

# 解 脱

## 经与律的关联

达摩悟陀长老 著

此文首次刊登于 1999 年 3 月份的 THERAVADA,  
THE JOURNAL OF THERAVADA SOCIETY OF AUSTRALIA。  
曾翻译为德文，并于 2000 年于瑞士出版。

1999 年 4 月 第一版  
2004 年 8 月 第二版  
2010 年 1 月 第三版  
免费赠阅 只限非回教徒

### 感谢

所有助印及于各方面给予协助的善信

### 印刷

Chee Khoo Printings Sdn Bhd  
352-G-6, Macallum Street Ghaut, 10300 Penang, Malaysia.  
Tel: 04-263 1257, 262 3485  
Fax: 04-264 3492

### 封面设计

相片所示为乔达摩佛寺的其中一间茅舍

一切布施中 法施最无上  
*Sabba Danam Dhammadanam Jinati*

但愿一切众生喜悦于此法施的功德



# 解 脱

## 经与律的关联

达摩悟陀长老 著

*Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma Sambuddhassa*

### 引言

目前关于佛教的书刊增繁很多，读者在研读这些书籍时，难免会吸取作者的看法和他们对佛陀教义的见解，而有些可能会导致产生错误的看法。另一方面，有些禅修教师劝导他们的学生只需要修禅而不必研读经典。事实上，他们的目的是要学生们只听从他们的教诲。为了避免这两种极端，我们应该根据佛陀所教的中道去修行——即研究佛经<sup>1</sup>和尽我们最大的努力去修习八正道。无论是出家众或在家众，根据佛经修习佛法的重要性绝对不是言过其实的。

---

<sup>1</sup> 从《中部第 53 经》及《增支部第 4.22 经》里可以看出佛陀对经教的重视。

佛陀曾经告诫，在未来，人们将拒绝听闻他的经典（sutta）。在《相应部第 20.7 经》里，佛陀说：“...将来，如来所讲述的经典—深奥的、意义渊博的、超越世界的、关于空性的；当这些经文被宣说时，他们不想听闻，不想随时恭听，不想了解、背诵及精通之。但是，那些诗人所作的讲述，只不过是诗词，用字词与片语汇集成文，外门的（与佛陀教示不同的）、弟子所讲述的；当这些东西被表达时，他们则会听闻，会随时恭听，想要了解、背诵及精通之。就这样，比丘们，如来所宣说的经典，深奥的、意义渊博的、超越世界的、关于空性的，将消失无踪。因此，比丘们，你们应如是训练自己：就是这些经典，我们要听闻，随时恭听，了解、背诵及精通之。”

许多人宁愿舍弃佛经而研读其他书籍或听闻其他人的教示，这些教示可能与佛陀的经典是不一致的。如此，将衍生两项祸害：

- (1) 佛经的消失
- (2) 人们将对佛法产生错误的见解

## 汇集经（尼柯耶 Nikaya）

经典存于经藏（Sutta Pitaka）里。在经藏里总共有五集本或五部尼柯耶，其中最早的四部是：

- (1) 《长部》（Digha Nikaya）  
汇集成三本，共三十四则长篇经文
- (2) 《中部》（Majjhima Nikaya）  
汇集成三本，共一百五十二则中篇经文
- (3) 《相应部》（Samyutta Nikaya）  
汇集成五本，容纳约二千则短篇经文
- (4) 《增支部》（Anguttara Nikaya）  
汇集成五本，容纳约二千则短篇经文

第五本经《小部》（Khuddaka Nikaya），是比较小的汇集本。虽然被称为“小部”，其实它是最大的一部，因为经年累月越来越多经文被加插进去。目前泰国和斯里兰卡的版本已增加到十五本书。1956年，于缅甸的僧伽结集大会（Sangha Council）上又多加了三本不是佛陀亲口讲述的佛经。它们是《弥兰王问经》（Milinda Panha）、《藏解释》（Petkopaḍesa）和《指导》

（Nettipakarana）。这就是《小部》经从较小集本逐渐形成最大集本的来龙去脉！这对未来的五百年或一千年肯定会造成更多的混淆。在目前的十八本书里，可能只有六本是可靠的，因其内容与经藏的内容并没有相互矛盾。可靠的六本书是：《法句经》（Dhammapada）、《集经》（Sutta Nipata）、《长老偈》（Theragatha）、《长老尼偈》（Therigatha）、《如是语》（Itivuttaka）、《感兴偈》（Udana）。

身为佛教徒，我们应该熟悉佛法。若有可能，每人都应拥有自用经本。我们鲜少找到没有拥有可兰经的回教徒或没有拥有圣经的基督教徒，但遗憾的是，我们却看到许多没有尼柯耶的佛教徒。

## 以法为师、以戒为师

虽然目前佛陀的教示常被称为三藏（Tipitaka/Tripitaka），然而于佛经中，佛陀都把自己的教示称为“经、律”。于《增支部第 4.180 经》里，佛陀明确地称法为经（Suttas），而律则

是僧众及尼众的训练准则。在尼柯耶里，佛陀也把经喻为正法（Saddhamma），即真正的佛法。

正法体现于佛陀所讲述的最早期经典里，它们分别为《长部》、《中部》、《相应部》、《增支部》及之前所提及的六本《小部》。这些经典基本上被所有源流的佛教派系所接受为佛陀的原本教示。不像其他具有争论性的书本内容与这四部汇尼柯耶的内容是存有矛盾之处的。最早的经藏内容是非常一致的，并同时蕴含了从苦中获得解脱的特质。

《大般涅槃经》（《长部第 16 经》）里详细地描述了佛陀即将入灭时的情形。佛陀教导弟子们说：“我为你们指出及陈述的法与戒律，将在我离去后成为你们的导师。”这是一项非常重要的声明，但其重要的意义却被许多佛教徒给忽略了，因为许多佛教徒不曾听说过这项教导或没有深入领悟其重要性。他们长途跋涉到处寻访名师；一个足以令他们引以为荣和吹嘘其成就等的老师。有些人甚至为了此目的而不惜跨越半个地球。

这些人因觉得他们的老师在某些德行表现出色而制造个人崇拜，且并不是以法与戒律为基本条件。一些例子显示，若干年后，这些人在老师去世后便落得孤立无援。虽经过多年的熏陶，这些信徒却没有显著的进步，也未能领略到真正佛法的精髓。他们将感到空虚。因此，我们必须时常谨记佛法与戒律才是我们的首要老师。

再次于《长部第 16 经》里，佛陀说：“比丘们，以你自己为明灯，以你自己为皈依，勿以其他为皈依。以法为你的明灯，以法为你的皈依，勿以其他为你的皈依。”换句话说，我们应该只依靠自己和佛陀的教导。

## 以佛陀的教导为前鉴

让我们细想佛陀灭度后发生了什么事。大约在佛陀灭度后一百年，僧团内部里起了纠纷。于是召开了第二次僧伽结集大会以解决他们之间的歧见。当时有十个争议，其中一项是关于我们是否必须时常遵循我们本师的教导。于此，大众一致决定：若一位

僧人所教的或指导的是根据佛陀的教示（即根据最早期的经藏与律藏），那就该接纳该僧人的话。反之，如果他的指导与佛陀的教示相互矛盾，那就不该接受。

由此可见，第二次僧伽结集大会在这方面的裁决非常清楚和明确地指示：我们应该优先考虑佛陀的话，其次才考虑其他僧人的话。所以，佛教徒必须熟悉佛经，好让自己有能力鉴别僧人或其他导师的教导是否与佛陀的教示相应。这就是为何佛教徒应随时铭记法与律为他们的首要老师；而给予在家众更具体的是经藏里最原始的开示。

## 只皈依佛、法、僧

在佛经里，佛陀把僧人称为益友（或善知识 kalyanamitta）。一位僧人是你的益友，因为他把佛陀的教示介绍给你，并鼓励你踏上修行之道。然而，须接受三皈依（即皈依佛、法、僧）的是你自己。但目前，有些人却多加了第四条皈依（即皈依

一位僧人或老师)。这是与佛陀的教法相抵触的。经典里非常清楚地阐明了这一点。

例如于《中部第 84 经》里就叙述了一位国王向一位善于教导的阿罗汉请求皈依于他。然而，那位阿罗汉却回答说不能皈依他，而只能皈依佛陀、佛法及僧团。那位国王于是追问佛陀在何方。该阿罗汉解释说佛陀已经入灭，但人们仍旧应该以佛、法、僧为皈依。这显示了我们应该时常视佛陀为我们的首要导师，而现在则含蕴于其教示（法与戒律）里。法是指他的教示（经）；僧伽则为住于寺院里的出家人团体，理想中是指圣贤的僧众<sup>2</sup>。

## 举世闻名的导师也会有邪见

要鉴别圣贤与非圣贤是很困难的事，而我们不能只依赖传闻。例如有人推荐某位很出名的出家人，说他已经证得了很高的境界等，都是非常不可靠的。

---

<sup>2</sup> 《中部第 142 经》。

正如佛陀于《增支部第 5.88 经》里所说，有时一名举世闻名的僧人，年资很高，拥有众多的在家和出家弟子，并且对经教有很高深的学问，也有可能拥有邪见。佛陀为我们的将来（即目前在这个时代）提出了警告，因为他看见，同时也知道就算是这类僧人也依然是不可依靠的。因此，唯有经典（及僧团的戒律）才是可并应该视为我们主要的老师。其他的老师可视为修行上的友伴。

于《增支部第 4.180 经》里，佛陀教导我们如何辨别真伪。他劝导说，当某位僧人教导我们说那些法是佛陀的教示时，我们应该在不轻蔑或认同他的话之下，从经与律里寻求对照。如果他的话并非根据经与律而言的话，我们就应该摒弃它。

这例子再次说明了对经律的认识和掌握是个可靠的指南，并能把我们导向佛陀真正的教义。这些知识能使我们辨别谁是教导我们正法的老师及谁拥有邪见。

## 正法的重要性

于《相应部第 16.13 经》里，佛陀警告说正法将会在他入灭后持续五百年，之后要分辨真实教示与伪说将会非常困难。为何会如此呢？因为后期的书本中虽然也有许多含藏“法”，但其中也添加了非法（即与正法相互矛盾的）。这些散布于书本内容里，经过更改的字句，就只有思想敏锐以及熟悉经典内容的人才能够觉察出来，否则是很难辨别后期及原本的汇集本的。

## 经营黄金的比喻

在同一部经里，佛陀比喻辨别佛法真伪的情形有如经营黄金一样。他说有一段时期人们还要购买黄金，因为当时的市面上只售卖纯金。可是直到有一天，当有人懂得伪造黄金，并且品质令人难以辨别黄金的真伪时，人们将会提高警惕，并且不愿意购买黄金，因为他们恐怕购买到伪造的黄金。同样的，佛陀说将来佛法会被污染。而当这种情形发生时，人们将很难辨别佛法的真伪，并对佛法失去兴趣。因此，我们必须不厌其烦地探知何谓正法，才

不会感到困惑。

## 正见的重要性

为何确保我们修学的是正法是如此的重要呢？我们知道佛陀所教导的八正道是引导我们脱离苦海（无数轮回）的唯一道路。《中部第 117 经》里声明八正道中以正见为首。没有正见，我们就是还没进入八正道。根据这部经，正见引导正思维，而后为正语。正语引导正业。正业则引导正命，以致正精进。最终，正精进将为正念的基础，而后引导正定。由此可见，八正道是先从正见开始，再一步一步地修成的。

于《相应部第 45.1.8 经》里也解释说一位持有正见的人明白四圣谛。一位完全理解四圣谛的人将成为阿罗汉或辟支佛（Pacceka-buddha），甚至成为正等正觉（Sammāsambuddha）。即使是对四圣谛有浅显的理解也能使一个人成为圣人。正见是须陀洹入流的条件。于《增支部第 9.20 经》、《增支部第 10.63 经》以及《相应部第 13.1 经》里证明了一位

须陀洹是具有正见的。显然，一个人在实践八正道时，首先要获得的就是正见。正见是极为重要的。

## 听闻佛法的好处

佛陀称他的弟子为声闻众，强调了听闻经法的重要性。经藏及律藏里清楚的显示所有证得须陀洹的人都是由于听闻佛陀说法而证得的。如今，我们非常的幸运能够拥有收藏于尼柯耶中，佛陀所讲述的经典。阅读经典就如坐在佛陀身旁听闻佛陀说法一样。有智慧的人不应该浪费这个稀有的机会去深入研读这些最早期的经典。

于《长部第 14 经》里，佛陀说共有六尊佛<sup>3</sup>分别在九十一劫里出现过。那就是说，平均每十多个劫才有一尊佛出现于世。佛陀比喻一个劫是无可想象的长时间（《相应部第 15.1.5 经》）。一尊正等正觉（Sammāsambuddha）出现于世实在是十分稀有的。我们确实很幸运能够生存于佛法仍然盛行的时

---

<sup>3</sup> 后来的书本才提及二十八尊佛。这是显示后来的书本与四部汇集经有不同内容的好例子。同样地，一个人可能不会察觉到其他更重要的差异，除非他非常熟悉佛陀在经典里的话。

代！这就像是生活在佛陀仍在世的时期。实际上，就算我们是活在佛陀在世的年代，或许也不能好像现在能通过书本式熟悉佛陀约五千则经。

## 入流从闻法获得

于《增支部第 5.202 经》里列出了五种闻法的好处，其中的一项便是获得正见。既然获得正见相等于证得圣贤的果位，这很明显地指出闻法能够使一个人成为圣贤弟子<sup>4</sup>。

于《中部第 43 经》里陈述了两个致使正见产生的条件：

- (1) 他人之言说（佛法之教导），及
- (2) 给予正确的注意力或深入的省思（yoniso manasikara）<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> 根据《相应部第 25.1 经》，一个人在明白了佛法后登上初果之道，并在将死时证得第一果位（Sotapanna 须陀洹）。

<sup>5</sup> Yoniso manasikara 意思是能够用心思虑（manasikara）一个问题的根源（yoni），即彻底的思量（如理思维）。

这是非常重要的——正见唯有在聆听他人讲解佛法才能生起，而并非是通过个人修禅证得的。

于《相应部第 46.4.8 经》里，佛陀又印证了另一件事。他说，当一个人很专注地闻法时，五盖（nivarana）就不会出现，而七菩提分（bojjhanga）也圆满俱足。这些都是成为圣贤的条件。所以，如果我们能够专心一致地闻法，我们是成为圣贤的。

在《增支部第 10.75 经》里讲述了一个人因闻法而获救：“…因为他有听闻（savanena），他多闻（bahusacca），他有透视之见，他便获得了部分的解脱…此人因闻法（dammasota）而获救了。”

Sotapatti 这个词是由两个字组成的。“sota”的意思是“流”或“耳”，“apatti”的意思是“进入”。一般上，须陀洹被翻译成“入流”，但也可解释为“入耳”——可理解为“耳为法所透入”。如果我们更深入地研究佛经，就会发现“入耳”这个翻译也可使用，因为佛陀的弟子被称为声闻或倾听

（于法）者（savakas），而在经里佛陀也时常把他们称为“圣贤弟子”（例如《增支部第 4.58 经及第 5.41 经》）。

于《相应部第 55.6.5 经》里阐明了四个达致须陀洹流（Sotapattiyangani）的必备因素：

- （1）与真实者为伍（即那些明白正法的人）
- （2）听闻正法
- （3）用正确理念深入省思 (yoniso manasikara)  
或如理思维
- （4）依正法修持（即依照正法而活，例如守戒等）

再者，我们从经藏和律藏里发现每一个证得须陀洹的人都是从听闻佛法中证得的。这些人被喻为证得法眼（dhammacakkhu），即佛经里所解释的觉悟到“有生，必有死”。这种人也被喻作已经“明白（根本）佛法，远离疑惑，并在佛理上不再依赖他人”。

## 须陀洹与斯陀含不需要圆满的禅定境界

于《增支部第 3.85 经》及《增支部第 9.12 经》里，佛陀说须陀洹和斯陀含（初果及二果圣人）持有圆满的戒律（sila）；三果圣人阿那含（Anagamin）持有圆满的戒律以及圆满的禅定境界（samadhi）；四果圣人阿罗汉（Arahant）持有圆满的戒律、圆满的禅定境界，以及圆满的智慧（panna）。

这两部经示意着如果要达致阿那含及阿罗汉的阶段，就必须持有圆满的禅定。而佛陀常在经典里（例如《相应部第 45.1.8 经》及《相应部第 45.3.8 经》）把它解释为四种禅那（jhana）。然而，于《相应部第 48.10 经》里，心念专一也被定义为四种禅那。于《中部第 64 经》里就直率地指出没有禅那是不能成为阿那含或阿罗汉的。有趣的是须陀洹和斯陀含通常都没有达致圆满禅定境界（即是说禅那不是先决条件）。两个果位的分别是，斯陀含比须陀洹更少欲念、嗔恨和愚痴。

要减低欲念、嗔恨和愚痴，需要相当深度的禅定，因为这些心灵的污染与五盖有关（达致圆满的禅定才能彻底消除五盖）。其中的两盖为爱欲（与贪欲相同）和恶意（与嗔恨有关）。这再次确认了先前所说的须陀洹可以通过只听闻及如理思维佛法而获得。

我们确实能从经、律里找到许多在第一次听闻佛陀的教示时，便证得须陀洹的例子。于《相应部第 55.1.2 经》里也提到须陀洹的特征是他们对佛、法、僧有着不动摇的信心，同时持有圆满的戒律。当中并没有提到禅修。

## 要证得须陀洹其实并不难

于《增支部第 3.9.85 经》里提到即使圣贤者持戒圆满，但在持受戒律方面仍然会犯上小过失。例如，于《相应部第 55.3.4 经》里叙述了一位名叫释迦罗尼（Sarakani）的释迦族人。在他死后，佛陀宣布他已经证得须陀洹果位（第一果位）。一般上这是表示入流或法眼（第一圣道）早已经在死亡之前证

得——根据《相应部第 25.1 经》。这项宣布激怒了一些人，因为大家都知道释迦罗尼在修道上是失败者，而且他还嗜好喝酒。

那些人感到恼怒的原因是既然释迦罗尼很喜欢喝酒<sup>6</sup>，佛陀怎么仍然会宣布他是个须陀洹呢？这似乎暗示着大家都知道释迦罗尼是个酗酒的人，而对佛陀宣布他是个须陀洹的言说难以相信。当佛陀被告知许多人并不相信释迦罗尼已经证得须陀洹果位时，佛陀却说：“...怎么了，摩诃男，如果这些巨大的沙罗树能够辨别所说的是好的或者坏的，我会宣布即使是它们也能成为须陀洹...趋向觉悟。更当然的，我会宣布释迦罗尼为一位须陀洹...”。

这启事件显示了须陀洹的境界是由于聆听佛陀的话而证得的，并且并不如许多人想象般的难以证得。问题可能是他们没有足够的努力去研究佛经——佛经是我们获得正见的最佳指南与老师（正如佛陀给我们的教导一样）。

---

<sup>6</sup> 或许我们在此应该提及在圣贤八正道里，圆满的戒律涵括正语、正业和正命，而这并不涵盖不饮酒及服用麻醉品戒。

《中部第 14 经》里讲述了佛陀的一位堂兄弟摩诃男（Mahanama）来亲近佛陀时对佛陀说，他学习佛法已经有一段很长的时间，并且知道贪欲、嗔恨和愚痴是心灵的污染。但是，有时他仍然无法控制而被这些污染侵袭他的心念。他问佛陀这是不是因为他还无法摒弃一些心念的缘故。

佛陀回答说，即使是一位已获得智慧的圣贤弟子，在悟知贪欲、嗔恨和愚痴是错的同时，除非他已修得禅喜（piti）及禅乐（sukha），否则依然有可能被欲念所迷惑。禅喜及禅乐是禅那的因素。禅那（jhana）可诠释为“心智明亮的状态”，即依念处观法（Satipatthana<sup>7</sup>）与禅定，使我们的的心灵发挥光明的作用。

除非我们曾经在禅定中享受到比感官欲乐更高尚的禅悦，否则我们还是会被感官欲乐

---

<sup>7</sup> 大概有八部经（例如《增支部第 5.2.14 经》）阐释“念”（sati）的定义为“记起和回忆一些久远所说过的话和做过的事”，即记忆或回想。“Patthana”的意思是极度强烈的状态。因此，“satipatthana”是指极其用心或念力极强的状态。请参阅作者的另一本著作“觉知、念和定”。

牵转过去。佛经的注释指出，当时的摩诃男（Mahanama）已经是斯陀含圣者。所以这部经显示了有些圣贤是还没有达到禅那境界，并有可能被贪欲、嗔恨和愚痴所影响的。这再次证明了须陀洹境界并非如一般人所想象中的高深。

在经藏和律藏里有迹象显示很普通的人在初次听闻佛法后证得须陀洹。例如于律藏《小品第七章》里，我们看到那三十一个被派去谋杀佛陀的人在听闻佛陀讲经后证得了须陀洹。另外，于《大品第一章》（Mahavagga）里，王舍城（Rajagaha）里的十二万民众在第一次听闻佛法后证得了须陀洹。

## 没有佛法与禅那不能达致解脱

佛陀是经过了很多的困难与不断的努力才获得解脱的成果。在未成佛前的六年里，他向许多老师学习各种的修行方法，但都没有成功。根据《中部第36经》的描述，他在寻找其他得到解脱的途径中，最终忆起他年纪还小的时候曾经在蒲桃（rose-apple）树下坐禅而体验到的禅那境界。随着那段回忆，他觉悟到“那就是解脱之道”。他思考：

“为何我对那种与感官欲乐及不善境界不同的快乐（禅那所生）有所恐惧呢？”

其后，他证得了四禅。在“纯净、光明、无垢、无疵”的专一心念下，他观照到自己许多世以前的事情。唯有当他获得神通和能够详细的记忆起过去世的种种事物时，他才记起从迦叶佛（Kassapa Buddha）<sup>8</sup>那里所学到的佛法。随后，他引导心念观照所有众生的生起和毁灭。跟着他省思四圣谛而获得彻底的解脱。

另一方面，由于有佛陀教法，他的弟子只需在短短的几天内便获得解脱——舍利弗尊者只需十四天，大迦叶尊者只需八天及目犍连尊者只需七天。然而，外道苦行者即使已达到了禅那的境界，但由于他们没有佛法的知识，所以仍然无法得到解脱。可是，他们之中有些已经达致禅那的境界者在听闻佛法后即刻证得解脱。

---

<sup>8</sup> 于《中部第 81 经及 123 经》里，佛陀说他前世是迦叶佛的出家弟子，接着他转生于兜率天。后来他转世为人，最后证悟并获得解脱。

无论如何，即使目前我们听闻同样的佛法（经典），我们还是无法获得解脱的主要原因是因为我们没有修得禅那。由此证明了同时拥有佛法的知识和禅那的境界才能达致最终的解脱（阿罗汉果）。

## 五种致使我们达到解脱的缘由

《增支部第 5.3.26 经》是一部令人感兴趣的佛经。它描述五种致使一位僧人得到解脱的缘由：

- (1) **听闻佛法**：它能给人们带来喜悦，尤其是与法有缘的人。它自然而然地让人觉得平静安详，而一颗安详的心容易获得定力。有了定力，觉悟力就会生起。
- (2) **教导佛法**：要教导佛法，一个人必须明白并省思正法。从中，喜悦就会生起，并使他的心趋向平静，获得定力，进而对佛法有所领悟。
- (3) **诵念佛经（读诵佛法）**：虽然这在目前不太普遍，可是当佛在世时却很盛行，

### 解脱：经与律的关联

因为当时还没有书本的存在。那时，保存佛法的方法是靠人们凭着记忆力，不断朗诵而代代相传下来。如果僧人要把佛法流传下去，他们一定要很熟悉佛法。为此，僧人消耗许多的时间去背诵佛经。

实际上，在那些时日，重复读诵佛法是僧众的责任。这种背诵方式将使你对佛经很熟悉。当你首次阅读、听闻或背诵佛经时，你会有某种程度上的理解，而多次的诵念将使你有更深刻的领会。这样便可以产生喜悦、宁静、定力和悟解（内观）。

- (4) **省思佛法**：这涉及以不同的角度去观照、思考及深思佛法在我们生活中各方面的角色。如此，智慧将以相同的进展生起。

(5) **修禅**：依据佛经，这牵连到观察于禅定时所浮起的种种禅相（samadhi nimitta）。若能正确深入地领会，也会致使喜悦、宁静、定力和悟解（内观）的产生。

虽然此处并没有注明，但仔细地研究经与律时，这五种情况也极可能致使部分的解脱，即证悟不同层次的果位——道（magga）与果（phala）。我们必须注意的是，在以上的五种缘由中，只有一项与正式的禅修有关，而其它四项，即听闻佛法、教导佛法、诵念佛法以及省思正法，都没有牵涉到禅修。由此可见，从最早的汇集经里认识正法是非常重要的。

从这部经里也明显的了解到，在观照四念处——即身、受、心、法——当中，法是最重要的。因此，在律藏《大品第一章》里，我们发现佛陀的首一千六百位阿罗汉弟子，都只是听闻佛陀说法而证悟的。当然，这些人都是佛陀特别精选的，因为他

们已经在此生或过去世获得禅定。于《增支部第 9.36 经》、《中部第 52 经》及《中部第 64 经》等里，都阐明了禅定是证得阿罗汉果的必要条件。

在这五种缘由里，内观领悟的深度要视我们修持八正道的圆满程度。例如，当圆满了正定（禅那），再有其它七支正道的辅助，将能够获得高深的智慧。在这情形下，成就像阿那含（Anagamin）或阿罗汉（Arahant）这些高境界是可以期望的。没有达致禅那的定力将给予我们较肤浅的领悟。而它的成就可能是须陀洹（Sotapanna）或斯陀含（Sakadagamin）的境界。以上所说的于《增支部第 3.85 经》及《增支部第 9.12 经》里清楚地阐述。

律藏《大品第一章》里也很清楚地出阐明了这一点。当佛陀度化了一千名头发缠结的外道苦行僧为弟子后，向他们开示《火经》（Aditta Sutta）。结果这一千位弟子全部证得了阿罗汉。之后，佛陀带领他们进入了王舍城。在那里，频婆娑罗王（King Bimbisara）引领了十二那由多（nahuta）的在家众去拜见佛陀。根据巴利文字

典，一个那由多是“一个很大的数目”，而佛经注释里形容其数目为一万人之多。佛陀向他们循序渐进地开示佛法，基本上都是关于四圣谛。结果，那十二那由多（十二万！）的在家众全都获得法眼——证得向初果道。在那么多人当中，也许有些曾经修过禅定，但绝不可能人人皆如此。

## 闻法的重要性

之前曾谈到要获得正见的其中一个条件是听闻佛法。于同一部经里（《中部第 43 经》）提到获得正见之后，还需要另外五个重要的辅助条件才能达致解脱，证得阿罗汉果。这五个条件是：

- (1) 戒律 (sila)
- (2) 闻法 (dhammasavana)
- (3) 讨论佛法 (dhammasakaccha)
- (4) 修止 (samatha) 以及
- (5) 修观 (vipassana)<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> 《增支部第 2.3.10 经》里解释说，修禅观（内观）使人获得智慧。因此，禅观并不是证悟，它是一种观照的方法。

观与止与八正道中的第七及第八支是同义的。止（Samatha）是佛陀所教导的禅修方法，并可引致定（Samadhi），即四种禅那。《中部第 108 经》里很明显地阐明了佛陀所赞叹的禅修为四种禅那，而《中部第 27 经》则把禅那比喻为“如来的足迹”。除了禅修以外，我们还有四件事情需要去修——即持守戒律、闻法、讨论佛法及省思佛法——请参阅之前所指的《增支部第 5.3.26 经》。显然的，单凭修禅，一个人是无法成为阿罗汉的。的确，对佛经有深入的了解，再加上修持八正道的所有余支是非常重要的。

以上所指出的佛经，还有较早时所说的《增支部第 5.3.26 经》及《相应部第 45.1.8 经》，都证明了闻法的必要性是从开始（即为了获得正见），修至最终（即证得阿罗汉果）的。

《相应部第 38.16 经》里说，即使出家为僧，要依法修行还是很困难的。然而，于《长部第 16 经》里说，如果僧众能够依照经、律所教而完善地过圣贤净命，那么这世上便不会缺乏阿罗汉了。要

完善地依法修行，就必须对佛陀在经典中的教示有完整的认识。

## 结语

现今，有些在家众只是修禅而没有研究佛经，并且自行其是地推测自己的成就。这使他们的傲慢心增强，而执著却没有减少。如果他们是依正法而修行的话，那他们心灵的污染及不善的品质，包括傲慢心，肯定是不增长的。

如《增支部第 8.2.19 经》里指出：“...在这经、律里，只有循序渐进的训练，循序渐进的修行，循序渐进的进展，而没有失连贯的突发性（*na ayatakena*），如突然间的彻底了悟（*annapativedha*）。”依照佛陀在经、律<sup>10</sup>里的指导是非常重要的，它指示我们正确的修行之道（也是修行的捷径）。当我们看见一条由佛陀所指示的清晰及准确道路，并能使我们摆脱轮回的苦痛时，

---

<sup>10</sup> 律藏通常是指僧众及尼僧的戒律。在家众只需每日守持五戒，每星期修持八戒一次，以及修持正命。

我们将会放弃世俗的道路而依照佛经去追随佛教圣贤之道。

《增支部第 7.67 经》里有一个关于木匠斫子手柄的比喻。在这比喻里，佛陀说有如一个木匠在查看他的斫子时，能看到那斫子的手柄烙印着他的手指和拇指的痕迹。然而，他却不晓得那只斫子的手柄每天被他的手指消磨了多少。但是，当那个斫子的手柄被消磨至尽时，他便会知道。同样地，在修行的过程中，一位僧人并不晓得他心灵的污染每天消除了多少。但是，当这些污染彻底消除时，他便会知道。这意味着一位僧人是无法准确地衡量自己修行的进展。唯有当他修成阿罗汉圣果时，他才能确定自己的成就。

根据《相应部第 56.4.9 经》所记载，当一个人了解四圣谛时（即他已得到正见），他将不会再注视着某位僧人而想着：“这位僧人必定是一位有知识和已见道的人。”换句话说，他长期以来愚昧地寻找一位老师的期盼已经结束了。他觉悟到他的老师就在他眼前——经典（以及出家人的律藏）！但

是，如果他需要一位善友（kalyanamitta）来帮助他的话，他也将知道该如何去物色一位适合的人选。

## 如何接触经藏简示

我们最好先研读《增支部》，然后是《相应部》。这两部是整个汇集经里最重要的，因为里面含藏最多经典，所以内容也最为丰富。接着，我们应该研读《长部》，最后再研读《中部》（因为这或许是最难懂的一部）。虽然学习巴利文和研读巴利文原典是最好的，但是我们不一定需要这样做。现成的翻译本虽然不是完善的，却已足以让我们对佛法有充分的了解。然而，如果你对某些翻译感到置疑，那么对照巴利文字典是很好的。

第一次研读经典时，我们会觉得有些经很难明白。然而，当我们持续并多读几卷经后，我们将开始明白之前一些难懂的经文。这好比拼拼图一样。起初我们看不见整体的图案，然而当更多的拼图被拼凑后，图案便开始形成了。经藏应该反复地研读以获得良好的见解。

解脱：经与律的关联

虽然其它书本（例如注释本及分注释本）有助于理解，却不宜推荐（除非是学者），因为阅读它们将消耗太多的时间。此外，里面有一些内容与最早期的经典是不一致的。在阅读了经典之后，最好是能善用时间来修禅，以把佛法学以致用。虽然有些人不能掌握到经典的精华，但却在读经的过程中养成良好的习惯，经常省思经里的字句，而萌生起寻求解脱之心。

记得，完全不研读经典是一个极端，研读过量也是另一个极端。避开这两项极端，我们应该（如佛陀所劝教一般）研究记载于早期经典里佛陀所说过的话，然后依据这些话而精进地修持八正道。



愿正法常住

Ciram Titthatu Saddhammo