【四聖諦（八)】

講授：雪歌仁波切
2005/11/17

四聖諦與道次第

學習四聖諦，除了會幫助我們認識佛法外，在道次修行時，無論在哪個階段都很有幫助。比如，剛開始在「暇滿難得」裡，我們都會說，得到今生的人身多麼珍貴難得。若不了解四聖諦的話，就不會覺得人身難得為什麼？因為，我們不知怎麼得到人身它的因是甚麼？或其他眾生生於三惡道的因是甚麼？若對這些「因」不清楚，我們不會覺得到人身難得，所以我們要了解這些因果的關係。若了解四聖諦，這些因果關係就能清楚。比如，了解生於三惡道之因、三善道之因是甚麼，就會清楚自己造了那麼多三惡道的因，三善道的因卻那麼少，所以學習四聖諦，對於體會人身難得相當有幫助。於這個人身多麼珍貴的體會，也有幫助，為什麼呢？因為，有這個人身，我們才有機會可以思惟得輪迴的因是什麼、如何斷除輪迴；如果墮三惡道，就完全沒有機會沒有辦法了解四聖諦。所以我們了解四聖諦是很不可思議，透過這個，我們才會知道這個人身多麼珍貴、殊勝，所以「暇滿難得、有意義」。 我們要了解暇滿，要了解難得，要了解有意義，也是靠四聖諦，不瞭解四聖諦的話，我們都不瞭解人身是那麼難得、那麼殊勝。所以，學習四聖諦，對於了解暇滿、難得，相當有幫助。

四聖諦，對皈依也有幫助。了解四聖諦，才會了解法寶，才能看得到真正有一個能解脫的方法。所謂「法」，指的是解脫的方法，無論是自己或他人解脫的方法，是法寶。所以我們了解四聖諦才會知道法寶，知道法寶才會知道佛寶、才會知道僧寶。若不了解法寶，我們就不會知道佛與僧寶，所以，四聖諦對皈依是相當有幫助的。不只認識三寶而已，我們心裡要生

起皈依的話，也要靠思惟四聖諦。比如，我們思惟苦諦集諦時，心裡才會生起很強很猛烈的厭離心；思惟滅諦道諦的話，我心中才會對三寶肯定能救我的信心生起。所以皈依最主要的兩個因（恐懼與信心），也是靠思惟、了解四聖諦，若沒有四聖諦，我們也不會生起皈依這二因，當然不可能生起皈依。

皈依後，皈依學處我們能否做到，也在於對四聖諦的定解心。透由四聖諦的因與果生起堅定信解，便一定會按照業果道理而如實去做、去修。因此可以說，修習皈依學處與業果，也要依靠思惟四聖諦。至於中士道更不用說，本身所修的主要就是四聖諦；上士道也是如此，我們在其他眾生身上思惟四聖諦的因果關係，才能生起對眾生的悲心、發菩提心，否則，沒有辦法生起悲心。悲心與菩提心，必須靠思惟其他眾生在四聖諦的情形，才能生起。由上可知，思惟了解四聖諦，在道次的每個階段都是很重要的。

四聖諦與世間生活

一般世間人思惟四聖諦也相當有幫助。思惟四聖諦，會讓我們在面對世事時，進一步想到：這件事或有沒有意義？只是受我自己的感受影響而已嗎？還是它真的有意義？四聖諦裡講，我們心裡都有一種離苦得樂的感受，但這種感受對不對？是四聖諦討論、思惟的主題。我們內心想離苦得樂，這是對的，但我們對於苦與樂的認識並不正確，而且，也不知道離苦得樂的正確方法，也就是，苦的因不知道，樂的因也不知道。所以，對這些內容一直研究、思惟，這樣對我們會有甚麼幫助呢？我們就會了解到：哦！我平常的感受不是那麼重要，這個感受常常會騙我。對這個感受，我們要看自己認識得對不對？對與不對的著眼點、不是看短期的，要看它有沒有意義，而且是要看來世、來世的來世…，看很遠很長的一條路。所以我們如果常常這樣去思惟，漸漸地，我們會習慣，不會那麼衝動，我自己感受甚麼，馬上就受不了、不會像完全沒有思惟四聖諦之前，馬上被感受整個帶走了，不會那麼重視自己的感受而跟著跑。常常思惟四聖諦，對我們有甚麼幫助呢？我們不會那麼笨，好騙，一直跟著感受跑，我們會看自

己的感受的對或不對。

四聖諦講這個因的果報是甚麼，好的果報或不好的果報會看遠一點，我們這樣思惟之後，慢慢地自己會觀察：這件事情我這樣做，以後會出現的果報會如何，所以現在我做的要小心。我們在這方面會注意。如果這樣去注意的話，慢慢地，我們此生處理一些事情的智慧也會增長，不會求近利，眼光會放遠一點。比如，若我這樣做，有甚麼結果？一年以後會有什麼樣的果報？之後，還有甚麼果報？…我們就會看比較遠的路。因此，思惟四聖諦對增長智慧也有幫助。

好比，一個人本來是想什麼就講出來的人，不會觀察這話講出來，有沒有意義？價值？但，思惟四聖諦之後，自己就慢慢會去觀察，如此一來，別人也會覺得這個人不是愚稚之人，腦筋不錯，要注意它講的話，別人就不會那麼看不起。如果我們自己沒有智慧，而且也不會去注意自己的行為言談，當然別人會看不起了。如果我們講的話完全沒意義、胡說八道，一開口就停不下來一直說，有時候說話太多，完全沒有意義，想到甚麼就說甚麼，旁邊的人會怎麼看？若要別人看重、對自己好一點，那麼，自己的言語行為要有意義，別人會想，這個人平常講話有意義，不會隨便講，所以他說得這番話一定有意義。因此，要得到別人的尊重，也要思惟四聖諦，觀察自己的語言、行為，觀察之後再做的話，別人一定會看得起我們。不但別人看得起我們，自己的智慧也會增長。

（仁波切問大家上次講的內容，同學不太能完整回答，於是仁波切作了以下開示）佛法的學習，不可能一次就知道的。以道次第來說，也弘傳了很多很多次，一直有師長在傳，不斷再傳，這就表示不可能教一次大家就懂了。以前宗大師傳法時也是多次一直傳講。所以，聽一次就馬上懂是不可能的，若是一講就懂的人，大概是快要成佛了吧。

業集與煩惱集之關係

集諦的四個行相已經講完了；集諦分為煩惱集與業集，這也講過了；業集，有感果報能力的，我們稱它為業，在業之前就是煩惱。所以，煩惱集在前面，而後有業集。另外，業集與果報中間，也是要有煩惱集，為什麼呢？因為，業集是一個因，業要成熟的話，需要煩惱集的幫助。在煩惱集之後，也有業集，這種業集，是快要感得果報的業集。因此，業集可分為還未成熟的業集（因）與已經成熟的業集，果報成熟之前的業。即：

先有（1）煩惱集 → 然後有（2）業集(還沒有成熟的業集)
（十二因緣之「行」）　（十二因緣之「愛、取」）
→（3）煩惱集(幫助它成熟)→（4）成熟的業集出現
（十二因緣之「有」）　(「有」是有果報的意思)

所以最重要的是在（1）時先不要生起煩惱，若生起煩惱，就一定會造作一個業，所以，不要生起煩惱是很重要的；若煩惱生起的話，還是盡量不要去造業，比如，我生氣了（煩惱集），快要開口罵人時努力閉嘴，讓自己不要罵出來、也就是不要讓業集出現。最主要是沒有生起煩惱的話，當然我們不會造業，但生起煩惱之後，要讓業停掉，不讓業生起是很困難的，但還是要儘量做。造了業，以我們現在來說，早就造了無量無邊的業，但還有一個機會：已造的業會不會感得果報，需要煩惱使它成熟，不讓煩惱生起的話，煩惱就不會幫助業成熟，所以，這個中間，就是我們的機會所在。這種煩惱，以十二因緣來講就是「愛、取」二支，不過，也不一定只有這個。(2)〞業集〞如果以十二因緣的角度來看，是就引業的角度講，但不一定是引業，它也有滿業（在其中）。不過現在我們講的煩惱集、業集，並沒有特別指引業或滿業，只是，若以引業的角度來說，它是十二因緣中的「行」；讓引業成熟的煩惱集，是十二因緣中的「愛、取」。而後，前面引業的「行」成熟的話，成熟之後在十二因緣中我們稱之為「有」。以上這種解釋，是就引業的角度而非滿業的角度講。但不論引業或滿業，都有這種「先種，然後讓它成熟」的兩個階段，先種是前面，先有煩惱，種了一個業，然後是讓這個業成熟的煩惱，然後是成熟的一個業。若就滿業的角度，就不是從十二因緣去講，為什麼呢？因為十二因緣中沒有講滿業。十

二因緣主要是以「死」「投胎」這兩個角度講，所以是從引業的角度講，不需要講滿業。但是不管引業、滿業都是先有煩惱種下一個業，然後再由煩惱讓業達到成熟階段。

這些煩惱集與業集，對我們來說，有些是要的，有些是不要的。我們要的，是能讓我們投生三善道的「煩惱集—業集—煩惱集—業集」；我們不要的，是能讓我們投生三惡道的「煩惱集—業集—煩惱集—業集」。所以，我們不能這樣想：「煩惱集—業集—煩惱集—業集」都是對我們不好的，為什麼呢？因為，現在我們沒有辦法這一生就解脫，若這一生可以解脫的話，那，整個「煩惱集—業集—煩惱集—業集」我們都不要，但現在我們沒有辦法此生就解脫，所以來世一定要再繼續投生。既然要來世，就要一個好的來世，要一個在輪迴中好的異熟果。

既然「煩惱集—業集—煩惱集—業集」有讓我們墮三惡道，也能讓我們投生三善道的因，所以投生三善道，也是有煩惱集。比如，由於我執心的造作出來，我自己很重要，我的來世，來世我要投胎人身、來世我要有福、來世我的身體要好，為此，我這今生就修、就受戒、布施、修忍辱，這麼做，是由於愛自己的貪心而修。我們現在也是這樣，大家來這裡修習佛法，也是為了準備來世，我們愛自己，所以我的來世要好一點，這也是煩惱集、業集。所以，煩惱集是我要學佛，我要修行，我們現在來這裡，來這裡要做甚麼呢？—這就是業集—投生三善道的業集。因此，我們不可以說業集也是煩惱造作出來的，我就不需要。我們現在沒有辦法，我們現在需要這些業集。但，慢慢地，當我們修得很好的時候，就可以說，我來世不要投胎。不過，想一想「不要投生」的話，那我要去哪裡？有時候心裡會怕。(有同學說：那去當菩薩好了)當菩薩是在哪裡？在天空裡嗎？若真正的「不見了」的話怎麼辦？這也恐怖吧。

上面講的「煩惱集—業集—煩惱集—業集」這種方式，各位有沒有感覺一個是剛開始種了一個種子，另一個是把前面種的種子成熟的階段。但是不可以想：只有單純在開始時種種子而已，沒有後面成熟的過程；只有

成熟一個業而已，沒有再造一個新的業，這種認識不正確，因為，這邊造了一個新的業，那邊也在幫助一個以前的業成熟。

比如，以我自己為例：別人罵我，我感受到不舒服，所以就罵他。在此時，我感受「不舒服」是以前的果報，是前業的成熟，而我「罵回去」則是又造了一個新業。我們會想「不舒服」與「罵人」是一件事，但其實，它是同時一邊成熟舊業、一邊造作新業。當我罵他時，是讓自己內心嗔心的習氣成熟了，而且現在，我又新種了一個種子，所以，果成熟的當時也有因，因當時也有果，這邊幫助舊業成熟，那邊新業又造了，輾轉不停，真的很可怕。又比如，我在罵他時，我心裡的很多煩惱習氣就會增長，雖然此時看起來只有嗔恨心增長而已，但同時，愛我的心也增長了；愛我的心增長時，而且我與他人比較時，愛自己更多一點的心，也會增長，所以罵他時，所有的我愛的心都會增長，其他的煩惱如我慢心等也多少會增長，牽一髮動全局，原本平靜的心，只要移動一角，就全部都被影響了。看起來只有嗔恨心在作用，但同時影響到其他的煩惱習氣，同樣的以前所造的業習氣也被牽動了。在集諦四行相「因集緣生」中的「集」，就是這個意思，一個因，它會作很多事情、幫助很多果報成熟。所以剛才講到，我們不可以想成：只是開始種了一個因而已，它沒有幫助其他業成熟，但是以一個因的過程來說，是開始種了一個因，然後讓它成熟、然後感果。

所謂對「煩惱的習氣」（業習氣）的影響，影響指的是：它們的力量因此而增長，也就是，使它們能感得各自果報的力量增強。力量增強，果報就會出現。

業集與煩惱集之根本因：無明

現在各位對業集與煩惱集的關係，大概已經清楚了。接著，有一個很重要的觀念我們要了解：無明，是所有的業集與煩惱集的根本因。「根本因」的意思是所有的煩惱或業的中心在無明。比如，貪心生起時，貪心本身，

最主要的想法在哪裡？是甚麼？也是無明。尚未生起貪心之前，也有無明。因此，無明為什麼是煩惱或業的根本因，有二個思惟的角度：貪心尚未生起之前，是無明讓貪心生起。有無明，後面就會有貪心生起；當貪心已經生起了，貪心真正的中心，主要是無明。貪心本身有很多想法，比如：我貪這種東西，覺得這個東西那麼漂亮時，其實超過了這個東西的漂亮程度，而且，我以常法的角度看個東西，又超過了，其實它不是常法。所以，在貪心生起的當下，我心想得很多，如：漂亮、這個東西永遠在、我也永遠在…，想的角度太多了，這很多想法裡，最主要的支撐，就是無明，一種執著心。好比蓋一棟房子最重要的鋼筋支柱。它自己覺得：「哦！這是是實有的，由於認為它是實有的，在實有之上就會有常法，就會超估它的漂亮…」所以它真正的中心有「實有」的想法。但在貪心生起時，我們自己不認得、也沒有仔細認清自己貪心生起時，心裡有甚麼想法，真正貪心裡面，是各種想法整個都在一起的，這一點我們一定要了解。了解的話，才會知道：我們不須一一對治各別的煩惱，只要了解空性就好了，修習空性，就能滅除所有的煩惱，好比取出房子結構中所有的鋼筋，房子就會垮了。懂得這個關係，就會明白滅諦道諦是如何出現的，修那些道諦怎麼會證得滅諦。所以我們要了解：無明是所有煩惱的根本因、無明如何是所有煩惱的根本因，這是很重要的。

若不清楚無明與煩惱之間的關係，就完全不能明白：斷除無明的話，怎麼能斷除煩惱。聖天菩薩是龍樹菩薩最主要的弟子，他所著的《四百論》中說，無明，與其他的煩惱不一樣。聖天菩薩用了一個比喻，在眼耳鼻舌身五根中，身根就像無明一樣，其他的根就只住在自己的根上，不會住在其他根上，但是，身根卻遍於所有的根上，它不只在身根上有，同時，在其他的根上也有。比如，眼根上也有身根，眼睛痛的話，我們也會感受到。

問：那麼，無明與其他煩惱的關係是總別關係嗎？

答：無明與煩惱所在的位置是像上面所說，但本質上來說，不可以說煩惱是無明，貪心是無明。木瓜、這個桌子上的木瓜，二者是總別關係。

但無明與貪心不是這種總別的關係。不是從「是不是」的角度談。貪心所住的位置，無明又進去裡面，所以無明不只是在自己的位置，也會進去其它的煩惱裡面，而是從「在不在」這個地方的角度談。無明，在自己的位置上，而且也在別的（煩惱）的位置上。所以四百論裡用這個比喻，只有身根能同時在自己及其他的根上，但其他的根都只能在自己的根上。比如，眼根在眼睛不會在耳朵裡。所以，我們會清楚，無明存在於所有其它的煩惱裡，而且，無明不是在一般的位置，而是在最重要的、最中心的位置。這是就煩惱已經產生而言，無明普遍存在；在煩惱未產生之前，無明也已經存在了，例如貪嗔還沒生起之前，無明就已經生起了，因為有無明，才會產生那些貪心嗔心。無明，是貪嗔等煩惱能不能生起的因，也是貪嗔等煩惱生起之後，能不能被支撐起來、持續下去的主因。有了對這種關係的了解，便會知道：斷除無明的話，整個煩惱都會消除。所以，我們要解脫的話，從資糧道、加行道、見道、修道、一直到無學道，其中，斷除無明、斷除煩惱是從見道才開始。見道的修習，是針對每一個煩惱去對治嗎？不是，而是修空性。修空性，就可以斷除所有的煩惱，原因，就是以上所講的例子：無明與煩惱的關係；如同身根遍一切根的關係。

【問答】

問：無明，像房子的鋼筋般，是煩惱的根本。但，從空性的角度看，鋼筋是從因緣而生、是空的，那，就沒有煩惱了。是不是這樣？

答：若真正了解的話，會明白：從有沒有的角度看，它原來當然是沒有的。但是，我們卻一直想著它是永遠在的、永遠都有的。這是我們想錯了，它是否存在、是否是實有，這是另一回事，但就我們這方面來說，我們一直把它當成是實在的、實有的，這種想法，是貪心的根。要注意，我並不是講「實有是貪心的根」，而是「實有的這種想法，是貪心的根」。無明，是把所有的法都看成是實有的這種心。

問：以「眼根上也有身根」為喻，是不是，無明是總，煩惱如貪心等是別？

答：不能說：無明就是貪心，而是在貪心中，有無明。在貪心所住的位置裡，無明也進去了。所以，無明當然有在自己的位置上，但，它也進到別的煩惱中。

問：如果在見道才正式斷除無明，那麼在這之前，我們要如何種下之後斷除煩惱無明的因？

答：並非在資糧、加行二道時完全沒有修空性，而且，修空性對此二道的修行者來講，是更重要的。「見道」的意思是，不只了解空性而已，就像親眼看見一般清楚，即現證空性。比如，各位現在看見的放在眼前的面紙，非常清楚。但是，若你現在閉上眼睛或頭轉過去，想一下剛才所看到面紙，清楚嗎？不清不楚。若問各位有沒有了解，可以說是了解的，但是不是清楚？並不清楚。睜開眼看到的面紙非常清楚，但眼睛一閉上，雖了解但不清楚。

對空性的了解也是如此，像親眼看到的那種了解，是見道時才有；若只有了解但不是那麼清楚，就是在見道位之前的狀態。

問：了解空性與見到空性有沒有任何直接關聯？能否藉著聞思佛法、背熟空性的東西，而影響我真正見到空性的能力？

答：必須對剛才所講的那些都先學習先了解，才能現證。比如，就像我們看到面前的面紙，就會有一種想法：我看到了，面紙是甚麼樣子…就會描述，如果對於空性要這樣描述，也不是那麼容易的事情，要學要修許多東西，才會了解才會這樣描述。這是了解的階段，在了解之後，還要打坐…等等。一般說，先有聞慧，也就是我聽了，我看到了這些理論之後，

以經知道了，了解空性了，這些是聞慧而已，不是思慧。我們可能會覺得這是思慧，以為是自己思惟以後找到的，但其實不是，因為，我們知道的那些理由都是靠書面、別人的口中找到的，是我聽、我想別人的理由而找到的，並不是用自己的內心找到的，所以只能算聞慧。以這個聞慧，繼續修之後，還會有另外的感受、另外的想法，自己的理由會出現，此時，了解空性的程度又增長了，這是思慧，有了思慧之後，我們心裡已經有一點感受，有了這些感受，就可以打坐。之前，在聞慧時沒有辦法打坐，心會亂，那時空性並不會進入心中；有思慧就有希望，就有能力，空性與我們的心中間就有了一種關係（有一點〞這空性是我的〞的那種感覺），那時才可以打坐、才能修行，在空性上一直定，可能半小時、一小時，要這樣慢慢地不斷修。在修的階段，也需要奢摩它、毗婆舍那，在毗婆舍那的階段還是要修，毗婆舍那時，我們會稱它進入加行道了。加行道也有四個階段（暖、頂、忍、世第一），也是一步一步要修，在這個過程裡，慢慢慢慢對空性的認識會愈來愈清楚、越來越清楚。到這裡，大家可能會有疑問：為什麼是愈來愈清楚？中間漸漸消除掉的是什麼障礙？是義共相。由於有義共相，是沒有辦法直接看到空性的，只是透過自己的想像去了解空性，這個想像我們稱它是義共相或共相。在加行道中，會一直這樣打坐（座上修），透過義共相，在了解空性的過程裡，一方面慢慢增加對空性的了解，一方面慢慢減少了義共相。一旦不再透過義共相、真正抓到證悟空性時，便是見道。

問：直到真正見到空性、到見道位，我所認識的空性就再也不會失去了嗎？

答：不用到見道位，到資糧道中品以上就不會退轉了。對大乘資糧道中品而言，在二十二個菩提心的第二個菩提心是「金菩提心」，「金」就是不會退轉的意思。此時，不只對空性的證悟不會退轉，包括其他的一切證悟都不會退轉。

總結來說，空性的修持，在見道位之前就已經開始了，以聞思修三慧

而言，對空性的修慧即對空性上的奢摩它與毗婆舍那，而空性上的毗婆舍那，是在進入加行道時生起的。空性上的毗婆舍那當然就是修慧，但此時仍未現證空性，雖然已在修空性，但是是透過自己的想像(義共相)的樣子去了解空性的，在透過義共相的同時也在消除義共相，漸漸會增長不再需要透過義共相就能了解空性的能力。為什麼呢？因為，他一直看那個對境，此時，沒有辦法，只能靠義共相、心一直抓真正的空性抓不到，心就一直找，最後抓到了，義共相就不見了，不需要透過義共相時，就算是見道了。那時空性就很清楚，此時，才有能力斷除無明，現證空性時，斷除無明的能力才開始。從這裡開始，粗的無明、細的無明，一步步斷除。

在見道位時斷除粗的無明，見道位之後是修道，修道位十地菩薩，初地、二地、三地…每一個階段都有要斷除的無明，細的無明分為九種層次，大中小三種層次中各又有大中小之分，就成了大大、大中、大小、中大、中中、中小、小大、小中、小小。在修道中漸次斷除。粗的無明，在見道位就會斷除掉，不像十地菩薩要斷除的無明分那麼多層次。#