



佛教之心識論與心靈環保

釋惠敏

法鼓文理學院校長、臺北藝術大學榮譽教授

專長於「瑜伽行派、禪定學、梵文、人文與科學通識」等

壹、前言

有關於心識論跟心靈環保這個主題，其實有很多可能性來跟大家一起學習。我今天準備了兩個角度，不過看看時間，假如允許，或許有第三個角度，或第四個角度也不一定，看看我們今天的狀況。

貳、佛教之心識與生命和環境的關係

我選的第一個切入點，就是討論佛教的一個重要觀念：心識與萬法——各種現象；簡單的說，就是生命與環境的關係。佛教把各類各樣的現象稱為「萬法」，或者說，法有時候翻譯成現象。或許這是心靈環保的兩個重要觀念，因為我們所有的生命都是在環境當中產生，佛教對於心跟萬法的關係，也就是說生命跟環境的關係，特別是人類，因為在所有生命當中，比起任何的生命來說，人的心力是最強的。

一、人類大腦演化的進程

人類大約是五百萬年前出現在地球上。你們想像，人類是在什麼時候開始心力有突飛猛進的突破？五百萬年前，我們跟其他動物差不多，跟我們的表兄弟差不多。我們表兄弟是誰？（同學回答：「黑猩猩。」）還有大猩猩、紅毛猩猩，這三種動物是跟我們基因最接近的，我們五百萬年前跟他們差不多都長得一樣。

什麼時候才開始有一個很大的突破，你們知道嗎？大概多少年？（同學回答：「一百五十萬年。」）為什麼有大突破？為什麼有猿人？一個很關鍵的因素：腦部的發達。雖然三百五十萬年來，有很多演化的過程，但是腦部的發達是一個重要的關鍵。為什麼呢？人類的腦部開始發達以後會怎樣？會改變環境、會思考，沒有錯。用什麼方法改變環境？（同學回答：「工具。」）對，開始會使用工具了。最先用的工具是什麼？（同學回答：「石頭。」）對，一敲石頭，就發現鋒利的切面可以用來切割、可以當武器。

很多動物都會看到石頭，但是牠們可能把石頭當成絆腳石，被它絆倒了，很生氣。我們的表兄弟也會用石頭，有看過牠們用石頭嗎？牠們用石頭來幹什麼？（同學回答：「敲。」）對，敲一些堅硬的殼，但是牠們還沒有像我們會用來切割、用來當斧頭；牠們會丟石頭，但是不會想到把石頭磨成更鋒利的東西。所以，以石頭為例，很多動物看到石頭後，利用石頭的可能性各類各樣。我記得小時候在課本上還讀到一篇故事，烏鴉會利用石頭來幹什麼？（同學回答：「喝水。」）對，牠也是利用石頭。你們曉得我們用石頭來做什麼？現在的腦，利用石頭來做什麼？（同學回答：「蓋房子。」、「淨水。」、「石頭彩繪。」）我們現在的腦用石頭來做 iPhone，你們知道嗎？為什麼這麼說？（同學回答：「矽。」）對，都是矽，石頭的成分也是矽。同樣看到石頭，我們的腦跟以前的腦差不了多少，只是以前的知識只能夠用石頭切割、當武器，現在的知識已經可以把石頭的成分取出來。我們現在是資訊時代了。

二、「心」與萬法：「生命」與「環境」

這種心對萬法，就是對這個環境的改變，大家想得到它的力量。所以我們人類開始資訊時代以後，整個心力、腦力結合更強。想想以前的中國大陸，在早期毛澤東時代想要趕過英國和美國，用的是「大煉鋼」這種方法，但是那時候資訊其實是不太容易凝聚或者傳播，而到了現在的資訊時代，大陸就藉由這種資訊流通的快速，使得它的發展很快；當國外有什麼，它就有山寨版出來。你們注意，大陸對於金融，他們跳過信用卡時代，直接到支付寶。綜合以上，我最主要想跟大家談的是，到底心跟萬法的關係是什麼。

參、大乘佛教對心與萬法關係之詮釋

一、「中觀」、「瑜伽」二大學派介紹

佛教對於心識提出了一些重要的觀念，其中有一部論，在大乘裡面算是一部重要的典籍，並開展出一個學派，這個學派叫什麼名字？（同學回答：「瑜伽行派。」）相對於另外一個學派是什麼？（同學答：「中觀。」）對，「中觀學派。」這個學派對心跟萬法的一些觀念，後來被摘要成一本比較簡短的論，叫《大乘百法明門論》，等於是把萬法很具體地歸類成十個領域，這個是我們今天討論的主題，也是大家可以注意的。

有關於大乘這兩個學派大家了解嗎？我想，既然談到了，還是來談一下這段記錄。這段紀錄是由義淨三藏紀錄的，他是七世紀的人。在玄奘大師之後，他去印度留學，他的重要學習

目標是戒律，也就是「內法」。但是他從海路回來，經過南海，大概是在馬來西亞、印尼附近，也就是蘇門答臘、爪哇附近等待船隻的時候，他還不曉得是不是能夠安全的回國，所以就將他在印度的學習心得，寫成了《南海寄歸》¹，托別人帶回來。關於「內法」，裡面提到：大乘不外乎兩個學派，一個叫「中觀」，一個叫「瑜伽」。「中觀」是什麼？「瑜伽」是什麼？他各用八個字講出這個學派的特點，實在是很高超的整理重點能力。大家假如能夠把這十六個字常常想，常常去運用它，對整個大乘佛教的教理，就容易掌握了。我們一起念一下：²

中觀則俗有真空，體虛如幻，
 瑜伽則外無內有，事皆唯識。

「瑜伽」應該讀做ㄩˊ ㄩˊ ㄩˊ，不過大家習慣讀做ㄩˊ ㄨˊ ㄩˊ。這是一個翻譯的音，譯音要讀作ㄩˊ ㄩˊ，大家怎麼讀

1 參見《佛光大辭典》，頁 4727：「《南海寄歸內法傳》四卷，全稱《大唐南海寄歸內法傳》，收於《大正藏》第五十四冊，略稱《南海寄歸傳》。唐朝義淨於咸亨二年（671）自廣州至印度留學，義淨在印度等地特別注意學習佛教戒律方面的規定和僧伽制度。因此書中詳細記載了印度佛教在戒律方面的制度和規定，以圖糾正當時中國佛教中存在的弊端。學成歸國途中於南海室利佛逝國撰寫本書，並錄大唐西域高僧傳二卷及雜經論等十卷，託大律師齋送回國。本書為研究印度、南海諸國與佛教教團組織、戒律之貴重資料，其序文亦敘述當時部派佛教與大乘教團分布之情形。大乘有中觀、瑜伽，小乘有有部、正量、大眾、上座等根本四部。」。

2 義淨三藏留印時，在他的《南海寄歸內法傳》之〈序〉中說：「所云大乘，無過二種：一則中觀，二乃瑜伽。中觀則俗有真空，體虛如幻；瑜伽則外無內有，事皆唯識。」(CBETA, T54, no. 2125, p. 205c13-15)。中觀行於東南印，瑜伽則盛於中北印，這都是時代及環境有以助成的結果。

伽（《Y）瑪射線？你們會說伽（く一世´）瑪射線嗎？

二、中觀、瑜伽學派各自主張

（一）中觀學派的主張

為什麼這八個字很重要，他認為中觀學派所關心的主題是什麼？什麼是世俗的真理，什麼又是第一義諦的真理？這是他首先要告訴我們的。中觀學派關心的主題：「什麼是世間大家認定的真理。」因為世間的規範會隨著因緣改變、隨著時間改變，有它的可變性。但是超越時間的第一義諦的真理——「空」。「空」這個觀念是超越時間性的，不管是從任何時代，「空性」或者「無常性」是超越時間、空間的。而世俗的規定會隨著時間、空間改變。舉例來說，假如回到梁山伯與祝英台的時代，女生來上課要女扮男裝，因為以前那個時代強調女子無才便是德，要三從四德，那時候世俗諦的規範是如此，你如果違反這個規範，就是違反禮教。所以俗有就是世俗諦的有，這種有都是暫時的而已，因此它的絕對體性其實是如幻，這個「幻」就是好像是變魔術一樣。

（二）瑜伽行派的主張

相對於中觀學派，瑜伽行派關心的是外境跟內心的問題，瑜伽行派著重於「內心」。其實內心對我們的影響力很大，很多問題的產生，關鍵在於「內心」。我們都認為外在是「有」的，外在比較實在；但是我們要注意到，所謂外在的實在，事實上是由內心創造出來的。以我剛講的石頭為例，我們假如認

為石頭很實在，石頭就永遠是石頭了；但是我們人類曉得石頭不只是石頭，所以，從石頭創造出 iPhone。iPhone 怎麼來的？由人的心做出這些各式各樣的電子知識創造出來的。他就講這個道理。所有的萬事萬物，唯識所現。這也是我們今天的主題。

（三）以《瑜伽師地論》談論心識論跟心靈環保關係

所以我會選擇《瑜伽師地論》來談心識論跟心靈環保的關係，因為這是他的重點。但是中觀學派把心識跟外境，也就是五蘊的分類，平等地來看，認為不管心或者識，都是空性。這是沒有錯的。所以瑜伽行派也承認這一點：其實都是空，只是就都是空性來說，哪一個力量比較大？他是認為心力力量比較大。因此，可以說，或許瑜伽是站在「中觀」這個基本的原則上再去想。

再進一步思考，從內外來看，哪一個比較重要？所以接下來，我也特別介紹一下「中觀」還有「瑜伽行派」。印順法師把中觀叫做「性空唯名」，瑜伽叫做「虛妄唯識」，就是在講這兩個學派。本來沒有預定要講這個，結果在我們互動的因緣之下，還是稍微介紹一點，讓大家多了解大乘的兩個學派。

肆、《瑜伽師地論》→《大乘百法明門論》³

一、五位百法分類

《大乘百法明門論》卷 1：⁴

如世尊言：一切法無我。何等一切法？云何為無我？
一切法者，略有五種。

一者心法。二者心所有法。三者色法。四者心不相應行法。五者無為法。一切最勝故。與此相應故。二所現影故。三分位差別故。四所顯示故。如是次第。」

「第一、心法，略有八種。一、眼識。二、耳識。三、鼻識。四、舌識。五、身識。六、意識。七、末那識。八、阿賴耶識。第二、心所有法，略有五十一種。分為六位。(一)遍行有五。(二)別境有五。(三)善有十一。(四)煩惱有六。(五)隨煩惱有二十。(六)不定有四。

從《大乘百法明門論》經文，可見一百個跟心有關係的佔

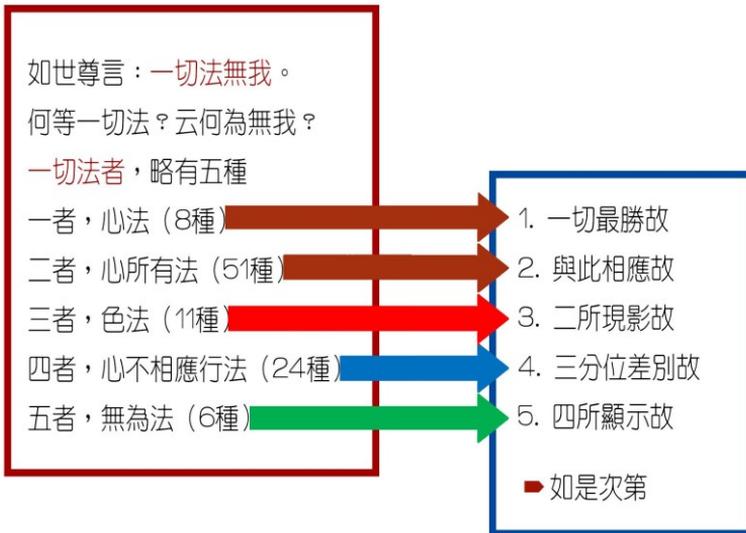
3 參見《佛光大辭典》，頁 1088：「《大乘百法明門論》梵名 Mahāyāna-śatadharmā-prakāśamukha-śāstra。全一卷。屬印度大乘宗經論部。又稱《大乘百法明門論略錄》、《百法明門論》、《百法論》、《略陳名數論》。天親菩薩造，唐代玄奘譯。收於《大正藏》第三十一冊。係摘自《瑜伽師地論·本地分》中之百法名數，為法相宗所依據重要論書之一。全書係就諸法而略分為五位百法，即：(1)心法，有眼識等八種。(2)心所有法，立偏行等六種分位，即：①偏行，有作意等五種。②別境，為有欲等五種。③善，有信等十一種。④煩惱，有貪等六種。⑤隨煩惱，有忿等二十種。⑥不定，有睡眠等四種。共 51 種。(3)色法，有眼等十一種。(4)心不相應行法，有得等二十四種。(5)無為法，有虛空無為等六種。」。

4 《大乘百法明門論》卷 1，CBETA, T31, no. 1614, p. 855, b15-18。

了幾個？（有同學回：「五十一。」校長再問：「多少？」同學回：「五十九。」）對！只要會算數的大概可以答得出來。所以你可以注意到，這一百個跟心的關係是怎麼樣？在國會裡面叫做取得過半；國會裡面有一百個席位，他取得過半。所以這可以看出有趣的地方就是，「瑜伽行派」著重唯識，它把世間的萬物萬象用一百個法來歸類，在歸類裡面，它發現跟心有關係的種類就超過一半。理論上，我們想要做的事情基本上可以通過了，因為我們國會過半；問題是，有時候我們常常在投票時候，很多都跑票了、被收買了，所以心裡想要做什麼，常常會投票不通過。

其實這部論開頭有一句話很重要，就是佛教講一切法，一切現象無我、空。「無我」是一個基本的觀念。在佛教來講，為什麼「無我」？因為無常，這是很關鍵的。所以從這個觀念來講，什麼是一切法？佛教講一切法，就需要把所有的萬物萬象先做歸類；沒有歸類清楚，就無法了解或者相信一切法「無我」。所以要先處理這個問題。

所以一切法包含五個歸類，那這五個歸類裡面，其中就剛剛講過了，跟心有關係的就佔了五十九種：八種「心法」之外，還有五十一種心的作用的「心所有法」。那這五種是怎麼分類呢？這個就是我們今天要講的一個重點。



大家有沒有注意到上圖箭頭的式樣有一點不同？裡面有幾個樣式比較接近的是哪幾個？色法有比較接近嗎？色法好像有點不同。大家有沒有注意到？物質就是色法；色法叫物質，除了十一種色法之外，還有二十四種跟心不相應的法。跟心不相應的意思是說：我的心沒辦法改變它，或者說，我沒辦法讓這些現象跟我的心來一起作用。等一下會討論到這個問題。這「心不相應行法」有二十四種，最後「無為法」六種。「無為法」是佛教想要去追求的目標。所以這五種類別可以說是佛教對於各類各樣的現象、生命、環境、物質或心理作用的分類。

二、五位法介紹

（一）心法：力量最強

這五個歸類其實重要的是右邊的說明（見上圖）。世親菩薩對「心法」的看法是「一切最勝故」，就是說它的力量最強。我們對心的力量能了解到什麼程度，就能運用到什麼程度。這個很關鍵。就好像我們剛舉的例子，我們老祖先對於石頭的心力，只能夠了解到用來作為石器而已，但現在已經能運用在資訊時代裡了，改變的力量很強。

（二）心所法：心跟心所的相應

「心所法」是什麼？「與此相應故」。「此」是指什麼？「心」跟「心所」相應，意思是，可以跟心搭配一起來做事，所以從這個角度來看，「心」就像是王或主管；「心所」就像裡面的組成份子。以我們這個講座來說，「心法」就是主持人，決定這個講座的內容、形式，要為這個講座負責任。但是光有主持人做決定，有可能成就這整個講座嗎？還需要 TA 的協助，TA 是「心所法」，就是被「心」所用的。以外，還要有學生來當「心所」。如此一層一層的相應下去才能運作。但是等這堂課結束後，學生就變成「心不相應行法」了，不理主持人了。所以「相應」就是關係。

（三）色法：心跟心所所現的影像

重點是接下來要談的：色法是什麼？「二所現影故。」「二」

是指「心」跟「心所」所現的影。事實上我們所看到的色法，就是我們所看到的外境、所感受到覺受，其實是我們心跟「心王」所現的影像。換句話說，我們不是直接認識外境，而是間接認識外境，透過我們內心裡面所造的影像來認識外境。

怎麼說呢？理論上我們大家都在這個房間裡上課，我也把 PPT 打出來，色法一樣不一樣？基本上是一樣的，因為大家看到的外在條件是一樣的。但是大家內心所現的影一樣不一樣？有可能在座的人內心現在所現的影子是 Line 的影子，也有可能是可怕的影子，或是枯燥的影子，因為裡面沒有任何男女主角，所以所現出來的影子就很枯燥，然後下一個就是黑幕，就睡著了，所現的影子是睡著的影子；還有些人所現的影子是覺得很有趣，想要深入研究，覺得這對心的了解很重要。同樣一個外境、同樣一個色法、同樣一個物質，大家所現的影子事實上是千差萬別的，所以你要現什麼影子給自己看？同樣一個逆境，同樣一個逆緣，你所現的影子是什麼？你把它看成是很傷害你的事情，它就傷害你了；你把它看成吃苦就是吃補，你就覺得很補，端看你內心裡面要現什麼影子。這是一個很重要的觀念。

這種影像在什麼時候比較容易體會呢？第一個是「作夢」（夢中意識）。我們在夢境裡所看到的，不是透過眼睛看到，所聽到的也不是透過耳朵聽到，是內心的影像獨頭⁵（獨頭意

5 參見《佛光大辭典》，頁 2331：「唯識宗將有情之心識分為八種，其第六「意識」分為四種。即：(1)明了意識，此識與眼、耳等前五識同時俱起，對於外境之好惡、長短、方圓等，一一皆能明了分別而取境，故此識稱為五識之「明了依」，又稱分別依。(2)定中意識，此識係與一切定心相應之意識，亦即獨緣定境，而不與眼、耳等五識同緣，故無一切塵境作對境。(3)獨散意識，為不與五識俱起之散亂意識，即不緣五塵之境，散亂紛雜而遍計諸法，或緣空花、水月等諸色相，或緣過去、現在、未來一切諸法，然其狀態，既非處禪定之中，亦非屬夢境。(4)夢中

識)。這就是為什麼唯識常常用夢來做譬喻：人生如夢，就像在夢中一樣。中國莊子很喜歡用這個譬喻，莊子夢到他變成蝴蝶，後來就有「莊周夢蝶」、人生如夢的譬喻。

另外一個是「定中意識」。定有兩種可能性：一種是比較日常生活的定。日常生活的專注就產生了各行各業的專業，像我電腦壞了，找會電腦硬體、軟體的人來解決；同樣看到電腦，他內心所現的影像比我強很多。

另外一個是「狂亂意識」，指的是精神性的疾病。最後一種是「瀕死意識」。瀕臨死亡為什麼會出現一些影像？因為外面的感官開始逐漸不作用了。以上是「所現影」很重要的觀念。

到這裡為止，我們介紹了心法、心所有法、色法三種。大家大概可以了解，所有宇宙萬物的現象，一是精神性的，二是物質性的；精神性的、心理性的有兩類。一個是主要的「心王」，另外一個是陪伴著一起做的「心所有法」；再來就是這個環境的「色法」。要注意的是，這個環境其實是我們的心可以去改變，或者我們的心感受很多影像的問題。

（四）心不相應行法：處中地帶的非色非心法

第四種是「三分位差別故」。「三」是指前面三個。其實這一部論非常簡短，但是字字珠璣，每一個字都沒有浪費掉。

意識，為不對諸塵而於夢中見種種境界之意識，此係由心王性境變現而產生諸相之精神作用。四種意識中，第一之明了意識與五識俱起，故又稱五俱意識，略稱五俱；後三識則不與五識俱起，故皆稱為獨頭意識，略稱獨頭，於《宗鏡錄》卷四十八，次第將此三識稱為散位獨頭、定中獨頭、夢中獨頭。」。

一者心法。二者心所有法。三者色法。四者心不相應行法。五者無為法。一切最勝故。與此相應故。二所現影故。三分位差別故。四所顯示故。如是次第。

一者，「一切最勝故」，二者，「與此相應故」，三是指前面兩個，再來第四是指前面三個，這實在是很巧妙的構思。所以第四種是指沒辦法歸類到前面三者的。為什麼沒辦法歸類？因為它不像精神，又不像物質。本來第四個的名字叫做「非色非心法」，沒辦法歸類。在做歸類的工作時，我們經常會有這個需要，它既不是甲類也不是乙類，是中間型的灰色地帶；除了黑色、白色，還有一個不是黑色也不是白色的灰色地帶，類似這樣。因為它不能歸類「色」，也不能歸類「心」，叫「非色非心」也可以，但是唯識學派從心的角度去想，因此叫它「心不相應行」；因為心沒辦法改變它、主宰它。前面三種的「分位差別」，可能有一部分是那個性質，有一部分是這性質，一部分一部分的差別，這部分湊起來是這樣而產生它差別的存在性。所以這類其實是很難歸類，又不像物質又不像精神的「心不相應行法」有二十四種。

（五）無為法：無為即有為

最後一種是「四所顯現故」。這太好了，表示前面四種所顯示的是「無為」。「無為」大家知道是涅槃。前面四種所顯示這句話很有意思：離開「有為法」，沒有另外一個「無為法」，其實「無為法」就是「有為法」所顯示。

無為是一種理想。換句話說，離開現實世界找不到一個理想世界。例如，我們要在台灣建立一個理想的世界、我要在這

個世界找到人間淨土，可能嗎？就是為什麼佛教常常講「煩惱就是菩提」。你離開問題就不敢面對問題，就不可能另外找到解決問題的方案。所以答案是問題所顯示的；解鈴人還需繫鈴人，解鈴人是繫鈴人所顯示的。

黃老師今天早上碰到的現實問題是什麼？有為法的問題是你們要九點來。他有個理想，但是這個理想，離開你們現在所表現出來的有為的現象，有一個另外的理想嗎？他要跟你們講，他不會躲在家裡說，你們要早點來，沒有用，他躲在他房間裏面對著空氣講，空氣是無為，對空氣講有用嗎？他還是要對著這一群「色法」、「心法」講，這就是「四所顯示故」。所以大家記住這五句話，大概就能對於佛教所謂智慧或精隨，可以掌握十有八、九了。

我們準備要上課，請諸位影像入座。你們都是我心裡面的影像。我為什麼說影像呢？其實，這個觀念對我來講，是每天從早到晚一直在運用的，也就是怎麼成就我內心所反映的世界。所以，我最基本的修正從內心的影像開始，特別我們從早到晚都會碰到一些困難的人事物，但是我們只要變換一個角度，就會發現一切都一樣，所現的影像就是講這個道理。

三、「心不相應行法」、「無為法」之法數開展

我們接下來看「心／色不相應行法」。心不相應行法 *citta-viprayukta-samskāra*，略有二十四種⁶。我們不會細講「心不相應行法」，大概看一下內容。

6 《大乘百法明門論》，CBETA, T31, no. 1614, p. 855c10-16。

一得。二命根。三眾同分。四異生性。五無想定。六滅盡定。七無想報。八名身九句身十文身。十一生十二老。十三住十四無常。十五流轉。十六定異。十七相應。十八勢速。十九次第。二十方。二十一時。二十二數。二十三和合性。二十四不和合性。

從比較簡單的來看，早期在發展這個萬物萬象的歸類的時候，不是發展現在的一百種。大家曉得，另外一個分類方法有幾種嗎？七十五種。關於我今天講的假如還要再進一步去看，有兩個資料庫：一個是我們學校建的「《瑜伽師地論》的資料庫」，大家搜尋這個關鍵字就可以找得到；另外一個資料庫是日本東京大學建的資料庫，叫做「佛教用語定義的用例集」⁷。裡面一個是《阿毘達磨》，就是早期部派佛教的五位七十五法，另外一個就是今天我講的《大乘百法明門論》。

這個網站⁸上面有把這些所有相關的資料彙整，大家假如搜尋「五位七十五法一覽表」，或者《大乘百法明門論》法數一覽表，大概也可以找得到這個網站，他的梵文叫做 Pōru kośa（ポール）。梵文的意思就是寶藏，所以我們中文 kośa 翻譯成「俱舍」，「俱舍」就是寶藏。這個網站用了一個梵文名稱，你們可以看到五位七十五法，它把各類各樣的資料都整理了，有梵文的資料、漢譯的、西藏譯本、日文的解釋、梵文原文、西藏文的原文，還有歐美，英譯、歐譯的。

7 ブツゴーサの著作に至るパーリ文獻の五位七十五法對應語—佛教用語の現代基準譯語集および定義的用例集—バウツゴコーシャ III。

8 《瑜伽師地論》數位資料庫，網址：<http://ybh.dila.edu.tw>。

天親菩薩造，玄奘法師譯《大乘百法明門論》，第四、心（／色）不相應行法 *citta-viprayukta-saṃskāra*，略有二十四種。

| | | | |
|-----------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| 1. 得 prāpti | 7. 無想報 āsaṃjñika | 14. 無常 anityatā | 19. 次第 anukrama |
| 2. 命根 jīvitendriya | 8. 名身 nāma-kāya | 15. 流轉 pravṛtti | 20. 方 deśa |
| 3. 衆同分 nikāya-sabhāga | 9. 句身 pada-kāya | 16. 定異 pratiniyama | 21. 時 kāla |
| 4. 異生性 visabhāga | 10. 文身 vyañjana-kāya | 17. 相應 yoga | 22. 數 saṃkhyā |
| 5. 無想定 asaṃjñi-samāpatti | 11. 生 jāti | 18. 勢速 jāva | 23. 和合性 sāmagrī |
| 6. 滅盡定 nirodha-samāpatti | 12. 老 jarā | | 24. 不和合性 anyathātva |
| | 13. 住 sthiti | | |

上表中所顯示有網底的字代表原先被歸類在七十五法裡面，所以，從七十五到一百，一定增加很多，增多的就是沒有網底的部分。

（一）心、行相應才有得

「心不相應行法」第一個概念就是「得」，得到。為什麼原先的部派佛教對「得」這個觀念覺得很特別？因它牽涉到佛教的一個基本觀念「無我」。

我們所有行為的造作，最後都會得到。但是，「得」這件事情，或者說這個現象，要如何與「心法」、「色法」歸類或者連結呢？例如，我現在要生氣，馬上生氣的情緒就可以跟我相應。當我把生氣的情緒表達在臉上的表情、表達在言語、表

達在動作上，大家就會知道我生氣了。心與行為是相配的。但是，如果大家選修這堂課，心裡想要得到學分卻不來上課，期末能得到學分嗎？不可能，因為行為跟心不相應啊！所以，不管是善法或是惡法，得到了壞的果報，得到了好的果報，「得」這件事情，沒辦法用心來包括。

很重要的一個觀念是，佛教講唯心所造、唯識所現，沒有錯；但是不要把相應這件事情混同，以為一切都是唯心所造、唯識所現，因為它不一定會跟你相應，所以不是你想要什麼，就可以有什麼，需要有各種因緣才能夠促成。其中，時間、空間、數字都不是我們心裡想要它改變，它就會改變的。這個觀念很重要，很多人以為佛教講唯心所造，心裡面就可以為所欲為，像我要抒發我的各種心理作用一樣。

（二）佛教的理想

談到佛教的理想——「無為」*asaṃskṛta* 者，略有六種：

1. 虛空：無色性，容受一切所作業故《集》
ākāśa
2. 擇滅：是滅是離繫《集》
pratisaṃkhyā-nirodha
3. 非擇滅：得不因擇，但由闕緣《俱》
aprasaṃkhyā-nirodha
4. 不動滅：已離遍淨欲，未離上欲，苦樂滅《集》
āniñjya
5. 想受滅
saṃjñāvedayita-nirodha
6. 真如
tathatā

請問上圖裡有網底的字跟沒有網底的字有什麼不同？有網底的字代表五位七十五法，就是原來五位七十五法的歸類。所以《大乘百法明門論》增加了三個，也就是增加了一倍。當初我也在思考，為什麼會增加？我想，其實某個角度是這樣：為了要湊成百法。因為一百這個數字太漂亮了，很圓滿；一百就代表萬、百千萬，可以代表萬法，所以世親菩薩再多找了三個無為法進來。請問這六個「無為法」裡面，什麼是佛教的理想？或者說我們佛教徒夢寐以求的境界是哪一個？（同學回答：「真如。」）「真如」是求不到的，真如本來如是，你怎麼求？真如是講本來面目或者本來如是。真如是講緣起法，緣起法是求不到的，它本來就是如此。

哪一個是我們佛教徒夢寐以求的目標？（同學回答：「1. ākāśa（虛空）：無色性，容受一切所作業故《集》。」）這個是第一個，他是說「容受。」不過在佛教裡面，其實「虛空」是用來做譬喻，比喻涅槃的境界，或者無為的境界，比較屬於譬喻性質的。因為你不可能追求那個境界。我們身心不可能變成虛空。所以虛空無為，其實是在說明一種無為的譬喻。佛教發現虛空很適合來做譬喻，因為虛空無色，但是又可以現出各種顏色，可以容納各種各樣的，又不能用火燒炙、用水淹沒，用虛空來做無為法的譬喻太好了。

第 2. pratisamkhyā-nirodha（擇滅）：是滅是離繫《集》。擇，在這邊確實是講智慧，抉擇。佛教認為，什麼東西是無為法，無為的意思就是不會有問題，不會有後患，不會有煩惱，就是要智慧抉擇。離繫，繫就是煩惱，離繫就是離開煩惱，所以這裡的滅就是講煩惱滅，滅 nirodha。佛教重視的就是由智慧的滅，才是能夠徹底的滅。擇滅無為，簡單的講，由智慧徹底的解決問題。因為我們解決問題有兩個方法，一個是由智慧解

決問題，找到問題的根源，另外一個是像禪定一樣，把自己的身心穩定下來，心不管外境，問題可不可以解決再說，但是先把自己用禪定力控制下來，把自己的情緒控制下來，這也是一個暫時解決問題的辦法，不然情緒一爆發，問題更複雜。但是你真正要解決的問題還是要去面對，「擇」就是要選擇，要做判斷，需要整體的智慧。

過去，大家對太陽和地球還有宇宙的關係，認為地球是中心，一直到哥白尼以後開始改變，知道地球不是宇宙的中心。這個智慧、選擇讓我們脫離所謂地心說，現在也沒有人再說地球是宇宙的中心，不可能再用這個觀念把別人綁住，這就是擇滅的一種。還有就是民主，全世界大概也走不回去非民主的時代。像這類都是人類的擇滅。人類一直在進步，就是我發現一個問題，我要提出一個解決方案，而這個解決方案，是徹底的解決方案，去做就沒辦法回頭的方案，滅了這個問題、使問題解決了。因為有一個非常正確的答案，或者是真實的答案，才是所謂的「擇滅」。同樣的，「無我」也是類似這個樣子，只是我們無時無刻都是以「自我」為中心，很難打破。因為我們看外面、講外面比較容易，不管是以地球為中心，還是以太陽為中心，跟日常生活沒關係，飯照吃，路照走，但是以「自我」為中心這個觀念，牽涉到從早到晚上的抉擇，吃飯的時候一定是以「自我」為中心，而有好吃不好吃的分別。

再來，第 3.個. *apratisaṃkhyā-nirodha*（非擇滅）：得不因擇，但由闕緣《俱》。

「非擇滅」，有些狀況不是因為沒有智慧判斷，而是緣闕，沒有那個因緣。舉個例子：假如沒有學分，這堂課大概就會有同學要來就來，不來就不來；大家今天來上這堂課不是自己抉擇想要來，所以我們這個學分相當於叫做「非擇滅」。就是有

個因緣把你卡住。但是我們的理想是擇滅，就是未來，不管有沒有這堂課，你們都可以繼續學習，學習這個主題，這個才是擇滅；假如這堂課結束了，你們就從此跟它 bye bye 了，這個就是非擇滅，就是你的學習是被著這些條件牽制，有條件就有學習，沒有條件就沒有學習。

所以以上三個的重點其實是二，第一個是做一個譬喻，解釋你假如達到那個境界的話，就會跟虛空一樣；第三個是做一個對比，就是對照組會怎麼樣；以這三個討論「無為」其實大概就很足夠。

伍、心為法本，心尊心使

今天把這段講完就很圓滿了，因為講心為最勝，你不要說那只是世親菩薩講的而已啊！真的，我們舉《法句經》的第一首和第二首詩歌說明佛教的普遍性。

「心為法本，心尊心使，中心念惡，即言即行，罪苦自追，車轆於轍。心為法本，心尊心使，中心念善，即言即行，福樂自追，如影隨形。」 《法句經》(T04,p.562a13)

「*All mental phenomena are preceded by mind, Mind is their master, they are produced by mind. If somebody speaks or acts with a corrupted mind, Hence suffering follows him, Like the wheel the foot of the bearing animal.*」 Dhammapada (1.verse, 1.chapter, n.d.)

「諸法意先導，意主意造作。若以染汙意，或語或行業，

是則苦隨彼，如輪隨獸足。」《南傳法句經》（B07,p.39a3）

請問這首詩歌有哪些關鍵字？（同學答：「心。」）還有呢？看到它的關鍵字了沒有？奇怪剛剛怎麼看不出來？為什麼會這樣？這就是先前說的，接觸到同樣的色法，大家內心裡面的影像不一定一樣。

這裡面有幾個觀念：「心」跟「法」、「善」跟「惡」的對比，接著心會產生「言語」跟「行為」，然後惡會產生苦的結果、善會產生樂的結果。所以反過來，什麼叫做善、惡？會造成苦的結果的事情我們不要做，會造成樂的結果的事情我們適當地做，不能講盡量做，任何事情盡量做都會有問題，適當地做就好。

最後，他以譬喻來說明：車輪的譬喻，還有影子的譬喻。其中，我們來看一下漢傳與南傳關於「車輪」的翻譯。漢譯是車輪跟著軌道，但是南傳是車輪跟著獸足。這怎麼說呢？車輪走久了就順著軌道走。其實這說明了，一件事情做久了就會有習慣性的連結，所以好的習慣跟壞的習慣會造成不同的結果。南傳的翻譯是輪子跟著牛的腳走，這個譬喻有兩種可能性：一是言行跟著心走，另外一個是善惡會跟著苦樂的結果走。

所以，我們一般規範的重點是心要改變。外面可以裝出來：言語可以講得很漂亮，行為可以做得很假，但是內心裡面是怎樣？有一個故事很有名，收錄在《南嶽總勝集》卷2：⁹

有唐懷讓禪師，結菴於思之故基。有道一和尚坐禪于側久之。讓往以磚磨而激之。一謂讓曰：磨磚何用。曰為鏡。一曰：磚如何得作鏡？讓曰：磚既不能作鏡，坐禪如何成

9 《南嶽總勝集》，CBETA, T51, no. 2097, p. 1070, c18-24。

道？一異之曰：畢竟如何即是？讓曰：謂如乘車者車既不
行，鞭車則是？鞭牛則是？一決然開悟。」

一位道一和尚，去跟懷讓禪師學禪法。道一很專心地在打坐，懷讓看到他在打坐就在旁邊磨磚。道一問說：你磨磚要幹什麼？懷讓回答：我磨磚是要把它變成鏡子。道一問：磨磚怎麼可以變成鏡子？懷讓答：那你坐禪怎麼可以成佛？怎麼可以成道？請大家注意，其實他並不是否定坐禪，而是提醒類似的道理，車子不走，你要打車還是打牛？打牛。一樣的，你坐禪如果只是外表坐在那邊，心要嘛昏沉、要嘛散亂，會有用嗎？你的心是牛，那才是最終的主導。同樣的，老師可以規範學生，你們外表不講話，行為乖乖地坐在那裡，但是心就是很想亂動；老師出去以後，大家就原形畢露。都是講同樣的道理。

因此，這裡有一個觀念：「諸法」與「諸法本」。諸法本講「心」，心歸於法本；有時候講最勝：表達出背後潛在的後台老闆才是關鍵。所以，光從表面上去約束，沒有不對，也不是不好，但只會是暫時的。法律規範也是如此。例如規定大家騎車要戴安全帽，但是很多人在校園裡面騎車就不一定會戴安全帽，因為校園裡沒有交通警察，同學不是真的內心裡面覺得戴安全帽很重要。騎車會戴安全帽是因為會被罰五百塊；他的內心裡面沒有改變，只要警察沒有注意到、校園沒有人管，他就不戴安全帽。但是這種情況總有一天會有苦果，腦是很重要的關鍵，一旦摔車，後果就不堪設想。

苦樂其實像草履蟲一樣，對於苦或者環境，是很基本的反應，想要離苦得樂是基本生存的條件和本能，問題是人開始注意到互相合作的關係。俗語說：「日頭赤焰焰，隨人顧生命。」

理論上，當有猛獸來，假如只是為了自己的苦樂，應該會各跑各的；但事實上，牛群受到猛獸攻擊時，會集體逃命，並把弱小的保護在裡面，因為這個方式長期下來對族群有利，族群才會繼續存活下來。假如一個族群沒有形成這個習慣，大概就會被淘汰了。一樣的，老弱是每一個生命都會有的過程，小到一個細胞也是一樣。細胞膜會形成脂質、樹木有樹皮、地球還有大氣層的保護圈，都是類似的原理。我要講的就是，人類開始注意到利他，其實才是一個很重要的心理因素，你發現我為人人以後，結果卻是人人為我！這是大乘佛法一個很重要的關鍵：討論利他的問題。

陸、結語

我想時間差不多了，最後總結就是：人類發展一個很重要的、精緻的利他作用。解決煩惱有幾種可能性：一是對治，另外就是用更強大的利他觀念。私慾或者我執跟別戒有很大的關係，所以大乘佛法找出一個比較普遍性的解決方案，就是由利他來處理個人的煩惱或者團體的問題。確實現在有很多人都注意到，利他在未來整個世界是很重要的價值觀，社會企業也開始注重利他，雖然基本上企業是以賺錢為目的，要自私自利，但是它開始幫忙解決社會問題。

今天最主要想要跟大家分享的是這些，其他的資料大家可以自己製造自己的影像，慢慢學習。佛教對於這方面的議題，有非常豐富的資料，也是所謂人類遺產。大家假如能夠善用，其實也是我們的天職，我們的責任。為什麼呢？因為很多漢譯

的經典文獻，我們可以看得懂，比其他人方便。歐美學者要看佛經，要從梵文、巴利文，或是漢譯、藏譯，以及現在有的日譯著手。但是我們掌握一些基本條件，希望大家能夠善用、理解。我們時間到了，很抱歉不能讓大家發問，不過有問題可以在不同的機制上面，例如小組討論或者其他的方式來進一步了解。我們今天就到這邊，謝謝大家。

引用文獻

佛教藏經或原典文獻

- 「中華電子佛典協會」（Chinese Buddhist Electronic Text Association，簡稱 CBETA）電子佛典系列，2016 版光碟。
- 《南傳法句經》。CBETA, B07, no. 17。
- 《法句經》。CBETA, T04, no. 210。
- 《大乘百法明門論》。CBETA, T31, no. 1614。
- 《宗鏡錄》。CBETA, T48, no. 2016。
- 《南嶽總勝集》。CBETA, T51, no. 2097。
- 《南海寄歸內法傳》。CBETA, T54, no. 2125。

專書、論文或網路資源等

- 榎本文雄（2014）。《ブッダゴーサの著作に至るパーリ文獻の五位七十五法對應語：佛教用語の現代基準譯語集および定義的用例集—ハウツダコーシャ III》。《インド學佛教學叢書》17。東京：インド學佛教學叢書編輯委員會。
- 法鼓佛教學院（2009）。《瑜伽師地論》數位資料庫（Yogācārabhūmi Database）。網址：<http://ybh.dila.edu.tw>。
- 臺灣大學數位人文研究中心編（1995）。《經文選讀：Dhammapada》。網址：http://buddhism.lib.ntu.edu.tw/DLMBS/lesson/pali/lesson_pali3.jsp
- 佛光大辭典編修委員會編（1988）。《佛光大辭典》。高雄：佛光文化事業。