



原始佛教會 Saddhammadiipa  
ORIGINAL BUDDHISM SOCIETY

佛陀正覺後 2442 年  
2010 年 12 月 8 日

# 正法之光

第 6 期  
創刊於 2010 年 7 月 5 日




原始佛法

人間佛教

**正法流佈—中道僧團檳城中道禪林成立了!**

馬來西亞檳城中道禪林的成立儀式，過程雖然簡單，意義卻非常深遠，  
這象徵著 佛陀正法在檳城奠基；

從此，中道僧團將在檳城開教弘法，為檳城地區的人們帶來親近 佛陀教法的機會，  
透過佛法的浸潤，為他們的人生帶來大福祉。

 原始佛教會 發行

中華郵政台北雜字第 1681 號  
執照登記為雜誌交寄

# 紐約中道禪林共修、說法活動



美國紐約青年佛教通訊社敦請  
Bhikku Aticca說法



美國紐約中道禪林  
與馬來西亞禪修營連線中



法工們發心處理美國紐約道場辦公室光線問題，  
並調整佛前供燈電路。

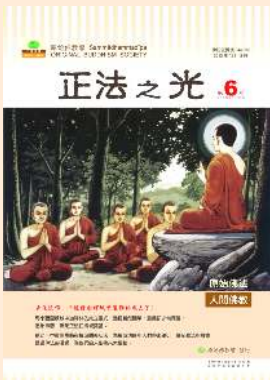


原始佛教教團宗旨：

本會以回歸 釋迦佛陀教導之原始教法，確立奉守「原始佛法與戒律」之僧團，  
體現「依經依律，尊僧和俗，性別平權，政教分離」之原始佛教教團。

- 一、我們不否認在此方、他方，過去、現在、未來有若一、若二甚或百、千、萬、億佛；但是為避免無謂的臆測與爭論、遠離偽說的揉雜，我們回歸歷史上的 釋迦佛陀為我們的根本大師。
- 二、我們承認在歷史的遞嬗中，佛教有各宗各派的教說；但是我們奉持由大迦葉所號召，經過五百位修行成就者—阿羅漢所認可的第一次結集之聖典作為修行的依據。雖然這可能沒有將 佛陀一生說法全然收集，但是作為顯明正法及修證菩提所需，必(已)然足夠。
- 三、經過兩千四百多年的傳承， 佛陀原始教法已然新舊交雜、真偽難分；我們以近 200 年來佛教學界的考據為依據，確認雜阿含經與南傳相應部當中古老修多羅的共說，去除後世之增新與部派教義之混雜融涉部分，還原第一次聖典結集之原貌。
- 四、我們尊重任何端正信仰之教派；但是我們以奉行 佛陀真實教法之僧團為現前的依止。
- 五、我們尊重任何不違反法律與善良風俗的教說與信仰；我們謹守政教分離之原則，不參與任何政黨與政治活動。我們確認緣生法無從比較出絕對的勝劣平等，男女二眾皆能成就無上菩提，是應恪守分責分權之分際。

第 **6** 期  
創刊於 2010 年 7 月 5 日



指導：中道僧團  
導師：隨佛尊者 (烏帕沙瑪比丘)  
Ven. Bhikkhu Vipassana  
發行：原始佛教會  
發行人：明至法師  
Ven. Bhikkhu Aticca

2012 年 5 月再版

佛法 驪珠	隨佛而行	嫉妒的覺知與息止 (上) .....	4
	善知識語	從古老的經法認識 佛陀的修證 (上) .....	11
	古老經說	佛陀定說、增上之法 .....	16
		佛陀定說、增上之法—白話摘要 .....	17
		佛陀定說、增上之法—讀後感言 .....	18
清淨 三寶		部派分裂(二)五事異法 .....	19
	原始道場	2010 年馬來西亞弘法側記 .....	22
	正法新聞	臺北、馬來西亞正法新聞 .....	27
正向 菩提	特別報導	2010 年 10/30 ~ 31 台北都會二日禪宣法筆記 .....	30
		法工培訓紀實 .....	33
廣 結 善 緣	特別報導	法工培訓營感言 .....	36
		法工培訓營心得分享 .....	38
廣 結 善 緣	特別報導	2010 年馬來西亞原始佛教會 中道禪林 中道三日禪記錄 .....	43
	心得分享	北海《中道禪覺營》學員心得 .....	44
		看與見 .....	46
		隨師聞法略記 .....	49
	心得分享	學佛感言 .....	50

## 馬來西亞原始佛教會活動特別報導

馬來西亞原始佛教會於十一月十二日至十四日在檳城道場舉行法工培訓營，這一培訓營還與台灣內覺禪林及紐約中道禪林連線同步進行三地的法工培訓工作。培訓過程中， 隨佛尊者對參與集訓的法友開示正確的法工心態與法工的分工執掌；透過這樣的集訓，法友彼此有了更深的認識與默契，未來法務推展必能發揮群策群力、分工合作的群體力量，【特別報導】馬來西亞檳城的書記組將集訓的重點紀錄下來，分享十方讀友。

中道僧團從十一月二十日至十一月二十八日在北海佛教會舉辦九日禪覺營，期間由 Ven. Tissarā 教導大家修習坐禪、行禪、臥禪及十行禪法，僧團導師 隨佛尊者則全心盡力為參與的法友解說佛教歷史流變、禪修指導及經教開示，並於每晚的大堂宣法特別開放大眾隨喜聞法，為了讓因工作而無法參與的各地法友，也可以有聞法的機會。

馬來西亞檳城的法友各各充滿愛心、積極造福植福，於十一月七日隨同中道僧團駐錫法師一起至永愛孤兒院服務院童，培養院童親近三寶的善緣；並致贈日用必需品，協助院方張羅院童上學文具，我們用一篇報導短文披露這一善行。



## 嫉妒的覺知與息止（上）

隨佛尊者 Bhikkhu Vūpasama 著於 May 15, 2010

### 序

『嫉妒的覺知與息止』是筆者寫成於 2001 年的作品，至今已歷經有十年，當時此篇內容僅作為學團內部的修學教材，從未對外界發表流通。原因是文章的內容，是從佛法的修證方法及次第，洞明心理人格與行為特質的觀察、了知，進而依據「此生故彼生；此滅故彼滅」的準則，開展息止迷惑、貪愛與嫉妒的正道，確立「四聖諦」的修證綱領。這是屬於經法、禪法與現實身心、生活，得以相應一致的實修指南，有助於生活中的修行與解脫。然而，本文當中的修行次第是「先斷無明，後斷貪愛」，不同於「無明最後斷」之後世新出的「部義」，也不同於部派的諸多見解，卻是契合於古老的經說、禪法。

基於 2001 年的華人佛教圈，對於古老經法的認識不普遍，各方研究也還談不上成熟，而文章內容又涉及經法、禪法與多面向的心理人格觀察，當時為了避免諸方無謂的謗法，或是某些讀者只知用於「外觀」而不「內覺」，反而會害了許多佛門的善良修行者，所以內容不對外流傳。2004 年法雨道場的明法法師，曾向筆者要求分享文章的部份內容，從而得知此文之部份。2006 年明法法師將部份內容刊於『法雨雜誌』，公開登載供十方閱讀、下載。現今原始佛法的確立與宣化，經由中道僧團與原始佛教會的努力，已經公開化。因此，本文指陳的教說根據與修證次第，應可公諸於世了。

### 前言

對於一個研究佛法的人來說，認識 佛陀的生平事蹟與思想，是最為重要與根本的所在，其次才是對佛教的流傳歷史與制度、規範的認識。因為這有助於了解佛法流傳、演變的始末因由，探知佛教傳佈方法

的原型與思想的改變，釐清佛法的原貌與適應社會的方式。然而，我們對於這些應當知道的課題，即使已有了深入的研究與了解，也只是對 佛陀的思想與佛教的發展，有著深入研究與了解而已！這不表示我們已經充分了解自己，並且知道自身問題的所在。如果我們學習佛法的目的，不是只要作為一個專業的研究者，或只是作一個對佛法具有深入了解的出家人、信眾，那麼透過佛法的啟發，進而認識、解決當前自身的問題與苦惱，才是真正的重點了。

長久以來，人們多將「嫉妒」的發生，視為一種人格或道德上的瑕疵，所以人們多會掩飾與拒絕承認本身的「嫉妒」心理，也會避免指出他人的「嫉妒」作為，因為在世俗的社會裏，這無異是承認自己或指責他人在人格、道德上的缺陷，而這正是一種世俗上的社交忌諱。然而，「嫉妒」原本就不是人格與道德層面的問題，而是經由普遍常見的心理與經驗，交互影響與激發出的情欲衝突現象，所以不是訴之於道德性的啟發、教化或規戒，即可予以消除的問題，也不是藉由彼此情感的交流與相互的認同，就可以徹底滅除或改變的事實，更不是人格高尚者就能避免發生的心理。

「嫉妒」幾乎是無所不在的發生在人群之間，不論是親子、夫妻、兄弟姊妹、師生、朋友、親密的情人，或是信念上的同志，以及任何男女老少之間，都有產生「嫉妒」的可能，即使是善人與善人、宗教師與宗教師之間，也不例外。因此，在人格高尚者、善人、教育家、宗教師、親人及摯友之間，「嫉妒」可說是普遍存在的事實，但卻是說不出口的內在問題。這是因為人們所嫉妒的對象，往往就是相當熟悉與親近的人，或者是具有更勝於自己的人格、善績、智慧與成就的人。最重要的是，人們即使知道內心懷抱

「嫉妒」的心緒，也難以自我克制與息止「嫉妒」得發生。多數的人會因為無法解除嫉妒的煎熬，難以坦然的承認在嫉妒心理的背後，隱藏著欲望與驕慢所交織而成的「自我期許」，而拒絕承認自己確實妒忌著別人。不僅如此，甚至會更進一步將嫉妒引發的對立、忿怒、攻訐、破壞的心緒及行為，予以合理化或神聖化，而這些表現在冷靜的旁人看來，就是在「嫉妒」的情欲衝突中，陷於「狂迷」的處境。

「嫉妒」不僅是人們常發生的心理與經驗，也是關涉最廣的情欲心理，並且是人會掩飾與拒絕承認的事實，同時也是最難消除與排解的情欲糾纏。若要息止「嫉妒」的發生及逼迫，只有經由當事者對本身「嫉妒」心理的充分自覺，並且確實的遠離「嫉妒」的發生因素，才有可能達至。

### 一、「嫉妒」的認識

「嫉妒」的本質是情欲性的心理現象，它的發生多是因為在「自我期許」的實現上，見到他人的表現與成就，高於自己的實現程度時，經由內心對他人成就的「欣羨欲」與對自己的「挫敗感」，兩者相關而糾結產生的情欲矛盾與錯亂。換言之，「嫉妒」的心理，實質是出自對「實現自我期許」的欣樂、渴盼與肯定的情欲，當「面見」到他人的表現與成就，體現了自己欣盼的「自我期許」或理想時，尤其是在實現「自我的期許」上，自己相較於他人有所不足、落後時，內心即產生「自我的挫敗感」。「挫敗感」不僅會引發焦慮、慌亂、鬱悶、懊惱、不滿、憤怒的情緒，也會對讓自己「感到挫敗」的他人，浮現起不安、逃避、拒絕、忿怒、對立及否定的情欲，在此同時則更加強了實現「自我期許」、願望、理想的渴求。此時，當事者的心中，在對於「自我期許」的肯定及渴求的同時，當下卻又對他人體現了符合自己所「自我期許」的成就，有著拒絕、對立與否定的心理。在於同一「自我所期許的價值」上，當期待者與實現者不同時，會使期待者對於實現者產生既欣羨又憤拒、既認同又對立的心緒。這二種互為極端、難以兩立的心緒與情欲，並陳糾結、兩極拉扯的結果，是使人的心理陷於自相矛盾與錯亂的情欲狀態，而這就

是「嫉妒」。

例如：一個希望與期許能夠擁有進口名車的人，當自己無法達成此一願求，卻又見到他人擁有名車時，內心是既欣羨與肯定對方的成就，卻又拒絕面對、接受與承認此一事實。內心既期待、羨慕能擁有名車，卻又憤怨名車被他人擁有，這相關發生卻又相互拉扯、糾結與對立的兩極情欲，就是「嫉妒」。這兩極糾結、拉扯的情欲，會讓人傷害車主而後佔用或破壞名車，或是竊用車子後再破壞，或是直接的破壞車子。換言之，由「實現自我期許」與「挫敗感」糾結而成的「嫉妒」，一般會讓人先採取「抗拒挫敗心緒的拒絕、攻訐引起挫敗感的來源」，而後則加緊腳步的「滿足實現自我期許的需求」，最後是徹底的消除「引起挫敗感的來源」。

「嫉妒」除了會引起抗拒與對立之外，還會再引發慌亂、焦慮、妄想與自大，甚至狂迷的心理病症。所以，伴隨「嫉妒」而來的，往往是對「自我挫敗」的掩飾與偽裝，還有對「已實現自身期許」的他人，採取非理智、莫須有的逃避、輕慢、譏嫌、猜忌、抗拒、對立與破壞，同時也會以誠懇、正直、公義的面目與行為，來遮掩「嫉妒」的心理，並且合理化本身作的對立、迫害的狂迷作為。例如：一個自我深刻期許達成某種職場成就的人，當自己無法實現此一自我期許與理想時，卻面見到職場的同事獲得此一成就，內心是既欣羨又抗拒，一方面欣羨與肯定此一自己「期許」的成就，二方面想要遠離對方，也不願親友、同事認同與肯定對方的成就。此時，內心會不自覺、禁不住的想刺探對方的缺失，否定對方的成就，為了舒緩內心的不安及挫敗感，更會不自覺的輕慢、譏嫌對方，「很自然」的看到對方的「不足與過失」，並且會「不經意」的告之大眾，甚至會製造一些「莫須有」的過失，藉以誣陷、醜化對方，卻又裝出一副誠懇、正直、公義的面孔，來掩飾自己的「嫉妒」，但又想不出自己的作為有何不妥，這就是世俗所謂的「同行相嫉」。

因此，「嫉妒」不僅是當事者自陷於情欲的錯亂與狂迷，更讓被嫉妒者處於非理性且無準則的拒絕、



對立或傷害中。因為對當事者而言，只有被嫉妒者受到了挫敗，或是消滅，才能減輕自己的「挫敗感」，平復欣羨、渴求與挫敗、忿怨所交織而成的情欲錯亂，並舒緩心中焦慮、慌亂、鬱悶、懊惱、不滿、忿怨與憤怒的情緒。因此，道德的陶冶與規範，理性的約制與說服，感性的真情交往，或是恩義的對待與寬容的退讓，乃至所謂的心理諮商與輔導，都無法真正的澆息「嫉妒的火燄」，除非當事者的內心對「自我期許」、願望、理想的情欲，能夠度越及止息。但是，這對世上絕大多數的人而言，根本是近乎不可能的事，所以「嫉妒」也就成為人間普遍、常見的現象了。特別是在「相近之人生期許」的社群裏，也就是相同的行業、信仰、身份、志向、地位、職場與情感圈中，相輕、相嫉、相爭更是無可避免的事情。1984年美國好萊塢的電影產業，出產了一部探索「嫉妒」的影片——阿瑪迪斯 (AMADEUS)，片中敘述的是十八世紀的音樂神童沃爾夫岡·阿瑪迪斯·莫扎特 (Wolfgang Amadeus Mozart)，受到音樂家安東尼奧·薩列禮 (Antonio Salieri) 的「嫉妒」及陷害，片中對於「嫉妒」有生動的表演與細膩的闡述。

## 二、「嫉妒」的心理背景

「嫉妒」不是獨自發生與單獨存續的心理現象，當中實有著相關不可分的情欲成份與理性認知基礎。人若要確切的了解「嫉妒」，就不得不對相關的心理及發展，作一周詳、深入的觀察不可。

「嫉妒」的主要心理背景，是對於某種特定事物、行為表現或社會價值的「欲求」，而此一渴求情欲的發生，是立足於過往所達成的「確定自我」的「勝任經驗」上，或是建立在「情欲的滿足」與「信受的價值」之上。這是因為已有的勝任的經驗、情欲的滿足，或是信受價值的實現，會幫助人在心理上形成「自我確定感」，並引起安適及愉悅的情緒，而這些情緒是因為大腦分泌出β內啡肽，並提昇了腦血清素、正腎上腺素所致。這些生化機制會使生物重覆的進行形成「確定」的過往經驗，並從腦內生化反應來饋制行為的模式，以有效的維護物種的生存績效。反之，若是行為經驗帶來的是「不確定感」，即會引起

焦急、疑慮、慌亂、不安與鬱悶、沮喪、疲厭、憂傷的情緒，這是和體內去甲腎上腺素的分泌，腦血清素下降有相當的關連。這種生化反應的作用，約制了生物的接納心緒與進取行為，促成逃避困境與避免重覆的進行「不確定性」的行為經驗，目的是避免無益的作為及保護物種的生存機會。如是藉由行為經驗與人類腦內生化反應的相互配合與約制，則勝任經驗、情欲滿足與信受價值的體現，能夠相關影響的重覆引發愉悅的饋制反應，或約制困厄經驗的重覆性。因此，人類對於勝任經驗、情欲滿足與信受價值的體現，會產生「渴求」的情欲反應，並且一再的追逐不休，而生物的生化制約反應，也會逃避與拒絕造成「不確定感」的挫敗經驗，以減少無助於存續及開展的行為模式。這正如油門與煞車一般，確定者則前進，不確定者則停車，這是為了保護安全，並儘快的到達目的地。

當浮現出過往的愉悅、喜樂的記憶時，生化性的約制作用，即起了制約行為的功能，首先是經由腦內分泌的生化反應，讓大腦產生了似同過往的愉悅及喜樂的情緒感受，並因此發生了約制重覆過往經驗的行為及心理，也就是引起想要「再次的面臨愉悅、喜樂經驗的欲願」，而這就是「渴求」的情欲。緊隨著「渴求」情欲而發生的，是人對於想要再次體驗的愉悅、喜樂經驗，產生再次經驗時的想像與臆測。這些想像及臆測的作用，是一方面更強烈的激發重覆過往經驗的情欲，此即通俗所謂的「欲求」，另一面進而誘導理智為「實現經驗」進行事前的「風險推測」、「成敗利弊的估算」、「行動計劃」及「利損行為的規範」。簡單的說，在身心的生化饋制機制下，情欲是決定「要或不要」的決策者，而理智多只是評估「利弊得失」、「價值估算」與規劃「行動指南」的助手而已！理智充其量只能透過得失利弊的估算，或是認知價值的比對、衡量的方式，重建引發情欲的認知結構，進而平緩經由情欲反應的影響而形成的迫切感，並延緩或暫時停止實現情欲的行動，舒緩情欲不滿的焦躁與鬱悶。但是，經由邏輯思辨（理智）而重建的「利弊與價值認知」，卻無法真正「否決」情欲

的「渴求」，也不能徹底的消除「渴求」所引起的身心躁動。反之，在「不確定」的挫敗經驗上，理智也只能經由對個人利弊與社群價值的衡量，來減輕「情欲」上的疲厭感，以「說服自己」及激勵違反情欲傾向的「理性」作為，並提振與激發陷於疲厭不前的欲願。然而，就事實而言，僅憑理智的作用，是無法實際有效的改變情欲上的疲厭感，也無法真正有力的形塑出某種情欲的願求。除非此一出於「邏輯計算的理性行為」，能從實踐中獲得「確定自我」的勝任經驗，並且此一勝任經驗，帶給當事者相當的愉悅、喜樂的情欲感受，這才能將「理智認知的價值」有效的轉化成「情欲的渴求」，並形成重覆此一「確定自我之勝任經驗」的內在動力。否則，理智所激起的行動力，不僅無法與情欲的行動力相比，也將一次比一次的疲弱，直到無所行動為止。如同世俗所言，感情是無法勉強的，勉強下的作為也不會長久。

當再次的體驗「愉悅、喜樂經驗」的想像與臆測，強化了「渴求」的情欲，而理智也為「實現愉悅經驗」作了事前的「成敗利弊的估算」與「行動規劃」之後，緊接著關於「滿足渴求」的實現方法、實現的次第、實現的程度、實現的時空，以及實現所及的人、事、物，即會次第的構思出來。此時，將這些相關於「渴求」的眾多層面，予以真實的體現，即是內心的目標、理想、願望與「自我期許」了。簡單的說，當「渴求」的「實現內容」已經構思而清楚浮現時，「渴求內容的實現」就必然的成為人們的「自我期許」、願望、理想及目標，同時也是人生過程當中的「欣樂、羨慕與憂惱、失落、怨嫉的所在」。

當「自我期許」確立後，依著「自我期許」的內容，人的內心形成了「自我接納」與「自我認同」的面向與標準，並形成了引發「勝任感」與「挫敗感」的臨界尺度，而「自我期許」的完成度，或是稱為欲求的實現程度，即直接關涉著「勝任感」與「挫敗感」的發生。舉例來說，一個期許自己成為博士的人，若只能完成碩士的學位，此人是不会接納自己只是如此，或是認同自己的表現，更會懷疑自己，「挫敗感」也會發生；若是已完成了博士的學位，就會真

正的接納與認同自己，並產生肯定自我的心理與「勝任感」。

由於「勝任感」不僅會引起喜樂、安適、愉悅的心緒，也會約制、加深人對於「實現渴求」的需求，促使人再次的重現已有的確定經驗，也就是勝任經驗、情欲滿足及信受價值的實現。反之，「挫敗感」使人的心理形成鬱悶、焦躁、不滿、憤怒的心緒，加深人對於「挫敗」的抗拒，並逃避已有的挫敗經驗。因此，「自我期許」、願望的完成度，也就是「渴求」的實現度，不僅是直接的關涉到勝任感與挫敗感的發生，更會引起多重的情欲發展及行為取向，而其中「挫敗感」的發生，即是「嫉妒」的引爆點。

### 三、「嫉妒」的發生因素與形態

欲望的發生，並不是因為人的內心當中，原本就存在著所謂的「貪欲」，當面臨美好的人、事、物時，內心「原本就有的貪欲」就會針對這些美好的人、事、物有所貪求，在實際的事實上，欲望的形成並非如此。同樣的，忿怒與瞋怨的產生，也不是原本就有著所謂的「瞋心」，存在於內心當中，而在某種情況下就會發作，瞋恨的發生絕非如此。同此，迷惑與無知，也不是「原有」。迷惑、欲求與瞋怨的形成，是在於現實經驗、認知心理、內分泌的生化反應間，密不可分的相關影響而形成，既不是「無因而本來就有」，也不是自己所作，或是由他所作，或由自、他共作，更不會是恆久不變。如是，不僅迷惑、欲求與瞋怨，是依著諸多緣由影響而發生的「身心狀態」，「嫉妒」的發生也是如此。在「嫉妒」的發生上，需具備以下幾項因素與緣生次第：

一、在現實生活中，眼、色相緣起眼識，眼、色、眼識三事為眼觸（有樂觸、苦觸、喜觸、憂觸、捨觸），緣觸而生受、想、思（行），眼、色與眼識、受、想、行則為五受陰。如是耳、聲……；鼻、香……；舌、味……；身、觸……；意、法相緣起意識（識），意、法、意識緣生觸，緣觸而生受、想、思（行），為五受陰。（見大正藏《雜阿含》第41、305、306、289、290經）。



- 二、在日常經驗中，於眼觸入處、……意觸入處等六觸入處（五受陰）的身心內涵——緣生、無常，既不如實觀察，也不正思惟。如於六觸入處不如實觀察、不正思惟者，不如實見六觸入處（五受陰）為緣生法，則不得正見緣生法為無常、苦、非我所。如是不如實見者則生於癡，彼癡者是謂無明。如於六觸入處（五受陰）不如實知見集法與滅法者，則不正見六觸入處（五受陰）是緣生法，不正見六觸入處（五受陰）為緣生法者，則不正見六觸入處（五受陰）無常、苦、非我、非我所。如是不如實知見、不知者，即謂之「無明」。（見大正藏《雜阿含》第 334,68,103,257,210,245,1170,251,298,1144 ；南傳《相應部》『六入相應』107 經、『蘊相應』102,126 經、『因緣相應』21 經）。
- 三、於身心內涵（五受陰）不見無常、苦、非我、非我所，則於五受陰不生厭離，不生厭離者則生樂著，樂著者則生喜貪，即於眼入處、……意入處所起的愉悅、歡喜與忿怨、憂苦的感受（有樂受、苦受、喜受、憂受、捨受），產生生化反應性的身心約制。當人對於色、聲、香、味、觸、法的日常經驗，有所生化反應性的身心約制，即因而產生心理性的自我情感，並經由種種愉悅、喜樂的感受經歷，形塑出個人經驗上的自我勝任經驗、情欲滿足，並將理智認知轉化為信受的價值。（見大正藏《雜阿含》第 210、245、311、1170 經）
- 四、個人對於勝任經驗、情欲滿足或信受的價值，有著相當愉悅、喜樂的感受與緣著，從而形成堅執其中的貪愛、欲求，起了實踐行動的內在動力。（見大正藏《雜阿含》第 311 經，謂「見可愛、可樂、可念……，見已欣悅……繫著已歡喜，歡喜已樂著，樂著已貪愛，……去涅槃遠」； 298 經）
- 五、在實現欲求的想像與臆測中，引發思考而規劃出將來的「欲求的實現內容與步驟」，也就是在未來的「自我期許」、願望、理想。

- 六、依著「自我期許」的內容，形成了「自我接納」與「自我認同」的面向與標準，並且依著欲求的實現步驟，而有不同實現階段的自我認同標準。對於努力於實現「自我期許」的人來說，階段性的自我認同標準就是引發「勝任感」與「挫敗感」的當下臨界尺度。例如：立志成為總統的人，規劃四十歲前作立委，五十歲前當縣、市長，六十歲左右當上總統，這三段式的實現步驟，形成三個不同階段的自我認同標準，也是引發「勝任感」與「挫敗感」的三個階段性臨界點。
- 七、從現實的經驗中，面臨了現階段自我期許、願望的「在他實現」與「自我挫敗」，形成了「自我認同」的障礙，並引發了挫敗感。
- 八、對同一「自我期許」的所在，在既欣羨又憤拒、既認同又對立的兩極情欲衝突中，關涉起自相矛盾與錯亂的情欲，也就是「嫉妒」。
- 九、伴隨「嫉妒」而起的，是因「自我認同」的挫敗而起的慌亂、焦慮、憤怒情緒，還有為了尋求自我肯定而引發的妄想，因強烈拒絕挫敗與維護自我，而不自覺的合理化、美化自己的自大心理。
- 十、最後，實現欲求的迫切感與慌亂、焦慮、幻想、自大、憤怒的心緒，交織成思慮與情欲為之錯亂的狂迷，而有著背離常態的身心表現及作為。

這些相關於「嫉妒」的現實經驗與身心狀態，雖是相關連的循序漸起與變遷，直到「嫉妒」的形成。但在「嫉妒」發生的當下，卻已是密切相關而呈現的心理狀態，是無法單獨剝離出當中的任何一者。在於慌亂、焦慮、妄想、自大與狂迷的心緒下，是對自我挫敗的掩飾與偽裝，還有「非理智、莫須有」的對被嫉妒者，採取逃避、猜忌、譏嫌、輕慢、抗爭、對立與破壞的作為，並會合理化、美化自我的一切，以及作出掩飾「嫉妒」的偽善行為。

雖然「嫉妒」的身心形態及作為，很難被視為具有道德、人格、理性與良知的表現，也確實是無法讓人忍受的「惡」，但「嫉妒」畢竟不是天生的「原



罪」，也不是由人格與道德上的缺失所造成，更不純粹是一種精神性的疾病。「嫉妒」是藉由平常生活經驗而形成的諸多一般心理與情感，以及某種平常現實經驗的關連，相關影響而起的情欲問題，並且是一種難纏、可怕與難以避免的心理狀態。因為人都不免於喜樂、愉悅的人生經驗，所以能重覆引發喜樂、愉悅情緒的人生經驗與價值體現，也就成為人間難免的一種「欲求」，並且從「欲求」進而呈現出的願望與「自我期許」，更是一種「必然」的心理發展。隨著「自我期許」的確立，更是無可避免的確立了「自我認同」的標準，以及挫敗感及勝任感的發生點。當具足了這幾種一般經驗與心理時，處在形色多樣的人世裏，要免除面對他人的某些成就勝於自己的努力，根本就是不可能的事情。所以，「挫敗感」的產生，也就成了無可避免的人生經歷。在此之下，「嫉妒」的發生，只能說是人生的一種「當然」。因此，只要是人，就不可能不曾經歷過「嫉妒」的心理，並且受到他人「嫉妒」的經驗，也是大多數人都有過的生活經歷。只有面對這個事實，並承認這是事實，才真正有助於了解「嫉妒」的內容，認識「嫉妒」的原因，並讓我們找到息止「嫉妒」的道路。

#### 四、「嫉妒」的初萌、生長、成熟與萎落

在形成「嫉妒」的諸多相關因素中，欲求的形成固然是重大的前提及要素，但它還不是引發「嫉妒」的近因。關於激發起「嫉妒」的近因，我們可以簡約的提出以下三點：自我期許、階段性自我認同標準、挫敗感。若將這三點對應在人我成就的比較上，即可發現「嫉妒」的初萌、生長、成熟、萎落的面貌與變遷過程。正如花朵，從芽苞、幼蕊、盛開到萎落的過程一樣。

「欲求」不僅讓人確立了人生前途的方向與視野，同時使人在廣大的人群中，「看到」和自己走在同一條道路上的人。人們在前途的視野裏，經由「自我的期許」標出努力的目的與成果的所在，並且建立了成功與失敗的自我衡量標準。依著欲求的實現步驟而確立的「階段性自我認同的標準」，讓人們對於和自己奮進於同一道路的人，明確的「感受」到前輩、

朋友及競爭對手是誰。

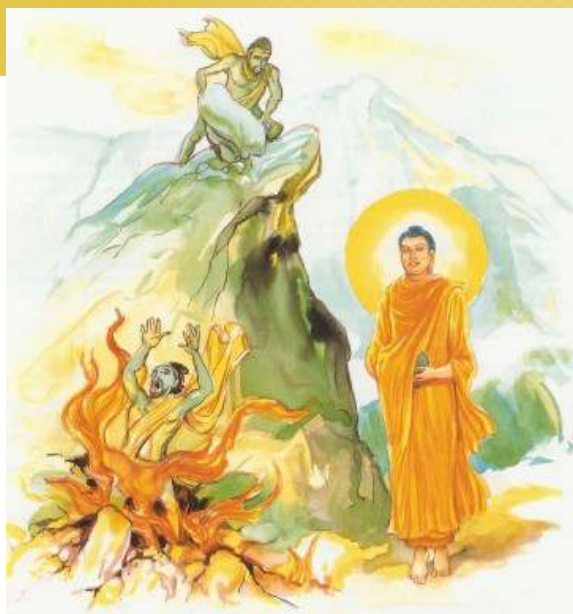
這怎麼說呢？我們對於成就遠遠超乎於「自我期許」的標準以上者，基於他們的人生成就原本就不是自己所敢盼望，所以對這個人不僅不會感到競爭的壓力，反而會將其視為個人的崇高典範，而對此人懷抱著「崇拜與仰敬」的心境，並多會以師長、前輩相待。其次，對於成就已領先我們一段距離，並已完成我們所期許的未來階段標準者，則因為此人的成就，原本就是自己對未來的盼望與目標，所以我們對此人會有淡薄的競爭心理與挫敗感，但卻會有明顯的「羨慕」心緒，並多會以朋友相待。再其次，對於成就與表現超乎於我們，並接近或完成我們期許的現階段標準者，則因為此人的成就，正是我們現階段所盼望與自我期許的所在，所以面對此人會有「挫敗感」，以及自我認同的障礙發生，並且也引爆了「嫉妒」的情欲問題，也會將對方視為對手、敵人。最後，若我們經由公平的競爭方法，終於讓我們超越了「領先我們且為我們所嫉妒與競爭的對手」，領先的成就會讓中原有的挫敗感逐漸的消退、消失。此時，在中心代之而起的，是「領先對手的自我期許」獲得實現後，內在形成的「勝任感」。所以，原有的嫉妒與憤怒，即會隨著挫敗感的消退而淡薄、離散，並會感到愉悅、喜樂的情緒，而原來的對手則會隨著內在情緒的轉變，而被自己視為「特殊的朋友」。然而，若是採取不義的手段來取得領先的成就，則會因為明白「自己不是真正的領先」，而無法獲得真正的「勝任感」，所以內心的嫉妒就不會因領先對手而消退與離散。最後，對手依舊是對手，並且在內心中是「既心虛、嫉恨，又輕慢、害怕」的對手。

由於人的成功會引發重覆勝任經驗的內在約制，並不會因為自我期許的實現，而息止了內在的欲求，反而是讓欲求不斷的再引發，永遠也無法因為成功而滿足。所以，當成功讓人不斷向欲求所確立的前途前進時，在過去原為自己所羨慕的朋友，即會因自己的期許標準向前推進，變成現在所嫉妒與競爭的對手，而昔日內心「崇敬」的前輩、師長，今日卻成為自己所「羨慕」的朋友，在日後甚至逐漸的成為「嫉妒與

競爭」的對手。反過來看，現在崇敬我們的人，他的成長、進步，會使他從崇敬變成羨慕，而今日羨慕我們的人，將會因為進一步成就的獲得，日漸的再從羨慕轉變為嫉妒，將我們變成對手，並嫉妒我們的成就。因為不論是師長、前輩或朋友，都有可能變成我們內心所嫉妒的對手，而父母、兄弟姐妹、夫妻、子女、同事也是一樣，都有可能在欲求及成就的輪轉中，成為和我們相爭、相嫉的「冤家」。

欲求若是不斷，實現欲求的動力就不會停止，而自我期許的實現、自我認同的標準、勝任感、挫敗感也就無法免除。實現欲求的動力，讓人努力的追求「自我期許」與願望的實現，而成功的勝任感，則使人追求成就的動力獲得再前進的力量與約制。如此之下，崇敬→羨慕→嫉妒→輕慢與離散的變遷，就是嫉妒從初萌、生長、成熟到萎落的過程，即如同無解的迷咒一樣。因此，世間人沒有長久的師長、前輩與朋友，即使是血緣至親也會有成為敵人與對手的時候。啊！內心的渴望、自我的期許與任何成就的追逐，即是「愁苦與失落的門，也是挑起爭鬥虛偽與怨嫉仇恨的劍」。

在佛教的歷史上，最顯著的「嫉妒」例子，就是提婆達多毀佛的事。提婆達多是佛陀的俗家堂弟，既有過人的聰慧與能力，也善於經營人際關係，同時有著相當剛強與自負的人格特質。初出家時，提婆達多相當勤奮於佛法的修行，所以很快的得到大眾的尊敬。這時候僧團當中兩位大長老——舍利弗與目犍連，還受到他的尊敬，而佛陀也還受其崇仰。爾後，提婆達多希望能擁有神通，更渴望能受到世人的崇敬，但卻不為佛陀與其他僧團長老所支持與鼓勵。提婆達多不僅不知反省，反而心懷怨懟與不滿。最後，提婆達多利用了慈和的阿難，獲得神通的學習方法，並藉著神通得到了諸多信眾的敬畏與供養。此時的提婆達多，既驕傲又得意，也不再敬重舍利弗與目犍連，對於佛陀的崇敬也降低了。當時，摩竭陀國的阿闍世王子謀奪了父親頻婆娑羅王的王位，但卻無法獲得佛陀的認同，阿闍世因此轉而支持提婆達多，並鼓勵提婆達多爭取佛教的領導權及影響力。受



到阿闍世王支持的提婆達多，變得更志得意滿、目中無人，不僅不尊敬舍利弗與目犍連，也不再將佛陀放在心上，甚至更進一步的想要取代佛陀，謀奪佛教僧團的領導地位。然而，提婆達多的企圖，除了部份出身自釋迦族的僧眾以外，並未受到僧團的普遍支持，也被佛陀呵斥與拒絕。爭取僧團領導權遭受挫敗的提婆達多，不僅不知悔改，更轉而以種種惡毒與卑劣的手段，暗地裏迫害佛陀與僧團，更試圖以不同於佛法的律戒，混淆正確的佛法，試圖取代佛陀的教法。從提婆達多的例子，即可鮮明的看到在逐步實現「自我期許」的成就中，「嫉妒」的面貌，從崇敬、羨慕、嫉妒到狂迷的變遷與發展過程，可謂是典型的例子。類似的案例，在佛門中屢見不鮮，不論為人師長、學友或初學者，豈可不慎。

在筆者多年的弘化生涯中，不僅見過眾多學人相嫉而相爭的例子，也曾多次受到法友與學生的嫉妒與傷害，有些甚至還忘恩負義的作出世間難容的詆毀與迫害，當中有些還是「出家人」。這些因嫉妒而傷害自己的師長、法友的人，其實多受過筆者的呵護、關照或教導，也多有不錯的表現，但都有相近的特質，就是聰明並具有過度的自許、固執、好勝及壓抑自我的性格。具備這些人格特質者，往往對自己都有一份過人與完美的期許，既經不起挫敗，也見不得別人的優點與長處，即使對自己的學友與師長也不例外，最後終不免為欲求、嫉妒與狂迷所吞噬，而行不義之舉。〈待續〉



## 從古老經法認識 佛陀的修證（上）

### 佛陀如何正覺、見道、成就解脫與三藐三菩提

選錄自 隨佛法師 Bhikkhu Vūpasama 著  
《原始佛教之確證及開展》第三章 第一節 © 2010

探尋 佛陀原說的「教法依據」，是根據阿難系傳誦的漢譯《雜阿含》與優波離系巴利《相應部》中，「第一次結集」集成之因緣、聖諦、食、界、陰（蘊）、六入及四念處等諸道品之七事相應教。經由兩部傳誦的對照、整理出原始的共說，再對照佛教部派分流始末，濾淨部派增新之部義及「論說」，整治、還原佛陀教說之教法、禪法及菩提道次第的原貌。

阿難系漢譯《雜阿含》與優波離系巴利《相應部》中，在因緣、聖諦、食、界、陰（蘊）、六入及四念處等諸道品之七事相應教以外，其餘的經說傳誦，都是出於「第一次結集」以後的增新，不可作為探究「佛陀原說」的根據與標準。現依古老的經法共說，來探究 佛陀的修證：

#### 1. 佛陀如何正覺：

明見因緣法， 佛陀及聖弟子得以正覺，並得正知緣生法無常、有為，是滅盡之法、敗壞之法、離貪之法、滅法，離於我見，乃至離貪，而於未來世成不生法。

#### 1. 大正藏《雜阿含》296 經；南傳《相應部》因緣相應 SN12.20 經

如是我聞：一時，佛住王舍城迦蘭陀竹園。

爾時、世尊告諸比丘：「我今當說因緣法及緣生法。云何為因緣法？謂此有故彼有，謂緣無明行，緣行識，乃至（緣生有老死），如是如是純大苦聚集。云何緣生法？謂無明、行……。若佛出世，若未出世，此法常住，法住、法界，彼如來自所覺知，成等正覺，為人演說，開示、顯發，謂緣無明有行，乃至緣生有老死。若佛出世，若未出世，此法常住，法

住、法界，彼如來自覺知，成等正覺，為人演說、開示、顯發，謂緣生故有老病死、憂悲惱苦。此等諸法，法住，法定，法如，法爾，法不離如，法不異如，審諦、真、實、不顛倒。如是隨順緣起，是名緣生法，謂無明、行、識、名色、六入處、觸、受、愛、取、有、生、老病死憂悲惱苦，是名緣生法。

多聞聖弟子，於此因緣法、緣生法，正智善見。

不求前際，言我過去世若有，若無，我過去世何等類？我過去世何如？

不求後際，我於當來世為有，為無，云何類？何如？

內不猶豫，此是何等？云何有？此為前誰？終當云何之？此眾生從何來？於此沒當何之？

若沙門、婆羅門，起凡俗見所繫，謂說「我見」所繫，說「眾生見」所繫，說「壽命見」所繫，「忌諱吉慶見」所繫，爾時悉斷、悉知，斷其根本，如截多羅樹頭，於未來世成不生法。是名多聞聖弟子，於因緣法、緣生法，如實正知，善見，善覺，善修，善入」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

#### 2. 南傳《相應部》因緣相應 SN12.20 經；大正藏《雜阿含》296 經

一 [爾時，世尊]住舍衛城。

二 世尊曰：「諸比丘！我為汝等說緣起及緣生之法，汝等諦聽，當善思念，我則為說」。彼諸比丘奉答世尊曰：「大德！唯然。」世尊曰：

三 「諸比丘！何為緣起耶？諸比丘！緣生而有老死。如來出世，或如來不出世，此事之決定、法定性、法已確立，即是相依性。如來證於此，知於此。證於此、知於此，而予以教示宣佈，詳說、開顯，分別以明示，然而即謂：「汝等，且看！」



- 四 諸比丘！緣生而有老死。諸比丘！緣有而有生。諸比丘！緣取而有有。諸比丘！緣愛而有取。諸比丘！緣受而有愛。諸比丘！緣觸而有受。諸比丘！緣六處而有觸。諸比丘！緣名色而有六處。諸比丘！緣識而有名色。諸比丘！緣行而有識。諸比丘！緣無明而有行。如來出世、或不出世，此事之決定、法定性、法已確立，即相依性。如來證知此，已證知而予以教示宣佈，詳說、開顯、分別以明示，然而即謂「汝等，且看！」
- 五 諸比丘！緣無明而有行。諸比丘！於此有如不虛妄性、不異如性、相依性者，諸比丘！此謂之緣起。
- 六 諸比丘！何為緣生之法耶？諸比丘！老死是無常、有為、緣生、滅盡之法，敗壞之法，離貪之法，滅法。
- 七 諸比丘！生是無常、有為、緣生、滅盡之法、敗壞之法、離貪之法、滅法。
- 八 諸比丘！有是無常、有為、緣生、滅盡之法、敗壞之法、離貪之法、滅法。
- 九～十六 諸比丘！取為……諸比丘！愛為……諸比丘！受為……諸比丘！觸是……諸比丘！六處是……諸比丘！名色是……諸比丘！識是……諸比丘！行是……
- 十七 諸比丘！無明是無常、有為、緣生、滅盡之法、離貪之法、滅法。諸比丘！此等謂之緣生法。
- 十八 諸比丘！聖弟子對此緣起及緣生之法，以正慧如實善見故，彼憶起宿世，即：「我於過去世有耶？我於過去世無耶？何故於過去世有耶？於過去如何有耶？於過去世如何有耶？如何而有耶？」
- 十九 [彼聖弟子]，馳思未來：即：「我於未來世有耶？於未來世無耶？何故於未來世有耶？如何於未來世有耶？我於未來世何有？如何而有之耶？」
- 二十 [又聖弟子]，於今之現世就已有惑。即：「有我耶？無我耶？何故有我耶？如何有我耶？此眾生來自何處耶？彼將赴何處耶？」不知其理。

二一 所以者何？諸比丘！聖弟子如實對此緣起及此等緣生之法，以正慧善見故。」

## 2. 佛陀如何見道：

佛陀從覺知「苦」與「苦因」入門，先明見苦的集起——因緣法，其次明見「依苦因的滅盡，而有苦的滅盡」，後依苦、苦集、苦滅之「正見」，而得見「苦滅正道」，此即於「四聖諦」生眼、智、明、覺，成等正覺。

### 1. 大正藏《雜阿含》287 經；南傳《相應部》因緣相應 SN12. 65 經

如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。

爾時，世尊告諸比丘：「我憶宿命，未成正覺時，獨一靜處，專精禪思，作是念：何法有故老死有？何法緣故老死有？即正思惟，生如實無間等，生有故老死有，生緣故老死有。如是有……。取……。愛……。受……。觸……。六入處……。名色，何法有故名色有？何法緣故名色有？即正思惟，如實無間等生，識有故名色有，識緣故名色有。」

我作是思惟時，齊識而還，不能過彼：謂緣識名色，緣名色六入處，緣六入處觸，緣觸受，緣受愛，緣愛取，緣取有，緣有生，緣生老病死、憂悲惱苦，如是如是純大苦聚集。

我時作是念：何法無故〔則〕老死無？何法滅故老死滅？即正思惟，生如實無間等，生無故老死無，生滅故老死滅。如是生、有、取、愛、受、觸、六入處、名色、識、行廣說。

我復作是思惟：何法無故行無？何法滅故行滅？即正思惟，如實無間等，無明無故行無，無明滅故行滅；行滅故識滅，識滅故名色滅，名色滅故六入處滅，六入處滅故觸滅，觸滅故受滅，受滅故愛滅，愛滅故取滅，取滅故有滅，有滅故生滅，生滅故老病死、憂悲惱苦滅，如是如是純大苦聚滅。

我時作是念：我得古仙人道，古仙人遷，古仙人道跡；古仙人從此跡去，我今隨去。譬如有人遊於曠野，披荒覓路，忽遇故道、古人行處，彼則隨行。漸漸前進，見故城邑，故王宮殿，園觀、浴池，林木清淨。彼作是念：我今當往，白王令知。即往白王：大

王當知！我遊曠野，披荒求路，忽見故道、古人行處，我即隨行。我隨行已，見故城邑，故王宮殿，園觀、浴池，林流清淨。大王可往，居止其中。王即往彼，止住其中，豐樂安隱，人民熾盛。今我如是，得古仙人道，古仙人逕，古仙人跡；古仙人去處，我得隨去，謂八聖道：正見，正志，正語，正業，正命，正方便，正念，正定。

我從彼道，見老病死，老病死集，老病死滅，老病死滅道跡。見生……。有……。取……。愛……。受……。觸……。六入處……。名色……。識……。行，行集，行滅，行滅道跡。我於此法，自知、自覺，成等正覺。為比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，及餘外道，沙門，婆羅門，在家、出家，彼諸四眾，聞法正向！信樂知法善，梵行增廣，多所饒益，開示顯發」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

## 2. 南傳《相應部》因緣相應 SN12.65 經；大正藏《雜阿含》287 經

- 一 [爾時，世尊]住舍衛城。
- 二 [爾時，世尊曰：]「諸比丘！昔我尚未得正覺，為（菩薩\* 1）時，曾作此念：「此世間實陷於苦惱，生而奔向衰、老、死而又將再生。然卻不知此老死苦之出離。實則如何得知此老死苦之出離耶？」
- 三 諸比丘！然則我作是念：「有何故有老死耶？緣何有老死耶？」
- 四 諸比丘！爾時，我依正思惟，依慧悟得生：「有生故有老死，緣生而有老死。」
- 五 諸比丘！時我作是念：「有何故有生？……有有……有取……有愛……有受……有觸……有六處？……有名色耶？緣何而有名色耶？」
- 六 諸比丘！依正思惟，於我而生慧悟得：「有識故有名色，緣識而有名色。」
- 七 諸比丘！時我作是念：「有何故有識？緣何有識耶？」
- 八 諸比丘！我生正思惟，依慧悟得：「有名色故有識，緣名色而有識。」

九 諸比丘！時我作是念：「此識由此以還，無超進名色，於此限度，生而亦老，衰而至死將再生。即緣此名色有識，緣識而有名色。緣名色而有六處，緣六處而有觸……如是，此乃全苦蘊之集。

十 諸比丘！「是集、是集」。我於尚未聞之法、即生眼、生智、生慧、生明、生光。

十一 諸比丘！時我作是念：「無何故無老死，因何之滅而有老死之滅耶？」

十二 諸比丘！爾時，我生正思惟，依慧悟得：「無生故無老死，因生之滅而有老死之滅。」

十三 諸比丘！時我作是念：「無何故無生……無有……無取……無愛……無受……無觸……無六處……無名色，因何之滅而有名色之滅耶？」

十四 諸比丘！爾時，於我生正思惟，依慧悟得：「無識故無名色，因識之滅、而有名色之滅。」

十五 諸比丘！時我作是念：「無何故無識，因何之滅，而有識之滅耶？」

十六 諸比丘！爾時，於我生正思惟，依慧悟得：「無名色故無識，因名色之滅，而有識之滅。」

十七 諸比丘！時我作是念：「我依此道乃達菩提。即：由名色之滅，而有識滅。由識之滅，而有名色滅。由名色之滅，而有六處滅。由六處之滅，而有觸滅。……」如是，此乃全苦蘊之滅。

十八 諸比丘！「是滅、是滅」，我於尚未聞之法，即生眼、生智、生慧、生明、生光。

十九 諸比丘！譬如有人、徘徊阿蘭若林，發現古人通行之古道、古徑，彼則追隨其道，隨其道而行。發見古人止住之古城、古都，其園林亦具足。具足美麗有堤之蓮池。

二十 諸比丘！爾時，彼人向王或王之大臣報曰：「尊者，當知我徘徊阿蘭若林，發見古人通行之古道、古徑，追隨其道，隨其道而行。發見古人止住之古城、古都，園林亦具足，具足美麗有堤之蓮池。尊者！宜於其城予修築。」

二一 諸比丘！爾時，王或王之大臣，修築其城邑，其城邑後來繁榮，眾人熾盛，增上發展。諸比丘！同此，我發見過去正覺者通行之古道、古徑。



二二 諸比丘！過去諸佛所通行之古道，古徑者何耶？即此八支聖道。即：正見……正定。諸比丘！此乃過去正等覺者通行之古道、古徑。追隨其道，隨其道而行，則知老死，知老死之集，知老死之滅，知趣滅老死之道跡。

二三～三一 追隨其道，隨其道以行，知生……；知有……；知取……；知愛……；知受……；知觸……；知六處……；知名色……；知識……。

三二 追隨其道，隨其道以行，知行，知行之集、知行之滅、知趣行滅之道跡。

三三 知此，我以示比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷。諸比丘！如是梵行繁榮、增廣，示知眾人等，予增大，依人天而善說示。」

\* 1：南傳《相應部》當中「菩薩」一詞，是為後世所增加，時約佛滅後一百四十年以後，這是出於優波離系之南方上座分別說部及大眾部所主張的信仰，並非古來佛教的原始傳誦。由於阿難系堅持原始的傳誦，僧團為此起諍論，所以分裂為二大陣營，形成阿難系與優波離系對抗的局面。

### 3. 佛陀如何成就解脫與三藐三菩提：

佛陀先正覺「苦」、「苦集」、「苦滅」、「苦滅道跡」——四聖諦，再進而修習苦滅道跡——八正道，最後完成「苦已出、苦集已斷、苦滅已證、苦滅正道已修」，成就解脫，已於四聖諦三轉、十二行（初轉正覺悟道，二轉修道，三轉證滅）得明覺，成就無上菩提。

#### 1. 大正藏《雜阿含》379 經；南傳《相應部》諦相應 SN56.11 經

如是我聞：一時，佛住波羅捺鹿野苑中仙人住處。

爾時、世尊告五比丘：「此苦聖諦，本所未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。此苦集，此苦滅，此苦滅道跡聖諦，本所未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。」

復次、苦聖諦，知當復知，本所未聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。苦集聖諦，已知當斷，本所未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。復次、此苦滅聖諦，已知當作證，本所未聞法，當正思

惟時，生眼、智、明、覺。復次、此苦滅道跡聖諦，已知當修，本所未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。

復次、比丘！此苦聖諦，已知已知出，所未聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。復次、此苦集聖諦，已知已斷出，所未聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。復次、苦滅聖諦，已知已作證出，所未聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。復次、苦滅道跡聖諦，已知已修出，所未曾聞法，當正思惟時，生眼、智、明、覺。

諸比丘！我於此四聖諦，三轉、十二行，不生眼、智、明、覺者，我終不得於諸天、魔、梵，沙門、婆羅門，聞法眾中，為解脫，為出，為離，亦不自證得阿耨多羅三藐三菩提。我已於四聖諦、三轉、十二行，生眼、智、明、覺故，於諸天、魔、梵，沙門、婆羅門，聞法眾中，得出，得脫，自證得成阿耨多羅三藐三菩提」。爾時、世尊說是法時，尊者憍陳如，及八萬諸天，遠塵、離垢，得法眼淨。

爾時、世尊告尊者憍陳如：「知法未」？憍陳如白佛：「已知，世尊」！復告尊者憍陳如：「知法未」？拘鄰白佛：「已知，善逝」！尊者拘鄰已知法故，是故名阿若拘鄰。尊者阿若拘鄰知法已，地神舉聲唱言：「諸仁者！世尊於波羅捺國仙人住處鹿野苑中，三轉、十二行法輪，諸沙門、婆羅門，諸天、魔、梵所未曾轉；多所饒益，多所安樂，哀愍世間，以義饒益，利安天人，增益諸天眾，減損阿修羅眾」。地神唱已，聞虛空神天，四天王天，三十三天，炎魔天，兜率陀天，化樂天，他化自在天，展轉傳唱，須臾之間，聞于梵身天、梵天乘聲唱言：「諸仁者！世尊於波羅捺國仙人住處鹿野苑中，三轉、十二行法輪，諸沙門、婆羅門，諸天、魔、梵，及世間聞法未所曾轉；多所饒益，多所安樂，以義饒益諸天世人，增益諸天眾，減損阿修羅眾」。世尊於波羅捺國仙人住處鹿野苑中轉法輪，是故此經名轉法輪經。佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

#### 2. 南傳《相應部》諦相應 SN56.11 經；大正藏《雜阿含》379 經

一 如是我聞。一時，世尊住波羅捺國仙人墮處鹿野園。

- 二 於此處，世尊言五比丘曰：「諸比丘！出家者不可親近於二邊。以何為二邊耶？」
- 三 (一)於諸欲以愛慾貪著為事者，乃下劣、卑賤、凡夫之所行、非聖賢，乃無義相應。(二)以自之煩苦為事者，為苦，非聖賢，乃無義相應。諸比丘！如來捨此二邊，以中道現等覺。此為資於眼生、智生、寂靜、證智、等覺、涅槃。
- 四 諸比丘！云何乃能如來於中道現等覺，資於眼生、智生、寂靜、證智、等覺、涅槃耶？乃八支聖道是。謂：正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定是。諸比丘！此乃如來所現等覺之中道，此乃資於眼生、智生、寂靜、證智、等覺、涅槃。
- 五 諸比丘！苦聖諦者，即是此，謂：生苦、老苦、病苦、死苦、愁悲憂惱苦、遇怨憎者苦、與所愛者別離苦、所求不得苦，略說為五取蘊苦。
- 六 諸比丘！苦集諦者，即是此，謂：後有起、喜貪俱行、隨處歡喜之渴愛，謂：欲愛、有愛、無有愛是。
- 七 諸比丘！苦滅聖諦者，即是此，謂：於此渴愛無餘、離滅、棄捨、定棄、解脫而無執著。
- 八 諸比丘！順苦滅道聖諦者，即是此，所謂八支聖道是。謂：正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定是。
- 九 諸比丘！苦聖諦者，即是此，於先前未聞之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。諸比丘！應對此苦聖諦偏知……乃至……已偏知，於先前未聞之法，我眼生，智生、慧生、明生、光明生。
- 十 諸比丘！苦集聖諦者，即是此，於先前未聞之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。諸比丘！對此苦集聖諦應斷……乃至……已斷，於先前未聞之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。
- 十一 諸比丘！苦滅聖諦者，即是此，於先前未聞之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。諸比丘！對此苦滅聖諦應現證……乃至……已現證，於先前未聞之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。
- 十二 諸比丘！順苦滅道聖諦者，即是此，於先前未聞之法，我眼生、智生、慧生、明生、光明生。諸比丘！對此順苦滅道聖諦應修習……乃至……已修習，於先前未聞之法我眼生、智生、慧生、明生、光明生。
- 十三 諸比丘！我於四聖諦以如是三轉、十二行相之如實智見尚未達悉皆清淨時，諸比丘！我於天、魔、梵世、沙門、婆羅門、人、天眾生中，不被稱之為無上正等覺之現等覺。
- 十四 諸比丘！然而我於此四聖諦，如是三轉、十二行相之如實智見，已達悉皆清淨故，諸比丘！我於天、魔、梵世、沙門、婆羅門、人、天眾生中，稱之為無上正等覺之現等覺。又，我智生與見，我心解脫不動，此為我最後之生，再不受後有。
- 十五 世尊如是說示已，五比丘歡喜、信受於世尊之所說。又說示此教時，具壽憍陳如生遠塵離垢之法眼：「有集法者，悉皆有此滅法。」
- 十六 世尊轉如是法輪時，地居之諸天發聲言曰：「世尊如是於波羅捺國仙人墮處鹿野苑，轉無上之法輪，沙門、婆羅門、天、魔、梵或世間之任何者，皆不能覆。」
- 十七 聞得地居諸天之聲之四大天王諸天，發聲言曰：「世尊如是於波羅捺國仙人墮處鹿野苑，轉無上之法輪，沙門、婆羅門、天、魔、梵、或世間之任何者，皆不能覆。」
- 十八 聞得四大天王諸天聲之忉利諸天……焰摩諸天……兜率諸天……化樂諸天……他化自在諸天……梵身諸天發聲言曰：「世尊如是於波羅捺國仙人墮處鹿野苑，轉無上之法輪，沙門、婆羅門、天、魔、梵、或世間任何者，皆不能覆。」
- 十九 如是於其剎那，其頃刻，其須臾之間，乃至止於梵世之聲已達。又，此十千世界湧震動，示現於無量廣大光明之世間，超越諸天之天威力。
- 二十 時，世尊稱讚而曰：「憍陳如悟矣，憍陳如悟矣！」自此即名具壽憍陳如，稱為阿若憍陳如。〈待續〉



## 佛陀定說、增上之法

節錄自隨佛法師之《相應菩提道次第》第二章 滅苦之教法及次第

### 第四節 佛陀定說、增上之法

#### 1-2-4.1 佛陀成等正覺，為人定說者，是為四聖諦

**SĀ404** 大正藏《雜阿含》第 404 經；SN56.31《相應部》諦相應 31 經

如是我聞：一時、佛在摩竭國人間遊行。

王舍城、波羅利弗，是中間竹林聚落，大王於中作福德舍。爾時、世尊與諸大眾，於中止宿。爾時、世尊告諸比丘：「汝等當行，共至申恕林」。爾時、世尊與諸大眾，到申恕林，坐樹下。爾時、世尊手把樹葉，告諸比丘：「此手中葉為多耶？大林樹葉為多」？比丘白佛：「世尊手中樹葉甚少，彼大林中樹葉，無量百千億萬倍，乃至算數譬類不可為比」。「如是諸比丘！我成等正覺，自所見法，為人定說者，如手中樹葉。所以者何？彼法義饒益，法饒益，梵行饒益，明慧正覺，向於涅槃。如大林樹葉，如我成等正覺，自知正法，所不說者，亦復如是。所以者何？彼法非義饒益，非法饒益，非梵行饒益，明慧正覺，正向涅槃故。是故諸比丘！於四聖諦未無間等者，當勤方便，起增上欲，學無間等」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

#### 1-2-4.2 佛陀成等正覺，增上說法者，是為四聖諦

**SĀ433** 大正藏《雜阿含》第 433 經

如是我聞：一時、佛住王舍城迦蘭陀竹園。

爾時、世尊告諸比丘：「如來、應、等正覺，增上說法，謂四聖諦，開示、施設、建立、分別、散說、顯現、表露。何等為四？謂苦聖諦，苦集聖諦，苦滅聖諦，苦滅道跡聖諦。是故比丘！於四聖諦未無間等者，當勤方便，起增上欲，學無間等」。

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

### 巴利語詞

緣起偈(見 SN. 12. 37. 、SN. 55. 28.) :

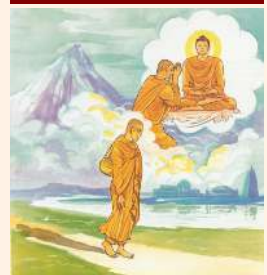
'Iti imasmim sati idam hoti, imassuppādā idam uppajjati;

imasmim asati idam na hoti, imassa nirodhā idam nirujjhati.'

Iti imasmim sati idam hoti,  
imassuppādā idam uppajjati;  
imasmim asati idam na hoti,  
imassa nirodhā idam nirujjhati.

在此存在時，彼變成，  
由於此的被生，彼被生；  
在此無存在時，彼無有，  
由於此的滅，彼被滅。

“此有故彼有，此生故  
彼生；此無故彼無，此  
滅故彼滅。”



Iti【無】如此。

Ida & Idam (ima 的【中.主.賓.單】)，這個(事物)。單.處. imasmim。單.與.、屬. Imassa。

Sati【現旁】在、正在、存在者(單.處格)。(此 Sati 最常做“念”解) asati 無存在。

Hoti(hu+a) 是，有，存在。

Uppajjati (u 出+pad 去+ya) 生起，出現，被產生。



## 古老經說 白話摘要

台灣 法觀

### 大正藏 《雜阿含》 第 404 經

我是親耳聽 佛陀這麼說的，有段時間 佛陀來到摩竭國 王舍城，一個叫波羅利弗的地方。在竹林間聚落處，國王為供養出家人，修建了福德精舍， 世尊和比丘學眾就借宿在此。

當時， 世尊對比丘們說：「你們該走走，一起到申恕林去吧」。於是， 世尊與學眾一行人，走到申恕林，在樹下坐了下來。就在那時候， 世尊隨手抓了一把林中的樹葉，問比丘們：「是我手中的樹葉多呢？還是這大片樹林的葉子多」？比丘回答 佛陀：「相較起來， 世尊手中的樹葉其實非常的少，那大片森林的葉子才多，真是多到無以計量，大概有百千萬億倍了，甚至用數算或譬喻也無法比擬」。

「就像這樣啊！比丘們！我成就正等正覺，自所覺知，親見解脫之道，如實為大眾宣說的，正如同我手中握著的樹葉一樣，看起來為數不多。我會這樣說，是什麼緣故呢？是由於我所教說的法，在法義上對解脫生死輪迴是有幫助的；對正法的修學也有極大的利益；對清淨梵行更有增上的作用；具足引導眾生斷無明、得慧解脫、成就正等正覺，趨向涅槃的智慧。至於林中樹葉，就有如一般的世間法。在我成等正覺，自知作證，明見正法之際，所不向眾人宣說的（世間法），就像大樹林的葉片那麼多了。

所以這樣說是什麼緣故呢？因為那些世間法，在義理上對解脫生死輪迴，是沒有助益的，不但無助於正法的修學，對清淨梵行無法產生增上的作用，更不能依循這些法斷無明、得慧解脫、成就正等正覺，達於趨向涅槃的道路。

是這樣的緣故，比丘弟子們！如果對我所教導的『四聖諦』，還未能認真修學，應當善用現前機緣，勤策精進，時常勉勵自己，起增上學習的願想，努力不懈的修行」。

佛陀期勉弟子，應當將重點放在有助於解脫的正法，勤奮不懈的修行。比丘們聽聞 佛陀的教導，心有所悟，恭敬歡喜的依法實踐。

### 大正藏 《雜阿含》 第 433 經

我是聽 佛陀這麼說的，那一段時間，佛陀是住在王舍城的迦蘭陀竹園裡。當時， 世尊對比丘弟子們說：「如來、應供、正等正覺者，為眾生智覺增上，所教說的法要正是『四聖諦』。並時常以：為人開示、施設譬解、建立正見、辨明法義、別別細說、彰顯正義、清楚傳達等種種方便示現於普羅大眾，為其教說。

是怎樣的『四聖諦』呢？就是所謂的苦聖諦（覺知世間苦的內容以及對身心的影響）、苦集聖諦（明見苦的因由與流轉，並加以斷除）、苦滅聖諦（體證苦因的滅盡）、苦滅道跡聖諦（發現苦滅道跡，並順著滅苦的八聖道而行）。是這樣的緣故，弟子比丘們！如果對『四聖諦』還未能認真修學，有所體悟，應當採取種種善方便，勤勉不懈，更常起修行增上的願想和決心，努力精進、奮勉向上。」

佛陀提示弟子們『四聖諦』是為眾生開示、顯發，智覺增上之法。比丘們聽聞 佛陀的解說，心開意解，歡喜恭敬的依著教導精勤實踐。



## 古老經說 讀後感言

台灣 法觀

一般人聽說有人決心「研究佛學」或「準備要學佛」，腦海裏立即浮現一冊又一冊艱深難懂的佛經。如果真心想修行，先得遍覽典籍，解其深義；遍覽典籍必須皓首窮經，才得以成就。又有人主張，當前是末法時代，眾生業障深重，不管怎麼努力，都與佛陀正法無緣，所以只能唸佛求生淨土。唯有求生專為修行人準備的淨土，才有機會成就解脫。

那麼讓我們認真思考一下，現代的我們，又是生在怎樣的環境裡呢？幸運的現世眾生，生活在知識爆發的時代，上至天文地理，下至歷史、哲學、藝術、文化，嶄新的發現與發明變化多端，知識的傳達與學習，更是多樣；由於物質資源取得豐富，科技的進步讓生活益加便利；也因為資訊技術發達，人與人間的訊息傳遞與溝通，更是無遠弗屆；加上迅捷流暢的交通運輸，造福人們遷移的便利，互動頻繁，足跡遍及全球。居於這樣的優勢，當今的環境怎會比不上佛陀

時代？更何況現代人所具備的學識與才能，豐富多變而樣樣透徹，那一樁不如佛世的聖弟子？

仔細想想，會不會是我們忽略了，忽略認真探究佛陀手中那把樹葉—代表正覺佛法的『四聖諦』裡，有助於解脫的內涵深義。反而錯誤地轉向廣大樹林，檢拾那數不盡的葉片，不斷的想從那裡尋覓正覺、離苦、解脫之道？所以才會百般摸索，耗盡終生而不得要領。

註：據考證申恕樹(*śimsapā*)可能為學名 *Dalbergia sissoo* 的印度玫瑰木，或者是學名 *Amherstia nobilis* 的華貴瓔珞木，兩者都是高大喬木，會開美麗花朵。可以想像申恕林在開花時節，花紅葉綠，景色宜人。佛陀邀比丘們到申恕林的時候，也許就在花開時節。藉著色彩斑斕的樹林，影射無限宇宙令人炫惑的知識學問，用以比對佛陀手中的正覺之法—寶貴的『四聖諦』。

## 不死的出路

紐約 司徒碩彥

花了很多很多  
很多的時間與生命  
持續的期盼成為一個  
時時都將好於現在的人

這個異於現前自己的人  
會在生命的漫漫長流中  
不知何時的那一刻  
終於來臨

這個在世間再被碰到的「人」  
卻已經不再是我  
也不再記得我與  
我的所有

在生命裏  
幾乎不曾注意到  
環繞四周的世界

有著光線或警笛  
沿著街道的建築  
隨時在閃爍變化  
消散與息止

然而眼睛  
卻極力的想要尋找  
未曾有過的  
視覺經驗與景色

就在那一刻  
只要想當  
原來的我  
只要想要

原來的所有  
旅途的終點  
就永遠無法到達  
也無法得到休息

在記憶中  
任何曾經為伴  
被遺忘在身後  
而落單的人  
也會和我一樣  
無法長久快樂

沒有止境的  
重複與迷惘  
令人疲憊與厭煩  
到此才知道  
三界火宅豈能安居  
留惑無明焉可潤生？

完全息止貪欲的  
苦滅、不生  
才是生命不死的出路

## 部派分裂(二)-1 五事異法

本篇接續《正法之光》第三期 部派分裂之探究(一) 十事非律之論爭

選錄自 隨佛法師 Bhikkhu Vūpasama 著《原始佛法與佛教之流變》© 2010

### 一、關於部派紛爭及分裂的傳說

#### 1. 律師傳承的記載

根據佛教各部派僧團的共說，佛教第一次的紛爭是「十事非律論爭」，也因為此事而引發「第二次的結集（七百結集）」。出於優波離傳承（律師系統）的分別說系諸部，認為「十事非律論爭」是造成佛教僧團分裂的主因，但同出於律師傳承的大眾部，則說是「古律與新律之爭」促成僧團分裂。

關於「十事非律論爭」發生的時間，後世各部派的說法不一，隨著各部分化而出的時間先後，愈晚分化出來的部派，記載的時間就愈晚。「十事論爭」的時間，根據最先異於傳統僧團的優波離系毘舍離僧團（大眾部）的說法，在傳誦的《摩訶僧祇律》<sup>1</sup> 是說「佛涅槃後」；在佛滅 116 年以後，自僧團分化而出的優波離系分別說部諸分部中，分別說系化地部《五分律》<sup>2</sup> 說是「佛泥洹後百歲」，南印分別說系法藏部《四分律》<sup>3</sup> 說是「世尊般涅槃後百歲」，而錫蘭分別說系銅鑠部《善見律》<sup>4</sup> 則說「世尊涅槃已一百歲」，而分別說系飲光部傳誦廣律已失佚，則不知所記。此外，阿難系諸部關於「十事非律論爭」的記載，在現今被日本金倉圓照博士推定有可能是原上座部 Pūrvasthāvira 而轉為雪山部 Haimavata 傳誦的漢譯《毘尼母經》<sup>5</sup>，當中則說是「如來涅槃後一百年」。佛滅後約 250 年，才從北方阿難系原上座部分化出的說一切有部，在傳誦的《十誦律》<sup>6</sup> 說是「佛般涅槃後一百一十歲」。

據南傳分別說系銅鑠部《島史》的說法，毘舍離僧團受取金錢等「十事」，被阿難系僧團主導的長老會議判為不如律，毘舍離地區的僧眾不服會議的結果，使得原本和合一味的僧團，分裂為大眾部及上座部。贊成十事的僧眾，主要是以優波離系在東方毘舍離 Vaiśālī、央伽 Aṅga 一帶的年輕僧眾居多，稱為大

眾部 Mahāsaṃghika。反對十事的僧眾，主要是指北方摩偷羅 Mathurā 的阿難系僧團、西方的阿槃提 Avanti 及達嚩那婆多 Dakṣiṇāpatha（簡稱達嚩那 Dakṣiṇā，達嚩 dakkhiṇa）一帶的優波離系僧團，多以耆年上座為主，故稱為上座部 Sthāvira。優波離師承分別說系諸部僧團則自稱是上座部正統。

但是根據優波離師承大眾系傳誦的《摩訶僧祇律》來看，大眾系不僅承認「十事違律」<sup>7</sup>，更說大眾系第二師陀娑婆羅參與「七百結集」<sup>8</sup>，並代表集出律藏。如此可見，出於毘舍離僧團的大眾系，對於「十事論爭」的立場，是承認羯磨會議判定「十事違律」的議決，並接受「七百結集」的代表性。如此看來，「十事非律論爭」造成佛教僧團的分裂，應是有違於事實的看法。

此外，根據大眾部傳誦的《舍利弗問經》，當中對於部派分裂的說法，是指孔雀王朝被弗沙蜜多羅滅後，佛教受到相當的破壞，當弗沙蜜多羅 Puṣyamitra 歿後（約 B.C.149），中印佛教得以復興時，有長老比丘將原本傳承的古律，加以分別廣演，從簡要樸質轉為繁瑣詳細，是僧律的古、新差異，才造成部派分裂。見大眾部傳誦的《舍利弗問經》<sup>9</sup>：

「優婆笈多後，有孔雀輪柯王，世弘經律，其孫（時有）名曰弗沙蜜多羅……毀塔滅法，殘害息心四眾……御四兵攻雞雀寺。……遂害之，無問少長，血流成川……王家子孫於斯都盡。其後有王，性甚良善……國土男女復共出家。如是比丘、比丘尼還復滋繁，羅漢上天，接取經律還於人間。時有比丘名曰總聞，諮諸羅漢及國王，分我經律多立臺館，……時有一長老比丘，好於名聞亟立諍論，抄治我律開張增廣。迦葉所結名曰大眾律，外採綜所遺，誑諸始學，別為群黨互言是非。時有比丘，求王判決。王集二部行黑白籌，宣令眾曰：若樂舊律可取黑籌，若樂新律可取白籌。時取黑者乃有萬數，時取白者只有百數，王以皆為佛說，好樂不同不得共處。學舊者多從以為名



為摩訶僧祇也，學新者少而是上座。」

根據近代佛教學術界的研究，大眾系的《摩訶僧祇律》的結構與形態，相較於其他諸部傳誦的律本來說，確實比較古樸、簡要。如阿難系古律的漢譯《優波離問經》，或是目前南傳分別說系銅鑠部的《銅鑠律》，比起《摩訶僧祇律》，都要來得更完備，特別是南傳銅鑠部的《銅鑠律》，應是經過相當的發展，才會如此的詳盡、完備。因此，大眾部傳誦的《舍利弗問經》提到的「古律與新律之爭」，應是確實發生的事實。然而，根據印度阿育王石刻碑文的內容<sup>10</sup>，還有公元前一世紀印度世友 Vasumitra 所著之《十八部論》的記載，佛教各部派分化的時間，應當是在公元前三至二世紀之間。然而，大眾系之《舍利弗問經》提到的「古律與新律之爭」，則是弗沙蜜多羅 Puṣyamitra 王歿（約 B.C.149）後，時約公元前二世紀末葉。

## 2. 經師傳承的記載

關於僧團分化的原因及時間，承自阿難系傳承重論的說一切有部，主張是佛滅後 116 年（271~268 B.C.）的「五事異法論爭」而起，認為是肇因於「詆毀阿羅漢的證量」所致。佛滅後 116 年，毘舍離僧團的摩訶提婆（巴 Mahādeva，漢譯名為大天），舉「餘所誘、無知，猶豫、他令入、道因聲故起」等背離傳統經法的「非法五事」，貶謫聲聞阿羅漢有漏、不圓滿，才造成阿難系僧團與優波離系僧團的分裂。見公元前一世紀世友著，六世紀初由鳩摩羅什初譯的《十八部論》<sup>11</sup>：

「佛滅度後百一十六年，城名巴連弗，時阿育王王閻浮提匡於天下，爾時大僧別部異法。時有比丘，一名能（傳抄之誤，應為龍）、二名因緣、三名多聞，說（此指爭論）有五處以教眾生，所謂：從他饒益、無知、疑、由觀察、言說得道。此是佛從始生二部，一謂摩訶僧祇。二謂他鞞羅（上座）」。

在世友的《十八部論》提到的三比丘眾中，正是佛滅百年內的兩大師承、三大僧團。龍象眾是指毘舍離僧團，因緣眾是指優禪尼僧團，多聞眾則是摩偷羅

地區的阿難系僧團。僧團為了爭論「五事異法」而分裂。阿難系為上座部，優波離系為大眾部，而優波離系又分為毘舍離僧團的大眾部，以及優禪尼僧團的分別說部。另根據西藏傳譯之清辯（Bhavya）的《異部精釋》<sup>12</sup>（Tāranātha）中，從阿難師承說一切有部系之犢子部再分化而出的正量部（Saṃmatīya），在提到僧團分裂的傳誦中說：

「世尊無餘涅槃後，百三十七年，經難陀王至摩訶鉢土摩王時，於波吒梨城集諸聖眾。……天魔化為跋陀羅比丘，住僧中，有一切不相應之見。現諸神通，以根本五事，僧伽起大評論。上座龍與堅意等，宣傳五事。……佛教分裂為二，名上座與大眾。」

根據玄奘之《大唐西域記》所載，七世紀中葉玄奘入印度時，正量部之聲勢僅次於說一切有部，盛行於北印外之十九國，僧徒合計約有六萬多人。若參考優波離師承分別說系銅鑠部《銅鑠律》的記載，犢子系正量部提出的「天魔化為跋陀羅比丘」，此一「跋陀羅比丘」應是一種「隱喻」。這是暗指如同佛初滅時，當眾弟子聞知佛滅而見愁憂不樂，卻有須跋陀羅比丘提出：「我彼得脫彼大沙門亦善。此應，此不應，困惱我等，今我等若欲則為，若不欲則不為」<sup>13</sup>。另在優波離師承分別說系化地部《五分律》中，則說是跋難陀 Subhadra 比丘（大眾部《摩訶僧祇律》<sup>14</sup>說是摩訶羅）提出「我等於今始脫此苦，任意所為無復拘礙」<sup>15</sup>的說法。這是說佛滅後 116 年的「五事異法」論爭，毘舍離地區提出五事的大天 Mahādeva，就如同佛滅時的「須跋陀羅比丘」（或跋難陀、摩訶羅），將會破壞佛教的清淨。據分別說系化地部《五分律》記載，當年的上座長老迦葉，就是為了避免 佛陀之法與律被忘失、敗壞，出面召集僧團結集法教，提出「勿令跋難陀等，別立眷屬以破正法」<sup>16</sup>，以傳續佛法令不散失。

分化自說一切有部系犢子部的正量部，是將出自阿難系說一切有部傳載之「五事異法」及「根本分裂」的發生時間，從佛滅後 116 年變成佛滅後 137 年。認為分裂僧團的事由是「五事異法」，是出自經師傳承的阿難系僧團的記載，不同於優波離系僧團的

看法。若要探尋佛教僧團分裂的緣由，經師傳承之阿難系僧團的記載，是相當值得研究，並且也有僧團愈晚分化出現，對於僧團分裂時間的記載就愈晚的情形。

### 注釋：

1. 見《摩訶僧祇律》『明雜誦跋渠法』卷第三十三：參大正藏 第 22 冊 p.493.1 ~ p.493.2  
 「七百集法藏者。佛般泥洹後，長老比丘在毘舍離沙堆僧伽藍，爾時諸比丘從檀越乞索，作如是哀言：長壽！世尊在時，得前食、後食、衣服、供養，世尊泥洹後，我等孤兒誰當見與，汝可布施僧財物。如是哀聲而乞，時人或與一鬪利沙槃、二鬪利沙槃乃至十鬪利沙槃。」
2. 見《彌沙塞部和醯五分律》『七百集法』卷第三十：參大正藏 第 22 冊 p.192.1-27 ~ p.192.2-9  
 「佛泥洹後百歲，毘舍離諸跋耆比丘起十非法。一鹽薑合共宿淨；……十受畜金銀錢淨。彼諸比丘常以月八日、十四日、十五日盛滿鉢水，集坐多人眾處，持鉢著前以為吉祥，要人求施。時諸白衣男女大小經過前者，便指鉢水言，此中吉祥，可與衣鉢革屨藥直。有欲與者與之，不欲與者便譏呵言：沙門釋子不應受畜金銀及錢，設人自與不應眼視，而今云何作此求施。」
3. 見《四分律》『七百集法毘尼』卷第五十四：參大正藏 第 22 冊 p.968.3-19 ~ 20  
 「爾時世尊般涅槃後百歲，毘舍離跋闍子比丘，行十事言，是法清淨。」
4. 見《銅鑠律》『七百結集健度』：參漢譯南傳大藏經 律藏第 4 冊 p.407-11 ~ p.408-8
5. 見《毘尼母經》卷第四：參大正藏 第 24 冊 p.819.1-29 ~ 819.2-1  
 「此是雪山中五百比丘所集法藏」  
 見印順《原始佛教聖典之集成》p.87-10  
 「金倉圓照博士，以卷四有「此是雪山中五百比丘所集法藏」，推論為雪山部 Haimavata，可能就是這一部派的律論。」  
 見《毘尼母經》卷第四：參大正藏 第 24 冊 p.819.2-1 ~ 3  
 「七百比丘集法藏今當說。如來涅槃後一百年，毘舍離毘利祇子諸比丘等，如佛所說行於十法。」
6. 見《十誦律》『七百比丘集滅惡法品』卷第六十：參大正藏 第 23 冊 p.450.1-28 ~ 450.2-2  
 「佛般涅槃後一百一十歲，毘耶離國十事出。是十事非法非善，遠離佛法，不入修妒路，不入毘尼，亦破法相。是十事，毘耶離國諸比丘，用是法、行是法、言是法清淨，如是受持。」
7. 見《摩訶僧祇律》『明雜誦跋渠法之十一』卷第三十三：參大正藏 第 22 冊 p.677.3-21 ~ p.678.1-14
8. 見《摩訶僧祇律》『明雜誦跋渠法』卷第三十三：參大正藏 第 22 冊 p.493.1-26 ~ p.493.2-16
9. 見《舍利弗問經》：參大正藏 T24 p.900.1-11 ~ 15 ; p.900.1-15 ~ p.900.2-28  
 ※筆者註：《舍利弗問經》是大眾部的傳誦，另一相仿的『文殊師利問經』則是（大乘）教派所傳，這兩部出於後世學派的典籍，當中採取的部派說法，都出於說一切有部的傳誦。從《舍利

- 弗問經》提到的阿難系師承，見到《阿育王傳》中阿難旁傳的末田地，被改為第二師，傳法於原阿難直傳的商那和修，可見《舍利弗問經》晚於公元前一世紀的《阿育王傳》，引用出於迦濕彌羅新說一切有部的師承傳說。
10. 參《正法之光》創刊號 p.14 ~ p.15：原始佛教會 2010 年 7 月 8 日 臺灣出版
  11. 見世友《十八部論》，姚秦鳩摩羅什 Kumārajīva 初譯：參大正藏 T49 p.18.1-9 ~ 13
  12. 參《印度佛教史》寺本婉雅日譯本 附註 87 ~ 89, p.376 ~ 377
  13. 見南傳《銅鑠律》『小品』『五百結集健度』：漢譯南傳大藏『律藏』（四）p.381-12 ~ p.382-1  
 「時老年出家者須跋陀羅告諸比丘言：諸友！勿憂、勿愁，我彼得脫彼大沙門亦善。此應，此不應，困惱我等，今我等若欲則為，若不欲則不為。」  
 ※據部派佛教傳誦之《大般涅槃經》，佛臨入滅時，最後度百二十歲的外道須跋陀羅成阿羅漢，這兩位須跋陀羅，並非同一人。  
 見法顯譯南傳《大般涅槃經》卷下：參大正藏 T1 p.204.2-5 ~ 8 ; p.204.2-23 ~ 26  
 「爾時世尊告阿難言：汝今當知，我於道場，成阿耨多羅三藐三菩提。最初說法，度阿若憍陳如等五人，今日在於娑羅林中，臨般涅槃，最後說法，度須跋陀羅。……須跋陀羅前白佛言：我今不忍見天人尊入般涅槃，我於今日，欲先世尊入般涅槃。佛言：善哉！時須跋陀羅即於佛前入火界三昧而般涅槃。」
  14. 見《摩訶僧祇律》『五百比丘集法藏』：參大正藏 T22 p.490.1 24~27  
 「時摩訶羅闍佛已般泥洹，語尊者摩訶迦葉言：我今永得解脫。所以者何？彼阿羅訶在時常言：『是應行，是不應行』。今已泥洹，應行、不應行自在隨意。」
  15. 見《五分律》卷第三十『五百集法』：參大正藏 T22 p.190.2~ p.190.3-3  
 「爾時、世尊泥洹未久，大迦葉在毘舍離獼猴水邊重閣講堂，與大比丘僧五百人俱，皆是阿羅漢唯除阿難。（大迦葉）告諸比丘：昔吾從波旬國向拘夷城，二國中間聞佛世尊已般泥洹，我時中心迷亂不能自攝。諸聚落比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷，或蹙或踊宛轉于地，莫不哀號嘆速、嘆疾，世間空虛，世間眼滅。時跋難陀先遊於彼，止眾人言：彼長老常言，應行是、不應行是，應學是、不應學是，我等於今始脫此苦，任意所為無復拘礙。何為相與而共啼哭？吾聞其語倍復憂毒，佛雖泥洹比尼現在，應同勗勉共結集之。勿令跋難陀等，別立眷屬以破正法。諸比丘咸以為善，白迦葉言：阿難常侍世尊，聰叡多聞具持法藏，今應聽在集比丘數。迦葉言：阿難猶在學地，或隨愛患癡畏，不應容之。」
  16. 見《五分律》卷第三十『五百集法』：參大正藏 T22 p.190.2~ p.190.3-3  
 「爾時、世尊泥洹未久，……（大迦葉）告諸比丘：……時跋難陀先遊於彼，止眾人言：彼長老常言，應行是、不應行是，應學是、不應學是，我等於今始脫此苦，任意所為無復拘礙。何為相與而共啼哭？吾聞其語倍復憂毒，佛雖泥洹比尼現在，應同勗勉共結集之。勿令跋難陀等，別立眷屬以破正法。……」

### 部派分裂之探究（二）待續



## 2010 馬來西亞弘法側記 (一)

隨行書記 Ven. Vimokha

### 11/11 (四)

#### 法工培訓營

11月11日早上七點左右，由法藏與法洲開車送僧眾至桃園機場，搭長榮航空 9:40am 的班機飛往馬來西亞吉隆坡。經四、五個小時的飛行時間，於當地下午兩點左右到吉隆坡。因為入境的旅客人數眾多，到三點多才領到行李。這一次隨機的行李不少，特別從臺灣攜帶了整套的南傳大藏經及近三百本的結緣書，還有兩幅中道禪林的木刻匾。由法慧夫婦及法摩、法明來接機，這些給馬來西亞各道場的行李，也交給他們分送各地。眾人在機場內尋得一處歇息，等候轉飛檳城的班機。師父與眾居士討論法務及法工的事情，聆聽法工遭遇的困難。之後，僧團搭乘馬航 5:40pm 的班機飛往檳城。

抵達檳城機場後，Ven. Citta Sang Varo、Ven. Dhammadisā、Ven. Dhammadinnā 三位法師與很多法友前來接機。同時，檳城中道禪林已有許多法友在等候僧團的到臨。抵達禪林，僧眾們稍事休息後，師父即察看禪林各處情況，了解新增一層剛完工後的大眾寮房。師父讚嘆禪林整理的很乾淨、整齊，檳城的法工很用心照顧道場。完成增建的檳城中道禪林，已具備佛堂（兼法堂）、辦公室、出家二眾寮房、在家二眾寮房、齋堂、八間浴廁，正常情況下可容約六十人居住使用。



### 11/12 (五)

11月12日晚上八點，開始為期三天的法工培訓營，台灣與馬來西亞的法工們以網路連線一起聽法與學習。首先，隨佛法師說明中道僧團的修行理趣與教法根據，僧團與居士們如何相互配合，進而利益馬來西亞的眾生。又教導居士們當如法如律的護持三寶，同時兼顧內修、外弘的需要，實現自利利他，自他俱利。另外，師父也教導法友們要抱持正見：不論是南傳、北傳，皆非自私自利的修行者，將「聲聞弟子」當作「不究竟」是錯誤的說法，這是公元前三世紀「部派佛教」當中，出自優波離系的大眾部及分別說部開始提倡的見解，但受到阿難系僧團的駁斥和反對，而起於公元前一世紀的「(大乘)菩薩道」，則更誇大的渲染為「自私自利的小乘人」。因此，佛陀的原說教法需要釐清，但學人的心要寬平，不要因為見解及信仰的不同，而變成互相對立的仇人。最後，師父勸勉、鼓勵大眾，世間的一切是非恩怨，要懂得從發生的因緣當中，予以釐清、了解與寬容。當遇到困難時，要懂得解決問題，而非逃避問題，或是造成更多的問題。師父的開示直到晚上十點多才結束，法工培訓營的第一個晚上，在充滿愉悅的氣氛下展開。

### 11/13 (六)

11月13日清晨五點，在中道僧團的指導下，由培訓營的法工長學習帶領學員們一同作早課。8:30am 師父為大眾開示，先引導法工們建立務實、實際的知見及心態，讓法工們體認到「人間沒有理想中的淨土」，無論到任何地方或團體，必需要明白，人的世界（貪、嗔、癡）是沒有淨土，最多只能善德及正念、正行多一些，惡行、不正念、不正行少一些而已。特別要了解，因為不當的期待，必會帶來不必要的失望，除了失落及痛苦以外，毫無實際的益處。

這一天，法慧等法工已將僧團托運的中道禪林門匾送達，法工們練習唱「三寶歌」，在午齋前進行檳城中道禪林門匾的掛立及揭幕儀式。學員們認真的唱



頌已略改過歌詞的『三寶歌』，再由隨佛法師帶領中道僧團的僧眾一同揭幕，在熱烈的掌聲中完成禪林門匾的掛立儀式。

下午的培訓課程，隨佛師父帶領大家讀《正法之光》雜誌與《原始佛教之確證與開展》一書，讓法工們了解，什麼是「原始佛教」（第一次經典結集以前）；而什麼是「根本佛教」（第一次結集至第二次結集間）。它們分別的內容是那些？因為身為一個推動原始佛法的法工，這是基本必須知道的。另外，Ven. Tissarā 播放過去僧團在台灣、美國、緬甸及馬來西亞等地的活動照片，讓法工們了解中道僧團弘法的歷程。

晚上八點左右，馬來西亞與臺灣同步連線，師父請馬來西亞的法工一一上前自我介紹及分享學法的心得；臺灣的法工同時也從視訊上看到現場實況，也讓兩地的法工在線上進行互動，藉由此次的因緣，讓彼此互相交流，現場的氣氛相當溫暖與法喜。

## 11/14(日)

早上九點左右上課，檳城中道禪林與紐約、台灣中道禪林連線，師父講了一個重要的開示—「生活中的因緣觀」。內容大意是：當我們看一個人做事時總會產生「他就是怎樣」，把他的「身、口、意」三業當做這個人，卻忽略掉這是在這個因緣底下才這樣，進而想要改變「他」，但我們是無法改變這個人，因為沒有「這個人」，「這個人」只在你的「觀念」中。雖然我們不能改變「他」，但我們可以改變環境、事緣，改變因緣業報的趨勢。因此，應如是正思惟：我們該如何轉變它。

接著，師父說明「原始佛教會僧務暨會務組織」，請法工們配合，一切應以僧團為主導，僧團與

居士們一同參與教會的發展。推展內修外弘的事務，共分成八組：會務、財務、法務、文宣出版、書記、文化及公益關係、總務及特別事務。我們以投影的方式，讓各地的法工了解自己的工作性質與內容，也讓各地的法工介紹自己擔任的職務。

午休後，首先進行小組討論，法工們各別討論各地區的會務。師父則提醒學員們，擔當原始佛教會的法工要記得以下兩點：一、不求名利，認真做事。二、當仁不讓。下午三點左右，各地相同職務的法工組成一組，彼此相互了解，與分享各地法務推動的情形。活動結束前，師父不忘再次提醒第一批原始佛教會的法工們，記得要以身作則，因為「前面的人要走好，後面的人才會好走」。最後，以投影的方式與台灣法友一起合照，馬來西亞與台灣的法友共同留下珍貴的紀念。

活動結束後，中道僧團的法師們聚在一起，大家輕鬆的談話。僧團採訪了住持檳城中道禪林的 Ven. Citta Sang Varo 與 Ven. Dhamma-disā，住錫在此的修行心得感想（收錄於中道僧團僧伽生活記實中）。兩位法師分享了自己加入僧團後的心路歷程，修行生活遭遇到的困難，以及發現自己出家前後不同的轉變，法師們聽了都頗有感觸。最後，師父對僧眾們說了重要的開示，也讚嘆、鼓勵兩位法師的修行，以及這段時間為大眾付出的辛勞。

## 11/15(一)

午齋至威省大山腳應供，居士們很用心的準備火鍋供養法師。用餐後，居士們安排的幾個地方，請法師們前往了解是否適合做為威省大山腳的共修處。

傍晚回到禪林，吉隆坡的居士帶了一位印度籍南傳比丘，前來向師父請法。這一位法師在寺院擔任教育的僧伽的老師，他在禪修中心指導僧俗二眾禪修。他的師父在印度建許多的寺院、醫院、禪修中心、學校、宿舍以及養老院。這一位法師對隨佛師父的研究及發現有很大的興趣，也對自己現前所學習的禪法有所疑慮，希望請師父能給予指教及分享研究成果。隨佛師父說這是一段已被遺忘又漫長的歷史，師父用投影機投射古印度地圖，從部派分流史，師承法脈圖開



始講解，接著又對照不同部派所記錄的「第一次經典結集」與後來增新傳誦的過程，還有十事論諍、五事異法的始末因由。這一位印度比丘比丘很認真的聆聽，並提出問許多問題，隨佛師父則根據文獻資料的相互比對，釐清法師許多錯誤的訊息。

### 11/16(二)

#### 中道三日禪

用完早齋後，師父繼續昨晚未講完的部份，直至晚上八點，檳城中道禪林「中道三日禪」的課程即將開始，師父才講完印度佛教歷史的部份。接著，晚上八點的課程，師父上課的內容相當實用，也很貼近法友們的心聲，內容有：如何讓生活更好，以及什麼是「真正的懺悔」。最後，師父跟大家說明，來自南印度的比丘，在幾天的密集法談後，了解到不同於過往的說法，並且希望能有機緣更深入的了解及學習。另外，印度法師建議師父能舉辦專門指導出家人禪修的禪修營，讓更多的僧伽明白，使佛陀寶貴的教法能繼續傳於後世。接著，師父讚嘆這兩天前來供僧的法友，因早、午齋的布施，而成就此次印度法師尋法的因緣，將會獲得很大的功德與福田。

### 11/17(三)

今天的弘法活動是整天的課程，早上師父在說法的同時，印度法師透過網路連線與住錫在紐約中道禪林的 Bhante Aticca 法談、釋疑，並從美國傳來許多師父著作的英譯資料。下午師父則為印度法師講述禪定與禪觀的方法與次第，使其釐清了許多觀念，Ven. Tissarā 則帶領大眾修習禪定。後來，一位華籍泰僧 Aruno 比丘來道場拜訪，這位法師曾聽聞過師父說法，很相應於原始佛法，現在也依此修行道次第在修

行。在檳城中道禪林難得有這麼多出家眾齊聚一堂，中道僧團的僧眾與兩位比丘一同合照留念，法師們也一一為居士們做隨機開示，居士們聽到九位法師的開示內容與分享，內心感到歡喜也獲益良多。隨後，印度法師與 Aruno 比丘，在中道僧團與居士們的送行下，先後離開檳城中道禪林。

### 11/18(四)

早上用完齋，十點左右開僧團的內部會議，隨佛師父對僧眾開示人格教育的重要性，認為身為一個出家人，不是只有道德（諸惡莫作）、品德（眾善奉行）就好，那是基本的條件，還要淨化及提升人格（清淨心念），而人格的提升，正是人生修行的歷程。

傍晚吉隆坡有居士來訪與師父法談，師父提示學習佛法要「依法不依人」，在「依止真實義」以外，無礙於真實義的「攝化善方便」也不可少。大家都是凡夫起修，要懂得去了解與寬容，人的心量要放寬點，世間迷惑者多，但是「迷信」不可怕，「邪見」才可怕。不要只是看他信什麼宗教，只在乎彼此是否一樣？而是看人格、看對方的內心有什麼痛苦，並問自己可以幫忙些什麼？否則學佛只會越學越不快樂。接著，晚上八點的課程，師父再將傍晚的開示，更詳細的對大眾開演。師父說：「信仰宗教以前，對甚麼宗教都有好感，但信了某一教以後，卻對其他宗教心懷排斥，內心的好感及尊重，只剩下未信教前的數分之一。又信了佛教以後，初期對佛教全體都有好感，當信了佛教某一派以後，卻排斥其他教派，內心對佛教的好感及尊重，又再剩下信佛教初期的數分之一。此後，又只信此一教派當中的某位法師或居士，初信此教派時的喜樂，又只剩下數分或數十分之一。如此一來，原來內心對於宗教的好感，大約只剩下幾百分之一，甚至千分之一而已！失去比保有的更多。又初信佛的時候，尊敬大多數的出家人，學法久了，或出了家，反而對出家人不恭敬。這除了對宗教有些失望所致以外，主要的原因，應和個人的人格有密切的關係。諸多精彩法義與法友們分享，當天說法至近十一點才結束。



## 2010 馬來西亞弘法側記 (二)

11/20 ~ 11/28 馬來西亞北海佛教會禪覺營

隨行書記 Ven. Vimokha



從 11/20~11/28 連續九天，中道僧團在馬來西亞北海佛教會舉辦禪覺營，活動在 11/20 下午一點正式開始，此次禪覺營由 隨佛法師擔任指導禪師，親自主持九天的禪修活動。師父在活動一開始對學員的宣法中，就先勸勉大眾要好好把握時間，認真的學習 佛陀親教原說的正覺禪法。因為禪修期間傳授的禪法，並不是 隨佛法師或「中道僧團」的禪法，而是 佛陀親宣原說的教法，是隱沒於人間已經超過兩千三百年，歷經兩百餘年東西方學者、學人的努力才能重新顯現人間的禪法，參加的學員們應該珍惜這一份殊勝的法緣，努力當前。而「中道僧團」只是一群依循 佛陀教法學習，立足「因緣法」的正覺，離於常、斷兩邊，行於「中道（正覺、離貪之八正道）」的僧伽。

接著，由中道僧團 Ven. Tissarā 教導大家初禪的修習。Ven. Tissarā 以豐富的教學經驗，指導學員們練習安那般那念 (ānāpāna-sati) 的修習方法，並提示修習安那般那念應了解的基本觀念與注意事項，接著就讓學員們依 佛陀教導的初禪修習方法練習。練習後，Ven. Tissarā 再針對安般念的修習，以互動的方式，讓學員們在課堂中提問，透過大眾的提問與回答，學員們更清楚的了解自己的修行問題。另外，Ven. Tissarā 還教導大眾練習行禪、臥禪以及幫助促進氣血循環的十行禪法，經過這樣的教導，從此，學員們在行、住、坐、臥間，在在處處都能修習安那般那念。由於

Ven. Tissarā 開示的禪法，內容是禪修者需具備的重要基礎，每當淨務或休息時間，把握學習機會的學員，就會向 Ven. Tissarā 請法，以解決個人實修上的疑惑。Ven. Tissarā 都能仔細的聆聽，並且針對個人現前的問題耐心回答；而學員們在釋疑後，不但法喜充滿，更能精進修行。慈悲的 Ven. Tissarā，往往在小參後，又繼續的帶領大眾用功，以至於根本沒有太多機會好好的休息，真是一位難得一遇的善知識。

隨佛師父在每天的最後一堂課開示，都會慈悲地開放一般大眾隨喜聽法，這是讓為了工作而無法參與的各地法友，可以有聞法的機會。師父教導學員與隨喜的一般大眾，依照 佛陀的教導，實際的觀察現前身心的現起，在當前能夠正智、離貪的禪觀方法。禪修課程的內容相當的實用與生動；不過，禪修期間附近的神廟正在作醮，幾天的晚上都是搭棚歌唱至深夜，吵雜的音樂讓學員的修習受到干擾，不但影響學員聽課也使禪修環境的品質大大降低，這是美中不足的地方。因此，Ven. Tissarā 利用當前時機，教導學員依世間有漏禪法的修行方式與技巧，學習如何不受外在聲音的影響，繼續禪修；而學員們也都能心領神會，心因此就漸漸安定下來。這樣善巧的引導，學員們感到非常受用，相信往後即使身處於車水馬龍的街上，也可以不被影響，繼續用功。

由於此次參加的學員中，有許多是親近、學習南



## 原始道場

傳的行者，所以 師父也花費相當時間，詳細的解說有關部派佛教的分化緣由，包括歷史沿革與教義的差異。許多法友在聆聽師父的解說後，紛紛表示這樣的解說讓他們受益良多，釐清他們許多修行上，長久以來解不開的問題。師父為了讓學員們能從聽法中受益，往往需要利用很長的時間，極有耐心的為學員們從佛教歷史的演變脈絡中，分析解說法義上的流變；因此，指導禪修與經教開示的時間，每天幾乎都超過七個小時。師父這樣不辭辛勞的為法忘軀，只是想讓更多的法友明白 世尊寶貴的教法，讓 世尊寶貴的正法得以重新彰顯於世間。

師父依 佛陀宣說的道次第，為大眾開示禪法；宣說的內容除了講義裡的經文、還搭配投影機將 師父整理的資料投影在布幕上，有系統的為學員講解、說明。宣說的法義雖然艱深，師父都能善巧地舉出許多淺顯易懂的譬喻與實例，來增進學員們的理解，學員往往能在譬喻中心領神會，深入的了解 師父所表達的因緣法義。更難得的是，師父在課堂中帶領大家觀察現前的身心，學員們透過親自的觀察、直接的體驗 佛陀的甚深教說，如同『雜阿含 848 經』所說：「即身觀察，緣自覺知」，這與學員們過往的學習經驗與體會有很大的不同。隨佛法師的精彩開示內容，無法在此一一描述。因為每天都有學習不完的教導，不論是禪法、教史、經教或是人格教育，都需要一段時間的體驗與實踐。師父將 佛陀教導的修證道次第陳述得很詳細、很完整，經此學習後，法友們大大超越過往所學習、了解的層次，如同吃了「大力丸」般，「功力」增強許多。因此，多數的學員讚嘆能參加此次的禪修，直說真是非常殊勝的機緣。

舉辦一場禪修的活動，需要大家分工合作。此次的禪修營，受到許多人的關心與護持，特別感謝北海佛教會的幫忙，提供禪修場地讓大家用功辦道，原始佛教會的幹部們更是全力的支持，而大寮的法工們則是起早睡晚，全程用心的照顧法師與幾十位學員們的飲食。由於他們的協助，大眾才能無後顧之憂的全力辦道；其中禪修所需要的上課的講義、資料夾與提袋，是由許多法友私下利用時間默默的準備完成；而禪修九天的飲食，則是由一家私人公司與幾位法友歡喜布施、護持的。另外，在人手有限的情況下，活動前的準備，幸好有幾位細心的法工，不分晝夜盡心盡

力的幫忙，才能及時籌備完成，他們不僅需要佈置禪修場地與整理環境，還要尋找與整理安置僧眾的住處。當然，活動中最辛苦的當是盡責的兩位法工長，他們為了討論法務及處理瑣碎事物，不僅聽法的時間比大家少，常常還是最晚回房休息的，實在非常佩服他們兩位無私的為大眾犧牲奉獻。

今年，中道僧團與馬來西亞原始佛教會在馬來西亞各地與新加坡，分別舉辦了多場次的禪修營與一系列的弘法課程。這段弘法期間，許多精進的法友為了能跟隨僧團學習，向公司請了長假或是暫時把工作放下，他們不僅自己用功修行，也參與活動過程的各項法工工作。今年弘法活動的安排是如此的密集，最辛勞的是中道僧團的法師們，他們為了讓馬來西亞的法友可以學習並得到 佛陀原說教法的殊勝法益，舟車勞頓的奔波於馬來西亞各地，在此，獻上誠摯的感謝。也祝福馬來西亞的法友們，在聞法清淨後，能在釋迦佛陀的教法中，修行得力並能輾轉利益其他的眾生，所謂自利利他，自他俱利。



## 正法新聞 (台北)

2442/2010 年 11/6

### 一家一菜供僧 暨 聯誼活動

2010 年 11 月 6 日中午，多位共修法友各自攜帶一道菜餚齊聚台北中道禪林，舉辦一家一菜供僧活動，與會法友並且相互分享各自的菜餚，在禪林內進行了一場充滿法喜的交流活動。

中道僧團自 10 月中由美國弘法回台，以至 11 月中轉往馬來西亞宣法弘法，停留在台灣的時間僅僅一個月左右，期間舉辦了台中道場成立、兩次都會二日禪等宣法活動，可謂馬不停蹄。在僧團即將離台前夕，共修的法友利用少有的共修時間，各自攜帶一道菜餚以供養僧團法師，並且在這難得的輕鬆時刻，品嚐各家師兄、師姐的料理手藝。

當天早上，隨佛尊者與美東的共修處連線說法。十一點多午齋時間一到，僧團法師們上座後，參與供僧的法友各自帶著準備的菜餚，依序恭敬的親手將菜餚夾入法師們的僧鉢內供養，並由隨佛尊者帶領頌念供養偈，為參與供養的法友祝福。參與這場供僧活動的法友超過二十多戶家庭，這也表示有超過二十幾道的食物，這將平時工作的桌面都擺滿了。雖然沒有協調與分配，各自準備自以為喜歡或者拿手的食物，菜色多樣而豐盛，從滷豆腐、涼拌黃瓜到油飯、炒米粉不一而足。由此見到 佛陀制下僧侶托鉢制度的殊勝，所謂「一鉢千家飯」不但給予眾生植福田的機會，也使僧團得以獲得多樣而均衡的飲食。當天豐盛的食物，不但供僧植福，法友們也在禪林內，共享彼此帶來的美味菜餚，在人人碗裡裝滿了各家菜餚的同時，生活瑣事的交流、學法心得的分享，也就不自覺的在彼此間天南地北的聊開了，溫馨的氣氛迴蕩整個活動現場，參與其間可謂身心俱利。(相關照片請見封底裡頁、封底)

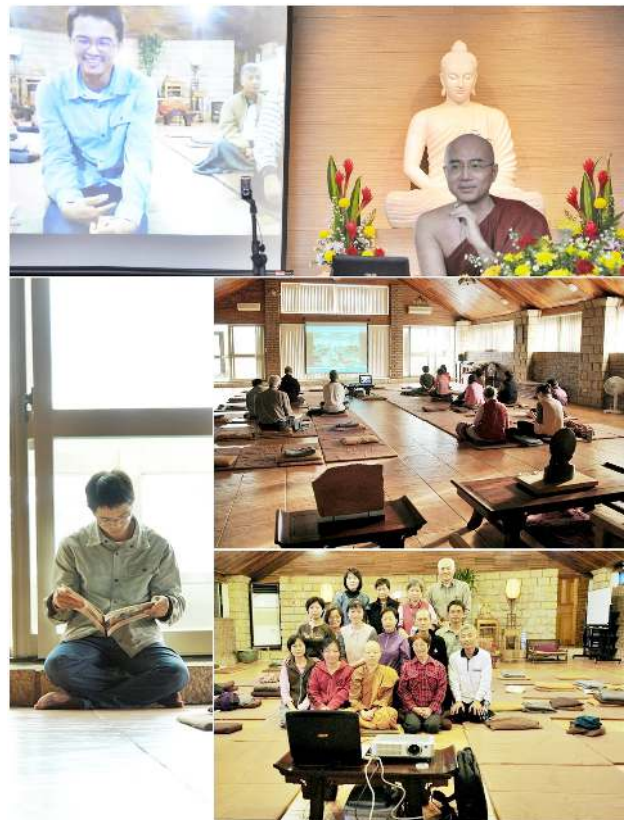
2442/2010 年 11-/12 ~ 14

### 法工訓練營連線說法

2010 年 11 月 12 日晚上開始至 11 月 14 日，為期兩天半的法工培訓營，在馬來西亞檳城舉行。這場法工培訓營同時經由國際網路連線到台灣，同步進行台灣地區法工的培訓工作，台灣共有 24 位法工參與。

法工培訓期間，隨佛尊者一再強調：法工的工作是內修外弘的工作，是為自己修行而作，是在自利的過程中，同時利益更多的眾生。因此，應該要時時提起因緣觀的正念，既然熱心的參與，就不要因為不當的期待，而產生摩擦不愉快及失落。

活動期間，除了法工工作執掌的分工說明，也進行馬來西亞與台灣法友的連線交流，透過彼此的自我介紹，拉近兩地法友的生疏，共同為 佛陀正法的宏揚協力同行。



## 正法新聞 (馬來西亞)

2442/2010 年 11/7

善植福田，善得福緣

永愛孤兒院捐贈活動

雖然社會經濟蓬勃的發展，人們的生活水準已經提高，社會上還是有許許多多的不幸人士需要大眾的關懷和援助。

2010 年 11 月 7 日 (星期天) 下午，檳城中道禪林的 Ven. Citta Sang Varo 和 Ven. Dhamma-disā，勸化來自檳榔嶼與威省近 30 位的法友，到吉打州居林永愛孤兒院，舉辦一場「善心積功，善言積德，善行積福」的公益活動。當天除了兩位法師以外，其餘參與的法友們都是攜家帶眷，全家大大小小一起參加。

永愛孤兒院的成立，是緣自於一群善心人士，為集合眾人力量，發揮行善助人的大愛精神而成立的行善團體。在 1993 年，他們首先成立了「吉南永愛之家籌備委員會」，正式展開社會救濟工作。當時這一群善心人士，自掏腰包作為「吉南永愛之家」的活動基金，為社會許許多多的不幸人士，提供社會的人道關懷，並給予物質援助，協助他們渡過生活的難關。直至 1996 年，「吉南永愛之家」更把善行範圍廣大，一致議決在居林建造一所永愛孤兒院。時至今日，永愛孤兒院一共收容有 13 名小朋友，最小的才三個月，而最大的已經就讀初中了。

當天法友抵達孤兒院時，天真活潑的小朋友都歡欣鼓舞的迎接法師及法友的到來，並且由副總務溫嘉福居士親自接待大家。溫居士很感激中道禪林的法友們捐贈的日用必需品，如校服及鞋襪等，這些用品正好可以讓小朋友準備學校開課時使用。此外，法友們也準備了小朋友喜歡吃的糕點與小朋友一起分享。看到小朋友開心和樂的模樣，一時讓人忘了他們孤苦無依的處境。雖然得不到父母的陪伴及關懷，但在愛心大眾的關愛下，這一刻也是幸福

的。法友們陪伴小朋友期間，紀師姐還當場教導小朋友禮敬師父，讓他們從小培養對三寶的恭敬，增進親近三寶的善緣。

這是檳城中道禪林第一次舉辦的公益活動，因為生疏在活動時有點忙亂，卻充分發揮法友慈悲助人的精神，也為院童帶來一下午的喜悅與溫馨。我們應該常常提醒自己：「做好事不能少我一個人，做壞事不能多我一個人」。檳城中道禪林將勸化法友們，在修學正覺佛法之餘，也將秉持 佛陀教誨的「慈悲喜捨」，多參與公益活動，多與各方眾生結善緣，並讓法友們廣植福田。

勸育世人、引化慈悲的顯現，這樣的人生將如燦爛的陽光麗照人間，處處充滿溫情。



## 正法新聞 (馬來西亞)

2442/2010 年 11/12 ~ 14

### 馬來西亞原始佛教會第一屆法工培訓營暨檳城中道禪林揭幕儀式

2010 年 11 月 12 日晚上 7 點至 2010 年 11 月 14 日下午 4 點，馬來西亞原始佛教會藉檳城中道禪林，成功的主辦了第一期法工培訓營。此期法工營匯集了來自各地的 33 位法工參與。此次的法工營主要是為了讓身為原始佛教會的法工們，了解原始佛教會的宗旨、拉近彼此的距離，並更進一步地彼此，掌握如何以溫和、寬容但堅定的態度，來維護 佛陀的教法。

隨佛法師開示道：「人活著是要解決問題，而不是製造問題。我們不應期待任何事，任何人，因為不當的期待只會帶來不當的痛苦。在這個世界上，唯一能做的就是認真的做，做現在比較妥善的事情。」隨佛法師的開示，讓在場的法工們調正了心態，並有了明確的方向。

除此之外，在法工營期間，隨佛法師也為檳城中道禪林進行了正式掛匾儀式。儀式以三寶歌開始，隨後就由隨佛法師為「中道僧團檳城中道禪林」牌匾揭幕，場面簡單而莊嚴。隨佛法師隨後開示道，希望往後「原始佛法」能夠讓檳城的學法者受惠、帶來福祉。（相關詳情與照片詳見 p.33 ~ 42）

2442/2010 年 11/16 ~ 18

### 檳城《中道三日禪》

檳城中道禪林在 2010 年 11 月 16 日至 2010 年 11 月 18 日每天早上至下午舉辦為期三天的中道三日禪，參加的人數約 40 幾位。禪修期間，隨佛尊者為學員開示的內容主要為：如何讓生活更好，以及

什麼是真正的懺悔。尊者也特別叮嚀大家，學習佛法要依法不依人，大家都是凡夫起修，心量要放寬，不要只是看他信什麼宗教，而是要看他的人，他的內心有什麼痛苦，我可以幫忙些什麼。Ven. Tissarā 也在禪修期間帶領大眾修習安那般那。

禪修期間並有一位來自南印度的比丘，特別前來請教 隨佛尊者關於因緣法的修行。隨佛尊者除向其解釋十二因緣法的禪觀次第與技巧外，並分享印度佛教部派分裂史及其法的流變。這位印度比丘也與紐約的 Bhante Aticca 進行網路連線。多日的法談，令這位遠道而來的印度僧人心開意解，明白並接受十二因緣法。他表示：希望將來能把 佛陀的寶貴教法再傳回印度。（相關詳情與照片詳見 p.43）

2442/2010 年 11/20 ~ 28

### 威省北海《中道禪覺營》

2010 年 11 月 20 日至 2010 年 11 月 28 日，由馬來西亞原始佛教會中道禪林主辦，北海佛教會共同協辦，假位於威省的北海佛教會道場進行了由隨佛法師主持的《中道禪覺營》。這次的《中道禪覺營》是法師今年歲末到馬、新弘法和指導禪修的第一場禪覺營。禪覺營的主題是《成就三藐三菩提》，副題為《重現 佛陀的中道禪法》。參與學員來自全馬各地，共有 50 人，分別為男學員 13 人，女學員 37 人。

在九天的禪覺營裏，Ven. Tissarā 法師指導學員修習止禪安那般那入門及各調息法，並由 隨佛法師宣說原始佛教法義。隨佛法師很有耐心地引據原始經典來厘清目前佛教界在法義上所流傳的一些謬論，從而使學員重新認識佛法正覺的核心——“因緣法”。師父的諄諄教導，以期能讓學員棄捨一些部派佛教自圓其說的教說，重新回歸 佛陀本懷，安穩及法喜地一步一腳印，走在一乘菩提道上。（相關詳情與照片詳見 p.44 ~ 45）

檳城 書記組 整理報導

## 觀十二因緣的集法與滅法

2442/2010年10/30～31 台北都會二日禪宣法筆記



台北 法宣紀錄 法正整理

我們佛教界一般流行的一種說法就是「三法印」，是佛法的印記，內容是「諸行無常、諸法無我、涅槃寂滅」。以為這是勘驗佛法的最高標準，合於此三項者即是佛法，不合此者即不是佛法。還有一種說法是：佛將入滅，阿難問修行方法， 佛陀答以應依四念處修行，所謂「我入滅後，汝等比丘，應依四念處安住。」，而內容則是所謂「觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我」。

這種說法佛弟子可能認為是理所當然的答案，但是 佛陀住世時的教法，顯然並不是如此。在台北都會二日禪期間，主持法會的 隨佛尊者就這一個修行的根本問題，依據早期經典雜阿含 262 經<sup>\*1</sup>及南傳相應部蘊相應 90 經<sup>\*2</sup> (SN22.90) 作了詳細的說明(後附雜阿含 262 經全篇經文)，以下是關於這一議題的說法內容：

我們現在翻開雜阿含第 262 經，這經文的故事是發生在佛入滅後不久，經中的主角是闍陀，他有另外一個名字翻作車匿，他就是 佛陀在家時的司機，陪同 佛陀「四門遊觀」還在 佛陀要離家修行時將佛陀送到遠離迦毘羅衛國的地方才回家的那個人。各位要知道其中的關係非常特殊，現在的社會也一樣，那一些有司機的大老闆們，他們的妻子不知道的事，

司機可能知道呢！ 佛陀要離開家修行時，耶輸陀羅不知道，但闍陀知不知道？當然知道！不然馬沒餵飽、車沒整理好，如何能載 佛陀出遠門呢？闍陀又有另外一個稱號叫做「惡口闍陀」，你就知道他的嘴巴不饒人。他在僧團仗著出身釋迦族，又是 佛陀的司機，關係非比尋常，以為有 佛陀當靠山，修行解脫以後再說，所以以最不精進出名。當有比丘長老勸他要精進時，他就回了很有名的一句話「佛是我家佛，法是我家法，應我教諸長老，而非長老教我」，這樣誰還敢教他啊！等到 佛陀入滅，他沒了靠山，就緊張了，這時候不再是「應我教諸長老」，這就是本經開頭對闍陀的敘述「持戶鉤，從林至林，從房至房，從經行至經行，處處請諸比丘言：『當教授我，為我說法，令我知法、見法！我當如法知、如法觀。』」，修行的事，自己最清楚，騙得了別人，騙不了自己。這時候闍陀慌了，到處要人教他，很精進的。看一看底下這一段粗體字的經文，是不是很熟悉呀？「時諸比丘語闍陀言：『色無常，受、想、行、識無常，一切行無常，一切法無我，涅槃寂滅』。」這一段話不就是大家很熟悉的「諸行無常、諸法無我、涅槃寂滅」三法印嗎？這一些比丘可是不藏私啊！一出手就是壓箱寶，把最高勘驗標準都拿出來說了，闍陀應該是三稱善哉，依教奉行吧！可是看看經文上的記載，「闍陀語諸比丘言：『我已知色無常，受、想、行、識無常；一切行無常，一切法無我，涅槃寂滅』。闍陀復言：『然我不喜聞一切諸行空，寂，不可得，愛盡，離欲，涅槃。此中云何有我，而言如是知、如是見，是名見法』？第二、第三亦如是說。」闍陀聽完諸比丘的教導，不但不是信受奉行，

還說諸比丘們的教導他早知道啦！他還不喜歡比丘們說這樣叫做「見法」。闍陀畢竟是 佛陀的司機，當場敢告訴這一些比丘說「我不喜歡聽」。在場的諸位大概很多人都聽過三法印，您不會以為自己見法了吧？！如果您見法了，現在也不用在這裡了。您聽過這麼多法師說「諸行無常、諸法無我、涅槃寂滅」，大概不敢像闍陀一樣的回說「我不喜歡聽」吧！您不是闍陀，不像闍陀跟 佛陀有特殊關係，是見過佛法的世面，因此敢說「我不喜歡聽」，您即使有疑惑，也不敢質疑，那就只好繼續輪迴生死囉！！

那看看闍陀找誰解答他的問題疑惑呢？他想到侍佛甚久的阿難，於是就去找阿難，並把他的問法過程又跟阿難說了一次，請阿難跟他說法，讓他知法、見法。這時候，阿難並沒有責備他，說他是「業障鬼」，人家跟他說甚深法義，他還說我不喜歡聽。反而讚嘆他，看第四段粗體字部分是怎麼描述的「時尊者阿難語闍陀言：『善哉！闍陀！我意大喜，我慶仁者能於梵行人前，無所覆藏，破虛偽刺。闍陀！愚癡凡夫所不能解，色無常，受、想、行、識無常，一切諸行無常，一切法無我，涅槃寂滅。』」阿難讚嘆闍陀能在修行人面前不虛偽的將他的問題提出來。並且說明無常、無我與涅槃並不是一般凡夫所可以知道的。這一點，在這裡補充一下，不然您不懂，無常、無我這是聖者的證量，是洞見諸法真實之後，遣除我們凡夫的妄見以為有「常」、「我」而說「無常」、「無我」，這是修行的成果。「無常」、「無我」當然是對的，但是對於我們這些沒有見法的凡夫，這是沒有用的，要您去觀無我，觀來觀去還是有我。這就像我們有煩惱，去找法師，法師說「要活在當下，要放下！」一樣，這對不對呢？當然對，但是我就是放不下，才來找法師，法師不告訴我如何「放下」的方法，直接告訴我要「放下」，對我有沒有用？一點用也沒有。「活在當下」是修行的成果，我們必須找到修行方法，才能得到這個修行結果。

阿難是引述 佛陀教導論義第一的摩訶迦旃延的說法來教導闍陀的，看經文第五段後面粗體字部分：「如實正觀世間集者，則不生世間無見；如實正觀世

間滅者，則不生世間有見。迦旃延！如來離於兩邊，說於中道，所謂：此有故彼有，此生故彼生，謂緣無明有行，乃至生老病死、憂悲惱苦集。所謂此無故彼無，此滅故彼滅，謂無明滅則行滅，乃至生老病死、憂悲惱苦滅。」 佛陀教導摩訶迦旃延應該要正觀世間集，正觀世間滅。這裡的「世間」就是五受陰，這段經文裡告數我們，修行是要觀察五受陰的集起與五受陰的滅盡，也就是十二因緣的集與十二因緣的滅。當阿難為闍陀引述 佛陀教導摩訶迦旃延的修行方法後，闍陀依著這方法修行，他就「遠塵、離垢，得法眼淨」見法啦！從這裡各位就很清楚，修行應該是觀十二因緣的集法與滅法，而不是觀無常、無我。南傳相應部與這一經有相同的經說的是蘊相應第 90 經（SN22.90），再參考是蘊相應第 102 經與因緣相應 21 經。所以下次如果您參加禪修，要是教的是觀無常、無我，趕快供養供養，蒲團收一收，可以回家了，這是修不起來的。

#### \*1 參考大正藏雜阿含第 262 經

如是我聞：一時，有眾多上座比丘，住波羅奈國仙人住處鹿野苑中，佛般泥洹未久。

時長老闍陀，晨朝著衣持鉢，入波羅奈城乞食。食已還，攝衣鉢，洗足已，持戶鉤，從林至林，從房至房，從經行處至經行處，處處請諸比丘言：「當教授我，為我說法，令我知法、見法！我當如法知、如法觀」。時，諸比丘語闍陀言：「色無常，受、想、行、識無常，一切行無常，一切法無我，涅槃寂滅」。闍陀語諸比丘言：「我已知色無常，受、想、行、識無常；一切行無常，一切法無我，涅槃寂滅」。闍陀復言：「然我不喜聞一切諸行空，寂，不可得，愛盡，離欲，涅槃。此中云何有我，而言如是知、如是見，是名見法」？第二、第三，亦如是說。

闍陀復言：「是中誰復有力，堪能為我說法，令我知法、見法」？復作是念：「尊者阿難，今在拘睺彌國瞿師羅園，曾供養親觀世尊，佛所讚歎，諸梵行者皆悉識知，彼必堪能為我說法，令我知法、見法。」時闍陀過此夜已，晨朝著衣持鉢，入波羅奈城



乞食。食已還，攝舉卧具，攝卧具已，持衣鉢，詣拘睺彌國。漸漸遊行，到拘睺彌國。攝舉衣鉢，洗足已，詣尊者阿難所，共相問訊已，卻坐一面。

時闍陀語尊者阿難言：「一時，諸上座比丘住波羅奈國仙人住處鹿野苑中。時我晨朝著衣持鉢，入波羅奈城乞食。食已還，攝衣鉢，洗足已，持戶鉤，從林至林，從房至房，從經行處至經行處，處處見諸比丘而請之言：『當教授我，為我說法，令我知法、見法。』時諸比丘為我說法言：『色無常，受、想、行、識無常，一切行無常，一切法無我，涅槃寂滅。』我爾時語諸比丘言：『我已知色無常，受、想、行、識無常；一切行無常，一切法無我，涅槃寂滅。然我不喜聞一切諸行空，寂，不可得，愛盡，離欲，涅槃。此中云何有我，而言如是知、如是見，是名見法？』我爾時作是念：『是中誰復有力堪能為我說法，令我知法、見法？』我時復作是念：『尊者阿難今在拘睺彌國瞿師羅園，曾供養親覲世尊，佛所讚歎，諸梵行者皆悉知識，彼必堪能為我說法，令我知法、見法。』善哉！尊者阿難！今當為我說法，令我知法、見法！」

時尊者阿難語闍陀言：「善哉！闍陀！我意大喜，我慶仁者能於梵行人前，無所覆藏，破虛偽刺。闍陀！愚癡凡夫所不能解，色無常，受、想、行、識無常，一切諸行無常，一切法無我，涅槃寂滅。汝今堪受勝妙法，汝今諦聽，當為汝說。」時闍陀作是念：我今歡喜，得勝妙心，得踊悅心，我今堪能受勝妙法！

爾時、阿難語闍陀言：「我親從佛聞，教摩訶迦旃延言：世人顛倒，依於二邊，若有、若無。世人取諸境界，心便計著。迦旃延！若不受，不取，不住，不計於我，此苦生時生、滅時滅。迦旃延！於此不疑、不惑，不由於他而能自知，是名正見如來所說。所以者何？迦旃延！如實正觀世間集者，則不生世間無見；如實正觀世間滅，則不生世間有見。迦旃延！如來離於二邊，說於中道：所謂此有故彼有，此生故彼生，謂緣無明有行，……乃至生老病死、憂

悲惱苦集。所謂此無故彼無，此滅故彼滅，謂無明滅則行滅，……乃至生老病死、憂悲惱苦滅』」。尊者阿難說是法時，闍陀比丘遠塵、離垢，得法眼淨。

爾時、闍陀比丘見法，得法，知法，起法，超越狐疑，不由於他，於大師教法得無所畏。恭敬合掌白尊者阿難言：「正應如是，如是智慧梵行，善知識教授教誡說法。我今從尊者阿難所，聞如是法，於一切行皆空，皆悉寂，不可得，愛盡，離欲，滅盡，涅槃，心樂正住解脫，不復轉還；不復見我，唯見正法」。時阿難語闍陀言：「汝今得大善利，於甚深佛法中得聖慧眼。」

時，二正士展轉隨喜，從座而起，各還本處。

\*2 參考南傳大藏經 相應部蘊相應第 90 經

## 善知識語

- ◇ 要解決現實的問題得從現在的過去與現前個人的身口意的作為，還有外在環境的人事物的影響中去觀察與改進。
- ◇ 盡心就知道怎麼量力，但盡一片心，依照當日的狀況做事，不要逃避亦不勉強。
- ◇ 人沒有完美的，別自己執取，完美的不真實，真實的不完美，別多起煩惱與追逐。
- ◇ 努力保持學法清淨的心，別受人生際遇的影響。
- ◇ 明白正法就近乎於道，法爾如是；緣生緣滅，沒有選擇的空間，有什麼問題，就解決問題的緣由，只能做眼前能做的事，看清楚以後，沒有選擇，別抱怨，盡在當前。
- ◇ 正法與正道在如法如律的作為當中顯現，現在能做就盡心盡力。
- ◇ 人生最可悲的，莫過於活著時，沒活在眼前，生命將盡時，又不想死、不甘心，故凡事盡其當前，便能活著時心安理得，死時死得其所。

記錄自 隨佛法師說法 嘉義 法中





## 法工培訓營紀實

吉隆坡 法明、雋慈整理報導

### 前言

馬來西亞原始佛教會於 2010 年 11 月 12 日至 2010 年 11 月 15 日，假檳城中道禪林舉辦了第一次的法工培訓營。這次的法工培訓營匯聚了來自吉隆坡、怡保、大山腳以及檳城的法友。人數接近 50 人。在這一段法工培訓營的集訓期間，也與台灣中道禪林同步連線，同時進行台灣地區的法工培訓。

### 隨佛法師開示

法工培訓營期間，隨佛法師開示了四堂課，其中的三堂課程主要是講解在發心當法工服務大家的過程中，將會面對的一些問題，以及法工們應該如何調整自己的心態，避免產生無謂的煩惱。隨佛法師語重心長的開示：「我們必須“放棄期待的心”，不要一味地期待別人能為我們做些什麼？」。隨佛法師進一步的解釋：「我們必須理解一旦有了“期待別人的心”，而對方又無法符合我們的期待，痛苦就會產生。法工們一起共事，過程中會有一些摩擦，然而，必須“學會不期待什麼事情，認真地做你現在認為妥善的事情”」。隨佛法師並說明我們每個人在生活中，心理經常會生起以下這九種心情：

- 一、很多人我看不順眼。
- 二、很多事情我不以為然。
- 三、我很難相信什麼。
- 四、我一直在尋找。
- 五、我常常失望。
- 六、我總是在等待。
- 七、我已經身心俱疲。
- 八、還有希望嗎？
- 九、希望在哪裡？

法師並依序說明生起這九種心情的原因。最後隨佛法師要我們以兩種想法來面對上述的九種心情，用以啟發我們放棄期待的心理。

- 一、我需要一面鏡子。
- 二、看鏡子以後，我才發現自己，發現自己所不要的那個世界。

隨佛法師並引用了雜阿含 296 經：「多聞聖弟子，於此因緣法、緣生法，正智善見。不求前際：言我過去世若有，若無，我過去世何等類？我過去世何如？不求後際：我於當來世為有，為無，云何類？何如？內不猶豫：此是何等？云何有？此為前誰？終當云何之？此眾生從何來？於此沒當何之？」來說明該放棄那顆期待的心，而安住於當下。隨佛法師並表示：「我們必須緊記的是：我們是在一起修行的，而



不是辦一個團體，所以在這裡的法工是在自利的過程中，去利益更多的眾生。身為原始佛教會的法工，我們應該溫和、寬容但堅定的維護 佛陀的教法。」隨佛法師還提醒參加集訓的法工們，大家是在“人間”修行，人間就沒有想像中的淨土。因此，在當法工服務的過程中，大家是要來解決問題，不是製造問題。大家必須明白在處事的過程中，沒有錯與對的思維，只有遺憾，事情的處理會因為看法不同，因緣條件的限制而有遺憾但是這不是錯。

另一堂課主要是法義的開示，隨佛法師一一詳細的說明原始佛教、根本佛教、部派佛教的分期，以及各時期的佛法流變，及其流變的原因與內容，這樣的宣法，可以讓法工們容易掌握 佛陀真實教法的真正意涵，認識“原始佛教”時期的佛教的真正內容。隨佛法師最後強調：「原始佛教時期的 佛陀教法已然重新顯揚於世，我們現在所宣說推展的教法，百分之百純然是 佛陀所說的教法，我們是回歸兩千四百年前的 佛陀之道，大家應該隨佛而行。」原始佛教、根本佛教、部派佛教三個分期的時間點，簡要整理如下：

分期	註明
原始佛教	佛陀在世至第一次結集
根本佛教	第一次結集之後至第二次結集之前
部派佛教	佛滅後 116 年

### 揭幕儀式

在法工培訓期間的 2010 年 11 月 13 日星期六的上午，我們舉辦了馬來西亞檳城中道禪林的成立儀式；這是一個過程簡單但意義深遠的揭牌儀式，隨佛法師為遠從台灣運過來『中道禪林』的牌匾揭幕，這也意味著中道禪林在檳城奠基，多位法師及來自馬來西亞各地區的法工們一起見證了這深具意義的一刻。儀式以唱頌三寶歌開始，隨後隨佛法師做了簡單的開示，法師希望隨著檳城中道禪林的成立，原始佛法能為檳城地區的人們帶來親近 佛陀教法的機會，透過佛法的浸潤為人生帶來大福祉。這一次的揭幕儀式，很榮幸地，邀請了馬來西亞光明日報的記者為我們的活動作報導。

### 法工分享

星期六當天的晚上，參與集訓的法工們各用兩分鐘的時間做自我介紹，並對其他參與的學員說明自己負責的法工作、任務。這樣的自我介紹活動能夠讓生活在各地的法工互相認識，並彼此瞭解各自的工作執掌。有些法工還分享了自己學佛的經驗，以及遇到 隨佛法師宣示 佛陀法教，心理所產生的感動，內心深深地感謝 隨佛法師為宣說佛陀教法而奔走，如今有機會能夠親近佛陀教法，猶如汪洋大海中的盲龜找到了安穩的海灣可以靠岸。這項法工的自我介紹與學佛分享，也通過網路視訊與台灣的法友連線，這長距離的連線分享讓兩地的法友增進認識，下次相見必將增添許多的親切感。

### 法工會議

星期日我們進行分組的法工會議，各地區的法工們依著各自的執掌而分配至不同的小組進行會議討論，經過這場會議，相同執掌的各地法工可以彼此認識外，往後各地區法務活動的相互支援與配合，必將產生更有默契、更加融洽的效果。 隨佛法師建議法工們可每二至三個月見面一次，這樣可以彼此討論，互相瞭解，在法務的推展上才能有無間的配合。

### 圓滿結束

隨著法工會議的結束，也意味著法工培訓營接近了尾聲，最後大家除了以大合照為此次法工培訓營的結束留下圓滿的註記，最後更通過視訊與台灣的法友做了超越時空的合照。

### 結語

三天兩夜的法工培訓營讓法工們建立了自利利他推展原始佛法的共識，而且經過 隨佛法師的開示，在內修外弘心態的建立上，以及原始佛教的教法認識上，都有了更深層的體會。 隨佛法師表示推動原始佛教需要大家共同的努力，僧俗之間的努力能夠成就原始佛教的平衡發展，祈願大家一起努力，在自利的當兒利益更多的眾生。



## 法工培訓營感言

馬來西亞 法慧

此次馬來西亞的法工培訓營辦得正是時候，猶如大馬法工們的及時雨，為似乎快乾涸、疲憊的心田撒下甘露，讓我們重新振奮起來！

師父們從臺灣飛來大馬的當天早上，我和法澄從怡保驅車前往吉隆坡國際機場迎接師父們。一路上，我的思緒不斷。

猶記得今年四月中旬，師父在大馬弘法期間，在檳城、怡保、吉隆坡及大山腳各委任了幾組法工，以協助推動 佛陀正法，處理在馬來西亞的法務。師父很清楚的告訴我們，不要把中道禪林變成廟店，法工的任務是協助僧團弘揚 佛陀正法，讓更多苦難的眾生有機會接觸正法，走上「一乘菩提道」上。時隔半年，師父的話言猶在耳，但此刻的我卻感到疲累萬分，因為一切並沒有想像中的簡單。

大師父離開大馬後，由於三位剛加入中道僧團的僧眾，還有若干的法工，既不清楚也不熟悉師父的道風和處事方式，所以在推動法務上產生許多無謂的阻礙。法工之間的互動不足，又缺乏良好的溝通，彼此也沒有相通一貫的處事方針，讓許多無謂的問題接踵而來。身為法工長的我，在執行與規劃法務上，為了協調及溝通上的問題，逐漸顯得力不從心，深感身心疲憊。

抵達機場後，發現臺灣班機已在兩點零五分著陸，我和法澄滿懷欣喜的期待師父們的蒞臨；我倆左顧右盼、望穿秋水，卻不見師父們的影子。將近三點鐘左右的時候，才見到 隨佛法師、Ven. Tissarā、Ven. Vimokha 及 Bhante Paññācakkhu 出現，並且各自推著好多的行李步出關口。看見師父們的那一刻，我的內心除了感動，還有說不出的慚愧。師父們雙手推著的不全是個人的行李，還有一大箱、一大箱的《漢譯南傳大藏經》、《雜阿含》等佛書，兩大幅佛像及兩幅木刻牌匾；就是因為這些“大塊”行李，讓

師父們在關口裏等待了一個多小時！馬來西亞的佛友啊！我們到底何德、何能，能獲得師父的厚愛及臺灣、美國法友的護持？反觀我自己，這麼一點點的付出，比較起來，算得了什麼？看了這一幕，能教我不深感慚愧嗎？我法慧在有生之年，除了勤學正法之外，也要在馬來西亞積極的推動正法，唯有這樣才不會辜負師父們的一片苦心，以及對我們的厚愛。

此次的法工培訓營，法工們除了全面認識中道僧團外，師父也明確的指導如何執行法務及協助僧團弘法的方針。此外，大馬法工除了與各地法工互相認識以外，更和臺灣法工連線認識彼此，藉此在法務上，讓法工能更好的互動與配合，從而達到自利利他的精神。這次的培訓營，更讓許多法工明白及發現自己的問題，還有在社群中相處及修行的智慧，了解到「依智慧努力改變事緣，不要想改變誰；而事緣皆在流轉中，今日已不是昨日，現在當放下過去『那個人』」。培訓營的課程及溝通，讓我們更認識自己，也更能夠相互共處，在護持正法的道路上，更堅定及有智的前進。

最後，讓我套用大師父的一句話來與大家共勉之：「人活著是要解決問題，而不是製造問題、逃避問題！」原始佛教會的法工們！讓我們誠心攜手合作，讓正法在馬來西亞這片土地上煥發光明！



## 參加法工培訓有感

吉隆坡 思敏

我很高興，也感到非常的榮幸，能有機會參加這一次在檳城舉辦的法工營。

大師父這次舉辦法工營的目的，主要是為了讓各地區法友們拉近彼此的距離，減少彼此的陌生感，避免彼此的陌生和距離引起不必要的誤會，並且提昇共事的默契及效率。希望我們以一顆純真的心，團結一致，妥善的把「修行的法務」做好，以達到事半功倍的效果。

課堂上，大師父讓我們和台灣的法友聯線，並各自作簡要的自我介紹。當中聽了很多法友的學佛歷程，諸多內心的煩惱、痛苦及哭泣，深有同感。

大師父為我們講解：要如何遠離無益的思維，是什麼造成痛苦，又如何活在「當前緣生的歷程」。從小到大，每當我們做事的時候，都懷著很多的期待，但最後卻對別人失望，也對自己失望。然後，又不斷製造更多的期待，帶來更多的失望，最後變成了絕望。不當的期待，只會帶來不當的痛苦與失落。那該如何避免痛苦與失落呢？真正做得到的，只有在這一刻，做自己認為比較妥善的作法而已！在現實裏，我們是活在與期待反差的世界，所以就不應該經由期待任何人（包括師父，父母、兄弟、姐妹、朋友，甚至自己）或事，來達到身心的安穩。該放棄的是自己的期待、希望，這才能真正的活在「當前緣生的歷程」。不要以現在的標準去評價以前的努力，不要依未來的期待、想像及可能，而懷疑現在所做的事有所不妥。

大師父說：「智慧不是一種記憶的方式，智慧是一種覺察及認知的模式，它是一個契合實際的認知趨勢，如是促使正覺的形成。譬如：我們習慣將別人的身、口、意，給予固定的標籤，並想要改變它，當遇到困難時便放棄它，並讓內心引起失望及沮喪。這便是失去了正念，實質上沒有「那個人」，只有那件事緣中的身、口、意，而事緣正在改變中，可以改善的

是事緣，卻不是改變「那個人」。我們常和「那個人、那個事」的「固定觀念」打架，進而影響下一個想法。這種情形會以可怕驚人的速度，將「衝突於現實的固定想法」一個個的相互疊上，不斷增長，形成現實生活中的身心障礙。人的妄見沒解決，會影響下一個想法及行為，久而久之，就形成了偏離事實的成見及行為模式，這就是因緣業報的趨勢。」

八正道是何其容易的寫出來，正見，正志，正語，正業，正命，正方便，正念，正定。但其中真正的含義，又不是這般容易理解和體會。感謝大師父以智慧，慈悲，寬容與耐心，用淺白的比喻，為我們解釋佛陀正法當中的深奧含義，引導我們的正思惟，開啟我們的智慧，扎實我們的慧根，達到四聖諦如實知、如實見。這讓分析能力與表達能力皆差的我，有了更深的體會和領悟，這絕非言語與筆墨可以形容。

在過去尋覓正法的漫長歲月裏，常常自問有走錯方向嗎？但苦於沒有遇到真正可以解答這些疑問的善知識。有幸身旁的 Kalyana Mitra 給予我無限的支援與開導，才可以撐到今天，並遇到大師父解說 佛陀正法。慶幸還沒有走錯方向，但如大師父所說，由於有些方法用的不夠善巧，而留下了一點遺憾。

我以感恩的心，感謝慈悲的大師父，各位中道僧團的法師們，以及所有海內外的法友們，謝謝你們給予的關心、護持與協助，讓 佛陀正法得以在馬來西亞萌芽、生根，利益這裏苦難的眾生。Sādhu! Sādhu! Sādhu!



## 法工培訓營心得分享

吉隆坡 法禎

我與原始佛法的這份法緣，真是很特別、殊勝，有幸成為原始佛法的法工，亦是另一種福報。感恩種種諸因緣，讓我有機會接觸與學習原始佛法，也很慶幸自己當初有善法的引導，才沒有與正法擦身而過。

由於人在國外，過去幾個月都無法參與共修班。這次帶著喜悅的心情，赴這一份法的約定。在飛機上，我提醒自己——佛法難聞，一定要好好的把握、珍惜與學習。

感恩師父再次巡迴馬來西亞宣揚正法，利益這裡的眾生。每一次與師父的相遇都是大豐收，滿載而歸；聽聞師父的弘法總是感觸良多，內容既實際也很真實。師父的開示，簡潔深入而易明白，往往都是一針見血、當頭棒喝。這一次雖是法工的培訓營，但受益的還是我們。感恩！感恩！感恩師父用心良苦。

師父說：這世界上絕大多數的人，都是在做他現在認為最妥善的事，很少人會作他認為不好的事。然而，我們卻因為觀點、需要的不同，常常對別人有執見，習慣為對方設下固定的標記。師父一語夢中驚人！是的，我們學習因緣觀，要多多學習以因緣的角度看待事情，眼前所看到及經歷的世界，無不是在那

因緣底下顯現的身心、事緣而已！而不是「那個人」。我們可以做到的，是在因緣底下改變「事情發生的因緣」，而不是改變「那個被我們認為不好的人」，這樣也就是在改變當前呈現的事情了。如此一來，事情也不怎麼複雜，它變成簡單好多，同時心胸也較寬大了。

師父說：法工要內修與外弘，大家是在一起修行，不是一起「工作」。重現 佛陀原說教法的修行，是任重而道遠，一點都不簡單。營訓期間，我不斷自問：自己何德何能，得以勝任這一份修行的法務？

我只有抱著單純的心，希望可以為原始佛教會付出一份力，盡一份心力，也希望可以在自己能力所及的地方，做點事情服務大眾。我想只要我們有心、用心，老實修行，加強法義上的掌握，做好內修的部分，應該沒有不能成的事。

這一條路需要大家的護持與堅持，願與大家一起走在正道上，讓更多人有機會接觸原始佛法，讓正法久住。

### 法語選萃

- ◇ 與其批評，不如盡自己的一份心。
- ◇ 記得，來這裡，不要期待。抱持一個想法：我是佛陀的弟子。記住：這是人間，人間就是不完美，有人就有是非。所以，我們的問題不是去找個不是人間的淨土。告訴自己：要學著在人間修行，學會如何自利利人；自利利人，要依靠佛法。人你離不開世間，所以別胡思亂想。作法工別像小孩子，說些有的沒的，這裡不是淨土，蘋果從樹上掉下來，需要到處宣揚嗎？人間是無明與貪愛糾結的世界，在路上碰到凡夫，不需要敲鑼打鼓！
- ◇ 我們是在一起修行，不是辦個團體來辦活動。我們聚在一起，只是一群 佛陀的弟子，將 佛陀

利世的方法，流佈十方，傳播於人間，並相互扶持而已！不論來這裡，或是走出去，我們都是佛弟子。要注意一件事：我們不是一個團體，是共同修行，我們是 佛陀座下的同門師兄弟。如果把這裡當作團體，是錯誤的想法，那會產生要參與與否的問題。若看不順眼就退出，若看到做得不錯就參與。但是，我們是佛弟子，要去哪裡？

- ◇ 如果覺得這些法工做的不夠好，的確有不足。好！可以不想參與。那麼請問：我們又做了什麼？離開之後，則只做一件事：只是批評。反觀這些法工，他們做的的確有所不足，卻都還在。自問：你要做哪一種人？只知批評？還是動手做（雖然也做得不夠好）？

記錄自 隨佛法師說法 嘉義 法中

## 法工會的一席話

紐約 法道

11月13日，台灣、馬來西亞和美國三處連線的法工座談會，我抱著已被點了名參加，就參加做個旁聽生或聽眾也可以。我素來無拘無束，對任何社團均敬謝不敏，跑跑龍套、幫幫忙可以，卻絕不被會員、團員或負責人的名銜套住。

師父在法工會的話，如粒小石頭丟進水池，引起了小漣漪，似乎瞬間就消失了，但這不曾被注意到的轉變，卻繼續在我心中擴張，久久不能平復。

師父提到：第一、法工就是同修。大家同在一起修行，為佛教會做些法務，並不是為大家服務的「工作」，而是「修行」啊！

我們紐約地區在9月18日，舉辦第二次「回歸佛陀之道」講座，兼辦「美國原始佛教會」成立大會。接著在10月3日，美國第一個「原始佛法」的傳法中心——紐約中道禪林，在法拉盛新大樓中，舉行了開幕，正式啟用典禮。我有幸參加這兩次法務的工作，絕非我往昔的作風（因臨陣脫不了隊）。現在想想，真要感激和大家一起修行的機緣。

師父提到：第二、不要去改變一個人。因為只有那件事緣（因緣生），而沒有那個人（緣生法故非我）；雖然有那件事，但當提到那件事時，那件事也不再是那件事了（緣生法故無常）。何等因緣而「確定的」有何等業報的趨勢，也是一種「固定的概念」所創造出來，事實上是在影響中流轉不定。我們應當作的是改變那件事緣，而不是想要改變「那個人」。

我在社會上工作了大半輩子，對人的屬性，一言兩語就聽出來頭，很自然的在所有人的頭上，都標有不同的標誌。我一直以為自己不會被這些標誌干擾到，也以為這些標誌是固定的。

我一面聽師父講話，一面心中自問：「因為這些標誌，所以我和某同修談話時，多避重就輕，就是為了怕他滔滔不絕；也為了同樣的理由，我視而不見某同修，因為他是個坦率直言的人，偶而的一句話，卻如晴空霹靂，叫人無處可躲。」

師父說法結束時，我站起來時，見到被我「加了標誌」的那一位同修，我向他頂了禮。有因緣事起（業報），卻沒有這個人；改變了事緣，現前有事緣，卻不是「我」。

### 禪林化施通啟

#### (1) 台北中道禪林——五人/七人座小客車一部（新舊皆可）

由於臺北中道禪林（原內覺禪林）作為法務及僧團弘化的車輛，原是數年前居士布施的老舊二手小車輛，多年來經禪林的使用，因使用年份久遠而安全性不足，無法上高速公路，也已難堪使用（多處漏水），目前已準備注銷。

現今中道僧團的僧眾約十人，平常淨住在臺灣者約有五至七位僧人。因為禪林法務及僧眾弘法的必需，今向十方護法大眾化緣五人座小客車一部，只要能滿足安全的需要，可堪使用，新舊皆可。如有護法大德願意布施者，請與臺北中道禪林僧團聯繫。

台北 中道禪林 02-2892-1038（諦嚴法師）

禪林網頁：[www.arahant.org](http://www.arahant.org)

#### (2) 社團法人中華原始佛教會——九人座商務車一部（新舊皆可）

創立於2010年五月的社團法人中華原始佛教會，主要的教務是宣揚佛陀原說的宗教團體，確立「原始佛法及僧團的傳承」。本會基於法務上的方便及需要，懇請十方大德善信能護持正法，發心布施九人座商務車（或七人座休旅車）一部，只要能滿足安全的需要，新舊皆可。如有護法大德願意布施者，請與社團法人中華原始佛教會聯繫。

社團法人中華原始佛教會 02-2892-2505（法聞）

教會網頁：[www.arahant.org](http://www.arahant.org)

※有意佈施者，請轉知車輛的型號、排氣量、出廠年份、已使用里程數

## 法工培訓營心得

檳城 法忍

在難得的機緣下，我參加了馬來西亞原始佛教會的法工培訓營。我非常珍惜這個因緣，而那些不能或抽不出時間參加的法友們，錯失了寶貴的開示，所以我想在此寫下有關大師父（隨佛法師）的開示內容。

這兩天半的開示，令法工們一生受用。大師父說：「人活著是要解決問題，不是製造問題。人們會有不同的看法是正常，人與人有同樣的看法是偶然。」這句話值得我們深思，因為一般人常堅持自己的見解，甚至非常的固執，有時又帶有錯誤的偏見，一面對不一樣的意見，就產生不滿、憤怒的情緒，內心難以獲得安穩清涼。雖然生活中有快樂的時候，也必須清楚明了快樂是無法持久或永遠，如果能夠洞悉「緣生」的真相，就知道「貪著快樂」，正是陷入「失落及追逐」的苦惱漩渦的原因，就能了解到遠離對「緣生法」的貪著，才能解開苦惱的繫縛。

人們都想過著彩色而非黑白的人生，那應當如何營造呢？大師父又拋給我們十個省思的要點，如下：

- (一) 很多人我看不順眼。
- (二) 很多事我不以為然。
- (三) 我很難相信（人或事）。
- (四) 我一直在尋找。
- (五) 我常常失望。
- (六) 我總是在等待。
- (七) 我已經累得一塌糊塗，身心俱疲。
- (八) 還有希望嗎？
- (九) 希望在哪裡？
- (十) 我需要一面鏡子！

從以上十個省思要點當中，明白了期待下的失落，不會有真正的快樂，也是身心健康的殺手。唯有遠離期待及失落無聊的心緒，才能息苦清涼。大師父說：「人間不會有完美，而緣生法就是有所不足。」因此，師父勸勉大家，作為法工需要學會不再無謂的

期待，或是不要期待，只要務實、認真的做現在已知既如法又妥善的事，時時如是，日日精勤。為什麼需要一面鏡子呢？因為照鏡子時，才會發現自己正處在相對於現實的「反差世界（左右相反）」，看到的正是我們所不想要的世界。那麼要如何將總是失落的「反差世界」，改變為美好的世界呢？大師開示了「因為任何想改變世界的人，最先改變的是自己，很簡單卻不容易做到。」但是沒關係，有心不怕遲。大師父還教了一個秘招，我們可以在內心深處常常念及這句「我能夠幫些什麼嗎？」如此一來，我們在平常生活中，就容易不再去期待別人會給我們什麼，而是重於分享及解決問題。我想起之前大師父的教導，教大家在每晚臨睡前，靜心的回顧當天的言行（身、口、意），檢討，反省自己的過失，隔天早上則感謝昨天施行善意及需要原諒的人。

大師父又提醒大家，我們雖然很慶幸在這一生能重獲正法，但千萬別驕傲的看不起他人及不同學派的佛友，也別與他們爭論。反之，我們當能溫和、寬恕、諒解他人的心境，唯有這樣才能把釋迦佛陀的「正法」宣揚開來，讓迷失的佛弟子重新見到「正法的光明」。





### 吉隆坡 法淨

師父說：小朋友製造問題，而成年人是解決問題。

聽後有很多的感觸，這實實在在的發生在生活中，大家都有類似的經驗。我們都是成年人，在思想和行為上，都應具備著可以面對和解決問題的能力。

人在做事的當兒，都希望不要犯錯，希望做出好成果，沒人願意作錯。因此，作事處世的態度應體諒、協調，口氣溫和，用感謝的心念，當願意擔責任的法工，而不是重視地位及權力的法工。

不同的因緣即有不同的呈現，認知現實人間沒有理想中的淨土，人間就是有是非的世界。我們不應期待任何人，而是做現在認為「正確」的事，瞭解期待會帶來無謂的苦惱。在現實中妥善的面對和解決問題，使生活更好。

我們內心時常懷著期待，所以內心不踏實。此有故彼有，此無故彼無。緣生法無常、非我。不明「諸法因緣生，緣生法則無常、苦」，不免不斷的期待，而內心將陷於煩惱與不踏實。遠離無益的思惟，將使我們更精進的面對當前的腳步。

擔當 佛陀的法工，只有秉著責任及實踐，而不是為名和利。當施行法務時，應以溫和、寬容及堅定不移的心念，維護佛法、努力前進。感恩當前學法修行及待人處世的因緣，聽聞佛陀正法得來不易，當精進和老實的修習。勸勉大眾守持正知、正念，精進的維護、延續正法！

### 檳城 法彬

這次法工營讓我獲益不淺，讓我體會甚麼是生活的佛法，以及如何當好一位 佛陀的法工。

一般佛友都會想要為佛教團體奉獻，而熱心往往會隨時間慢慢地冷淡下來。很多時候都是缺乏正確見解的緣故，無法把佛法用在生活上，在面對問題時無法善妥地處理，難免挫敗及失落。

從小我們就被灌輸了人、事的錯誤觀念，以為人或事只有對與錯的對立思考。我們都會從他人的身、

口、意上，固執的認定「他」是怎樣的一個人，往往誤解及執見就這樣發生。一個執見導致另一個執見，而慢慢的形成成見，所以誤會就這樣持續下去。舊的忘不去，新的記不起，即使人或事情早已改變了，但是我們還是以為依舊還是「它」。

當問題發生後，人們總會對人或事抱怨，並且期待他人改變，但這是無益的思惟，並無助於解決人們的問題。人們缺乏的是用因緣觀來認知及處理人與事，因為事情的展現，都是由當下的條件互相影響而形成的，所以問題的發生，可以說只是當下條件的搭配而已。因此，人們不應抱著不當的認識，以為是「誰」的問題，也不是費心費時去改變「結果」，應是改變事情的因緣，並且盡力做就好。這必需先從自己觀念改變起，再努力去做。

師父有句話說得不錯，擔當 佛陀的法工，應當仁不讓，遇到應該做的事，就積極主動的做，不用推讓，這不是為了地位及權力，而是為了弘揚佛法利益眾生。佛法是自利利他的，我們應當認真去做，並從清淨心念及行為來提升人格，精勤不斷地學習及成長，讓更多人接觸 佛陀的正法，正法才能久住在人間，讓苦短的人生能夠有息苦的機會！

### 佛法格言

- ◇ 何等為聖道如實知見？謂八聖道，正見乃至正定。(SĀ 846)
- ◇ 何等為聖道如實知見？謂十二支緣起如實知見。(SĀ 846 之次經)
- ◇ 若沙門、婆羅門計有我，一切皆於此五受陰計有我。(SĀ 63)
- ◇ 我與汝等，於四聖諦無知、無見，無隨順覺，無隨順受者，應當長夜驅馳生死。(SĀ 403)
- ◇ 我已於四聖諦，三轉、十二行，生眼、智、明、覺故，於諸天、魔、梵、沙門、婆羅門，聞法眾中，得出，得脫，自正得成阿耨多羅三藐三菩提。(SĀ 379)

## 馬來西亞 法曇

自從去年第一次參加了 隨佛尊者在金馬侖所指導的十日禪修營之後，我就幾乎沒放過每一次師父來馬來西亞指導禪修及弘法的所有活動。除了前幾天的北海禪覺營，因家裏有些突發事故而未能參加之外。因此，自然而然的就發心護持師父所領導的活動。當然，每一次的活動都需要很多人力、財力、物力的支援，由於最初接觸師父的那一批“前輩”師兄師姐們不遺餘力的推動，讓原始佛教的法輪，在馬來西亞開始轉動起來，期間雖有阻力重重，但由於正法的力量，使開展的工作未曾停頓。覺得自己真的很慶幸能在學佛多年，卻一無所獲之下，在如夕陽回照的晚暮歲月，有緣遇上 佛陀的原始教法，除了積極的學習，還能在護持 佛陀正法上盡點力量，這一生的歲月也算沒有白過了。

有幸參加這一次的法工培訓營，師父在法工營中所教導的是一場活生生的人生課程，也是活生生的佛法，能讓法友們在法工服務時真正用上的佛法；透過這樣的學習，也能讓人消除很多由於自己的煩惱習氣所帶來的困擾。過去，自己參加的禪修活動裏，常常會遇到一些看不順眼的人與事。自己身在其中，常會起煩惱，其實自己在造業而不自知，總覺得佛門裏的修行人怎麼會這樣？師父卻一針見血的告訴我們人間沒有淨土。現實中沒有理想的人間淨土。不當的期待會帶來痛苦，也令人失望。那要怎麼辦？我們常常是對自己的意見、觀念、看法、妄執，都認為理所當然，對別人的所做所為卻不以為然而想改變別人。師父卻提醒我們想要改變別人，改變世界是一件要慎重考慮的事。事實上，在因緣法中有哪一件事是固定不變的呢？回到因緣法的認知“事事物物本來就不停的在改變、流轉”，自己由於未能見到其中的影響，而生起妄執、生起我見，因而升起苦惱、這是徒勞無益，自我障礙的。

學佛法本來就必須應用在生活上，但要應用之前，應該對法有正確的認知，這是很重要的。我覺得師父在法工營中的開示與教導實在很貼切與實用，引

導法友們在法工服務中，有正確的態度，同時在修行上也能增上，這是我對這次聞法的一點心得。

## 檳城 法星

在這次的法工營，我得益了很多。雖然這次是我第一次參與，但是我卻得知了正法。現在明白真正的佛教，就是 佛陀在世的教法，依法法（因緣法）、正念（四念處）、正道（八正道），實現生活中見法、正覺、滅苦的四聖諦，就是人間的佛教。歷史的證明，讓我們回歸 佛陀在世正法住世的時代，才能學習到真正的 佛陀原說——原始佛法，護持及維繫正統的原始佛教。

在這三天裏，聽聞了深入的佛法和佛教歷史，還有在現實生活中都能應用的因緣法及善方便。四聖諦的生活智慧，就是先要勇敢的面對現實的問題及苦惱（苦諦），認真的探究問題及苦惱的原因（集諦），以消除問題原因的原則來解決問題及苦惱（滅諦），妥善的安排解決苦因的方法及步驟（道諦）。千萬不可選擇逃避，必須認真的面對。人生雖是緣生、無常，生老病死也是每個人都要經歷。但是人生難得，今已得；佛法難聞，今已聞；正法難尋，今已尋得。可貴的佛法，我們必須護持，讓正法傳續下去。



## 檳城中道禪林 馬來西亞原始佛教會 2010年11月16～18日【中道三日禪】

馬來西亞 檳城 原始佛教會 記錄



中道三日禪課程的內容相當實用，也很貼近法友們的心聲，內容有：如何讓生活更好，以及什麼是「真正的懺悔」。在此特別一提的是，在三日禪的前一天，一位來自南印度任教於佛學院的比丘，經居士的介紹，特別來拜訪師父，主要是來請教師父關於因緣法的修行，未說法的時間，師父透過電腦投影及說明，將所整理之歷史發展過程及部派分裂與法的流變，並有 Ven. Dhammadinnā 幫忙翻譯，讓印度比丘能更加詳盡的了解，師父與大眾說法時，亦連線讓印度比丘與住錫於紐約美國中道禪林的 Bhante Aticca 繼續法談。最後一天師父則跟印度比丘講述禪定與禪觀的技巧與次第，使他更釐清了許多觀念。

在這幾天的密集法談後，明白及接受師父的研究與說法，並且希望能在將來有機緣把 佛陀的原始教法再傳回印度，輾轉流傳下去。另外，印度比丘也建議師父將來有機會可以舉辦指導出家人禪修的禪修營，讓更多的僧伽明白，使 佛陀寶貴的教法能繼續傳於後世。接著，師父讚嘆前來供僧的法友，因早午齋的布施，能讓出家人有維持體力與精神，成就此次法談的因緣，將會獲得很大的功德與福田。

師父與印度比丘說法時，Ven. Tissarā 則利用時間帶領大眾修習初禪。當中也有一位華籍到泰國出家的比丘，過去曾聽聞過師父說法，與原始佛法很相應，現在也依此修行道次第在修行。在檳城中道禪林難得有這麼多出家眾齊聚一堂，中道僧團的僧眾與兩位比丘一

同合照留念，法師們也一一為居士們做隨機開示，居士們聽到連續九位法師不同的開示內容與分享，內心感到歡喜也獲益良多。

最後師父教導大家學習佛法要依法不依人，大家都是凡夫起修，我們要懂得去了解與寬容，人的心量要放寬，所以不要只是看他信什麼宗教，跟我一不一樣，而是看他的人，看他內心有什麼痛苦，我可以幫忙些什麼，否則你學佛會越學越不快樂。





2442/2010-11-20 至 11-28

## 北海《中道禪覺營》學員心得

馬來西亞 法慧

有幸參加由 隨佛法師主持的中道禪覺營，可以說是我人生中，難能可貴的機緣，既能從中親近善知識，又能聽聞已隱沒將近二千三百年之久的 佛陀正法。

在禪修營期間，隨佛法師耐心地為我們釐清了很多目前佛教界在法義上所廣泛流傳的錯誤。大師父並不是空口說白話，而是引用了許多原始經典作為強而有力佐證。

在禪修營裏，我也見證了 隨佛法師的慈悲。為了讓學習南傳佛教的學員瞭解 佛陀的真正法義，隨佛法師不惜犧牲休息的時間，不厭其煩地向全體學員詳細解說 佛陀教說與現傳法義間的差異。那一天，師父從下午 3 時至晚上 10 時，不曾間斷地連續 7 小時說法，這種毅力非一般人能做到的，實在令我讚嘆與感動不已！隨佛法師可說是我難得一見的善知識，到目前為止我還沒遇到這麼“賣命”的師父。如果我們還不懂得珍惜，真的是“業障深重”！

在禪修營中，我也要感恩 Ven. Tissarā 耐心地教導我們“安那般那念”入門修行法以及各種禪修前後的調息

法；這套調息法是我在其他禪修營裏沒有機會學習到的。我覺得調息法在個人修習止禪上有莫大的幫助。

我感到十分慶幸，能在有生之年聽聞 隨佛法師闡述早已隱沒兩千三百年的正統禪觀法—十二因緣觀。在我二十年的學佛及禪修經歷中，隨佛法師所闡述的“因緣法”是我聞所未聞之法；我知道，這一法門能使我開啟生死解脫之門，朝向滅除老、病、死之道！

馬來西亞 法霖

我是去年在大山腳明月補習中心聽了三晚師父的弘法，當時覺得很有興趣而希望繼續跟隨師父學習，也就報名參加之後舉辦的金馬侖禪覺營；那時自己的骨刺還有點疼，醫生建議多休息，禪修期間遂向師父請假。師父很慈悲，說：「你能修多少就多少，如果受不了了，可以去休息。」十天禪修過後，我的骨刺好多了。之後，我又參加了沙亞南和北海佛教會的禪覺營。師父說的法讓我覺得很震撼，與我二十八年來所學過的有很大的差距，卻是有憑有據，完全根據歷史的考證而說的。由於法義很深，我又想好好的學習這 佛陀的正法，因此每次的參與，我都非常專注地

聽講。

今年，我很高興聽到 隨佛法師又要來了！雖然之前家裏發生了一些事，以為自己將無法參加今年盼望已久的禪修營而有些心煩，但每天因緣都在改變，後來總算能參加北海佛教會和檳城中道禪林共同舉辦的禪覺營，感覺很開心和珍惜。把法義釐清是我來參加禪覺營最大的目的，釐不清就會造成盲修瞎練；自己年紀大了，我已沒多少時間可以蹉跎了，所以更要積極修行。

二十八年來，自己也聽了好多師父的開示，但我最喜歡聽 隨佛法師說法，因為 隨佛法師說法時，所舉的例子都恰到好處，能協助我們明白 佛陀的正法。

佛陀正覺四聖諦、十二因緣、八正道。十二因緣是佛法的核心， 隨佛法師在北海佛教會的禪覺營裏講了三天的十二因緣，從六觸入處觀因緣，正確的引導可省去我們數十年的摸索； 隨佛法師也要我們背誦十二因緣：謂此有故彼有，謂緣無明行，緣行識...，乃至緣生有老死，如是如是純大苦聚集。（十二因緣：無明、行、識、名色、六入、觸、受、愛、取、有、生、老病死憂悲惱苦）。

緣生法乃無常、敗壞之法、無我，所以要在六觸入處正思惟見緣起以斷無明。

在北海佛教會禪覺營的最後兩天， 隨佛法師教的禪觀非常的重要，因而 隨佛法師堅持大家禁語，好好禪觀緣生法；五蘊的集法與滅法，即十二因緣之集法與滅法；生死輪回如何起、如何滅。禪觀從六觸入處開始。

Ven. Tissarā 教的有漏禪，內離言語，覺知聲音起落的整個過程，也讓我在打坐的當下，不再覺得外在環境的吵雜。

感恩 隨佛法師善巧方便的說法； 隨佛法師很慈悲，嚴守戒律，不接受金錢的供養，中道僧團的其他師父也是如此。 隨佛法師在檳城更是盡心盡力說法，希望 隨佛法師多照顧身體，才能住世久長，以利正法能如日曜般流傳下去，做為大眾的依止，回歸 佛

陀法教。更希望法友們精進努力修行，正向菩提，以不負師父的苦心！

SĀDHU! SĀDHU! SĀDHU!

### 馬來西亞 Sukhavati (法工)

2010年11月20日至28日中道僧團第二次在馬來西亞檳城州威省北海佛教會舉辦中道禪覺營。

每天早上 師父都會帶領大家念一遍四法皈依文並為學員授八戒；八戒包含身為佛弟子的我們平日就該遵守的基本五戒。為什麼呢？守戒就是要培養我們的德行。何謂德行？就是良好的行為，既是在與人接觸或在一個團體大環境下的優良表現。

此次的禪修營裏發現有一部份的禪修者，不能配合禪修營的規則，而導致不必要的不便之處，或許是缺乏經驗吧！在這裏大膽地提供一點心得與大家分享。

大多數禪修營的規則，都是在學員報到時，就得交出手機，以避免禪修期間無謂的干擾；所以，學員最好在離家前，把主辦單位的電話號碼留給家人，並慎重的交待家人：「自己去處理『生死關頭』的事，除非家中有『生死交關』的事情發生，否則別撥電來。」再把一、兩個您認為重要的電話號碼記錄下來以備所需。規則不外乎人情，真的非常必要，也還是可借出手機讓您撥的。

在一個團體裡名牌（name tag）就代表個人的身份證，應該是在離營時才可除下，不是嗎？豈可說：某某人除下，所以我也跟著除下，問起消息來源卻又說不出個所以然。

大家的配合才能令禪覺營更圓滿地進行，以利益全體參與者。以上純屬個人的淺見，當然也不一定完美正確，只想提出來供大家參考，並無惡意中傷任何人，有冒犯處，敬請原諒。

SĀDHU! SĀDHU! SĀDHU!



## 看與見

### 紐約 法帆

漁獵時期的藝術作品保留在洞穴的壁畫，是我們今天所能見到的最早原始藝術記錄，主要以各種動物為題材，生動細緻，色彩絢麗造型優美（註 1）。農業時代來臨後，藝術內容才出現歌詠植物花草的圖飾。漁獵時期的主要飽暖維生來源內容是動物，缺少了動物的皮毛血肉資源，族群就有飢餓的危機，動物是生存物質上的必須也是感情上的寄託，早期北美印地安人把灰熊的爪和老鷹的羽毛拿來作裝飾，灰熊和老鷹在北美洲是最強悍的野獸飛禽，印地安人對牠們畏懼，產生崇拜，發展出認為如果能配戴灰熊的爪，頭戴鷹羽頭飾可以獲得如灰熊老鷹一樣的威力，顯示自己是獵殺灰熊老鷹的勇士或酋長。台灣原住民排灣、魯凱族，只有貴族頭冠才能配戴熊鷹羽飾，地位顯赫，在這價值基礎上產生視覺審美的效果。

巴東族是泰國北部與緬甸邊界少數民族（註 2），族中婦女的打扮在頸子套有成疊的銅環，是很不方便的負擔，可是婦女卻興高采烈的維持這種奇特的裝扮。根據巴東的遠古傳說——鳳是尊貴的，金屬圈套將頸子脊椎骨拉得畸形變長像鳥類，外人從視覺上實無從判斷這種裝扮的美醜，只有從其族群價值中去理解，視覺才產生意義。這些現象並不是指史前藝術工作者對植物視而不見，而是動物在漁獵時代有高一等的價值影響了審美，人類生產方式從漁獵轉型到農耕，從耕作勞動經驗中逐漸認識大自然的規律，對荒野森林恐懼心減少後，謳歌林木植物慢慢出現於文學繪畫，成為審美的內涵，如西洋以桂冠作為獎賞，在中國則以梅蘭菊玫命名。

禮儀是人與人表達友善溝通彼此的肢體動作，如軍人威嚴的帽沿舉手禮，歐洲紳士和美國西部牛仔微舉帽子作禮，和最流行的握手禮，這些動作本身具有美感呢？還是它有特殊的含義？從人類學回溯它們是怎麼發展出來：早期部落時代，人群出獵要路過別族

的社區邊界時，為了抒解兩族接近時緊張的壓力，如狗馴服時四肢朝天，把柔軟腹部暴露給牠的主人，借道的一方把護身的武器矛槍弓箭低垂表示自己是無敵意的路過者，面對面交涉時，脫帽讓對方知道內無暗藏武器，握手搖動表示腕內無暗器。這些肢體動作本來是有實用的目的留傳至今成了『形式遺跡』，人們早就遺忘了它的來源，代代沿用發展成為今天通用社交禮儀，哀悼脫帽示意，介紹認識，朋友見面或分手時都握手為禮。若能知道這些動作的起源，便能釐清我們習以為常的視覺上感到優雅的禮儀實無『天生自然而然的美感』。

黑白色在中國寓意死亡，是不吉祥的，作壽節慶忌用黑白色，大多採用大紅大綠金黃色。在西方重大典禮時服飾採用深黑和純白色代表高雅尊貴。稱之為某種色實在是因為周邊的顏色烘托、光源以及眼等的狀況綜合的結果。實無孤立的『那一顏色』，色彩也沒有美醜吉凶的實在性。另一案例：假如有兩顆金球，造型、色澤、質感幾乎無法分辨，視覺如何作結論？這時若知道左邊是純金的，右邊是鍍金的，心理因緣條件介入，在金本位社會的人就會生起『莫名奇妙的美感』促成決心取捨。

古希臘哲學家 Plato 柏拉圖（註 3）問：美是什麼？開啟了美學的歷史。傾向唯物的哲思把審美意識、藝術現象看作是由一定的社會和經濟基礎所決定的一種社會意識形態。物質生產的發展制約著整個人類歷史的發展，從而制約著審美和藝術的發展。傾向唯心的哲思將美的根源歸結到自然，美的本質就在於自然所賦予的自然形式之和諧：凡是美的都是和諧的和比例合度的，美的屬性是來自於心靈而非物質。因為物質不能控制自己或調節自己，心靈才是賦與物體美的本源（註 4）。



佛法中沒有專題探討美感的議題，然而禪觀觀察五蘊集、滅，於六觸入處如實觀察集與滅，觀四念處的集與滅（註 5），都涉及感官覺知扮演的角色，因緣法可以勘驗美感的屬性。以紐約大都會美術館 17 世紀荷蘭畫家 Rembrandt 林布蘭（註 6）的一幅 39x36 吋戴帽少婦的側面肖像畫油畫 Flora 佛蘿蘭為對象來說明。

欣賞者眼睛與畫面為緣，而生眼識，根境識俱足，眼前的畫是照明、室內溫度、大氣壓力、帆布、顏料、筆觸、等無數那麼多的條件才形成這個視象的狀態，隨便去除任何因素，畫的狀態就會變動，如照明變暗，畫面狀態就幽暗不明，氣溫升高二十度，畫面氧化加速實不敢想像會成為什麼光景。為了方便觀察，在這油畫的許多因緣中選一項出來，挑『筆觸』吧，眼睛流覽畫面，發現林布蘭這幅佛蘿蘭是由一層層交錯重疊的筆觸所產生的三度元的幻覺，婦人的立體逼真效果不能離開筆觸的要素能自己生起。為捕捉婦人的體態，林布蘭的筆觸靈巧運用點線面的配置佈局，及濃淡厚薄，彩料依照透視的輪廓和色相予以妥善著墨。筆觸實不能離開所描繪對象的形體而自由揮灑。寫實畫面牽制了筆觸，筆法走向影響畫面的構成，筆觸和畫實無法區分彼此，筆觸因為畫而變，畫因為筆觸而變。林布蘭善於經營畫面的統一光源，先

以帽飾花草和頭髮的陰暗襯托出主題臉部明亮神情，婦人延伸右手掌中握花與帽飾花草呼應成為第二主題，其餘胸口以下則溶入微妙漸層的光影，在畫面構圖最下方左手半提衣裙形成背光前景，加深了三次元的視覺效果，背景曖昧幽暗有如聲寂迴響。

美術館雖然有濕度溫度設備保護那些藝術瑰寶，然而無法抗拒各種細微的侵蝕。經驗把手按在窗戶玻璃即見毛細孔發散的水氣結成霧狀；觀眾站在畫前面，身上發散出來溫度水氣和各種霉菌會改變畫面（varnish）外層透明保護膜，使它變暗以及減損畫布纖維狀態。1654 年林布蘭在畫室勾勒第一筆時，佛蘿蘭就改變了，眼前的絕不是三百五十多年前的佛蘿蘭，佛蘿蘭就是現在這個狀態。

觀賞時眼睛不會呆滯不動，它隨著畫家精心安排的構圖流程移動，眼球依賴眼周邊肌肉在轉動中捕捉不同畫面明度彩度，瞳孔放大縮小，眼睛必須承接畫面投射出來的各種明度彩度造型色澤的訊息（註 7）由視覺神經細胞接受資訊再從視網膜經過神經網路送到大腦皮質視覺區域將刺激轉化成意義。資訊來源影響改變了眼睛、神經網路，也使心肺等器官功能改變；身體受外境供養同時被改造成另外的一種狀態。

眼睛流覽情緒浮昇：咨嗟讚嘆其作功細膩卻不落於繁瑣，造型直追古希臘風格，構圖如劇場富戲劇張力和動感，豪邁沉潛氣象萬千，顯示出林布蘭駕馭繪畫形式內容的能力獨樹一格，有難以言喻的魅力，上承文藝復興人道主義下啟古典浪漫主義不愧是 Baroque 巴洛克（註 8）藝術大師。對林布蘭從佩服到羨慕，從羨慕升級到嫉妒，又從嫉妒墜落無趣陷入自嘲。人群拍照留念後又蜂湧到禮品店尋找佛蘿蘭複製片，欲想占有它、將它的魅力扣留下來把玩，走出美術館冷風撲面，內心炙熱難捨，人不再是走進美術館前的那個人而是上鉤的魚。

胎兒在母親子宮靠臍帶吸收養份成長，出生後則繫縛在另一種無形臍帶關係接受食物，氧氣、水份、溫度、大氣壓力、地心引力、『喜樂、貪慾』等資源維生。這些資源和身體互為依存因緣關係，中斷了資



源身體就變成屍體，屍體也得繼續依賴溫度、氧氣、細菌才能分解肌肉脂肪潰爛銷溶。生命能有片刻無須依靠外來資源維持自己？不吃不喝暫時可以，但是大氣壓力、氧氣、溫度呢？不吃不喝負隅頑抗（default）體重掉了幾磅，也是影響改變填充了生命的內涵。所以『我』只是各種因緣集起變動中的『現象』，『有一個我、我是主體、我的存在』的想法背離緣生真實，往『外觀』畫與筆觸因緣得到的結論和往『內觀』眼根與畫的因緣，結論相似：除了因緣之外，還是因緣。這些現象並不只局限在美術館觀畫時才發生，生命或無生命的世間時刻都是如此。

五蘊『色、受、想、行、識』是生命內容：人能知覺外境但不明白外境以及能知覺的感官都是因緣的顯現，對生活中所接觸到的種種事物習慣性產生快感或不悅，不管快感或不悅乃至毫無反應，實則都是感受。事過境遷但是經驗滋味仍縈繞腦海，伺機浮現左右思維驅使行動。哲學解讀美感認為美是從價值取向中發生，或美由造型比例的和諧狀況中發生，都承認美感無法自己發生，佛陀指出法法皆緣生，美感、審美也不例外。條件使美感升起，美感和感覺到美感是兩件事還是一件事？對美醜感產生喜惡的『受』是緣生法（註 9）。美是緣生變動不定，審美和感覺美的『識』變動不定，識與名色互為因緣，依此知五蘊緣生變動不定的真實。明見『因緣法』才能釜底抽薪的將癱瘓在『主體、存在、本質』概念迷宮中的知見帶回到真實。發動貪愛的妄見塌縮了，喜愛的對象如海市蜃樓無從掌握，貪也貪不出個所以然，發脹的腦袋冷卻下來，失去蠢動的動機。知緣生世間本來就沒有圓滿，不做折翼墜海的浪漫烈士 Icarus 伊卡洛斯（註 10），對做不到的無須內疚，不要成為妄想的殉葬者，放棄慾望中不易辨認的自我期許，要能分辨什麼是不可挽回的、什麼是應該努力的，割捨不可挽回的，努力去作該作的直到最後一刻。短期中貪慾雖然沒有完全剷除，但是已經沒有根源之推力，如河川源頭枯竭日益見底。

藝評家對作品好壞爭論的不是作品的技巧優劣美

醜，而是它在藝術的創新性；藝品拍賣價格高低大多決定在作者的名氣炒作指數，收藏藝品的動機有部份在彌補自己無法創作的遺憾、佔有欲，其他原因是投資保值；創作的人呢？藝術家很少用『美』來表達自己的創作，因為美有太多對立的定義容易引起爭論，藝術家寧願用風格流派、文化背景、民族特色、政治立場、哲學觀念來定位自己的作品。Picasso 畢加索（註 11）有一次被藝評家糾纏不耐煩的說：你們老在追問我的畫代表什麼意思？你們怎麼不去問問鳥兒在唱些什麼？

藝術的本質是真善美嗎（註 12）？緣生的藝術不談本質、既不真、亦不善、也不美。

註：

1. 見互動百科法國南部拉斯科山洞（Lascaux）與西班牙阿爾塔米拉山洞（Altamira）的壁畫，圖像是出自於冰河時代人類的作品。法國多爾多涅（Dordogne）拉斯科洞中有千餘繪畫均為動物形象
2. 見互動百科 長頸族
3. 柏拉圖（約公元前 427 年—前 347 年）是著名的古希臘哲學家，在雅典創辦了著名的學園（Academy）。柏拉圖、蘇格拉底亞里士多德，三人是西方哲學的奠基者
4. 見互動百科 馬克思主義美學。李建偉 對歐陸理性主義的反動：經驗主義美學
5. 見雜阿含 609 經相應部念處相應 42 經
6. 林布蘭 Rembrandt Harmenszoon van Rijn（1601-1669）歐洲荷蘭 17 世紀畫家佛 羅蘭 Flora, 1654 油畫畫布 39 3/8 x 36 1/8 in. (100 x 91.8 cm) Archer M. Huntington 紀念其父贈給大都美美術館典藏
7. 2008 年中道僧團康州十日禪 Ven. Vupasama 七觀智
8. 在歐洲文化史中，「巴洛克」慣指的時間是 17 世紀以及 18 世紀上半葉的藝術風格，特別是建築與音樂。重視設計和效果的整體統一性，巴洛克風格以強調「運動」與「轉變」為特點，尤其是身體和情緒方面
9. 見《雜阿含》485 經《相應部》受相應 19 經
10. Icarus 伊卡洛斯是希臘神話中使用蠟造的翼逃離克里特島時，因飛得太高，雙翼遭太陽溶化跌落水中喪生
11. 畢加索 Pablo Picasso（1881 ~ 1973）出生在西班牙，是當代西方最有創造性和影響最深遠的藝術家，他創立體派在世界藝術史上占據了不朽的地位。
12. 1973 年中華民國台灣省留學考試美術科系考題



## 隨師聞法略記

加州 法印

去年（2009）九月 師父到加州弘法回台之後，法印曾依 師父的開示，對「因緣法」及「緣生法」有了正確的認識及了解。時光何其匆匆，不知不覺又是一年。其間亦不敢稍有懈怠，時時以體見殊勝之「因緣法」，且能深入理解為念。無論靜思或禪坐，往往小有領悟，以致法喜充滿，回味無窮！

今年，於 2010 年 7 月 16 日至 2010 年 7 月 19 日，師父再度蒞臨加州，舉辦四日的弘法，並帶來新書《原始佛教之確證及開展》。書雖僅有 110 頁，但言簡義廣，寓意深遠，從 佛陀原說教法的根源，教派分裂的緣起，教法開展及傳續的脈絡，以及在歷史演化中，正法質變的因由，書中皆一一指述其要。更直接的釐清佛教流變歷史中，優波離系之大眾部及分別說部所誤傳的教法，回歸 佛陀法義的原貌。最重要的是：正法法典的確認，以及還原 佛陀經法原教，禪法與修證道次第的傳承。其中曲折演變，皆有詳實的敘述與史實的印證。 師父並以涵容的胸懷，宏觀的眼界，深入透析在亞洲東方新時代的文明中，佛法的振興，正值切合當世所需。不但可自人們的內心中，確立務實、實證的「因緣智見」，積極帶動社會增上的力量，同時有助於維持多元民族、文化相容並存的穩定社會。在全球化的潮流中，由於正法的重現，猶如不息的法燈，照亮苦夜，散播光明正向的種子。原始佛法重現住世，正是建立人類福祉的新契機。

在 2010 年 7 月 18 日， 師父為大眾談到如何修持聖道，強調不能直觀「無常、無我」，指出「無常、無我」乃為聖者之境界，不是愚癡凡夫所能了解。如果修行契入的次第及方法不對，即不能如實了知。一般人何能憑著對「當前境界」的「常識認知」，即直接的從現實中「直觀常識認知的內容」來修持？從一般「不知緣生」的「我見」中，直觀「無常」，必會依「我見」導致「剎那生，剎那滅」的「常識推斷」，並墮入「前滅如何續生於後」的困

題。這正是後世大眾部、分別說部的論說中，提出「根本識」、「有分識」作為「生、滅之所依」的原因，而後世「（大乘）菩薩道」的無著論師、世親論師，崇信的「阿賴耶識」，也是為了合理解釋「滅後如何再生？」的疑問。此外，直觀「無我」則引致「諸法空、無」或「諸法無有實體」的見解，而墮入「脫節實際」或「破壞現實」的過患。這二種說法，皆未能契合 佛陀的教說。 師父一再強調： 佛陀教導的菩提道次第，是先觀「因緣法」，斷無明，得慧解脫，了知緣生法無常、苦，後斷貪愛，得心解脫，解脫生死輪迴，成就正等覺。

師父提示當依「因緣法」、「緣生法」，洞見、了知現前身心運作及內涵：六根、六境生六識的身心，是為相關條件狀況下之顯現，是關涉影響的現起，呈現的狀態，依條件轉變，影響而變化，遷流不定，有如不停的流水。一切是「在」而「非存」的狀態。因此，只有經驗，沒有經驗者；而所謂的「經驗」，也只是「不停的過程」，沒有一定及結果。在過程中只能參與影響，卻不能主宰。綜觀經歷的種種現起，只有在因緣當前才那樣呈現。因此，經驗的一切，無法複製，經驗過，無法擁有。

聆聽到此，當下念念觀察，無間正觀。從「現前因緣中的呈現」；是「過程狀態」而沒有「結果」；是「在而不存」的呈現；只能參與影響而不能主宰；僅呈現當前而不復現；只能經驗而無法擁有。如是，一直到「給你，也無法擁有」……當下念住發見的全給疊貼上了心尖，驟然覺得有如全身就要癱瘓下來，迴轉在往復觀見的境界裡，腦裡一片空白，震撼不已！

只聽得自己脫口而出，驚問師父：「唯有經歷，無法擁有，是否就是：根本『無我』？」當時師父眼光平視，面無笑容，答道：「又直說『無我』！只教要直觀『因緣』！」



過了兩天，法印福報大，有了機會，開車載師父北上三藩市。當天下午，矽谷南部，豔陽普照，和風輕送。我們沿著 280 美景高速公路北上，由於沒有塞車，便以 70 英哩的時速，穩穩當當的追風北上。過了一會兒，待師父稍作休息之後，法印才輕聲請法。重提直觀「因緣」的細節。提及當天並未直觀無我，只是專注隨著師父的引導、觀察，而正念持續的生起，便經由觀察、推度，脫口道出當時的發見，好似有點明白，並碰觸到「緣起無我」！說完，轉頭只見師父面帶微笑說道：「很好，那只是言談述說而已！」法印立即追問：「是否應該就安住在發現『無法擁有』的觀察裡，而不須強作推論說『無我』？」師父慢慢答到：「是的，不過下次試試看，直觀因緣……」是的，觀因緣法，得正見「諸法緣生」。若實觀而體認

到一切不可能擁有，事實上是根本無法擁有！那麼，如何能起貪念？

記得曾聽人說過：順境不思離，稱之為貪；逆境強思離，稱之為瞋；不順不逆之境，不願思離，亦不願思不離，則稱之為癡。如此說來，要對治貪、瞋、癡三毒，何其難哉？然而，若是確實覺悟到：緣生的一切，根本不可能擁有時，也許去三毒有望矣！

於今，實在深切盼望，師父能在 2011 年的九、十月，能再來加州弘法。屆時可在禪修時，深細地引導我們，如何實修才能確實體認：「在六觸入處觀集與滅，修因緣觀；漸次捨離貪愛；令根不追逐境，識不復住，五受陰不生長增廣；以致斷除六根再生之因緣，令生死輪迴永斷不起矣！」

## 學佛感言

加州 法殊

小時候上的是教會學校，聖經是必修科目。舊約、新約都有涉獵。不客氣的說，只覺得舊約是一部矛盾很多的神話故事，加上猶太民族的族譜，新約比較理性。然而，多年的浸潤，終究不能讓我信受。但是對於教士及教會的辦學精神及努力，倒是十分讚嘆，也十分的感恩。

生於傳統的中國家庭，對於佛菩薩並不陌生。由於父親往生的因緣及各種瑞相，亦由此因緣得以和佛門大德結緣，自此走上學佛的道路。覺得佛法浩瀚，智慧海深。的確不是一般世間學問所能望其項背，也超越一般聖賢的教誨。但是佛門的廣大，也令我不知何去何從。禪、淨、密、律，各稱其是，大乘、小乘，批判攻訐，漢傳、南傳都說自家好話，只有自己才是正統、圓滿、究竟。宗派法門各有共通之處，也各有其特點。古今中外的祖師大德依法修行，也各有成就。我也一直相信各隨因緣，一門深入。法門雖多，終能成就無上菩提。

可惜事與願違，眼見學佛人越學越與世間脫節，苦哈哈的自以為不食人間煙火，一事無成還岸然自高！多年以來，自許為正信的佛教徒，也深慶有幸接觸佛法，而不枉來人間白走一回。一向聽聞

「佛法在世間，不離世間覺」，如果具備了佛法的慈悲與智慧，在修行路與人間道上，猶如戴角虎，無往不利。可悲的是，學佛這麼多年，人家問我說學佛好在那裡？我還真說不出個所以然來！自思一定是不夠精進。但是三藏十二部經典，一般人一輩子連皮毛都學不了！學佛真這麼難嗎？生活上用得著嗎？是不是非得等到這生過完了，「往生極樂世界，花開見佛」之後，才能悟無生？佛陀到底都說了什麼？

兩年前透過二位法友的努力，有幸請到師父來到加州，為我們介紹了原始佛教，令我如夢初醒！以我學習理工的習慣，不合邏輯決不接受。經過細細思考，這麼的合情合理，鐵証如山。透過師父的心血，整理出佛陀原說的佛法的本來面貌，直接的向我們和盤托出！這樣的佛法，讓我們每天都用得上，大如須彌山，小如芥子許，都離不開此因緣法。一個活生生，有血有肉的佛陀，再次出現在世人面前！「佛法無些子」，誠不欺我！

師父答應再到金山灣區教導禪修，我們仰首相待！希望更切實的明瞭，實踐佛法。

佛陀正覺後 2442/2010 年 11 月 6 日

# 台北中道禪林 師父說法 一家一菜供僧 暨 聯誼活動





指導：中道僧團  
導師：隨佛法師（烏帕沙瑪比丘）  
Ven.Bhikkhu Vūpasama  
發行：原始佛教會  
發行人：明至法師 Ven. Bhikkhu Aticca

- ❖ 台北 中道禪林 O.B.S.T.-Taipei  
台北市北投區登山路 139 之 3 號  
電話：(02) 2892-1038 傳真：(02) 2896-2303  
http://www.arahant.org
- ❖ 台中 中道禪林 O.B.S.T.-Taichung  
台中市南屯區文心路一段 378 號 11 樓之 1  
電話：(04) 2320-2288
- ❖ 紐約 中道禪林 O.B.S.A.-New York  
136-31 41Ave. Flushing, NY 11355  
Tel:1-718-666-9540 Fax:718-445-3682  
http://www.arahant-usa.org
- ❖ 怡保 中道禪林 O.B.S.M.-Ipoh  
61A & 61B, Jalan Chung, Ah Ming, 31650 Ipoh, Perak, Malaysia  
Tel:05-2410216
- ❖ 檳城 中道禪林 O.B.S.M.-Penang  
77-3 Lorong Selamat, 10400 Pulau Pinang, Malaysia  
Tel:04-2288100
- ❖ 威省 中道禪林 O.B.S.M.-S.Prai  
269, 1st & 2nd floor, Jalan Kulim, 14000 Bukit Mertajam, Pulau Pinang, Malaysia  
Tel:04-5309100  
http://www.arahant-mas.org

#### 歡迎索閱《正法之光》結緣流通

pucchati@gmail.com

台灣助印劃撥：50159965 戶名：中華原始佛教會

美國護持帳戶：O.B.S.

Citibank Savings Account 9930260993

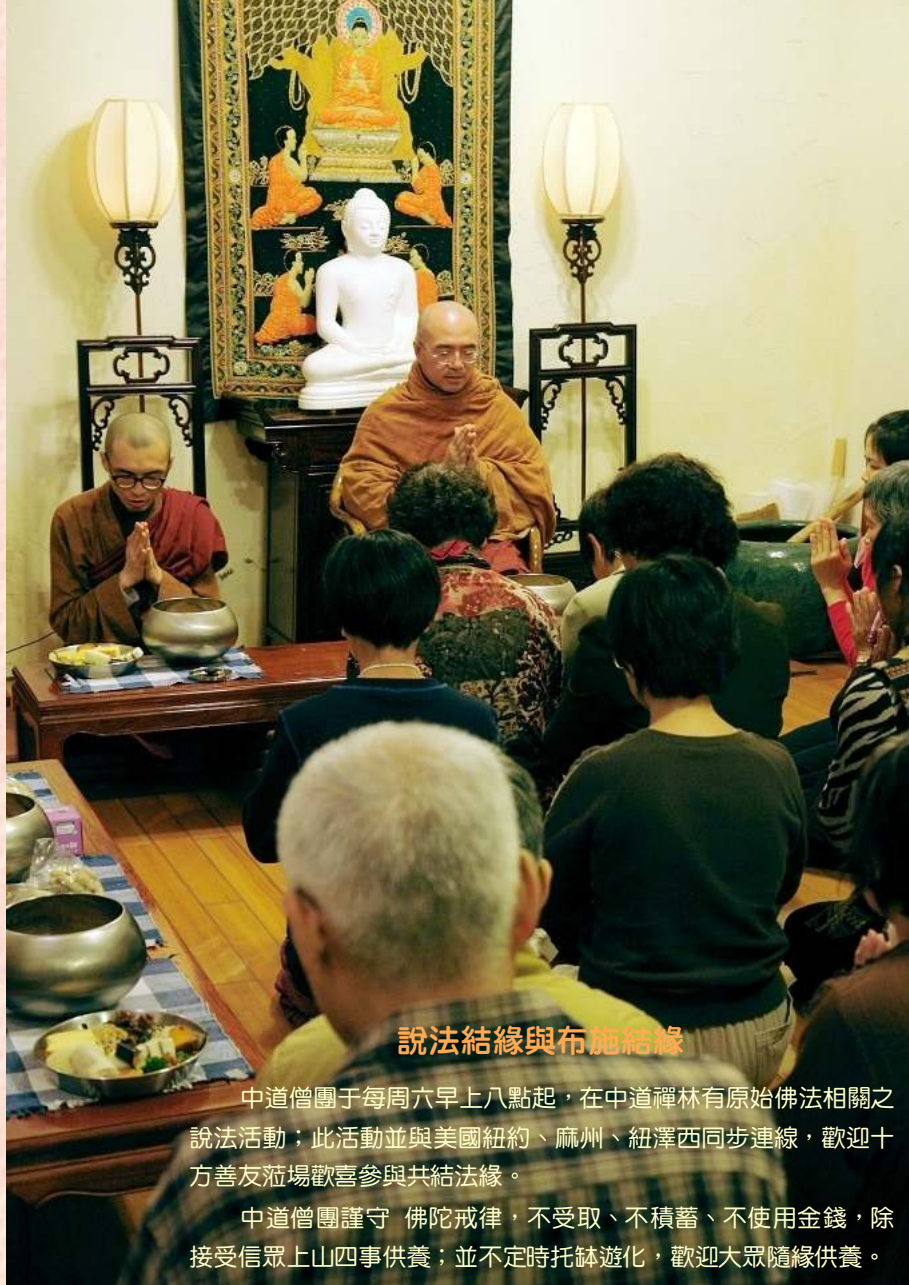
馬來西亞護持帳戶：Sambodhi World Berhad

HSBC Bank：202-124475-101

為響應綠色環保，減少紙張，

歡迎提供 email，索取電子檔。

版權聲明：有著作權 如為宣法，非為買賣，  
不修改、增減內容，歡迎翻印流通。



#### 說法結緣與布施結緣

中道僧團于每周六早上八點起，在中道禪林有原始佛法相關之說法活動；此活動並與美國紐約、麻州、紐澤西同步連線，歡迎十方善友蒞場歡喜參與共結法緣。

中道僧團謹守 佛陀戒律，不受取、不積蓄、不使用金錢，除接受信眾上山四事供養；並不定時托鉢遊化，歡迎大眾隨緣供養。

#### 馬來西亞 原始佛教會 中道禪林 主辦

2010 年 11 月至 2011 年 1 月 隨佛法師蒞臨馬、新弘法及指導禪修行程表

#### 成就三藐三菩提 重現 佛陀的中道禪法



日期	時間	天數	弘法〈禪修〉活動	活動場所	州屬/城市
30/11/10 (二) 至 08/12/10 (三)	8.00am 報到 1.00pm 離營	9	《中道禪覺營》 (二)	檳城中道禪林	檳城
10/12/10 (五) 至 14/12/10 (二)	8.00am 報到 1.00pm 離營	5	《大專畢業生/ 大專中道禪覺營》	檳城中道禪林	檳城
16/12/10 (四) 至 23/12/10 (四)	8.00am 報到 1.00pm 離營	8	《中道禪覺營》 (三)	Uttama Bodhi Vihara	雪蘭莪/ 八打靈再也
24/12/10 (五) 25/12/10 (六) 26/12/10 (日)	8.00pm-10.00pm 9.00am-10.00pm 9.00am-5.00pm	3	《中道三日禪》	怡保中道禪林	霹靂/怡保
29/12/10 (三)	8.00pm-10.00pm	1	大眾弘法	釋迦院	馬六甲
30/12/10 (四) 至 01/01/11 (六)	9.00am-5.00pm	3	《中道三日禪》	釋迦院	馬六甲
06/01/11 (四)	8.00pm-10.00pm	1	大眾弘法	馬大畢業生佛友會	雪蘭莪/ 八打靈再也
07/01/11 (五) 08/01/11 (六) 09/01/11 (日)	8.00pm-10.00pm 9.00am-5.00pm 9.00am-2.30pm	3	《中道三日禪》	千百家佛教居士林	雪蘭莪/ 八打靈再也
11/01/11 (二) 至 13/01/11 (四)	8.00pm-10.00pm	3	大眾弘法	新加坡佛教青年弘法團	新加坡
14/01/11 (五) 至 16/01/11 (日)	8.00am 報到 4.00pm 離營	3	《中道三日禪》	新加坡佛教青年弘法團	新加坡

總聯絡人：中智法師：04-2288100 法慧師兄：012-4584080 法摩師兄：019-3803520

網址：http://www.arahant-mas.org E-mail: retreat.committee@gmail.com