“受”而行。为什么呢？这个人贪着好受，那反过来说，他也就嗔拒苦受。贪着好受——为贪欲所系使，嗔恚苦受——为嗔恚所系使。还有愚痴，前面所说的无明说来也是被愚痴所包含的。

这里用贪、嗔、痴来说，其实还是无明和染爱的意思，其中这个“爱”里就包含了贪、嗔，就像后世有的论师说：十二缘起支中的爱，可以说有“不离爱”和“乖离爱”。不离爱对应贪欲，乖离爱对应嗔恚。这样来认识和把握也是善巧的。

“比丘！心恼故众生恼，心净故众生净”：为什么要善思惟，观察于心呢？因为在生死轮回中，心起着这样牵引性、主导性的作用。这不是在说“唯心”，这是在说作为有情，心的主导性作用，就像《法句经》所说：“诸法意先导，意主意造作。”

这里说“心恼故众生恼”。这个有情为什么表现出来愤怒的样貌呢？为什么愤然色变呢？因为他的内心发生了嗔恼。这个有情为什么整个生命表现的这样清净无染、安详喜乐呢？因为他的心清净离染，不受这一切内外境界的牵缚。“心恼故众生恼，心净故众生净”，下

面佛举喻：

“比丘！我不见一色种种，如斑色鸟，心复过是”：佛举的喻是什么呢？举的是一种鸟，身上的颜色很多。这在一般世间来说，应该是一种色彩斑斓漂亮的鸟。佛为什么举这个喻呢？因为这部经是在祇树给孤独园说的，当时僧园的自然环境应该算不错的。即便在今天，我们看到中国的一些大丛林也好，以及南传国家、南传佛教的一些大丛林也好，也都是环境很好的。也许佛陀在为比丘们说法的时候，在旁边的树上就有这样的鸟在跳跃、啼鸣，佛也就举这样现场的情况来说明。

佛说：“我不见一色种种，如斑色鸟，心复过是”，这是用色的纷繁复杂，来说心的纷繁复杂。色的纷繁复杂，是为人所明见的。心的纷繁复杂，一般人不容易了解。所以佛用这样易见的一——容易被看到的，容易被了解的，来说明不容易被看到的，不容易被了解的。心的复杂，不容易被了解吗？不太容易。就像这一段上来说“当善思惟，观察于心”，请问：这世间有几个人的重心是在这上呢？大家的重心不都在外边的事功上吗？这个事情，那个东西；这个追寻的境界，那个追求的事业。都在这些上。有几个人善思惟，观察于心呢？如果没有这个功夫，如何了解心的纷繁复杂呢？佛说：“我不见一色种种，如斑色鸟。”这种斑色鸟身上的色彩很复杂，但是心的纷繁复杂更过于此——“心复过是”。

所以者何？彼畜生心种种故色种种。

在这里用这样的色、心来相喻，有没有什么义趣呢？有。这种斑色鸟表现出来羽毛色彩的种种纷繁复杂，是因为它的心有种种的纷繁复杂——“心种种故色种种”。这里可以从不同的角度去说：如果从

大家容易了解的佛法来说，这样的色身，是过去业和相应的惑和合，而感召呈现的结果。人如是，畜生如是，斑色鸟亦复如是，它有这样的种种羽色，是因为过去的种种心、种种业，这是容易了知的。可能不太为一般人所知，也不确定是佛陀当年所说意思的另外一点，大家作为一个侧面的了解就好，就是现代生物学对于这些羽色非常复杂的鸟的研究，发现羽色复杂的鸟身上长的那些羽色，对于这只鸟来说都是有意义的，而且这只鸟能够分辨同类身上种种复杂的色彩。这可能是结合现代学术，对于“彼畜生心种种故色种种”做的一个旁注，不一定是佛当年的义趣。

是故，比丘！当善思惟，观察于心。

人们不了解这颗心，不认识这颗心，更没有主动净化心的意愿和行动，所以实际上跟这只斑色鸟一样，杂业杂报，长夜流转生死，心为贪欲、嗔恚、愚痴所染。如果希望摆脱这样实际是比较悲惨，充满苦难，也充满谬误的死循环，那应该从何下手？从“观察于心”下手——“当善思惟，观察于心”。了解这颗心，把握这颗心，净化它，生命之流可以变得不一样。

诸比丘！长夜心贪欲所染，嗔恚、愚痴所染；心恼故众生恼，心净故众生净。

这是佛重复说明上面的义趣，举了斑色鸟的例子之后，再强调一遍。

“比丘当知！汝见嗟兰那鸟种种杂色不？”

答言：“曾见，世尊！”

佛告比丘：“如嗟兰那鸟种种杂色，我说彼心种种杂，亦复如是。

所以者何？彼嗟兰那鸟心种种故，其色种种。”

我们一般的人重视现世的色法，这是什么意思呢？对于自身，重视长得漂不漂亮，身体健不健康，乃至健不健美；对外呢，好吃的、好玩的、好受的、好用的，种种追寻。大家看一看都是什么呢？绝大多数是色境界。

特别是对于有情自体——有情的当体，也就是每个人觉得的“我自己”。在这一次疫情到来，普遍面临触动拷问的情况下，很多人发现“原来我还是怕死的，我还是惜命的，我还是要健康的”。什么意思呢？对这个色身还是有种种的贪欲相应的。这样的色，大家喜欢，但是不知道这个色因——“心种种故，其色种种”。下文谈到了色、受、想、行、识五蕴的苦、集、灭、道、味、患、离。那所谓的“色集”是什么呢？是“爱喜”。因为有爱喜，所以有受生，也就有了这样的身色。这是同样的意思，“彼嗟兰那鸟心种种故，其色种种”，正是因为它有种种相应的心行，所以呈现这样种种色的结果。

是故，当善观察，思惟于心，长夜种种贪欲、嗔恚、愚痴所染；心恼故众生恼，心净故众生净。

佛法谈到如实知，不是指如实知好的，只是对于现象没有主观筛选：是好的，就如实地觉知是怎样的因缘；是不好的，如实地觉知怎样的因缘——“当善观察，思惟于心”。这是说对于现在的如实知，对于过去呢？像经中谈到对于五蕴无常的如实知，其中就谈到对于过去色也要如实知，是常的呢？无常的呢？这是类似的。想一想轮回于生死长夜中，这颗心不是一直为贪欲、嗔恚、愚痴所染吗？看看这颗心到底是怎么样？是这样。既然是这样，那结果是什么呢？“心恼故众生恼，心净故众生净”。

既然规律是这样的，那下面的问题来了：作为一个生死轮回中的个体，每个人看“我自己”——“我是希望安乐呢？还是希望恼苦呢？如果希望安乐，那么安乐因是什么呢？我内心具足吗？我所做的是安乐因，还是恼苦因呢？”如果真对自己负责，真的希望随顺于正理，随顺于真理，随顺于规律，令自己向于安乐，向于离苦，他会是这样的。就像一个贪着于挣钱的人，心心念念是什么呢？怎么能挣钱。去餐馆吃个饭，他心里都能转出来好几个商业点子。也许听别人聊天，也许看这个餐馆里的一些服务，他心里都能蹦出几个商业点子来。这是什么意思呢？他的心常于这些上善观察，常思惟于钱。

不是说不必挣钱，佛法可不是这样说。作为一个在家众，正命而活，需要必要的经济来源，正当的经济来源，这没问题，但是问题是：有没有善思惟，观察于心？有没有真的意识到什么是大患，什么是真安乐，以及后面的规律如何？自己所汲汲而求的，是否真的那么究竟，那么有意义，那么安稳？“当善观察，思惟于心”。

下文继续举喻来说明“心恼故众生恼，心净故众生净”——

譬如画师、画师弟子，善治素地，具众彩色，随意图画种种像类。

举的是一般社会生活中的现象——画师，用今天的话说，美术家或者是一般的美术工作者。这些画师和画师弟子作画，跟一般没有训练过、没有专业技能的人，有什么不同呢？他们“善治素地”。“治素地”是干嘛呢？要在这上画画。有没有人问：为什么在地上画呢？为什么不在纸上画呢？问到这，大家就知道了，当时的整个物质条件更适合于在地上画，或者墙壁。这个“地”，广义来说可能是指一些坚固的支撑面，包括水平的地面，也包括竖直的墙壁。这些应该都包括，因为地大的“地”是坚固、支撑的意思。这里的“地”可以理解

为他们作画的平台，可以是一般脚下置出的一块地，也可以是墙壁。

“素”的意思是指色彩的背景色，比如治出来一块白色或者土色作为背景的平台。“具众彩色”：“素”和“彩”是对应的，彩是种种不同的颜色。他用这种种不同的色彩，随意涂画种种像类。想要画什么都能画出来，需要什么色彩就涂种种色彩。

这是什么喻呢？把心喻为画师、画师弟子，他能够净化，也可以用种种色彩。后世说“心如工画师”，心就像善巧的画师一样，他具有这样的能力。这是要比较形象地解说上面“心恼故众生恼，心净故众生净”。佛讲法，特别对众比丘讲，因为大家情况不一样，所以常常举喻说。

如是，比丘！凡愚众生，不如实知色，色集，色灭，色味，色患，色离。于色不如实知故，乐着于色；乐着色故，复生未来诸色。

讲了随心染净而结果不同，下面来谈具体的表现。只是谈随心染净的不同，这是概括的，很一般的；具体的表现如何，这个也很重要，因为在实际的修行中，如实观察，不是抽象的，是具体的，是基于当下身心的。

佛说，凡愚众生内心的种种问题、表现，是什么呢？不如实知色、受、想、行、识，不如实知色、受、想、行、识的集、灭、味、患、离。这里先说色。什么叫“不如实知色”？这是说所谓的“色本身”，也就是色法的现象是如何。“色本身”是很勉强说法，这是随顺一般人的认知习惯说。如果更不容易引发错误体会，应该说不如实知色法现象，不如实知物质现象。物质现象是缘起的，是种种因缘呈现的。对于这种现象，不一定如实知：本来是缘起的，体会为它有自体的；本来是分分片片和合的，体会为一整个儿；本来是没有一刹那住而不

变的，内心即觉得这个东西一直是这个东西，这个茶杯一直是这个茶杯，这个手机一直是这个手机。对于色、色的无常、色的无我，不如实知。对自身也是这样，对自身的色——有情相应的色，也是如此，不如实知。这是说对于色法现象不如实知，即对于“色本身”的不如实知。

什么叫“**不如实知色集**”呢？看不到色法现起的因缘。上面说到“彼嗟兰那鸟心种种故，其色种种”的时候，我有提到过。集是什么意思呢？集起的因缘。色是哪些因缘导致的？这里说的色，主要是就有情身相应的色来说的。后面我们会学《七处三观经》，里面很明确地说“色集是爱喜”。也就是说，有情感得这样的色身，它集起的因缘是爱喜。爱喜的意思是什么呢？就是染爱，就是前文所说的“爱结系”的那种爱。应该知道所谓的色因缘是爱喜，前面说的“于色贪爱、系念、渴求，不离于色”也是这个意思。

“**色灭**”，是因为色集起的因灭了。这是很重要的缘起观——“起为法起，灭为法灭”，“此有故彼有，此无故彼无；此生故彼生，此灭故彼灭”。这样的色蕴，这样的色身现起，是因为有爱喜；那色的永灭，不再现起，是因为爱喜灭。色灭是爱喜灭，也就是说，色现起的因缘永灭了，那么有情的色蕴、色身，也就不复再生，是这个意思。

有一些人因为对于轮回、轮回的本质认识不够，不觉得轮回是苦的，所以也不会真的心向解脱，当他听到“色灭”这里当然会有惶恐。没关系，这恰恰说明自己有继续深入学习的必要。既有善根，这一生还没有把这个善根充分利用好，那就继续深入学习。佛法的解脱，是永出轮回，生死永灭的，那当然不再受生，当然也没有色蕴的现起。这样的色灭，是因为爱喜灭了，色灭是爱喜灭。佛法里说到生灭的时

候，没有一个实在的自体在生灭，实际是相应因缘的生灭。同样，我们说到苦灭，不是要去消灭苦本身，不是直接对它下手，而是对苦因下手。苦因是什么？就是这一选的标题——“无明盖，爱结系”，也就是我们常说的无明、爱、取。

“色味”：因为色的关系，生起了喜乐，生起爱染，这是色味。“味”这个字，我们即便从汉语的角度，也可以仔细地去体会一下，想一想当自己贪心涌动的时候是什么样子？不管是想好吃的，好玩的，还是好受的，内心都是把那个乐味给呈现出来。别管是不是完全真实，也许自己内心中可能有理想化，可能有艺术加工，但自己不一定知道。呈现了那个好样子，最重要的是带着自己感受经验的好味道。吃的也好，玩的也好，身受用的也好，带着这种味着，带着爱喜，带着染着、贪、渴，这是色味。在色上有这样的味着，有这样的爱染。

“色患”：为什么对于色的爱染是有问题的？内心呈现着色是净妙的、可乐的，甚至是有实义的，但是色恰恰是无常的，恰恰是逼迫的，也就是苦的，是变易法；这个色最主要是在说有情的色身。是不是这样呢？岁月在你我身上何时停留了？！无常、苦、变易法，这是色的过患。一般人不会稳定地对此有如实知，这个“一般人”就是前面说的凡愚众生，也许他偶尔有触动、有感慨，但他的心很难稳定地住在这种战略判断下生活。

人因为贪爱染着，会有意无意的自我欺骗，有一个成语说得很好，叫“利令智昏”。利令智昏，好像在说外界怎么样，但外境不一定在每一个人那都同样起作用，其实是内心的染爱蒙蔽了他的智慧，蒙蔽了他可能发起的明辨。就算一时有这样无常、苦、变易法，没有实义的感受，转头又为自己的贪欲所驱使，继续在老路上奔波，所以这个

人很难说是对于色患有如实知。如果对于色患有如实知，不会那么懵懂，全然地投入这红尘滚滚，他至少不会百分之百认同、随顺这个世间。

“色离”：是指对于色的贪，内心有调伏，乃至断除，彻底超越，这是色离的意思。“色本身”谈不上善恶属性，但是内心对于色是否有贪嗔痴，这就有了善恶属性。对于色，如果有种种的贪嗔痴等烦恼，这是成问题的；色离是指调伏了对色的贪爱，乃至究竟断除，超越了对色的贪爱。一般人对于这个也不如实知，不仅不如实知，而且还可能不理解。

比如有一些修行人过着比较清静的生活，自己也多少调伏于贪，清静而住，实际上是内生喜乐的，其实那个生命状态比一般人要好多了。但是就有人因为不如实知色离——他不仅不如实知前面那些（色、色集、色灭、色味、色患），也不如实知色离，不知道这个的美妙，于是，差一点的表现可能就是对于这个修行人的调弄、嘲讽；那好一点的，内心对于这样的修行人，可能会感到可怜，甚至疼惜吧——“唉呦！这位师父得多苦啊！”用今天年轻人的话说：“我谢谢你！”这是于色离不如实知。

所谓的“不如实知色”，不仅说了对于“色现象本身”的不如实知，还谈到了色的集、灭、味、患、离。实际上，这里谈的是苦、集、灭、道、味、患、离。“色本身”是苦谛所摄；在这部经里没有谈到“色灭之道”，那其实就是八正道，在后面《七处三观经》里有谈到这个问题。

“于色不如实知”，会导致什么呢？“乐着于色”。乐着于色，又怎么样呢？“乐着色故，复生未来诸色”。乐着于色，那就继续流

转生死。流转生死有什么不好？因为这里有种种逼恼，因为这是一个惑业苦的死循环。关于这个，在余处有多种讲解，如果大家需要，可以自己参照。

如是，凡愚（众生），不如实知受……。想……。行……。（不如实知）识，识集，识灭，识味，识患，识离，不如实知故，乐着于识；乐着识故，复生未来诸识。

因为后面有一部《七处三观经》，到那我们会更细致地说，所以这里是例下来，不去做过多细致讲解。就像前面关于色的说明一样，凡愚众生对于受、想、行、识的现象本身都不如实知，对于它们的集起因缘，对于它们的寂灭，对于因它们而产生的爱喜——贪爱、染着，以及受、想、行、识相应的苦患——无常、苦、变易法，和相应的烦恼调伏、尽断、超越，都不如实知。因为对这些不如实知，所以乐着于受、想、行、识。这是一例下来。这会有什么问题呢？乐着故，复生未来诸受、想、行、识。也就是说，继续流转生死，继续受生死苦难的逼恼。

有一句话，说出来可能容易引发误解。有一些人觉得自己在这个世间是挺好的人，可能也确实挺好，但是有时会受到一些非理的伤害逼恼——对方不讲道理，无缘无故地来伤损恼害。从一般世间看，也许是如此，其实如果往深一点看，实在说：有本事，我们不要轮回啊！轮回生死，这个生死就是这个样子。轮回里，你还想完全讲道理？那是对于轮回里的人太高看了。不想受轮回里的生死苦迫，那就出离它。自己对于生死，又热恋不舍；对于轮回，染着不能离，又不想受其中的苦，这不是种了芭蕉，又怨芭蕉吗？

理智的人，真正明智的人，不会这样。不想要什么结果，就不要

去种它的因；想要什么样的结果，就去做它的因。不想生死流转，受轮回中种种苦迫，就不要去做生死流转的因；想要究竟解脱，离一切苦迫，就去做解脱的因。

当生未来色、受、想、行、识故，于色不解脱，受、想、行、识不解脱，我说彼不解脱生老病死、忧悲恼苦。

复生未来的色、受、想、行、识，又怎么样呢？“没什么不好啊，你要早说‘人死了不是一死百了’，我还高兴，不害怕了呢！”

“于色不解脱，受、想、行、识不解脱”，也就意味着对于苦难的不解脱。愿意受苦，那流转生死对你来说没什么，可别在里边有种种的恼苦、无奈就好，这是自己的选择，自己贪爱的结果。

当然，佛法的伟大不仅是有这种透彻的智慧。要是有人说“轮回里没有冤枉事”，倒也不是“一饮一啄，莫非前定”的这种宿命论，而是总地来说，是你自己贪爱染着过去的种种业，导致这样的受生环境，和种种可能的呈现。如果自己不贪爱染着，早就解脱生死了，哪还有这些呢？虽然是这样，但是佛法从来没有对于苦难无动于衷，不是冷漠的，是慈悲的——希望有情能够认识到过患，能够认识到过患的因缘，能够认识到苦的究竟解决，也知道如何去解决，并且走上这条道路。实在地说，在当生中能够有这种决意走上向于解脱的，尽管始终都是少数，但是就轮回中的个体来说，什么事情都有一个远近因缘，现在没有发起向于解脱的决意与努力，不等于未来不会。发起解脱的决意与努力也是缘起法，去做这些的正确因缘，未生当生，生已炽盛。诸法因缘生，真的深刻认识到这个，所谓道心的坚固，所谓修行的精进，也不过是缘起法，不是那么神秘地撞大运，可以去培养。

前面说的是无闻凡夫——“凡愚众生”，下边说的是向于净化的

一面——

有多闻圣弟子，如实知色，色集，色灭，色味，色患，色离。如实知故，不乐着于色；以不乐着故，不生未来色。

另外一面就是向于解脱，向于涅槃寂静，这是跟凡愚众生的情况反过来的。

有的人觉得佛法是悲观的，为什么呢？说“苦”。说苦，不一定是悲观；如果符合事实，这叫实观；如果实际是苦的，一定要说不苦，那不叫乐观，那叫谬观。就像当前的疾疫在蔓延，就说我们这什么事也没有，这叫乐观吗？如果有问题，发现了问题，如实地了知它，叫悲观吗？关于有情也是这样。佛法并不是所谓的乐观、悲观，佛法是如实观——没有主观情绪倾向，是怎样就是怎样。而且佛法不仅仅只说苦，还说离苦。离苦，难道也是悲观吗？就像现前的这一场大疫，不仅说这种疾病的蔓延和问题，还说它如何可以得到防控，即便病了，怎样可能缓解症状，甚至还在努力去寻找治疗方案和相应的疫苗预防方案，这就叫作积极啊，这就是世间意义上的积极。佛法也是如此，不仅仅说苦，还说离苦。佛法说苦，不是它的根本目的，说离苦才是。

说前面的杂染流转，不是佛的根本目的，那是凡愚众生生命的现实。这里说，其实生命还存在另外的可能，可以有这样还净，向于涅槃解脱。如何呢？前面是不如实知，是无明相应；这里是如实知，是明相应。这又怎样呢？前面不如实知，无明相应，会导致爱染，导致未来再受生；这里如实知，爱染不发生，于是也就不再受生，是这样而已。这一段是说色，对于色以及色的集、灭、味、患、离，都如实知。下面说受、想、行、识——

如实知受……。想……。行……。 (如实知) 识，识集，识灭，

识味，识患，识离，如实知故，不乐着于识；不乐着故，不生未来诸识。

这是从其余四蕴的角度，说明如实知这四蕴，以及四蕴的集、灭、味、患、离。对于这些有如实知，就不会像过去那样颠倒、爱染。离了这样的无明、爱染，会怎样呢？不再受生，不复更生未来色、受、想、行、识。那是什么呢？那就是涅槃解脱。

不乐着于色、受、想、行、识故，于色得解脱，受、想、行、识得解脱，我说彼等解脱生老病死、忧悲恼苦。

与前面形成对照：我流转生死，又如何呢？于流转生死就不得解脱，就始终会有生老病死、忧悲恼苦相伴。这里是与此相反，由去除了相应的无明、爱染，所以于色、受、想、行、识得解脱，不复更生。佛说，这就根本地解脱了生老病死、忧悲恼苦。

人总是在求安乐或者是少恼苦，安乐离苦是每一个人的根本动机。当然，不仅仅是身的，还有心的。像有一些人宁可遭着罪，也要别人感觉他过得好，为什么呢？他从这种虚荣中得到心乐。这也没什么不能理解的。但是总地看，人还是向于“恼苦的减损、安乐的增长”这个方向在付出自己的各种努力。如果真的志在于此，那么苦乐的因缘、规律到底如何，就是第一重要的。否则，奔波劳苦，最后却因为颠倒而求乐反苦。最后是一段结文——

佛说此经已，时，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行。

佛给了上面这样的教导，诸比丘们听到了这样的教导之后，都非常欢喜奉行。

在这要说一句，我们今天学习佛法，不要染上信息时代的毛病。

信息时代的毛病是什么呢？信息太多，而且太容易得到，所以我记不过来也不必记，我只要能找到信息就好。你如果不希望智慧深刻，你可以这样，这只是在佛法上种个远因。如果真的希望能从所学的法中得些受益，像这里说的“奉行”，你可能需记住要点。你记都记不住，奉行什么呢？是不是这个问题呢？

这是今天我们共同的学习。时间关系，我们就到这里。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 04

—— 第一选 无明盖，爱结系（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】

《杂阿含经二十选》第一选“经文”的内容，我们上一次学习完毕。今天来学习下面的“解说”和“讨论”，先来看“解说”部分——

二、解说

“无明盖”、“爱结系”是我们长久以来，一直在生死中打滚的主要原因。就像被绳子绑在柱子上的狗，只能绕着柱子活动一样，我们凡夫，只要渴求在、贪爱在，那么，就只能一直以色、受、想、行、识等“五蕴”生死轮回，就像绕着“五蕴”这根柱子而转一样。

《杂阿含经二十选》的体例——“解说”部分，是作者对于前面经文的把握，用白话简单地加以解说。对于这一选相应的经文，“解说”的第一段说明这种系缚——“无明盖”、“爱结系”，是流转生死的主要原因。经文中用系于柱的狗来譬喻，也说明了是系于何。众生流转生死，是系缚于什么呢？系缚于五蕴上，这里也说“就像绕着

五蕴这根柱子而转一样”。

这里要再强调一下！在余处曾经反复地解说过：所谓的轮回，就是惑、业、苦的死循环。无明、染爱都属于惑，如果对应十二支缘起来说，无明、爱取就是这里说的“无明盖”、“爱结系”，也就是所说的惑；由这样的惑，而推动身语意的造作，所谓的行业；由这样的惑、业相应，身坏命终，而有另一个相应的异熟果现起，他表现为五蕴的和合——蕴聚，而这是无常的，是苦的。这是在说惑、业、苦。

其实不管是在说惑的时候，还是在说业的时候，还是在说苦的时候，任何一位都是就着这样和合的五蕴聚在说其中显著性的特征。那有情是何呢？有情不是别的，就是这样和合的五蕴聚；如果从纵向看，就是这样惑、业、苦的死循环。这是略说。

凡夫的心，长久以来为贪、嗔、痴所扭曲（所染），所以，就无法如实知五蕴，以及五蕴的集、灭、味、患、离；无法如实地了解“五蕴”的真相。

这里是开始在前面“无明盖”、“爱结系”的框架下，稍做一点解说。无明就是不如实知。本经主要从，对于“五蕴本身”，及五蕴的集、灭、味、患、离，不如实知，来说明无明。既然不如实知，又去认识，产生了认识的结果，那这样的认识是正确的，还是错误的呢？是错误的。所以也反复说，所谓的无明，不一定是没有知，更多地是表现为错误的知。比如，一般人对于自己的身心当然有感觉，意味着什么呢？有自己意识到、没意识到的认识。很不幸！凡夫的认识是不如实的。既然不如实，那认知就是有错误，所以我们作为凡夫是基于根本性错误在生活的。要是认不清这一点，当然会有傲慢，也不可能真正的修行。

因为不如实知，所以很自然地“乐着”五蕴，而察觉不到“贪爱”这条绳子，那么，就只有长生老病死、忧悲恼苦中，不得解脱了。

为什么不如实知，就很自然地乐着五蕴呢？因为对于生命现象本身的不如实知，产生了“我”的感觉，“我”的认识结果，“我”的见解，而且认为这个是对的；对于外境，又生起这样实在的，有真实乐可得的，乃至常恒的种种错觉。这样内执我、外执法，产生乐着。

这里说的乐着五蕴，主要在说自我爱。五蕴，后世的论师把它说到一切有为法，但是在《杂阿含》中更多是就有情身心说的，所以乐着五蕴，主要是对于身心的爱，有情的自体爱。这在前面经文中略有解说，这里不去再展开。

人们不一定觉察自己时时被这种贪爱所驱使、所系缚，而实际上对于凡夫来说，从来都没有脱开过绳子，脱开就解脱了，就不会再流转生死，再受生了。意识不到，又时时被系缚着。问题都发现不了，谈什么有法度地去解决它呢？“就只有长生老病死、忧悲恼苦中，不得解脱了”。

人们的心如果是染着的，那么，表现出来的，就是一个苦恼的人生。而如果心是解脱的（心净），那么，表现出来的，就是一个解脱的人生。心，就是这么具有主导的地位，就像画家，能随意作种种图画一样。所以，修行者应当好好地注意（善）思惟、观察自己的心，耕耘自己的心。

前面说的无明和染爱，能不能得到解决呢？能。因为人生命的状态如何，是由心来主导的，所以，善修其心，就可以净化生命。

这是就“解说”部分的一个简单说明。接下来我们看“讨论”的部分。

三、讨论

(1) 《杂阿含经》（或者说，早期的佛教经典）的一个重要特色，就是不离我们身心活动的范围，来谈解脱。如第 233 (306) [235] 经中，就是将“世间”定义为眼、耳、鼻、舌、身、意等六内入处（即六根）的，或者第 231 (304) [233] 经，更广说为与六内入处相关涉的“六尘”、“六识”、“六触”，乃至“三受”等。这些，就是我们的“世间”——日常生活的舞台，也是我们修行的道场——修行的下手处。

对于没有接触过根本教法的法友来说，这很重要！因为这是战略性的——不离开身心活动来说修行，不离开身心活动向于解脱。修行不是因为一个玄妙的实在，解脱也不是与一个神秘的、玄妙的实在合一，那些恰恰是外道见。为什么这样？后面会有谈，这里先就文来做一点简单的解释。

因为《杂阿含经二十选》的体例是将三类《阿含藏》的经号序列而列的，在我们讲解的时候我就不都读出来，只读第一个《大正藏》中的序号。这里提到 233 经将“世间”定义为，眼、耳、鼻、舌、身、意六根，以及 231 经广说为与六根相关的尘、识、触、受。“三受”就是苦、乐、舍受。六尘、六识、六触，都是与六根相应的。

这里谈这个是什么意思呢？我过去在“六入处禅修营⁵”里说：“六内入就是有情生命的当体，六六法就是生活的全部”。所谓的“六六法”，前三个就是根、尘、识——六根、六尘、六识，后三个是关于心的活动。六内入——眼、耳、鼻、舌、身、意，包括了色法和名法，也就是物质与精神，这就是所谓的众生、所谓的有情，当体的构

⁵ 其后，师父在禅修营中开示的音频资料，被转成文字，整理编辑成册取名《六入处通说》

成。而如果拓展开来说，全部的生活也不过就是六六法——根、尘、识，以及后面发生的身心活动。除此还有什么呢？

修行，当然不可以离开这些，也不可能离开这些，离开这些就不是修行，再说实际上也是离不开的。因为这个人的修行，即便是错误的，打上引号的，比如他内心可能会拟想一个神秘玄妙的实在，他那个拟想，那个想象，内心呈现的那个意象，那就是他意根的对境——法，这里就包括了想心所等等。可见，并没有离开六六法，也没有离开六根的活动。所以说“六内入是生命的当体，六六法是生命的全部”，修行不可能离开这些，与佛法相应的修行更是有意识地基于此来展开。

（2）生老病死、危脆败坏，是这个“世间”的活动现象。忧悲恼苦，烦恼不断，长夜轮回生死，而不知何处是苦的尽头（苦际），这是我们的悲哀，也是我们修行应该解决的问题。

这里说明的是为什么要修行，因为存在着这样的问题，现存的世界是有种种不圆满的。一般的世俗理想，是寄望于把这个世界向于理想、向于完美去推动。实际上，那种真正的完美，不可能在生死中实现。为什么？因为生死这种现象，背后的根源是无明烦恼、无明爱取。不如实知——无明，会导致认知与事实规律发生偏差，再有染爱相应的种种烦恼推动，怎么会不发生问题呢？

理想是没有问题，但是无明爱取会制造问题；不解决无明爱取，不可能没有问题。所以，佛法在一般世俗层面上、世间层面上，当然不会反对日常生活相应的展开，但是从来不认为这些会是究竟的解脱方案——这是不同的。生死，以及生死中的种种苦患，这是修行要解决的问题，也是现实面对的问题。

（3）让我们静静地想一想：忧悲恼苦的烦恼，哪一件不是来自

贪、嗔、痴的推动？这是因为：心中如果起了贪、嗔、痴，那么，就像戴了贪、嗔、痴的有色眼镜一样，生活的周遭——起心动念、行动作为，哪一样没有贪、嗔、痴的踪影？

一般人所说的烦恼，不是佛法概念上的烦恼。一般人所说的烦恼是心苦——内心的苦，表现为忧、悲、恼、苦等等。或者我们今天所说的烦躁、抑郁等等，这些其实都是忧、悲、恼、苦，都属于心苦相，这是一般人认为的烦恼。

从一般人能够认识的烦恼，能够体会的烦恼，说到根本的烦恼。如果反省一下，作为心苦相的烦恼，哪一个不是由贪、嗔、痴推动而产生的呢？贪求不得，贪求得到了怕失去，都会导致焦虑。嗔恼就不用说了，又伤人又伤己。愚痴：人，即便是最聪明的凡夫，如果没有佛法的智慧，他不会有关于无我的深刻认识，这是根本的痴。至于其他现象（关于生命前后的因果关联这些）上的痴，也常常是存在的。正因为有这些不正确的认识，对于生命、生命苦乐、苦乐因缘不正确的认识，这些是痴相应，才导致不正确的决策。与苦乐规律不相应，甚至背道而驰的决策，导致种种问题。所以贪、嗔、痴的过患，不必多说，我们都应该能够体会到。

这里说，内心起了贪、嗔、痴，就像什么呢？就像戴上有色眼镜，没有什么样的身语意活动离开了这个有色眼镜的影响。这是从一般人能够体会为烦恼的烦恼，说到贪、嗔、痴的根本烦恼。为什么谈这个呢？

（4）学习佛法的目标是什么呢？学佛的慈悲？愿力？智慧？都对啊！但是，如果说，学习佛法的目标是“贪、嗔（恚）、痴永尽，一切烦恼永尽（不再发生）”（第 797（1067）[809] 经），是不是

可以让我们对佛法的把握，更具体、更明确，也更容易帮助我们，将佛法落实在日常的生活中，在日常的生活中来体会与实践呢？

为什么这里谈学佛的目标是贪、嗔、痴等一切烦恼的永尽呢？前面说过，这些其实是苦因。学佛是解决苦的问题，如何解决的呢？解决苦因，也就是这里说的“贪、嗔、痴永尽，一切烦恼永尽”。

离苦，是终极目标。但就像肚子饿，光想着饱一样，这并不能解决问题，要去想着获取食物，获取食物吃下去就饱了。光想着我要饱、我要饱，在这个结果上用功，而不是在导致结果的因缘上用功，并不能改变问题。修行也是这样，离苦是真正的目标，但是修行是从断苦因这里来解决苦的，有了这样正确的认识，修行就不会有偏差，甚至在生活中来配合修行，把这一切慢慢地都统摄入修行，也会更加有章法。如果不知道修行的大的原理，下面更细致的原理和方法，那就是一句空话。

这一段特别从贪、嗔、痴以及烦恼永尽的角度，说明佛法是向于何处努力，来帮助大家认识与落实。

(5) 第 133 (1785) [135] 经以及第 136 (1788) [138] 经中说，“色（受、想、行、识）有故，是色事起”；“若（色、受、想、行、识）无常者是苦，是苦有故是事起”；“系着，见我，令众生无明所盖，爱系其首，长道驱驰，生死轮回，生死流转。”这是更进一步地指出，对五蕴的系着，对无常的无知，是令众生“无明盖，爱结系，长夜生死”的主要原因。而从另一个角度来看，也可以说，为贪、嗔、痴所主导的烦恼，就是生死轮回的祸首。归结来说，就是“无明”与“爱结”。为什么呢？什么是无明？爱结又如何作用？这是《杂含阿经二十选》中，前十选所关切的主题。

“系着”，意味着爱取，意味着贪嗔，“无知”意味着痴，所以“无明之所蔽，爱结之所系”分别是属见的烦恼和属爱的烦恼。当然，可以把这个“爱结”再细分一些：与此相应的内心抓取，那是贪；与此相应的内心推拒，是嗔相应的。所以，说“贪、嗔、痴”，和说“无明盖，爱结系”，实际上可以是等价的。

这毕竟只是对一部经的把握解读，而这本书有二十部经文，后面还有相应的学习，不可能在这里把一切问题都说到细节。这里也说到，前十部经都是跟“无明”和“爱结”有关系的，这也是一个引发后文的意思。

（6）“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，也还是紧密而相关连的。

前面主要在谈生死轮回的因是什么，是无明、爱结，也就是贪、嗔、痴。相应的修行，也就是断除这些贪嗔痴，灭除无明、爱结。这里开始探讨，无明与爱结之间有没有关联？

如第 334（455）[312]经（〈有因有缘有缚法经〉）中说：“何等为爱因、爱缘、爱缚？谓无明因、无明缘、无明缚。”

什么是爱的因缘，导致染爱发生，导致染爱系缚？答案就是无明。只是如此吗？

又如第 292（473）[330]经，以及第 297（478）[335]经（〈大空法经〉）中说：“无明离欲而生明，……”而“欲”，即是指欲贪；贪爱；爱结。所以，我们可以说：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！

这一段在探讨无明与染爱之间的关系，总地来说是如何呢？“贪

爱，是根源于无明，而表现于情感上的”。这里的贪爱是可以分解为贪、嗔的。为什么说它根源于无明？其实前面有说过，因为对于有情自体 and 境界的不如实知，而产生了这样的染爱，所以是根源于无明的。而贪、嗔其实是有情感性的力量的，不管是为贪所主导，还是为嗔所主导，都叫情绪化。这是一方面。

另一方面，“属于情感上的贪爱，也还能更增加理智上的浑沌呢！”这是什么意思呢？一般世间有一个词叫利令智昏。有一些很聪明伶俐的人，因为一些情况出了问题，毁了前途，或许就会有人感叹：“这么聪明的人，看不清这个，在这上栽了跟头！”为什么呢？利令智昏。自己内心因为贪爱——这里以贪爱为例说，嗔恚是可以同等情况的。因为贪爱的系缚，因为贪爱的蒙蔽，让自己情绪化的力量战胜了理智性的力量，甚至主动地来蒙蔽理智，表现成怎么样呢？“这没事儿。前面都没事儿，现在再做也会没事儿，以后甚至也会没事儿”——蒙蔽自己。为什么会蒙蔽自己呢？因为这些颠倒的情绪力量强盛了。利令智昏，不是“利”令智昏，实际上是“贪”令智昏，是“爱”令智昏；当然，对面的“嗔”也是一样。

说“利”令智昏，是说了引发相应烦恼的外境。但是这个外境，并不是在每一个人那都会引发同样的烦恼。如果是，那就没有解脱的圣人了。只是可能引发烦恼。这个人因为这样相应的境，自己心错误运作，发生了烦恼。进一步，认同这个烦恼，滋长这个烦恼，壮大这个烦恼，随顺这个烦恼，听这个烦恼的招呼，去蒙蔽理智，去产生行动方案，后面就完了。所以说“属于情感上的贪爱，也还能更增加理智上的浑沌”，有什么奇怪的呢？

过去说：很多人觉得自己是相对比较理性的，但是实际上没有几

个真正理性的人。过去说这话的时候，有两重意思：一方面，很多人虽然想运用理性，但是不知道如何正确运用理性，不知道如何审慎地运用理性。另一方面，人如果被贪嗔所驱使，还谈什么真正的理性主导呢？但又有多少人不为贪嗔所驱使呢？这在今天的学术界，特别是搞社会科学的，特别是搞类似于国际关系、政治经济这些的，往往因为自己内心的贪嗔不调伏而自我蒙蔽，选择性地摄取材料，选择性地重视材料，于是也就有由此导致的选择性的结论，又把这个认为是普遍真理，就会出问题。这在日常生活中更是处处都有表现，大家去体会。

这是说一下无明与爱结之间的关系。后面还有若干个“讨论”，我想留到下一次再来继续学习。在这里略说一点我们听法的时候，内心中可以做的事：自己内心在听的时候，应该就去理解把握要点，同时尝试着把握相应的逻辑脉络，自己主动地、实时地把前面的再回头串一下，这样才能在听闻佛法的时候，当下就能够把握要点，把握内在逻辑，事后的串习也会更有利。

大家关于今天相应的学习，是否有什么问题？可以提出来，我们加以交流探讨。

【答疑解惑】

法友：顶礼师父！弟子关于“世间就是六内入”，还是有些不懂，请师父多详细讲解一下。

法师：这里分两层来说。第一层，关于世间，佛法说有“有情世间”和“器世间”。器世间，是一般现代语言中说世间时大家呈现的那个意思，就是物理世界——山河大地、日月星辰、花草树木，也是有情所依托的，这叫器世界，或者叫器世间。另外，有情世间指的是

什么呢？就是指的有情。《杂阿含》中谈到世间的时候，所用的义主要是有情世间。为什么呢？因为佛法要解决的不是器世间的问题，并不回答“星星为什么在眨眼”，也不回答“花儿为什么这样红”。佛法回答的是：有情为什么苦，有情为什么生死，有情的苦能不能够解决，怎么解决，这是佛法回答的问题。所以也可以说，佛法聚焦于有情世间。

这是第一层意思：世间，有器世间、有情世间二义，而佛法，特别根本《阿含》，重于有情世间。

第二层意思：为什么有情可以用六内入来说明？这里要说，佛法实际上对于有情是做了解构的。“解构”这个词，现代的语境下，大家应该不陌生。为什么解构呢？我常常做的譬喻就是汽车。不懂车的人，一看就是“一整个”，在这“一整个”上生起种种计较、贪嗔等等。懂车的人，可以取这个一和合的假象，但内心很清楚地知道，是很多配件的和合，和合的运作，呈现着一切。那你觉得，哪一个对于汽车，有更如实的知呢？

对于有情，佛法的分析，有偏于“纵”的和偏于“横”的。像十二支缘起，更多地是偏于纵向的；而五蕴、六入、六界等等这些说明，更偏于横向的。横向的，可以理解为，作为有情这个现象，可以从哪些角度加以分析把握的意思。五蕴是一个角度，六入是一个与它等价的角。六入（或者强调六内入），就是眼、耳、鼻、舌、身、意这六根，前五根是色根，意根是名根，包括了物质现象和精神现象。这样的六根，其实就是有情当体，就是有情的果报体。就像五取蕴和合在一起就是有情的当体，是一样的。觉得这种说法不熟悉，是因为对于这一类叫法，接触得少，后面还有一些关于六入处的相应经文，到

那会有更多的解释。

这第二个层面，也就是简单地说一下，有情世间在佛法中是有不同角度的分析说明。眼、耳、鼻、舌、身、意六根是其中一种说明，它跟五蕴、六界都是等价地来说明有情的当体。

这两层意思合在一起，我想应该回答了这位法友的问题。

法友：请教法师！何为“名色”？

法师：“名”是指的精神现象，“色”是指的物质现象，这是分开来说。如果合在一起说“名色”，像十二支缘起中说到“识缘名色”，这是指“名色”的和合体，就是物质现象、精神现象的交织，那其实也是对于有情的一种说明。如果普遍地说，它可以是跟五蕴、六界、六入等是等价的。但是如果就“分位缘起”说，比如“识缘名色”，是指的有情受生识之后，摄持胚胎的发育，在胚胎的那个阶段称为“名色”，这是狭义的“名色”。在佛法中，因为语境的不同，同样的词语可能会有一偏重的差别。这是对这个问题简单加以回应。下一次学到后面“讨论”的时候，如果有进一步的问题，仍然可以提出来。

大家如果没有更多问题，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 05

—— 第一选 无明盖，爱结系（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】

现在我们在学习《杂阿含经二十选》的第一选内容，我们上一次已经把“讨论”部分前六则的内容学习完毕，今天从第七则开始来共同学习。

（7）经中说：“‘众生’于无始生死，……”什么是“众生”呢？如第 306（408）[284]经说：“眼、色缘，生眼识，三事和合触，触俱生受、想、思（行）。此‘四无色阴’、‘眼色’，此等法名为‘人’。于斯法，作人想、‘众生’、那罗、摩菟 nōu 阍、摩那婆、士夫、福伽罗、耆婆、禅头（以上几个名词，都是“人”的异名）。 ”

讨论（7）中探讨的焦点是“众生”，首先引第一选经文中的话——“‘众生’于无始生死，……”。我们讲解经文的时候也略说“众生”这个词，讨论（7）结合其他经文，从不同的角度加以说明。这里说：“什么是‘众生’呢？”

引《杂阿含》306 经里的话说：“眼、色缘，生眼识，三事和合

触”。**眼**：就是所谓的眼根。如果做一个不那么细致推究的把握，只要知道眼根是人的视觉感官——感觉器官就行；如果细致地说，有“它到底指什么”等的一些问题，这个如果以后涉及到需要具体细分别的时候再说。愿意多了解的，也可以去参考《佛教心理学》中其他一些涉及到的相应讲解。

色：在这个语境下，主要是指眼根所对的境。眼根所对的境，是什么呢？作为人视觉生理的感官——感觉器官，眼所对的境是可见光。这里说的色，其实是青、黄、赤、白、黑等等，古人就用这些色彩来描述。后世的论师有时候又说显色、形色，是色彩、形状等等这些。但是今天的生理学让我们知道，色彩也好，形状也好，都是基于可见光，造成视觉的一系列运作，而形成的认知结果，所以用今天的话来说，这个色就是可见光。

这是说了“**眼、色缘**”中的眼和色。什么叫**缘**呢？就是以眼根和可见光为因缘。“**生眼识**”：这样的根、尘和合，引发了相应的精神现象。什么精神现象呢？眼识——眼根相应的精神了别作用。“**三事和合触**”：哪三事和合呢？就是前面说的眼根、色和眼识，这三法叫作“三事”。这三法，以这样的因缘和合，当下是触，这是“三事和合触”的意思。

这里要注意什么呢？这里的眼识，是眼根和可见光的和合会遇而现起的。问题是：现起的眼识，不是孤零零的眼识，不像一般学佛人所想象的只有“眼识本身”。只要说到识，请大家去体会，也请大家记住：必然伴随着识的某种活动。这句话也可以用稍微哲学一点的话说出来：识，总是伴随着某种精神活动而表现出来的；或者是：识，总是表现为某种精神现象或活动。眼、色为缘，生了眼识——眼根相

应的精神了别作用；“三事和合触”，用形象的话说，在根、尘、识三者接触在一起，当下这个识的活动就是“触”。这当下既有识的现起，同时也发生了眼、色、眼识三者的接触。这种在眼识现起的同时，也伴随着与根、尘接触的活动，叫作“触”。

如果大家向下文去看，会看到有一个词叫“识触”。什么叫识触？眼、色为缘现起的眼识，在这个识现起的当下，又与眼、色和合接触，也就是一些法友熟悉的“触心所”。这一位的识，是触心所相应的识，是眼、色为缘现起的眼识，是三事和合中的识。这一位的识，主要特征是触心所相应的，所以称为“识触”。即便从前在余处学习过“三事和合触”的法友，在这儿也可以稍留心体会一下，侧重点有所不同。

“触俱生受、想、思（行）”：这个“触”就是“三事和合触”。哪三事和合呢？眼根、色、眼识。这三者和合，作为因缘，生起了后面眼识相应的受，眼识相应的想，眼识相应的思。这个“触俱”是说，伴随着这样的三事和合，现起受，现起想，想起思，其实前面在解释经文的时候谈到了“色集”、“受集”、“想集”、“思（行）集”这些，其中说到受、想、思的集起因缘的时候，都是说的“触集”——这“三事和合触”，是受、想、思现起的因缘。

“眼、色缘，生眼识，三事和合触，触俱生受、想、思（行）”这句话，用今天白话来说就是：眼根，眼的对境——可见光，和眼识，这三者的和合，伴随着相应的受、想、思的现起。受是偏于内心的感受——苦、乐、舍受，想是取相，思是推动身语意造作性的内心意志活动，下文也会略说到。

“此‘四无色阴’、‘眼色’，此等法名为‘人’”：这其实是以眼根为例，来说了“眼、色为缘生眼识，……俱生受、想、思”。

这里说到的受、想、思，是三蕴了。触算哪一蕴呢？这里的触，应该知道指的是“三事和合触”，它对应的其实是识蕴。说这个触，是就这一位的识的活动来说的；这一位的识，它的表现是触的特征，所以下文有“识触”的说法。

“四无色阴”是受、想、思（行）、识。无色的意思是指非物质的。因为受、想、行、识主要是精神现象，它们虽然跟物质现象有关，但它们主要是精神现象，说为四种不是物质现象的蕴（或者叫“阴”）。

“阴”和“蕴”是同一个词的不同翻译，而不是像后来根据中文想象的一些解释。“阴”和“蕴”主要的意思都是集合，比如数学中的集合——所有的自然数，可以说从这个角度把它们看为一个集合；所有的正整数，从这个角度也可以把它们看成一个集合。类似于这样，同一类事物叫作一蕴/一阴。因为判断标准、把握特征的不同，所以如何来看成是一类/是一蕴/是一聚/是一阴，可能也就不一样。比如把所有的“受”，看作是一类/是一聚/是一蕴，叫作“受蕴”（或者“受阴”），其他的与此类似。这是解释四无色阴。

“眼色”：这是色法。眼：这里以人为例来说，是指人的身根，人的生理感觉器官，属于色法；这里的色，是眼根的对境——可见光，也是色法。

这样名、色的和合，叫作人——“此等法名为‘人’”。什么是“名”呢？就是四无色阴，叫作名法，对应于今天所说的精神现象；眼、色，都属于物质现象，在佛法中对应于色法这个概念。名法和色法的和合，就是“人”。

应该知道，这里是以眼根为例来解释根、尘、识，根、尘、识三和合触，触俱生受、想、思。那鼻根呢？耳根呢？都如此。眼、耳、

鼻、舌、身、意，相应的对境，生相应的识，根、尘、识和合触，触俱生受、想、思，这些都是一样的，只不过这里是以眼、色为例来说的。但是学习的人，特别是观察思惟，观察修习时，不可以省略，不可以“亦复如是”，这个时候省什么墨水呢？

“于斯法，作人想、‘众生’、那罗、摩菟阇、摩那婆、士夫、福伽罗、耆婆、禅头（以上几个名词，都是“人”的异名）”：这个“作人想”的“想”字，按说应该一一地贯到这每一个词的后面——“作人想、众生想、那罗想、摩菟阇想、摩那婆想、士夫想、福伽罗想、耆婆想、禅头想”。这么多词，除了“人”、“众生”能够有概念，“士夫”看起来能理解，其他的都是音译。“士夫”算是意译，“人”和“众生”也算是意译。这些不同的名目，所指都是什么呢？所指的都是“人”，只是“人”的不同叫法。关于这个，《大智度论》里有一个类似的解释，在这里不展开，愿意去拓展的法友，可以自己找来。

这是引这部经来说明什么是众生。什么是众生呢？这样的四无色阴和色阴的和合，就是人，就是众生；这样的名、色和合，就是人，就是众生。这是第一段经文的侧重表达。

又如第 294（475）[332]经中说：“内有此识身，外有名、色，此二因缘生触。”

“内有此识身”：这个“身”不是身体的意思，是“聚”的意思。为什么说“身”有“聚”的意思呢？因为这个身体是由手、脚、胳膊、腿、躯干等等四肢百骸聚集而呈现的。所以“识身”是指“识聚”的意思，也就是识蕴。

“外有名、色”：内、外是相对的，当把识对应的精神活动说为

内的时候，除识蕴之外的都变成了外。“外有名、色”的“色”，包括了前五色根，再加上相应的对境；这里说的“名”，是除了识之外，其他的精神现象——受、想、行等。

“此二因缘生触”：这样的内（识）、外（名色）因缘，和合有触。下文是对于这段经文的具体解释——

这是说，由于眼（即“根”——感官）对色（即“境”——感官觉察的对象），加上视觉（即“识”——身体的神经感觉功能），内外相互交涉，而完成了认识作用（即“触”）。

这里对于“触是什么”加以了一个白话的说明。如何说的呢？说“触就是认识作用”，这样说很好！如果把后面“触俱现起的受、想”也考虑进来，实际上，想——取相，那是认识作用的结果；受——情绪感受，即带着情绪倾向的苦、乐、不苦不乐受，那其实是感知的结果，也是认识作用的结果。如果从认识作用的结果这个角度来看受、想，那么，触更像是认识作用的开端——接触。

根、尘、识三和合（触），这是认识作用，但是如果更细致地说，是认识作用的开端——刚刚接触在一起，还没有完成全部的认识过程。完成全部的认识过程，是伴随认识作用的结果呈现的。与触相俱的受、想，那是认识作用的结果。如果说到受，它更是偏向于感觉的，那这个认识作用也可以说为是感知作用。这些不再细说，在这里就谈到这。

再经由认识，产生情绪感受（即“受”），思考、判断等的抽象概念（即“想”），以及思考后所引发的行动意愿或意志力（即“行”）。

有了根、尘、识三和合（触）——认识作用的发端，会引发什么呢？会引发有情绪倾向的感受，也就是受——苦、乐、不苦不乐。还会引发什么呢？还会引发“这个东西什么样”、“这个内心怎么样”

这样的认知结果——取相。“取相”这个词，如果大家不理解的话，就想一想照相机、手机、摄像机等的摄影、摄像功能，那就是一个很形象的比喻。

从刚才说的那层意思——认识作用的发端，认识作用的结果，或者说感知作用的发端，感知作用的结果，可知：偏于感性（带着情绪感受）的感知结果是受，偏于理性的认识结果是想。有了这样触俱的受、想，会引发什么呢？会引发带着身心推动力的有意志倾向的内心动作。比如我要喝水，不管是我要喝水的这个念头，还是从这个念头发生的伸手取杯，这些后面都是思心所，就是这里说的“行”。之前也说，比较古老的说法是“思”——审虑、决定、动身发语。

感受一下“我渴不渴”，这里有很多触、受、想的活动；“发现我渴，我要喝水”，这就包含了有意志推动力的内心活动，这是思心所。这里说到“行动意愿或意志力”，这个“行动”不要只理解为身体的行动，身、语、意的活动都被包含在这里所说的“行动”中。这实际上是在解释触、受、想、行。

除此而外，又如第 214 (276) [216] 经说：“眼、色因缘生眼识，彼无常、有为、心缘生。此三法和合触，‘触已受，受已思，思已想’。”

这部经说到“眼、色因缘生眼识”，这个眼识是无常的，是有为法，是与心的因缘相关而现起的。“此三法和合触”，这样眼、色、识三法的和合就是触——“识在缘中，是名为触”（《成实论》）。识在缘中，不仅是说触，也是在说识——没有离开（根、尘）因缘保持它自己是它自己的识。所有的识，都是与其因缘（根、尘）和合位（触）的识。所以印顺法师有些地方写为识触。“触已受，受已思，思已想”，这跟前经文在骨干上是类似的。

姑且不论“受”、“想”、“思”（受、想、思合称为“名”）的生起，是“俱”（同时），亦或是次第依序相依，只要有这一连串反应的，就称为人、众生、那罗、……。

括号里说“受、想、思合称为‘名’”：前面也说过，如果把识单独提出来，那受、想、思是名法；如果跟色法相对，那受、想、行、识都是名法。这里说，不去特别辨析受、想、思的生起，是同时的还是次第相依。

“只要有这一连串反应的，就称为人、众生、那罗、……”：只要有“眼、色为缘生眼识，……意法为缘生意识，根、尘、识三和合触，触俱生受、想、思”等等这一系列的活动，就是人，就是众生……。请注意！你所感觉到“我就是我”的那个一整个儿的“我”，实际上就是这样一个拼凑起来的流——“眼、色为缘生眼识，……意法为缘生意识，根、尘、识三和合触，触俱生受、想、思”，这样奔流的名色之流，这就是你一直感觉的那个一整个儿的“我”，如此而已。实际上，那个一整个的“我”，一切处不可得，有的只是这样因缘和合而现起的名色之流。

所以，所谓的“众生”，其实是可以看作就只是“根”、“识”、“触”、“受”、“想”、“行”等一连串的反应罢了。

不熟悉这几个名相的法友，请一定要在熟悉这些基本名相上，下足功夫。不仅仅在文字上、言辞上能够理解，能够说出来，更要对照着自己生命的活动，生命的经验，一一指出。不仅是当下的，也包括过去的，甚至对于未来的那些构想，自己也要指出。这是基本功。没有这个基本功，学再多的蕴、处、界，也没有真实受用。

如果依性质来分，就是属于精神层次的“四无色阴”，以及属于

物质方面的“五根”。无色，是“非物质”的意思。阴，也译为蕴，聚合的意思。

这些内容，前面有讲过，这里就不再重复。

“四无色阴”就是指：识（触）、受、想、行（思）等四种精神作用。

我特别把这个“识（触）”读出来，请大家注意它！

而“五根”，指的是：眼、耳、鼻、舌、身，也就是我们的生理系统，因为都属于是物质的，所以统称为“色”。

再强调一下！“色”在佛法中有不同的含义：有“色蕴——物质”这种广大的含义，也有“眼所对的境——可见光”这样的狭义，要根据上下文来把握其义。不过是一个多义词而已，没什么难的。在我们日常生活中的多义词并不少，也没觉得困惑，只是因为习惯了、熟悉了。谁生下来就熟悉某种语言，某种语言中的词汇呢？只不过是接触多了，用多了。所以，如果有初学的法友，多少觉得有一些生涩，有一些困扰，没关系，都是从这儿过来的，自己多多地闻思，多多地观察，多多地修习，自然就化为自己血脉中的东西了。

色、受、想、行（思）、识（触），佛法中也称为“五阴（蕴）”。

这里的“行”特别对应“思心所”，“识”特别对应“触”那一位的识，请大家体会这个意思。如果能体会成这个意思，那么五蕴和六入这两个法类之间的关联，就是活生生的，是动态的。

前面说过，“阴”和“蕴”只是翻译的不同：“阴”，相对来说是比较早的汉语翻译，“蕴”是从玄奘法师开始用的，是相对新的翻译。

而其中，属于精神层次的“四无色阴”，就是一般通称的“心”了（参考印顺法师著《佛法概论》〈第八章：佛法的心理观〉）。

请大家注意！如果就后世阿毗达磨诸论师来说，对应“心”，主要说为识；不过这里说到“精神层次的‘四无色阴’，可以把它体会为通称的‘心’”，这是对的。为什么？当我们说“观心”的时候，可不止是观识，是不是呢？实际上，我们也观察识，也观察识的活动——受、想、行都是识的活动。

五蕴中谈到识的时候，不是孤零零静止在那，什么作用也没发生的识，而是根、尘、识三和合那一位的识——识触。这对于闻思了一些佛法的法友，应该也是比较有意义的点。

（8）经中接着说：“当善思惟，观察于心”，又说：“心恼故众生恼，心净故众生净”。所以，“无明所盖，爱结所系”的，就是特别指“众生”的这个“心”了。

这里是顺着经文来做下面的说明。前面讨论（7），主要在讨论“众生”这个词，讨论（8）是基于对“众生”的认识——身心、名色这样的认识，来说明“修心”。

“当善思惟，观察于心”的这个“心”，刚才说过，“四无色阴”就是一般通称的“心”。所以，这个“观察于心”，不仅仅是观察于识，其实是观察于识（触）、受、想、行（思）。一般人不会做这个事。“心恼故众生恼，心净故众生净”，这是前文讲过的。

这里依据这些来说“无明所盖，爱结所系”。被无明所盖的是什么呢？是“心”。被爱结所系的一端是什么呢？是“心”。当然前文也说“系于五蕴”。你只系住一头是没有结缚作用的，这个贪爱，一头系在心上，一头系在心所贪爱的对象上，是这个意思。所以这里说

的“无明所盖，爱结所系”，都是落在这个“心”上。“无明所盖”是覆蔽其心，大家容易理解；“爱结所系”也是结缚其心，当然，前面说的“系于五蕴”是系缚的另一端，就像狗被拴在柱子上，绳子的一端系在柱子上，一端系在狗的脖子上。大家想想这个场面，我们的心就是这样的可怜！

众生的恼（烦恼）与净（解脱），其枢纽，就是心。

这里说的“众生恼”是指的烦恼，“众生净”是指的众生解脱，尽断烦恼。这里的差别是什么呢？主要在心。关键处是什么呢？就是心。因为被盖的，被结系的，都是这个心。

所以经中说，要常观察自己的心——识（触）、受、想、行，检查其受贪、嗔、痴的影响程度如何。

这个心指的是什么呢？“识（触）、受、想、行”：不仅仅指识，也包括识相应的活动，特别是与认识密切相关的活动——“识触”是认知的发端，“受”、“想”是认知的结果，“行”是基于认知而发动的有推动力的内心意志作用，推动身语意的相应运作，可能是善的，可能是恶的，也可能是无记的（非善非恶）。

“检查其受贪、嗔、痴的影响程度如何”：观察什么呢？观察心（受、想、行、识）有没有伴随贪、嗔、痴的活动。以后还会学到更细致的，关于修行的说明。观心，观什么呢？首先要对现象如实知——心里有贪，就知道有贪；心里的这个想是颠倒的（颠倒就是愚痴的意思），就知道这是颠倒想，类似于此。首先要如实知，这是很重要的！当然，佛教的修行从来都不是放任的，后面会说到一些具体的正确的运作，我们在以后的经文学习中会看到不少。不过这部经文只是说到如实知之后，会有什么不同，而没有特别细致地来做修行的说明，

实际上《杂阿含经二十选》中并不缺少这类内容。

修“心”，就成为佛法中，修行的主要内涵了。

从上一则“讨论”——人（或者有情、或者众生）为何，来说到修行的主要内容——修心，这跟“人是怎样的，问题是什么”有密切关系。因为修行不过是解决问题的努力而已，这当然要基于“人是什么，问题是什么”，从而来做正确的努力，去解决人的问题。

（9）经中说，“众生于‘无始’生死”，为什么说“无始”呢？这是应当从“缘起”的角度来理解的。一切的存在（包括时间），都是各依其所需因缘的，所以，严格说来，一有“开端”这样的观念，就不如法（缘起法）了。

在佛世的时候，有一些宗教，有一些思潮，基于人错误的认识，投射了一个开始——什么什么创造了人，在那个创造之前，没有人，没有众生，那个创造才是开始。佛法否定这种观念，所以说“众生于‘无始’生死”，于一个并没有真正意义的“开端”的生死中。

为什么说“无始”呢？下文解释：“这是应当从‘缘起’的角度来理解的”。缘起是什么意思呢？“此有故彼有，此无故彼无；此生故彼生，此灭故彼灭”，意思是，这一切存在都不是自成的，都是依因待缘的。既然“一切的存在（包括时间），都是各依其所需因缘的”，那么，如果有一个是一切的开端，那它本身有什么因缘导致吗？没有。那不是破坏了缘起吗？那不是反缘起吗？“所以，严格说来，一有‘开端’这样的观念，就不如法了”，不如什么法呢？不如“缘起法”。这个“如”是符合、顺应的意思。一切存在都是缘起的。

这里没有做太多的论证工作，来说明“一切的存在，都是缘起的”。在《阿含经》中，那种很思辨性的论证，也不太有，可能基本上找不

到。但是在佛法中，后世有论师来做这个工作——“为什么一切存在都是缘起的”。用的方法，用今天的话说是归谬法，或者反证法。假如说存在不是缘起的，是自性有的——自己就是自己，那会怎么样？那不成立，这一切都不成立，现象的一切都不成立。从有情来说，流转和解脱都不可能。因此，这跟现实、事实相违背，那种自性有的、非缘起的，是不可能的。一切的存在是缘起的，里我只是把它逻辑梗概说一下，如果确实有兴趣学，可以侧重学习龙树论师的《中论》（可参考印顺法师著《中观论颂讲记》），这方面谈的比较深刻。

依着这样的见解，说众生的心，“本来”是清净的，似乎也还有讨论的空间的。

如果有一个“最开始”是怎么样，一切从这里开始，那么，这个“最开始本身”就是不需要因缘的，是反缘起的，是破坏缘起法的。如果这个人的内心中有这种“开端”的概念，带着这个意象来想象有情，想象有情的流转生死，那说“众生的心本来清净”，其实包含着错误前提，这里说话很客气——“似乎也还有讨论的空间的”。为什么说这里可能也有问题呢？

虽然经中说，“心”长夜为贪嗔痴所“染”，第 1246（13339）[990] 经，也有以冶金作修行的比拟，都可能让人们进一步推想为：心“本来”是清净的，只是后来受了污染罢了。

在声闻部派中就有这样去解读的。当然，在部派佛教之后的佛教流行里，一些地方，一些流派中，这类思想被进一步地推广放大了。

这样的说法，如果能引发人们对修行的信心，是好的，但是，如果因此而落入了一个“非缘起”的“本来”如何如何，岂不又落入了另一种型态的执着困境？

这里是很委婉地说。如果有一个反缘起的发端，那跟其他的神教本身，在模式上有什么差别呢？都是反缘起的，那还谈什么佛法呢？佛说的中道法就是缘起，如果落入一个反缘起的“本来”如何如何，自以为说着多么高妙的法，其实跟婆罗门教、跟印度教的“梵天创造”是一个模式。以为自己所谓返本归真，可能在模式上跟婆罗门教、印度教的“梵我一如”大体一致。修了好久，学了好久，还以为自己是一个很高很纯的佛教徒，实际上跟外道落入类似的知见、类似的实践。这并不是我们希望的。

（10）如实知，就是如其事实的了知，而且特别是针对生命真相的了知、体认来说的。

经中谈到了如实知、不如实知，那如实知指的是什么呢？就是现象、事实、本质如何，就了解为是这样。那是遍布一切吗？主要聚焦于生命现象，与生命现象相关的规律、本质。

经中说，如实知五蕴以及五蕴的集、灭、味、患、离，对杂染生命的因缘能够了然，进而出离杂染，这是“正见”、“正思惟”的“慧”了。（参考印顺法师《空之探究》〈第一章·第二节：泛说解脱道〉慧的解说部分）

说到如实知，其实有浅深的不同，在不同阶段都是可以用这个词的。

“经中说，如实知五蕴以及五蕴的集、灭、味、患、离”，如果细说，是“苦、集、灭、道、味、患、离”。这样的如实知，包含了什么呢？“对杂染生命的因缘”如实知——“能够了然”。还包括对什么的如实知呢？“进而出离杂染”，如何可以出离杂染。所以，对于“五蕴（苦）及五蕴的集、灭、道、味、患、离”如实知，实际包

括了对于流转、还灭的如实知。

“这是‘正见’、‘正思惟’的‘慧’了”：这个如实知可以是不同层面的，初步的可以是“正见”这方面的；进一步伴随着修习，这是“正思惟”的；等到最终见道，获得道果的时候，那是无漏智慧相应的。前面可能是闻慧、思慧、修慧相应，作为结果呈现的如实知，那是无漏智慧相应的。关于诸慧差别，以后有因缘，可能会说更多。

(11) 其他关于揭糞 zhū “无明”与“爱欲”为生死轮回根本的经文：

266 (49) [43], 267 (50) [44], 294 (475) [332], 937 (13277) [929]→945 (13285) [937], 948 (13288) [940]→955 (13295) [947]。

这是给出，跟本篇经文主题——“无明”与“爱欲”为生死轮回的根本，相关的《杂阿含》经文，可供大家进一步学习参考。

(12) 相当的南传巴利文经典为：《相应部》〈蕴相应〉第一〇〇经〈绳系〉(22-100) (元亨寺南传大藏经译本第十五册二一三页)

这是给出对应的南传巴利文经典，如果愿意做对读的法友，也可以用点心，自己找来做一番了解。

到此，我们第一选的内容学习完毕。

【答疑解惑】

法友：顶礼师父！这里说“触俱生受、想、思”，请问：受、想、思的生起，有没有先后的顺序呢？后面说“姑且不论生起的次第”，不过师父刚才也强调要在这样的地方多用心观察，那这个系列的反应是否次第的发生，是不是需要辨析一下呢？因为有的地方说“受、想、思”，有的地方说“思而想”，该怎样理解这样不同的说法呢？

法师：因为这篇经文是相当框架性的，要点在指出生死轮回的根结——“无明盖，爱结系”，所以对于具体的观修并没有做太细致的展开。这个“讨论”，也指向了印顺法师《佛法概论》的部分篇章，我之前在其他的一些学习系列中恰恰做过讲解，你也可以找来做一些参考，那里对这些内容有更细致的探讨。

是同时的？先后的？怎样来把握？如果是先后，先后次第如何？那里有依着一些相应的文，做一些探讨，可以做参考。

法友：顶礼师父！讨论（9）中说到“一有‘开端’这样的观念，就不如法（缘起法）了”，那么对于“触是认识的开端”这种说法，如法否？

法师：这里要注意！讨论（9）中说到的这个“开端”，不是说这一法的现起，而是说一切的开端——生命的开端。不是说触作为这个开端。触不是绝对的开端。触是怎样现起的？三和合触。就以眼相应的触来说，要有眼、色、眼识，那它怎么是绝对的开端呢？

这里说到无始的“始”——“开端”，这个“开端”特指最初的现起；如果就有情现象来说，是指有情最初的现起。如果有这个，那就是这里所说的“始”。这是在探讨生死有没有“始”，而不是说一法可不可以作为另一法现起的因缘。这可能是对于“开端”这个词侧重对应什么义来讨论，没有太把握住，可以从这个角度来体会一下。

法友：顶礼师父！弟子对于“识”与“触”这两个概念有疑惑，比如“识（触）”这种表达，是不是表明这两者可以等价的意思？再比如“眼、色缘，生眼识，三事和合触，触俱生受、想、思（行）”中的“识”与“触”又是什么关系？请师父开示，感恩师父！

法师：刚才我其实有讲，现在就着这个问题，再争取来清晰一下。

这里在识之后加这个括号——“识（触）”，是表示这里所说的识，是触相应的识，是特别强调作为触的识。

在后世阿毗达摩部派时期，解读《阿含》中谈到“三和合触”，有两大类意见：一类意见认为，根、尘、识这三者和合之后，是生起了一个别体的心所法叫作触。这是一类，三和合生起别体的心所法，叫作触。这个触，有使这三者和合的力量，这是有部乃至唯识的宗见。另外一类看法是三和合当体就是触。那指的是什么呢？当然不是说“眼根是触”，“可见光是触”，那什么是触呢？这个与眼根、可见光相应现起的识，这个识不会静止的没有活动，它在这样眼、色为缘，现起的当下，与眼、色是和合的。就这一位识的特征、现象、活动，来说这种和合性，这种和合的特征。既然识的活动都被命名为心所，那可以把它命名为“触心所”，但实际上它是这个现起的识。所以这个“识触”，表示的是触相应的识，是作为触的识，表现为与眼、色相和合的识。这是就眼识举例来说，其他耳、鼻等等的，大家可以具体去说。或者抽象地说，与根、尘和合的识，叫识触。

下边说到“眼、色缘，生眼识，三事和合触，触俱生受、想、思”中的“识”与“触”又是什么关系？上文说了，这个生起的眼识，不是要等下一刹那再生起一个触，再来跟眼、色和合，不是那样的。那种一一法别有自体的想象，是会造成问题的。什么问题呢？如果眼、色和合，生起的眼识，是个纯粹的眼识，它那个时候没有活动吗？它这个时候是明明与根、尘相应的、和合的，还要说它们三和合之后再生起一个心所。这样一来，那个在和合位的识，就变得很尴尬、很奇怪，不符合于生命的实情。所以，这里的识与触是什么关系？就是前面所讲的关系——这个触是就这一位识的功能而命名的，而这个识是与触这一特征相应的识。

时间关系，我们就学习到这里。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 06

—— 第二选 不如实知是无明

(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》的第二选〈不如实知是无明〉（经号：258（35）[42]）。第一选〈无明盖，爱结系〉，可以看作是本书的总纲。众生轮回生死，不过是无明和染爱为因，那么，生死苦迫的永断、尽灭，也就是从无明、爱、取的尽断来入手。接下来是说明无明和染爱。这一选可以看作是无明相应的若干选的总纲，总地说是“不如实知是无明”。不如实知又可以从不同角度来说明，所以下面几选又从不同的角度来加以表达。我们首先来看这一选的经文——

一、经文

如是我闻：一时，佛住王舍城迦兰陀竹园。

这是这个事情的地点——“迦兰陀竹园”，根据记载，应该是佛教历史上第一个僧伽蓝（僧园）——僧团住的地方。

尔时，尊者舍利弗，尊者摩诃拘絺 chī 罗，在耆闍崛山。

这个“耆闍崛山”就是灵鹫山，不过是音译和意译的差别。

时，摩诃拘絺罗，晡（bū）时从禅起，诣舍利弗所，共相问讯，相娱乐已，却坐一面。

这部经所讲的事情是：尊者摩诃拘絺罗下午在禅坐，到了太阳落山之后，从禅坐起身，到舍利弗尊者那里去，两个人有一番论议。这里有一个不太熟悉的描述时间的词——“晡时”，严格地说相当于我们中国所说的申时——下午三点到五点。但古时候，特别是古时的僧团，不一定有那么精确的计时，所以描写的这个晡时，结合今天热带地区一些僧团的情况看，就是太阳落山了，天气不那么热了，太阳不那么晒了，这个时候结束禅坐，大家合适在树下作一些佛法的交流、讨论。

“共相问讯，相娱乐已”：是彼此都向对方问候，表达自己的善意。这个“娱乐”不是娱乐的意思，就是同我们今天所说愉悦欢喜的那个“愉悦”——表达自己的善意，也让对方感受到自己的善意，彼此心安宁、愉悦。两个人这样的礼仪之后，都坐下来。

时，摩诃拘絺罗语（yù）舍利弗：“欲有所问，仁者宁有闲暇见答以不？”

我有一些问题想向您请教，您方便回答吗？

舍利弗言：“仁者且问，知者当答。”

舍利弗尊者说的话非常有分寸：“您尽管问吧！如果我知道的，当然会给出我的看法。”

时，摩诃拘絺罗语舍利弗言：“所谓无明，无明者为何谓耶？谁有此无明？”

摩诃拘絺罗尊者问了一个问题：我们佛法常常说到无明，说到这是生死的因，流转生死的主要根源，那么无明到底指的是什么呢？谁有这个无明呢？

我们佛教徒，稍微读过一点佛法书，学习过一点佛法的，都知道无明这个词，甚至已经进入到我们汉语的日常使用中去了，但是无明到底指的是什么呢？不见得每一个人都清晰。而这又非常关键，为什么呢？诸法因缘生，轮回、轮回的苦迫是有它的因缘的——“无明之所蔽，爱结之所系”。如果我们对于这样的因缘本身不了解，那怎样破除轮回的根本，苦迫的根本呢？所以，正确地认识无明，也是很关键的！而不能够正确认识这个，容易发生盲修瞎练，也容易被一些奇奇怪怪，打着佛法旗号或者打着其他旗号的所谓修行方式所迷惑。

我们来看两位尊者的探讨——

舍利弗言：“不知是无明。”

无明是什么呢？无明就是“不知”。这里说不知，是简略的说，下面有细致的说。我们通过下面细致的说明，来看看所谓的不知，是指的什么意思？

“不知何等？”

“谓色不如实知，色集，色灭，色味，色患，色离不如实知。”

关于色，色的集、灭、味、患、离，在上一选中有过一些讲解，在下面《七处三观经》中还会更细致说，这里就不展开说了。简单地说，这个色是指与身心相关的色为主，也就是我们身体，偏物质性、偏生理性的这些。对于色本身不能如实知，对于色集起的因缘不如实知，对于色的息灭不如实知，对于色的味着，以及由味着而引生的过

患不如实知，对于色的超越不如实知。从色的角度说，对于色的集、灭、味、患、离，包括色本身，也就是苦、集、灭、道、味、患、离，都不如实知，这叫无明。只是色吗？不是。下面——

受……。想……。行……。识，识集，识灭，识味，识患，识离不如实知。

对于受，受集，受灭，受味，受患，受离，不如实知；对于想，想集，想灭，想味，想患，想离，不如实知；对于行，行集，行灭，行味，行患，行离，不如实知。以及对于识，识集，识灭，识味，识患，识离，不如实知。

在第一选中花了点时间多少略讲了五蕴，这是重要的，因为这是佛法分析有情经常用的一个角度，偏重于精神活动的分析。在五蕴里，物质性的主要是色，受、想、行、识都是偏于精神性的。受是感受，想是取相——认知结果，行主要说为思——意志性的那种倾向、推动，后世展开，把除了受、想之外的其他的心所都归到行中去。这首先是从五蕴的角度说，对于五蕴（一一蕴）不如实知，对于五蕴（一一蕴）的集、灭、味、患、离不如实知，这叫作无明。

这五蕴是什么呢？就是一般人所感觉的“我”，这是内心包含着错误的一种结论。如果不带结论地说，五蕴就是对于生命现象，偏重于精神活动的一种解构、一种分析、一种描述。

从这些角度看，无明意味着对于这些的不如实知。如果从流转和还灭来说：这里的色、色集、色味、色患都是属于流转的，色灭、色离是跟还灭有关系的。

摩诃拘絺罗！于此五受阴不如实知，不如实见，不无间等，若暗，若愚，是名无明。

舍利弗尊者对摩诃拘絺罗说：对于这五受阴（一一阴）的苦、集、灭、道、味、患、离，不能如实知，不能如实见，没有无间等，表现为痴暗，表现为不能够如实了知分别，这叫作无明。

这里有几个词，第一个，“**五受阴**”：这是在特别强调受蕴吗？不是。五受阴是旧译；新译，玄奘法师译为五取蕴。这里的五受阴也好，五取蕴也好，都是指与烦恼杂染相应的五蕴。

“**不如实知**”：可以作两个理解：一个就是“不知”，第二个是“知而不如实”，也就是“不知道”和“错误的知道”。“不知道”，往往也是带有结论性的，就是觉得没有这回事，所以不如实知也可以总说为“错误的知”，因为“错误的知”里包含着“（对于应该知道的而）不知道”这一类。

“**不如实见**”：这个“见”，就像对面看到一样。什么意思呢？是直觉的经验，不是靠着概念想象的。如何能够达到这样贴近的、面对面的、直接的体验呢？首先要把这些名相对应上自己生命的现象——当下、过去乃至未来生命的活动。比如说色蕴，现在的色，过去的色，未来的色，这样周遍地观察，对应上。这是说的色，这是属于色蕴的。受——苦受、乐受、不苦不乐受，若现在、若过去、若未来等等。这不是抽象地说，要结合自身当下身心的活动，最初步的功夫可以是指出来这个是“色”，这个是“受”，……这个是“识”，这是最初步的功夫。

这个初步功夫很重要！没有这个初步功夫，说到色、受、想、行、识，始终是概念性的，漂浮于生命经验之外的，隔靴搔痒。通过这样内省的观察，将这五蕴的名相与生命的现象、身心的活动对上号。这样，开始有一些直觉的观察了。不是再翻译成内心的语言了，不通过

这个桥梁了，可以直接地来观察，不必冒出来名言章句。这样如实贴近地观察，如后面所说的种种方式来如实观察、用功，他会慢慢地受用。当然，这里说的“如实见”，是带着洞察的洞见，不是一般的觉了。包括后边所说的“无间等”。

“无间等”：也是旧译，在新译里玄奘法师翻译为“现观”。其实可以把这个“无间等”拆开来说一说：“无间”的意思是什么呢？我们的观察，跟发生的现象之间，在物理意义上其实很难说是完全同时的。实际是现象发生了，但是现象发生之后，没有任何的间隔，心就如实了知它。这个现象的发生和心的活动之间，没有其他的间隔，称为“无间”；而这种认识是如实的，称为“等”。如如——如其本然地，没有间隔地了知，这称为“无间等”。

翻成“现观”也很好！“现”就像今天所说的当下，“现观”——当下的如实知。但是一般人的心不一定这样细，会觉得这个“当下的如实知”是同时性的——现象发生了，“同时”如实觉了。其实不是，而是无间地如实觉知，“无间”和“同时”，严格来说是两个意思。当然，“无间等”也有人从它导致的结果上来说明它，叫作“完全突破”。完全突破了什么？完全突破了过去的错误，这是偏重于结果来说它。“现观”和“无间等”，这两个描述，这两个译法，偏重于当下正在发生的，重于心的活动。没有间隔地如实了知，就在当下地如实观察——无间等、现观。说为“完全突破”也很好，那是就结果说的。

“若暗，若愚，是名无明”：这是在说明于此五受阴，不如实知、不如见等等，叫作无明。

成就此法者，名有无明。

谁有这样的不如实知，谁就有无明。当然，他们在这里讨论的主要是人。

这是摩诃拘絺罗尊者的第一个问题，以及舍利弗尊者的回应。

下面是摩诃拘絺罗尊者的第二个问题——

又问：“明者，云何为明？谁有此明？”

说过无明了，我们佛法中又常常说“明”。佛初转法轮，说“眼、智、明、觉”生起了，无明就不再现起。那什么是“明”？又是谁有这个“明”呢？

舍利弗言：“知者是明。”

前面说“不知是无明”，那反过来，“知是明”。这是简略地说，下面会更进一步地分别说。

“为何所知？”

你所谈的“知”是什么意思？所知的是什么呢？

舍利弗言：“色如实知，色集，色灭，色味，色患，色离如实知。受……。想……。行……。识如实知，识集，识灭，识味，识患，识离如实知。”

与前面无明当然是相反的。无明，是对于五蕴，五蕴的集、灭、味、患、离，不如实知；明，是对于五蕴，五蕴的集、灭、味、患、离，如实知。

这是概括的语言来表述。大家真的想要学习这样的经典，一定不要这样概括地学。因为讲解的原因，如果一一地反复重复，未必很相应。但是自己学习、品味、思择，要一一地来。坐在这里，对着这个

经典——“色如实知”，色是什么呢？“受如实知”，受又是什么呢？……对照自己身心的活动，当下的生命经验，包括过去的生命经验，要能对上。要这样来分析生命的现象。佛说的“色集”是什么呢？这在前面有略说，后面还会讲。一一地这样地来观察。

很明显，初步的时候不会那么明利。但是，学个自行车刚开始都还要歪歪扭扭几下，何况学这灭苦之道呢？！刚开始不明利，一步一步来，从色、受、想、行、识，能对上号开始，一点一点地培养自己的如实观察。

摩诃拘絺罗！于此五受阴如实知，如实见，明，觉，慧，无间等，是名为明。成就此者，名为有明。

对于五受阴能够如实知，如实地洞见，有明，有觉，有慧，这叫作明。“明”，如前所说，伴随着明了的洞察；“觉”，是这种认知结果的直接呈现；“慧”，是如其本然地如实简择、了别；“无间等”，前面有说。谁成就了这样的如实知，如实见，明，觉，慧，无间等，叫作有明。

这是摩诃拘絺罗尊者，这一次禅坐之后，黄昏时分去找舍利弗尊者，两个人探讨的两个相关联的问题：无明是什么？明又是什么？舍利弗尊者侧重于从五蕴的角度来说明它。说明什么？说明“无明是不如实知，明是如实知”。如实知的内容，其实舍利弗尊者说的也比较明白——生命现象流转的一面，还灭的一面。

不仅仅只是看到生命的苦迫。如果一个人只看到生命的苦迫，看不到原因，看不到解决的可能，这个人很大的几率会堕入到悲观中。佛法并不是悲观的，当然也不是盲目乐观，佛法是如实观——是怎样就是怎样。苦迫不假，但是，有没有原因呢？有。一般人不一定能够

认识到色、受、想、行、识当体是苦。对于色、受、想、行、识的如实知——现象上是怎样的？本质上是常的、无常的？是我、非我？是要这样的，从现象到本质上都要有一番如实的了知。

现象是这样的，认识到它是无常的，是苦的。那它有没有因缘呢？是一一的各自有这样的因缘的等等，是一一要这样来观察的。不是这样很肤浅、很概括性的文字层面的。当然，对于这个刚开始不熟练，不能够很好地做如实观，那就从对于五蕴能够直接观察开始训练起，在现象上指出色、受、想、行、识，如实知色、受、想、行、识，再来观察它们的常、无常，苦、不苦，是我、非我等等。后面的集、灭、味、患、离，也来一一地观察。

时，二正士各闻所说，欢喜而去。

这一段经文是聚焦于“无明”与“明”，更多的展开没有说。作者选这一篇作为第二选，是接着“无明盖，爱结系”——这个《杂阿含经二十选》的总纲，对于“无明”这个分支做一个总的概括和发起。下面还有若干选经文及相关的讨论，进一步地来说明“无明”相关的内容。这是“经文”，我们略作学习。接下来看一看“解说”。

二、解说

什么是无明？不知（无知）就是无明。

无明的英文翻译就是 ignorance，也就是“无知”这个词。有的人说，有英文阅读能力的，读英文的佛法书，反而看得明白。那也不奇怪，因为除非一些专有的佛法英文词汇，其他一些常用的英文词在他心中其实都是作为白话存在的，所以也就变得更加浅白了。

不知什么呢？对五蕴的不如实知；对五受阴（五受阴：为欲贪所

杂染的五蕴）的集、灭、味、患、离，不如实知，不如实见，不无间等（无间等即现观：看穿、突破、洞察之意），若暗（如在黑暗中），若愚。

先来看看“五受阴”。“受”直接的意思是受取，其实它就跟“爱取”的“取”基本上是一个意思，这也是玄奘法师把它翻译成“五取蕴”的原因。那是什么呢？那是烦恼，是爱染相应的烦恼，这里说“为欲贪所杂染的五蕴”，是对的。

对于五受阴本身及五受阴的集、灭、味、患、离，不如实知，不如实见，不无间等。接下来略解释“无间等”：“无间等即现观”，刚才我们有说：“看穿、突破、洞察之意”，前面我从操作层面和结果层面都做了一点分析。

“若暗（如在黑暗中）”，这是指的无所见；“若愚”，这是知而不正。不如实知，如果细分，可以包括“不知”和“知而不如实”，但是总地来说都叫“不知”或者是“错误的知”。

这样的人，称为有“无明”。

这是对上面经文前半部分的提要、概括。

反过来说，对五受阴的集、灭、味、患、离，如实知，如实见，明白，觉醒，慧悟，亲身体证的人，称为有“明”。

他在这把“无间等”说为“亲身体证”，这是对的。“无间等”也好，“现观”也好，说的都是这种亲切地、直接地、深刻地，体会、体证、洞察。

这是“解说”部分。

三、讨论

(1) 无明盖，爱结系。生命的流转，就是无明为父，贪爱为母。首先来谈无明。

“无明为父，贪爱为母”，这是譬喻说。作者是在交代这样编撰的脉络和因由：“无明盖，爱结系”是生死流转的根源，那么解脱，也就是这些的破灭而已，所以进一步说明是必要的，先谈无明。

什么是无明呢？如第 298 (479) [336] 经中说：“云何无明？不知前际、不知后际、不知前际后际，不知于内、不知于外、不知内外，不知业、不知报、不知业报，不知佛、不知法、不知僧，不知苦、不知集、不知灭、不知道，不知因、不知因所起法，不知善、不善，有罪、无罪，习、不习，若劣、若胜，污染、清净，分别缘起，皆悉不知。于六触入处不如实觉知，于彼彼不知、不见、无无间等，痴暗、无明、大冥，是名无明。”

这是《杂阿含》298 经——依《大正藏经》的经号。后面两个——“(479) [336]”，是经过整理的其他版本的经号，我不一一说。《杂阿含》这部经中谈到的“什么是无明”，也是非常重要的！

“经文”部分，舍利弗尊者是从五蕴的角度来说明“无明与明”。但是《杂阿含》不只从这一个角度来说明“无明与明”，现在这一段文给的就是从其他的角度来说明的。如果就生命当体的分析，是从六入的角度，偏重于生理的一种观察分析。

这段文我们也一起过一下，什么叫无明呢？“不知前际”：这个“前际”，如果泛指，指的是过去；如果专指，是指的前生。“后际”类似，后际泛指未来，专指未来生、后一世。前际是前世，后际是后世，也可以这样说。“不知前际后际”，这是不知道前后生之间的关联。《瑜伽师地论》对于这个“不知前际、不知后际、不知前际后际”，

有另外一种说法，大家可以了解或参考，说：前际就是指的过去世。这里要注意在论疏中谈到“过去世”的时候，不一定是指的过去生，这个“世”有时候不是指的一生一生。“过去世”基本上等于“过去”，有这样的用法。当然，它也是一个多义词，也可以就是指的过去生。“前际”指的是过去；“后际”指的是未来；“前际后际”合在一起，指的是现在。为什么呢？现在，望未来名为前际，望过去名为后际，故称“前际后际”。这是《瑜伽师地论》关于“前际、后际、前际后际”的一种说法，作为另外一种补充。但是，在这里跟大家做解说的时候，我个人倾向于“不知前生，不知后生，不知前后生之间的关联性”。

“不知于内、不知于外、不知内外”：“内”者何也？如果从六入的角度说，就是内六入。什么是“外”呢？如果从六入门来说，那就是外六入。内——眼、耳、鼻、舌、身、意，外——色、声、香、味、触、法。“内外”，就是根尘和合之后，发生的这些关联、现象。再加之下面“业、报、业报”，所以，我没有取《瑜伽师地论》里的那种解说方式。

“不知业、不知报、不知业报”：“业”，是身语意故意造作，形成的对后面的影响；“报”，是由业的影响，而呈现为身心果报的；“业报”指的是业与果报之间的关联性。

“不知佛、不知法、不知僧”：这个大家相对容易理解。不知道佛，以及其他的无学圣人，是彻底的解脱者，他们跟一般流转生死的凡夫有着根本的不同。“法”，佛所觉证、宣说的关于生命的真理，包含着离苦得乐之道；“僧”，是佛的出家弟子，有志于遵循这样如实之法，离苦之道，向于究竟的苦灭——涅槃。对于佛、法、僧的功

德、本质，不了解，这也是无明。

“不知苦、不知集、不知灭、不知道”：这是说不知四谛。“不知苦”：苦，是生命的现实，大家熟悉的生、老、病、死、爱别离、冤憎会、求不得，总而言之，五取蕴就是苦，五受阴就是苦——五取蕴的当体就是苦。大家对于作为身心苦受的，容易体会为苦；对于五取蕴的当体就是苦，不容易体会，这是后世所说的行苦，但对于这个的认识是很重要的！“不知集”：苦，是有它的原因的，但是一般人未必如实知道，所谓“众生不乐苦，爱着众苦因”。苦，谁也不喜欢，但是引生苦的这些身语意、烦恼不善，染着不能离。“不知灭”：不知道苦还能够彻底地熄灭，寂静涅槃。“不知道”：不知道如何依着当下生命的现实，向于清静解脱。这是说“不知苦、集、灭、道，就是无明”。

“不知因、不知因所起法”：这其实是在说不知因缘和因缘所生的法，这个可以从十二缘起的角度加以更多的体会。如果侧重地说，“因”是指的因缘，“因所起法”是缘生的诸法。

“不知善、不善”：人们所觉得的善、不善，不一定是准确的。特别在一个社会中形成的社会总体观念，往往对于“个体对于善、不善的把握”有太大的影响，那这个一定是符合于事实及规律的吗？不一定。

“不知有罪、无罪”：这个“有罪、无罪”不在于法律上，是说它会不会导致罪恶的果报，对于这个不知道。

“不知习、不习”：不知道哪个是真正的修习之道、出离之道。对于是否是正确的修习，没有正确认识。

“不知若劣、若胜”：不知道有情的情况，哪一些是更殊胜的，

哪一些相对来说是比较下劣的。有情的心，哪一些是殊胜的，哪一些是比较下劣的；有情的身、语，哪一些是比较殊胜的，哪一些是比较下劣的。

“不知污染、清净”：哪一些心、行是污染的，哪一些心、行是清净的，也不能如实知。

“分别缘起，皆悉不知”：这个“分别缘起”，可以说是总括前面这些，他都不能够如实了别。

“于六触入处不如实觉知”：这是另外一大门类。“六触入处”，就是指的眼、耳、鼻、舌、身、意——内六入，和色、声、香、味、触、法——外六入，这样根尘和合，生起眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识这六识。之后有没有受？有没有想？有没有爱……。 “六触入处”是总括，不仅是指内六根，还包括刚才所说的六六法等等。

“于彼彼不知、不见、无无间等，痴暗、无明、大冥，是名无明”：这跟刚才“经文”总结无明那一段是一样的话，就不再重复了。

这是作者引的一段经文，做了一点解释。

又如第 251 (377) [253] 经中说：“无知者是为无明。云何无知？谓眼无常不如实知，是名无知；眼生灭法不如实知，是名无知。”

这其实不仅仅在现象上是否有如实知，还有现象的本质——常、无常，我、非我，对于这些是否有如实知，也关系着无明。这里说“眼无常不如实知”，不仅仅是眼，这是举眼为例，其他耳、鼻、舌、身、意都是一样例下来的。

这样眼、耳、鼻、舌、身、意的观察，就是对于生命现象当体的一种全面分析。眼、耳、鼻、舌、身是色法的，意是名法的，这样的

名色法是无常的。对于这个不能如实知，这是无知，是无明。对于“眼生灭法”，它是怎样缘生、缘灭，不可得，不如实知，这叫无知，叫无明。这跟前面比较起来，特别强调更深彻的智慧，向于本质的智慧。

所以，归结来说，不明善恶果报，不知圣贤凡愚，不知分别缘起，不知无常生灭，就是无明。

作者在这里总括说，如果不明了善恶果报（这是前面谈到的前后际关系，业、报、业报关系等等），圣贤凡愚（佛、法、僧），不知分别缘起（比如以六入来说），不知无常生灭，这些就是无明。说的门类好像比较多，铺的面比较广，使初学者容易抓不住头绪，那我可以给大家概括一下，总地来说：**无明就是对于生命的现象、规律、本质，不如实知。**

但是，如实知，不仅仅是知识上的了解。这里说到的“如实知”、“如实见”、“无间等”是很深刻的，确实是突破的、刺穿的那种智慧。不是刷着手机——“这个我又了解了”，这种肤浅的知。是伴随着对于生命现象，无间地如实洞察。如果连五蕴跟身心的现象，对上号这一关还没做到；如果不能做到不再借助语言的帮助——色、受、想、行、识这些名言的帮助，如实地、直接地体察生命现象，那还差得远。只有做到了这个，才具备了如实观察的基本能力，那才谈得上自己时时地来观察现象，来观察因缘，来观察其中的无常、无我。

这是第一则“讨论”，给大家略作解说。时间关系，今天要讲的就是这些。大家如果有相关的问题可以提一下，我们做个交流。

【答疑解惑】

法友：顶礼师父！善、不善心所相应的心理活动，属于行蕴，对吗？

法师：在后世，从部派佛教开始，大家基本上有这个共识——除了受、想之外，其他的心所都归为行蕴。在《阿含》中主要说为思。这个道理，我过去也说过，有部是怎么来会通的呢？说：《契经》（指《阿含》）中把行蕴说为思，是就胜——强胜的意志推动力来说的。因为思心所在后世都是作为遍行的，只要做心所分析的佛教流派，都把思作为遍行，就是普遍地与一切心和心的活动都相应的。那他把这个道理说成是《契经》中是就胜——思心所这种强胜的作用来说的。后世把除了受、想之外的其他心所都摄为行蕴，是有他们的考量的。

法友：识蕴，总是先完成识别之后，再作为被了别的，被记别为“这能了别的就是识蕴，能了别识蕴的还是识蕴”，这样理解对吗？

法师：先总地来说，这样的理解是对的。下面再略说几句。

色、受、想、行、识五蕴，偏重于精神的分析，心理的分析。如果把它作为一个动态的过程来说，之前有说过，五蕴中的识，要解读为识触——触心所相应的识。什么意思呢？不是别的，就是根、尘和合生识。在根、尘和合生识的这个时候，三者的和合称为触。那这个识，为什么强调是识触呢？就是这样不离于根、尘现起的识。你如果能够这样去把握它，你做五蕴动态观察的时候，可能会更好。

这个强调很重要！一般人想到识的时候，是头脑中有一个孤零零的识的意象。所以搞来搞去，那个识就变成了“我”的另一种说法。强调识触，有它的意义，前面有谈到。

那么，前边识的活动，可以被后边识的活动所了解，这就是你说的意思。中间要间隔多久呢？最紧密的就是没有间隔，如前面说的“无间等”：现象发生了→内心去觉知，中间没有插进去心的其他活动，这是“无间”的意思。“无间”：第一、并不等于严格的的同时性；第

二、也并不意味着时间上必然的无缝紧贴。为什么呢？也许前面一念心是没有识活动的状态，比如说无想定，比如说灭尽定，他们后面意识的现起，跟之前有活动的心识之间，没有间隔进来其他心的活动，也叫“无间”。所以这个“无间”的意思，要体会，跟同时性不一样，跟前后时间上没有缝隙的紧密贴紧也不一样，它说的是在中间没有其他心活动的间隔。这是对这两个问题略作回答。

法友：请问法师，一些学法不多，通过做事而开悟的人，是怎样“明”的？

法师：首先，这个没有指向具体的例子。另外，如果指向具体例子，应该指向确切的，为佛法所共许的例子。后世的这些公案、典故，一般来说，不具备这种严谨性和权威性。探讨佛法，想要拿事情做例证，我希望是《杂阿含》中的事例，这在佛法中基本上是最具确实性的。否则，某甲说一段公案，由这个来推佛法的道理，但是，某甲说的那个公案，是不是如他所说的呢？不一定说他故意欺骗，因为每个人的认知有可能有偏差；再一个，有没有在流传过程中出现的一些跟事实不相符的变化呢？这些都没有确定，就依着这样所谓的典故来推导，那不妥当。

说得明白一点，依“事”来推理不是不可以，但是这个“事”要确实。“事”的确实，不因所说人的德行而能保证，为什么？不排除他也是因循过去的错误，不排除他也被错误所蒙蔽。德行好，并不意味着没有错误，并不意味着认知全然如实。这是很重要的！这也是为什么拿《杂含》这样的典籍来跟大家一起做学习。

因为问题中所指的事情不清，所以没有办法进一步分析，但是给大家贡献了一点类似与此相关的看法。

时间关系，我们今天就到这里。请大家一起合掌，我们做一回向：

【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 07

—— 第二选 不如实知是无明（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】

上一节课开始，我们在学习《杂阿含经二十选》的第二选〈不如实知是无明〉，相应的经文内容是舍利弗尊者和摩诃拘絺罗尊者之间的探讨、交流，说明“不如实知是无明，如实知是明”。对什么不如实知？对什么如实知？经中所说是五蕴的当体，也就是五蕴以及五蕴的集、灭、味、患、离，对于这些不如实知，叫作无明；对这些如实知，叫作明。

通过“讨论”（1）的拓展和我们相应的分析说明，也做了一个概括。怎样归纳概括的呢？对于生命现象（特别是人）和本质如实知叫作明，不如实知叫无明。我当时说得详细一点：对于生命的现象、规律和本质，如实知叫作明，不如实知叫无明。我们虽然每一天都在过生活，但是对于当下的身心，可能并没有深刻的洞见，借用中国古人的话说，“百姓日用而不知”，只是借用而已，不是说都一样。

为什么从五受阴的角度来分析生命现象，来推敲生命本质呢？看

一看我们一般人对于自己内在的认识是怎样的？对于自己的内在认识，是一整个的，不是因缘和合的；是他自己就是他自己的，不是因缘流变的。我们感觉是一整个的，非和合的；是他自己就是他自己——任持的，而不是众缘成就的；是我自己一直是我自己——常的，而不是刹那刹那生灭变易的。这当然是不符合事实及本质的。依着这样错谬的认知、颠倒的认知，去生活，去在这世间奔波，当然会有种种的过患。这个过患不是表现为别的，就是种种苦迫。

我过去说：苦的根源是错误；如果内心感到痛苦，那么背后一定有内心的错误。对于当下是如此，从长的甚至跨越生死的因果关联来看也是如此。无明是错误，基于无明的爱、取是错误；烦恼是错误，是内心的错误。有了这些错误，终将结出苦果。所以为什么要探讨“明、无明”呢？谁也不想要苦，但是如果不能够堪破苦根，如何能避免苦？这是对前面略说一下。我们接下来继续第二选中“讨论”（2）的学习——

（2）经中说，不如实知“五受阴”的苦、集、灭、道、味、患、离，就是“无明”。这里所说的不如实知，再加上不如实见，不无间的脚注，就更明确地表示了：“如实知”，不仅只是如其事实，正确的知而已，而且是要身体力行，亲身体证的知，有“知行合一”的含意。

因为这里的关键在于是否如实知，所以特别地对于如实知的“知”加以了一些探讨。这不应该是我们一般阅读和听闻那种形成理解的“知”，而是更深刻的，如同面对面见到，甚至比一般眼见更加清晰、更加深刻、更加有穿透力的那种洞见。那是什么呢？那其实是无漏慧相应的“知”。

我们一般读书、听讲，或者自己不离开言语引导的思考，这些都属于闻慧所摄，是基于语言文字的理解，这是一种知。这种知，如果是正确的，也能是或浅或深的闻慧（闻慧也有浅深不同），但是与真正突破无明的那种如实知还有距离。强调这个，是希望大家不要引起误会。常常听到学习佛法的人有这样的疑问：道理我都懂了，怎么临事就用不上，或者不管用呢？说一个简单的例子：左力的人（习惯用左手的人），如果想改右手（这只是举例，实际没什么太大的必然和必要），知道应该用右手，这看起来是多简单的一件事呢，但也不那么容易吧！这是什么意思呢？仅仅只是理解的知，还不够！

我们一般生活中的这些种种贪嗔境界，给我们带来的是更鲜活、更有味道的经验，也就是这里说苦、集、灭、道、味、患、离的这个“味”，说的是对他相应的，比如色、受、想、行、识中的哪一个，生起贪喜。这个贪喜是什么呢？内心中的一种倾向。这个“味”还可以理解为品味、爱味、味着。那个东西对于自己是有味道的，是鲜活的。而这个佛法的说明，如果只停留在概念层面的了解，听到、读到的理解，跟那个相比，就太浅了、太没有力量了。所以智慧，应该令它转深。我过去说：如果经由闻慧，和自己不断的思择、观察，将这样的闻慧推进到了思慧，那就有一些力量了。思慧虽然是基于思择产生的，但是它是更直觉性质的，是更深刻、更有力量，也是带着内心的味道的。如果有了这个层面的智慧，那么说到净化，说到改善，就不像过去那么吃力了，相对来说更容易。

这里是在强调：如实知，不仅仅是一般的了解、理解——闻慧层面的，而是更深刻的；明确地说，经中所描述的是无漏慧。当然，我们闻、思、修慧相应的“明”也是有的（明和慧是同一个意思），只不过它还不够深刻而已，它的力量还不足以彻底地粉碎过去的错误而

己。但是，诸法因缘生，我们作为一个健全的人，有作为人的基本智能，所谓的生得慧。从接触佛法，有所理解开始，这是具足闻慧。然后自己渐行渐深，思择、观察、修习。从闻慧进展到思慧、修慧，因缘合适的时候，引发无漏智慧，这才具足彻底粉碎过去错误的力量。这是渐次深入的，没有前前，就没有后后。我们如果生为一个小甲虫，没有人的生得慧，这一生在道业上有什么可能呢？生而为人，理智又不健全，也是没有希望。从生得慧的具足，到有善法因缘，得以听闻、思择、修习、趣入，这是我们的幸运！

（3）如第 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。”

这是在解释五受阴。因为用了“五受阴”这个词，所以要解说一下。五受阴是什么意思？是说五阴就是受吗？还是说五阴跟受是分开的？都不是。既不是说“五阴就是受”，也不是说“离开了五阴有受”。而是于诸境界——内外境界，有欲贪者，是五受阴。

在这里要强调一下这个“受”字，我们讲解的时候有说过，这个“受”跟后来翻译用的“取”是一个意思，都是指的烦恼——染爱、贪欲为显著代表的烦恼。所以这个“受”，不作受心所的那个受来理解，不是我们苦、乐、舍受——情感上的感受，而是指以欲贪、染爱等为代表的烦恼，跟后来五取蕴的“取”是一个意思。

所以说，五受阴就是指为欲贪所杂染的五蕴，也就是指众生了。

“为欲贪所杂染的五蕴”——有欲贪者，我们一般都感觉、都理解想象为一个人，或者某个有情；但是要知道，这是五蕴聚而已。为什么要从五蕴、六入乃至六界种种角度来观察人，来剖析人，来洞察现象、规律、本质？

这个道理其实很简单，过去我常举这样的比喻：有一个人的汽车出了问题，但还能开，他开到修车的地方，跟修车师傅说：“我这辆车出问题了。”修车师傅问：“哪儿出问题了，有什么问题啊？”“车出问题了”，因为他不懂车，在他心里，车就是一整个儿的，他不知道是哪些部件和合，配合着运作，外边造个壳，大家起一个名叫什么什么车，他从一开始接触就取为一整个的、它就是它自己的这种相，有这种认识。那现在出了问题，他也觉得是一整个出了问题，看不到是因缘和合，也许是哪一个因缘（零部件）不是那么正常运转。

我也曾以病人做过比喻。病人去看医生：“医生，我不舒服。”“哪不舒服？”“我不舒服。医生你看我是不是有什么病了？”医生如果修养不好，就说：“你应该先去挂精神科。”什么意思呢？我们人把自己看成一整个，常常不一定能够感觉到是分分片片和合而成的，这是偏于说色。那么名、色的配合——精神现象、生理现象的配合，也看不到如车是配合的运作一样，于此之上，安立假名叫某甲、某乙，叫人、叫牛、叫羊。

如何来对治这种问题呢？如果我们能够如其所然地去认识它，看到它因缘的和合，那个时候对于过去那个“一整个的、他就是他自己的”错误认识，是破坏性的、粉碎性的。所以《杂阿含》中几乎常常见到关于蕴、处、界的分析，这很重要！如果学习佛法，而不能够破除自己过去内心中“一整个的、我就是我的”这种错误认识，学多久也是门外汉。

所以这里说到“五受阴就是指为欲贪所杂染的五蕴，也就是众生了”。说到“众生”，又想起一整个一整个的意象。要知道，这二者是划等号的。“众生”，特别指凡夫有情，就是这样烦恼杂染的五蕴

聚。你是这样认识的吗？对于自己，是这样认识的吗？对于他人，是这样认识的吗？这样的认识，有很多好处：烦恼调伏；内心渐渐离于错误、逼恼、痛苦；常常因为基于正确，而能够自然地产生安宁、平和、怡然乃至喜乐；看别人，也不像过去那样，像一整个一整个的“车”。“一整个一整个的、他就是他的”那种意象不再出现了，看到的是五蕴的和合运转，至少从自己身上能例过去。

能够体谅，能够理解；不一定认同。哪怕对方错得很离谱，哪怕对方很不应理，甚至是暴恶的——能够理解为什么会这样，是怎样发生了这个事情。而不是像过去一样，因为自己错误认识，很自然地陷入情绪反应。这样就不容易为内外因缘所触恼。

而六入处，是众生日常生活中，最主要的活动门户，与五蕴相呼应。因此，“不如实知”就以“五蕴”与“六入处”的说明为主了，这是往下〈第三选〉与〈第四选〉的主题。

这是在说六入。六入，是以内六入与外六入的和合引生六识，根尘识和合有触、有受、有爱等六六法，来说明基于认知的生命现象。仅仅描述现象，和现象中包含的问题，问题的原因，不是佛法的要害所在。佛法的关要，在于解决问题——解决苦，究竟离苦。所以，从六入的角度来说佛法的修习和完成，也就是基于认知的生命净化与解脱。

经中常常以“五蕴”、“六入”说，当然有一些地方也谈六界（地、水、火、风、空、识），但在《杂阿含》中六界出现的频率，不如五蕴、六入那么多，后面也有经文讲到。这里说“‘不如实知’就以‘五蕴’与‘六入处’的说明为主了”，特别指出：也因此下面〈第三选〉、〈第四选〉，就选了相应的经文。

应该看到这一篇其实是作为“无明”这一分支下的总要，所以在讨论（1）里作者也通过引《杂阿含经》相应经文，指出了种种不如实知的表现。那后面具体经文，就是依着那一段的总括，来做的对应选择。所以在这一段“讨论”的内容里，其实也包含了“说明后面内容”和“为什么这样安排”的意思。

（4）第 133（1785）[135]经，以及第 136（1788）[138]经中说：“系着，见我，令众生无明所盖，爱系其首，长道驱驰，生死轮回，生死流转。”又如第 45（157）[91]经中说：“愚痴无闻凡夫，以无明故，见色是我、异我、相在，言我真实不舍。”所以，除了“不如实知”外，“我见”也是“无明”的一个重要内涵，这是往下〈第五选〉、〈第六选〉与〈第七选〉的主题。

这仍然在探讨无明，并给出选择下面经文主题的原因。看一下相应的文：“经中说：‘系着，见我，令众生无明所盖，爱系其首，长道驱驰，生死轮回，生死流转。’”简单的几句话里还是谈到了：无明与染爱，是生死流转的因。只是特别地强调了“见我”。“见我”的意思是什么呢？在这个生命的现象上，形成了错误的认知——以为有个“我”，觉得有个“我”，坚定地认同有个“我”。

过去有人问我“无我”的道理。很多人都觉得：说“无我”，是对于自己的否定。那我问他：你这个所谓“自己”，是什么呢？他模模糊糊不知道。什么意思呢？其实这里有两件事：一个是生命的现象，一个是对生命现象的认识。生命现象怎么样，是一回事；对于它的认识是怎么样，是另一回事。实际上，我们的感官面对身心、面对生命现象，是要形成认识，是要产生认识结果的。那这里就有一个问题：对于生命现象的认识，与生命现象本身，是否一致？

我们对于当下这个身心五蕴（五取蕴、五蕴聚）的认识，是什么呢？这是“我”或者是“我的”——不同人的偏执不一样，但多数人感觉“这就是我”。“这是我”，是什么意思呢？“我是一整个的”，每个人所感觉的内在的自我，都是那么的完整，那么的不可分割，没有人觉得我是东一片西一片拼起来的。而且“我就是我”，内心感觉的“我自己”的这个我，“一整个儿”的这个我，是不待于其他因缘的。而且“我一直是我是”，没有变成张三李四，也不可能变成张三李四，有一个什么东西让他一直就是他。这是人们对于这个生命现象——身心五蕴，形成的内在认识。这样的认识，如实吗？是这样的观察。

这样针对生命现象的观察，比如说从五蕴（色、受、想、行、识）的角度来观察，哪有什么一整个啊？不就跟车一样，是分分片片和合，配合着运作吗？哪有什么“我一直是我是”呀？不是无常变化的嘛。不管是色、受、想、行、识，哪一个不是在刹那生灭变化呢？谈什么保持不变呢？不可能的。还说“不待缘”，这就是因缘和合而成的，怎么可能“自己就是自己”呢？这样下来，看到“内在的自我感”是一种错觉。

人内在的自我感，是一种意识上的错觉；对于身心现象形成的自我认识、自我意识，是一种错误认识——“感觉有我”是错觉，“认为有我”是错误认识。人的整个生命，基本上就是基于这样的错觉和错误认识，不断地向前滚动。如果这个错误不能够被发现，不能够被终止，那就这样一直滚动下去，这叫轮回。由无明为因缘，生起染爱。无明、染爱，导致身语意有与它相应的运作，产生感生后有的影响力——行业。于是，就这样不断地轮转下去了。

对于生命，他没有无常、苦的洞见，也许觉得：“啊！不是断灭

的，好！那我就变相地永生不死了”，或许还觉得舒口气吧！但是，如果真的认识到“这是无常、苦迫的”，就像一个人被扔到油锅里炸，你认为他是希望一直炸下去呢？还是希望尽快出来？取决于自己，取决于自己的认识，取决于自己对于苦的敏感。这是就“见我”略说几句。

“又如第 45（157）[91]经中说：‘愚痴无闻凡夫，以无明故，见色是我、异我、相在，言我真实不舍。’”这里说到了“见色是我、异我、相在”：这是以色为代表，一一蕴这样例下去，说“色是我”，或者以为“受是我”，乃至“识是我”。有的人是这样认为的。比如一般人粗的感觉，就是觉得这个身体是我，那不就是色是我吗？不要觉得“谁觉得色是我”呀？多数人粗分的感觉，就是觉得“这个身体是我”——“色是我”。但是仔细一想，比如说牙，本来这是身分的一部分，但是因缘到了就需要拔，那这个时候就不把它摄为我了，摄为什么呢？摄为是“我的”。这个“异我”的意思，就是它不是我，而是属于我的，是“我所”的意思。

人的心真的很荒谬，认知也很有意思。这个内在的我的感觉，说它包括了什么、是什么，总在弹性变化。但是有一点是他坚固不舍的，就是我感觉这个我的存在是真实的，一定是。

“相在”，指的是“我在色中，色在我中，……我在识中，识在我中”，这个都是有的。执着有一个更大的我，这样的色身被包括其中，乃至受、想、行、识被包括其中，这是“色在我中”，及至受、想、行、识在我中。有的时候，像我刚才说到的拔牙，乃至做器官的切除，这个时候又觉得那个是过去属于我的，因为因缘可以不是“我的”，当然也不是“我”，那内在的“我”是什么呢？他觉得是在色

的什么核心位置，或者是在受、想、行、识的哪一个里面，这是“我在色中”乃至“我在识中”。这是“相在”的意思。“相”是互相——“我在色中”乃至“我在识中”，或者是“色在我中”乃至“识在我中”。

这是“见色是我、异我、相在”。不管怎么样，基于自己内在自我感的错觉，形成的自我认识，并且坚固不舍，这是问题。大家可以适当地、常常地拿这个车喻想一想：一个不懂车的人，就因为这一个壳子把这些部件罩了起来，就觉得车是一整个的，它就是它，看不到是这些配件怎么样在和合运作。甚至有的人觉得：虽然是零件配合，但是车不就是零件，所以有一辆车。真是这样的话，我给他出了个主意：离了这些配件，你觉得在这之上，真的有一辆车能够具有这些功能，那你把这些零件卖了，然后开着你觉得的那辆车回家，那不就赚钱了吗？想一想车的喻，人也是种种因缘和合，从五蕴的角度看、六入的角度看都可以，都是对我们有帮助的。

“所以，除了‘不如实知’外，‘我见’也是‘无明’的一个重要内涵”：“我见”是不如实知的一种表现，是基于不如实知而形成的一种倒见，它不是在不如实知之外的。基于不如实知，错觉有我，坚固地认同有我，一定有我，这个是“我见”。如果从心所分析上来说，基于这样眼、色……意、法因缘，形成内在的认知结果，意识中呈现的“我”的意象，那叫作“我想”。莫名其妙的，不加思索的，甚至没有意识到有这个过程的，会觉得这个“我想”——自我的意象，就对应着生命现象的真实，觉得“有我”是对的，这叫作“我见”。这是“想心所”和后面“不正见”之间的关联和差别。

我见，跟不如实知是有关的，也很难说在不如实知之外，可以说

是基于不如实知的一种表现，当然也是“无明”的一个重要内涵。从认知上说，认知为有我的，这是错误的“知”。后面五、六、七——三选，是关于这个主题的。

（5）不知“分别缘起”，不知“无常生灭”，也是无明的内涵。

前面在“讨论”（1）中引的那段经文，在后面临结束的位置有这样的文字——“不知分别缘起”、“不知无常生灭”。当时也说：如果概括地说，以上那些都算是“分别缘起”的具体情况；但是如果特别地说，“分别缘起”是特别关于缘起的。这里说：

“分别缘起”是有关于“因缘观”的，“无常生灭”是有关于“无常观”的，这是佛法的重要法义，也是〈第十二选〉与〈第十三选〉的主题。

我们接触佛法，对于“因缘观”、“无常观”，至少听起来不陌生。后面也会有相应的经文，来专门地引领我们更多地深入。

（6）其他关于无明解说的经文：256（39）[33]，257（40）[34]，490（1483）[489]。

这是给出了其他与此相关的几个经文，当然不止这三个经。他这里只是给出几个而已，因为这毕竟不是学术研究的格式。即便学术研究，可能也用不着尽举，择其要——择有代表性的，给大家做一点参考。

（7）相当的南传巴利文经典为：《相应部》〈蕴相应〉第一三五经〈拘絺罗〉（22-135）（元亨寺南传大藏经译本第一五册二五二页）

这是给出与此相当的，对应的南传巴利文经典的出处。

这是这一选“讨论”里的内容。回过头来，我们看第二选的这段经文，有佛陀出现吗？没有。相应的经文内容，不是佛陀说的，是两位圣弟子之间的问答、探讨。也没有像大家耳熟能详的一些情况那样，在末后有所谓佛的印证。但是结集的时候，诸阿罗汉圣者们都一致认同“这是佛法，可以结集为经典，我们诵持，流传下去”。

我们汉传的《杂阿含》基本上认为是有部的，跟南传的《杂阿含》还是有一些或多或少的差别。如果是诸部各自传诵的《阿含》重合的地方，这说明什么呢？这说明相应的内容，应该是在部派分裂之前就在僧团中流传的，那就说明是比较古行的，更靠前的。本末分裂——部派最开始的分裂，基本是在佛灭度一百年左右。如果是在那之前传诵的内容，基本上保持着相当的一致性。

谈这个是什么意思呢？从《杂阿含》这种把佛弟子所说也作为经典结集、流传来看，它并不是一定要从佛口而出，这就是后世“经通五人说”的原因之一。“佛弟子说”是一种来源。只要所说的，是符合于佛法的，符合于正理的，那就认可它是佛法，也不妨结集为经文，传诵下去。要理解这个意思。我们很多汉传佛教徒缺少对于经典恰当地深入和把握，常常有一些不那么中立的经典观甚至是关于佛法的认识。所以从这些经文本身的内容之外，我们应该也能够品味一些东西，把握一些东西。这是我们今天共同学习的内容。

大家如果有相关的问题，不妨提出来做一些交流。

【答疑解惑】

法友：顶礼师父！六入处修习的下手处，就是觉照六尘。这样理解修习，可以吗？如何带着苦、无常、无我的正念，去觉知身心呢？

法师：不可以。为什么呢？因为所谓的觉照六尘，那是向外用功。

不是说不可以对于所缘的尘境有觉知，但是如果重点在这个上，如何突破对于生命本身错谬的认识呢？这样就触碰不到，或者不容易触碰到过去的错误。

过去的错误是什么呢？刚才有说：觉得是一整个的，不是因缘和合的；觉得我就是我，是这样自然而然的。包括认识过程，觉得就是一整个儿的我，自然而然地有这样的认识。不是的。是根、尘、识的和合，根、尘、识和合触，有后面的受、想、思、爱等等，这样看才是把握了生命当下的缘起之流。如果深刻地观察，内不执我，外不执法。当然，《杂阿含》的重点主要在“内不执我”。

所以，如果这个功夫主要在向外照，那是在照什么呢？怕走路绊到吗？所以六入处的修习，上来主要关键处在六根；没有离开身心，重点在身心。六入的“入”就是“入处”的意思，《阿含》中叫“六触入处”，就是六类“触”发生的入口，直白的文字就是这个意思。什么叫触？就是接触。什么的接触？根、尘、识的接触。发生的关键处、生长处、入口，是什么呢？眼、耳、鼻、舌、身、意。“六内入”是枢纽，而不是“六外入”——六尘是关键，这是重大差别。

后面的问题：如何带着苦、无常、无我的正念，去觉知身心呢？因为你问的是关于六入的修习。六入的修习，我在六入处禅修营中有一个比较细致的说明：首先是了知现象；在这个基础上，基于对现象层面的如实知，进而来洞察本质，洞察无常、无我。简单地说是这样几步。这是对于这个问题的回应。

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 08

—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（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】

今天我们要来学习《杂阿含经二十选》的第三选〈五蕴如实知——七处三观经〉（经号：42（154）[88]）。上一选我们学习的是〈不如实知是无明〉，探讨的是何为无明、何为明。这一选和下面的几选，都是从不同的角度来说明如实知、不如实知，这一选侧重是从五蕴的角度来说明。我们首先来看一下经文——

一、经文

如是我闻：一时，佛住舍卫国祇树给孤独园。

这是交代这一次说法的地点。

尔时，世尊告诸比丘：“有七处善，三种观义，尽于此法得漏尽，得无漏心解脱、慧解脱，现法自知，身作证具足住：我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。”

这是佛陀告诉在场的诸位比丘，有所谓“七处善，三种观义”。

什么叫七处善呢？也就是后面所说的，从苦、集、灭、道、味、患、离这七个方面，来观察培养如实知，这叫七处善。

在什么上做这七种观察，修这所谓七处善呢？从蕴、处、界这三类角度来修习。观察五蕴的苦、集、灭、道、味、患、离；观察六入的苦、集、灭、道、味、患、离；观察六界的苦、集、灭、道、味、患、离。这蕴、处、界是平行的，都是对于人乃至有情做剖析、做观察的角度，这叫三种观义。

虽然角度不同，但它们互相之间当然可以有交摄，比如五蕴和六入是如何互摄的，六界又跟五蕴乃至六入有怎样的关联，是有这样的互摄。这不奇怪，因为所指的现象都是人乃至有情。就像研究一辆车，可以从不同的角度来做侧重观察：有的从材料科学的角度，看它都包含哪些金属，哪些有机物，比如说塑料制品乃至皮革等；从部件之间如何联动，这也是一个角度——它们当然是互相关涉的。理解了那个，对于蕴、处、界之间的关涉，自然也就没有什么好奇怪的。

这是略说“七处善，三种观义”。佛是先统说，下面要讲具体内容。那么，为什么要说这个法呢？

“尽于此法得漏尽”：因为修行这个法，如果能够究竟达成的话，可以实现漏尽解脱。“漏尽”的意思，就是烦恼尽断，不复更生，那当然是解脱，是涅槃。下面对于这个“得漏尽”做进一步说明。

“得无漏心解脱、慧解脱”：“得无漏”，得无漏智慧，也得无漏道果。从什么角度来分别说解脱呢？心解脱、慧解脱。分别对应什么呢？侧重对应染爱和无明。慧解脱，对应的是无明；心解脱，对应的是染爱。究竟的解脱，当然是尽断无明、爱染的。也就是说，慧解脱，偏重于说明属“见”的烦恼被断除了，从彼解脱；心解脱，偏重

于说属“爱”的烦恼被断除了，从彼解脱——这里多少还是有一些差别。虽然无明跟染爱有一定的关联性，但是在生命中所表现出来的侧重特点，还是各有差别的，所以从这样对治的角度，对于解脱也不妨有这样的分别说。

“现法自知，身作证具足住”：这就像前面说的“不待时节”，当下，佛法在生命中完全地实现，得到究竟的解脱（“现法”）；而且自己知道自己得到这样的解脱（“自知”）；当下的生命，就是佛法真实不虚的见证（“身作证”）；具足解脱而住（“具足住”）。

下面几句话是经中常见的：**“我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。”****“我生已尽”**：生死到了尽头——不仅指这一生，是说轮回到了尽头。有一些人觉得有一些话听起来很相应，愿意说“这一生是轮回的最后一生”。从前我也说过：如果不是无学，不要说这样的话，有大妄语之嫌，只有无学圣人说这样的话才属实。所谓此生是轮回中的最后一生，就对应这句话——“我生已尽”。怎么可以随便说呢？“很美！”学佛不能被美左右，更不能贪图一时的美、一时的爽快，就随便说。**“梵行已立”**：这个梵行，从前也说有狭义、广义，狭义的是说远离男女欲染行，广义的是指道德乃至向上一着——解脱。这里指的是广义的意思——修行的结果已经获得了。**“所作已作”**：这些该做的修行，都已经做过，达成。**“自知不受后有”**：不会再受下一生。这是“身作证具足住”的内容。

这一段主要是佛说有“七处善，三种观义”。为什么讲这个？能给修习者带来解脱的利益。

接下来是具体的解说，分别说明“七处善”和“三种观义”。这部经详说七处善，略说三种观义。因为以五蕴为例，详说了“七处善”，

按说，后面的“三种观义”，六入以及六界，作为一个实际的修行人，有了前面细致的讲解，自己也会例出来的，所以佛是略说的。

云何比丘七处善？

比丘！如实知色，色集，色灭，色灭道迹，色味，色患，色离如实知。

佛从五蕴举例来说明七处善——从七个方面的善巧观察，来增长无漏善法。哪七个方面呢？五蕴中，先就色蕴来说。如实知“色”——所谓的“色本身”，也就是如实知色的现象，这是一；“色集”是二；“色灭”是三；“色灭道迹”是四；“色味”是五；“色患”是六；“色离”是七。

如实知“色”，是首先说明对于色的现象如实知。色的现象，这里不是广指山河大地等器世间，而是侧重于有情身心当下所含摄的色法现象，这在一开始就反复说过。“色集，……色离如实知”，这是例下来，下文会有分别的说明。我们先来看下面的经文：

如是，受……。想……。行……。识，识集，识灭，识灭道迹，识味，识患，识离如实知。

在最开始第一选就说过，这是为了说明乃至结集的方便，所以略去。不意味着学者——学习、修行的人，自己理解、思择、观察的时候也可以这样省略。一个“亦复如是”带过去，那就是浮光掠影。不可以！要一一地来观察：对于色，如实知了吗？对于受，如实知了吗？想……，行……，识……。在身心现象现起的当下，立刻就知道这是什么吗？能够看到它前后的因缘吗？如实知“色”，乃至如实知“识”；如实知“色集”，乃至如实知“识集”；……如是，如实知“色离”，乃至如实知“识离”。这是对于七处善，以五蕴做一个概说。

下面是以五蕴来更细致地解释七处善。七处善，实际是苦、集、灭、道、味、患、离。那所谓的苦，就五蕴来说，不是别的，色、受、想、行、识的当体就是苦，就像经中所说的：“总而言之，五取蕴即是苦”。

云何色如实知？诸所有色，一切四大及四大造色，是名为色。如是，色如实知。

首先解释对于色的如实知。色的现象是什么呢？这里说为：所有的色，不外乎四大和四大造色，这叫作色。对于这些如实知，叫作对色如实知。五蕴里所说的色，针对人这种生命现象的时候，当然是说的生命体中含摄的色法，这在后面其他经文中讲到四大就能看出来，不是指土木、山石、房屋、田园说的，而是就眼、耳、鼻、舌等说的四大。

应该知道，以四大的说法来说色——物质，并不是佛教所创。佛世的时候，在印度的一般世间学问中，就有以四大说明色法的。对于西方哲学有了解的，或许会有更多的联想，我们这里不去展开。四大——地、水、火、风，在印度当时世间学问中所指的，以及如何由这些来构成色法的，是有一些说明，但佛教并没有完全采用，佛陀更多地是用四大来说明色身的现象。

什么叫四大？什么叫四大造色？如果看《杂阿含》中就眼来解说地、水、火、风，这一选后面“讨论”中也引了相应的文。如何说地大呢？眼这个肉团中这些坚性的是地大，水大是这些润泽性的，火大是那些暖性的，风大是指那些轻动性的。色身中，或者是一一的部位中，一一的器官中，一一的组织中，是这样去说四大，从这些角度来观察色法、来说明色法。那反过来说，色法也可以看作这四类特征的

和合呈现。这是所谓四大和四大造色。

部派佛教以及之后佛法中的诸位论师们，对于四大、四大造色，有不少更细致的说明。但请大家一定不要忘了：佛法是帮人走向解脱的！它固然可以在一些细节上说到很深很细，可是也不要让枝节和枝节的放大，掩盖了主干。四大到底是什么？四大造色又指什么？它又怎么造的？这些细致研究下去，就变成了物理学。佛法不是物理学，它是让我们从这样一个相对简单，不需要高深学问，每个人即身观察都能有朴素认识的角度，来分析色身，说得明白一点，能够解构它。不必多么高深的学问，只要有一般人正常的感官能力和很普通的思惟归纳能力，就可以对这个色身形成朴素认识，是这样而已。

所谓的坚、湿、暖、动，是伴随着人认知能力的一种表达。地、水、火、风，对应坚、湿、暖、动。但是色呈现为这样的相，是跟人的认知能力相关联的，这里不去过多地细说。注意！不要在这个上花太多的精力，以至于忘了学佛是要干什么。当然，如果自己对于主干很清楚，游刃有余，那么对于细节做一番历史的梳理，乃至因应时节因缘的展开，也未尝不可。

要知道佛以四大、四大造色来说色，是为了契应时节因缘。假如果说佛陀出现在当今这个时代，佛说色法有可能是另外一个角度。当然，这个角度一定不是需要那么高的门槛，才能够了解，才能够把握，才能够透视的。佛陀的教法，应该说只要是一个诸根具足、神志正常的人，都可以有份的，不需要高深的学养。

云何色集如实知？爱喜，是名色集。如是，色集如实知。

就色讲了苦，那也要讲相应的集谛。色这种苦的现象，是如何集起的？什么因缘导致的？应该知道，这里说色的时候，是五蕴聚中的

色。什么叫五蕴聚中的色呢？人乃至有情身心中的色，也就是我们生命体中的这些色法现象，这些物质现象，是偏于生理的。比如就人来说，人身中的色，是什么因缘集起的呢？是“爱喜”，这是色集起的因缘。

为什么说是爱喜呢？这就要说到这一生的受生。这一生的受生，是因为从前生五蕴散坏的那个刹那，自己无明染爱未断除，由这样的无明染爱为因，配合相应的行业，有了这一生的受生，导致五蕴聚的再次现起。所以指向根源，说“**爱喜，是名色集**”。所以这里的色，是侧重在说身心中的色法。

“**如是，色集如实知**”：这里所说的色集，是在解剖轮回。轮回中不离于有情五蕴身心的色法现象，它的现起因缘是什么呢？是爱喜。没有侧重地去研究山河大地、日月星辰，而是对于身心当下色法现象的因缘，能够如是如实地了知，叫作色集如实知。

云何色灭如实知？爱喜灭，是名色灭。如是，色灭如实知。

这是就色来说明灭谛。色的寂静止息，是怎么回事呢？当爱喜尽灭无余，不再发生了，那有情当然也就不会再受生，也就不会再有色的现起，因灭故果灭——“**爱喜灭，是名色灭**”。为什么不就色本身的坏灭，来说色灭呢？因为这个“灭”，不是指的五蕴散坏而已，而是指的寂静、无余永灭，这是色灭的意思，那就要从色灭的因缘——“**爱喜灭**”来说起了。能够这样的如实知，叫作对于色灭如实知。

云何色灭道迹如实知？

这是就色来说明道谛。类似于“苦灭道迹”这样的表达法，恰恰是《阿含》中说到道谛时，相对来说比较全的称呼。道谛，是什么道？是苦灭之道。“**色灭道迹**”，是就色蕴来说明苦灭之道。因为色——

有情身心中的色蕴（色法现象），就是苦的一种表现。色灭道迹，是就色——色法现象，来说明苦灭之道。了解了这个，下面的内容就顺理成章。

谓八圣道：正见，正志，正语，正业，正命，正方便，正念，正定，是名色灭道迹。如是，色灭道迹如实知。

对道谛最常用的一个概括就是八圣道，这在下一选中会有很细致的探讨，在这里我做一个简略的说明。“正见”：有浅深的不同。如果说向于解脱的正见，四谛、缘起这些是正见的核心，佛常常以四谛来统代，因为四谛就是在说缘起。有这样的正见，对于生命是怎么一回事？现象是怎样的？造成这个现象的原因又是如何？当下的问题能否解决？如何去解决？会有真实的认可——忍可于心，而且自己真心诚意地认为是这样，并且随顺于这样的认知，去做改善的努力。这样的认知基础、内心的认识，叫作正见，不是简单地只有关于四谛的知识。

“正志”：在其他的翻译中也说“正思惟”，都可。“志”，在古时候表示情志、思惟，但是用这个“志”有一个好处，什么好处呢？

“正思惟”这种翻译方法，在今天容易把它只理解为是这样去思考。但是如果翻成“正志”呢？“志”有一个含义，代表着心的意向——意志性的指向，所谓的“正思向于厌，向离欲及灭”，这是正思惟，是正志。这样的如理思择，决定要出离生死轮回，这是正志；决定要断恶修善，这是正志，这是正思惟。

正思惟，不仅仅是这样去思考，还形成自己内心的结论、决定、意志指向——出离、断恶修善等等，这才叫正思惟。否则，只是想一下五蕴、六入、十二缘起这样的逻辑关系，这叫复习一遍数学题，这

叫头脑里过一遍某一个流程模型，没有跟自己的生命、生命价值、生命指向、内心的决意，发生关系，那不叫正思惟。正思惟是形成了这种决意——出离的决意，断恶修善的决意，随顺于法的决意。

“正语”，是指在语言上离开那些恶不善法，而有善法。“正业”，指的是行为上离开那些恶不善法，而有善法。“正命”，是指维系生命的方式是正当的。这个正当的，是指不违背于生命的规律正理，当然也不违背当时的法令法规。“正方便”，余处也有说“正精进”，这是指自己身语意精勤地断恶修善。“正念”，是说这个心常常地忆念法、随顺法，随法运作。以及“正定”。

这是八圣道的内容，以这些内容来概括道谛，就色来说是名“色灭道迹”；对于这些能够如实知，叫作对于“色灭道迹”如实知。这里要说一下，这个“色灭道迹如实知”不是那么简单，它不仅伴随着对于正见——那些原理性的，实际上还对于如何修行，有了清晰的认识，有了决定的认识。针对于“苦灭道迹如实知”，那么这个人的生活，整个为修行所统摄——这从认识上没有难度。也就是说，在什么样的情况下，怎样才是正确的修行，对于他来说，是很清楚、很明了，没有犹疑的。所以对于这个，不要仅作名相解。这一切的开端是什么呢？是正见，所以先在正见上下功夫。

云何色味如实知？谓色因缘生喜乐，是名色味。如是，色味如实知。

前面已经就色，说明了苦、集、灭、道。接下来就五蕴中的色蕴，来谈味、患、离。

“云何色味如实知”：什么叫“色味”？什么叫作“色味如实知”？由于色的因缘，内心生起喜乐、贪染，这个叫作色味。对于因为色因

缘，内心生起喜乐、贪染，看得一清二楚，这种当下的如实觉知，叫作对于色味如实知。

很多人只能够在回忆中，甚至拟想中，来观察色味，没办法对于色味，当下如实知。于色味如实知，意味着什么呢？意味着从对于色的味着中，冷静下来，抽离出来。为什么对于色味如实知是修行呢？因为一般人“色因缘生喜乐”，贪着、耽湎的时候，他冷静不下来，抽离不出来。而对色味如实知，是当色味发生了，马上很警觉地就觉察到了，看到了这个现象。紧接着，如下面所说，意识到它的过患。那这个心会如何呢？这个心会远离，会远离对于色因缘的味着。愿意吗？不一定。我们都知道一个成语故事——叶公好龙，真龙来了，受不了了。佛法的修习，尤其如此。对于这些贪染、贪染的境界，能不能够冷静下来做清明的观察？舍不得？愿不愿意？确实不好说。

所以对于“色味如实知”，不要轻飘飘过去，也不要让自己总是只能在回想中来体会什么叫色味，以为自己对于回忆中体现的色境界的喜乐味着，就叫作色味如实知。当然这里的如实知，是对于过、现、未都可以有如实知，可是如果不能对于现在当下，或者说不能无间地这样去认识，还是不够。

最开始不具备当下如实知、如实观察、如实觉了的能力和习惯，只能是自己通过一些回想来对号——当时这个现象就是“色因缘生喜乐”（对于色法的贪着、耽湎、味着）。可是不要停留于此，进一步对于当下要舍得观察。有什么好舍不得的呢？舍不得观察，是对于“色是苦，受、想、行、识是苦，五取蕴是苦，轮回是苦”，并没有真认识，觉得“这是个好东西，我可千万别破坏了”！

云何色患如实知？若色无常、苦、变易法，是名色患。如是，色

患如实知。

这是解释“色患”——色相应的过患、问题。色，有什么过患？有什么问题？色是无常、苦、变易法啊，这样的色法是无常的。因为内心对它的贪爱、染着，当它变坏的时候，是会生起苦迫的感受的。

“色因缘生喜乐”，比如说看到自己端正的容颜，妙好的身姿，自己很染着，很喜爱。但是，这是无常、苦、变易法，是会变坏的。因为之前对它是这样的贪着、染爱，当它变坏的时候，内心加倍地生起恼苦。这是色能够带来的过患。

知道色是无常、苦、变易法，这就是色的过患；能够对此如实知，叫作色患如实知。

学习这些内容，最容易发生的情况是概念化了解。什么叫概念化了解呢？是指比较抽象、符号化地了解这些。就像我刚才说的，是头脑中相对抽象的一个一个模块，给贴上什么样的标签，而不是对于所谓的“我”——身心的当下、生命之流，来确实地体会为如此。如果就色来做这种观察，大家知道这一生不一定什么时候就结束吗？可能还有几十年，也可能很近，这是不是涉及到了色的无常呢？刚才只说了容颜、身姿的无常变化，可能确实不够触动人心。这个身体的某个部位可能变坏，整体也会不断地走向衰老，而身命必将坏散——缺了这个背景性的认知去生活，那不是自己不了解，就是在自我蒙蔽——对于色的过患没有清楚的认识。

对于色的过患有清楚认识，真的知道这个色身说不定什么因缘突然散坏。就像过去说过：中国修行人讲，晚上上床脱了这双鞋在床边，第二天清晨的时候不一定有人起来穿它。这已经是很温和、很委婉地说，而且很客气。那些突然什么因缘命终的人，在前一刹那，自己是

不知道的，没有预料的。

“色无常、苦、变易法，是名色患”，肯不肯就自己的身体来做这样的观察——衰老、病苦、死亡，甚至死后，这个色身怎样的变坏，乃至消散？这样的修习，实际上是跟佛法中后来若干个品类的修习有关系——苦的观察，死随念，还有不净观察中关于“无识身不净”这部分。当这些修习变得很真切的时候，对于色身，色身到底要经历什么，那关于色的无常、苦、变易，就会深入骨髓，这个时候他对于生命感受性的认识，就和过去不一样，和一般人不一样。

没有对于色患的如实知，总是对这个世间抱着莫名其妙、热切的幻想，然后去生活，然后或轻或重撞一头包！

云何色离如实知？谓于色，调伏欲贪，断欲贪，越欲贪，是名色离。如是，色离如实知。

什么叫“色离如实知”？首先说明什么叫色离？色离是针对色味来说的。色味是“色因缘生喜乐”，就是觉得它好，内心贪爱、染着；对应的色离，是对于色法（内色也好，外色也好），调伏欲贪、断欲贪、越欲贪，这叫色离。这三个动词用的不一样，有没有什么深义呢？可以更深一点地来体会它。

“调伏欲贪”：“调伏”的意思是，这个关于色的贪爱在活动，发现了，然后调伏它。硬碰硬的对治，或者是比较善巧的——破坏它根基的对治，或者是把注意力投注到其他上，向另一个因缘投注注意力，比如修止，这些都可以调伏关于色的欲贪。但是这里所说的这些调伏，都只是暂时性地令生起的欲贪息灭，暂时性地令未生起的欲贪不现前，这是调伏义。调伏是令已生起的息灭，未生起的暂不现前，但调伏没有永断义。

“断欲贪”：如果在“调伏”和“越”之间来看这个“断”，这个“断”应该指的是无漏智慧断欲贪。佛法中说到断烦恼，后世的总结有“世间道断、出世间道断”。所谓的世间道断，是指以定力令烦恼不现起。在这三个语境下——“调伏、断、越”中，这个所谓的世间道断烦恼，是属于“调伏”类的，所以可以归到前面“调伏”中去；剩下的是出世间道断，以无漏智慧断烦恼，无漏智慧永除诸爱，这叫“断欲贪”。

“越欲贪”：在“次第解”（调伏 → 断 → 越）的前提下，这个“越”是指的超越。超越的意思就是，没有欲贪可调伏，没有欲贪可断。这是解脱者的境界，无学的境界。“爱欲断者，如四肢断，不复更生”，欲贪不会再生起，也没有再生起，所以调伏是没了的调伏，断也无可断，当下的心与欲贪是不发生关系的，也不可能再发生关系，称为超越。这是把“调伏、断、越”欲贪，做次第解的情况下，可以做一个这样的把握。

“是名色离”：这些都叫色离，但是浅深不同。“如是，色离如实知”：自己心中对于色，有没有欲贪的调伏，乃至断除，乃至超越？对于这些，如实知。

时间关系，今天我们就学这些。更进一步的探讨，等到这部经文学习完毕，我们再来做交流。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 09

—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（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》的第三选〈七处三观经〉。所谓的“七处三观”，是“七处善，三种观义”，也就是针对蕴、处、界这三类角度，如实观察生命当下的运作，如实地观察身心。观察的方法呢？是对蕴、处、界，做苦、集、灭、道、味、患、离的观察。这部经虽然讲“三种观义”——蕴、处、界，但是作为具体例子来举的，是从五蕴来做这七种观察。

上一次针对五蕴中的色蕴，我们一起将经文所说的“色、色集、色灭、色灭道迹、色味、色患、色离”做了相应的学习。今天来继续向下学习经文，接下来是针对受，来说明苦、集、灭、道、味、患、离的观察。

云何受如实知？谓六受：眼触生受，耳、鼻、舌、身、意触生受，是名受。如是，受如实知。

从这里开始，来说明对于受，相应的如实知。对于受这一大类现

象，首先对现象本身如实知，这是苦谛所摄，因为五取蕴的当体就是苦。这里如何说的受呢？从生起因缘来说的受。什么叫受呢？就是我们感官跟它相对应的境界，发生了接触之后，内心领纳而产生的感受。

“眼触生受”：指的是眼、眼所对的境（可见光，古时候说“色”）——眼、色为缘，这样眼、色的因缘（也就是眼与可见光和合的因缘）生起识——这个因缘现起的识，不妨把它叫作眼识。眼、色、识三和合触，这样的眼、色、眼识三者的和合——眼触的因缘，会导致内心领纳它，而生起相应的受。这个受，如果是顺意的、可意的，是所谓的乐受或者可意受；如果是不可意的、不顺意的，那是苦受；既不是可意的，又不是不可意的，相应的受是不苦不乐受。这是概略地说。这虽然从“受”生起的因缘来谈“眼触生受……意触生受”，应知实际上每一类生起的受，还是会随着因缘而有差别——苦受，乐受，不苦不乐受。不苦不乐受又叫舍受，舍的意思就是，既不是苦受，也不是乐受，二者俱非，是不苦不乐的受。

这个受，实际上挺重要的！对于我们如实了知身心，如实地洞察名色——蕴、处等，都是很重要的！为什么呢？因为，一般人所在追求的，归根到底是希望境界变得可意。境界变得可意的意思，很大的一部分就是，眼、耳、鼻、舌、身、意触对的时候舒服，而不是不舒服。这是什么呢？就是希求好受，排斥不好受；也就是贪着乐受，嗔厌苦受。即便意识没有清晰的活动，因为这个是比较底层的，所以相应的识还是会有这样的活动——趋乐避苦。这是先讲受。

“眼触生受，耳、鼻、舌、身、意触生受”：不要这样简单过去，要一一地来观察。刚开始，不要指望没有经过训练就在生活中能够自如运用。如果一个人安安静静的时候都不想用这个功夫，都不愿意用

这个功夫，不肯用这个功夫，指望当事情纷乱乃至紧急逼迫的时候能用上这个功夫，你自己相信吗？那就要问问自己：我自己一个人没有事务缠身的时候，或者我可以创造因缘，一个人清静下来的时候，为什么心里不太愿意去做这个观察呢？问一问自己。

首先对于受的现象要了知。这里特别提到，受是这样的缘起现象，是从眼触因缘乃至意触因缘，生起相应的受。从这个生起的因缘，这里把受说成六种。这样，对于受如实知。这个如实知，如果只停留在纸面上和头脑概念，不算，至少要对当下正在发生的身心现象有直接的观察——看到、体会到，这是怎样的眼、色因缘生眼识，眼、色、识三和合触，后面引发什么样的受。这是举“眼触因缘生受”来说，其他的类似。至少要有这个功夫，才算是在培养如实知。如果仅仅只是文字上懂得还不算。

云何受集如实知？触集，是受集。如是，受集如实知。

刚才以受蕴来说明苦谛。那受现起的因缘是什么呢？接下来以受蕴来说明集谛，“触集，是受集”。也就是说，根、尘、识三和合触，这样的集起因缘是受集起的因。这样的解说，是从文字上相对抽象地说。如果是基于身心现象的观察，那就不可以这样粗略，不可以笼统概括，要一一地来观察当下最主要的活动是什么？如果是耳闻声，导致接续的意缘法，那要看到、觉知到、体会到、观察到。“如是，受集如实知”。

云何受灭如实知？触灭，是受灭。如是，受灭如实知。

受既然是苦（五取蕴当体是苦），那它有没有可能寂灭呢？可能。那它的寂灭是如何发生的呢？“触灭，是受灭”。因为受现起的因缘是触集，所以受寂灭的因缘是触灭，因灭则果灭，这是说的直接因缘。

如果推下去，根、尘、识三和合，如何寂灭呢？这在十二因缘的还灭门里有说，后面也会学，归根到底是要推究到“无明灭”。无明尽灭，那因无明而幻生的后面这一切都将熄灭。“如是，受灭如实知”。当知道这个根、尘、识三和合不发生，那受就不发生——暂时的和究竟的都是如此。

云何受灭道迹如实知？谓八圣道：正见乃至正定，是名受灭道迹。如是，受灭道迹如实知。

受的寂灭之道，是怎样的呢？也就是八正道，八正道是受灭之道。对于八正道如实了知，对于受如何能够寂灭如实了知，这叫“受灭道迹如实知”。这说的好像一般人不容易跟自己的身心活动联系上，为什么呢？因为一般没有训练过的人，不了解自己身心的活动，缺乏觉知，缺乏明照，所以说到这些的时候，要不然就是懵懵懂懂，不知所云，要不然就是浮皮潦草，把文字一体会，在头脑中抽象地想一想，就过去了，没有变成生命当下如实的觉照。

前面就受来讲苦、集、灭、道，意味着什么呢？虽然苦、集、灭、道可以总说，但是作为如实的智慧，它脱离不开具体现象。在身心现象上能够观察到苦吗？能够观察到苦的因吗？能够如实地知道，这样的修习，将导致苦灭吗？从五蕴的角度来体会苦，体会苦的集起，体会苦灭，苦灭之道，是这个意思。

云何受味如实知？受因缘生喜乐，是名受味。如是，受味如实知。

什么叫作对于受味如实知呢？由于受的因缘，生起贪喜、爱乐，这叫作“受味”——味着于受。如果身心的活动中有这类现象，那么对于这类现象如实知，这叫作“受味如实知”。我这是就当下来说，当然也可以对于过去的受做反思性的观察。之前也说过，经中讲到对

于五蕴观察的时候，以色蕴为例，总共说了十一种观察角度，其中在时间上是过去色、现在色、未来色，其他的几蕴例此。这对于大家来说可能就比较切近了，相对来说也比较容易把握。

眼、色为缘所生的受，内心因之生起喜乐；耳、声因缘，舌、味因缘，鼻、香因缘，身、触因缘，意、法因缘。分析一下，自己过去对于这些眼色乃至意法因缘生起的受，看一看内心对此有没有贪爱，如果有这种贪喜、爱乐，那就叫作味着于受，这里说为“受味”。实际上凡夫都有，表现的强度不一样而已。一般的人，身体稍微不舒服一点，如果说一个不是很好听的描述，就会“七情上脸”，很烦躁，不耐烦，不堪忍，这是面对不可意受；如果有可意受，内心贪爱恋着，常常希望会遇。这是一类，这是多数人，多数人有时候是不由自主地、不假思索地就会有这类反应。他认为是条件反射，认为是人自然的本能——人必然如此，而且似乎应该如此。这个不是高明的东西，顺着这个就是永续生死——始终在重复过去的故事，始终在重复过去的套路。

现在网络语言说：“唯有套路得人心”。为什么？如果我们把这句话用在人内心模式、身语意运作模式的观察上，看看是不是总是这个套路？对可意受，总是这样的贪染、爱味、执着、耽湎；对于不可意受，内心总是嗔拒、不喜欢、不能忍受、不耐烦。这颗心被受所吸引，被受所左右，这就是“受味”的表现。比如早上起来，有几个人能够一刹那也不被身受所左右——从清醒的第一刹那，身心调柔开放地面对身受，既不黏着也不排斥，全然地调柔开放，觉知而接纳，超越于彼，该做什么就做什么，没有任何的耽染、羁留？这个不容易。严重的人会有起床气，为什么？不就是因为起床之后，这个身受或者心受不可意吗？所以导致自己在情绪上和内心状态上，是烦恼相应的，

烦恼主导的。比那个好一点的，是懵懵懂懂，放逸，贪恋好受，排斥抗拒不好受，起床困难，乃至起床失败。这就是“受味”——一味着于受。这是举大家可能比较容易对上号，比较容易了解的例子，实际上在在处处。没有几个人高明到对于受能够不随逐，但这恰恰是应该修习的。

云何受患如实知？若受无常、苦、变易法，是名受患。如是，受患如实知。

什么叫作受的过患呢？什么叫作对于受的过患的如实知呢？

受是无常的，变易的，是充满苦迫的，这就是受的过患。受是不是无常的呢？受是无常的。不管这个人偏爱哪一类受——是耳闻声，还是身觉触，还是舌尝味等等，或者是意缘法；不管他偏爱于哪一类因缘而产生的好受，都应该问问自己：这个受，是常的呢，无常的呢？是无常的，这是很明白的道理。如果是常的，这个人产生一次乐受，他就应该一直快乐下去。实际不是的，是刹那生，刹那灭，刹那不住的，所以人们才那样费劲地去追求。受是无常的，是变易的，正因为无常、变易，所以它是逼迫性的，是苦迫的，这就是受的过患。

说得再白一点，为了身心的好受，不管是眼色因缘乃至意法因缘，苦苦去追寻；追求到手，刹那而已。你说：“我欣赏这个好听的音乐，身心舒畅的这个好受，明明在延续啊？”那是因为你持续地在耳闻声、意缘法，随着这个因缘才有后面的受，如果没有了呢？所以说受是无常的，是变易的。人贪爱于此，当它变坏的时候，那个苦迫就特别明显，这是就它粗显分来说；如果就它深细的这个角度来说，它的当体就是苦的。无常、苦、变易法，这是受的过患。

如果看不清受的过患，那就像一般人那样，对于这个好受，内心

打满分，什么意思呢？百分之百觉得它好：“这样舒服，怎么会是过患呢？怎么会是苦的呢？”在这个上，认识不深，自然在见上就不够，再加上爱味。既不如实知，又贪染爱味，这不就是在受上所体现的，与智慧相对、与解脱相对的烦恼相吗？反过来，如果对于受是无常、苦、变易法，能够如实知，这叫作对于“受患”如实知。

一般人对于身心观察得不够深细，相当于说什么呢？总是在相当远的距离来看这个波浪。这样，他不太容易看到它的起灭。比如坐飞机飞越大洋，看下面看得清浪的生灭变化吗？基本看不清，反而觉得是凝然一体的，没有什么生灭变化的。一般人对于受，其实也是这样的，把那个当成一整个的好受、一整个的不好受，看不到它的生灭因缘，看不到它的无常、变易、不安之相；也看不到贪染、爱味于此，随逐于彼，有什么过患。这些都看不到，内心给这个受贴的标签就是：这个好，这个舒服，这个百分之百有益无害，我要拥有，我要再次品味，我要不离开这个好受——这是内心的潜台词（潜在的语言）。其实人们对于内心的这种贪爱、染着都不会在意的，正因为没有细致深刻的观察，所以变成了欲望的奴隶——它要这样，就随着它去这样奔驰；它要那样，就随着它去那样努力。多少人是在过这种生活呢——成为欲贪的奴隶！

过去我在讲其他相应课程的时候，引过一部论疏中的话：“味受力故，贪着诸欲。”这个人味着于种种受的力量，所以他自然地贪染耽着于种种诸欲。实际上这是充满了过患的；特别是如果快放的话，就太没意思了。有一个短片说：如果把推想中从宇宙诞生到今天，浓缩在一天来看的话，会是怎么回事？在这样尺度压缩之后，相当于说是非常快地看的话，给人的观感是不一样的。如果把这个人受所驱使，爱着受，对于受有错误认识，黏着于彼，贪染爱味，为彼所使的一生，

记录下来，浓缩在一个小时之内，只给他自己播放，他自己也会觉得索然无味。都在干嘛呢？到底有什么意思啊？意义何在呢？自己沉溺于彼的时候，内心反复地强化“这个好、这个好、这个好，我要、我要、我要”，然后为彼所使。实在来说，是很没有意思的，也谈不上智慧相应。

云何受离如实知？若于受，调伏欲贪，断欲贪，越欲贪，是名受离。如是，受离如实知。

什么叫对于受的离呢？什么叫作对于“受离”如实知呢？如果对于受，能够调伏欲贪，断除欲贪，超越欲贪，这叫作“受离”。身心中发生了这些，对这个如实知，这叫作“受离如实知”。

前面谈到了对于受的贪染爱味（受味），受的过患（受患）。如果从自己过去乃至当下身心活动中，对于受，贪染爱味的如实知，体会到这样的过患，内心愿意超越于彼，远离这种受味爱染，做种种修习（就是“受灭道迹”），导致相应的烦恼被调伏、被断除、被超越。如果这些，次第发生了，如实知，叫作对于受味如实知，受患如实知，受离如实知。

一般没有修行，或者修行没成功的，都会或多或少有受味，这是对于这个现象的如实知——“受味如实知”。对于味着于受的过患，如实知——受是无常、苦、变易法，它是有这样过患的，这是“受患如实知”。并不是像一般倒见人，反复给自己催眠“这个好、这个好、这个好，我要、我要、我要”那样，那是不如实。渐次修习，从调伏这样的烦恼，到智慧足够深彻，断除这样的烦恼；到断除烦恼之后，不复更生，自然地远离、超越于相应的欲贪。这是次第说“调伏、断除、超越欲贪”，如果相应的对象是受，那就叫作“受离”。

这一大段是针对受，来谈苦、集、灭、道、味、患、离。人，如果没有足够的训练，实际上很自然地会堕入到受味中，所以在这里结合例子谈多了一些。大家一定要把这些，跟自己身心活动对照上，才有意义。仅仅是道理了解，不产生作用。

云何想如实知？谓六想：眼触生想，耳、鼻、舌、身、意触生想，是名为想。如是，想如实知。

接下来是就想蕴来说明苦、集、灭、道、味、患、离。说到想的如实知，什么是想呢？这里是从“想”发生的因缘来定义想，跟上面从受现起的因缘来定义受是类似的——眼触的因缘发生的想，乃至意触为缘发生的想。

这里谈到想的时候，这个“想”字跟我们一般汉语口语说到“我想想”这个思考的意思不太一样。这个“想”，大家看，上面一个“相”，下面一个“心”，如果用中国古德常用的拆字法来说的话，是“心中取相”的意思。这个“想”就是“取相”。什么叫取相呢？就是心中呈现它的相。眼睛看到一个东西，呈现这个东西的相，这是眼、色为缘而生起的色相——色相应的想；其他的耳声、鼻香、舌味、身触、意法为缘，生相应的识，根、尘、识三和合发生想（取相）。

这里特别要注意哪些是前五根为缘所生的想，哪些是意法为缘所生的想。比如我们闭着眼睛摸手机，实际上身根提供的是坚硬等等这些信息，我们收到的、获得的是这里坚硬、那里没有障碍等等这样一些有关于触的信息。可是，人习惯突进化思惟，特别是我们眼根正常的人，明明是身根摸到一个东西，头脑却是意法为缘，要另外进一步地取相。初步的可能是形成一个扁扁的长方体的相，那进一步的可能摸到了按钮，头脑库经过搜索比对，取一个手机相。所以要看到哪些

特质是跟哪些根的活动相关的，这样对于取相，才认识得清一点，观察得清楚一点。

为什么谈这个呢？很多人意识不到自己活在取相的基础上。之前有说过，这个所谓的根、尘、识三和合触，用今天的话说，发生了什么呢？发生了认知。“三和合触”是认知的发端。如果把它给放大，拿放大镜、显微镜（这是比喻说）来观察这个过程，那么，根、尘、识三和合触，是认知的发端。形成的偏于感性的认知结果，那是受；偏于理性的这种取相的认知结果，那是想。特别是“意法为缘”，我们要有判断，比如闭着眼睛摸手机，刚开始摸到的是怎样的坚硬和无障碍，心中形成这样长方的扁扁的这么个东西的相；等到摸到相应的按钮等等这些，自己内心中进一步地取手机相。在这个过程中，实际上我们就有判断。“意法为缘”常常是发生判断的——什么是什么，在这个认知过程中会形成取相。

看一看我们所有的思考，基于思考的语言、行动，离得开想（取相）吗？离不开。言语、行为基于思考，不管是明显的还是幽隐的；思考基于取相。但是人们认识不到自己整个的身语活动中，有这样取相的基石。既然是取相，就会带有主观性，是否如实？不一定。但人们自然而然地就所取的相，认取为真——“这个是这样的”。基于这个，发动进一步的意识活动，或者是语言、行为等活动。要意识到：这些活动都是基于认知的，基于主观认识的；如果就来说，是基于取相的。

为什么内心取个“我相”，就认为它就对应着身心现象的本体和真实呢？不加思索，也不去反思，反而觉得反思是奇怪的事。如果认识到这只是取相，而且把取相的结果认取为真，那这个“取相本身”

是否如实，当然是需要考察的。特别是关系到思惟的运作、语言、行为，关系到现、后的苦乐，当然是必须要考察的。这是就“我想”来说。其他的“眼触生想，……意触生想”这些取相的过程，认识它，发现它。发现不了有这个取相的过程，那就糟糕了，就认为这个事情就是这样的，这个东西就是这样的，这个“人”就是这样的，“我”就是这样的。请发现这中间有个认知过程，有个取相的过程，有个取相的结果。

从不同的因缘说，眼、触乃至意、法为缘所生的相，都叫作想。只要清醒的时候，对于一般人来说，没有办法不发生想。清醒，意味着意识在活动。意识在活动，就有想。能不能够觉知当下这些身语意的活动所踩踏着的想？正因为它太基础了，人们可能意识不到。

云何想集如实知？触集，是想集。如是，想集如实知。

前面所说的想，总括了一切想，放在一起叫想蕴，想蕴的当体是苦。作为想蕴的因缘，是什么呢？是触。眼、色、识三和合触，生起相应的色想，乃至意、法、意识为缘相应的触，即法想。看到这些因缘，知道是有这样触因缘，才有想——“触集是想集”。对于想的因，如实知，叫作“想集如实知”。

云何想灭如实知？触灭，是想灭。如是，想灭如实知。

不管是短暂的，还是究竟的寂灭，“想灭”的因缘是什么呢？是“触灭”。没有眼、色、眼识三和合的因缘，不会有这样直接的对于色的取相，乃至意、法、意识的和合不发生，相应的法想也不会发生。对于一个昏迷的人，有这样想的暂时息灭；对于涅槃的圣者，般涅槃之后，想不再现起，那是彻底的寂灭。

云何想灭道迹如实知？谓八圣道：正见乃至正定，是名想灭道迹。

如是，想灭道迹如实知。

色、受、想、行、识的彻底寂灭，从“触灭”推下去到“无明灭”，如何发生呢？如何达成呢？如何是实现之道呢？这就是“苦灭道迹”，也就是八圣道。没有异法，没有异道，所以五蕴相应的苦灭道迹，都是说的一回事——八圣道。

时间关系，今天我们就学到这里。想蕴相关的味、患、离，我们下一次再来学习。最后我们一起合掌，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 10

—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（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】

我们继续来学习《杂阿含经二十选》，上一次我们在学习第三选〈五蕴如实知——七处三观经〉。这部经的主体内容，是就五蕴，从苦、集、灭、道、味、患、离七个方面，来做如实观察，而能够得到解脱道果。之前我们对于色蕴、受蕴以及想蕴的一部分内容，做了相应的学习。今天来继续向下，从关于“想”的味、患、离开始来继续学习。

云何想味如实知？想因缘生喜乐，是名想味。如是，想味如实知。

前面讲过了所谓“想本身”，也就是苦相应，以及想的集，想的灭，想灭之道。这里来说“想味”。什么叫“想味如实知”呢？谈对于想味的如实知，首先来说明一下什么是想味。想，我们知道，是取相这个内心的动作、内心的现象、内心的活动。什么叫“想因缘生喜乐”？内心取这个相，或者呈现这个相，觉得它好，内心贪染爱味，生起喜乐，这就是对于这个“想”有贪喜，“是名想味”。这个其实很常见，如果大家对于佛教对心活动的分析有了解，知道“想”被称

为“遍行心所”，当然其他部派不一定用“遍行”这个词，但是有这个义，就是作为其他心所活动必定俱起的内心活动。

之前讲到想心所/想蕴如实知的时候也说过：这是认知的结果，偏于理性判断方面、理性认知方面的认知结果，呈现一个心相，眼、色为缘的，浮现为内心中与色相关的相，其他的可以类推。说到这儿，大家就应该知道，我们平时觉得“这个东西好吃”、“那个声音好听”等等，离得开取相吗？离不开。所以佛在教诫比丘们修学的时候，真实的修行要“密护根门”。如何密护根门？用正念来防护意，眼见色已、耳闻声已乃至意了法已，不取相、不取随好。当然，这里用功上有浅深不同，不去广讲，余处曾经有过较为细致的说明，确实有兴趣的也可以找来参考。反过来，没有做这个修习的人，如果我们来看一下，所谓的“喜欢这个”、“讨厌那个”，他觉得是他在喜欢、讨厌那样的境界——好吃的、不好吃的，实际上是跟内心的取相密切相关的。想到某个人，内心中就有贪染喜乐，或者想到某个人，内心中就愤恨不平，这就是意相应的想。

所谓的想味，就是对于眼触所生的想，乃至意触所生的想，内心取了这个相之后（这是“想因缘”），生起了喜乐。喜乐的反面是贪忧。要知道，一说到色味乃至识味，都是在说对于色乃至识“生喜乐”，那“生贪忧”就不是问题了？就不是色味乃至识味了？都是。那为何就贪而说？是就其系缚显著而谈。如果说得再深一点，觉得自己是在喜乐境界，实际是在喜乐自己内心所取的相。至于这个境界到底是不是这样？不一定。

所谓上当受骗的人，不就是自己取了一个不如实的相吗？基于那个，内心有很多不正确的思惟抉择，最后导致被骗了。在他没有醒悟

之前，他不觉得被骗，他觉得事情就是这样，这个人就是这样，多好多好；等被骗，发现了之后，意识到不是这样子了。实际上，别人骗我们，损失的最多是世间的这些东西，最大不了就是这一生的性命交代了——放心！没有尽断烦恼，你想不再轮回也不可能。但是，自己骗自己，那是骗得扎扎实实，很难脱出去。这个“自己骗自己”，不仅仅是说世间的这些局；这生死轮回的一出大梦，不就是从内心的颠倒（也就是自己的错误）作为根源，衍生出来的吗？这难道不是一种自己骗自己吗？不如实知。反过来，如果生命中发生了这样“想因缘生喜乐”，对此能够如实知，这叫“想味如实知”。

云何想患如实知？若想无常、苦、变易法，是名想患。如是，想患如实知。

“想”（内心取相）也是有为法，这实际上是受种种因缘所影响的，比如说眼见色来取相，受不受眼根的影响呢？是受的。受不受环境的影响呢？是受的。关于视觉错误、视觉欺骗这类话题，今天很多人是不陌生的，比如本来平行的两条直线，通过周边的一些图案、色彩的配合，你感觉看起来（也就是取相）不是平行的。类似这些，它都是受种种因缘影响的。说到对人的取相，不仅仅是外貌相，包括这个人的品性如何、智能如何，更是隐隐约约又至关重要的一一“对我好不好”、“对我有利还是有害”等等判断取相，这都是关于这个人的“想”。综合起来，又可以说取了这个人相。

这个相取完了之后，如不如实是一回事，主要是它还受着种种的影响变化。像有一些人受伤害，为什么呢？最开始取一个很可意的相，后来慢慢的，事实教育了自己，发现不是如自己取的相那样，意味着什么？取的相发生了变化。“若想无常、苦、变易法，是名想患”，

无常的，内心又有贪味，当它变坏，当然生苦，这是在解释“想患”。

“如是，想患如实知”：人们的取相，粗地说，就像上面说的这样，是因为这个“取相本身”是有为法，是无常、变易的。如果取的是可意相，又再发生这样的变坏，内心会恼苦，这是浅近说。实际上，如果这颗心足够微细、足够敏锐，看到这颗心忙忙碌碌地不停地取相，会觉得那是一种喧嚣。这种无常生命本身，对于一颗足够敏锐的心来说，就是一种逼恼，就是苦性，所以后面才有“想灭”，“想离”。认识到这样的“想患”，才会要出离。

我们一般人不会有，哪怕是一般的学佛人，没有学到真实处，也不会有。还是过去的套路，希望可意境会遇。换句话说，希望这些好相现前。那对应的心，就是取这个好相（所谓好的想），将自己觉得好的这些相给取进来。这意味着什么呢？这就是“想因缘生喜乐”，在“想”上发生贪喜随逐，未会遇希望会遇，已会遇不希望乖离；反过来是内心取的种种不可意的相，未会遇希望不要会遇，已会遇希望赶快脱离。

这是关于“想”，大家要能够看到内心的问题。一般的人，甚至是一般的学佛人，不会希求“想”的寂灭，也不会想着超越“想”，只是在寻逐着这些可意相而已；那不是修行之道。密护根门（或者守护根门）里谈到“不取相、不取随好”，这样，心就不会随着眼见色乃至意了法，而有烦恼的发生、烦恼的流露。不肯做这个功夫，总是希望与好的相、好的境界会遇，依然故我，依然在重复昨天的故事，这是因为自己没觉得这是过患。

“七处”（苦、集、灭、道、味、患、离），大家都觉得“苦、集、灭、道”是老生常谈，那好，那就侧重地说说“味、患、离”。

看一看自己内心如何在这些因缘上发生贪喜，当然也有贪喜的对面——内心的嗔恼、忧愁等。看看这些过患，自己是否真的把过患认识为过患了，是否看到了这里的过患相？如果在这些现象上，只是贪着其味，也意识不到自己内心有这些动作，只是觉得这是理所当然，甚至是义所当然（就是很有正当性，甚至具有真理性），那没救；必须要认识到这是怎么样的一个情况，它有什么样的过患，自己再发起相应的出离作意，做种种修习方便，那才有救。

云何想离如实知？若于想，调伏欲贪，断欲贪，越欲贪，是名想离。如是，想离如实知。

什么叫“想离如实知”？首先解释“想离”：如果对于想——眼色因缘乃至意法因缘的取相，内心能够调伏欲贪，断除欲贪，超越欲贪，这就叫作“想”相关的离。

基于想因缘的爱味（想味），对应前面讲过的色味、受味等，其实大家多少可以推想一下。对于想的超越，这个是重要的！前面讲色离、受离、想离，这是非常重要的！自己觉不觉得这个（色离、受离、想离）好，觉不觉得色、受、想等是有过患的，这甚至可以说是真正修行的铁门槛；有没有正见，在这上见真章。否则，总是觉得这样的色好，那样的受好，这样的想好，然后去寻逐；那些不好，去嗔厌。哪有什么尽头呢？永远是这个套路滚动下去——惑、业、苦 → 惑、业、苦 → 惑、业、苦……，这就是轮回。

关于“调伏、断除、超越”这几个动词，之前也一直都是次第在用，在这里同样可以把握为：通过恰当的修习，初步的闻思慧相应的如实知，能够调伏与想相应的欲贪。如果修行深化下去，引发无漏智慧，能够尽断无明、爱、取，那就断除了关于想的欲贪。当断除之后，

这个人不需要对关于想的欲贪修习什么，因为究竟解脱之后，关于想的欲贪跟他不再发生真实关系，身心中没有这回事了，称为超越欲贪——超越关于想（取相）的欲贪。

这些文字，如果你懂了一类，其他的只是浮皮潦草地顺着推理下来，那是容易的，但也是没有用的。一定要肯拿这把手术刀，把自己给解剖开看——直面他，平和柔软而又安详地直面他，是什么样？有什么？没什么？何者是患？何者是安稳？这样慢慢地去观察体会。不要急急的、匆匆忙忙的，那是一种烦恼相。什么事都匆匆忙忙，那是一种烦恼相。可以说，这样的人，贪嗔不调伏，内心不调柔，更不要谈什么寂静、安稳。最好不要做这样的学佛人！那样，自己实际受用少，可能更多地是给未来生（不知道哪一生）打一点基础罢了。

如果对于“想离”，能够这样如实了知，叫作关于“想离”的如实知。

五蕴说过了色、受、想，接下来是“行”，仍然是从上面所说的七个方面来观察。文说：

云何行如实知？谓六思身：眼触生思，耳、鼻、舌、身、意触生思，是名为行。如是，行如实知。

行/行蕴，到底指什么？《阿含》里说得很明确，就是“思”。什么叫作思呢？不是单纯只指思考，这里所说的思，简单地说，就是令心造作。反过来问一句：这些凡夫人，什么时候清醒着而内心又不造作呢？不是在这个上造作，就是在那个上造作；不是这样造作，就是那样造作。只要他的识在活动着，有不造作的时候吗？没有。识清醒且活动着，必有思相应。

这些思（造作），是从什么因缘现起的，就用这些因缘来命名这

些思，从眼触因缘而生起的思，以及耳、鼻、舌、身、意触为缘生起的思，这是谈了六类思。“**眼触**”：这里说的是眼、色、眼识三和合叫眼触，不只是眼睛触到什么境，这里说的是“眼根相应的触”。应知眼根相应的触，指的是根、尘、识三和合，也就是眼、色、眼识三和合为缘生的思，这叫“**眼触生思**”，其他的思都是类似的情况。

反过来说，大家平时只要清醒着，心就不断地在活动。有反观它吗？有觉察它吗？能够意识到，能够体会到，所谓内心东想这样、西想那样，是怎样的眼、色因缘乃至意、法因缘，而发动起来的吗？即便能够做到这个，这还是很浅的所谓对“行本身”的如实知。相对来说，这还是比较初级阶段而已。如果连这个都没有，那自己应该发起，希望成就白净善法，希望改变自己过去混沌甚至比较染污的状态的这种心。对于身心，确实应该觉了——现象上是怎样，如实地了知它。如果对于眼触生思，乃至意触生思，能够当下如实知，这叫作对于“行”有如实知，

这里不妨就“思”再多说几句。思，最主要是指心的造作，现代的一些人用“意志”这个词来做对应的表达。但是，我们大陆现代汉语说到“意志”的时候，常常把它体会为人格品质的一部分——意志力强或弱。当人们用汉语中“意志”这个词，跟“思”来对应的时候，指的是内心要去这样动作、要去那样动作的这种推动力。反观我们的这颗心，什么时候缺少了这个呢？包括想东想西，你一个想法里取多少个相？看看你这一个想法、一个念头闪过——今天中午吃点什么好呢？又有多少爱吃不爱吃、麻烦不麻烦、想做不想做……，这里有多少取相在密集地生灭？！

古人说到“思”，从它的相状和主要功用，有的地方把它分为：

审虑思、决定思、动身思、发语思，这都是令心造作相关的，可以供大家参考。这里特别谈到：这些思，是眼、色、眼识和合因缘现起的，乃至意、法、意识因缘现起的等等。要这样看。不要内心一觉知，内在的语言描绘就是“我现在心里想这样，我现在心里想那样”，这修来修去不是在坚固我相吗？修来修去不是在坚固我见颠倒吗？你应该像这里所说的，这样来修习，看到“是这样的眼触因缘，导致了这样的思；这样的意法因缘，导致了这样的思”。

这里说的眼触乃至意触更恰当，我只是因为它省略了相应的境，对于这个“触”字，大家不一定体会得那么真切，所以我特别把境界也给说出来了（眼、色因缘乃至意、法因缘，或者眼、色、眼识因缘乃至意、法、意识因缘）。看到是怎样的眼触乃至意触因缘生思，不是把它再一次地解读为“我想这样了，我想那样了”，或者好像稍微好一点——“我现在心里想这样，我现在心里想那样”。不是的。看到的是怎样的眼触因缘，生起怎样的受、想，有怎样相应的思，后面怎么样——看到这样密集生灭的身心流。慢慢的，真的就看到了生命之流，而不是过去莫名其妙拢成一整个的、我一直是我的那个“我”了。所以，这几句话虽然很简单，觉得没什么，实际上太有什么了！跟你内心里的情况不一样。

云何行集如实知？触集，是行集。如是，行集如实知。

什么叫作“行集如实知”呢？前面所说眼触的集起，就会导致“行”的现起，乃至意触集起，就有相应“行”的现起，这里说“**触集是行集**”。这个，前后说的比较多了，不再去刻意地强调，但要这样如实知。不是做文字道理学习：“佛教对于人心，分析得很微细，又妥当，真好”，然后依然故我地生活。我谢谢你给佛法的好评！

“如是，行集如实知”：如果对于“行”的因缘能这样如实地了知，这叫作对于“行集”有如实知。再强调一下，很重要！为什么做这种因缘观察？因为不了解，所以误解。凡夫就是对于生命现象的本质不了解，所以产生“我”的错觉。当真的了解，就是如实知了，那错觉有什么余地去发生呢？当这个人内心中常常这样如实知，过去“我就是我自己”一整个的那个相，他从哪儿现起来呢？总是看到这样密集相关联的生命现象，那个一整个的“我”，一直是我的那个“我”，上哪儿现起来呢？

“如是，行集如实知”——不要觉得这些话很简单：“你讲了一个‘色’之后，其他受、想、行、识等，我都知道了”。我相信从 $1+1=2$ ， $1+2=3$ ，很容易就推出来 $1+9=10$ ，但是，佛法不是数学。我常说：佛法，更像是学游泳，更像是练武术（或者说搏击），是需要自己真下功夫的。否则看几本书，自己就是游泳健将了？看个视频，就是一代宗师了？不是那么回事。佛法也是这样，在生命中去实践，去实现，自有不同。

云何行灭如实知？触灭，是行灭。如是，行灭如实知。

前面讲“如实知行”，看到这个“行”是怎样的现象，这个“思”——眼触因缘的思等等，它是怎样的现象。真看到了，就能够真正地体会到它的过患，就能够向于出离，向于苦的寂灭。什么是苦的寂灭？色、受、想、行、识的寂灭。这部经说的难道不清楚吗？就“行”来说，什么是“行”的寂灭呢？即便不是寂灭，在一般有情中可能经历的“行”的短暂止息又是什么呢？答：“触灭是行灭”。

之前在讲受灭、想灭的时候，也有略提到：有一些因缘下，即便不是究竟的解脱涅槃，像受、想、思（行）这些，也可以暂止息——

暂时不现起。有几种典型的情况，像外道的无想定，圣者的灭尽定，在这样的定中是没有识的活动的。没有识的活动，作为识活动伴随的受、想、思等，当然也就不现起，就是在现生中也有这些。那我们这些没有那么了不起禅定功夫的，就没有体会吗？经论里说，像极重睡眠、昏厥这些也都是。极度深的睡眠，包括这个人昏迷过去了，这个时候，触灭则行灭，触灭则受灭、想灭。

但是，佛法里说到苦、集、灭、道的“灭”的时候，指的是寂灭，指的是涅槃。只是展开来，也不妨说一般人可以想象的“触灭则行灭”，但这不是真正的寂灭，所以说是暂止息。

“如是，行灭如实知”：对于“行”（这里主要说为“思”）是怎样寂灭，有如实知。之前几次课，在问答中曾有法友提出来过，关于行蕴涵摄内容的历史变迁，当时也说过：《杂阿含》里谈到行蕴，最主要就是把它说为“思”，在这个经里看得很清楚。后世把这个行蕴，扩展到包括除了受、想之外其余的心所。还有的部派把不相应行法也摄到行蕴中来。于是，行蕴涵摄的范围，就变得非常广大。如果做即身的观察，主要还是观察这个心的造作性。当然，如果更广泛的修习，如“心念处”那样的修习，那就是对心中现在在发生什么，有什么，没什么，对这些有如实知。这是谈“行灭如实知”。

云何行灭道迹如实知？谓八圣道：正见乃至正定，是名行灭道迹。如是，行灭道迹如实知。

什么叫作对于导向“行”寂灭的修道之路的如实知呢？指的就是八圣道，从正见、正思惟一直到正定。对于这些如实知，叫作“行灭道迹如实知”。这不只是知识性的了解，说：“这个方面的问题，你出卷考我，我能答一百分”，这不叫作行灭道迹如实知，而是要在身

心上看到——这个是正见呢？还是不正见呢？这样的不正见，导致什么呢？反过来，当内心正见发生，随顺正见思择……，知道这样将导致“行”的寂灭，为此安稳，调柔而住。

云何行味如实知？行因缘生喜乐，是名行味。如是，行味如实知。

这里在解说什么叫作“行味如实知”。还是先说什么叫“行味”：由“行”的因缘，内心产生了贪喜爱乐，这叫作关于“行”的味着。如果内心中发生了这个，能够如实觉知它，这是对于“行味”如实知。即便这个人是圣者，不再发生这个，但是他如实觉知身心，知道如果这样就会这样。能够对于“行因缘生喜乐”如实知，叫作“行味如实知”。

还是要对照一下大家的生命经验来说，不然这句话还是太抽象。之前说，“行”在这里主要指“思心所”。思，主要是指心的造作，那种推动性的意志力量；说到具体的，审虑思、决定思、动身思、发语思。看看自己这颗心，乃至由己及人地做观察：这颗心只要清醒着，肯不造作吗？肯不染味吗？如果诚实的话，基本上都是不肯。自己一个人呆在一个无人打扰的地方，看一看这颗心都要干嘛？不这样不舒服，要不就去弄弄这个，要不就去弄弄那个。这背后就是心的造作，是心这种意志的推动力量，是思心所，是行蕴。在这些上染爱难离。跟他说：“不要这样。”“那不行！”更不要说一些特别的，比如说一想到要去哪玩儿，内心就特别欢喜，这是对于“出去玩儿”贪喜爱乐。对于这一类造作，内心想一想都雀跃。其他的还有很多，因为只要清醒着，离不开思心所。看看这颗心都发生了什么？一直在什么模式下，一天一天重复，又不觉得烦，还乐在其中？

为什么智慧人修习之后，对这世间“够了”呢？说一句严重的话：

这个世间就像有病似的。这里用“世间”这个词的时候，是《阿含》里边常用的义，就是指有情。这话说得有点严重，也有一点不客气，但是在智者看来，可能确实这样，就是在这样错谬颠倒的套路里，一遍一遍，一天一天，一生一生。我过去举譬喻说，就像什么呢？就像自己很喜欢某个陶瓷摆件，自己去动手做（现在不是有那种地方嘛），做好了，刚烧好摆在这，被砸碎了；然后再做，再砸碎。一遍一遍、一遍一遍。如果清醒地看到这个，不会这么干。一般人说：这个不可能发生在我生命里，最多发生在我的梦里。不幸的是，我们恰在轮回大梦中，它就在一遍一遍地发生。

“行因缘生喜乐”，当然也有“行因缘生嗔恚”，之前有说，这是就其系缚性明显强盛而说贪喜爱乐。如果说得深一点，前面说“当心在种种造作，其实是很烦扰的事情”，但是对于一些表现特别明显的人，要不在嘈杂的环境里，可能待着不舒服，睡觉都要开着电视或者是放出什么声音才能睡过去，要不然睡不过去。有这样的人。这是什么呢？他必须跟这些嘈杂的声音在一起，才感觉好一些，具体的原因不分析。为什么举这个呢？一般的人，内心也是嘈杂的。这种造作，可以说连成一片，一般的心分辨不出来。

如果打个比方，就像一台收音机，把它调到一个没台的频道，你听到什么声音？喇……。那是什么声音？那叫背景白噪音，就是作为背景的微波辐射——电磁波，被接收之后转换成声波就是这个表现。那是什么？那是密集的活动，表现为噪音。一个不善调心的人，内心也是充满了这样的噪音，而且没这个噪音他不舒服。我遇到过：如果坐下来要修行，那不行，觉得太难受了，心都跳得快了，身体都不舒服了。只是静坐一下，又不是要让你百米冲刺，但是心跳得慌。甚至到这个程度。

“行因缘生喜乐，是名行味”，如果说得深一点，就是人们对于这个心的造作，已经习惯了，已经染着得很深，甚至意识不到染着了。但是你要把它拿走，那不行了。如果深一点地说，是这个。当然，没有人能够拿走你内心的造作。可是，有“行因缘生喜乐”这样的“行味”，就会有“行患”，终归要看自己如何抉择。

云何行患如实知？若行无常、苦、变易法，是名行患。如是，行患如实知。

这里谈什么叫作对于“行”过患的如实知呢？首先来说什么是“行”的过患。因为“行”是无常、苦、变易法，在这个上发生贪染爱味，当然有种种恼患，这叫作“行”的过患。如果能够对于“行”无常、苦、变易法等过患如实知，这叫作对于“行患”如实知。

有了刚才对于“想患”的强调，我想大家也会意识到：从文义顺下来很容易，可是真的有认识到心的造作是过患吗？应该说，即便对我们学佛人，很多人还没有真心地认可这个。认可的，可能体会的程度，稳定性，也不一定很强。但这个很重要！认识不到五蕴当体的过患相，谈什么寂灭为乐呢？谈什么涅槃寂静呢？对于色味、受味、想味、行味，乃至后面识味，仍然有这种贪染爱味的，是不会真心向于涅槃寂静的。对于仍然贪喜爱乐于这些味的，涅槃寂静对他们来说是恐怖的事。所以我刚才说，对于这些过患能不能如实知，甚至可以说是铁门槛，迈过去了，修道有份。为什么？你真的知道或者体会到：有这样相应正见的正思择，决意——这是过患，那是安乐。不然，只是这套思想很了不起，很高明，很伟大，一到生活里，可能多了一些表象上的东西，但是内心深处的认识没变化，内心深处的判断没变化，内心深处的抉择、指向，并没有发生真正的变化。所以，对于诸患要

如实知，这才可能有后面的变化。

云何行离如实知？若于行，调伏欲贪，断欲贪，越欲贪，是名行离。如是，行离如实知。

什么叫对于“行离”的如实知？首先来说什么叫作对于“行”的离：如果在“行”这方面，从调伏欲贪，进而彻底断除欲贪，从此超越于欲贪，这叫作对于行蕴的出离、超离；对于这个如实知，叫作“行离如实知”。这一定是发生在对于“行患”深刻的体认上，不然的话，怎么会想着去超越？就像我刚才打比方说：这个人必须在嘈杂的环境下才觉得妥当，才觉得身心能放松。他如果意识不到这是一种有问题的生命状态，如果他看不到这里的过患，他怎么会去探究原因并去解决它呢？那个显象于外，所以大家容易了知，容易做出抉择。内心的噪音，不可以停下来吗？不应该停下来吗？这是我们大家应该去观察、思择的。

今天的共同学习就到这里。时间关系，就不再安排问答。之后有时间，如果大家这部分有问题，可以一并提出来。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 11

—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（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】

我们学习《杂阿含经二十选》的第三选〈五蕴如实知——七处三观经〉，已经有几次课，现在我们讲到了对于识相关的如实知。“七处三观”是从蕴、处、界这三个角度，做苦、集、灭、道、味、患、离的七种观察。本经详于五蕴的解说作为例子。前面对于五蕴相应的观察，已经学习了色、受、想、行，今天来学习识。

继续向下学习之前，还是要再强调一遍！请一定对照自己身心生命的真切经验来学习，不要只是基于名言概念的学习。之前讲对于色、受、想、行等这些现象的如实知，就是所谓的色如实知乃至行如实知，听起来好像很简单，实际上一般人没有，包括这里马上要讲的“识如实知”，对于这个也是没有的。为什么没有？因为一般没有经过这样训练的心，他会自然而然地讲另外一个故事——“我触碰了什么”、“我听到了什么”、“我吃到了什么”、“我喜欢”、“我不喜欢”、“我担忧”……，是这样的，把这些划成笼统的一整个儿——内在的这种实体感，一整个始终是“我”的东西。所以，他在生命现象上没

有色、受、想、行、识层面的如实知。不要轻忽这个。如果住于色、受、想、行、识的如实知，慢慢的，当然就会变化。我们接着来学习识这个部分——

云何识如实知？谓六识身：眼识，耳、鼻、舌、身、意识身，是名为识。如是，识如实知。

六识身：眼识身、耳识身、鼻识身、舌识身、身识身、意识身，这些叫作识。余处也说过，这个“身”是聚集的意思，眼识的聚集类，耳识的聚集类，乃至意识的聚集，这些的集合，统名为识。如果在这些现象上，把这些现象了别为识的活动、识的功能，这叫作对识如实知。字面上说是这样。

再来细一点说，识是什么意思呢？是精神活动中了别的功能、统觉的作用。为什么说这个，大家没什么感觉呢？因为一般人内心都默认是“我”在了别，是“我”在感觉，有这个统觉作用，所以说到识，他会很懵懂——识是什么东西呢？他从来都没有问过“‘我’是什么东西”。说到“识是精神现象中的了别功能”，觉得很抽象，为什么呢？因为总是以为是“我”在感觉，“我”在认识，“我”在了别，所以当说到识的时候，说到了别为识的时候，说到精神现象中的了别功能、统觉作用的时候，总是觉得太文绉绉，太抽象，太远离老百姓的生活。实际不是。只是人们习惯于错误，所以对于正确的没感觉。如果真的愿意学习佛法，获得佛法的智慧，不能自己怎么熟悉怎么来。一个没有修行的人，最熟悉的是错误。不是说具体的问题，是说他最熟悉的模式是错误的，是续诸生死的。

色、受、想、行、识，是观察身心的一个角度，是更细致、更如实认识生命的一个角度。之前打过比方，就像这一辆汽车，你可以从

不同的角度对它做更好的认识把握，不同于一个对车没有认识，笼统地觉得这辆车就是这辆车的人，比如可以从它各个系统入手，也可以从它构成材料入手等等。前面说过这个譬喻，来对应蕴、处、界等，如果自己又觉得抽象了，那你再想想这个譬喻。也问自己一下：这明明是在描述身心，我为什么觉得抽象？无他，就是因为自己习惯于内在的错误认识，认同内在的错误认识，贪着内在的错误认识，不想改变内在的错误认识。

如果能够认识到：精神现象中的这种了别功能是一种缘起现象，就它生起的根的因缘，不妨命名为眼识乃至意识等。这个时候这个人的认识就要高明一些，比凡事都是“我看到”、“我听到”、“我觉得”，要强得多了。但是一般人总是内心先讲着“我看到”、“我听到”、“我尝到”、“我触碰到”等等这些故事，然后附加上“我喜欢”、“我不喜欢”、“我希望”、“我不希望”等等爱染。这些细小的一个一个拼图，拼成了这个人流动的生命。可是他的根基是错的，从这个角度说，有什么好自豪的呢？

认识到是这样根、尘因缘而生的识，或者是侧重对于识这种现象的把握，只是侧重强调它现起的最相关的根的因素，认识为、了别为眼识乃至意识。身心发生一些现象的时候，不再像从前一样觉得是“我感觉怎么样”、“我看到怎么样”，而是知道：只是这样的因缘，引发了眼识的活动，引发了意识的活动，后面有什么样的，导致什么。是这样的。如果对于这样的识，活动的时候，能够以其现象真实，了知为是怎样的识，这叫作对于识如实知。

再强调一下！这个文字不难，要用心处是真的要反思内心的认知，要真的肯于回到现象层面的真实。先不说本质层面，先回到现象层面

的真实。这是“识如实知”。

云何识集如实知？名色集，是识集。如是，识集如实知。

接下来是谈“识集”的如实知。首先说识的集（也就是识现起的因缘）是什么，“名色集，是识集”。什么是“名色集”？那就要先说“名色”。

先说更为大家所熟悉的“色”，这里是指的物质现象。《杂阿含》特别侧重于有情身心来说明，所以如果放到身心上来说，是身心现象中表现为物质性的，这叫作色；“名”是身心现象中表现为精神性的。这样，“名、色”就分别代表精神现象、物质现象；《杂阿含》所说，是就身心所说的精神现象、物质现象。

“名色集，是识集”是说，名色的因缘，而有识的现起。这是什么意思呢？“名”具体又包括什么？“色”又包括什么呢？如果就五蕴来说，“色”对应色蕴，“名”对应受、想、行、识四蕴。“名色集，是识集”是说，基于这样的身心，而有识的现起。是有不同侧重的，比如这个“色”可以侧重地理解为根身，也可以更加广阔地把握为根身——眼、耳、鼻、舌、身，和对应的色法尘境——色、声、香、味、触；“名”是受、想、行、识。

这是什么意思呢？《杂阿含》中有若干经讲到“四识住”，说到色、受、想、行（这除了识之外的四蕴）是识所住处，离开了这些，识不会延续，也就是后文说的“名色灭，是识灭”。也因此“名色集，是识集”，或者余处经文所说的“名色缘识”上，部派历来有一些不是特别一致的细微分歧，还有一些发展成很特别的宗派的说法。如果就《杂阿含》来把握“名色集，是识集”，应该说就是：这样身心中物质现象、精神现象为因缘，导致了识的现起；当然是不离开尘

境的。后世的解说有侧重，把“名色集，是识集”里的“名色”，解说为识所游履处，就像刚才我讲“四识住”所引的那样，这也是有经典的依据。

“如是，识集如实知”：当对于识是怎样的现起，有这样如实把握的时候，这叫作对于识的集，有如实知。这里谈的，从来都不是知识的了解、体会，而是对于身心当下现象的如实知。

云何识灭如实知？名色灭，是识灭。如是，识灭如实知。

什么叫作对于“识灭”如实知呢？应该知道，识现起的因缘息灭了，识就寂灭。识的现起因缘是名色，所以，“名色灭，是识灭”。如果对于身心中发生的这类现象，能够如实了知，这叫“识灭如实知”。前面也说过，苦、集、灭、道的灭，依四谛的正义来说，是指的寂灭、无余永灭，也就是苦的止息。但是不妨就因缘做更广泛的把握，像名色的无常坏灭，这也可以说为识灭的因缘。

云何识灭道迹如实知？谓八圣道：正见乃至正定，是名识灭道迹。如是，识灭道迹如实知。

如何走向识的无余永灭呢？这就是“识灭之道”，修道的路。那什么又是“识灭道迹如实知”呢？首先是说明“识灭道迹”，也就是八圣道。对于此，如实知，叫作“识灭道迹如实知”。

到此，对于识的苦、集、灭、道的相应如实知，略有解说。想要对这一类经文产生感觉，还要重复我之前说的话：自己要肯于对身心做五蕴的观察。当我说这句话的时候，敏感的人可能体会到这话稍重了一些，为什么呢？即便学了这么多五蕴、六入，不喜欢、不肯去这样观察身心，总是更愿意以自己惯常的、舒服的方式，来讲那过去的故事——“我怎么样”、“我怎么样”……，这样讲一百年，那可真

是依然故我呀！不总把这辆车拢成一整个，看成它是怎样的和合，对于色、受、想、行、识的现象如实知，对于它们是怎样的缘起现象如实知等等。真的这样去修习，自然就不一样，那这里所说的也就都变成了很扼要的修习法句。

接下来是讲识的味、患、离——

云何识味如实知？识因缘生喜乐，是名识味。如是，识味如实知。

什么叫“识味如实知”？什么叫“识味”？经里说，因为识的因缘，生起贪喜爱乐，这叫作识味。对这个能如实知，叫作“识味如实知”。这只是消文，大家能对上身心的现象吗？

“识因缘生喜乐，是名识味”：如果泛泛地说，任何一次贪喜的发生，都离不开识的因缘，最广泛地说是这样。如果很特别地说，是侧重对于识，产生了贪喜爱乐。有没有呢？有啊。比如这个人突然间在听觉等等方面发生了障碍，他自己感觉听不清了。如果这个现象延续，这个人多分并不是很欢喜。如果这个听觉能够表现得更正常，他会更欢喜。类似于此。这是对于耳识，有这样的贪喜爱乐。觉得：这是问题吗？就一般人的生活来说，这当然不是道德性的问题，但对于真的想修行、想解脱生死轮回的人来说，这就是轮回生死的原因。大家都知道无明、爱取，这就是爱取的一种表现啊，为什么不是问题呢？所以实在地说，真的修行，不是那么风花雪月的事，至少一开始不是。

如果不肯认识“识本身”是苦的，那怎么会觉得对于识的爱味会有问题呢？觉得这理所当然，是人性的必然——“人若不如此，那怎么行？”人若如此，就会在轮回里继续下去。对于识因缘生喜乐，对于识有爱味，这虽然不是一般意义上的，不是一般社会语言里的道德问题，但是它增染，续诸生死。只是看自己到底怎样来认识生命。过

去我说：价值观，依托于生命观。真的觉得这个就是好的，那他肯定就追求这些；真的认识到这里的苦患，那他会对这些很警觉。

识味是不是问题？要看内心的认识。就真理的意义来说，就究竟的层面来说，当然是问题。包括这个人在生命最后一刻了，一般人还认识不到这个识在越来越衰弱，乃至这一生相似相续的这个识要发生重大变化了，他不是这样认识，觉得是“我”要死了，觉得自己要失去知觉了。不同的人，这个时候可能不一样，也许有的比较恐怖，怕怖张惶；如果自己因缘好的，可能会不一样。对于自己将要失去觉知，不能够接受，那恰恰反映“识因缘生喜乐”，恰恰反映着味着于识。

云何识患如实知？若识无常、苦、变易法，是名识患。如是，识患如实知。

什么叫作对于识的过患如实知呢？首先说明什么是“识患”？识是无常的，是苦的，是变易法，这就是识的过患。识，如果如一般人所贪喜的那样，是稳固的，是牢强的，是没有逼恼性的，那它谈不上什么过患；而识是无常、苦、变易法，这就是识的过患。

一般人会有这样的认识吗？因为他总是拢成一整个的“我”，内心总是这样的认识，所以不一定对于识有这样无常、苦、变易法的认识，而是觉得“我”的一部分是这个样子的，内心中又对于此有深深的颠倒染爱。颠倒的意思，是无明相应，觉得是“我”，或者是属于我的，这是颠倒；在这个上又生起贪喜爱味，这是染爱。因为内心有这些，所以当识的无常不可避免地、不可遮掩地表现出来的时候，他会受到逼恼。不是说识什么时候常了，识从来就没有常过，但是如果从了别功能来说，在一定的生命阶段中表现出相对的稳定性，人们莫名其妙就觉得日子会一直这样下去，“我”一直会这样下去；或者

说得再细一点，我的感觉功能，我的了别能力，会一直这样下去。这话没有说出来，但内心莫名其妙是这样认为的。如果他不这样想了呢？看到别人老了、病了——“唉呀！耳不聪了、目不明了，意识混沌了，我也有这一天吧？！”那个时候就感觉低沉了，甚至张惶恐怖了。等到真的发生在自己身上的时候，那恐怕更多的心苦会发生。

识是无常、苦、变易法。要培养自己的智慧，如实地面对身心。不去贪图容易，不去贪图省事。为什么说贪图容易、贪图省事呢？不修行是容易的，不修行对于修习还不善巧的人来说是省事的。如果要去培养智慧，要培养如实知，对于开始的阶段，是需要自己付出很多努力的。懒惰的，没有决定意乐的，没有精勤之心的，当然希望省事，当然贪图少一点自我的打扰才好。那样的话，只是在过去错误的洪流里继续向前奔波而已。反过来，如果对于识的过患有这样的认识，那会导致这个人慢慢地对于生命有不一样的认识。

云何识离如实知？若识，调伏欲贪，断欲贪，越欲贪，是名识离如实知。

什么叫对于“识离”如实知呢？如果对于识因缘而产生的欲贪，能够调伏，能够根本断除，直至超越不再生起，这叫作对于识的离。如果对这有如实知，叫作“识离如实知”。

“调伏”，是说的没有尽断，如果已经生起了，令它暂时消敛；没有生起，遮止而不现起。“断除欲贪”，可以说是彻底地断除关于识因缘而产生的欲贪。“超越欲贪”，既然已经彻底断除，那就不会再生起，谈不上对于欲贪如何，假名为超越欲贪；对于识的欲贪，在他生命中不会再发生。这意味着什么呢？

一般人总感觉这个能够感受的事物（实际是识），其实也就是某

种意义上执着“识是我”，那他对于“我”的延续，比较深刻地执取就是“我仍然能有感觉”（实际是识仍然在活动），所以对于昏厥，有的人说“就像死过去了一样”（实际是没有识的活动）。一般人把这个（识），看作是我或者是我的，在这个上深深地欲贪，实际上是跟“我爱”密切相关的。前面色、受、想、行、识，如果就身心来说，都是来拆解一个人对于“自我爱”的种种表现；当然，你像色、受、想、行、识的贪爱，也可以理解为“境界爱”，这只是侧重从哪个方面来把握。如果深刻地说，要看到这是对于“自我爱”的解构，同时也就解构了那个错误的自我意象。

最后是一句对于“五蕴如实知”这段说明的总结——

比丘！是名七处善。

这是就五蕴这个角度，来说明“七处善巧”——七处正确的修行。真能这样修行，如实觉知当下身心的现象，不把它再体会为“我、我所”，是什么就看到是什么——是色就看到是色，也看到是什么因缘；是受看到是受，看到什么因缘。也看到它的过患，也看到内心过去乃至当下产生的贪染爱味等等。这是关于五蕴的“七处善”。这样的修习，是能够导致一个人离开认知错误，能够导致一个人离开染爱错误的，也就是离开无明、爱取。无明、爱取，暂时地调伏，乃至彻底地断除，在这样的修行中都能发生。

上面是以五蕴为例做的讲解。下面讲“三种观义”——

云何三种观义？比丘！若于空闲、树下、露地，观察阴、界、入，正方便思惟其义，是名比丘三种观义。

简单地说，对于蕴、处、界，分别做这样的观察，就叫作“三种观”。来说一下具体的文：

“若于空闲”：“空闲”是意译，对应“阿兰若”或者“阿练若”，是空闲处、寂静处的意思，指的是离开了人群的喧闹。像经律论中常说，离开聚落，有相当的距离，到什么程度呢？到牛鸣而不闻，或者击鼓而不闻，离开了人群的闹（kuài）闹，这样的地方叫空闲处。

“树下”：这是在空闲处的什么地方呢？比如树下，树下其实是遮风挡雨又遮阳的。“露地”：那就暴露在更多自然环境的侵袭中了。但是比丘的修行，这些地方都是用功处。

这位比丘，在这样远离喧闹的地方，树下也好，露地也好，比如自己跏趺（jiā fū）坐，心来干嘛呢？“观察阴、界、入”：“阴”是指五阴，也就是五蕴；“界”是指六界——地、水、火、风、空、识。五蕴，我们前面说了。六界，也是《杂阿含》中对于有情做分析观察的一个角度。六界中的地、水、火、风，主要是依着印度的文化在谈色法的要素，可以把地、水、火、风看成色法的代表。这个“空”指的是什么呢？指的是四大而围起来的空。什么意思呢？我们人体，胃里是有空间的等等，是由四大（也就是色身）围起来的有着这样空隙的。这在认识上是很有意思的一件事：如果我们人的身体内没有这些空隙，都是被各种组织给填得满满的，就像一个拳击用的沙袋那样被装得满满的，人体还能不能够运作起来就不好说了。这是说空。“识”主要是指精神性的。这是另外一个角度的观察，在其余的经中有细致的说明，后面的讨论中也有一些引述，到时可以再适当展开。“阴、界、入”的“入”是指的六触入处，也就是六根。六根是举其要，实际上是以这样六根为线索的一种观察方式，在后面“六触入处”的若干经中，我们会具体的展开。

这样，从阴、界、入三类角度，“正方便思惟其义”。什么叫正方便呢？就是依着这样正确的方法。什么正确方法呢？依前面说的七

处观察，来观察思惟——是不是呢？是常的呢？无常的呢？是稳当安乐的呢？还是变动不安之相呢？充满逼迫呢？这样来观察。

我这样用语言来描述内心的思惟观察，语速比较慢，这可不是为了强调，而是对于最开始初学的观察，就应该是徐徐的。佛在引导来问问题的人的时候，有时候就告诉对方：“徐徐思之，然后答我”——我下面问的问题，不用着急回答，你静下来，慢慢地观察、思择，然后告诉我。很多人太急躁，没有耐心来徐徐观察，更不要说徐徐地反复观察。但是，急躁是在干什么呢？又是为什么呢？有时候人们的“急”，不是出于事情的必然，只是自己内心不安相的表现，只是自己内心贪欲的表现。以出家人生活来说，闻板声入堂用午斋，急急走，然后到那坐下，自己心也不安。完全可以正念安住于当下每一个脚步，走一步是一步。不是人还在这走，却变成了只是机械地走，心已经到那里了。到那里干嘛呢？其实也没干嘛，只是内心的欲贪作怪，就是想要、想要、想要……，是这样而已；着急、着急、着急……，是这样而已。真急急到那了，心又不安，身心不安。

我是拿出家人的生活做喻，不是说哪一个出家人这样，或者必然这样，免得总讲在家生活，好像在说别人的不好。但这是可以作为一个普例的情况，看一看自己，比如说要从卧室走到厨房，走到洗手间，难道不是人还没有从卧室的床上下来，心已经冲出门外了吗？哪有对于当下生命现象的反观与觉知呢？反过来，每一个动作全然地在，甚至到什么程度呢？身心是这样的安然，没有贪嗔的活动和躁扰，乃至这一步迈出去，落下来生命就终结了，走不到刚才发身要去的地方，也没有任何的不满意，没有任何的遗憾，对于到来的生命的终结，也没有任何地抗拒不安，调柔、安然地接受。

徐徐思之，不必那样急急切切。自己能够一遍一遍这样来观察思择，能够反复的这样观察思择，甚至渐渐的，于此得其法味；渐渐的，身心安住于此，有轻安、有喜乐，这是真的受用于法。

是名比丘七处善，三种观义，尽于此法得漏尽，得无漏心解脱、慧解脱，现法自知，作证具足住：我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有。

这是对于整部经来做总结了。详于五蕴的修习说明，并略微地扩展到阴、界、入三类的观义。这样对于阴、界、入，做苦、集、灭、道、味、患、离的观察，叫作比丘的“七处善，三种观义”。如果修习此法，能够完全的实现，会得“漏尽”——烦恼尽断。这有什么好呢？

“得无漏心解脱、慧解脱”：得到永离烦恼的心解脱、慧解脱。“心解脱”偏重的是谈对于染爱的解脱，“慧解脱”偏重的是谈对于无明的解脱。因为我们在谈生死轮回的根源性力量是无明、爱取，所以说到解脱的时候，也会侧重地分别对应地说解脱——解脱于爱取，解脱于无明。重合在一起说，解脱于痴、爱——心解脱、慧解脱。当然对于心解脱、慧解脱，合在一起还有一个说法叫“俱解脱”，特别到了部派阿毗达磨中有这样种种分别，这里还是不涉及太多。

“现法自知”：对于这样的修习以及达成——当下身心的解脱，是有内在的认识的。**“作证具足住”**：这个人就叫作在生命的当下实现了佛法，他当然就是佛法离苦真实不虚的证明。

后面四句话是常说的：“我生已尽，梵行已立，所作已作，自知不受后有”。“我生已尽”：“生”已经到达了尽头。这个“我”，加不加都没关系，为了译文的工整，有加的也有不加的，意义没有差

别。不是解脱者还执着有“我”，这在余处有说过，像有经就问过：阿罗汉最后生也可以说“我”吗？可以说，因为他不是迷惑于身心是“我”，或者是“我所”，而只是作为一个和合的指代，用一个名词来说，“随俗言语”而已。但是内心不再错误地执我了，也离开了我痴、我爱等等问题。没有必要描述这个生命现象那么复杂，致使大家言语交流有障碍。

生死已经到了尽头，确切地说是不会再受生了。“生已尽”，就是轮回已经到了尽头的意思。“梵行已立”：清净的道德已经达成，不仅仅是彻底地断除男女欲贪，这主要是指真实的究竟的离欲解脱。“所作已作”：该作的修行都已经成办了，也就是所谓的道谛——修道是为了达成解脱，当解脱已经达成的时候，叫作“所作已作”。虽然这位阿罗汉一样修止修观，但是，不是过去意义的修道了，这句话大家能够理解吗？在他成就无学之前修习止观，那是道谛所摄，是“苦灭道迹”，是灭苦之道，他是正走在灭苦之道上。当他真的证得无学，他已经彻底地到达，“所作已作”是这个意思，不再成为达到苦尽的修道的部分。“自知不受后有”：这一生身坏命终，五蕴散坏了，不会再有后有的受生。

这是修习“七处善，三种观义”的好处，我们在学习基于五蕴的细致观察的时候也有跟大家说：这样的修习，会导致一个人破坏我痴、我爱、我慢，能够得到解脱。

佛说此经已，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行。

这是最后的结尾。佛做了这段开示，在场的诸位比丘们都非常欢喜，记住佛的教导，来如说修行。

我们对于〈七处三观经〉的正文做了如上的学习。大家如果有什么

问题，可以提出来做一些探讨。

【答疑】

法友：顶礼师父！若从六入处观察，实际上我们是缘不到真实色法的，我们能缘的只有名法，因为一切现象都是根、尘、识合和之后的，对吗？

法师：这个要注意！在佛教历史上有一类偏于“唯心”色彩或者叫“唯识”色彩的，会落入这里边。如果偏重于从心的角度来看，那实际上是另外一种偏执。中正的佛法不是这样说，因为不是离开了尘境（我们就说色法的尘境）有这样的认识。公允地说，是这样根、尘、识的和合，才有这样的认知。六入处的角度，不是说识是根本，更不是说唯有识及识的活动，当然六入处的角度也不会推出来“外境（比如说外边的色境）有实在自体”。

这里提到一个词——“真实色法”，真实色法意味着什么？所说的真实色法是什么？这里边有个人的认知投射。什么样的认知投射呢？觉得有一个外在真实的色法（我们就说外色），有它固有的属性，甚至有它自己的自体。这是一般人认知中觉得真实色法会包含的义趣——有它自成的真实，有属于它特征的真实自性或者叫自相。如果细分，自相、自性实际上是有内在关联的，不去分析。但是，这种觉得法有自体，法有属于它的自相，确切吗？这是认知的投射。所谓的色法的自体，难道不是一种认知的投射吗？当一般人说真实色法的时候，实际是有这个意思。

简单地说，正确的六入处的修习，不会导致偏于唯识或者唯心的认识。六入处（六根），有五个是色法性质的。相对来说，六入处确实呈现着名色之间的缘起，而不是偏于名法，更细节的，以后在六入

处的学习中会说到。

法友给出的道理是“因为我们能缘的只有名法，因为一切现象都是根、尘、识和合之后的”。说到“能缘的只有名法”，这在说什么呢？这在说，识直接了别的是什么。但是你像佛法中有一个心所叫作触心所，这个触心所说的就是根、尘、识三合。二合一——根、尘和合生识，三合一——根、尘、识三和合触，如果认识不到这样二合、三合，就会觉得有一个“识本身”，那恰恰是反缘起的。觉得有“识本身”，觉得有“色本身”，这背后就是识有它的自体，色有它的自体，这背后更深刻的就是它就是它自己。它就是它自己，是反缘起义；缘起义是此有故彼有，没有它就是它自己。

这个问题细究下去有一点深，涉及到所谓“存在”的问题：存在是怎样的存在？佛法说得很明白：缘起的存在，此有故彼有的存在，没有自成自体、它就是它自己的存在。请注意这一点！基于这个去体会佛法中的种种说明——五蕴也好，六入也好，缘起也好。

这个问题回应到这里。也许还有很多可以说的，以后的学修中我们可以再做交流。

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 12

—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（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】

我们继续来对《杂阿含经二十选》的第三选〈五蕴如实知——七处三观经〉相关内容,进行学习。第一部分“经文”,已经仔细地过了一遍,现在来看文里“解说”的部分。

二、解说

七处之熟练,与三方面的观察,涵盖了所有修行者,成就解脱的修行方法与内涵。

这是对于相应经文开始做简明的解说。“七处三观”,这里说是“七处之熟练,与三方面的观察”,这实际上涵盖了佛法中所有能够导致解脱的修行方法和内涵。也许有的不是以“七处三观”的名义出现的,但是它的观察对象总是可以用蕴、处、界做等价的描述,比如修习念处——身、受、心、法,实际上是可以和蕴、处等等互相摄入的。而且,我们如果来学习《杂阿含》的话,会看到蕴、处、界的修行占了很大的篇幅,因为这些角度就是用来观察我们人的生命现象的,

而所观察的内容——苦、集、灭、道、味、患、离，也可以说涵盖得很全面。

五蕴之七处熟练，表列如下：

		色	受	想	行	识
1	(苦) 如实知	四大及四大所造	眼等六触生六受	眼等六触生六想	眼等六触生六思身	眼等六识身
2	集如实知	爱喜	触集	触集	触集	名色集
3	灭如实知	爱喜灭	触灭	触灭	触灭	名色灭
4	道迹如实知	八圣道	八圣道	八圣道	八圣道	八圣道
5	味如实知	色因缘生喜乐	受因缘生喜乐	想因缘生喜乐	行因缘生喜乐	识因缘生喜乐
6	患如实知	色无常/苦/变易法	受无常/苦/变易法	想无常/苦/变易法	行无常/苦/变易法	识无常/苦/变易法
7	离如实知	调伏/断/越欲贪	调伏/断/越欲贪	调伏/断/越欲贪	调伏/断/越欲贪	调伏/断/越欲贪

本经说是“三种观义”——蕴、处、界，但是佛在做说明的时候是详于蕴说——以五蕴为例，做详细的说明。这里在做总结的时候，也是以“五蕴”、“七处熟练”来列表。这个表是挺好的，对于大家忆持内容，进而来随顺观察，应该是有帮助的。这里就不再把表的内容详加解说了。

三方面的观察——三种观义：三方面指的是“六根”、“六界”以及“五蕴”。

六根——眼、耳、鼻、舌、身、意；

六界——地、水、火、风、空、识；

五蕴——色、受、想、行、识。

这是从不同的角度，不同的善巧，来观察生命现象。

怎么观察呢？就是在宁静的环境下，静下心来，

“宁静的环境下”，对应于经文里“若于空闲、树下、露地”这句话，我们有过解说。对于初修行的人来说，不要唱高调子。热闹处跟寂静处，对自心的影响就是不一样；复杂的人际交往，密集地与人

打交道，和自己宁静安然地独处，修行就是会不一样。对于初学，不要唱高调子，不要拿结果上的那些相，来对自己现在做要求。刚开始做这样的修习，要找宁静的地方，尽量不受打扰或者少受打扰。

环境宁静了，这颗心也要宁静下来。多少人不知道让这颗心如何平和下来，如何安静下来，结果在很安静的环境里心躁若狂。不能够享受、品味到内心的宁静与欢喜，这其实挺悲哀的呀！人忙来忙去，说得透彻一点，只不过是為了现后、自他的身心安乐而已。但是有这样既省力又不花钱，也不需要别人怎么来应承自己，就能够实现的没有后患的安乐，为什么不去达成它？！

在讲解的时候也说了，一般没有经过良好训练的心，总是充满了匆忙相，用老百姓的土话说：“这颗心总是忙忙叨叨的”，不安宁，不寂静。让它寂静，给它寂静的环境，它要找事，它要无事生非。人总觉得是外面这个不对、那个不好，导致我烦恼，不知道这颗心是一切躁扰之源，是一切苦闷之源。对于这颗心已经完全正确安放的人来说，天清地宁！

在这样内外宁静的情况下——

借着地、水、火、风、空、识等“六界”，观察、思考眼、耳、鼻、舌、身、意等六入处（六根），与色、声、香、味、触、法等六尘间的相互作用，所产生的身心活动——色、受、想、行、识等五蕴。

作者在这里将蕴、处、界做了这样一个贯穿的说明，这是可行的。下面也有举经文说到对于六界的观察，举眼为例，如何在人眼中来观察地、水、火、风、空、识，是可以做这样的修习。眼见色之后，眼、色和合生眼识，眼、色、眼识三和合触，触俱生受、想、思等，这些都可以成为活生生的生命现象中如实的观察。最后一句是总结——

解脱，尽在这“七处”、“三观”中完成。

因为是简明的解说，所以对于为什么这样观察能导致解脱，这里没有特别细致地去说，但在经文中有反复提到。在经文的讲解中也有强调，一般人内心中对于生命现象，有不如实知，有错误的知，所以感觉有一个一整个的始终是我的“我”。这种颠倒的“我想”，被认为是真，从而形成坚固的“我见”。基于这样的“我见”，自然就有“我爱”等等，从而产生种种烦恼和续诸生死的业流。反过来，如果对于生命现象及其本质，如实知——现象是这样的，推究其实不可得，无我、无常、不可爱乐，心厌、远离、寂灭，自然就解脱了。

这是略说而已。整个《杂阿含经二十选》的学习，我们会常常涉及到这一类关键的内容。不管学习什么，都应该对其大纲有清晰确定的把握，不要迷惑在旁支细节里——“法师！香菜可不可以吃？”“我现在有病了，动物源的这些药品可不可以用？”虽然这些可以了解，问到了也会答复，但是要知道，这些不是佛法的大纲，不是佛法的扼要处。如果学佛，始终在这些上打转，那更像在学一套从佛法贯彻下来的世间生活手册。那些有用，但不是佛法扼要处。什么是佛法扼要处？了解生命是存在这样的问题，也了解它的根源何在，知道如何去破灭这样苦的根源，并尽力去实现它，这不就是苦、集、灭、道吗？

三、讨论

（1）五蕴的如实知，是离开“无明”的必要条件之一。以什么样的方法（方便；智慧），来如实知五蕴呢？那就是于“七处”之熟练！

对于五蕴的如实知，是《杂阿含》中常见的内容，佛差不多在很多地方都要提到“五蕴是不是常的呀？如果无常，是不是苦的呀？如

果无常、苦，是不是无我的呀？有我、无我呢？是不是我呢？”这样的一些引导。应该知道这都是“五蕴如实知”所摄的，为什么呢？就是因为从前的不如实知，在这些上是颠倒的。

不如实知者，就是无明；所谓离开无明，也就是如实知。问题是：虽然“如实知”这个词听起来很好、很美丽，但是怎么样如实知？所以这里说：“以什么样的方法（方便；智慧），来如实知五蕴呢？”经中讲到“于‘七处’之熟练”。

“七处”的前四处，就是苦、集、灭、道等四圣谛了。四圣谛是正见（第 785（1042）[797] 经），是世间的光明（第 395（587）[394] 经），也是佛陀悟入解脱后，于鹿野苑对五比丘说法的内容（第 379（542）[378] 经；又称为〈三转法轮经〉。即“闻”转，“思、修”转，“证”转等，三次宣说四圣谛）。

可能没有这样从根本处开始踏踏实实学习佛法的，总以为四圣谛是小乘的——自己都还没有“乘”呢，就开始看不起别人了。更不要说四圣谛是佛法的根本，是佛法共通之道，也可以说是唯一之道。不要人云亦云，在还不了解的情况下，自己就确实造一些谤法的过失，这很成问题。你看不起这个，你就不会学习；不会学习，就没有真实的门路。或者说，自己在其他方面有善根，实际摸到门路了，但是就对这样名相下的内容有偏见，那就要问问自己这颗心。

四圣谛是佛法的核心。刚才也说了，这就是在谈生命有什么问题（当然，这其实是一切有情的问题，一切凡夫的问题），那不就是苦吗？惑、业、苦的轮转不息，就是轮回的现实，这有什么好的呢？我举喻说，就像辛辛苦苦做了一件精美的瓷器，砸碎再从头做，做完了再砸碎，一遍一遍，然后自己还没够。更不要说，做的过程中又辛苦，

可能有时候还有一些境界的触恼、伤害等等。轮回中也是这样啊！轮回不是别的，就是这样惑、业、苦的流转不息。看到这样的苦，有没有原因呢？有啊，无明爱取。总是这样苦因、苦果吗？能不能有一个根本的解决呀？有啊，涅槃寂静。从现在这样苦苦恼恼、烦烦恼恼的生命状态，如何能够达成那样的涅槃寂静呢？这就是苦灭之道——道谛。

所以不是别的，就是问题，问题的原因，能否解决，以及解决之道。如果看不起，你是在看不起什么呢？是不承认问题呢？还是不承认问题的原因？还是不相信问题能解决？还是对于佛亲证亲说的解决问题之道不以为然呢？为什么对四圣谛不能有正确的认识，不能真正地重视、尊重并且奉行呢？

四圣谛，如果成为一个人内心中确定认可随顺的内容，那就是正见。对于这个苦恼的世间（“世间”也就是有情）来说，它是光明，是出路，“也是佛陀悟入解脱后，于鹿野苑对五比丘说法的内容（第379（542）[378]经；又称为〈三转法轮经〉。即‘闻’转，‘思、修’转，‘证’转等，三次宣说四圣谛）”。佛在鹿野苑最初为五比丘说法，这是在佛法中一直盛谈的事，说法的内容是什么呢？最核心的就是四圣谛。佛在鹿野苑跟五比丘第一次说法之后，他们都共同在鹿野苑住下。大家知道佛第二次为五比丘说法，后来结集记录下来的是什么经吗？后世称它为〈无我相经〉，侧重于说明无我的道理，五比丘渐次地解脱了——大家可以知道，“无我”对于解脱的重要！

而第 389（552）[388]经，更以医病为比喻，赞叹佛陀为“大医王”，以四圣谛来医治众生。

这是举了几部经来说明四圣谛的重要。不管佛世的时候，还是佛

世之后，形成了声闻部派的分立，和后来大乘崛起，出现大小分立的情况，实际上佛法的核心都是这样的——说明问题，问题的原因，问题的究竟解决，以及解决之道，这就是苦、集、灭、道。离了这个，你也很难说还有什么佛法。佛法就是干这个用的。

“味、患、离”，是七处善的后三处，一般说来是比较陌生的，但在《杂阿含经》中，至少有二十三个经说到有关“味、患、离”的修行次第，值得重视。

如果是第一次接触〈七处三观经〉的法友，有可能对于“味、患、离”的次第说明，确实感到比较新鲜。这是“七处善”的后三处，但是在《杂阿含经》中是有多处以“味、患、离”的次第来说明修行的，这个其实也是贴近于一般人的生命经验和修行进展的，下文有解说。

（2）四圣谛是“渐次无间，非顿无间等”（第 435（629）[434]经），是如阶梯一样，一阶一阶走的（第 436（630）[435]、437（631）[436] 经），是无法越次第完成的（第 397（589）[396]经）。

这是对于四圣谛相关的一些把握。

检讨我们修行的原动力在哪里？不是来自对苦的体验吗？苦的体验愈深刻，则修行的动力愈大愈精进，所以，“知苦”是修行的第一步。无法如实知苦的人，主观上有意无意地忽略苦的存在，那就不可能愿意进一步去观察形成苦的原因，以及消除它的方法。也就是说，他的解脱机率是零。

如果凡夫的生命没有问题，我们修行干嘛呢？那不才是无事生非吗？意识到生命有问题，那不修行干嘛呢？修行是要解决问题的。如果认为自己的生命一切都好，确实没有修行的动力；认识到有苦迫，愿意去解决它，这才可能踏上修行之路。

一般人对于生命中存在的问题，有没有感觉呢？当然有感觉——内心的不安，内心的渴求，内心的种种痛苦等等。但是，一般人是如何来把这些问题归因的呢？是因为我还缺多少钱，是因为我权力还不够，是因为我被众人的认可还不够，是因为我得到的爱还不够多……——人们会这样去归因。这样去归因，于是就会有不同的自己以为的解决之道——以为差钱的，去忙钱；以为差权力乃至其他的力量来保卫自己谋取更大利益的，那就去谋求那些；以为自己缺少情感慰藉的，那去寻找相应的慰藉……，但这些真的是解决之道吗？

从古至今，自己生命中（不要说太远，就说这一生）起起伏伏，这里哪有什么解决之道呢？！可是，人真正能够运用理性来解决生命问题，是罕见的。为什么呢？人更愿意让自己的动物性做主。很多时候，人们对于生命（或者说自身），因为根本的无明爱取覆蔽，很难真的冷静地、安宁地来透视问题，透视问题的原因。既然不能，那只好找表面的肤浅的原因。所以我说：人们常常并不在乎真理、真相，他们只是需要一个借口。

认识不到问题，就不会有要改善的动力；认识到有问题，如果不深刻、不正确，归因错误，那也没有办法；认识到生命中，种种逼恼苦迫、不如意，也真的能够认识到它的根本原因是什么，那么，做的相应努力就在佛法的离苦之道上了。这个要注意！作为学佛的人，对于“知苦”这个问题可不能马虎。如果对于这个，心里不喜欢一遍一遍地去证实，不喜欢这样的文句，不喜欢在心里一遍一遍地如此来确认，可以说，这个人的学佛，这个人的修行，只是他继续轮回的点缀，他所有的学佛和修行都要打上引号。

“‘知苦’是修行的第一步。无法如实知苦的人，主观上有意无

意地忽略苦的存在，那就不可能愿意进一步去观察形成苦的原因，以及消除它的方法。”这一句话我又念一遍，是因为它说得平实而正确。对照自己的心，看看它的爱乐是什么？看看它对于这些，愿不愿意一遍一遍地、不断地去揭示给自己看？不愿意，那就是在自我欺骗。过去我说：“没有智慧，要寻求智慧；有了智慧，就不要再蒙蔽自己了！”后半句其实是客气说法，因为真有智慧的人不会蒙蔽自己。但是善法不坚固，智慧时明时灭的人，容易被自己烦恼所蔽覆，认同烦恼，随顺烦恼。

同样的，解决世间其他问题的步骤也是这样的，第一步必然是要如实了知问题，然后针对问题去找原因。如果套用现代的品管手法，就如同所谓的“鱼骨头”图。

这放在大家生活中是常识。过去我在余处讲苦、集、灭、道的时候，因为是面对很多不太接触过佛法的人，所以我说：苦、集、灭、道，大家听了觉得“佛教说苦，是悲观”，但是如果放在我们工作中、学习中、生活中，有问题不去正视它，自我蒙蔽，硬要说没问题；身体有病，出于自己的烦恼——恐慌、怕死等等，讳疾忌医——“我没病”，它就没问题吗？这是在“身”的问题上，又发生了“心”的问题。正视问题，是明智的；发现不了问题，是不够敏锐；明知道有问题，还自我蒙蔽，那未免有一点愚钝。对于生命本身，为什么就不能明智一点呢？为什么不能冷静地、安宁地来面对，来分析？它是有这样的问题，正视这个问题，这是明智的态度，跟悲观没关系。一个人有病，硬要说自己没病，那不是乐观，那是愚昧。面对生命整个的情况也是如此，它存在这样的问题，正视它，这是明智。

佛法更进一步揭示问题的原因，并指出解决之道。这就像我们工

作、生活、学习中，面对一个困难，并没有打退堂鼓，而是进一步去分析它的原因。找到之后，针对问题的原因去消除它，也就解决了问题。不就是这样吗？从模式上来说，这是常识。但是佛法，不是人在日常生活中能够得到的常识，为什么？因为它涉及到的问题原因是很多人看不清的，就是我们前面说的无明爱取。前面也说过，有一些人也看到生活的内外逼恼——外境的、内心的，但是他是怎么归因的呢？它的归因正确吗？归因不正确，导致所谓的解决之道，并不解决问题，或者最多治标不治本。佛法是真的把握到问题的根本原因，并从根解决它——“灭应灭于惑，惑灭则苦灭”。

待引起问题的原因（集）确知后，才可能试着去消除这些造成问题的因素，而解决问题（灭）。一旦问题解决了，解决问题的方法（道迹），也透过实证而确立了。

这是作者基于一般人生活中的经验，来做这样问题、问题原因、问题的解决、解决之道的说明，这就是苦、集、灭、道四谛，它就是针对于生命的问题、问题的原因、解决及解决之道的说明。

（3）观五蕴无常、苦、空、非我（建立正见），进而产生厌离，喜贪尽，而心得解脱（如第 1（1）[1]、188（179）[190]、9（15）[9]、25（31）[25] → 29（35）[29]、60（57）[51]、204（255）[206]、273（396）[272] 等经），是《杂阿含经》中常见的解脱法门。

这里引了若干经来说：对于五蕴无常、苦、空、非我的观察，在这个基础上，对于这个世间，心不再喜欢了，进而得到解脱，这是《杂阿含经》中多处反复宣说的解脱法门。在《七处三观经》中，我们也看到佛说的“味、患、离”，跟这个也是契合的。

其中，以“厌”为方法的修行方式，常为后起之大乘佛教所非难。但是，从经中七处的后三处说明里，我们明确地了解到，离的内容，是“调伏欲贪、断欲贪、越欲贪”，是针对“欲贪”的。

这种以“厌”的方法来修行，实际是什么呢？实际是偏于智慧的价值判断，以及偏于内心情感性力量，是黏合、吸引，还是远离、超越？是这个的不同。

什么叫作偏于理性的价值判断呢？觉得这个东西好，认为这个东西有价值，在这个情况下，他不会厌，不会远离，他在这个上没够。看看这颗心，给自己贪爱的境界、对象，贴的就是一个大写的“好”这样的标签。不觉得它好，怎么会贪染爱味呢？价值判断上觉得好，那内心情感性的力量呢？受吸引，黏着，染爱不能离。二者是有关系的，所以前文说了：有这样的智慧正见之后，进而产生“心厌”。什么意思呢？这样的智慧正见——这是无常的、苦的、无我的，不坚固、不可爱乐的，这在价值判断上就扭转了，对于这个现象、现象本质在判断上就发生了变化。然后呢？心远离，这是自然的。内心跟从前贪染的境界、对象之间，那种如胶似漆的黏着力，像磁石吸铁一样的吸引力，或者削弱了，或者消失了。不觉得这个是真的好，不觉得这个值得爱乐，内心对于这些处于脱耦联或者是说脱系缚的状态，内心开始离开了过去的贪染爱味，解开了这种系着，乃至以后超越，不再生起，所谓的心厌，远离，喜贪尽，心得解脱。

这里强调：“从经中七处的后三处说明里，我们明确地了解到，离的内容，是‘调伏欲贪、断欲贪、越欲贪’，是针对‘欲贪’的”。包括前面我在讲的时候说过：世间一般人谈“利”令智昏，但实际上是“贪”令智昏。不是境界覆蔽了这个人的智慧，是烦恼欲贪覆蔽了

这个人的智慧。要调伏、断除、超越的，主要是内心的欲贪烦恼。所谓对欲贪烦恼的心厌、远离，不是说这个人对于这些生起了一种含着噁的、讨厌的心态——这有一点微细，对于初学人不容易非常恰到好处地把握。特别在出离心强的修行人身上，在一些出家人身上能够看到：对于世间杂染相应的，他内心十分地排斥。这个如果是远离、不系着，都没问题；如果变成了心的厌恶，带着反感、不安生的那种状态，心的僵硬等等，这是这个人修行还不善巧，但是他对于这些的价值判断没错，只是在心的操作上缺乏更深的智慧和更恰当的善巧而已。

用中文的话来说，“厌”有一个意思是“足够了”，用老百姓的话说就是“这些我够了，我不再想了”。这个“够”，当然不是说满足之后的那种，实际是什么呢？是我轮回够了，我不再想去经受这些了。

而且也了解到，是先由“味”，然后经历“患”（苦患）洗礼，而有“调伏”、“断”、“越”，这一过程（次第）的离。这既合乎四圣谛精神，也符合我们日常生活的经验。

文义说得没错，但是行文中可能容易让人生起误解，比如说：“是先由‘味’，然后经历‘患’（苦患）洗礼，而有‘调伏’、‘断’、‘越’，这一过程（次第）的离”，这个说法容易让人理解成：修行，要先故意去味着它。当然，作者没有这个意思。经文讲解中我们也说，来反观自己的生命经验，甚至就是当下。看看在过去乃至当下，内心中有没有对于一些境界、对象的贪染、爱味？不消说，肯定有，这是对于内心有爱、有味、有喜贪的如实知。不用刻意地造作地去味着，应该说这颗心从来就没有真正地离开过，这是对于生命中存在的贪染爱味如实知，而不是造作地先要刻意地去贪染爱味什么。从这开始下

手修行，对于已经存在、正在发生的“味”如实知。如果能正确把握这个，后面应该都没有问题。

一般人意识不到这种爱味存在着过患，所以他一而再、再而三地在在这条路上狂奔。佛法智慧在这里指出：这种味着是有过患的，会给自己带来苦患的。前面说，在价值判断上觉得好，在内心情感的力量上感觉有吸引力、有黏着力，这都是没有思惟境界的过患相，也没有思惟当下内心贪染的过患相。佛法帮助人认识过患的时候，有两个侧重：或者是偏于境的，或者是偏于心的。

说“偏于”，不是说只有哪一个部分，因为不同的修习方法或者不同人的敏锐度，敏感部分可能不一样；或者在认识的不同阶段，修行的不同阶段，侧重有不同。像大家比较耳熟能详的不净观察，那就是偏于对于容易贪染的境界，去做它“不可意”一面的观察。过去常常在这样贪染的境界上，内心取着净妙相，这是偏颇乃至错误的，现在把现象中真实存在的不净的一面，自己心平气和地面对、观察、确认，反复如此，这颗心对于境的判断把握自然就不一样了。过去贴的那个标签——好，完全好，只有好，现在站不住了。这是偏于境的对于过患的把握，那偏于心的呢？前面说“贪”令智昏，要看到这个烦恼的过患，认识不到烦恼的过患，就会认同烦恼，跟着烦恼跑，听烦恼的招呼。这像什么呢？这像认贼作父，至少像对一个坏朋友言听计从。如果拿我们人做拟人化的比喻来说，这个人身边总是围绕着一群浑身“冒黑气”的朋友，而他又认同这些朋友，接受这些朋友，随顺跟从这些朋友的指导，那这个人会怎么样呢？堕于深坑险处。认同内心的烦恼也是如此，未来将堕于不可意处——三途险处。

有这样基本的正见，就知道烦恼是不可信、不可顺、不可从的，

甚至于说，外面的怨敌一千个一万个，所有的都加在一起，对自己真正的伤害、恼损也赶不上烦恼。为什么呢？外敌，大不了这一生拿种种苦来折磨我，最多最多杀了我，或者以种种凌虐的方法折磨之后，一直到命断，最多几十年而已。但是内心的烦恼，如果认同它，听它的招呼，随顺它的势力，去造作种种恶业，未来是能够把我扔到地狱里的。地狱的苦如何呀？是人间几十年的苦能比的吗？人们对于人间几十年的苦，忍不了；不要说人间几十年的苦，就是这一天听到了不可意的言语，被人不公正地评价或者对待，怒气也要冲破顶灵盖，不可忍受。实际上这一点逼恼，跟自己随顺烦恼带来的过患比，孰轻孰重啊？所以论中有偈颂说：“于现在微苦，我且不能忍，何不破嗔恚，地狱众苦因。”现生中眼前的一点小苦，自己都忍受不了，那为什么胆敢去随顺能够把自己引到地狱中去的那些嗔恨等烦恼呢？地狱的苦，跟现前作为人面对的一些逼恼比起来，哪一个更难以忍受呢？

所以，对于内心烦恼的过患，如果能够有深刻的认识，这个人的修行，容易抓到得力处。真的认识到有这样的过患，才会愿意去调伏、去断除、去超越。不然，始终觉得这个是好的，让他去调伏、去断除、去超越，点头是尊重你，是我有修养。对于过患要有认识，不管贪染爱着的境界是否像自己所内心描绘那样，一向的好，一向的净妙，一向的有乐，更重要的是对于内心烦恼的过患要有认识。其实五蕴的“患”中，除了色之外，受、想、行、识谈的都是内心的事，如果对于这些相应的过患能有所了解，那修行就真的能够心甘情愿。

这样，我们不得不重新重视，在日常生活中“味、患、离”的观照修行法门。

是的。看到内心中发生了这样的贪染爱味，观察若境若心相应的

过患，内心于境、于烦恼，调伏、断除乃至超越。这个调伏、断除、超越，有渐次浅深的不同，经文中有过解说，下面的“讨论”中还会提到，不过我们放到下次再来共同学习。

今天正文部分的内容，就学习到这里。来看一下大家的问题。

【答疑解惑】

法友：顶礼师父！五蕴的“行”和十二支因缘的“行”，有什么区别和共同点吗？根、尘和合生识，相应的聚集就是识身，这个“识身”，弟子思惟起来感觉有点像自己往昔的记忆，分别对应自己眼、耳、鼻、舌、身、意的记忆聚集，弟子知道是错误理解了，但不知错在哪，请师父开示！

法师：五蕴的“行”是心所为主的，至少在《阿含》里，这个“行”主要是以“思”为代表的内心的造作。十二支因缘中的“行支”是行业，“无明缘行”的这个“行”是行业。当然，行业离不开“故思”，从“故思”发动而有行业，行业又有这样引生后有的潜在力量，这是就《阿含》基本义来说。

关于“业”到底是什么？部派中有不同的认识，个别的部派就直接把“业”说成是“思”，如果是这样说的话，你问的这两个“行”就要划等号了。但是，“行业”是否是“思”，这个不一定，这只是个别部派的一家之说，在这里不去做广泛的探讨。

后面问对于“识身”的把握，你问的是六识身这个语境下的识身，我就说这个。六识身是六识聚——眼识身、耳识身乃至意识身。为什么这么说？因为“识，不是一个东西连续不断”——这句话我说得声音大一点，语气强一点，是要强调！很多人以为自己认识的识，内心中呈现的实相，是一个一直一样的东西，连续不断地在做各种了别工

作。如果是这样的话，那你就是把内心中过去取的那个“我”相，重新换了个名，保持下来而已。

真的认识到识是根、尘和合因缘而现起的，说得上是一个东西吗？说得上前后完全不发生关系吗？当然都不是，是这样此有彼有一一因缘的识。如果这样来理解，识更像是一类现象和合的指称，古人没有“集合”这个词，用“身”、用“蕴”、用“聚”这一些词来表达。用今天我们受过教育的人熟悉的名词来说，更像是“集合”——六识的集合。这样是不是就清晰一些呢？这是对这位法友问题的回应。

大家是否还有其他问题？如果没有其他问题，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 13

—— 第三选 五蕴如实知——七处三观经（六）

【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》的第三选〈五蕴如实知——七处三观经〉。在第三部分“讨论”里，我们已经学过了前三个“讨论”，其中第三个开始谈到，在日常生活中，依“味、患、离”的要点，来做观察修习。接下来我们一起来看“讨论”（4）——

（4）第 13（19）[13] 经中说，众生因为会生出味（对合于自己意的，产生喜乐的感觉，就像尝到美味一样，虽然吃完了，尚还余味犹存，意犹未尽，深深留着其余势），所以就会贪染执着。

这里描述的情况，想来大家都不陌生。看看自己内心对于想要的东西，那种耽湎爱味，耽着其味。不一定是在说饮食相关的，这里用这个“味”，其实有一点譬喻的意思，以这样一个舌尝味来做大家比较熟悉的例子，例到其他的感官和相应的境界接触之后的内心感受，以及因此而生起的贪染爱着。

人对于自己，应该反过来做一番认识。如果没有这样反身而观之

后产生的认识，实际上人活得有一点稀里糊涂，被境界一直在牵着跑。说被境界牵着跑，这是形象地说，归根到底是被内心的颠倒迷乱牵着跑。

注意这个“味”字——贪染爱味，看看自己是不是常常这样？人在有很明显的欲贪发动之前，会有这个的。吃的也好，玩的也好，不管贪染的境界是什么，会现起相应的那种味——这是说有过经验的。没有经验，那怎么办？想象。没吃过人家说的一个好吃的，心里想“那个不得多好吃”，想象其味，内心贪染爱着。经历过的，所谓留着的余味，那是什么呢？那是回忆，以及被加工过的回忆。

不幸的是，天下没有不散的筵席，一切都是无常，都是变易法，顺心喜乐（味）的感觉，终是要消散，转而生出苦的（祸患）。

这样的“味”，会呈现为“患”。这里描述说：“顺心喜乐（味）的感觉，终是要消散，转而生出苦的（祸患）”，这是偏向于坏苦而说，或者是说，由这一个转变到另一个。

经论中常举一些大家熟悉的情况，我们不说吃，就说身体，这个人久坐是感到疲累的，这个时候可能希望躺一躺。在他久坐之后，没有来得及伸展身体，或者躺下来做一番休憩的时候，他会觉得躺下来可好了、太好了，所以等到一躺下来，他可能是觉得好。不过，下面如果是这样的要求——躺着别动，不要起来。八个小时可以，甚至可能十二个小时也还行，再多呢？就会变成刑罚一样。

意识到了吗？人们没有智慧观察，对于内心生起的贪欲，不加思索地随顺，觉得它是对的，觉得随顺它是好的——这是重大问题！“它真的对吗？随顺它，真的好吗？”人没有思索。为什么不思索？可能是没有养成这样的习惯。可是，轮回里谁又自然而然地有这样的习惯

呢？那不就被本能所驱使吗？被动物性的本能所驱使，缺乏人与动物不同的高明。不要輕易地认同欲貪，覺得它是对的，它是好的；應該反过来观察观察。

如果观察由“味”到“患”的过程，欲貪显然居于关键地位（这个主题在〈第八选〉、〈第九选〉、〈第十选〉中讨论）。

“由‘味’到‘患’的过程”，这个过患的生起，不是说饮食必然产生后面的恼苦，但他的贪着会产生，是这个意思。经里也常常说：如果色是无常变易法，心有染爱，那这个色无常变坏，内心是苦呢还是不苦呢？内心是苦的。是这个意思。后来，明朝的洪应明在《菜根谭》里说：“有一乐境界，就有一不乐的相对待；有一好光景，就有一不好的相乘除。”这个人应该是受了一些佛法的影响，希望我们津津乐道于世间孜孜以求的，对于这个有一番清醒的认识。这个道理说的是对的。

关于从“味”到“患”，欲貪居于关键地位，括号里说：这个主题在第八、九、十选中讨论。后面会有专门的一些探讨。

这是谈了“味”，谈了由“味”到“患”。如果想要解决这样的苦患呢？

依据四圣谛的方法，从欲貪（集）的去除下手，就是要调伏欲貪，超越欲貪，离开欲貪的影响力，这就是离的真实意义。

要超越苦患，不是去把这些引贪的境界都破坏了，更不是像世间那样去都占有了，享用了。那是什么呢？是从苦的因——欲貪下手，也就是“集”下手。从“集”的去除下手，所以后面谈到了“离”。离什么呢？调伏欲貪，断欲貪，超越欲貪。这个“离”是离欲的意思，离开欲貪的影响，离开过去对于欲貪的认同、随逐，更进一步离开欲

贪的产生，这是“离”的真实意义。

一般人贪染爱着的时候，以为是境的吸引力，所以在对人本身（或者说对自身）认识不清楚的时候，他如果要离，以为是要离开境。是，有一些境界是应该要保持距离，但是根本的问题在于内心的欲贪。那些在境上下手的，都栽跟头，为什么？因为没有把握住关要。

这一段主要是谈“味→患→离”，为何如此？“味”有什么问题吗？首先，味着发生的时候，这里边有认知上的错误。为什么呢？因为味着是取了净妙相，是取了可爱乐相。人意识不到内心有取相的过程，认识不到贪欲的发生、嗔恼的发生，有内心取相的过程——总是内心取了可意相，才生贪；取了不可意相，才生嗔。但一般人意识不到有这个重要而关键的步骤，内心是怎样认为的呢？就是这个境吸引人，就是这个境令人讨厌，这就是一般人的认识。看不到内心颠倒取相——取可意相、不可意相，可爱相、不可爱相，然后认同、生贪、黏着，或者是排斥、嗔拒。

这个取相很重要！味着的问题，一个原因就在他是基于不如实知，片面取相。比如不净观中，为什么要偏观察不净呢？人身，不是像一般人想象的或者取的相那样，净妙可爱。但是，一般人总是执着它净妙可爱的片面，认为这就是它的全貌，认为这就是它最根本的特征，认为这就是它的自性——自身的属性。但是如果观察，会发现不是那样，这里不去多说。

味着是基于颠倒取相，所以味着本身就有问题。对于这样无常，不可爱乐，不坚住的法，心中生起贪爱染着。等到变坏了，或者意识到了它不可爱乐的性质，内心当然痛苦。比如说这个人的内心特征，言语行为的习惯，过去两三年跟这一段，差别实际不大。但是，假如

有一个人，从前跟他结识的时候，认知得很片面，只是取可爱相，那么内心染着贪恋；后来认识得更全面了，开始取不可意相，于是内心痛苦。这不都是自找的吗？

这是讲了“味”，以及从“味”生出苦患。要看到在这个过程中，欲贪很重要，欲贪居于关键的地位。过去有人说“牵挂孩子这样那样，但找不到自己因为牵挂孩子而苦恼的根源在哪”，还是学佛人。于是我就问：“同样都是小孩子、小朋友，那非洲饥饿地区的那些小的黑人朋友、小孩子，他们的饥饱、冷暖、苦乐，对于一般人来说会牵动心吗？”不会。为什么？不摄为我所，更根本地说是没有贪爱。因为有一些个别情况，就算是自己的孩子或者父母，因为内心的问题，他也不会有这种贪着——彼此之间基于贪染的关切。要看到产生苦患的根源是内心的欲贪。

既然如此，如何去除这样的苦患？破除它的根本因——欲贪，也就是集谛。这是为什么说完“味”和“患”之后，要说“离”。没有人希望自己一天比一天活得更悲惨，活得更痛苦。大家之所以这样辛苦、忙碌或者身不由己，不还是指望更好一点，至少不要更糟吗？！既然如此，对于导致轮回中苦患的根本原因，为什么不做一番认识？反过来说，如果真的认识到这样的爱味执着会导致苦患，他也愿意远离。这谈到了“离”，是指的离开欲贪，也就是离欲。接下来的“讨论”（5），就是关于离欲的探讨。

（5）“离欲”的过程，经中说是“调伏”→“断”→“越”。
“调伏”，就是“调御”，就是“驾驭”。这是说，“离”是应当从刻意地克制自己的欲贪（欲望）做起的。

前面经文中谈到了“调伏、断除、超越欲贪”。首先来说“调伏”。

“调伏”这个词，是从御马师那儿化用过来的。御马师调御马，对于马加以调伏，所以这个调伏其实就是调御的意思，也就是驾驭的意思，能够管理好它。用今天的话说，管理好自己的内心，管理好自己的欲望。那调伏的意思是什么呢？在这一步是指“克制”。

也就是说，不要欲贪出来了，不假思索地就认同它，向着它所指的方向狂奔。之前有说，那样太动物性了，没有人的高明。你看看小猫，闻到打开的罐头，急地围着转，就是要吃。人被内心欲贪所牵引，跟那个的差别在哪儿呢？所以，说“动物性”不是在贬低，或者是刻意地来诋毁，而是人随顺欲贪的时候，整个人的层次就是低了。反过来，认识欲贪，认识欲贪的产生，认识欲贪的过患，而不去随顺欲贪发起身语意的活动，这叫克制。

最开始因为过去的习惯，需要比较刻意地去这样做。过去是什么习惯呢？过去是对于欲贪没认识，所谓的自然而然地就认同它、随顺它，就跟猫闻到了鱼腥味一样。要提醒自己，这个不高明。拿人身按动物的逻辑活，谈什么高明呢？要反过来观察一下，再认识一下，再确定进止、取舍。如果随顺正智观察，那就是不应该，就是应该停下来，就是应该不随顺，这就达到了克制欲贪的客观作用。

下面说为什么应该做这样的调伏克制——

对大多数的平凡人来说，随顺欲贪的结果，大多只会更加长养欲贪，或者，反复地在一定程度的欲贪威势中摆荡罢了。

这是说，随顺欲贪，不会像一般人想象的那样，有一个如自己内心讲的童话那样真正的终点，所谓的美好结局。欲贪，什么时候有头啊？随顺欲贪，只是增长欲贪的势力——“长养欲贪”。后来有譬喻说，就像什么呢？就像口渴了喝海水一样。有常识的人都知道，口再

渴，喝海水没用，不仅不解决问题，还会导致口更渴，原因大家应该知道。随顺欲贪也是这样，五欲的品质就像海水一样，喝得越多，越渴。

或者就像馋什么东西吃，吃到自己身体无法容纳了，好像一时就这样，但是不用过六个小时，它又来了，这就是说“在一定程度的欲贪威势中摆荡”，实际上欲贪并没有调伏。

只有在清醒（正见）地调伏下，才能离开欲贪的引诱，做到“断”欲贪。这样的“断”，是时时的自我警惕、勉励、精进而维持的，说来也还是蛮辛苦的。

他这里说的“断”，跟在经文讲解中说到的“无漏智慧断除”，不是一个层面。他这里说的断，就是欲贪生起了，能够离开欲贪的引诱；在正见的调伏下，如理运作心，让已经生起的欲贪熄灭，他把这个称为断。这个是不是断呢？这是断，但这不是究竟断，这是一时的断，暂时的断。欲贪生起了，首先克制住，不随顺，观察它，破坏掉它的根基和力量，令它消灭——这是从“调伏”，到这里说的暂时的“断”。

这里说，需要时时的精进，还是蛮辛苦的。也许对于初学不习惯的时候，需要一而再、再而三的这样来举起，这样来把心扭转过来，可能不是那么自然而然的。可是，即便辛苦也值得。这里要有勇悍的心，不可阻挡的决定意志。如果智慧眼目高明一点，也看到这个内心的或者不舒服，或者不情愿，还是烦恼相；对于一而再、再而三这样做的不耐烦，甚至沮丧，看到这还是烦恼相。淡淡一笑，不随顺它。看得更透彻一点，看到它是怎样的因缘和合而现起，了不可得，自然不受它影响。

不过只要继续努力维持，假以时日，那么，“离开欲贪的影响力”，将不难成为一项良善的习惯与价值观。到了这个时候，习性中，欲贪已经不存在，再也不需要刻意地去克制什么，而是自然而然地就能远离欲贪的麻烦。

这是从前面“调伏”、“断除”继续说：即便一时有一些难度，需要刻意的努力，但是经过一段时间的持续修习，“离开欲贪的影响力”将会成为一种善法习惯。这个是对的，会发生这个。我常常用“从心所欲不逾矩”作类比，再强调一下！是作类比，不是说就是。心的运作，还是自然而然活泼泼的，但是那些欲贪烦恼，基本不现起。当然，从一般无漏圣道之前的修习与功夫中能有这样的境界，但是，真正的质变，还是要在无漏智慧断烦恼那样彻底地断除之后，才是真正的“离”，才是出世间的离欲。

这个时候的“超越”，是因为烦恼不复再生。所以也不需要再对治烦恼，当然也没有随顺烦恼，是这个“超越”。也只有这样的究竟离欲，才能够更好地匹配到这里的说法：“习性中，欲贪已经不存在”。如果彻底地说，是离欲圣人的境界。

也就是说，已经完完全全地超越欲贪（“越欲贪”）了。

这是对于“讨论”（3）谈到的“味、患、离”，经过“讨论”（4）来说明它们之间的内在逻辑关系，并强调“离”是离欲。到了“讨论”（5），特别地在谈离欲的“调伏、断、越”，是这样的内容。接下来看一下“讨论”（6）——

（6）如第 14（20）[14] 经中说：“若于五蕴味、患、离随顺觉，则于五蕴味、患、离以智慧如实见。”

这是引了一部经中的话，是在谈修习的不同状态。首先说这个“随

顺觉”——

“随顺觉”，是相对于“有求、有行”的。而“有求、有行”，或者可以理解为，是勤勉而学，努力自我要求、自我规范与实践的阶段。

这个把握得比较好，修行是有这个阶段的，一开始是很明确的“这些可以做，那些不可以做”、“这些念头可以转，那些念头不可以转”，是“有求、有行”，而且要勤勉而行的。

这里说“努力自我要求、自我规范”，这话说得非常好，简单地说就是“自律”——自己对于自己，有没有从内而发的自我规范、自我管理？自我管理很重要！用在修行中说，这是修行阶段的“有求、有行”——勤勉加功用行。

等到成就、圆满时，见解上、行为上再也不会有所偏离与违犯，而能够时时刻刻、自自然然地契合于正法，那么，就是“以智慧如实见”的“随顺觉”了。

这是谈“有求、有行”之后的阶段。等到修行纯熟，成就、圆满的时候，他认知上不会发生偏差，言语、行为上也不会有所干犯，他是“时时刻刻、自自然然地契合于正法”——中国人说的“合道”。

“随顺觉”，就是自然而然地对这些有随时的明觉观照。“随顺”，指的是随顺于正理，随顺于正法，随顺于事实，随顺于真理；“随顺觉”，如事实那样发起觉知，如真理那样了知真理，这“就是‘以智慧如实见’的‘随顺觉’了”。

因为前面谈到了调伏、断除和超越，谈到了这样的加功用行，所以作者在这里旁引了“随顺觉”与“有求、有行”，作为实际操作中

一个必要的认识，免得觉得“我这样修行，这么辛苦，何时是个头啊”，从而发生动摇。

（7）经中说，“道迹”就是“八正道”。“八正道”，也称为“八圣道”、“古仙人道”（第 287（468）[325]经）。这是以“正见”为首的八项修行指引，涵盖了戒、定、慧的内容，总摄了佛法的修行法门（道）。“八正道”的每一项内容，我们留在〈第四选〉中讨论。

这是简单地介绍“八正道”，因为在接下来的第四选中会有具体的学习，所以这里就不展开。

（8）“三种观义”，就是以阴（五蕴）、入（六入）、界（六界）为舞台的三种观。

“五阴”是五蕴的旧译，所指没有差别，只是在中文翻译中用了不同的字词。

其中，“六界”是指“地、水、火、风、空、识”等六种特性。以这六种性质为观察、正思惟的对象，也可以“尽于此法得漏尽，得无漏心解脱、慧解脱”而成就解脱的。

在身心现象上，从六界的角度来做如实观察，也一样可以得解脱。下面举了一段经文的例子，来帮助我们理解地、水、火、风等等，也来帮助我们基于“界”的观察，是如何来修习，如何可能导向解脱的，产生一点基本的感觉。

如第 465（728）[464]经中，佛陀教导尊者罗睺罗，如何离“有我、我所见，我慢、系着、使”时说：

这是佛陀教诫罗睺罗尊者——佛陀在家时的公子，如何离开颠倒。

离开什么样的颠倒呢？“有我、我所见，我慢、系着、使”。“有我、我所见”：有“我”是根本，有“我”就有属于我的——所谓的“我所见”。“我慢”：是我执的异名，当然也包含更粗糙的我慢义——高举自己。“系着”和“使”，从字面大家也能够体会它的意思：“系着”，被系缚；“使”，被驱使——这是很粗糙的从字面上来说；如果深刻地说，这些也都是烦恼的异名。这部经中如何说？

若比丘于所有地界，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，不异我，不相在如实知。

这里在说观察“地界”，这是遍一切处、一切时的观察。时间上的过去、未来、现在，方所的内外、远近等等。那粗细、好丑呢？粗细是指大小尺度上的，好丑是指性质上的。遍一切时、一切处、一切性质的地，这是从十一门来观察“地”。现象上了知之后，知道它是无常的，也体会到它是非我——地不是我，也不是属于我的，也不是地在我中、我在地中，做了这样的观察。

非我，其实展开了这三个方面：“地本身”不是我——“非我”；也不是在地之外有一个我，而地是属于我的——“不异我”；也不是“相在”的——相在的意思就是哪一个包含了另一个，既不是我包含了地，也不是地包含了我。通过这三方面的展开，其实是要达成对于自我感的否定，对于我见的破除。

水界，火界，风界，空界，识界，亦复如是。

罗睺罗！比丘如是知、如是见，于我此识身及外境界一切相，无有我、我所有见，我慢、系着、使。

这样来周遍观察地界“非我、不异我、不相在如实知”，水、火、

风、空、识其余五界也都是这样——这只是文字上的减省，不是用心上的减省。用心减省，那说明什么呢？心不耐烦干这件事，心不耐烦安住在正确上。心既然不耐烦安住在正确上，那你知道它要往什么上去吗？

这位比丘如果这样知见，这样地如实观察，那他对于内、外这一切的地、水、火、风、空、识，不会产生我、我所见，不会认为有我、有所，这样也不会产生我慢，也不会为此所系着、所驱使。

罗睺罗！若比丘于我此识身及外境界一切相，无有我、我所有见，我慢、系着、使，是名断爱缚、诸结，正慢无间等，究竟苦边。

如果比丘对这个识身和外面的一切境界，都不产生我、我所见，也没有我慢、没有系着、没有使（这个“无有我”的“无”字要贯下来，即“无有我，无我所见，无我慢，无系着，无使”），这个叫什么呢？这个叫作断除了爱缚，断除了诸结。“结”，拿绳子打的结做形象的譬喻，比喻烦恼，后世“结使”这个词就是指烦恼。

“正慢无间等”：首先，“无间等”这个词，从前说过，后来翻译成“现观”。从如实的动态上是说，随着现象的发生，没有空隙的、没有插入其他心的活动的如实了知；从结果上来说，它是完全突破，突破过去的错误，也突破了凡圣一关。这是说“无间等”，那所谓的“慢无间等”呢？在《阿含经》中，有的地方也翻成“于慢无间等”。这个“于”是介词，就是：在我慢上，发生了这样的完全突破。有这样“无间等”，有这样“现观”，意味着什么呢？意味着破除了我执。这个“正”是一个修饰字，指的是不偏不倚，恰到好处，如其所然地契入。

“究竟苦边”：这个人在轮回中到头了，不会再受生了。

这是引一部经，说明大体如何从六界来观察“非我、不异我、不相在如实知”。下面又引了一部经，来较为细致地说明地、水、火、风、空、识等等，其中以地、水、火、风为稍详细的说明。

又第 273 (396) [272] 经中说：

彼眼者，是肉形，是内，是因缘，是坚，是受，是名眼肉形内地界。

这是就“眼”来做地、水、火、风、空、识的观察。眼，对于前面所说的“内、外”来说，它算是内还是外呢？算是内。前面所说的“内、外”，主要是跟自身（根身）的关系来说的，这根身之外的叫作外。“是因缘”，它是因缘和合而生的。地的特征是“坚”。如果我们觉触的话，会有这样的“受”。这叫作眼这一法“肉形内的地界”，这样说得很细致。怎样即身而观，来做地、水、火、风、空、识的观察，这里举眼，这样来观察“地”。

接下来以眼为例，做水界的观察——

彼眼者，是肉形，若内，若因缘，津泽，是受，是名眼肉形内水界。

这是眼这一法“肉形内的水界”，它的特征是“津泽”。地的特征是“坚”。

彼眼者，是肉形，若内，若因缘，明暖，是受，是名眼肉形内火界。

这是举眼这一法说明其中火界。还是因缘而生，表现为“明暖”的特征，这称为眼这一法“肉形内的火界”。

彼眼者，是肉形，若内，若因缘，清飘动摇，是受，是名眼肉形

内风界。

就眼这一法来说，眼肉形中那些因缘而现起的“清飘动摇”类的特征，是“眼肉形内风界”。

举了眼为例，其他的也可以自己来做观察，或者找相应的经论再来更细致地了解。作者引这一段，是要说明什么呢？

六根（六入），或者五蕴，也还可以以六界作交叉分类，来作观察的。

这就是对上面一段的总结。眼，本来属于前五色根之一，可以对它做“界”的分别观察。

所以，“阴、入、界”，应该都是以我们的身、心为主轴的。

前面说过，“阴、入、界”，或者“蕴、处、界”，都是对于身心——生命现象不同的观察分析方式而已，都是指向当下这个身心的现象。它们各自的侧重和特点是什么呢？下面引了《佛法概论》中的一段话——

印顺法师在其《佛法概论》〈第四章·第一节：有情的分析〉中说：

“蕴观，详于心理的分析；

处观，详于生理的分析；

界观，详于物理的分析。

依不同的立场而观有情自体，即成立此三种观门，三者并不是截然不同的。”

“蕴观”：色、受、想、行、识，说为五蕴，其中只有“色”是

属于物质性的现象，其他四种都是精神现象，这是详于心理的分析；

“处观”：眼、耳、鼻、舌、身、意，前五个都是色，只有后面的“意”才是精神性的，这是详于生理的分析；

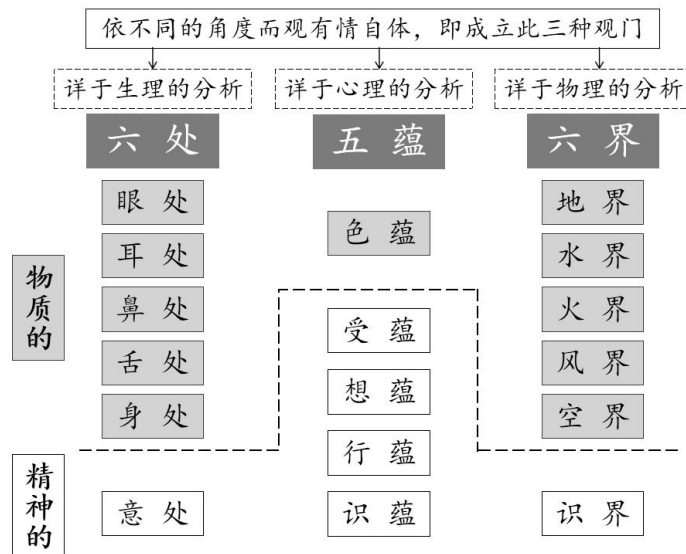
“界观”：前面的色、受、想、行、识（五蕴），眼、耳、鼻、舌、身、意（六入），还都指着有情生命活动来说，到了界观（地、水、火、风、空、识），把它推究到构成的元素——这话说得很勉强，因为它不像今天原子论那种，所以说为“构成的特征”应该更准确。不是结构上的基本单元，而是特征上的基本特性，这是详于物理的分析。

“依不同的立场而观有情自体”：“立场”这个词，在今天我们大陆的白话可能不一定习惯，我们今天熟悉的说法是：从不同的角度观察有情自体。也就因此成立了蕴、处、界这三种观门。了解了这个就知道，所观察的都是当下的身心现象，谈什么截然不同呢？我之前在讲正文的时候也说过：对一辆汽车，可以从它的机械结构谈很多，也可以从它的组成成分——铁，占了百分之多少等等，这样来分析，这都是不同的观察角度而已。车都是这一辆车，但是，只是和合的假名，没有作为一整个的“车自体”那回事，就像在身心现象上，没有一般人所感觉的有一个一整个的“我”那回事。

所以，“三种观义”正是不离身心活动，而谈解脱的《杂阿含经》立场。

之所以做了这样的分别，是要特别地通过这样细节的了解，让大家再一次地体会：蕴、处、界的三类观察，都是不离开当下身心活动，来看到现象，看到问题，看到问题的原因，而指向问题的根本解决——解脱的，这是《杂阿含经》很具特征的立场。到此，关于这部经的

相应讨论，也就差不多了。



而相对应的南传经文，“三种观义”另作“处、界、缘起”。

这是做一旁通。

经中说，七处三观，解脱尽在其中。“七处”是方法，“三观”是下手处。提出了方法，也说明了下手处，真的是“解脱尽在其中”了。

对于生命现象（身心现象），如何来培养如实知呢？从蕴、处、界任何一个角度，或者组合，或者全部的角度，来做苦、集、灭、道、味、患、离的观察，这样就可以培养如实知。破除过去的颠倒，破除过去的贪染爱着，有无漏智慧明相应，而究竟离欲得解脱。当然就“解脱尽在其中”了。

（9）其他相关于五蕴如实知的经文：41（153）[87]、61（58）[52]、46（158）[92]、268（51）[45]、59（56）[50]、58（170）[104]、65（62）[56] → 71（116）[62]、74（128）[65]。

这是给出了其他于五蕴如实知相关的经文，不一一说。

（10）相当的南传巴利文经典为：《相应部》〈蕴相应〉第五七经〈七处〉（22-57）（元亨寺南传大藏经译本第十五册九〇页）

这是给出相应的南传经文对应的篇章。

到此为止，《七处三观经》“经文”、“解说”、“讨论”，我们一起学习完毕。大家如果有问题，可以提一下，我们做个简短的交流。如果没有问题，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 14

—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（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】

今天我们开始学习《杂阿含经二十选》的第四选〈六入处如实知——六分别六入处经〉（经号：305(407)[283]）。标题很清楚，前边“六入处如实知”是在讲，这部经从六入处的角度，对于身心的现象（生命的现象）如实知，不发生错谬，从而根本地解决无明染爱的问题，得到究竟的解脱；后边“六分别六入处经”，是经文中给出这部经的名字，稍后我会做一些解说。

这部经要讲的内容，实际上是从六入处的角度，来看到苦因，也就是不如实知导致染爱，导致贪嗔痴，并且生苦，是这样几个步骤。再重复一遍：“不如实知→发生染爱→贪嗔痴→生苦”，这样的四步。认识到是这样的模式导致问题，反过来六入处的修习，培养的是对于当下的如实知，基于六入处观察的如实知，如实知不生染爱，也就不生烦恼，苦也就止息了，也是四步——“如实知→不生染爱→不生烦恼→苦止息”。这部经的主线是如此，正、反两方面都讲。

所谓的“六分别六入处”：首先说“六入处”，指的就是六根，是我们处理内、外信息的入处。我们对于以可见光为载体的信息分别、现象的认知，是基于眼根的，是这样眼、耳、鼻、舌、身、意的六入处。所谓的“六分别”，是在每一个入处——每一根，都从六个环节来观察了别，培养如实知。当然，不如实知发生，要如实知道不如实知发生。前面经文谈了很多不如实知的现象，当身心中发生了不如实知及其后的一系列运作，要了知有这样的现象发生。

举眼根为例，六分别指的是：眼，所对的尘境是色，说得明确一些是可见光，生眼识。这是眼、境（也就是色）和眼识——根、尘、识，占了三个。还有根、尘、识三和合的“触”，以及在触之后相应俱起的“受”和“爱”——触、受、爱，又是三个。就是从这样根、尘、识、触、受、爱六个角度（六分别），在每一根相应的认知及其后的内心运作上，加以如实地了别，这叫“六分别六入处”。

因为相应的认知，有如实有不如实，于是后面有生染不生染、有烦恼无烦恼的差别，所以就有了染、净两途，导致苦和离苦的不同结果，这是这部经大体的义趣。接下来我们一起先把经文学习一遍。

一、经文

如是我闻：一时，佛住拘留搜调牛聚落。

这是佛讲这个法要所在的地方。“聚落”就是村落的意思。

尔时，世尊告诸比丘：“我今当为汝等说法，初、中、后善，善义、善味，纯一满净，梵行清白，所谓六分别六入处经。”

每读到这样“初、中、后善，善义、善味，纯一满净，梵行清白”赞叹佛法的文句，都是由衷的欢喜。佛法确实是如此的！我们又有幸

得闻，随顺趣入，所以把这几句话多少说一下。因为《阿含》中这样以“初、中、后善……梵行清白”来说明佛法特征的，不止一处，算是常见的情况。我们第一次在这个学习中遇到，做一点解说。

从经论中与此相关的内容看，对“初、中、后善”的把握，有两大类情况：第一类情况是说：“初”，闻法欢喜；“中”，随顺修习，离苦乐二边，无艰难而行；“后”，得大果大利，究竟解脱。也就是：最开始的闻法，中间的修行，最后的解脱。

还有一种把握是按照修行的先后次第：“初”是“直其见，净其行”——正见的确立，行为的规范，这是我们在佛法中最开始可以得到的利益。一开始就指望我们有多么善巧的修心（止观），得到什么样的结果，那不现实。但是最开始，我们可以从闻解，随顺思择，获得正见；我们可以因为认同，因为自己内心真的向于生命的净化改善乃至解脱，而愿意做自我管理、自我规范。这是正见和戒行相应的内容，这是“初”——初入佛法。“中”主要指禅定，就是与定学相应的修习，这当然是善法——超出一般欲界的善法。“后善”指的是慧学——如实智慧的生起，或者是至少基于禅定修习的修慧。这样的“初、中、后善”，其实对应的是戒、定、慧三无漏学，以及它们在修学中彼此相资相成义。这是略说一下“初、中、后善”，在经论中相关的把握有这两大类。

“善义、善味”：“善义”是说佛法是给人带来美好利益的；“善味”是说佛所说法的言语文句是善巧的，为什么这么说呢？大家对照一下辟支佛，在没有佛法的世界自己悟道得解脱，却没有办法建立教法，就知道：契证诸法实相，而又能够善巧说法，这确实是很难得的事！对照其他经论的情况看，“善味”应该指的是“文句上的善巧”。

“纯一满净”：“纯一”是在说，佛法是别异于其他外道的（“纯”），而且是内在一贯的（“一”）。“满”是圆满。这个圆满，大家听多了，不会去细想，其实说得再明白一点：就解脱来说圆满的话，是没有比这个解脱更解脱的，用大白话说就是这个意思。圆满，包括我们有时候说“无上”，在这里其实是有这个意思——已经是最究竟的了，已经是彻底究竟的解脱了。“净”是从解脱相应的清净来说的。到此为止，都是就“法”本身来说的。

“梵行清白”：还是在说“法”，但是，是就人来说“法”。就什么人呢？就如说修行，最后得以完全实现的人说的，也就是无学圣众，随顺法趋入而究竟得以建立梵行的这样的人。“梵行”指的是什么呢？从前也说过，狭义是指离开男女欲染的德行，广义是指究竟的离欲行，有的论中也说为是八圣道相应的修行。“清白”：“清”是指究竟离染，偏于心说；“白”是指离一切恶不善法，就身语意说，没有这罪业。

前边略解释一下“初、中、后善，善义、善味，纯一满净，梵行清白”，这是赞叹佛法，这是佛法的特征，确实是如此的！“所谓六分别六入处经”，这是佛说一下现在要讲这个内容。

谛听，善思，当为汝说。

“谛听”，是指心思专注，认真听闻，没有心的浮乱动扰。**“善思”**：要如说而观察。也就是我们前面反复强调的，不要仅仅从概念到概念来理解它、把握它，要对照当下身心的现象，对照自己生命的经验，来体会它。**“当为汝说”**，我现在就讲给你们听。这里要讲的是什么呢？

何等为六分别六入处经？

谓于眼入处，不如实知见者，色、眼识、眼触、眼触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐不如实知见。不如实知见故，于眼染着；若色、眼识、眼触、眼触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐，皆生染着。

先从六入处的角度，对于一般人常态的生命，来加以剖析。这里又详于眼入处，以它为例来做说明，这一段就是以眼这个入处为例来做的六种分别。哪六种分别呢？“眼入处”是一，“色”是二，“眼识”是三，“眼触”是四，“眼触因缘生受”是五，“于眼染着”是六。当然，后面的这个“染着”，是对应于眼、色、眼识、眼触、眼触因缘生受的。知道了这样的“六分别”，我们来把这段经文，结合身心现象，再来顺一下。

首先说“眼入处”：对于眼入处不如实知见的人，他对于眼，眼所对的境（色），以及眼、色二者和合生起的眼识，眼、色、眼识三者合的眼触，以及这样三和合眼触因缘引生的受——内心觉得或者是苦，或者是乐，或者是不苦不乐。对这一切都不如实知见，这就是凡夫的生命状态。因为不如实知见，所以发生染着。在什么上染着呢？眼、色、眼识、眼触、眼触因缘生受。这是顺一下原经文。

对应身心现象来说，眼睛看到东西，一般情况下，人们内心的认知和描述是怎样的呢？“我看到这个东西”、“我看到手机”、“我看到这个人”、“我看到这段话”……，这都是人们一直在发生的内心描述。不是看到：眼见到这样的色，这样的眼、色和合引发眼识，在这样眼、色、识三和合的当下，“识在其中”这一位称为触——这个“识触”，之前有讲过，就是认知，或者更精确地说，是认知的发端。请问：眼——感官，色（可见光）——外境，和能了别的精神活

动——识，凑到一起，发生了什么呀？佛法里叫“触”。用老百姓的话，用现代的语言说，是什么呀？就是发生了认知。如果就看“触”——眼、色、识三和合，这就是认知的开端。

由这样眼、色、识三和合（触），会引发内心的感受，如果配合上意识活动，了别这个是顺意的、不顺意的，有苦、乐不同的受生起，或者既非顺意也非不顺意的，二者俱非的不苦不乐受，或者称为舍受。如果只说发生在眼根、眼识层面，基本上不与意识发生特别依赖性的关系就有的苦、乐受，那一般来说是偏于生理性的。比如强光晃耀到眼睛，这个时候是不可意受，是苦受；或者柔和的光线、漂亮的风景等等，会给人带来乐受——这是偏于生理的。不是说没有后面意识的参与，只要人清醒着，后面会有意识活动参与进来。只是说，只停留在眼、色、眼识三和合因缘，不需要意、法等等这些参与就有的内心苦、乐、舍受，那多分是偏于生理层面的引发，这是说“**眼触因缘生受**”，从苦、乐、舍受三类来说。

人们对此是不如实知见的，总是讲着“我看到这个”、“我看到那个”的故事，看不到是眼、色、识怎样的配合，眼、色、识的和合（触）之后，内心生起了什么样的受。对于这些，不如实知，计为我、我所，计为外境对于我是损、是益，所以在这个上发起染着——“**不如实知见故，于眼染着；若色、眼识、眼触、眼触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐，皆生染着**”，有染着而生起贪瞋。

或者是对于色染着，或者对于眼识、眼触，或者是眼触因缘所生的受，在这些上生起染着，有没有呢？有。只不过人的精神活动是迅速而复杂的，这里分解开来，从眼这道门进入的信息来做分析，一般人可能意识不到。可是爱看电影的，爱玩游戏的，它的输入基本上就

是声和光啊，难道不是吗？不是在这样的色（可见光）上生起染着吗？不是在这样的声上生起染着吗？人们的喜好，分解开来不过是色、声、香、味、触的外境而已。还有的人沉溺于自心构筑的种种相，那就是意、法的因缘。而这些又往往是关联的，就比如现在的视频游戏，它后面要配合很多内心的活动。现在手机游戏很普遍，为什么花着钱，花着时间，还疲劳费神，也累眼，投入去打，或喜或悲？还不是因为计执我、我所，把这个屏幕上拼起来的色素点摄取为某种图像，再因为操作上的反馈——支配感、主宰感建立，变成了“我”或者“我所”的投射，然后就有内在的成就感、获得感，等等这些基于我、我所的利、衰、毁、誉、称、讥、苦、乐的东西，形成后面比较复杂的意识活动。在里边因为自己内心虚拟的相，而感到刺激和快乐、满足，或者是挑战，挑战的成功、失败等等。

只看“不如实知见故，于眼染着；若色、眼识、眼触、眼触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐，皆生染着”等等这些文，觉得干巴巴没意思，但这就是每天发生在你身心上的现象。从生下来开始，就或清楚或模糊地发生着。只要清醒着，就在发生。

这里要特别强调这个“受”。一般人没有那么强的观察力来看清这样的现象，中间的步骤对他来说太迅速生灭，但是，受是强烈的，至少是鲜明的，所以很多人是在这个受上被系着着。说到“被受系着”，其实是有一点冤枉“受”的，主要还是因为自己内心的无明染爱。

这是这一段经文，大家还是要针对身心的现象，贴近地来观察。刚开始没有办法看清，怎么办呢？让自己安静下来，让心平静下来，然后慢慢地来观察。

如是，耳……。鼻……。舌……。身……。意，若法、意识、意

触、意触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐不如实知见。不如实知见故，生染着。

前边以眼为例来解释，如果对于这个能够理解体会，那么其他的入处也要做如此的观察。其他的入处指的是耳、鼻、舌、身、意，加上眼，就是常说的六根：其中前五根——眼、耳、鼻、舌、身，主要表现为生理性的；意，主要是精神性的。六根是如此，对应的尘境呢？分别是色、声、香、味、触、法。

在翻译的行文上其实是做了省略的：“耳……。鼻……。舌……。身……。”内容跟眼都是一样的，只要把前面的“眼”一一替换成其他根，就是展开的文。到最后一个“意”——“意，若法、意识、意触、意触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐不如实知见”，这是作为结的部分略展开，意思就是中间的耳、鼻、舌、身也都是如此。

眼色、耳声、鼻香、舌味、身触，这是五对。其中“鼻香”的“香”是指的气味，不是只有好闻的气味，它是用“香”指代一切气味。其次，“身触”的那个“触”，是身根所对的境，跟这里根、尘、识三和合的“触”，尽管汉字一样，意思却不一样。身根所觉的境——那个触，是偏于物质性的现象；而根、尘、识三和合触，那是根、尘、识三和合中，识的现起活动那一位，识在这个位叫作触，是偏于心理的。

都是根、尘、识、触、触因缘受，这样一一地例下来。从格式上例下来是简单的，但从观察上，对于新人却不那么简单，可以就一个现象慢慢地来观察。看到在这个现象中，是耳闻声，有耳识的现起活动，三者的和合识了别（识触：认知的开端），从这样的了别，内心或者生起苦受，或者生起乐受，或者没有什么感受——不苦不乐受。

类似于此，要肯对身心上发生的现象，慢慢地做这样的观察了知。不能活了这么久，始终在重复着讲一个错误的故事，还觉得：去建立正确，是一件费劲的事，甚至没有味道的事。重复错误，就很有意义吗？就很理直气壮吗？就很安全吗？

如上面所说的眼那样，一般的情况下，人们对此没有如实知，讲的都是“我听到”、“我尝到”、“我想起”等等这些，所以在日常对于身心发生了什么，内心不是没有认识，而是一直都有错误认识，就是这里说的不如实知。想一想，从记事开始，自己什么时候有过如实知呢？当然不排除有“宿慧”的。一般情况下，大家都是日复一日，一刹那一刹那，内心重复地做着错误的结论，讲着包含根本错误的故事，也由此而驱动自己的心，进而驱动自己的身、语。从最开始的基础就包含着根本错误，能指望后面没有问题吗？自己是这样，别人也是如此。这个茫茫世间，基本上都是如此。

人，不应该警醒吗？在这样眼见色开始的身心现象，乃至意了法开始的身心现象上，开始去培养如实知——根、尘、识、触、受、染爱。

上面讲的是反面现象。

接下来是说，有了这样染爱发生之后，会怎么样呢？

如是染着，相应、愚暗、顾念、结缚其心，长养五受阴，及当来有爱、贪喜，悉皆增长。

前面说因为不如实知见，会生起染着。请看一看内心中有没有这样的染着？或者发现了染着，来分析一下，这样的染着是从哪儿开始发生的？从认知的角度，从感官与相应境界的触对开始，来把这样中间的过程分析一下，理清楚。

这样的染着有什么问题？发生了这样的染着，内心会与这样不如实知见相应，与这样的染爱相应。这个“相应”，意味着什么呢？认同它，听它的招呼，随顺它。因为不如实知，把这个内心解说为“我看到什么”、“我听到什么”、“我尝到什么味道”等等，这里有对于不如实知（也就是无明）的相应，深深地认同这个。说“认同”都有一点弱了，因为他从来就没有想过这个是值得反思的，甚至对于绝大多数人来说，意识不到这是一个认识结果，认识不到内心中呈现的“我听到什么”、“我看到什么”是一个认知结果。内心以为是什么呢？以为这就是事实本身。那还有什么认同不认同的必要？认识不到这是一个认识结果，而以为这个认识结果就是事实本身。但它跟事实不相符，是不如实知；内心还认以为真，这就是根本的错谬所在。

“相应”是说，对这个错误的认知模式深深地认同，不假思索，不假怀疑，不认为有推敲的必要，甚至都意识不到这是一个认知结果。这是说“认同”，我用白话说“听它的招呼”、“随顺它”，这是什么意思呢？看看大家内心的运作：比如这样坐着不舒服，那我躺一躺、靠一靠，那样舒服，然后去找位置去躺、去靠。没有进一步的抉择、反思，而是由对于可意受的希求，产生欲贪的驱动，直接就去了。这只是举一个例，实际上人们内心充满了“我要”、“我不要”，这都是贪嗔相。而自己的心就被这样的“我要”、“我不要”给驱使着，听它的招呼，随顺它。这是说“相应”义——深深地认同、随顺。

“愚暗”：因为深深地认同错误的，听着染爱欲贪的招呼，所以内心是没有“明”的，是愚暗的。不要说一般人很少生起这样内在比较深刻的智慧，就算这个人多少有一些闻思的功夫，如果贪欲生起，内心认同它、随顺它，这个时候这个“认同”、“随顺”本身，就会覆蔽之前有的那么一点点闻思慧。就算之前有那么一点点光亮，只要

与这样无明染爱相应，认同它，随顺它，那个智慧也被削弱了，甚至覆蔽不现起，呈现为心的暗昧相。

这里说的“愚暗”，“愚”是愚痴，“暗”是指黑暗、不明。前面在讲其他内容的时候我说过，一般世间说“利”令智昏，实际上看得清楚一点是“贪”令智昏。如果用一个跟“利”令智昏听起来更顺的字说，那是“欲”令智昏——智慧变得不明，智慧变的愚暗，是因为随顺欲贪。

“顾念”：这颗心对于没得到的，想得到；得到了，怕失去。忆念过去曾有的，或者自豪，或者惋惜；又憧憬着未来可能有的，或者是焦虑着未来能不能有……，种种“顾念相”。现代很多人，内心的焦虑比较严重，为什么呢？根源不在焦虑本身，在于染爱，在于无明。我常常说：有谁或者有几个人，为非洲一个吃不起饭的孩子，上顿、下顿没有保证的孩子焦虑呢？这样一说，我们就会发现，归根到底还是我、我所在做怪，归根到底还是在这些生贪生嗔的境界上转，归根到底还是这些无明染爱，所以经中说“有爱就有苦”——很多人觉得惊世骇俗，有什么奇怪的呢？我觉得这个“世”和这个“俗”，也需要惊一惊，骇一骇。

“结缚其心”：也就是被系缚。之前也引文说过：这个系缚，不是境来系缚，是贪欲系缚。

因为有这样的不如实知（也就是无明），生起这样的染爱，有后面这一系列心的样貌，这会怎么样呢？**“长养五受阴”**。之前讲过，“五受阴”就是五取蕴，也就是与烦恼相应的五蕴。烦恼在转于增盛，现、后看不到这样惑业苦轮转止息的样貌，它会继续这样转动下去，这叫“长养”义。用老百姓熟悉的话说，是庄稼种了一茬又一茬，成

熟了把种子留下来，再播种，再增长，辗转增长。

“及当来有爱、贪喜，悉皆增长”：对于自我、自我的顾念、自我要延续下去这种深潜的欲望，都会越来越强烈。一般人没有办法做到坦然面对生命中的无常，不管是“我所”的，还是所谓“我本身”的，在这上就能看到对于自我的染爱，对于我所的染爱。如果这个人无明染爱相应，那他就会在这些事情上不断地增长。这样有什么不好呢？

身心疲恶，身心烧然，身心炽然，身心狂乱，身生苦觉。

“身心疲恶”：大家如果觉得文句上有一点生涩，想一想可能相对熟悉的另一句话——“生死疲劳，从贪欲起”。还有一位著名的小说家，以这个为名写过作品《生死疲劳》⁶。我们现代社会的上班族，常常觉得身心俱疲。只是因为劳作吗？不是。看看自己这一天上班中，内心奔涌过多少烦恼，或贪、或嗔、或郁闷，甚至是自己感到很郁积，这样，怎么能不身心俱疲呢？

如果这个人的内心处于很安详、很调柔、很和顺的状态，就算身体疲劳，内心没有任何忧苦。这一点，与一般人生命经验相应的可能会少一些，所以不是特别好举例子。如果说大家能够做一点想象或者对应的，就是非常快乐的时候，就算身体很累，也没有情绪的低落，不会说身心俱疲。心的疲，是一种很低落、很无力，烦恼下的样子。我刚才说的一般生活中身疲心不疲的样貌，不意味着里边没烦恼，只是说到那种比较纯净的与善法相应的身苦心不苦，大家很少比较纯粹地真正经验过，所以举那个作为一个相对靠得近的比喻而已，帮助大家来体会。

⁶ 《生死疲劳》是莫言的代表作之一。小说中叙述了1950年到2000年中国农村这50年的历史发展过程。

“身心烧然，身心炽然”：这是递进的关系，程度越来越强。**“身心狂乱”**：这就更加强烈了。会这样吗？会呀。用老百姓话说，人有时候就跟魔怔了一样，心系在这一件事上患得患失；或者在这一件事情上，怒火勃发，不可遏制，甚至铸下一生无法挽回的大错。这不正是身心狂乱的样貌吗？**“身生苦觉”**：这样种种的身心苦貌。

彼身生苦觉故，于未来世生老病死、忧悲恼苦，悉皆增长，是名纯一大苦阴聚集。

如果说刚才那样不如实知、染着、相应、愚暗等等有什么过患，这就是过患。前面“身心疲恶，身心烧然，身心炽然，身心狂乱，身生苦觉”，偏向于说现世身心苦——由对不如实知见，和染着的相应、愚暗等，导致的现世身心苦。后面“彼身生苦觉故，于未来世生老病死、忧悲恼苦，悉皆增长，是名纯一大苦阴聚集”，是说的后世苦。

不仅仅是现世身心苦，由这样的不如实知、染爱，推动着身心的运作流转，这一生结束之后，当来有爱，烦恼相应，由这样业来引发后有的五蕴。后有的五蕴，仍然是烦恼相应的五取蕴，仍然是生老病死、忧悲恼苦。和这一生一样，与无明染爱相应，种种烦恼增长，身心苦受于此中间不断地酝酿。所以这样来看这个六入处的集合，或者前边大家熟悉的五蕴的集合，难道不是一大堆苦的聚集吗？这叫**“纯一大苦阴聚集”**。这个“苦阴”，就是“苦蕴”。讲五蕴的时候，应该有过说明，这个“蕴”，或者古译、旧译的“阴”，都是集合的意思。这不就是一大堆苦的集合，聚在一起吗？你从这样身心苦的苦因苦果来看，它不就是苦果以及苦因的不断循环，在这里边不断地增长吗？

有个偈颂说：“由集能生苦，因苦复生集。”在流转中不就是这

样吗？都知道无明染爱能导致苦果，这个苦是什么呀？五取蕴就是苦——“由集能生苦”。问题是：到这不是说就结束了。这五取蕴是活生生的身心运作，在眼见色、耳闻声乃至着了法的时候，不如实知见，生起染爱。这是什么？这是集谛——“因苦复生集”。这不就是一般生命流转的死循环吗？这就是问题。

今天时间关系，我们就学习到这里。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 15

—— 第四选 六入处如实知——六分别六入处经（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】

上一次课我们开始学习《杂阿含经二十选》的第四选〈六入处如实知——六分别六入处经〉，这是一部讲六入处修习的经文，上一次主要学习了经文中关于于六入处不如实知见的情况。这也是相当重要的！因为这恰恰是凡夫有情的主要表现形式。说得明白一点，我们日常多数情况下是落入到这里的。

对于这些不如实知，以及由此而发生的一系列身心运作和导致的后果，能不能够有清晰的认识？虽然这是不如实知，但是对于这个不如实知，有没有意识到？有没有反省？看到因为这样的不如实知，而发生一系列的情况，这也是很重要的！

今天我们继续来向下学习经文，接下来是谈于六入处如实知的情況，经文说：

诸比丘！若于眼如实知见，若色、眼识、眼触、眼触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐如实知见。见已，于眼不染着，若色、

眼识、眼触、眼触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐不染着。

如果只是简单地看文字，有前面不如实知的基础，会觉得只是翻过来说——这样学习是不太善巧的，应该进入到生命体验的层面来把握这样的经文。前面谈了不如实知，然后生染着，之后有一系列问题。现在谈如实知，于何如实知呢？于“根、尘、识、触、受、爱”这样六个相关联的层面如实知（这也就是经文题目“六分别六入处”的内容，于此如实知）。

这里还是举眼来说，是“眼见色”相关的——于眼如实知，于色如实知，于眼识如实知……。实际的观察中，是随着最显著的现象，或者自己明确要观察的现象，来做如实观的。

眼根是属于色身的一类，对于它是怎样的一个情况有如实知。这个如实知，意味着什么呢？可以从现象和本质两个层面来把握。现象上如何来把握它呢？在上一选相关的讨论中曾引佛给罗睺罗讲的一些内容，有谈到过对于眼如何从四大的角度来如实知，这是一类现象上的如实知。在今天因为世间学术的发达，从生理的角度对于眼、眼相关的认知，有基于现代学术的了解，也完全可以从这个角度去认识它。只是应该更多地结合着身心的体验去认识它，不要过于概念化。概念化那种，离开了身心的体验，相对来说是比较遥远的。本质上的如实知呢？体会到它是怎样的无常、非我。这部经没有特别细致地在每一个环节来说明如实知的内容，在其他一些经文会讲到。

刚才说了于眼如实知，同样的，对于眼所见的色也如实知。我常说：眼的对境，用今天的名词来说是可见光。所以这个“色”，用今天的词语来说就是可见光。意识到：眼见色，就是眼根与可见光之间的相互作用。而这种相互作用，引发眼识。在眼识刹那生起的同时，

眼、色、眼识的三和合就是触，叫眼触。眼触，是就眼根来说，是眼因缘而生起的根尘识三合。由这样眼、色、眼识三和合的眼触因缘，会引发内心的感受——或者是苦受，或者是乐受，或者是不苦不乐受。对这些有如实知见。这样有什么好处呢？

之前对于眼不如实知，觉得是“我在看”，最多是“我的眼在看”，不过，人一般都是感觉“我在看”。就像一般人，内心会笼统地觉得是“车”在跑。这是不如实的，这是不断地在坚固内心中的错谬取相，内心中取我相、取法相，觉得有这样内在前后一致的，我始终是我的，这个自我。这不符合于生命现象的真实。但是内心又觉得有这样的“我”，是“我在看”。当感觉是“我在看”的时候，结论为“我在看”的时候，就是在不断地夯实着根本的错误。

在色上，不觉得眼见的是可见光，觉得是眼睛看到了一个实体，看到了某个东西。那个“东西”的内心感觉，跟“我”的内心感觉，在他的认知中是有本质上的一致性的。不管“人”也好，“东西”也好，都是有其自体的。“我、我本身”，“东西、东西本身”，有那么一个实在自体感。但是，这个实在自体是啥？真推敲起来还说不出来。那是什么呢？那是内心的错觉。对于色没有如实知，不能够如实知为是“眼见可见光”，觉得是“我看到东西”，不断地在坚固内心的错误。即便只在现象上，非常谨慎、非常如实地就现象说现象，“现在发生的是眼见色”，这个也是重大的进步，但是，没有良好训练的心，会急于在事实的基础上向前再踏进一步，一定要说成是“我在看东西”，至少是“我的眼睛看什么东西”。

如实知为“眼见色”，也体会到眼见色之后，相应俱起的“眼识”，眼、色、识三和合“触”，由这样三和合触的因缘，引发内心若苦、

若乐、不苦不乐“受”。这些都能够如实知，在其中不生起我想、我所想，甚至于色法的外境也不投射这种自体真实。佛法对于色法的外境，说到的主要是无常、无我，在《阿含》中是这样，后来的部派乃至大乘说得更多。但是，不管是在《阿含》，还是后来比较恰当的佛法把握中，一个如实知见的认知，是不觉得色有这种内在坚固性、内在一致性的，所以当说“色无常”的时候，深刻地说，就否定了一般人内心感觉的“这个东西一直是这个东西”的认知；深刻地说，就否定了内心错谬执取的外色的自体。当然，在六入处相应的修习中，可以不侧重于外色是否有实体的推敲，也可以很谨慎、很朴素地把握为“色是无常的”——这是就本质来说。

我刚才展开的是：色无常，说明“它始终是它”的那种自体，不可能。这样来如实知“眼”，如实知“色”，乃至后面一系列的如实知。不生我想，不生我所想，乃至不生“于内外有实体可得”的错谬认知。这个时候就是如实知见。这有什么好？

从前说过，这些染爱、问题，都是围绕着自我来发展的。当看到眼是这样因缘的现象，是这样没有实体、无常的现象，是这样不是“我”、也不是“我的”这种本质，那么，内心向哪儿染着呢？于“眼”不染着，类似的，于“色”、“眼识”、“眼触”、“眼触因缘生受”，都不染着。不要觉得这只是把上面的话翻过来说。当内心习惯于这种如实知，确认这种如实知，随顺这种如实知的时候，过去内心那种莫名其妙的抓取、黏着、爱染、贪取、担忧，都不存在了。如果于“眼”，眼相关的“色”、“识”、“触”、“受”等，这样来如实知，内心不生染着。这是就“眼”来说。

如是耳……。鼻……。舌……。身……。意、法如实知见，若法、

意识、意触、意触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐如实知见。

这是对于其余的五根，及相应的尘境、识等，做例说。像眼、色、眼识、眼触、眼触因缘生受这样，对于耳、声、耳识、耳触、耳触相应受等，也如实知。刚开始必然是要缓慢进行的，所以最开始的修习最好是在相对来说较少打扰的情况下，身心安宁下来、沉静下来，对于当下身心经验的现象，从六入的角度，以某一个为主来做观察，耳、鼻、舌、身、意都是如此。

这里是这样简单说，但是自己要一一地来做这样的功夫，要肯做这样的功夫。很多时候不肯做，不肯做的背后是什么？是种种烦恼心所。当内心不肯去做正确的，只能说明内心现在主导性的力量是错误的，那就是烦恼相应的，或者是放逸懈怠为主的。如果深挖一挖它的根子，少不了贪、嗔、痴三不善根。人的贪欲、贪取形成了惯性，不贪，他不舒服、不欢喜；不去抓取，内心觉得不对劲儿。所以，要去抓取，要去渴求，或者是反面的嗔等。当这颗心调柔下来，安静下来，慢慢地如实知，看清楚：不愿意去做如实观察，这一点也不奇怪，因为内心多数与染法相应，这种培养如实知的，刚开始很难愿意去做。

这个时候，这个人正见的底子就很重要——“过去那种生命运作的模式，它的根基里包不包含错误呢？”如果自己通过相应的闻思，能够确定是包含错误的，也就是根本无明。在那之上的以贪爱等为代表的其他烦恼，会导致什么呢？前面不如实知里说了“会导致现、后的苦”。自己对这个，有没有确定的认知呢？如果认识到过去的基本认知包含根本错误，而这又将导致现、后苦的话，那现在通过这样的如实知，来解决自己的现、后苦，有什么不情愿的呢？所以和这些如实知一样，对于这些问题的了解也很重要。相当于说，如果认识不到

问题，认识不到问题的原因，很难发起去解决问题的决意，也很难真的对问题的原因下手。

特别说到有情，说到人，他的错误没有因缘吗？前面也说过“有因缘”。在余处引经也讲过：就是因为身心有乐受，在这上染着。吸毒还有乐受呢，没有问题吗？乐受不表明这是有利的。染着于此，将会导致更大的苦患。之前我有引偈颂说“五欲品质如盐卤”，过去在讲到相应内容的时候说：深刻地说，“五欲品质如毒品”。都是一时好像给人带来身心的满足愉悦，但是它后面的结果并不好。只是因为毒品不是作为普遍的现象被人所受用，另外它的苦患表现的因果线比较短。那极为普遍的五欲受用，有时候不见得有那么短的因果线，就会让人更容易为烦恼所驱使。认识到这里的问题——不如实知的过患，才会真的愿意去培养如实知。

这里特别强调一下“意、法”。眼、耳、鼻、舌、身前五根，相应的取相都是取各自的境相，比如眼是取可见光的——我们看到某种图案、形状等，实际上看到的是光的分布、光的强弱、光的频率等等。到此为止，其实还缺少后面深加工。这个深加工是在哪完成的呢？在意、法、意识这。意、法、意识的这个“法”，就包括了前五根所产生的受、想等。眼所取的这个色相——可见光的相，被意所了别，意、法因缘生意识，把这个分别一下——“这是手机”，这就是意识的活动了。有了意的参与，后面才有更多高级的活动。

人心中的运作，关联是非常密切的，所以后世的论师有的说是“俱起”，就是这边发生了，那边同时发生——这不是真正意义上的同时，它是作为前五根相应的受、想，无间为意所缘。这样意触因缘生的受，是所谓的“心受”。比如眼看到一个色彩的分布，它只是取了相，

这是属于想心所。到此为止，眼、色、眼识——眼触因缘和合导致的取相，只是这个色彩分布的相。意再缘这样的相（眼根相应的想，无间为意所缘），进一步地了别。内心通过稍微复杂的辨识，把这个确定为是一个什么图案。这个图案勾起自己内心中舒服的感受——因为把它分别为什么，而产生的舒服的感受。这就是意触因缘而生起的受了。更显著的，更明白的，比如内心回忆什么景象、什么场面、什么情境，内心生起相应若苦、若乐、不苦不乐的受，这是更明显的“意触因缘生受”。

为什么把“意”特别地说一说呢？因为要是用今天年轻人的话说：人，多数都是脑补怪。缺了意识的加工，哪有那么多内心的苦乐感受？哪有那么多贪取、排斥？说得形象一点：意的活动，对于很多人来说，就像多动症一样，不停地做着各种动作——有一些是有用的，有一些实在来说是多余而且是错误的动作。如果看不到内心的这些运作，只会笼统地觉得“我看这个不舒服”、“我看那个舒服”，沉浸在这个里，被这些所牵引，去追逐让自己觉得顺意的、舒服的，排斥或者是痛苦于那些让自己不舒服的。有没有反省和细致的观察，这是很大的差别。

那么，如实知了，有什么好处？

如实知见故，于意不染着，若法、意识、意触、意触因缘生受——内觉若苦、若乐、不苦不乐不染着。

这里是从耳、鼻、舌、身、意例下来，最后以意为代表说的这句话，实际上是于耳、鼻、舌、身、意都不染着；于相应的尘境——声、香、味、触、法，也都不染着；于相应的识——耳识乃至意识；耳触乃至意触；于这几种因缘生的受等，都不染着。

这个人，于眼、耳、鼻、舌、身、意六根，六根相应的境，根、境和合生的识，根、境、识三和合触，根、境、识三和合触因缘导致的受，后面有没有生起染爱，真的都看得清清楚楚（如实知见），内心不染着，会怎么样呢？会跟从前很不一样，没有了过去的不如实知，没有了过去的染着，他表现为——

不染着故，不相应、不愚暗、不顾念、不系缚，损减五受阴，当来有爱、贪喜、彼彼乐着悉皆消灭。

因为有这样的如实知而不染着，所以内心于错误的认识、于贪嗔等“不相应”。结合上面讲“相应”时强调的两点——一个是认同，一个是随顺。不认同那些不如实知的认识，不认同是“我在看”，不认同有一个内在的，我始终是我的，那个实体。在外境上（比如“色”），不认同有一个让它一直是它的自体。不随顺由此而生起的贪爱染着或者是嗔恼，不听从错误认识和其他烦恼的招呼。这是“不相应”义——不认同、不随顺。因为如实知，不染着，所以不会被牵着鼻子走，不会与烦恼相应。

“不愚暗”：内心也不像过去那样，对于内身、外境，稀里糊涂。

“不顾念”：过去的，不会常常现起，或者留恋，或者懊悔；未来的，也不会瞻前顾后，或者担忧，或者渴望。于过去不恋，不希求未来。

“不系缚”：也不被这些（境界，说得深刻一点是）烦恼所系着。

如果没有了这些心苦，没有了这些内心的错误，离开了这些颠倒相，那会如何呢？会**“损减五受阴”**。“五受阴”就是五取蕴——烦恼相应的身心。这是说，当这样的時候，实际是在损减生死。“损减生死”这话，大家爱听；“损减五受阴”，会感到莫名其妙。那只是因为“生死”这个词，听起来有一点高大上而已。生死现象表现为什

么呀？不就是五受阴的前后流转吗？前五蕴灭叫作死，后五蕴起叫作生。“损减五受阴”是指，感召生死的力量——烦恼，以及与烦恼相应的五蕴，在被减损；由集生苦、因苦生集的这种死循环，在被削弱。如果足够深刻，这样的如实知会引发无漏智慧，那么——

“当来有爱、贪喜、彼彼乐着悉皆消灭”：自我感是意识的一种错觉，对于自我的内心错觉破灭了。人的这种六识的分别，相对来说是比较高级的识，可是即便很低等的畜生，还是有这种我爱，只不过不像人类这样有那么清晰、强有力的辨别而已。这种“当来有爱”，人有，其他的畜生有，一切凡愚众生都有。“当来”是指未来的意思，“有”是指生命，“当来有爱”说的是对未来生命的爱。对谁呀？其实是对自身。对自身未来生命的爱，这就是“自我爱”——自我延续的欲望，自我延续的渴求。贪生怕死，就是从这儿来的，最根本就在这，所以真正的圣者是不会贪生怕死的，就是因为根本破除了“当来有爱”。“贪喜”：“当来有爱”说的是自我爱，“贪喜”偏于境界爱。“彼彼乐着悉皆消灭”：种种的染着都不在了。这些爱染的息灭，将导致——

身不疲苦，心不疲苦，身不烧，心不烧，身不炽然，心不炽然，身觉乐，心觉乐。身心觉乐故，于未来世生老病死、忧悲恼苦，悉皆消灭。如是，纯大苦聚阴灭。

这样的无明染爱消灭了，现世就没有因为这些无明染爱而导致的身心苦。不但没有这些身心苦，还有因为解脱而带来的身心的安乐，这是谈现世。未来世呢？不再受生老病死、忧悲恼苦的困扰。为什么呢？因为没有无明烦恼相应再来润业受生了，也就是这个人得到了究竟的解脱。

“如是，纯大苦聚阴灭”：有情流转于生死，从一个角度看就是“纯大苦聚阴”（就是“纯大苦聚集”的意思，“阴”是蕴的意思）。苦苦、坏苦、行苦，种种苦的聚集（五取蕴）息灭了——这是“解脱于生死”的一种描述。一般说到解脱于生死，没有佛法正见的人会想到：有一个“我”再也不会死了——这就是一般有我见的人，对于所谓解脱生死，内心实际的意象。而不是如经中所说的“未来世生老病死、忧悲恼苦，悉皆消灭。如是，纯大苦聚阴灭”。

前面说过“轮回，是惑、业、苦的死循环”，现在，“惑”破灭了，过去的善恶业都没有感果的因缘了，那么感后有五蕴的这种苦果再也不发生了，惑、业、苦的死循环被打破了。从哪儿被打破的呢？从惑（无明染爱）被打破了。本经所说，从对于六入处的如实知，破灭无明，也就是培养明，由是不再染爱，后面的一切都不一样了。

作如是知、如是见者，名为正见修习满足，正志、正方便、正念、正定、前说正语、正业、正命清净修习满足，是名修习八圣道清净满足。

这里通过六入处不如实知和如实知的说明，接着来讲：如果能这样如实知、如实见，这其实就是在修习八圣道；如果能够这样圆满地如实知、如实见，就是“修习八圣道清净满足”。

为什么说这个是“正见修习满足”呢？出世的正见，佛法里常说四谛、缘起。当这样来即身而观，看到眼、色、眼识、眼色识三和合触、眼触因缘生受等等，这不就是身心中当下的缘起吗？这样的缘起中，何来有我呢？这样的缘起中，何处有常呢？正见缘起。下文还特意说了与四圣谛的关系，他也如实谛了四谛。所以说为“正见修习满足”。

“正志”就是正思惟。“正方便、正念、正定”等，在这样的修习中都会一一满足。这里的“正方便”，常译成正精进。同样，这个人如果有了这样如实知见的智慧，他的“正语、正业、正命，清净修习满足”，这是什么意思呢？如果简单说的话，就是这个人有这样如实知的智慧相应，烦恼不会现起了。烦恼不会现起，当然就不会有违于正语、正业、正命的身语意运作。这是说，如是修习六入处如实知，满足八圣道。

八圣道修习满足已，四念处修习满足，四正勤、四如意足、五根、五力、七觉分修习满足。

这当然不必理解为八圣道是最初的，而是八圣道是一种相对来说比较周全的关于圣道支分的说明。如果八圣道修习满足，也可以说念处、正勤、如意足、根、力、觉分等修习满足。

“四念处”是于身、受、心、法的正念。“四正勤”：已生恶令断，未生恶令不生，未生善令生，已生善令增长。“四如意足”：欲、勤、心、观——欲如意足、勤（精进）如意足、心如意足、观如意足，“如意足”主要指定。“五根、五力”都是信、精进、念、定、慧，但是“根”和“力”，其义有别。“七觉分”：念、择法、精进、喜、轻安、定、舍。

这里实际就把三十七道品给说全了，后面在“讨论”中对于这三十七道品会加以一些说明，这里就不去一一解说。下面是谈，如是修习，满足四谛——

若法应知、应了者，悉知、悉了；若法应知、应断者，悉知、悉断；若法应知、应作证者，悉皆作证；若法应知、应修习者，悉已修习。

“若法应知、应了者”，对应苦谛。“若法应知、应断者”，对应集谛。“若法应知、应作证者”，对应灭谛。“若法应知、应修习者”，对应道谛。

这样一说，可能听了又觉得知道了，可是看一看下文，能够体会到这一层吗？

何等法应知、应了，悉知、悉了？所谓名、色。

不是说对于苦如实知吗？为什么说“应知、应了”的是“名、色”呢？五取蕴的当体就是苦，“名、色”不过是五蕴的异说而已，开合有异——“名”法四蕴（受、想、行、识），再加上“色”，这不就是五蕴吗？“名、色”就是苦，轮回就是苦——轮回不是别的，是五取蕴的前后相续。五取蕴的前后相续，也可以说为是十二支因缘——从“无明”到“老死”，虽然每一支有一个名字，但都是就其特胜而说，实际上每一支都对应着五取蕴聚。

这样对于名色、对于五蕴、对于六入（不管从哪一个角度说）的修习，当然都有如实知。也知道是如实的、不如实的，导致的结果是苦的，还是离苦的。

何等法应知、应断？所谓无明及有爱。

这是在谈集谛，这一个大家反而熟悉。这个“有爱”，特别强调对于生命存续的爱染。就像一般人所表现的那样，到了性命交关的时候，别的都可以舍弃，能保命就行。为了保命，甚至锯手锯脚也可以。这后面是什么呢？我要活下去。

何等法应知、应证？所谓明、解脱。

这是在说涅槃。“明”，是指深刻的如实知的智慧，后世用无漏

智慧来形容。“解脱”：解脱于无明痴爱，无明染爱已经不再发生。解脱于惑，也就解脱于苦，自身作证。

何等法应知、应修？所谓止、观。

这里在谈到道谛相应的时候，强调“止、观”，为什么呢？由是而能够引发“明、解脱”。

若比丘于此法应知、应了者，悉知、悉了；若法应知、应断者，悉知、悉断；若法应知、应作证者，悉知、悉证；若法应知、应修者，悉知、悉修，是名比丘断爱、结缚，正无间等，究竟苦边。

如果这位比丘于所有这些法中，应该明了的，都已经明了了；应该知道、应该断除的，都已经知道、已经断除了；“应知、应作证的”，“悉知、悉证”；“应知、应修”的，也都做了圆满修习，那就可以说这位比丘彻底地断除了爱染和结缚。这个“结缚”，就是后世常说的烦恼。尽断了染爱、烦恼。

“正无间等”：恰当地、完全地突破了凡圣一关。也就是后来翻译的“现观”。“究竟苦边”，就是他的生死已经到头了。为什么生死到头了，用“究竟苦边”来说呢？因为生死就是苦，轮回即是苦，“究竟苦边”也就是后来常说的“不受后有”。

诸比丘！是名六分别六入处经。

我们能够看到，经文说“六分别六入处”，从正反两方面来分别，有详有略。对于正的方面，后续的分别要更多，但是就六根为线索的分析，二者是相当的。对于不如实知，也就是反面的分析，以眼为例，说明耳、鼻、舌、身、意各自相应的根、尘、识、触、受、爱，以及由此而产生的问题——现后的苦。正面也是对于眼、耳、鼻、舌、身、

意六根相应的根、尘、识、触、受、爱加以分析，这样如实知，不染着（不生起爱染）。由这样的如实知、不染着，于是现、后安乐。

最后是基于正面说明如实知的强调：这样基于六入处如实知的修习，能圆满八圣道乃至诸道品的修习，也是对于“应知、应断”、“应知、应证”、“应知、应修”、“应知、应了”的诸法——四谛的实际完成。

到此为止，这部经的正文应该说就已经讲解完毕。

佛说此经已，诸比丘闻佛所说，欢喜奉行。

这是结集者附加的说明，后世往往把这部分叫作“流通分”。

这是对于这部经“经文”的共同学习。时间关系，今天就不再有更多问题交流。大家如果有什么问题，可以准备一下，下一次我们再来做探讨。请大家一起合掌，我们做一回向：

【回向偈】

愿以此功德
普及于一切
我等与众生
皆共成佛道