

正見為師

講述 / 釋開仁



總 序

以正見為師，讓佛法走入生命

佛法流傳兩千五百餘年，積累了極為豐富的經論。然而，面對浩瀚典籍與坊間紛雜的說法，許多學佛者往往因名相繁複而無所適從，或偏重知識累積而忽略了修學次第與生命實踐。

其實，佛陀說法的本懷始終只有一個——引導眾生離苦得樂，趣向解脫。無論是《阿含》的根本知見、大乘經論的菩薩行，或是阿毘達磨對臨終業相與心理作用的嚴謹辨析，其目的都不是建立思想體系或為了辯論，而是為修行者提供清晰可循的知見與依據。

多年來，我將研讀經論的心得與講授資料整理成冊。佛法乃歷代古德的智慧結晶，非個人私有；只要能幫助學人導歸正向、建立正見，整理工作便有了價值。

本書《正見為師》，實為《臨終業相》與《細讀經論·培養善根》兩本電子書的合併而成，全書採取「以

法攝法、以經證論、以論顯經」的方式，不依年代或部派劃分，而是依循修學次第，從淨化生命、培養善根、建立正見，到理解業力與臨終轉化，勾勒出一幅連貫的修學地圖。

經論的價值，不在於增加多少知識，而在於能否成為觀照身心、修正行為的依據。若本書能幫助讀者掌握經論之間的精神，樹立穩固的自業正見，使佛法由文字走向生命的轉化，這份整理便已達到目的。

感恩助成此書出版的一切善緣，願以此書，祝福每位讀者：具備自業正見，以正見為師，導向解脫與捨離！

序於六龜般若精舍，2026/7/26

目次

總序	001
目次	003

1

細讀經論・培養善根.....007

作者序	009
緒言	013

「細讀經論・培養善根」講記..... 017

第一篇 淨化生命，掌握在自己的手裡..... 019

導言	019
----------	-----

第一章 佛陀成道的根本——止惡生善.....	021
------------------------	-----

第二章 精進——成就一切善法的力量.....	027
------------------------	-----

第三章 四正勤的助緣——內外法共同成就 止惡生善	033
-----------------------------------	-----

第四章 外法——朋友與修行	043
---------------------	-----

第五章 內法——惡善取決於思惟.....	058
第六章 四正勤——精進的完整實踐.....	074
第七章 認識自己——找到自己的修行方向..	083
第一篇結說 淨化生命，掌握在自己的手裡..	094
第二篇 業力不是一切，解脫可以實現.....	097
導言	097
第一章 一切業皆可轉嗎？	100
第二章 真正改變生命的是什麼？	118
第三章 正見如何決定臨終？	139
第二篇結語 由業力走向解脫.....	151
全書結說 正見、淨信與解脫道.....	155
「細讀經論・培養善根」講義.....	159
壹、淨化生命，掌握在自己的手裡.....	161
一、依止二法，疾得成佛.....	161
二、精進在諸道品中的重要性.....	162
三、四正勤與內外法.....	163
四、外法：朋友的種類.....	165
五、內法：惡善取決於思惟.....	170
六、四正勤是精進的全貌.....	174

貳、業力不是一切，解脫可以實現.....	180
一、一切業皆可轉嗎？	180
二、培養順解脫分的善根.....	194
【附錄】	210

2

臨終業相.....	215
-----------	-----

自序	217
----------	-----

「臨終業相」講記	219
----------------	-----

導言：我們的觀念與經論相符嗎？	221
-----------------------	-----

一、現實生命與臨終外相的反思	222
----------------------	-----

二、臨終心念的轉變與排隊法則	224
----------------------	-----

三、唯識與阿毗達磨的法相剖析	227
----------------------	-----

四、善惡因果的三世深層辯證	232
---------------------	-----

五、修行加行與知見防線的建立	238
----------------------	-----

六、結論：隨重隨習隨憶念，唯憑正見轉業力.....	243
---------------------------	-----

「臨終業相」講義	247
----------------	-----

一、《雜阿含 1244 經》卷 47	249
--------------------------	-----

二、《瑜伽師地論》卷 1〈1 本地分〉	250
三、《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 69.....	251
四、《大智度論》卷 24〈1 序品〉	254
五、《十住毘婆沙論》卷 11〈23 四十不共法中 善知不定品〉	256

1

細讀經論
培養善根

作者序

以經論為師，讓佛法走入生命

多年來，我始終喜歡閱讀佛教經典與論典。從佛學院求學開始，到後來持續研讀《阿含經》、《大智度論》、《大毘婆沙論》以及印順導師的著作，愈讀愈覺得，佛法最可貴的地方，不在於義理的繁複或思想的高深，而在於它始終回到同一件事——如何轉化生命。

每個人的因緣、能力與興趣都不相同，因此護持佛法的方式也各有不同。有人擅長弘法，有人投入教育，有人專精研究。我逐漸認識自己的個性，比較喜歡閱讀、思惟與整理資料，因此便把多年來學習經論的心得，陸續整理成課程講義，希望讓經論的內容更有系統，也更容易閱讀。

整理教材的過程中，我始終有一個想法：佛法不是任何人的私有財產。我們今天能夠閱讀經典、學習論典，都是歷代譯師、祖師與無數法師、學者共同努力的

成果。後人所做的，不過是在前人的基礎上繼續整理、學習與弘揚。因此，我並不認為這些教材屬於個人，只要內容有助於正法流通，能夠利益學人，便已達到整理的目的。

多年來講授《阿含經》、《大智度論》、《大毘婆沙論》等課程，我發現不少學員都有相同的困惑：經典讀了不少，論典也接觸過一些，卻不容易看出它們之間的關聯。每一部經論都能理解一部分，但放在整體佛法中，又不知道它的位置與作用。

因此，我開始嘗試把不同經論重新整理，不是依照部派、宗派或成立年代分類，而是依照修學的歷程排列，希望呈現佛法共同的修學脈絡。從淨化生命、培養善根、建立正見，到理解業力與解脫，不同經論雖然各有特色，卻都圍繞著同一個目標——引導修行人離苦得樂，趣向解脫。

本書便是在這樣的思考下逐漸完成。內容大多整理自多年來的授課資料，再參考相關經論與研究成果，重新編排、補充與修訂而成。它不是學術研究，也不是義理的新詮釋，而是一份以修學為核心的經論整理，希望

提供一條較清楚的閱讀路徑，使不同經論之間能夠彼此印證，而不是各自獨立。

佛法的學習，終究還是要回到自己的生命。經論再豐富，如果只是增加知識，便失去了佛陀說法的本意；只有當法義成為觀察自己、修正自己、淨化自己的依據，經論才真正發揮它的價值。

如果本書能夠幫助讀者較有系統地理解佛法修學的次第，並在閱讀經論時，更容易掌握不同經論之間的精神，那麼，這本書的整理工作便已達到它的目的。

釋開仁，2026/7/18

講述於 2024 年春，於覺風佛教藝術文化基金會

若想重溫這場專題演講的錄影，歡迎造訪以下網址：



【細讀經論 培育善根】佛學講座
<https://reurl.cc/mzoYjA>

緒 言

佛法的修學，是一條生命轉化的道路

佛法流傳至今二千五百餘年，留下了豐富而深廣的經典與論典。從《阿含經》到大乘經典，從部派阿毘達磨到歷代祖師的論釋，不同時代、不同傳承，都保存了珍貴的修學經驗與智慧。然而，面對如此浩瀚的經論，許多學佛者往往感到無所適從；即使已有多年的學習經驗，也容易因經論繁多、名相複雜，而停留於片段的理解。

造成這種現象的原因，並非經論本身艱深，而是容易將不同經論分別看待，只見局部而未見整體；或偏重知識的累積，而忽略了修行次第與生命實踐。於是，經論成為研究的對象，卻未必成為修學的依據。

然而，佛陀說法的本懷，始終只有一個方向——引導眾生離苦得樂，趣向解脫。

無論是《阿含經》所說的四聖諦、八正道、十二因

緣，或大乘經典所闡揚的菩薩道與六波羅蜜，乃至歷代論師對修道歷程的分析與建立，其共同目的都不是建立一套思想體系，而是引導修行人認識煩惱、培養善根、建立正見，並將佛法落實於現實生命之中。

因此，閱讀經論，不只是理解文字，也不只是辨析義理，而是在聞法、思惟與修習的過程中，不斷修正自己的知見與行為。經論真正的價值，不在於增加多少知識，而在於能否成為觀照自己、改善自己、淨化生命的依據。

本書並未依照經論成立的年代或部類編排，而是依循佛法修學的次第，重新整理不同經論共同揭示的法義。全書從生命的淨化開始，建立止惡、生善的基礎；進一步探討善根的培養與正見的建立；最後說明業力、輪迴與解脫等重要課題，使各章之間形成前後連貫、層層遞進的修學脈絡。

不同經論的表達方式雖然各有特色，但彼此並非各說各話。《阿含經》建立解脫道的根本知見，《大智度論》闡明菩薩行的智慧與慈悲，《大毘婆沙論》則細緻分析修行歷程中的心理活動與業力作用。若能從整體來

閱讀，便能看見它們在修學上的互補與一致，而不是只看見宗派之間的差異。

因此，本書採取「以法攝法、以經證論、以論顯經」的整理方式，希望透過不同經論彼此印證，使佛法共同的修學精神更加清楚，也使修行的次第更加完整。

閱讀經論，不必急於理解所有名相，也不必急於尋求每一個問題的答案。更重要的是，在閱讀的過程中，不斷反觀自己的身心，檢視經論所說是否與自己的生活、習氣及煩惱相應。如此，經論便不只是古德留下的文字，而能成為修學的指南，使佛法由文字走向實踐，由理解走向生命的轉化。

細讀經論・培養善根

講記

講述——釋開仁



第一篇 淨化生命，掌握在自己的手裡

導言

佛法的修學，並不是從高深的義理開始，而是從生命的淨化開始。無論聲聞乘的解脫道，或菩薩乘的成佛之道，都必須建立在止惡、生善的基礎上。若煩惱不減、善法不增，即使閱讀再多經論、修習再多法門，也難以真正改變自己的生命。

佛陀一生所開示的法門雖然廣大，從四聖諦、八正道、三十七道品，到六波羅蜜、菩薩萬行，看似內容各異，實則都共同指向一個修學原則——**止惡、生善，自淨其意**。其中，四正勤最能完整表達這一精神：斷除已生惡法、防止未生惡法、生起未生善法、增長已生善法。它不僅是三十七道品的重要內容，更貫穿戒、定、慧及菩薩六度，是一切修行共同遵循的實踐原則。

然而，止惡、生善並不是抽象的道德要求，而是一項可以在日常生活中不斷實踐的修學工夫。從一念心的覺察、一個念頭的選擇，到親近善知識、培養如理作意，每一個當下都在累積善法，也都在決定生命的方

向。生命的淨化，不是等待某一天突然完成，而是在一次又一次止惡、生善的努力中逐漸成就。

因此，本篇將以四正勤為主軸，首先說明佛陀成道所依止的根本原則；其次探討精進如何成為一切善法的動力；再進一步分析善知識、如理作意等內外助緣，如何共同成就四正勤。透過不同經論彼此印證，可以看見佛法修學並非零散的法門集合，而是一條由淨化生命開始，逐步建立善根、趣向解脫的完整道路。

第一章 佛陀成道的根本 ——止惡生善

一、依止二法，疾得成佛

如何修習善法，永不懈怠？《雜阿含經》卷 35 第 987 經（CBETA, T02, no. 99, p. 257a11-27）篇幅雖短，卻揭示了佛陀成就佛道的重要修行原則。佛陀告訴比丘們：「我於二法依止多住，故得速成阿耨多羅三藐三菩提。」所謂「二法」，佛陀隨即明白指出：「於諸善法未曾知足，於斷未曾遠離。」

「於諸善法未曾知足」，是勉勵修行人對一切善法永不自滿，即使已有所成就，仍應不斷增長福德與智慧；「於斷未曾遠離」，則是始終依止斷除惡法、煩惱與一切不善法的修行，不因暫時的進步而放鬆警覺。二者相輔相成，正是佛法所說「止惡修善」的根本精神。

佛陀進一步勉勵修行人，即使「肌消肉盡，筋連骨立」，也絕不放棄精勤方便，不捨善法，「不得未得，終不休息」。「不得未得」可理解為：凡尚未具足的善法，都應努力成就；凡尚未圓滿的功德，都應持續增

上。修善沒有終點，只要菩提道尚未究竟，就沒有停歇的一天。

經中又說：「未曾於劣心生歡喜。」印順導師在《雜阿含經論會編》（下冊，p.697，註 15）依文義校勘，於後文補入「勿」字，作「於諸下劣〔勿〕生歡喜想」，使前後經義完全一致。所謂「下劣」，即一切貪、瞋、癡、慢、疑及邪見等不善心所。修行並非只是避免造作惡業，更重要的是對這些煩惱不起認同、不生歡喜，才能真正遠離惡法。

然而，生活中的下劣心往往極為隱微。例如，有些人為了維持自己在家庭中的權威，總是刻意表現得嚴厲而不可親近，自認如此才能贏得尊重；其實這種心態背後，往往隱藏著對名位、自尊與控制欲的執取。若不能如實觀照，便容易將煩惱合理化，甚至對它生起歡喜與依戀，而不自知。

因此，佛陀所說的「二法」，並非抽象的理論，而是修行人每一個當下都應實踐的功課：一方面永不滿足於已成就的善法，持續增長福慧；另一方面永不放鬆於斷除煩惱，遠離一切下劣心。止惡永不鬆懈，修善永不

知足，便是佛陀成道的根本精神。

二、四正勤——止惡生善的實踐法則

佛陀在《雜阿含 987 經》中提出「於諸善法未曾知足，於斷未曾遠離」二法，說明成就佛道的根本原則。然而，如何將這一原則落實於日常修行？《大寶積經》則進一步以四正勤，完整說明止惡、生善的實踐方法。

《大寶積經》卷 112 說：「以四正勤，能斷已生諸不善法，及不起未生諸不善法；未生善法悉能令生，已生善法能令增長。」（CBETA, T11, no. 310, p. 635a16–19）

四正勤包括四個修學方向：

1. **已生惡法令斷**——已經生起的煩惱與不善法，應立即對治、令其止息。
2. **未生惡法令不生**——對尚未生起的不善法，預先防護，不讓它有生起的機會。
3. **未生善法令生**——尚未具足的善法，應積極培養，使其逐漸生起。
4. **已生善法令增長**——已經生起的善法，不應滿足，

應持續熏修，使其愈來愈堅固。

這四項內容，前二者著重於止惡，後二者著重於生善；止惡是去除障礙，生善是培養資糧，二者相互配合，構成完整的修學歷程。

值得注意的是，經中說「未生善法悉能令生」，其中「悉」字尤其值得深思。善法並非自然形成，而是透過聞法、思惟、如理作意與持續實踐，逐步培養而成。從最初的一念善心，到穩固的善根，都需要長時間的熏習與精進，才能由少而多、由弱而強，最終成為不易退失的力量。

另一方面，四正勤也提醒我們，修行不能只有消極地避免惡法，更要積極培養善法。若只是止惡，而沒有建立善法，生命容易流於空轉；若只想修善，而不願斷除煩惱，善法也難以持久。止惡與生善，如同鳥之雙翼、車之兩輪，缺一不可。

因此，《雜阿含 987 經》所說「於諸善法未曾知足，於斷未曾遠離」，正是四正勤最精要的總綱。四正勤並非另一種修行方法，而是將止惡、生善落實於每一念心、每一天生活中的實踐原則。無論修習戒、定、

慧，或實踐菩薩道，都離不開四正勤的持續用功。

本章結語

《雜阿含經》所說「於諸善法未曾知足，於斷未曾遠離」，揭示了佛陀成就無上菩提所依止的根本原則：善法不斷增長，惡法持續止息。這不是少數修行人的特殊方法，而是一切佛法共同遵循的修學方向。

《大寶積經》進一步以四正勤，將這一原則具體化為四項修學工夫：斷除已生惡法、防止未生惡法、生起未生善法、增長已生善法。止惡與生善相輔相成，一方面去除生命中的煩惱與障礙，另一方面培養福德與智慧，使善根不斷成熟，逐步趣向解脫。

因此，四正勤並不是三十七道品中的一個獨立法門，而是貫穿一切修行的共同原則。無論修習戒、定、慧，或實踐菩薩六度，都離不開止惡、生善的持續實踐。

然而，知道修行的方向，並不代表就能持續前進。止惡、生善需要長時間的熏習與實踐，更需要一股不退轉的力量來支持。佛法將這種力量稱為**精進**。因此，下

一章將進一步探討精進在修道中的地位，以及它如何成為成就一切善法的根本動力。

第二章 精進

——成就一切善法的力量

一、精進在諸道品中的重要性

第一章說明，四正勤建立了止惡、生善的修學方向。然而，知道修行的方向，並不代表就能持續前進。善法若缺乏長久的努力，容易退失；惡法若稍有放縱，也容易再次生起。因此，佛法不僅指出修行的方向，更強調推動修行持續前進的力量——**精進**。

《大智度論》卷 16〈序品〉以「云何名精進相」為問，全面闡述精進的意義。龍樹菩薩指出，精進具有五種特相：「於事必能、起發無難、志意堅強、心無疲倦、所作究竟。」又引用佛陀「身、心不息故」的開示，以及商主不畏羅刹、寧可身體受縛而終不退失其志等譬喻，說明真正的精進，不是逞一時之勇，而是在任何境界中，都不放棄善法，不退失道心。

最後，《大智度論》以一句話總攝精進的真義：「於一切善法中懃修不懈，是名精進相。」（CBETA, T25, no. 1509, p. 174a29–b24）

這一句不僅是對精進的定義，也說明了精進在佛法中的地位。精進不是單純的勤奮，也不是勉強自己不斷工作，而是對一切善法持續修習、永不退轉的修行力量。它不是三十七道品中的一個獨立項目，而是貫穿所有修學法門的共同精神。

依《大智度論》的整理，精進遍通於聲聞道與菩薩道，在不同道品中展現不同的功能：

1. **精進根（五根）**——建立善法生起的根本。
2. **精進力（五力）**——增長降伏煩惱、不為逆境所動的力量。
3. **精進覺（七覺支）**——成為趣向覺悟的重要覺支。
4. **正精進（八正道）**——策勵修行，遠離惡法，修習善法。
5. **精進分（四念住）**——令正念相續，心不散亂。
6. **精進門（四正勤）**——具體落實止惡、生善的修行。
7. **精進（四如意足）**——含攝（善法）欲與精進兩項，依之成就三摩地。
8. **精進波羅蜜（六波羅蜜）**——菩薩長劫修行而不退

轉，圓滿福慧，趣向無上菩提。

由此可見，精進雖然在不同道品中名稱與作用略有不同，但其核心精神始終一致，都是推動善法不斷增長、令修行持續向前的力量。沒有精進，善法難以成就；具足精進，則無論修習戒、定、慧，或實踐菩薩六度，都能逐步圓滿。

因此，四正勤指出修行的方向，精進則提供修行的動力。止惡、生善若沒有精進，終將流於一時發心；唯有精進不懈，才能使善法由少而多、由弱而強，逐漸成為生命中穩固而不退轉的力量。

二、精進的生活實踐——以出坡為例

精進並不是抽象的修行理論，而是落實於日常生活的實踐工夫。《大智度論》所說「於一切善法中懃修不懈，是名精進相」，真正考驗的，不只是禪坐、誦經或聞法時是否用功，更是在日常生活中，是否仍能持續止惡、生善，不令善法退失。

佛教叢林向來重視「出坡」的修行。所謂出坡，並非只是完成一項工作，而是透過勞動、服務大眾與彼此

合作，在日常事務中磨練身心。工作本身不是修行的目的，如何在工作的過程中調伏自己的煩惱、培養善法，才是出坡真正的意義。

例如，在工作中面對辛勞時，是否生起懈怠；與人合作時，是否因意見不同而起瞋心；看到他人受到稱讚時，是否生起比較與嫉妒；事情不如己意時，是否生起抱怨與不耐。這些都是四正勤所觀察的對象。當惡法已生，便立即覺察並令其止息；當善法現前，則持續護持，使其不斷增長。如此，每一次工作、每一次待人接物，都成為修習四正勤的機會。

由此可見，修行並不限於禪堂或佛堂，而是在生活中的每一個當下。無論是在家庭、職場、學校，或道場，只要能夠時時反觀自己的身口意，觀察善法是否增長、惡法是否減少，就已經是在實踐四正勤。生活中的境界，不只是考驗，更是培養善根的道場。

道場共修之所以珍貴，在於提供了良好的修學環境。大眾共同依戒生活、彼此策勵，更容易發現自己的習氣，也更容易在善知識的提醒下修正身心。然而，共修只是助緣，真正的修行仍在於自己的每一念心。若能

把在道場所培養的正念與精進，帶回家庭與工作之中，則無論身處何地，都能繼續增長善法，淨化生命。

因此，出坡所修的，不只是工作能力，而是面對境界時的一念心；所培養的，不只是做事的效率，而是止惡、生善的修行力量。當工作成為修行，生活便成為道場；精進，也就在日常生活的每一個當下，逐漸成為生命的習慣。

本章結語

第一章說明四正勤建立了止惡、生善的修學方向；本章則進一步指出，要使四正勤真正落實於生命之中，關鍵就在於精進。

《大智度論》以「於一切善法中懃修不懈，是名精進相」總攝精進的真義，說明精進不是一時的熱忱，也不是勉強自己的苦行，而是在一切善法中持續修習、不斷前進的修行力量。正因如此，精進貫穿五根、五力、七覺支、八正道、四念住、四正勤、四如意足，以及菩薩六波羅蜜，成為一切善法得以成就的共同動力。

然而，精進並非離開生活而存在。無論是在道場出

坡、待人接物，或家庭、工作中的每一個起心動念，都可以成為修習四正勤的契機。當惡法生起時，立即覺察、立即止息；當善法現前時，持續護持、令其增長，精進便不只是經論中的教法，而成為生命中不斷實踐的力量。

四正勤指出修行的方向，精進提供修行的動力；有了方向與動力，修行才能持續向前。然而，善法的增長除了自身努力之外，仍須仰賴良好的修學因緣。親近善知識、培養如理作意，都是促使精進不退、善法增長的重要助緣。因此，下一章將進一步探討內法與外法如何共同成就四正勤，使止惡、生善真正落實於日常生活之中。

第三章 四正勤的助緣 ——內外法共同成就止惡生善

一、外法——善知識與惡知識

《雜阿含經》卷 27 第 717 經（CBETA, T02, no. 99, p. 193a26–b13）中，佛陀開示了修行不可忽視的「外法」，也就是影響修行成敗的外在因緣。

佛陀指出，若親近惡知識、惡伴黨、惡隨從，就容易使未生的惡法生起、已生的惡法增長，同時令未生的善法無法生起、已生的善法逐漸退失；反之，若能親近善知識、善伴黨、善隨從，則能使未生惡法不起、已生惡法斷除，並促使未生善法生起、已生善法日益增長。

經中進一步以「五蓋」與「七覺支」說明外法對身心的影響。惡知識容易增長貪欲、瞋恚、昏沉睡眠、掉悔與疑等五蓋，並障礙念、擇法、精進、喜、輕安、定、捨等七覺支的生起；善知識則正好相反，能令五蓋不起、已生者斷除，並促使七覺支生起、已生者日益增長，使修行漸趨成熟。

由此可知，修行從來不是孤立的個人行為，身邊的

人、所處的環境，以及長期薰習的氛圍，都在潛移默化地影響著善惡法的消長。善知識令善法增長、七覺支成熟；惡知識令惡法滋生、五蓋增盛。修行的方向，往往從親近的人開始。

二、內法——如理作意與不如理作意

若說善知識是修行的外在助緣，那麼真正決定修行方向的，仍是自己的內心。

《雜阿含經》卷 27 第 716 經（CBETA, T02, no. 99, p. 193a8–25）指出，內法的關鍵就在於「正思惟」與「不正思惟」。對應巴利《相應部》，此處的「正思惟」即是 *yoniso manasikāra*，意譯為「如理作意」或「如理思惟」，屬於四預流支的重要修學內容，而非八正道中的正思惟。

佛陀進一步說明，如理作意能使未生的惡法不起、已生的惡法斷除，同時令未生的善法生起、已生的善法持續增長；不如理作意則恰恰相反，會使未生惡法生起、已生惡法增長，未生善法不能生起，已生善法逐漸退失。

經中同樣以「五蓋」與「七覺支」說明內法對修行的影響。不如理作意容易使貪欲、瞋恚、昏沉睡眠、掉悔、疑等五蓋增長，並障礙念、擇法、精進、喜、輕安、定、捨等七覺支的生起；如理作意則能令五蓋不起、已生者斷除，並促使七覺支生起、已生者日益增長，使道業不斷向前。

由此可知，真正的修行，不只是改變外在行為，更重要的是轉變內心的思惟方式。如理作意令善法增長、七覺支成熟；不如理作意令惡法滋生、五蓋增盛。修行的成敗，往往決定於一念之間。

三、內外法共同成就四正勤

《雜阿含經》將「善知識」與「如理作意」分別列為外法與內法，並非偶然，而是指出修行必須同時具足外在助緣與內在工夫。外法影響修行的環境，內法決定修行的方向；兩者相互配合，才能真正落實四正勤，使善法不斷增長、惡法漸次止息。

善知識能提供正確的知見、修學方法與榜樣，引導我們遠離惡法、親近善法；然而，即使遇到善知識，若

內心缺乏如理作意，不願反省、不肯修正自己的習氣，善知識的教導也難以真正發揮作用。反過來說，即使具有修學的願心，若長期處於惡知識或不良環境之中，也容易受到習氣薰染，使善法逐漸退失。因此，外法與內法缺一不可。

日常生活中，我們經常受到外境影響。例如，天候不佳、工作繁忙、身體疲倦，這些都可能成為放逸懈怠的因緣。然而，相同的外在境界，不同的人卻可能有截然不同的反應。有的人因此放棄共修，有的人則提醒自己：「正因為困難，更應把握修學的因緣。」真正決定修行方向的，不只是外在環境，而是面對境界時的一念心。

因此，佛法既重視親近善知識，也強調培養如理作意。善知識幫助我們建立正確的方向，如理作意則使我們能夠將所聞的佛法轉化為自己的修行。外法增助緣，內法定方向；內外相應，四正勤才能真正落實於生活，使止惡、生善不再只是經典中的教法，而成為生命持續成長的力量。

四、善知識——止惡生善的重要助緣

佛陀在《雜阿含經》中指出，善知識能使未生善法生起、已生善法增長；惡知識則使未生惡法生起、已生惡法增廣。由此可知，修行從來不是孤立的個人努力，而是在長期薰習中，逐漸形成自己的生命方向。親近什麼樣的人，便容易養成什麼樣的習氣；依止什麼樣的因緣，生命便容易朝向什麼樣的方向發展。

俗話說：「近朱者赤，近墨者黑。」佛法更進一步指出，外在環境雖然只是助緣，卻會深刻影響我們善惡法的消長。若身邊的人熱衷追逐享樂、搬弄是非，久而久之，我們也容易隨順這樣的習氣。有人原本只是聚在一起喝茶聊天，最後卻變成議論是非；也有人天天看充滿對立情緒的新聞，不知不覺便讓瞋恚心愈來愈重。這些都是外在因緣引發五蓋、障礙善法的真實例子。

因此，我一向十分留意外在因緣。若發現談話容易流於是非，我寧可獨自喝杯咖啡，回到書桌前閱讀經論，也不願讓自己的心隨境流轉。與其讓雜染的境界牽引心念，不如讓正法成為滋養身心的力量。修行有時並不是刻意遠離他人，而是懂得選擇能夠增長善法的環

境，保護自己的道心。

相反地，真正的善知識，總能引導我們遠離惡法、增長善法。我曾在沙巴認識一位居士，她多年深入研讀印順導師的著作，後來得知開印法師將於亞庇建立道場，便與丈夫商議後遷居道場附近，只為能長久親近三寶、依止善知識、護持正法。她所追求的，不是生活上的便利，而是希望在正法薰習之中，使自己的道心能夠持續增長。

我們姑且不論她今生修行能達到什麼境界，單是這份對三寶堅定不移的信心，以及願意為了親近善知識而改變生活環境的決心，便足以令人深受感動。真正的善知識，不只是傳授佛法，更能啟發信心、增長願力，使人在長久的薰習中，不知不覺改變自己的生命。

同樣重要的，還有志同道合的同參道友。一路同行的人，彼此不是競逐名利，而是共同承擔弘法利生的使命，互相提醒、互相策勵。當身邊有這樣的同行者，正念容易現前，精進容易增長，法喜與輕安也更容易生起，七覺支便能漸漸成熟，道心愈發堅固。

因此，人生若能遇見真正的善知識，或一群志同道

合的同參道友，實是極大的福報。善知識不只是同行者，更是善法增長、菩提增上的重要因緣。親近善知識，不只是尋求知識上的指導，更是在良好的薰習中，讓四正勤得以持續實踐，使止惡生善逐漸成為生命的自然流露。

五、如理作意——真正的修行工夫

善知識固然能引導我們走向正道，但真正決定修行深淺的，仍是自己的一念心。外在的因緣只能提供助緣，真正能使善法增長、惡法止息的，始終是內心是否具足如理作意。

所謂如理作意，就是依正法如實觀察、如實思惟，不隨順貪、瞋、癡等煩惱而轉。修行並不是等待境界改變，而是在每一個境界現前時，懂得回過頭來觀照自己的身、口、意，檢視當下究竟是善法增長，還是煩惱增長。

因此，我常鼓勵大家養成一個習慣：每隔一、兩個小時，便靜下心來審查自己一次。今天有哪些善法比昨天增長了？哪些煩惱比昨天減少了？哪些念頭值得繼續

培養？哪些習氣需要立即調整？若能經常如此觀照，便會發現修行不再只是誦經、禪坐或聽課，而是時時刻刻都在修正自己的生命。

這種觀照，就如同鍛鍊身體一樣。一個原本只能提起五十公斤重物的人，經過持續訓練，終能承擔一百公斤；修行也是如此。善法日日增長，內心的堪忍力、承擔力與安定力，也會隨之增長。面對逆境時，不容易退失道心；面對順境時，也不容易生起放逸。真正增長的，不只是能力，而是內心的力量。

反之，若從不反省自己的起心動念，即使每天忙於許多佛教活動，也未必表示修行有所進步。有時候，表面上十分精進，內心卻仍充滿貪著、瞋恚與我慢；如此，善法未必增長，煩惱反而可能更加深厚。因此，真正重要的，不是今天做了多少事情，而是今天是否比昨天少了一分煩惱、多了一分慈悲與智慧。

佛陀之所以能夠成就菩提，正是在每一個當下，不斷令善法增長、惡法減少。對每一位修行人而言，真正的工夫，也就在於持續如理作意，讓每一念心都朝向正法，而不隨順煩惱流轉。

因此，如理作意不是偶爾提醒自己，而是一種持續觀照、持續修正的生活態度。當我們能夠時時審查自己的身、口、意，不斷止息惡法、增長善法，四正勤便不再只是經典中的法義，而會逐漸成為生命的習慣，成為趣向解脫最踏實的修行工夫。

六、生起善法——四正勤的積極修學

四正勤不只是止息惡法，更重要的是積極培養尚未生起的善法，使已生善法持續增長。修行不只是遠離煩惱，更要不斷為善法創造生起與成熟的因緣。

善法並非憑空而來，而是依眾多因緣和合而生。親近善知識，能獲得正確的引導；如理作意，能使內心遠離顛倒妄想；配合安般念、慈心觀等實際觀修，則能使慈悲、智慧、忍辱、精進等善法，由微弱而堅固，由偶然而相續，最終成為生命中穩固而長久的力量。

因此，四正勤的修學，不只是止息惡法，更要善於創造善法生起的因緣。當外有善知識的護持，內有如理作意的引導，再加上持續不斷的精進實踐，善根便能日日增長，道業自然漸趨成熟。善法不是等待而來，而是

在一次次如理作意、一次次親近善知識、一次次精進實踐中，逐漸培養而成。

本章結語

四正勤雖然是止惡生善的修學法則，但真正能否落實，並非只靠一時的發心，而必須具足內外因緣。外有善知識的護持與良好的修學環境，內有如理作意的引導與持續的觀照，二者相互配合，才能使惡法漸次止息、善法不斷增長。

佛陀在《雜阿含經》中分別以「善知識」與「正思惟」說明外法與內法的重要性，並指出二者都直接影響五蓋與七覺支的消長。由此可知，修行並非只是追求外在環境的清淨，也不是單靠內心的努力，而是要善用一切因緣，將外在助緣轉化為修道資糧，並以如理作意引導每一念心，使四正勤真正落實於生命之中。

外法是助緣，內法是根本；善知識指引方向，如理作意守護道心。內外相應，善法方能日日增長，菩提之道亦由此漸次圓滿。

第四章 外法

——朋友與修行

導言

四正勤不只是內心的修行，也需要良好的外在因緣。佛陀一再強調「善知識」的重要，因為一個人長期親近什麼樣的人，便容易成為什麼樣的人。朋友不只是生活中的同行者，更是修行路上的增上緣或障礙緣。因此，本章將透過《佛說孛經抄》、《教化仙伽羅經》、《增支部》等經典，探討如何擇友、如何成為善友，以及如何將一切外境轉化為修道的資糧。

一、朋友決定修行的方向

（一）朋友的四種類型

〔吳〕支謙譯《佛說孛經抄》卷 1（CBETA, T17, no. 790, p. 731b18–26）中，以四種生動的譬喻說明朋友的不同層次。

1. 如花之友，在人富貴時親近，失勢時離去，如同花朵盛開時受人珍愛，凋謝後便遭棄置。

2. **如秤之友**，凡事斤斤計較，有來有往，不肯吃虧，也不願多付出半分。
3. **如山之友**，如金山一般，親近他的人都能蒙受利益，共享榮耀；然而順境能同樂，逆境未必能共患難。
4. **如地之友**，如同大地承載萬物，不論受到何種對待，都能包容忍受，默默利益眾生。

佛陀指出，在四種朋友之中，「如地之友」才是真正值得珍惜的善知識。他們以慈悲、包容、忍辱與無私利益他人為本，不因境遇盛衰而改變，不因得失利害而退轉。這不僅是我們應當尋求的善友，更是每一位修行者應努力成就的人格典範。真正的友誼，不在於錦上添花，而在於雪中送炭；真正的善友，不在於利益交換，而在於以慈悲與智慧長久相伴，共同走向解脫之道。

（二）修行先問自己是哪一種朋友

閱讀經典時，我們很容易思考：「某某人就是如花的朋友」、「某某人就是如秤的朋友」。然而，真正的修行並不是觀察別人，而是反觀自己。

別人是我的外緣，而我同樣也是別人的外緣。與其要求身邊的人都是善知識，不如先問自己：我是不是別人的善知識？我是帶給別人安心、鼓勵與善法，還是帶給別人煩惱與退轉？

經典不是用來照見別人的鏡子，而是照見自己的鏡子。當我們開始反省自己是哪一種朋友時，修行才真正開始。

（三）善巧譬喻，不可離開經文脈絡

佛經中常運用譬喻來說法，但同一個譬喻，在不同經典中可能具有不同意義。

例如《般若經》中的「金山」，用來譬喻諸法實相的平等；而《佛說孛經抄》的「如山」，則用來比喻一種只能同享富貴、未必共患難的朋友。同樣地，《雜阿含經 283 經》以「種樹」比喻對五蘊的愛著，提醒我們不要不斷灌溉生死之樹，而應以智慧斷除對五蘊的執著。

因此，學習佛法不能只記住譬喻，更要理解它所處的法義脈絡。

二、辨識善友，遠離惡友

（一）善友與惡友——佛陀的人際智慧

《長部 31 經（DN 31）·教化仙伽邏經》指出在人生中，每個人都需要朋友，但真正影響我們生命方向的，不只是「有沒有朋友」，而是「交到什麼樣的朋友」。佛陀在經中，並沒有先教導如何廣結善緣，而是先提醒居士必須具備辨識朋友的智慧。因為錯誤的交友，不僅會帶來財物損失，更可能影響品格、價值觀，甚至改變人生的方向。

經文首先指出四種「像是朋友，其實不是朋友」的人。第一種是**取便宜的人**，凡事只想獲得利益，付出很少，卻希望得到更多，遇到責任便退縮，一切以自己為中心。第二種是**花言巧語的人**，擅長承諾與空談，常說過去如何幫助別人，也說將來會如何付出，但真正需要行動時卻找藉口推託。第三種是**阿諛奉承的人**，當面讚美，背後毀謗；迎合惡行，卻不稱讚善行，缺乏真誠。第四種是**揮霍無度的人**，喜歡與飲酒、遊蕩、沉迷娛樂及賭博的人為伍，容易使朋友一起走向放逸與墮落。

相對地，佛陀也提出四種真正值得親近的善友。**喜**

歡助人的人，能在危難時給予保護與支援；同甘共苦的人，能互相信任、保守秘密，在患難中不離不棄；說善利的人，會勸人止惡行善，並引導他人接觸正法；具有悲憫心的人，不嫉妒他人的成功，能隨喜善行，並制止毀謗、讚歎善德。這四種朋友，不只是生活上的伙伴，更是人格成長與修學佛法的重要助緣。

佛陀最後以兩首偈頌作總結：對於四種惡友，智者應及早認清並保持距離，「如畏兇險道」；對於四種善友，則應尊敬親近，「如母子相隨」。這不只是交友的方法，更是一種人生的智慧。真正的朋友，不在於是否帶來一時的利益，而是在於是否能幫助我們遠離惡行、增長善法，並共同邁向正直、慈悲與智慧的人生。

四種似友非友與四種真正善友對照表

類別	名稱	四項辨識重點	核心特質
似友非友	取便宜的人	想取多、付出少、逃避責任、只顧自己	自私貪利
	花言巧語的人	誇說舊恩、空談未來、沒有實利、推託付出	空談失信

類別	名稱	四項辨識重點	核心特質
	阿諛奉承的人	稱頌惡行、不稱善行、當面讚美、背後貶斥	心口不一
	揮霍無度的人	親近酒友、夜遊、沉迷娛樂、沉迷賭博	放逸墮落
真正善友	喜歡助人的人	保護他人、保護財物、危難依靠、慷慨待人	樂於護持
	同甘共苦的人	坦誠相待、保守秘密、不離患難、願意犧牲	忠誠可信
	說善利的人	勸止惡行、鼓勵行善、使聞善法、引導正道	善巧引導
	有悲憫心的人	不幸災樂禍、隨喜成功、制止毀謗、讚歎善行	慈悲隨喜

本段經文以鮮明的對比，建立了佛教的人際倫理觀：

1. 交友重在德行，而非利益。
2. 真正的朋友能護持身心、勸善止惡、患難相扶。

3. 惡友會助長貪欲、放逸與惡行，應及早遠離。
4. 善友是修身、立德、增上善法的重要助緣，也是世間安樂與修學佛法不可缺少的善知識。

（二）七種值得終身深交的朋友

《增支部·朋友經》（AN7.36）進一步提出七種善友德行：

佛陀教導我們，交朋友不能只看談得來、能力強或利益多，而應觀察一個人的品德。《增支部》〈朋友經〉提出七項善友標準：願意付出、勇於承擔、能夠包容、彼此信任、守護秘密、患難相扶，以及不因貧富變化而改變情誼。這七項特質涵蓋了利他、誠信與忠義三個層面。

七支	經文	義理說明	現代意涵
①給與難 給與	他給與難 給與的	願意付出自己 珍惜的，不計 較得失。	願意犧牲時 間、利益幫助 朋友。

七支	經文	義理說明	現代意涵
②做難做的	他做難做的	為朋友承擔責任，不逃避困難。	在困境中陪伴、協助，而非袖手旁觀。
③忍難忍的	他忍耐難忍耐的	能包容朋友的缺失，不輕易翻臉。	不因一時衝突而斷交，懂得體諒。
④顯露自己的秘密	顯露他的秘密	真誠信任朋友，願意坦誠相待。	建立彼此真誠的信任關係。
⑤守護朋友秘密	守〔你的〕秘密	不洩漏、不利用朋友的隱私。	尊重隱私，值得信賴。
⑥患難不離	在災難時不離棄	富貴貧賤、生死禍福都不離棄。	真正的朋友是在逆境中留下的人。
⑦不因貧窮而輕視	不以財富滅盡而輕蔑	不因朋友失勢、貧困而改變態度。	重情義，不勢利眼。

其中最令人深思的是最後兩項：「災難時不離棄」與「不以財富滅盡而輕蔑」。一般人在順境時容易結交朋友，但真正的友情，唯有逆境才能顯現。當一個人失去地位、財富或遭逢困難時，仍願意陪伴、尊重、扶持他的，才是真正值得珍惜的善友。

因此，佛法不只是教我們辨別誰是善友，更提醒我們反省：自己是否也是別人的善友？若能常以這七項標準要求自己，便能建立長久而真誠的人際關係，也為修學佛法培養最重要的善知識因緣。

三、善用外境，成就修行

（一）善惡，只在一念之間

「善惡，只在一念之間。」這句話看似簡單，卻深刻揭示了佛陀修行的核心。《中部 19·兩類覺經》記載，佛陀在成道之前，仍以極大的正念與智慧，反覆觀察自己生起的每一個念頭。他將心中的思惟分為兩類：一類是貪欲、瞋恚、惱害等不善覺；另一類則是出離、不瞋、不害等善覺。

每當不善念生起時，菩薩並非壓抑或逃避，而是如

實觀察：這樣的念頭會傷害自己、傷害他人，也會障礙智慧、導向煩惱，不能趣向涅槃。因此，他能及時覺察、捨離，使惡念止息；而對於出離、不瞋、不害等善念，則不斷培養與增長，使心逐漸傾向清淨與安穩。

佛陀更指出：「若常隨順某種思惟，內心便傾向那種思惟。」這揭示了修行的重要法則：心的方向，是由一次又一次的選擇所塑造。經常放任貪瞋癡，煩惱便日益堅固；經常培養慈悲、智慧與出離，善法便逐漸成為內心的自然習慣。修行的關鍵，不在於從未生起惡念，而在於每一次都能覺察善惡，並選擇隨順善念、捨離惡念。

因此，善惡並非宿命，也不是偶然，而是在每一念心中不斷作出的抉擇。當我們願意以正見觀察自己的起心動念，以正思惟引導心的方向，日復一日地累積善法，便能如佛陀所示，從調伏心念、安住正定，進而增長智慧，最終走向離苦得樂、趣向解脫的八正道。

（二）修行如熱水融冰川

借用《大智度論》卷 29「少湯投大冰池」的譬喻來

觀照修行，我們可以得到另一層啟發。

無始劫以來所累積的貪、瞋、癡煩惱，如同綿延無盡的萬年冰川；而今生所修集的戒、定、慧與一切善法，起初或許只像一杯熱水，力量看似微小。

然而，熱水終究具有融冰的力量。每一次正念、每一次善行、每一次如法思惟，都像再添上一杯熱水。雖然一時之間未必能使冰川盡化，但只要不斷累積，冰雪終將消融，光明終會顯現。

修行也是如此，不必因善法微弱而灰心，也不必因一時退步而放棄。真正重要的，不是今天融化了多少冰，而是這杯熱水從未停止注入；唯有持續親近佛法、善知識，令熱水源源不絕，才不致反被冰池所冷卻。日日熏修，念念向善，終能轉化無始煩惱，趣向解脫菩提。

（三）有修行，未必可靠

《大智度論》卷十七記載，一位比丘修證四禪，卻因**增上慢**而誤認自己已證四果：得初禪自以為須陀洹，得第二禪自以為斯陀含，得第三禪自以為阿那含，得第

四禪便自認已證阿羅漢，因此「恃是而止，不復求進」，不再繼續修學無漏智慧。

臨命終時，他見到四禪所感的受生之相，心中立即生起疑惑：「我是阿羅漢，今還復生，佛為虛誑！」於是邪見現前，否定涅槃、毀謗佛語。龍樹菩薩指出，由於邪見生起，原本四禪的善業因緣失去作用，轉而現起阿鼻地獄之相，命終便墮阿鼻地獄。由此可見，真正導致墮落的原因不是四禪，而是未證謂證、增上慢與邪見。

因此，佛陀說偈警策：「多聞持戒禪，未得無漏法；雖有此功德，此事不可信！」意思是說，多聞、持戒、禪定固然都是珍貴的修行功德，但若尚未證得無漏法、斷除煩惱，就不可自認已得聖果，更不可停止修行。

《大智度論》最後總結全段的核心：「是故知取亂相，能生瞋等煩惱；取定相，能生著。」散亂時執取種種境界，容易引發貪瞋等煩惱；即使進入禪定，若執著禪悅、寂靜或種種定境，甚至誤認為究竟解脫，同樣會生起我慢與執著。由此可知，修行最大的危險並非沒有

禪定，而是將禪定誤認為解脫，將方便法門誤認為究竟佛法。唯有以正見為導，依四聖諦、緣起智慧修習，並進一步證得無漏法，才能真正走向究竟解脫。

（四）面對惡人，保持善心

《十住毘婆沙論》卷七〈分別法施品第十三〉提醒菩薩：即使遇到忘恩負義、剛強難化，甚至恩將仇報的人，也不可因此心生厭倦，更不可退失利益眾生的願心。真正需要守護的，不只是眾生，更是自己的慈悲心。

論中以「大醫王」為譬喻：高明的醫師面對重病患者，不會因病情難治而放棄，反而會更加憐憫，設法尋求各種療法。同樣地，菩薩面對煩惱深重、造作惡業的眾生，也應視其為罹患煩惱重病，而非可憎可棄之人，以智慧與方便善巧，耐心引導他們離苦向善。

因此，修行並不在於外境是否如意，也不在於眾生是否容易教化，而是在任何境界現前時，是否仍能保持慈悲與智慧。若因他人的惡行而失去自己的善心，便等於讓煩惱左右了自己的修行；若能不受外境染污，依然

安住於慈悲與正念，逆境反而成為道業增上的助緣。

面對最難相處的人，菩薩更應反省：「不是眾生不可度，而是我的智慧與方便尚未圓滿。」這不是自責，而是將困境化為精進的動力，不斷增長慈悲、忍辱與善巧方便。

菩薩從不輕易捨棄任何一位眾生，也不讓任何一次逆境白白流失。正因為具有不退轉的大悲願力，所以惡緣可以轉為善緣，障礙可以化作資糧，困難可以成為成就菩提的重要因緣。真正的修行，不是等待順境，而是在逆境中依然守護善心、成就智慧，這正是菩薩道最可貴的精神。

本章結語

本章從朋友談起，最後回到自己的修行。佛陀教導我們，善知識固然重要，但真正決定生命方向的，仍是自己的選擇。親近善友、遠離惡緣，是修道的重要助緣；然而更重要的是，在任何外境中，都能以如理作意轉化境界，使善法增長、惡法止息。

真正的善知識，不只是陪伴我們同行的人，更是引

導我們走向解脫的人；真正的修行，也不只是選擇好的環境，而是在任何環境中，都不失清淨善心。

第五章 內法

——惡善取決於思惟

導言

佛法常說：「萬法唯心造。」真正決定生命方向的，不只是外在境界，而是面對境界時內心如何思惟。同樣一件事情，有人因此退轉，有人因此精進；有人將逆境視為障礙，有人卻將逆境轉為道糧。佛陀在《阿含經》中反覆教導修行人培養如理作意，使善法日益增長、惡法逐漸止息。本章循著經教的脈絡，從托鉢、飲食、工作、聞法、臨終乃至日常生活的種種境界，說明思惟如何塑造人格、改變生命，並指出真正的修行，始終落實於每一個當下的一念選擇。

一、一念思惟，決定生命方向

佛陀於《長阿含 10·十上經》卷 9（CBETA, T01, no. 1, p. 55a7–c5）開示「八懈怠法」與「八精進法」，透過托鉢乞食、飲食飽足、承辦執事、遠行往返、身體患病及病後初癒等八種生活情境，揭示一個重要的修行

原則：同樣的境界，可以成為懈怠的理由，也可以成為精進的因緣；關鍵不在境界，而在思惟模式的選擇。

《長阿含 10 十上經》卷 9 (CBETA, T01, no. 1, p. 55a7–c5)：

	八懈怠	八精進
1. 乞食不得	比丘乞食不得食，便作是念：『我於今日下村乞食不得，身體疲極，不能堪任坐禪、經行，今宜臥息。』懈怠比丘即便臥息，不肯精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證，是為初懈怠。	比丘入村乞食，不得食還，即作是念：『我身體輕便，少於睡眠，宜可精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即便精進，是為初精進比丘。

	八懈怠	八精進
2. 食足	懈怠比丘得食既足，復作是念：『我朝入村乞食，得食過足，身體沈重，不能堪任坐禪、經行，今宜寢息。』懈怠比丘即便寢息，不能精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證。	乞食得足，便作是念：『我今入村，乞食飽滿，氣力充足，宜勤精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即尋精進。
3. 稍做事	懈怠比丘設少執事，便作是念：『我今日執事，身體疲極，不能堪任坐禪、經行，今宜寢息。』懈怠比丘即便寢息。	精進比丘設有執事，便作是念：『我向執事，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即尋精進。

	八懈怠	八精進
4. 欲做事	懈怠比丘設欲執事，便作是念：『明當執事，必有疲極，今者不得坐禪、經行，當豫臥息。』懈怠比丘即便臥息。	精進比丘設欲執事，便作是念：『明當執事，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即便精進。
5. 稍行來	懈怠比丘設少行來，便作是念：『我朝行來，身體疲極，不能堪任坐禪、經行，我今宜當臥息。』懈怠比丘即便臥息。	精進比丘設有行來，便作是念：『我朝行來，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即尋精進。

	八懈怠	八精進
6. 欲行	懈怠比丘設欲少行，便作是念：『我明當行，必有疲極，今者不得坐禪、經行，當豫寢息。』懈怠比丘即尋寢息，不能精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證，是為六懈怠比丘。	精進比丘設欲行來，便作是念：『我明當行，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是比丘即便精進。
7. 得病	設遇小患，便作是念：『我得重病，困篤羸瘦，不能堪任坐禪、經行，當須寢息。』懈怠比丘即尋寢息，不能精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證。	精進比丘設遇患時，便作是念：『我得重病或能命終，今宜精進。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是比丘即便精進。

	八懈怠	八精進
8. 病癒	懈怠比丘所患已差，復作是念：『我病差未久，身體羸瘦，不能堪任坐禪、經行，宜自寢息。』懈怠比丘即尋寢息，不能精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證。	精進比丘患得小差，復作是念：『我病初差，或更增動，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即便精進坐禪、經行，是為八。

例如，比丘托鉢不得食而空鉢返回時，懈怠者心想：「今日沒有得到食物，身體疲乏，已無法坐禪、經行，還是先休息吧！」於是放棄修行。精進者卻轉念思惟：「今日飲食減少，身體反而輕安，睡眠需求也較少，正好把握時間坐禪、經行。」同樣是沒有乞得食物，一念不同，結果便截然相反。

又如托鉢後飲食飽足，懈怠者認為吃得太飽、身體沉重，不適合修行；精進者則想到自己氣力充足，正是精勤辦道的好時機。同樣的飽足，有人因此放逸，有人因此勇猛精進。

再如承辦僧團執事，懈怠者總覺得事情繁多、身心疲累，因此暫停修行；精進者卻想到執事已占用了不少修學時間，更應珍惜剩餘的每一刻，把握機會禪修與經行，不使道業因忙碌而荒廢。

其餘如即將遠行、遠行歸來、生病、病後初癒等情境，經文皆以相同的方式說明：境界沒有改變，改變的是看待境界的心。懈怠者總能找到退失道心的理由；精進者則善於將逆境與順境都化為修行的助緣。

因此，《十上經》所要教導的，不只是八種精進的方法，更是一種面對人生的思惟模式。修行的障礙，往往不是外境，而是內心先認定自己「不能修」「不適合修」「等以後再修」。若能轉變這一念，便能在每一種因緣中發現修道的契機。

佛陀藉由八組鮮明的對照提醒我們：外境並不決定修行的成敗，真正決定生命方向的，是每一次面對境界時所作出的思惟選擇。同樣一件事情，可以成為放逸懈怠的藉口，也可以成為勇猛精進的契機；一念向懈怠，道業日漸退失；一念向精進，善法日益增長。生命的轉變，往往就始於這一念思惟。

二、一念成習，一生成性

《長阿含·十上經》藉由「八懈怠法」與「八精進法」，深刻揭示了解怠者與精進者面對相同境界時，截然不同的思惟模式。佛陀並非只是教導八種應對的方法，更是在說明：生命的方向，往往決定於日復一日所培養的思惟習慣。

以「托鉢不得食」為例，看似只是修行生活中的一件小事，卻足以反映一個人的用心。懈怠者遇到逆境，立刻為自己尋找停止修行的理由；精進者則善於轉念，將逆境化為辦道的因緣。一次選擇或許微不足道，但若每次都依循相同的思惟模式，便會逐漸形成固定的習氣。

因此，佛陀並不是在討論一次的精進或一次的懈怠，而是在提醒我們：一念若反覆生起，便成為習慣；習慣反覆累積，便形成性行；性行又決定了一個人的生命方向。今天在托鉢時容易退縮，明天面對執事、病苦、遠行等境界，也容易以相同的方式回應。反之，若能在每一件小事中培養正思惟，精進也會逐漸成為自然的力量。

由此可見，修行真正需要調整的，不只是行為，更是每一次面對境界時的起心動念。若能及早覺察懈怠的傾向，並以正思惟加以轉化，便是在改變自己的習氣，也是在塑造未來的生命。

因此，不必因年齡、能力或過去的習慣而灰心。佛法重視的是因緣的累積，只要今天願意轉變一念，便是在種下新的善因。一次正確的思惟，看似力量微小，長久累積，卻足以改變生命的方向；一次次精進的選擇，也將漸漸轉化舊有的習氣，令善法日益增長。

凡夫與聖者的差別，並非天生不同，而是在每一次面對境界時，是否能以正思惟取代習氣，以精進取代懈怠。修行的功夫，就在這一念又一念的轉化之中。

三、修行，從吃飯開始

修行並非遠離生活，也不是高深玄妙的理論，而是落實在每天最平凡的日常之中，甚至從一頓飯開始，都可以成為修行的功課。

《長阿含·十上經》以飲食為例，提醒我們：同樣是吃飯，有人因飢餓而懈怠，有人因飽足而放逸；也有

人善於轉念，將飢餓視為身心輕安的因緣，將飽足當作精進辦道的助力。由此可見，真正影響修行的，不是有沒有吃飽，而是面對飲食時的那一念心。

因此，每一次用餐，都是一次觀照自心的機會。面對美味的飲食，可以反省是否生起貪著；遇到不合口味的食物，可以觀察是否生起瞋恚；接受他人的供養與幫助，是否生起感恩與珍惜；身體感到飢餓或飽足時，又是否能善加運用因緣，而不是順著習氣放逸懈怠。外在境界只是助緣，真正需要調伏的，始終是自己的內心。

其實，不只是吃飯如此，工作、待人接物、說話做事，乃至每一個起心動念，都在累積善法或惡法。善法不是偶然形成，惡法也不是外境造成，而是在一念又一念的選擇中逐漸養成。今天選擇正思惟，善法便增長一分；今天放縱習氣，煩惱便增長一分。久而久之，生命便朝著不同的方向發展。

因此，修行不必等待特殊的環境，也不必等到有空才開始。從每天的一頓飯開始，從每一次起心動念開始，便能將佛法真正落實於生活。當生活成為修行，修行也就不再離開生活。

四、最好的臨終關懷，是平日的修行

我們不應以為「臨終關懷」只是生命最後一刻才需要面對的課題。事實上，一個人臨終時能否安穩自在，往往取決於平日如何修學佛法、培養正見與熏習善法。

《阿含經》中記載，有些病重的比丘在臨終前，希望親聞佛陀或大弟子的開示，藉由善知識的引導，令正念現前、心安住於法。這說明臨終開示是重要的助緣；然而，更重要的是平日是否已建立正確的知見，並將佛法真正落實於生活之中。若平日已長養正信、正念與正思惟，臨終時便較能安住於法，不易隨恐懼與執著而動搖。

因此，臨終關懷固然重要，但最根本的準備，仍在於平日的修行。真正改變生命方向的，不是臨終片刻才開始努力，而是日日熏習善法、時時觀照自心，使正法成為自己的依止。如此一來，即使生命走到最後一程，也能較為安然面對；修行深厚者，更可能在臨終之際，依然保持正念與慈悲，帶給家人與同行者安定與力量。

佛法始終提醒我們：修行沒有捷徑，也沒有臨時抱佛腳的方法。今天所培養的一念正思惟、一分善法、一

分清淨心，都在為未來的生命奠定基礎。最好的臨終關懷，不是臨終前短暫的開示，而是平日持續不斷的修行。

五、經論帶來的生命力量

初學佛法時，許多人都曾有過相同的經驗：聽聞經論時，覺得內容艱深難懂，甚至懷疑自己沒有根機，因而心生挫折，逐漸失去信心。然而，真正的原因往往不是沒有根機，而是過去缺乏聞思薰習，對佛法仍然陌生。正如任何一門學問都需要時間累積，佛法也必須經由反覆聞法、如理思惟與實際修習，智慧才能逐漸開展。

因此，面對一時聽不懂的經論，不必急於否定自己，而應生起正確的思惟：「現在不懂，只表示自己還需要繼續學習。」別人花一個小時理解，自己就花兩個小時；今天不能領會，就繼續聞思，等待因緣成熟。只要願意持續薰習，終有一天，原本難懂的法義也會逐漸明朗，並由理解而生起法喜。

親近三寶、聽聞正法，是極為難得的福報。世界上

仍有許多地方，聞法因緣十分稀少，想親近善知識也十分困難。正因如此，能夠經常聽聞佛法、閱讀經論、親近善知識，更應心懷珍惜與感恩，而不是視為理所當然。

經論真正的價值，不只是增加知識，更重要的是改變思惟模式，轉化生命。每一次閱讀經典，每一次深入思惟，都在潛移默化中淨化內心，培養正見，增長善法。當佛法逐漸融入生命之中，便會發現它不只是文字，而是一股安定、清淨而持續的力量。

真正支持修行長遠前進的，不只是毅力，而是法義所帶來的法喜。當體會到佛法確實能轉化煩惱、利益生命時，聞法便不再是一種負擔，而成為內心最深的歡喜。這份法喜，不依賴外在境界，而是源於對真理的體會；它將成為修行最穩固的力量，支持我們在菩提道上持續前行。

因此，學習經論的目的，不是停留於知識的累積，而是將法義落實於日常生活，在每一次起心動念中觀照自心，使善法日日增長。如此累積而成的智慧與功德，不受外境所奪，也不隨歲月而消失，而是生命中最珍

貴、最長遠的資糧。

六、止惡在先，修善淨心

研讀諸多經論可以發現，佛法的修行具有明確的次第。四正勤以止息惡法、增長善法為核心，《七佛通誡偈》亦開示：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」其中，「諸惡莫作」列於首位，顯示止惡是修行的重要基礎。

印順導師於《華雨集》第二冊進一步指出，從戒、定、慧三學來看，持戒首先著重於止息身、口、意三業的過失，因此佛陀教化眾生，往往先引導遠離惡法。唯有止息染污，善法才有生長的空間。正如整理一片荒地，必須先清除雜草，再播下種子，幼苗才能順利成長；修行亦復如是，止惡是修善的重要前提。

然而，佛法的修行並不停留於止惡。止息惡法之後，還要積極培養慈悲、布施、持戒、忍辱等一切善法，使清淨功德不斷增長。止惡與修善，如同修行的一體兩面：一方面減少煩惱的力量，一方面增長解脫的資糧。

導師並進一步指出，「諸惡莫作、眾善奉行」較偏重於身、口二業的調整，而「自淨其意」則進一步指向意業的淨化。修行由粗入細，先調伏容易覺察的身口行為，再逐步深入觀照內心，淨除貪、瞋、癡等微細煩惱，使心地日益清淨。

因此，學佛者即使已能持戒、誦經、禪修，仍應不斷反觀自心，因為真正的修行，不只是外在行為的改善，更是內心習氣的轉化。唯有止惡、修善與淨心三者相互增上，才能完成佛法所說的生命淨化，這也是四正勤、三學乃至一切道品共同指向的修學軌跡。

本章結語

佛法始終強調，如理作意並非一時的觀念，而是決定生命方向的根本力量。同樣的境界，可以成為懈怠的理由，也可以成為精進的因緣；同樣的人生遭遇，可以增長煩惱，也可以成就智慧。真正改變生命的，不是境界，而是面對境界時所生起的那一念思惟。

一念思惟，形成一個行為；一再重複，便養成習慣；習慣日久，便塑造性行；性行成熟，終將決定一個

人的生命方向。因此，修行真正的工夫，不只是改變外在行為，而是時時觀照起心動念，以如理作意取代習氣，以正思惟引導生命，使止惡、修善、自淨其意，日日落實於生活之中。

佛法修的，不只是行為，更是思惟；思惟改變了，生命便改變了。一念向善，日日向善；念念如理，步步菩提。

第六章 四正勤

——精進的完整實踐

導言

四正勤不僅是三十七道品的重要修學內容，更可說是佛法中「精進」最完整的實踐綱要。佛陀在《阿含經》中以四正勤作為修行的核心方法，而龍樹菩薩於《十住毘婆沙論》中，則進一步將四正勤與菩薩道融會貫通，提出「五事精進」的修學架構，說明真正的精進並非只是勤奮努力，而是以止惡、生善為核心，進而使一切世、出世間善業皆能無障礙地成就。

論中更以四個生動的譬喻闡明四正勤的修行內涵：斷除已生惡法，如同迅速除去毒蛇，刻不容緩；預防未生惡法，如同事先截斷流水，防患未然；增長已生善法，如同灌溉甘美果樹，使善根日益茁壯；培養未生善法，如同鑽木取火，持續精勤，終能引發智慧之光。這四個譬喻不僅清楚展現四正勤的修行次第，也說明修行並非消極等待因緣成熟，而是在每一念、每一行中主動防惡、斷惡、修善、增善，使生命不斷朝向清淨與解脫

邁進。

更值得注意的是，龍樹菩薩在四正勤之外，增列第五種精進——「於世間事中有所作，無能障礙故勤行精進」，將菩薩的修行由個人的身心淨化，擴展到利益眾生、成辦一切善業的實踐。這不僅顯示大乘佛法積極入世的精神，也使四正勤的內涵更加圓滿完整。

因此，四正勤不只是精進的一部分，而是精進的全貌；從止惡、生善，到積極成辦一切利益眾生的善業，完整展現了佛法所說精進的方向、方法與精神。可以說，四正勤既是三十七道品的修行核心，也是菩薩道最具體、最完整的修行指南。

一、五事精進——四正勤的圓滿開展

《十住毘婆沙論》卷十五〈大乘品〉提出「五事精進」，前四項正是佛陀所開示的四正勤：未生惡法令不生、已生惡法令斷除、未生善法令生起、已生善法令增長。這四項涵蓋了修行的完整歷程，以止惡修善為核心，持續淨化身心，建立解脫與成佛的根本資糧。

在此基礎上，龍樹菩薩更提出第五項：「於世間事

中有所作，無能障礙故勤行精進。」這並非在四正勤之外另立一種修行，而是指出：當四正勤真正落實、善法日益成熟時，修行者便能以清淨的身口意投入世、出世間的一切善業，不因懈怠、煩惱或逆境而退失，能自在承擔責任，廣行利他，圓滿菩薩行。

因此，「五事精進」不是對四正勤的增補，而是對其修行成果的完整開展。前四項著重於止惡、生善的內在淨化，第五項則展現善法成熟後的外在實踐，使精進不僅成為個人解脫的力量，更轉化為利益眾生、成就佛道的菩薩精神。由此可見，四正勤既是精進波羅蜜的核心，也是菩薩道由自利走向利他的根本動力。

二、四正勤的四個譬喻

《十住毘婆沙論》以一首偈頌，將四正勤與第五事精進的修行精神濃縮為最精要的開示：

斷已生惡法，猶如除毒蛇；

斷未生惡法，如預斷流水。

增長於善法，如溉甘果栽；

未生善為生，如攢木出火。

世間善事中，精進無障礙；

諸佛說是人，名為勤精進。

龍樹菩薩以四個貼近日常生活的譬喻，將四正勤具體化，使修行的方法一目了然。

（一）已生惡，如除毒蛇

已生惡法猶如毒蛇闖入家中，必須立即除去，不可遲疑，更不可心存僥倖。貪、瞋、癡等煩惱若任其滋長，不僅障礙當下的清淨，更將招感未來苦果。因此，修行人應時時觀照自己的起心動念，發現一分惡法，就對治一分惡法，使煩惱沒有繼續蔓延的機會。

（二）未生惡，如預防水流

未生惡法猶如尚未決堤的洪流，真正的智慧不在災後補救，而在事前防範。親近善知識、遠離惡友，守護六根、避免放逸，都是預先截斷煩惱之流的方法。修行若能重視預防，便能減少惡法生起，令身心長保安穩。

（三）已生善，如灌溉甘果

已生善法如同初長的果樹，需要持續灌溉與照顧，才能枝繁葉茂、結出甘美果實。信心、持戒、聞法、布施、禪修、護持三寶等善法，都應不斷培養與增長，不可因一時成就而自滿懈怠。唯有日日滋養，善根才能由淺入深，由小成大。

（四）未生善，如鑽木取火

未生善法猶如鑽木取火，若時作時輟，終究無法見火；唯有持續不斷，才能生起火焰。同樣地，修行需要長久熏習，透過聞、思、修的反覆薰陶，逐漸生起正見、慈悲與智慧，使原本尚未具足的善法真正成熟。

三、四正勤的完整修學次第

《十住毘婆沙論》所舉的四個譬喻，並非彼此獨立，而是構成一個完整而有次第的修學歷程：先斷除已生惡法，再防止未生惡法；接著策發未生善法，最後增長已生善法。前二者著重於止惡離染，後二者著重於修善積德，共同完成四正勤「止惡、防惡、生善、增善」

的完整修行。

這四個步驟彼此相依、循序漸進。若不能斷除已生惡法，善法便難以安住；若不能防護未生惡法，已修的善根也容易退失；當惡法漸息，便能策發新的善法；而善法生起後，更需要持續長養，才能轉化為穩固的人格與修行力量。四正勤因此不是四項分散的修法，而是一條不斷淨化身心、增長功德的完整道路。

當四正勤真正落實於身心，善法日益成熟，便能如《十住毘婆沙論》所說：「於世間善事中，精進無障礙。」修行者不再只是著眼於個人的身心淨化，而能將清淨的心力轉化為利益眾生的行動，自在承擔責任，廣修一切善業。這正是四正勤由自利而利他、由修心而成就菩薩行的圓滿開展，也是諸佛所稱歎的真正「勤精進」。

四、讓四正勤成為日常修行

四正勤並非只是經典中的法數，也不只是禪修時才需要修習的法門，而是每一位修行人每天都可以實踐的生活原則。修行不在於偶爾勇猛精進，而在於能否將止

惡、生善落實於每一個當下，使它逐漸成為生命的習慣。

龍樹菩薩以四個貼近生活的譬喻，將四正勤化為人人都能理解、人人都能實踐的方法。已生惡法，如除毒蛇；未生惡法，如預防水流；已生善法，如灌溉甘果；未生善法，如鑽木取火。這四個譬喻不只是方便記憶，更指出了修行最重要的用功方向。

例如，當貪、瞋、癡等煩惱已經生起時，不應放任它繼續增長，而要如同家中闖入毒蛇一般，立即設法對治；對於尚未生起的惡法，則應像雨季來臨前築好堤防一般，主動遠離容易引發煩惱的因緣。親近善知識、參與共修、閱讀經論、守護六根，都是預防惡法生起的重要方法。真正的智慧，不只是事後懺悔，更在於事前防護。

同樣地，善法也需要細心培養。已經生起的一念信心、一分慈悲、一個善行，都像剛發芽的果樹，需要不斷灌溉與照顧，才能日益成長。因此，聞法、念佛、持戒、布施、護持三寶、服務大眾，都不是單獨的善行，而是在持續灌溉自己的善根。若能日日熏習，善法便會

由少而多，由弱而強，逐漸成為穩固的人格力量。

至於尚未具足的善法，更需要如鑽木取火般持續努力。鑽木若時作時輟，終究無法見火；修行亦復如是。一次法會、一場共修、一個禪七，都只是善法的開始；真正重要的是把當下生起的法喜與信心延續到日常生活，使聞、思、修不間斷，讓善法持續升溫，終能引發智慧與慈悲。

修行的進步，往往就在每天的一個選擇之中。選擇親近道場而不是沉迷娛樂，選擇閱讀經論而不是議論是非，選擇包容而不是抱怨，選擇付出而不是計較，看似只是生活中的小事，卻都在決定善法是否增長、惡法是否減少。四正勤並不是抽象的理論，而是在一次次正確的選擇中，逐漸改變生命的方向。

當四正勤真正融入生活，每一個念頭都成為修行的契機，每一件善行都成為菩提道上的資糧。如此日積月累，精進便不再只是偶然的熱忱，而會成為生命自然流露的力量；善根日益成熟，道心愈加堅固，不僅能淨化自己的身心，也能利益身邊的人。這正是龍樹菩薩所說「勤精進」的真正意義，也是四正勤由自利走向利他的

圓滿實踐。

本章結語

四正勤雖然只有四項修學內容，卻完整涵攝了佛法修行的歷程與方向：止惡，是清除生命的障礙；防惡，是守護清淨的根本；生善，是開啟一切功德；增善，則使善根成熟、菩提心日益增長。四者彼此相依、循序漸進，共同構成佛法最完整的精進實踐。

龍樹菩薩以「除毒蛇、預斷流水、灌溉甘果、鑽木取火」四個譬喻，使深奧的法義化為具體可行的修學方法；並進一步提出「於世間善事中，精進無障礙」，將四正勤由個人的身心淨化，推展為廣行利他、圓滿菩薩道的實踐。由此可見，無論修學解脫道或菩薩道，都不能離開四正勤；它不僅是精進波羅蜜的核心，也是佛法一切修行共同遵循的根本法則。

然而，四正勤雖然指出了止惡生善的完整方法，每一位修行人的根機、習氣與煩惱卻各不相同。如何依自己的性向與因緣，善用四正勤，選擇最適合自己的修學方向，才是真正落實佛法的關鍵。這也是下一章所要探討的重要課題。

第七章 認識自己

——找到自己的修行方向

導言

前面各章已經說明，四正勤是淨化生命的共同法則，精進是推動一切善法的力量，善知識、如理作意與正思惟則是修行的重要助緣。然而，同樣修學佛法，為何有人進步迅速，有人卻始終原地踏步？原因並不在於佛法不同，而在於每個人的根機、習氣與煩惱各不相同。

佛法並不要求人人採取相同的修行方式，而是強調應依自己的根性選擇適當的修學方法。有人貪欲偏重，需要加強無貪的培養；有人瞋恚熾盛，應著重慈心與忍辱；有人愚癡深重，則必須多聞熏習、建立正見。唯有真正了解自己的長處與弱點，才能將四正勤落實在最需要用工的地方，使止惡、生善真正產生力量。

《阿毗達摩》對心的分析極為細密，以三善根、三不善根及種種心所，幫助修行者觀察自己的心理活動；《大毗婆沙論》說明不同根性的眾生應採取不同的修學

方法；《成實論》亦強調，必須先認識自己的過失，再依病施藥，才能真正調伏煩惱。這些論典雖然表達方式不同，其共同目的都是引導修行人**認識自己，而不是與他人比較**。

因此，本章所說的「認識自己」，並非世俗所說的性格分析，而是從佛法的角度，如實觀察自己的三善根與三不善根，了解哪些煩惱最容易現起，哪些善法仍須培養，進而依四正勤止息惡法、增長善法。當一個人愈了解自己的根性，也就愈能找到自己的修行方向；方向正確，精進才不致徒勞，生命也才能一步一步走向清淨、自在與解脫。

一、修行的第一步——了解自己

許多人認為修行就是修改習氣、斷除煩惱，這固然正確，但前提是必須先知道問題在哪裡。若連自己的煩惱都看不清楚，便容易盲目用功，甚至只看見他人的過失，而忽略了真正需要改善的是自己。

《阿毗達摩》特別重視對自心的觀察，認為學佛的第一步，就是如實認識自己的心理狀態，辨識哪些煩惱

最容易現起，哪些善法仍須培養。佛法將一切善法歸納為無貪、無瞋、無癡三善根；將一切煩惱歸納為貪、瞋、癡三不善根。修行不是急著追求高深境界，而是先認識自己的根性與習氣，找到最需要對治的方向，才能真正做到止惡生善。

二、三善根與三不善根——找到自己的修行方向

真正的修行，不是急著改變別人，而是先看清楚自己的內心。佛法認為，一切善惡行為，皆由內心發動；若能了解自己的心向何處傾斜，修行便能找到正確的方向。

《阿毗達摩》將一切心理活動歸納為三不善根與三善根，作為觀察自心最重要的依據。

三不善根	三善根
貪	無貪
瞋	無瞋
癡	無癡

所謂三不善根，就是一切煩惱的根本。貪，是對喜

愛境界的執取與追求；瞋，是對違逆境界的排斥與抗拒；癡，則是不明因果、不辨善惡、不能如實知見。許多不同的煩惱，看似千差萬別，追根究柢，都不離這三種根本。

相對地，一切善法也都建立在三善根之上。無貪，使人樂於布施、知足惜福；無瞋，使人培養慈悲、忍辱與包容；無癡，則能建立正見，明辨善惡因果，依智慧而行。修行的目的，並不是把自己變成另一個人，而是不斷減少三不善根，持續增長三善根，使生命逐漸由染污轉向清淨。

因此，修行不能只是籠統地說「自己煩惱很多」，而應更進一步觀察：自己最容易生起的是哪一種煩惱？有人對財物、名利、感情特別執著，貪心較重；有人遇到不順心便容易動怒，瞋心較強；也有人缺乏判斷，容易人云亦云，常因無明而作出錯誤選擇，這便是癡心較重。

當能如實認識自己的根性，也就找到了修行真正應該努力的方向。因為修行並非平均用力，而是先對治最容易障礙自己的煩惱，再逐步培養相對應的善法。正如

醫者治病，必先診斷病因，再對症下藥；佛法的修行亦復如是，先認識自己，才能真正做到止惡生善，讓四正勤落實於每一天的起心動念之中。

三、依自己的根性修學——對症下藥

認識自己的根性，只是修行的開始；更重要的是，知道如何依自己的煩惱選擇適當的對治法門。佛法常以醫病作譬喻：醫生診斷病情之後，還必須依病施藥；同樣地，修行也應依自己的根性與習氣，採取最適合的修學方法，而不是看別人修什麼，自己便跟著修什麼。

《阿毗達摩》提醒我們，修行不能籠統地說「我要斷煩惱」，而應先觀察：自己的貪、瞋、癡，究竟哪一種最容易現起？哪一種最容易障礙自己的修行？找到主要的煩惱，便找到目前最需要努力的方向。

例如，若貪欲心較重，便應多修無常觀、不淨觀，並培養布施、知足與少欲的生活習慣。《成實論》指出，不淨觀不僅能對治色欲，也能減少對飲食、物質等感官享受的執著。除此之外，更應善於調整生活環境，避免經常接觸容易引發貪欲的境界，使外在因緣與內心

修行互相配合。

若瞋恚心較重，則應多修慈心觀、忍辱與包容，學習站在他人的立場思考問題，減少對立與排斥。當遇到逆境時，不急於責怪他人，而是觀照自己的瞋心如何生起，並以慈悲心加以化解，使無瞋善根逐漸增長。

若愚癡較重，便應多聞正法、親近善知識，建立正見，培養如理作意的能力。愚癡最大的問題，不在於知識不足，而是不明白因果、不懂得觀察自己的內心。因此，唯有持續聞、思、修，才能逐漸破除無明，增長智慧。

然而，每個人的根性往往不是單一的，而是三不善根互相夾雜，只是輕重不同。因此，修行也不是一次就能徹底改變，而是在日常生活中，時時觀察、時時調整。今天發現貪心較重，就多修布施；明天察覺瞋心現起，就立即修慈悲；當發現自己因無知而判斷錯誤時，便提醒自己回到正法，重新建立正見。

真正的修行，不是與他人比較，而是不斷與昨天的自己比較。只要今天比昨天少一分貪、多一分布施；少一分瞋、多一分慈悲；少一分愚癡、多一分智慧，便是

在止惡生善，也是在依自己的根性，一步一步找到屬於自己的修行方向。

四、善用因緣——讓善根逐漸增長

知道自己的根性，只是修行的開始；真正的改變，還需要善用因緣。佛法常說：「諸法因緣生。」一個人的貪、瞋、癡，固然是長久薰習而成；無貪、無瞋、無癡等善根，也同樣需要依靠因緣，才能逐漸培養成熟。

因此，修行不能只靠一時的決心，更要善於安排自己的生活環境。若知道自己容易受到境界影響，就應多親近善知識、多閱讀經論、多參加共修，減少接觸容易引發煩惱的人、事、物。當外在因緣逐漸改變，內心的習氣也會慢慢受到調整。

除了外在助緣，更重要的是內心的如理作意。同樣一件事情，不同的思惟方式，往往產生完全不同的結果。遇到順境時，提醒自己不要增長貪著；遇到逆境時，提醒自己不要生起瞋恚；遇到疑惑時，回到佛法思惟因果、緣起與無常，而不是隨順情緒作決定。當每一次起心動念都願意回到正法，善根便在一次又一次的選

擇中逐漸增長。

善根的培養，也不在於追求轟轟烈烈的大事，而是在日常生活中累積微小的善行。一句柔和的話語、一個包容的態度、一次布施、一段專心聞法、一念慈悲，都是善根生長的養分。正如幼苗需要日日灌溉，修行人的善心也需要每天照顧，才能由幼嫩而成熟，由短暫而穩固。

因此，修行並不是等待自己變成另一個人，而是在每一天的生活中，善用外在因緣，調整內心思惟，使三不善根逐漸減弱，三善根日日增長。久而久之，原本的習氣便會慢慢改變，修行的方向也愈來愈穩固。

五、每天觀照自己——修行從認識自己開始

修行並不是偶爾反省一次，而是在每天的生活中，不斷觀照自己的身、口、意。真正的功夫，不在於今天學了多少佛法，而在於今天是否比昨天少了一分煩惱、多了一分慈悲與智慧。

佛法所說的觀照，不是責備自己，也不是執著自己的過失，而是以如實知見觀察每一個起心動念。當貪心

生起時，知道自己正在貪；瞋心生起時，知道自己正在瞋；愚癡現前時，也知道自己已失去正見。能夠覺察，就是修行的開始；能夠進一步依佛法調整，就是善法的增長。

因此，我們可以養成經常檢視自己的習慣。例如每隔一段時間，靜下心來問自己幾個問題：今天最常生起的是哪一種煩惱？遇到境界時，是貪心比較重？還是瞋心比較強？今天是否比昨天更能包容別人？是否比昨天更懂得放下？又有哪些善法值得繼續培養？這樣的反省，不是為了增加壓力，而是幫助自己找到修行真正需要努力的方向。

修行也不必急於求成。長久以來形成的習氣，不可能一朝一夕改變；然而，只要每天都有一點進步，善根便會逐漸增長。今天少一分計較，明天多一分忍辱；今天少一分貪著，明天多一分布施；今天少一分愚癡，明天多一分正見。日積月累，生命便會在不知不覺中慢慢轉化。

認識自己，不只是修行的起點，也是修行一生都要持續的功課。因為每一次觀照，都讓我們更了解自己的

習氣；每一次調整，都讓善根更加成熟；每一次止惡生善，都使生命更接近佛陀所開示的清淨解脫之道。當觀照成為每天的習慣，修行便不再只是課堂上的學習，而是真正融入生活，成為生命的一部分。

本章結語

修行最大的障礙，不是不知道佛法，而是不知道自己。唯有如實觀察自己的起心動念，辨識貪、瞋、癡等煩惱如何生起，也看見無貪、無瞋、無癡等善根如何增長，才能找到真正適合自己的修行方向。

《阿毗達摩》以三善根、三不善根作為觀察自心的重要依據；《大毗婆沙論》提醒我們，眾生根性各異，應依病施藥，選擇適當的對治法門；《成實論》則指出，修行必須由了解自己的過失開始，才能真正做到止惡生善。三部論典雖然立場各有不同，卻共同說明一個重要原則：修行不是盲目的努力，而是依自己的根機、習氣與因緣，循序漸進地淨化身心。

因此，四正勤雖然是共同的修學法則，每一位修行人的實踐方式卻不盡相同。有人應先對治貪欲，有人應

先調伏瞋恚，也有人應先建立正見、破除愚癡；只要能如實認識自己，善用善知識、如理作意等助緣，持續止息惡法、增長善法，便能一步一步走向清淨與解脫。

回顧第一篇所討論的內容，從佛陀依止二法而成道、四正勤的建立、精進的力量、內外助緣的配合，到四正勤的完整實踐，以及依根性找到自己的修行方向，都共同指向一個核心——**生命的改變，始於每一念的選擇；修行的成敗，掌握在自己的手裡。**

然而，止惡生善只是修行的開始，而不是究竟。若沒有正確的知見引導，善法仍可能退失，精進也可能偏離方向。唯有建立正見，才能真正明辨善惡、通達因果，進一步趣向解脫之道。因此，下一篇將進一步探討如何建立正見，培養順解脫分善根，讓所修的一切善法，都能成為趣向解脫與菩提的真實資糧。

第一篇結說 淨化生命，掌握在自己的手裡

佛法的修行，並不是等待命運改變，也不是追求神祕的力量，而是從當下一念開始，主動淨化自己的生命。生命的苦樂、人格的形成，以及未來的方向，都不是偶然決定，而是在每一天的起心動念中，一點一滴累積而成。因此，佛陀始終教導我們：生命是否清淨，不在於外在環境，而在於自己是否願意止息惡法、培養善法。

本篇首先依《雜阿含經》說明佛陀依止「於諸善法未曾知足，於斷未曾遠離」二法而成就無上菩提，進一步以四正勤建立止惡、生善的完整修學法則。四正勤並非只是三十七道品中的一項法門，而是貫穿戒、定、慧，以及菩薩六度的共同原則，也是佛法修行最根本的實踐方法。

然而，知道方法仍須付諸實踐，因此《大智度論》特別強調精進的重要。真正的精進，不是一時的勇猛，而是「於一切善法中勤修不懈」，使止惡、生善成為日日不斷的生命實踐。唯有持續精進，四正勤才能由理論

化為生活，使善根日益增長，煩惱漸次減少。

修行也不能離開因緣。善知識、善友與清淨的修學環境，是增長善法的重要助緣；如理作意、正念與正知，則是守護內心的根本力量。外法提供增上因緣，內法決定修行方向，二者相互配合，才能真正落實四正勤，使生命逐漸轉向清淨。

除此之外，佛法並不要求人人採取相同的修學方式。每一位修行人的根機、習氣與煩惱皆不相同，因此必須學會認識自己，觀察自己的三善根與三不善根，依自己的根性選擇適當的對治法門。修行不是與他人比較，而是不斷與昨天的自己相比；今天少一分貪、瞋、癡，多一分無貪、無瞋、無癡，就是生命真正的進步。

回顧本篇七章，可以發現所有內容都圍繞著同一個核心：生命可以改變，而且改變的主導權就在自己手中。佛陀所開示的四正勤、精進、善知識、如理作意，以及依根性修學，都不是抽象的理論，而是引導我們在每一個當下，作出正確的選擇。每止息一分惡法，便減少一分輪迴的力量；每增長一分善法，便增添一分趣向解脫的資糧。

然而，止惡生善雖然是修行不可缺少的基礎，卻仍未真正解決一個更根本的問題：生命是否只能受業力支配？一個人是否真能超越業力，走向解脫？

佛法的答案是肯定的。業力固然深刻影響生命，但真正決定生命方向的，不只是過去所造的業，更是當下所建立的正見，以及是否培養了趣向解脫的善根。因此，下一篇將進一步探討「業力不是一切，解脫是可以實現的」，從《大毘婆沙論》、《大智度論》等經論出發，說明哪些業可以轉、哪些業不可轉，以及如何培養順解脫分善根，讓止惡生善不只是成就世間善業，而是真正成為趣向解脫與菩提的修行之道。

第二篇 業力不是一切，解脫可以實現

導言

佛法承認業必感果，卻從來不是宿命論。佛陀教導眾生：「業是自己的，眾生是業的繼承者；凡所造作的善惡業，終將感受相應的果報。」因此，業力是真實存在的，也是生命流轉的重要力量。然而，佛陀同時又教導眾生修戒、修定、修慧，止惡修善，乃至證得涅槃。如果業力一旦形成便永遠不能改變，那麼修行便失去了意義；若一切業又都可以隨意消除，因果法則也將無法成立。因此，「業是否可以改變」、「生命究竟如何改變」，便成為佛法修道中極為重要的課題。

一般人談到業力，往往容易落入兩種偏差：一種認為一切都是過去所造，今生只能逆來順受；另一種則相信只要依靠神祕感應、特殊儀式或臨終助力，便可以完全改變自己的命運。前者忽略了緣起法中「因待緣成」的道理，流於宿命；後者則忽略了業果必須自受，流於僥倖。兩者都不是佛法對業力真正的理解。

依佛法而言，業固然是感果的重要因，卻不是生命

唯一的決定因素。業果能否成熟，仍須眾多因緣和合；而在一切因緣之中，聞法所建立的正見、長期熏修的善根，以及持續不斷的修道實踐，都能成為引導生命轉向的重要力量。因此，真正值得修行人關心的，不是如何逃避業報，而是如何在業果尚未成熟之前，建立足以改變生命方向的正確因緣。

《阿毘達磨大毘婆沙論》正是在這樣的立場下，深入探討「業可不可轉」的問題。論中透過有部與譬喻師的論辯，說明業果成熟自有一定的法則，同時指出：真正可以努力改變生命的，不是在神祕的中有（或中陰身），而是在現前仍然活著的本有位。論典真正關心的，不是中有如何活動，而是活著的人如何修行；不是死後如何轉業，而是現在如何建立未來的因。

然而，若只是知道業可以轉，而不知道憑藉什麼來轉，仍不足以完成佛法的修學。《大毘婆沙論》進一步提出順福分、順解脫分、順決擇分三種善根，指出生命真正開始轉向解脫，是由建立順解脫分善根開始。當一個人由聞法而生起厭離生死、欣求涅槃的增上意樂時，生命便開始由順生死流轉為逆生死流，真正踏上解脫之

道。

龍樹菩薩《大智度論》則進一步提醒，即使具足多聞、持戒與禪定，若缺乏正見，臨終一念邪見仍可能障礙解脫；反之，若平日正見堅固，善根成熟，即使逆境現前，也能安住因果，不為境界所轉。由此可知，真正決定生命方向的，不是臨終所見的境界，而是平日所建立的正見，以及長久熏修所形成的生命品質。

因此，本篇將以《阿毘達磨大毘婆沙論》為主軸，探討業力與轉業的根本道理，再結合《大智度論》的開示，說明順解脫分善根與正見在修行及臨終中的決定性作用。希望透過經論的引導，使我們明白：**真正改變生命的，不是宿命，不是感應，也不是臨終的一時僥倖，而是在每一個當下，建立正見、培養善根、熏習正法，讓生命逐漸由業力的流轉，走向解脫的自在。**

業力牽引生命，善根改變方向；正見照亮前路，解脫終可實現。

第一章 一切業皆可轉嗎？

一、問題的提出：業力究竟能否改變？

佛法一方面說「業必感果」，一方面又說「修行可以轉業」，因此自然引生一個根本的問題：業力究竟能否改變？

若認為一切業都是決定而不可改變，則眾生的一切遭遇都早已註定，修行便失去積極的意義，佛陀也無須施設戒、定、慧三學，勸導眾生斷惡修善；反之，若認為一切業都可以任意改變，則善惡因果便失去必然性，業果法則亦將無法成立。由此可知，「業可不可轉」並不是單純的理論問題，而是直接關係到佛法如何理解因果、修行與解脫的重要課題。

依緣起法而言，一切法皆依因待緣而生，業果固然不失其決定性，但業力是否成熟、如何成熟，以及成熟為何種果報，仍須依眾多因緣而定。因此，佛法既不落於「宿命決定論」，也不主張「業果可以任意推翻」，而是在因果決定與緣起變化之間，建立一條修行解脫的中道。

正因如此，《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 69（CBETA, T27, no. 1545, pp. 359b20–360c16）特別藉由「中有可轉、不可轉」的論辯，深入探討業力成熟的法則，以及生命真正可以努力的時機。表面上，論中討論的是中有是否可以轉變；實際上，所要回答的卻是更深一層的問題：生命究竟在什麼時候仍具有改變未來的可能？修行真正著力之處，又應安立於何處？這正是理解業力、因果與解脫不可忽略的關鍵。

二、兩種不同的看法——譬喻師與有部

對於「業是否可以轉變」以及「中有是否可以轉變」的問題，《阿毘達磨大毘婆沙論》記載了當時部派佛教兩種具有代表性的不同見解：一方是譬喻師，另一方則是有部阿毘達磨論師。雙方都承認業力與因果法則的重要性，但對於業力究竟能否改變，以及可以改變到什麼程度，卻提出了不同的主張。

譬喻師認為，一切業皆可轉，因此中有亦可轉。他們主張，業雖然具有招感果報的力量，但並非永遠固定不變。只要因緣改變，即使已進入中有階段，仍可能因

新的因緣而改變未來的受生方向。因此，無論是投生的界、趣或受生之處，都仍具有轉變的可能。譬喻師並進一步主張，乃至極重的無間業，若遇殊勝因緣，也仍然可以轉變。

有部論師則提出不同的看法。他們認為，並非一切業都可以任意轉變，業報具有一定的成熟法則。當生命仍處於本有位時，新的善業、惡業及種種修行，都可能影響未來的果報；然而，一旦命終，中有現起，引生下一期生命的業力已經成熟，因此中有於界、趣、處皆不可轉。換言之，有部並非否定業可以轉，而是認為業的轉變具有一定的時限與條件。

由此可見，兩派真正的分歧，不在於是否承認業力具有轉變的可能，而是在於**哪些業可以轉、以及業力究竟在哪一個階段可以轉**。這也成為《阿毘達磨大毘婆沙論》後續展開論證的核心問題。

三、《大毘婆沙論》的論證——中有可不可轉

《大毘婆沙論》對於「中有可不可轉」的問題，並未直接提出結論，而是先明確宣示有部論師的立場：

「阿毘達磨諸論師言：中有於界、於趣、於處皆不可轉。」

所謂「界」，指欲界、色界、無色界；「趣」，指天、人、畜生、餓鬼、地獄等五趣（或六趣）；「處」，則指同一界、同一趣中的具體受生處所。論師主張，中有一旦現起，其受生的界、趣、處便已決定，因此皆不可轉。

然而，如此主張似乎與佛典中若干公案並不相符。例如，有人臨終原本現起天界生相，後來卻墮入地獄；有人本欲生於兜率天，最後卻生於四天王天。若依這些經證來看，中有似乎仍有轉變的可能。

因此，《大毘婆沙論》並沒有迴避這些疑難，而是逐一提出三個可能的反例加以分析：

1. 若中有於**界**不可轉，無聞比丘由第四禪生相轉為無間地獄生相，應如何解釋？
2. 若中有於**趣**不可轉，善人、惡人臨終改變受生趣，又應如何理解？
3. 若中有於**處**不可轉，影堅王由兜率天轉生多聞天，又該如何說明？

論師隨即透過這三則經證，逐一分析其發生的時點與原因，最後建立有部最重要的結論：這些改變都發生於本有位，而非中有位。因此，三則公案非但沒有推翻「中有不可轉」的主張，反而成為有部建立「本有可轉、中有不可轉」的重要論據。

（一）無聞比丘——界不可轉

《大毘婆沙論》首先引用一位「無聞比丘」的公案，以說明中有於「界」不可轉。

這位比丘出身善族，出家後喜好獨居阿蘭若修習禪定。由於宿世善根深厚，很快便證得世俗四禪。然而，他平日不重聞法，缺乏正見，誤將世俗四禪當作四聖果：得初禪時，自以為已證須陀洹果；乃至得第四禪時，更誤認自己已證阿羅漢，不再求勝進，墮入「未得謂得、未證謂證」的增上慢。

臨命終時，由於第四禪的生相首先現前，他見此情景，反而心生疑惑：「若我真已證阿羅漢，應當般涅槃，更無生處；如今既然仍有生相現前，豈不是表示佛陀所說的解脫並不存在？」就在這一念之間，他生起毀

謗涅槃、否定解脫的邪見。

由於邪見現前，原本第四禪的生相立即隱沒，無間地獄的生相隨即現前，命終之後遂墮無間地獄。

《大毘婆沙論》最後明確指出：「住本有位有此移轉，非中有位故不違理。」

也就是說，第四禪生相的隱沒與無間地獄生相的現前，都發生在**命終之前的本有位**，而非中有已經現起之後。真正改變受生方向的，是臨終一念邪見，而不是中有階段重新轉變受生之界。因此，此公案非但沒有證明「中有可轉」，反而證成了有部所主張的「本有可轉，中有不可轉」。

值得注意的是，這則公案並非《大毘婆沙論》所獨有。《大智度論》卷十七¹亦記載了幾乎相同的故事，並進一步以佛偈總結：「多聞持戒禪，未得無漏法；雖有此功德，此事不可信！」

龍樹菩薩藉此提醒我們：多聞、持戒與禪定固然殊勝，但若缺乏無漏智慧與正見，仍可能因增上慢與臨終邪見而退失。由此可見，《大毘婆沙論》著重建立「本

¹ 《大智度論》卷 17〈1 序品〉（大正 25，189a10-29）。

有可轉、中有不可轉」的業成熟理論；《大智度論》則進一步凸顯正見才是決定臨終受生方向的關鍵。二論雖立論角度不同，卻共同指出：真正影響未來生命的，不是中有，而是平日所建立的正見與修行。

（二）善人與惡人——趣不可轉

《大毘婆沙論》第二則公案，討論的是中有於「趣」不可轉。

論中記載，有兩位行為完全相反的人：一人一生勤修善法，未曾造作重大惡業；另一人終身作惡，幾乎不曾修善。

修善行者臨命終時，因順後次受惡業成熟，地獄生相首先現前。他見此情景，並未因此驚恐失措，反而思惟：「我一生勤修善法，未曾作惡，今日地獄生相現前，必定是過去惡業成熟所致。」於是憶念自己一生所修善業，深生歡喜。由於勝善思現前，地獄生相隨即隱沒，天趣生相現前，命終後遂生天界。

相反地，終身作惡者臨命終時，因順後次受善業成熟，天趣生相首先現前。他不但沒有因此生起慚愧，反

而因此否定因果，認為自己一生作惡，竟仍能生天，可見善惡果報並不存在。就在謗因果的邪見生起時，天趣生相立即隱沒，地獄生相隨即現前，命終後遂墮地獄。

《大毘婆沙論》再次總結：「彼本有位有此移轉，非中有位故不相違。」

因此，真正改變受生趣的，是臨終本有位所生起的勝善思與邪見，而不是中有階段重新決定受生方向。

值得注意的是，此一思想並非《大毘婆沙論》所獨有。《分別大業經》²、《大智度論》³及《十住毘婆沙論》⁴等，皆一致指出：臨終心具有極大的影響力。正如《分別大業經》所說：「或臨死時，善心心數法生，是因緣故，亦生好處；或臨死時，不善心心數法生，是因緣故，亦生惡處。」

然而，諸經論並非強調臨終偶然的一念，而是說明：臨終所現起的善心或惡心，乃是平日善惡熏習與業

² 《中阿含經》卷 44（171 經）《分別大業經》（大正 1，708b13-c4）。

³ 《大智度論》卷 24〈1 序品〉（大正 25，238b15-c1）。

⁴ 《十住毘婆沙論》卷 11〈23 四十不共法中善知不定品〉（大正 26，79a10-17）。

力成熟的總結。因此，真正決定生命方向的，仍是現生所建立的正見與善業，而非寄望於臨終片刻的僥倖。

（三）影堅王——處不可轉

《大毘婆沙論》第三則公案，討論的是中有於「處」不可轉。

摩揭陀國的影堅王⁵，平日廣修善法，常修集生兜率天的殊勝善業，因此臨命終時，兜率天的生相首先現前。

然而，晚年因遭太子未生怨王（阿闍世王）幽禁，斷絕飲食，飽受飢渴之苦。佛陀憐愍其遭遇，遣大目犍連尊者前往慰問，並為他宣說佛法。由於當時國王飢渴難耐，無法領受深法，便請尊者介紹六欲天最美妙的飲食。

大目犍連尊者依次讚歎諸天飲食。當說到四天王天多聞天王宮中的珍饈美味時，國王心中頓生愛著，希望先往彼處受用，再往兜率天。就在這一念愛著生起時，原先現前的兜率天生相立即隱沒，多聞天王天的生相隨

⁵ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 41（大正 27，212c11-12）。

即現前。命終之後，遂生於四天王天，成為多聞天王之子。

《大毘婆沙論》仍以相同的結論收束：「既本有時有此移轉，非中有位故不相違。」

也就是說，影堅王受生之處的改變，並非中有現起之後重新改變方向，而是在臨命終、本有位因一念愛著，改變了未來受生之處。因此，此公案同樣證明：真正能夠改變受生方向的，是本有位的心念，而不是中有位重新決定果報。

值得注意的是，影堅王即佛世著名的頻婆娑羅王⁶（梵文 *Bimbisāra*），《大毘婆沙論》採用「影堅王」之譯名，後世多數經論則譯作「頻婆娑羅王」。兩者實為同一人物，只是譯名不同。由此可見，《大毘婆沙論》所討論的，並非傳說故事，而是以佛世人物作為論證素材，藉以建立「本有可轉，中有不可轉」的業成熟理論。

⁶ 〔唐〕遇榮集《仁王經疏法衡鈔》卷 2（卅新續藏 26，450a3–5）。

（四）經論會通——臨終心與業成熟

《大毘婆沙論》透過無聞比丘、善人與惡人，以及影堅王三則公案，建立了「本有可轉，中有不可轉」的業成熟理論。值得注意的是，這一思想並非有部論師的獨特主張，而是與《阿含經》、《大智度論》及《瑜伽師地論》等經論互相呼應，共同說明臨終心與業成熟的關係。

《雜阿含經》1244⁷經將臨終的善惡心稱為「燒燃法」與「不燒燃法」。佛陀指出，眾生臨命終時，平日所造作的身、口、意業皆會現前，如同大山的陰影覆映其心。若憶念惡業，便心生追悔、燒燃不安，以不善心命終；若憶念善業，則心不變悔，以善心相續命終，趣向善趣。經文所強調的，並非臨終偶然的一念，而是平日善惡業力在命終時的自然成熟。

《中阿含》171 經《分別大業經》則進一步說明，一個人雖然一生行善，仍可能因宿世惡業成熟而受惡報；反之，一生作惡者，也可能因宿世善業成熟而受善報。此外，佛陀又指出：「或復死時生善心，心所有法

⁷ 《雜阿含 1244 經》卷 47（大正 2，341a7-24）。

正見相應」、「或復死時生不善心，心所有法邪見相應」，皆可能影響未來的受生。由此可見，受生的形成乃是宿業、現業與臨終心共同作用的結果，而非單一因素所能決定。

龍樹菩薩《大智度論》卷二十四亦引用《分別業經》，指出：「或臨死時，善心心數法生，是因緣故，亦生好處；或臨死時，不善心心數法生，是因緣故，亦生惡處。」並以「如大山映物」譬喻業力於臨終覆心，說明臨終心雖然只是短暫一念，但由於心力決定而猛利，能成為業果成熟的重要助緣。然而，這一念並非憑空生起，而是長久熏習所形成的結果，因此真正重要的，仍是平日正見與善法的培養。

《瑜伽師地論》⁸則從唯識學的角度進一步分析：臨命終時，由於串習力與業力增上，平日熏習最深、力量最強的善心或惡心自然現前，其餘心念皆隱沒，並依此相續受生。由此可知，臨終心並不是偶然出現，而是平日習氣、業力與心行長期累積的總結。

綜合《阿含經》、《大毘婆沙論》、《大智度論》

⁸ 《瑜伽師地論》卷1〈1 本地分〉（大正30，281c3-23）。

與《瑜伽師地論》的教說，可以發現諸經論雖然立論角度不同，卻共同指出一項重要原則：臨終心固然重要，但臨終心並非偶然決定命運，而是平日業力、習氣與正見長期熏習的自然結果。正因如此，《大毘婆沙論》才強調，一切能夠改變未來受生方向的力量，都應建立於本有位的修行，而不是寄望於中有現起之後。這也成為下一節「本有可轉，中有不可轉」最重要的理論基礎。

四、本有可轉，中有不可轉

經過前三則公案的論證，以及諸經論的相互印證，可以發現，《阿毘達磨大毘婆沙論》真正要建立的，並不是一套宿命論，也不是「一切業皆可轉」的理論，而是一套完整的業成熟理論。論典真正關心的，不是業能不能改變，而是業究竟在什麼階段可以改變。

有部將一期生命區分為本有、中有、生有等不同階段。本有，是現前仍活著的生命歷程；中有，是命終之後、尚未受生之前，由引業所感得的生命狀態；生有，則是投生下一世時，新生命開始的剎那。三者前後相續，共同構成一期生命流轉的完整過程。

本有位，是業尚未成熟之前的階段，也是唯一仍能建立新因、轉變未來果報的時機。只要生命尚未終結，新的善業、惡業、正見、邪見，以及一切聞、思、修所培養的善根，都可能成為新的因緣，影響尚未成熟的業力。因此，斷惡修善、培養善根、建立正見，都具有轉變未來生命方向的力量。

然而，一旦命終，中有現起，便表示引生下一期生命的業力已經成熟。此時所現起的中有，是既有業力的延續，而非重新造業的開始，因此受生的界、趣、處皆已決定，不再具有重新改變的可能。正因如此，《大毘婆沙論》才主張「中有不可轉」。這並非否定業可以改變，而是說明：業未成熟以前可以轉，業一旦成熟，便必須依因果法則受報。

因此，有部所建立的業報思想，既不同於宿命論，也不同於譬喻師所主張的「一切業皆可轉」。它一方面承認修行確實具有轉變生命的力量，另一方面也維護了業果成熟、因果不失的法則，使「業可轉」與「因果不失」得到合理的統一。

由此可知，《大毘婆沙論》討論「中有可不可轉」

的真正目的，並不是引導我們探究命終之後的生命狀態，而是提醒修行人：**真正可以轉業的時機，是本有位；真正值得用功的地方，是現前活著的每一天。**

轉業，在本有；解脫，在當下。

五、修行上的啟示

《大毘婆沙論》藉由三則經證所要說明的，並不是臨終時如何改變中有，而是提醒修行人：**生命真正可以努力的地方，始終是在現前活著的每一念。**

首先，不要把希望寄託在臨終。許多人總認為，平日修行不足並沒有關係，只要臨終時佛菩薩現前接引，或最後一念念佛、懺悔，便足以改變一切。然而，《大毘婆沙論》所強調的是，臨終所現起的種種生相，本質上都是過去業力成熟的結果；真正能夠影響它的，是平日所培養的正見與善業，而不是臨終才臨時抱佛腳。

其次，不要期待死後才轉業。有些人以為，只要死亡之後依靠他人超度、誦經或種種外在助緣，便可以重新決定自己的去向。論典則明白指出，一旦中有現起，業果已進入成熟階段，真正造作新因、改變方向的時機

已經過去。因此，佛法從來不鼓勵把希望寄託於死亡之後，而是勸導眾生在現生便積極修行。

第三，真正能改變生命的，是活著的每一念。無論是無聞比丘的一念邪見，善行者的一念善思，或影堅王的一念愛著，都不是發生在中有，而是在生命尚未終結之前。這說明了未來並非由命運決定，而是不斷受到現前心念的影響。正因如此，每一個當下都是改變生命方向的重要契機，每一次起心動念，都可能成為未來果報的新因。

最後，培養正見，才是轉業最根本的方法。三個公案雖然情節不同，但都共同指出一件事情：真正決定生命方向的，不是神通感應，不是外在境相，而是內心是否具足正見。正見能引導善思，善思能引導善行，善行又能轉變未來的果報；反之，一念邪見，也可能毀壞多年所累積的善業。因此，佛法所說的轉業，根本不在追求神祕力量，而是在平日聞法、思法、修法之中，不斷建立正確的知見，使自己的生命始終安住於正法。

由此可見，《大毘婆沙論》討論「中有可不可轉」，其真正目的並非探究死後世界，而是提醒我們：

一切轉業的關鍵，都在現前生命；一切解脫的根本，都在正見的建立。

本章結語

透過《阿毘達磨大毘婆沙論》的論辯可以知道，佛法既不主張宿命論，也不認為一切業皆可任意改變，而是在緣起與因果之間，建立了一條修行的中道。真正可以改變未來的力量，不是在命終之後，也不是中有現起之時，而是在生命尚未終結之前、本有位的每一念心。

因此，佛法所說的「轉業」，並不是推翻既有的因果，而是在業尚未成熟之前，不斷以正見、善思與善行培養新的因緣，使未來的生命方向逐漸改變。由此可知，真正值得修行人關心的，不是死後世界如何轉變，而是現前如何建立正確的知見、長養善根，並使生命一步一步趣向解脫。

也正因如此，《大毘婆沙論》在說明「業可不可轉」之後，並未停留於業報的討論，而是進一步提出順福分善根、順解脫分善根、順抉擇分善根等修學次第，指出生命真正的轉變，不只是改善未來的果報，更是建

立趣向解脫的正見與善根。

轉業，是修行的開始；建立解脫善根，才是佛法真正的目的。

第二章 真正改變生命的是什麼？

一、三種善根——生命轉向的三個層次

《阿毘達磨大毘婆沙論》在討論「業可不可轉」之後，並沒有停留於因果理論，而是進一步提出三種善根⁹，說明生命真正由生死趣向解脫的完整歷程。論中說：「善根有三種：一、順福分，二、順解脫分，三、順決擇分。」

所謂**順福分善根**，是指能感得人天善果的福德資糧。論中說：「順福分善根者，謂種生人、生天種子。」凡布施、持戒、修福等善行，若以希求人天福報為目的，皆屬順福分善根。它能改善現世與來世的因緣，使眾生獲得安樂果報，但仍未必趣向究竟解脫。

其次是**順解脫分善根**。論中說：「順解脫分善根者，謂種決定解脫種子，因此決定得般涅槃。」它不再只是追求人天福報，而是生命開始由欣樂世間轉向欣求涅槃，由隨順生死轉向趣向解脫，因此被稱為「決定解

⁹ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 7（CBETA, T27, no. 1545, pp. 34c27–35b8）。

脫的種子」。

更進一步，則是**順決擇分善根**。論中說：「**順決擇分善根者，調煖、頂、忍、世第一法。**」這是見道以前的四加行位，表示修行已由發心求解脫，進一步修習四聖諦，培養無漏智慧，為趣入見道作最後準備。

由此可見，三種善根並非彼此獨立，而是修行由淺入深的三個層次。**順福分善根**奠定福德資糧，**順解脫分善根**確立生命方向，**順決擇分善根**則引導行者趣入聖道，證得無漏智慧。三者前後相續，構成一條由世間善法趣向出世解脫的完整修道歷程。

其中，真正使生命由順生死流轉向解脫之道的關鍵，正是**順解脫分善根**。因此，《大毘婆沙論》隨即進一步探討：什麼是**順解脫分善根**？又如何才能真正種下這顆決定趣向涅槃的種子？

二、如何種下順解脫分善根？

既然**順解脫分善根**是決定趣向解脫的種子，那麼，它究竟是如何建立的？《阿毘達磨大毘婆沙論》接著提出一個十分重要的問題：「問：為因何事，種此善

根？」

也就是說，行者究竟依靠什麼修行，才能真正種下順解脫分善根？

論中回答：「或因施、或因戒、或因聞而不決定。所以者何？意樂異故。」

這段話指出，布施、持戒、聞法都可能成為種植順解脫分善根的因緣，但並不是只要修布施、持戒、聞法，就一定能種下解脫的種子，其真正的關鍵，在於修行者的**意樂**不同。

為了說明這一點，《大毘婆沙論》列舉三組鮮明的對比。

首先是**布施**。有人只是布施一搏食，乃至供養一枝淨齒木，便已種下順解脫分善根；也有人廣設無遮大會，布施無量財物，卻始終沒有種下解脫善根。兩者的差別，不在於布施多少，而在於布施時所發的願心。前者願以此善業趣向解脫，後者則只是希求人天福報、富貴名聲，因此所得結果自然不同。

其次是**持戒**。有人僅受持一日一夜八關齋戒，便能種下解脫種子；也有人終身受持具足戒，戒行清淨，卻

仍未建立順解脫分善根。原因並非戒法高下，而是持戒究竟是為了趣向涅槃，還是僅求善趣福報。

第三是**聞法**。有人讀誦四句偈頌，便已種下解脫善根；也有人廣學三藏、博通經律論，乃至兼通世間諸論，卻仍未種下順解脫分善根。可見，多聞本身固然重要，但若只是增長知識、追求名聞，而未真正轉變生命方向，也不能成為趣向解脫的根本因。

因此，《大毘婆沙論》最後提出一項決定性的標準：「若有增上意樂，欣求涅槃，厭背生死者，隨起少分施、戒、聞善，即能決定種此善根；若無增上意樂，欣求涅槃，厭背生死者，雖起多分施、戒、聞善，而亦不能種此善根。」

由此可見，真正決定是否種下順解脫分善根的，不是布施多少、持戒多久或聞法多少，而是修行者是否已建立**欣求涅槃、厭背生死**的增上意樂。當一切善行皆以解脫為目標時，即使所修善法微少，也已經成為趣向涅槃的種子；反之，若始終停留於希求人天福報，即使善業廣大，也仍屬順福分善根，而未真正踏入解脫之道。

換言之，**布施、持戒、聞法**只是種子萌芽的因緣，

真正決定解脫方向的，始終是修行者的發心。當生命由欣樂世間轉為欣求涅槃，由隨順生死轉為厭離生死時，順解脫分善根便已在心中建立，生命也從此走向解脫之道。

三、順流與逆流——生命方向的改變

《阿毘達磨大毘婆沙論》在說明順解脫分善根如何建立之後，進一步提出一個極具深意的觀念——**順流與逆流**¹⁰。

論中問道：「齊何名順流、逆流者？」

論師回答：「若未種順解脫分善根名順流者，已種順解脫分善根名逆流者。」

這裡所說的「流」，是指生死流轉。眾生無始以來隨順煩惱、隨順業力，不斷流轉於三界六道，因此稱為**順流**；而當生命已種下順解脫分善根，便開始逆向而行，不再一味隨順生死，而是朝向涅槃彼岸，因此稱為**逆流**。

¹⁰ 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 176 (CBETA, T27, no. 1545, pp. 885a21–886a19)。

值得注意的是，論典判斷順流、逆流的標準，不在於現前享有多少福報，也不在於禪定深淺或神通大小，而在於生命是否已建立趣向解脫的方向。

因此，《大毘婆沙論》指出，即使有人廣行布施、嚴持淨戒、多聞博學，乃至修得四禪八定、五神通，如果始終未種下順解脫分善根，所修的一切仍只是感得人天福報。福報享盡之後，仍可能隨業流轉，故論中總結：「諸如是等，雖暫受福，還退墮故皆名順流。」

反之，若有人只是布施一搏食、受持一日一夜戒，乃至誦持四句偈，卻因此建立欣求涅槃、厭背生死的增上意樂，種下順解脫分善根，即使未來仍須歷經生死，甚至因往昔重業而墮入惡趣，其生命的大方向已經改變，因此稱為**逆流**。

為了說明這個道理，《大毘婆沙論》首先舉出**魚吞餌鉤**的譬喻。一條魚吞下魚鉤之後，看似仍自在悠游，甚至出入深穴，實際上卻早已落入漁夫掌握，只是尚未被拉上岸而已。同樣地，已種順解脫分善根的人，雖然仍在生死海中，甚至尚未離開煩惱與業力，但生命方向已經決定，終將趣向涅槃。

論中接著舉出兩位極具代表性的人物，以對比說明順流與逆流的差別。

一位是**提婆達多**。他雖造作無間重罪，斷諸善根，墮入阿鼻地獄，但由於宿世已種下順解脫分善根，佛陀預記其未來終將證得獨覺菩提。因此，即使現前墮入惡趣，生命仍已屬於**逆流**。

另一位則是外道**猛喜子**（嚧達洛迦遏邏摩子）。他修得非想非非想定，生於有頂天，享受八萬大劫寂靜之樂，看似已接近解脫；然而，由於始終未種下順解脫分善根，天福享盡後仍隨惡業流轉，佛亦未曾授記其解脫之期，因此仍屬**順流**。

論師因此總結：「寧作提婆達多墮無間獄，不作嚧達洛迦遏邏摩子生非想非非想天。」

這句話並非讚歎造惡，而是強調：**真正決定生命價值的，不是目前身處何處，而是生命是否已建立趣向解脫的方向。**

隨後，《大毘婆沙論》又以**金器與瓦器**作為譬喻。金器與瓦器同時墜地破碎，人們卻只惋惜瓦器，而不惋惜金器。因為金器雖失器形，卻未失其質，只要重新鎔

鑄，仍可恢復，甚至比原來更加精美；瓦器一旦破碎，則形體俱失，再也無法恢復。

論師藉此說明：已種順解脫分善根的人，如同金器，即使一時因煩惱、業力而墮落，解脫的根本種子仍未失去，終究能重新趣向菩提；未種順解脫分善根的人，則如瓦器，雖然現前福報殊勝，卻缺乏趣向解脫的根本因，終究仍隨生死流轉。

由此可見，《大毘婆沙論》所說的順流與逆流，並不是描述目前所處的境界，而是在說明生命最根本的方向。真正重要的，不是今天站在何處，而是生命正朝向哪裡前進；真正決定未來的，也不是一時的福報、禪定或神通，而是是否已種下順解脫分善根，建立欣求涅槃、厭離生死的志向。也正因如此，論師最後總結：

「是故未種順解脫分善根者名為順流，已種順解脫分善根者名為逆流。」

從《大毘婆沙論》的整體論證來看，順解脫分善根真正改變的，不是現前的境遇，而是生命的方向；一旦生命由順流轉為逆流，即使仍在生死海中，也終將抵達解脫的彼岸。

四、如何知道自己已種下順解脫分善根？

《阿毘達磨大毘婆沙論》進一步提出一個十分實際的問題：「順解脫分善根在有情身其相微細，已種、未種云何可知？」

論師回答：「以相故知。」

也就是說，順解脫分善根雖然屬於內心深處的善根種子，本身不可見，卻可以透過它所顯現的身心徵象加以觀察。

論中指出，若有人在親近善知識、聽聞正法時，自然生起下列相應之相：「身毛為豎，悲泣流淚，厭離生死，欣樂涅槃，於法、法師深生愛敬。」

便可知道，此人已經種下順解脫分善根；若不能生起這些相應的心行，則表示尚未真正建立趣向解脫的生命方向。

其中，「身毛為豎」，並非單純情緒激動，而是正法深深觸動身心時，自然流露出的反應；「悲泣流淚」，也不是世俗悲傷，而是因深刻體會生死輪迴之苦，或值遇正法而生起難以言喻的感動與感恩。

進一步而言，「厭離生死」表示生命開始真正看見

輪迴的過患，不再以世間欲樂為究竟；「**欣樂涅槃**」則代表心已轉向究竟解脫，願意趣向寂靜安穩的涅槃之道。至於「**於法、法師深生愛敬**」，則顯示行者已將正法視為生命真正的依止，而非只是知識的累積或宗教信仰而已。

為了說明這個道理，《大毘婆沙論》又舉出一個十分生動的譬喻。

有人曾在田中播下種子，經過一段時間後，竟忘記自己是否曾經播種，心中猶豫不決。旁人便告訴他：「只要灌溉施肥，若能發芽，便知道種子早已播下；若始終沒有發芽，便知道未曾播種。」

同樣地，若有人想知道自己是否已經種下順解脫分善根，只要親近善知識、聽聞正法；若聞法時自然生起身毛為豎、悲泣流淚、厭離生死、欣樂涅槃，以及於法、法師深生愛敬等相應之相，便可知道解脫的種子已經萌芽；若始終不能生起這些相應的心行，則表示解脫善根尚未建立。

值得注意的是，《大毘婆沙論》並不是鼓勵修行人刻意追求流淚、感動或身毛豎立等宗教經驗。論師真正

重視的，是藉由這些自然流露的身心反應，觀察生命是否已經完成方向上的轉變。真正重要的，不是外在情緒是否強烈，而是內心是否真正建立了**欣求涅槃、厭離生死**的增上意樂。

因此，這些徵象並不是修行成就的標準，而是生命開始趣向解脫的自然流露。當一個人的心已不再只是追求人天福樂，而是真正以涅槃為人生目標時，便表示順解脫分善根已經種下，生命也開始由**順生死**流轉向**逆生死**流。

《大毘婆沙論》的判準	所代表的意義
身毛為豎	聞法深受感動
悲泣流淚	感念生死、感恩正法
厭離生死	建立出離心
欣樂涅槃	趣向解脫
愛敬法、法師	正信增長

【附論】從現代心理學理解「身毛為豎」

《阿毘達磨大毘婆沙論》指出，若行者於聽聞正法

時，自然生起「身毛為豎、悲泣流淚、厭離生死、欣樂涅槃、於法及法師深生愛敬」等現象，便可作為已種下順解脫分善根的重要徵象。這些描述看似屬於宗教經驗，但若從現代心理學的角度觀察，也能獲得相當有趣的理解。

惠敏法師在〈佛教修行體系之身心觀〉¹¹一文中指出，《大毘婆沙論》所說的「身毛為豎」，並非單純的情緒激動，而是伴隨對佛法義理深刻理解所產生的整體身心反應。當一個人真正體悟無常、苦、無我，深刻感受到生死輪迴的過患，並認識到解脫的可能時，原有的生命認知便開始轉變；這種認知的改變，往往同時引發敬仰、歡喜、悲泣、感恩，乃至汗毛豎立等生理反應。

惠敏法師並引用心理學上的**斯辛二氏情緒理論**（Schachter-Singer Theory of Emotion）加以說明。此理論認為，情緒的形成來自兩個因素的共同作用：一方面是身體所產生的生理反應，另一方面則是個人對當下情

¹¹ 網絡資料：本文於 2005 年 12 月刊於《法鼓人文學報》第 2 期。台北：法鼓人文社會學院。另參惠敏法師，《心與大腦的相對論》，pp.158-161；《當牛頓遇到佛陀》，pp.137-138。

境所作的認知詮釋。換言之，相同的心跳加速、身毛豎立等生理變化，會因不同的認知理解，而形成不同的情緒經驗。

若將此理論與《大毘婆沙論》相互對照，可以發現佛法真正重視的，並不是「身毛為豎」這一生理現象本身，而是它所反映的生命認知是否已經發生根本轉變。當行者聞法時，真正體會到輪迴的苦迫，生起厭離生死、欣求涅槃的願心，這種深刻的認知便可能伴隨強烈的情緒與生理反應，如感動流淚、身毛豎立、歡喜踴躍等。換言之，這些外在表現並非修行的目的，而是生命方向開始改變時，自然而然流露出的結果。

因此，惠敏法師認為，《大毘婆沙論》所說的順解脫分善根，其真正核心在於建立了「欣求涅槃、厭離生死」的增上意樂。這種增上意樂，乃是由正法所引發的生命認知轉變，而非單純的情緒激動或宗教氛圍所造成。當生命真正完成這樣的轉向，便開始由「順生死流」走向「逆生死流」，這正是《大毘婆沙論》判定已種下順解脫分善根的根本意義。

由此可見，現代心理學雖然無法證明善根的存在，

卻能幫助我們理解佛法所描述的種種身心現象，並非神祕不可思議，而是生命認知、情緒經驗與生理反應相互作用的自然結果。真正值得重視的，不是是否曾有「身毛為豎」或「悲泣流淚」的經驗，而是這些經驗是否促使我們建立起欣求涅槃、厭離生死的志向，並因此完成生命方向由世間轉向解脫的根本改變。

心理學所說明的是情緒形成的機制；佛法所關注的，則是生命方向是否因此完成由順流轉向逆流的根本轉變。

五、人的三特勝——培養解脫善根的人間優勢

前文已說明，生命真正能夠由順生死流轉向逆生死流，關鍵在於是否種下順解脫分善根。然而，並非一切眾生都具備培養此善根的因緣。《阿毘達磨大毘婆沙論》指出，在五趣眾生之中，人趣最具有修道的殊勝條件，因此佛法一再讚歎「人身難得」。人之所以可貴，不是因為享受最多，而是因為最適合修行、最容易建立解脫善根。

《長阿含經》首先指出，人間具有三種超勝其他眾

生的特點：「閻浮提有三事勝鬱單曰：一者勇猛強記，能造業行；二者勇猛強記，能修梵行；三者勇猛強記，佛出其土。」（《長阿含經》卷20〈世記經〉）

《阿毘達磨大毘婆沙論》則進一步重新詮釋這三種殊勝功德，說道：「人有三事勝於諸天：一、勇猛；二、憶念；三、梵行。」

並解釋：「勇猛者，謂不見當果而能修諸苦行；憶念者，謂能憶念久時所作所說等事，分明了了；梵行者，謂能初種順解脫分、順決擇分等殊勝善根，及能受持別解脫戒。」（《阿毘達磨大毘婆沙論》卷172）

論師將《長阿含經》的教說，進一步賦予修道次第的深刻意義。

所謂**勇猛**，並非只是刻苦耐勞，而是在尚未親證解脫果報之前，仍能堅定信願，勇猛精進，不因修道漫長而退失。真正的修行，往往是在尚未見到成果之前，仍願意持續向前。

所謂**憶念**，也不只是記憶力良好，而是具有聞法、受持、思惟與觀照的能力。修學佛法必須由聞而思、由思而修，若不能憶持正法，便難以建立正見，更無法將

佛法轉化為生命的智慧。

至於**梵行**，則是三特勝中最重要的一項。《大毘婆沙論》直接指出，梵行就是能夠**種下順解脫分善根、順決擇分善根，並受持別解脫戒**。也就是說，人身最殊勝之處，不只是能修善積福，而是具備建立解脫善根、趣入聖道的完整條件。前文所討論的順解脫分善根，正是在人趣中最容易培養，也是佛法一切修道的真正起點。

論中另一處又說：「人趣能受善戒、惡戒，修勝品善，勇猛強記，智力深遠。」（《阿毘達磨大毘婆沙論》卷12）

這說明人道最大的特色，在於具有自主抉擇善惡、受持戒法、建立善根，以及修習勝妙善法的能力。相較之下，地獄眾生長時受苦，無暇修道；畜生愚癡覆蔽，難生正見；諸天雖享福樂，卻容易耽著欲樂、放逸懈怠。唯有人道苦樂參半，既能感受生死的逼迫，又保有自主抉擇的能力，因此最容易發起厭離心、建立正見、培養順解脫分善根。

由此可見，佛法所說「人身難得」，真正可貴之處，不在於人能享受世間福樂，而在於人具有**勇猛、憶**

念、梵行三種殊勝能力，能夠建立正見、種下順解脫分善根，並由此趣向解脫。正因如此，人身成為六道之中最適合修道的處所，也是佛陀示現人間、廣開解脫之道的根本原因。

【附論】兼顧質與量——菩薩的悲智藥方

《大毘婆沙論》指出，有人僅因布施一搏食、受持一日一夜八關齋戒，乃至讀誦四句偈頌，便能種下順解脫分善根；然而，也有人雖通達三藏文義，卻未必種下解脫善根。這段教說容易令人誤解，以為既然四句偈便足以種下解脫種子，便不必廣學多聞，也無須深入經藏。

然而，《大毘婆沙論》真正要說明的，並非輕視多聞，而是指出：決定順解脫分善根的關鍵，不在聞法多少，而在是否具足欣求涅槃、厭離生死的增上意樂。若沒有正確的發心，即使遍學三藏，也可能只是增長知識，而未能轉變生命；反之，若具足真實的出離心，即使因一首偈頌而相應，也可能由此建立趣向解脫的根本方向。

因此，四句偈種下解脫善根，只是說明修行重在**發心的真實**，並不是鼓勵人輕視聞法、多聞或深入經論。佛法一切修學，都須依個人的根機而論。利根者聞一句法便能悟入；鈍根者則須長時聞思、反覆熏習，方能逐漸成熟善根。若因少數利根人的例子，而否定廣學多聞的重要性，正是執一廢百，失去中道。

若就**解脫道**而言，真正決定修行成敗的，是是否建立正見與順解脫分善根；然而，若進一步立足於**菩薩道**，廣學多聞便具有不可取代的重要價值。菩薩所面對的是根機各異、煩惱不同的無量眾生，若缺乏深厚的經教基礎，便難以隨機施教、善巧說法。《大智度論》一再讚歎菩薩應廣學一切法門，其目的並非增長知識，而是增長利益眾生的方便智慧。

歷代祖師大德亦多循此修學軌跡：先廣學經、律、論，建立正知正見；再依教起修，以戒、定、慧實踐所學。多聞與實修，本來就是相輔相成，而非彼此對立。沒有正見的多聞，容易流於戲論；沒有多聞的修行，則容易落入偏執。唯有聞、思、修三慧相續，才能使智慧日益成熟。

正如醫者治病，若手中只有一味藥，縱有慈悲，也難以應對種種病症；若能精通百藥，便能隨病與藥，救治眾生。菩薩廣學經藏，亦復如是。經論不是知識的堆積，而是悲智方便的資糧；多聞愈廣，利益眾生的方法便愈豐富，弘法利生的能力也愈成熟。

因此，修學佛法既不可偏重量而失其質，也不可偏重質而廢其量。順解脫分善根確立的是生命的方向；廣學多聞充實的是度眾的方便。前者成就自利，後者圓滿利他；正見為本，多聞為助，悲智雙運，方能由解脫道而趣入菩薩道。

本章結語

《阿毘達磨大毘婆沙論》在說明「業可不可轉」之後，並未停留於因果理論的討論，而是進一步指出：真正改變生命的，不只是善業的累積，更是生命方向的轉變。因此，論中提出順福分善根、順解脫分善根、順決擇分善根三種善根，建立了一條由世間善法趣向出世解脫的完整修道次第。

其中，順福分善根能感得人天善果，順決擇分善根

則是趣入見道、證得無漏智慧之前的重要加行；而真正成為生命分水嶺的，則是順解脫分善根。因為它所建立的，不只是福德資糧，而是「欣求涅槃、厭背生死」的增上意樂，使生命由隨順生死流轉，轉而趣向解脫之道。

《大毘婆沙論》因此一再強調，決定是否種下順解脫分善根的，不在於布施多少、持戒多久或聞法多少，而在於修行者是否真正建立解脫的志向。同樣的布施、持戒、聞法，可以只是感得人天福報的順福分善根，也可以因增上意樂而成為決定解脫的種子；關鍵不在善行本身，而在於生命是否已完成由「順流」轉向「逆流」的根本轉變。

論典並進一步指出，這種生命方向的轉變，雖然無法直接看見，卻能透過聞法時所生起的厭離生死、欣樂涅槃、愛敬正法等相應之相加以觀察；而人身之所以殊勝，也正因具備勇猛、憶念、梵行三種特勝，最適合建立順解脫分善根，趣入聖道。至於菩薩道，則更進一步強調以正見為本、以廣學多聞為助，使解脫的方向與利益眾生的方便相互成就，完成悲智雙運的修學。

由此可見，《大毘婆沙論》真正關心的，不只是如何累積更多善業，而是如何使一切善法都成為趣向涅槃的資糧。當生命建立了順解脫分善根，便如魚已吞鉤、金器未失其質，雖然仍在生死流轉之中，卻已確立趣向解脫的方向。

然而，生命既已建立解脫的方向，是否便能保證未來永不退失？《大智度論》進一步提醒我們：即使具足多聞、持戒與禪定，若缺乏正見，一念邪見仍可能毀壞長久修行；反之，若正見堅固，即使臨終逆境現前，也能安住正法，不失解脫方向。因此，下一章將進一步探討：真正決定生命最後去向的關鍵究竟是什麼？答案，仍然回到佛法始終強調的根本——**正見**。

第三章 正見如何決定臨終？

一、以正見往生極樂

前文已經說明，《大毘婆沙論》真正關心的，不是中有世界，而是本有位的修行；真正能夠改變未來受生的力量，也不是死後才發生，而是在現前生命中所建立的善業、善根與正見。若將這一原則應用於淨土法門，便能更加清楚理解：往生極樂世界，真正應依止的是平日所培養的正見，而不是臨終時某種特殊境界的出現。

許多修行淨土法門的人，都深信阿彌陀佛的慈悲願力，臨終必來接引眾生。這是淨土信仰的重要內容，也是修行人建立信願的重要依止。然而，若因此將全部希望都寄託於臨終一定見佛、一定見到西方三聖現前，而忽略平日正見的建立，便容易使信仰落入對境相的依賴，而失去佛法所強調的內在修學。

因此，真正的淨土行者，在身體健康、神智清明之時，就應先做好周全的心理準備：即使臨命終時沒有見到佛菩薩現前接引，即使沒有任何瑞相出現，自己的信心也不因此退失。因為真正支持往生的力量，不是眼前

所見的境界，而是平日所熏修的正見，以及由正見所引發的信、願、行。

反之，若平日只期待臨終感應，而缺乏對佛法義理的理解，一旦臨終境界與自己預期不同，便可能心生疑惑、驚恐，甚至懷疑佛法、毀謗淨土。這種由疑而退、由退而亂的心理狀態，正是臨終最值得警惕的危險。因為在生死交關之際，一念邪見足以障礙善心，一念正見也足以安定身心。

所以，修學淨土法門，不僅要深信阿彌陀佛的本願功德，更要深信因果、深信業報、深信正法。平日應依經、律、論三藏如法修學，培養對佛法的正確認識，並時時憶念自己所修集的善業、所護持的三寶、與所培養的慈悲與智慧。這種由正見所建立的信心，不因順境而增，不因逆境而減，才是真正穩固的淨土資糧。

正因如此，真正的修行，並不是到了臨終才開始準備，而是在每一天的聞思修中，不斷培養一顆安住於正法的心。當平日已經建立了堅固的正見，臨終時無論身體如何衰敗、境界如何變化，內心依然能夠如法憶念、如理思惟，不為外境所動。如此，便真正具備了趣向善

趣、趣向淨土的根本力量。

淨土信仰的核心，不是依賴臨終境界，而是依止平日所建立的正見與善業。

二、別執著臨終影像

若說平日所建立的正見，是臨終最可靠的依止，那麼，臨終所見的種種境界，究竟應該如何看待？佛法的答案十分明確：可以現前，但不可執著。

許多人談到臨終，往往最關心的是：「會不會看到佛菩薩？」「會不會聞到異香？」「會不會出現瑞相？」彷彿只要有這些境界，便代表決定往生；若沒有這些境界，便代表修行失敗。然而，若將生命的去向完全建立在這些影像之上，便容易偏離佛法所強調的正見。

《般若經》中便曾提醒修行人，魔王具有種種神變自在，甚至能化現佛身、菩薩身，或現清淨比丘相、阿羅漢相，藉此動搖行者的道心。尤其臨終之際，身體衰敗，五根漸弱，意識不復如平日清明，若缺乏正見，便很容易受到境界迷惑，誤以為凡有所見皆是真實，而失

去如理觀察的能力。

因此，佛法從來不以是否見佛、是否見光、是否見瑞相，作為判斷修行高下的唯一標準。因為所見之境，固然可能是真實善業成熟所感，也可能只是心識變現，甚至可能是魔境所現。若不能依法抉擇，而一味隨境起信，反而容易失去自主。

即使臨終所見確為殊勝善相，例如聞佛號、見蓮華、聞妙香等，也不應因此生起愛著。《大毘婆沙論》一再強調，真正決定未來去向的，是臨終最後一念心。若因見到殊勝境界而生起強烈的貪著與依戀，則所緣雖善，能緣之心卻已與貪相應；一旦最後一念落入貪著，便可能失去原本安住正法的力量。

由此可見，佛法並非否定瑞相，也不否定善境的存在，而是提醒修行人不要將希望建立於境界之上。境界可以作為善業成熟的助緣，卻不能成為信仰的根本；影像可以出現，卻不能取代正見。真正成熟的修行，不因見佛而歡喜若狂，也不因未見佛而驚慌失措；無論境界如何變化，始終安住於佛陀所開示的因果正理與緣起正見。

因此，佛法所強調的，不是追求特殊的宗教經驗，而是培養一顆不隨境轉的智慧之心。當正見已成為生命的依止，外境無論順逆、美醜、真偽，都不能動搖內心的信願與方向。

臨終境界可以現前，但不可執著；真正值得依止的，始終是正見，而非境相。

三、以正見安住臨終

若說臨終不應執著瑞相，那麼，另一個常見的疑問便是：如果臨終時身體極為痛苦、病苦纏身，甚至現出種種不好的外相，是否就表示惡業成熟，未來必定墮入惡趣？

佛法的答案是否定的。

許多人習慣以臨終的外在現象來推論一個人的來世去向，看見有人安詳而逝，便認為必生善趣；看見有人病苦呻吟，便斷定一定是惡業現前。這種判斷方式，其實過於簡化了因果法則，也忽略了佛法對業報成熟的細緻分析。

依《大毘婆沙論》的立場，一切業各有成熟的因

緣。今生所受的病苦，可能只是過去某一惡業成熟的結果；然而，未來受生的方向，則仍須由臨終最後的心念，以及整個生命所建立的正見與善根共同決定。因此，現前受苦，並不等於未來一定墮落；同樣地，臨終安詳，也未必保證必生善趣。

佛陀弟子中神通第一的大目犍連尊者，便是一個最具代表性的例子。尊者雖已證得阿羅漢果，究竟解脫生死，但最後仍因宿世重業成熟，而遭外道毆擊致死。從外相來看，他承受了極大的肉體痛苦；然而，這只是過去惡業果報的成熟，並非表示他的聖道有所退失。由於已具足正見與無漏智慧，即使身受劇苦，內心仍安住於正念正知，不起瞋恚、不生怨尤，因此絲毫不影響其解脫的成就。

《大毘婆沙論》中所記載的影堅王（頻婆娑羅王）亦可作為另一例證。晚年時，他遭阿闍世王幽禁，身受飢渴折磨，臨終景況極為悲慘。然而，佛陀並未因此否定他的善業，反而遣大目犍連前往安慰，開示他安心接受已成熟的業報，不應因此退失對正法的信心。影堅王最後雖在病苦中命終，但其未來受生，仍由其臨終一念

及所修善業所決定，而非由身體所受的苦樂決定。

由此可見，佛法所關心的，不是臨終時身體是否舒服，而是臨終時內心是否安住。肉體的痛苦屬於果報，內心的正見則屬於修道；果報可以有苦有樂，正見卻能超越苦樂而不隨境轉。真正成熟的修行，不是要求臨終一定沒有病苦，而是在任何病苦之中，仍能保持對因果的信心、對三寶的皈依，以及對解脫的信願。

因此，行者平日真正應當努力的，不是追求臨終一定要有某種理想的外相，而是不斷熏習佛法，建立穩固的正見。如此，即使業報成熟、病苦現前，內心仍能如理思惟，不因苦而生瞋，不因逆境而失去信心。這才是真正的「以正見安住臨終」。

臨終外相不能決定去處，真正決定未來的，仍然是內心最後所安住的正見。

四、《大智度論》的提醒——臨終一念邪見的危險

經過《大毘婆沙論》的分析可以知道，生命真正可以轉業的時機，在於本有位；真正能夠決定未來去向的力量，在於平日所建立的正見。然而，《大智度論》進

一步提出一項更值得修行人警惕的提醒：**臨終時最危險的，不是惡業現前，而是邪見現前。**

龍樹菩薩在《大智度論》中，再次引用《大毘婆沙論》所記載的「無聞比丘」公案，並非只是重複一則故事，而是藉此揭示修道中最容易被忽略的危機。

這位比丘一生持戒清淨，遠離憤鬧，專心修習禪定，並且依宿世善根，成就了世俗四禪。然而，由於缺乏多聞與正見，他誤將世間禪定當作無漏聖果，以為自己已證阿羅漢，不再受後有。直到臨命終時，第四禪的生相現前，他才驚覺自己仍有來生。就在這一剎那，他沒有反省自己的修學是否有所不足，反而因此否定佛陀所說的解脫聖道，生起「若有解脫，我應已得」的邪見，甚至誹謗涅槃、懷疑佛法。正因這最後一念邪見，使原本現前的善趣生相隱沒，無間地獄生相隨即現前，最終墮入惡趣。

龍樹菩薩之所以再次引用這則公案，正是要提醒修行人：真正毀壞修行的，往往不是沒有修行，而是修行之後所生起的邪見。若沒有正見的引導，即使具足持戒、多聞、禪定等種種功德，也仍可能因一念錯誤的見

解，而使多年修學毀於一旦。

因此，《大智度論》一再強調，修行人切不可因少分功德而生增上慢。世間禪定雖然殊勝，仍屬有漏善法；神通感應雖然不可思議，也未必代表已證聖果。若將禪定當作解脫，將感應當作證悟，便極容易落入增上慢與邪見之中，反而障礙真正的解脫。

從這個角度來看，禪定不是解脫的保證，神通不是解脫的保證，瑞相也不是解脫的保證。真正能夠貫穿生死、引導生命走向善趣乃至趣向涅槃的，始終只有依法建立的正見。唯有平日廣學多聞，依經、律、論建立正確知見，並於一切境界中如理思惟、不隨境轉，才能在臨終業相現前時，依然保持清明、安住正法，不為任何順逆境界所動搖。

因此，佛法重視正見，並不是因為它只是修行八正道中的第一支，而是因為它統攝了整個修道歷程，並在生命最後一刻，成為守護解脫方向的最後防線。平日所熏習的一切佛法，到了臨終之際，都將接受最真實的考驗；而真正能夠通過這場考驗的，不是神祕經驗，也不是宗教感應，而是深植於內心的如理正見。

《大智度論》再次引用《大毘婆沙論》無聞比丘的公案，正是提醒修行人：臨終真正決定生死去向的，不是禪定，不是神通，不是瑞相，而是最後一念是否安住於正見。

【補遺】中陰身之相貌與凡聖分別

《大毘婆沙論》討論中有時，除了探究「中有不可轉」之外，也進一步討論中有究竟呈現何種樣貌。

一般民間多認為，中有（中陰身）仍保持今生的容貌，因此人們常說夢見亡者、見到親人回來等，都是以今生的形貌出現。然而，《大毘婆沙論》記載，部分論師雖採此說，但有部正統論師則認為，中有真正顯現的，是來世受生之相，而非今生之相。

這一點，正可從前述無聞比丘的公案得到印證。比丘臨終時所見的，並不是現生自己的形貌，而是第四禪天的生相；正因看見來世仍將受生，才驚覺自己尚未證得阿羅漢，遂因邪見而墮落。因此，《大毘婆沙論》一再使用「生相現前」而非「中有現前」的語詞，正是要說明：臨終所現者，乃未來受生之相。

進一步說，若是真正證得阿羅漢果，則煩惱已盡，不受後有，命終即般涅槃，因此不再有任何中有，更沒有任何來世生相可現。中有，正是凡夫與有學聖者仍有「後有」的表現；無學阿羅漢則已超越了中有。

《大毘婆沙論》另記載，中有具有微細色身，其形量約如六歲孩童大小，依業力迅速趣向受生之處。當投胎因緣成熟時，中有依業力感召未來父母的和合，遂趣入母胎而開始新一期生命。這些說明，並非鼓勵人探究中陰世界，而是為了顯示業力成熟具有一定的法則，生命並非偶然形成，而是依因緣次第相續。

因此，《大毘婆沙論》討論中陰身，真正要說明的，並不是滿足人們對死後世界的好奇，而是藉由中有的法相，建立因果相續、業力成熟與生死流轉的正確認識，進而引導修行人把握仍可努力的本有位，而非將希望寄託於死後。

本章結語

第三章由「正見如何決定臨終」展開討論，目的並非增加對臨終境界的想像，而是引導我們重新理解佛法

所說的生死觀。依《大毘婆沙論》所示，真正能夠決定未來去向的，不是臨終所見的瑞相、業相或中有境界，而是平日長期熏習所建立的正見與善根。正因如此，往生淨土不能寄望於臨終偶然的感應，面對種種善惡境相亦不可生起執著；即使臨終遭遇病苦、逆境或惡業成熟，只要內心仍安住於正見，深信因果、信受三寶，便不致為境界所轉。

《大智度論》再次引用無聞比丘的公案，更進一步提醒修行人：多年的持戒、禪定與福德，若缺乏正見，仍可能因臨終一念邪見而毀壞修行；反之，若正見堅固，即能於生死關頭不失方向。因此，佛法真正重視的，不是消極等待臨終，而是把握每一個當下，不斷熏習正法、建立正見，使生命最後一念，自然而然與解脫之道相應。如此，第三章也完成了第二篇所要建立的最後結論：業力可以轉變，善根可以培養，而真正引導生命超越生死的，始終是正見。

第二篇結語 由業力走向解脫

第二篇從《阿毘達磨大毘婆沙論》對「業可不可轉」的論辯出發，進一步探討順解脫分善根的建立，最後歸結於正見如何安住臨終。看似分別討論業力、中有、善根與臨終等不同課題，其實始終圍繞著佛法最重要的一個問題：生命究竟能不能改變？如果可以改變，真正改變生命的是什麼？

佛法承認業必感果，也承認眾生必須承擔自己所造作的業報；然而，佛法從未因此走向宿命論。業固然是生命流轉的重要因，卻不是唯一的決定因素。業依因緣而生，也依因緣而成熟；果報雖不可無因而得，卻也不離因緣的和合。正因如此，生命並非被過去所造的業完全決定，正見、善根、聞法、修行與願力，同樣都是影響未來的重要因緣。也因此，佛法才能建立修行，建立解脫，而不是將人生理解成一條早已注定、無法改變的宿命道路。

《大毘婆沙論》討論「中有可不可轉」，真正關心的並不是神祕的中陰世界，而是提醒修行人：真正可以

努力的地方，是現前仍然活著的生命。一旦生命進入中有，業果已逐漸成熟；真正能夠改變未來的因，必須在本有位完成。因此，佛法重視的從來不是死後，而是當下；不是等待臨終，而是珍惜每一個仍能聞法、思惟、修善的現在。這正是《大毘婆沙論》反覆強調「本有可轉，中有不可轉」的真正用意。

然而，生命真正的改變，並不只是由惡轉善、由苦得樂而已。《大毘婆沙論》更進一步指出，若只是累積福德，仍可能在人天之中流轉不息；若只是修習禪定，也未必能真正超越生死。真正使生命開始逆轉生死之流的關鍵，在於建立順解脫分善根。當一個人因聞法而生起厭離生死、欣求涅槃的增上意樂時，生命的方向便已由順流轉為逆流。雖然距離究竟解脫仍有漫長的修道歷程，但方向既已確立，終究必將趣向涅槃。這正是《大毘婆沙論》以「魚吞餌鉤」、「金器與瓦器」等譬喻所要闡明的深義。順解脫分善根真正可貴之處，不在於已經證得解脫，而在於生命自此確立了趣向解脫的方向。

然而，善根如何在生命最後一刻真正發揮力量？答案仍然回到正見。正見不只是對佛法義理的理解，更是

面對生死、業果與一切境界時，不為外境所動的智慧。臨終所現的瑞相、業相或中有之相，固然可能隨業現前，但真正決定未來去向的，不是眼前所見的境界，而是內心是否仍安住於因果正見，是否仍信受三寶，憶念善法。《大智度論》藉由無聞比丘臨終邪見墮落的公案，再次提醒修行人：真正毀壞修行的，往往不是沒有福德，也不是沒有禪定，而是一念邪見；真正成就解脫的，也不是臨終偶然出現的瑞相，而是平日長久熏修所建立的正見。唯有正見，才能使福德成為解脫的助緣，使善根在生死關頭真正成熟。

因此，第二篇所建立的修學歷程，可以歸納為三個層次：第一，正確認識業力，了解因果而不落入宿命；第二，培養順解脫分善根，由聞法、布施、持戒等善行，建立欣求涅槃、厭離生死的生命方向；第三，以正見安住生命，無論平時或臨終，都不為境界所轉，使善根真正成熟。這三者前後相續，不僅符合《阿含經》重視因果與正見的教導，也與《大毘婆沙論》及《大智度論》所建立的修道體系前後一致。

由此可見，第二篇真正要說明的，不只是業力可以

改變，更重要的是指出：生命真正的主人，始終是自己。佛法既不鼓勵等待神祕感應，也不寄望臨終僥倖，更不是期待他人代替自己解脫；真正的修行，是在現前生命中不斷建立正見、培養善根、熏習正法，使生命由順生死流轉為逆生死流，由業力所牽引，轉而由智慧所引導。

當正見成為生命的依止，善根成為修行的力量，業力便不再只是流轉生死的因緣，而成為淬鍊智慧的助緣；生命也因此由止惡生善而淨化，由建立正見而轉變，由培養善根而確立解脫方向，最終由因果體悟緣起，由緣起趣向智慧，邁向究竟解脫。

全書結說 正見、淨信與解脫道

佛法所關心的，始終不是知識的累積，而是生命的轉化。佛陀四十五年（或說四十九年）說法，無論宣說四聖諦、八正道、十二因緣，或歷代論師闡釋緣起、因果與修道次第，其目的都不是建立一套哲學理論，而是引導眾生離苦得樂，趣向究竟解脫。因此，真正的佛法，不只是可以閱讀、研究的學問，更是一條可以實踐、可以驗證、可以完成生命淨化的道路。

回顧本書所引用的《阿含經》、《大智度論》、《大毘婆沙論》、《瑜伽師地論》等經論，可以發現它們雖然形成於不同時代，論述方式各有不同，卻始終指向同一條修學道路。佛法並不是由許多彼此獨立的法門所構成，而是透過不同經論，從不同角度闡明生命如何由迷而悟、由染而淨、由流轉而趣向解脫。

綜觀全書，佛法的修學始終具有清楚而一致的次第：聞法 → 如理思惟 → 建立正見 → 生起淨信 → 發起解脫願心 → 培養善根 → 戒、定、慧增上 → 趣向究竟解脫。

這條修學道路，看似平凡，卻是佛陀一代時教共同的精神，也是歷代論師不斷闡明與護持的修道方向。

修學佛法，首先改變的，不是外在環境，而是自己的知見。當知見改變，思惟便會改變；思惟改變，行為便會改變；行為不斷熏習，便形成習慣；習慣久而久之，便塑造了生命的方向。因此，佛法真正重視的，不只是善行的累積，更是正見的建立。唯有正見，才能引導善行；唯有善行，才能長養善根；唯有善根成熟，才能真正走向解脫。

綜觀全書，可以歸結為一個最重要的提醒：**生命真正可以改變的地方，不在過去，也不在未來，而是在當下。**

過去的業已經造作，未來的果尚未成熟；我們真正可以把握的，是現在的一念正見、一念善心、一念如理思惟。佛法從來不是宿命論，也不是等待命運改變，而是在每一個當下，依正法調整自己的身、口、意，使生命逐漸由順生死流轉向逆生死流。

《大毘婆沙論》提出順福分、順解脫分、順決擇分三種善根，提醒我們：修學佛法，不應只停留在人天福

報，更應培養趣向解脫的願心。當一個人因聞法而生起厭離生死、欣求涅槃的志向時，生命的方向便已開始改變。這份願心，雖然需要長久熏修才能成熟，卻已成為未來趣向解脫最重要的根本。

同樣地，本書最後討論臨終，也不是要修行人把希望寄託於生命最後一刻，而是提醒我們：臨終只是平日修學的總驗收。真正可靠的，不是一時的感應，也不是偶然的助緣，而是平日所建立的正見、淨信與善根。平日如何思惟、如何選擇、如何修學，終將成為生命最後最真實的依止。

閱讀經論的真正價值，不只是理解經文的義理，更是在經論的啟發下，重新認識自己、修正自己，讓佛法逐漸成為生命的一部分。當經論不再只是閱讀的文字，而成為觀照身心的智慧；當善根不再只是抽象的名相，而成為日日增長的力量；當正見不再只是概念，而成為面對人生每一個境界的依據，那麼，佛法便真正融入了生命。

佛法最可貴之處，不在於留下多少經典，而在於為眾生指出一條可以親自實踐、可以親自驗證、可以親自

完成的道路。這條道路，不需要等待特殊因緣，也不必寄望奇蹟出現，而是從每一個當下開始，在每一次聞法、每一次思惟、每一次止惡、生善之中，逐步完成生命的淨化。

願本書能成為讀者修學佛法的一分助緣，使我們以經論為明鏡，照見自己的身心；以正見為眼目，辨明生命的方向；以善根為資糧，長養慈悲與智慧，在平凡的日常中，踏實走好每一步修行之路。

生命的淨化，始於當下一念；解脫的道路，成於日日修行。

願我們都能依正見而行，依善根而住，循著佛陀所開示的解脫道，步步前行，直至菩提。

細讀經論・培養善根

講義

編輯——釋開仁



壹、淨化生命，掌握在自己的手裡

一、依止二法，疾得成佛

《雜阿含 987 經》卷 35（CBETA, T02, no. 99, p. 257a11–27）：

爾時，世尊告諸比丘：「我於二法依止多住。云何為二？¹²

於諸善法未曾知足，於斷未曾遠離；於善法不知足故，於諸斷法未曾遠離故，乃至肌消肉盡，筋連骨立，終不捨離精勤方便，不捨善法，不得未得，終不休息，未曾於劣心生歡喜，常樂增進，昇上上道。如是精進住故，疾得阿耨多羅三藐三菩提等。

比丘！當於二法依止多住，於諸善法不生足想；依於諸斷未曾捨離，乃至肌消肉盡，筋連骨立，精勤方便，堪能修習善法不息。

¹² 《大寶積經》卷 112（CBETA, T11, no. 310, p. 635a16–19）：

以四正勤，能斷已生諸不善法，及不起未生諸不善法；未生善法悉能令生，已生善法能令增長。取要言之，能斷一切諸不善法，成就一切諸善之法。

是故，比丘！於諸下劣〔勿〕¹³生歡喜想，當修上
上昇進多住。如是修習不久，當得速盡諸漏，無漏心解
脫、慧解脫，現法自知作證：『我生已盡，梵行已立，
所作已作，自知不受後有。』」

二、精進在諸道品中的重要性

《大智度論》卷 16〈1 序品〉（CBETA, T25, no. 1509,
p. 174b18–24）：

於一切善法中勲修不懈，是名**精進相**。

- 1、於五根中，名**精進根**；
- 2、根增長，名**精進力**；
- 3、心能開悟，名**精進覺**；
- 4、能到佛道涅槃城，是名**正精進**；
- 5、四念處中，能勲繫心，是**精進分**；
- 6、四正勤，是**精進門**；
- 7、四如意足中，**欲、精進**即是**精進**；
- 8、六波羅蜜中，名**精進波羅蜜**。

¹³ 印順法師《雜阿含經論會編》（下冊）（p.697，n.15）：
「勿」，原本缺，今補。

三、四正勤與內外法

（一）外善知識，能令善生惡斷

《雜阿含 717 經》卷 27（CBETA, T02, no. 99, p. 193a26–b13）：¹⁴

爾時，世尊告諸比丘：「於外法中，我不見一法，未生惡不善法令生，已生者重生令增廣，未生善法令不生，已生者令退，如惡知識、惡伴黨。惡知識、惡伴黨者，未生貪欲蓋令生，已生者重生令增廣。未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令生，已生者重生令增廣。未生念覺分令不生，已生者令退，未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令不生，已生者令退。」¹⁵

諸比丘！我不見一法，未生惡不善法令不生，已生者令斷，未生善法令生，已生者重生令增廣，所謂善知識、善伴黨、善隨從者，若善知識、善伴黨、善隨從者，未生貪欲蓋令不生，已生者令斷。未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令不生，已生者令斷。未生念覺分令

¹⁴ 外在因素中，「惡知識、伴黨」令不善法，即五蓋生起、增長；並令善法，即七覺支不生、退減。「善知識、伴黨」與此相反。

¹⁵ 亦有說八正道者，如《雜阿含 768、778–780 經》。

生，已生者重生令增廣。未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令生，已生者重生令增廣。」

（二）內正思惟，能令善生惡斷

《雜阿含 716 經》卷 27（CBETA, T02, no. 99, p. 193a8–25）：¹⁶

爾時，世尊告諸比丘：「於內法中，我不見一法，未生惡不善法令生，已生惡不善法重生令增廣，未生善法不生，已生則退，所謂不正思惟。諸比丘！不正思惟者，未生貪欲蓋令生，已生者重生令增廣。未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令生，已生者重生令增廣。未生念覺分不生，已生者令退，未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令不¹⁷生；已生者令退¹⁸。¹⁹

我不見一法能令未生惡不善法不生，已生者令斷，

¹⁶ 內在因素中，「不正思惟」則不起四正勤，令不善法等五蓋生起、增長；並令善法，即七覺支不生、退減。「正思惟（yonisomanasikāra）」與此相反。

¹⁷ 「不」，原本缺，今依【宋】本補。

¹⁸ 「令退」，原本誤作「重生令增廣」，今依【宋】本改。

¹⁹ 亦有說八正道者，如《雜阿含 775–777、781 經》。

未生善法令生，已生者重生令增廣，所謂²⁰正思惟。比丘！正思惟者，未生貪欲蓋令不生，已生者令斷，未生瞋恚、睡眠、掉悔、疑蓋令不生，已生者令斷。未生念覺分令生，已生者重生令增廣。未生擇法、精進、喜、猗、定、捨覺分令生，已生者重生令增廣。」

四、外法：朋友的種類

（一）〔吳〕支謙譯《佛說孛經抄》卷1（CBETA, T17, no. 790, p. 731b18–26）：

王曰：「我師友孛，常在不輕，當原不及，莫相捐去。」

孛曰：「友有四品，不可不知。有友如花，有友如稱，有友如山，有友如地。」

何謂如花？好時插頭，萎時捐之，見富貴附，貧賤則棄，是花友也。

何謂如稱？物重頭低，物輕則仰，有與則敬，無與則慢，是稱友也。

何謂如山？譬如金山，鳥獸集之，毛羽蒙光，貴能榮

²⁰ 「所謂」，原本缺，依宋本補。

人，富樂同歡，是山友也。

何謂如地？百穀財寶，一切仰之，施給養護，恩厚不薄，是地友也。」

【厚觀法師的白話翻譯】

經典當中將朋友分為四種類型——如花、如秤、如山、如地。

一、「如花」的朋友：

當花盛開時很美，常有人將它裝飾在身上；可是花一旦枯萎了，就馬上拿去丟掉！有一類的朋友就像花一樣，當看到他人富貴時，就百般親近、附和、利用他；可是當他人貧困而沒有利用價值時，就立即捨他而去。這種類型的心態就是「如花」的朋友。

二、「如秤」的朋友：

當重物放在秤上時，秤就低下來；當放上輕物時，秤就翹起來。同樣的，有一類的朋友是別人對他好時，他就低頭恭敬對方；但對他不好時，他就輕慢對方。別人給他半斤，他就還人八兩，不佔別人便宜，但他也絕

不吃虧。這種類型就是「如秤」的朋友。

三、「如山」的朋友：

譬如一座金山，孔雀或野豬、無論什麼鳥獸一靠近它，都顯得金光閃閃。這類朋友是無論誰來親近他，都能沾他的光，他能與人「有福同享」，但不見得能「有難同當」。這種類型就是「如山」的朋友。

四、「如地」的朋友：

一切穀物都依地而生長，地中也含藏許多寶藏，但有多少人感恩它？我們的排泄物都往地裡倒，有時生氣可能還用腳躁地，但大地並沒有抱怨。有一類朋友慷慨布施，養護眾人，待人恩厚，不但與人有福同享，即使遇到人家對他打擊、毀謗，他也能像大地這般默默忍受、含藏，這類型就是「如地」的朋友。佛教中有一位「地藏菩薩」，他慈悲為懷，發願「地獄不空，誓不成佛」，就像這樣！

(二) 《長部 31 教化仙伽邏經》（蕭式球譯）

四種人	像是朋友而實非朋友	善心的朋友
第一種人	1、取便宜的人： (1)他什麼都想取去， (2)付出少而希望多， (3)害怕承擔責任， (4)只為自己著想。	1、喜歡助人的人： (1)他保護無助的人， (2)保護無助的人的財物， (3)是惶恐的人的皈依處， (4)慷慨待人。
第二種人	2、花言巧語的人： (1)他說過去給人的恩惠， (2)說將來給人的恩惠， (3)只是空談而沒有實利， (4)當需要付出的時候便借故推託。	2、能同甘共苦的人： (1)他能對人說出自己的秘密， (2)能保守別人的秘密， (3)不會離棄不幸的人， (4)甚至會為人而犧牲自己的性命。

四種人	像是朋友而實非朋友	善心的朋友
第三種人	3、阿諛奉承的人： (1)他稱頌惡行， (2)不稱頌善行， (3)當人面時讚美人， (4)背人面時貶斥人。	3、說善利的人： (1)他阻止人行惡， (2)鼓勵人行善， (3)使未聞善法的人聞法， (4)指示天界之道。
第四種人	4、揮霍無度的人： (1)他跟沉迷飲酒、迷醉、麻痺的人結伴， (2)跟通宵達旦在街上遊蕩的人結伴， (3)跟常到娛樂場所的人結伴， (4)跟沉迷賭博的人結伴。	4、有悲憫心的人： (1)他對別人的失敗不會幸災樂禍， (2)對別人的成就會心生歡喜， (3)阻止人說人壞話， (4)讚嘆人讚美他人。

（三）《增支部》7.36 朋友經（莊春江譯）

比丘們！具備七支者應該結交為朋友，哪七個呢？

(1)他給與難給與的、(2)他做難做的、(3)他忍耐難忍耐的、(4)顯露他的秘密、(5)守[你的]秘密、(6)在災難時不離棄、(7)不以[你的財富]滅盡而輕蔑。

五、內法：惡善取決於思惟

《長阿含 10 十上經》卷 9（CBETA, T01, no. 1, p. 55a7–c5）：

	八懈怠	八精進
1. 乞食不得	比丘乞食不得食，便作是念：「我於今日下村乞食不得，身體疲極，不能堪任坐禪、經行，今宜臥息。」懈怠比丘即便臥息，不肯精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證，是為初懈怠。	比丘入村乞食，不得食還，即作是念：「我身體輕便，少於睡眠，宜可精進坐禪、經行。」未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即便精進，是為初精進比丘。

	八懈怠	八精進
2. 食足	懈怠比丘得食既足，復作是念：「我朝入村乞食，得食過足，身體沈重，不能堪任坐禪、經行，今宜寢息。」懈怠比丘即便寢息，不能精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證。	乞食得足，便作是念：「我今入村，乞食飽滿，氣力充足，宜勤精進坐禪、經行。」未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即尋精進。
3. 稍做事	懈怠比丘設少執事，便作是念：「我今日執事，身體疲極，不能堪任坐禪、經行，今宜寢息。」懈怠比丘即便寢息。	精進比丘設有執事，便作是念：「我向執事，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。」未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即尋精進。

	八懈怠	八精進
4. 欲做事	懈怠比丘設欲執事，便作是念：「明當執事，必有疲極，今者不得坐禪、經行，當豫臥息。」懈怠比丘即便臥息。	精進比丘設欲執事，便作是念：「明當執事，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。」未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即便精進。
5. 稍行來	懈怠比丘設少行來，便作是念：「我朝行來，身體疲極，不能堪任坐禪、經行，我今宜當臥息。」懈怠比丘即便臥息。	精進比丘設有行來，便作是念：「我朝行來，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。」未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即尋精進。

	八懈怠	八精進
6. 欲行	懈怠比丘設欲少行，便作是念：『我明當行，必有疲極，今者不得坐禪、經行，當豫寢息。』懈怠比丘即尋寢息，不能精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證，是為六懈怠比丘。	精進比丘設欲行來，便作是念：『我明當行，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是比丘即便精進。
7. 得病	設遇小患，便作是念：『我得重病，困篤羸瘦，不能堪任坐禪、經行，當須寢息。』懈怠比丘即尋寢息，不能精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證。	精進比丘設遇患時，便作是念：『我得重病或能命終，今宜精進。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是比丘即便精進。

	八懈怠	八精進
8. 病癒	懈怠比丘所患已差，復作是念：『我病差未久，身體羸瘦，不能堪任坐禪、經行，宜自寢息。』懈怠比丘即尋寢息，不能精勤未得欲得、未獲欲獲、未證欲證。	精進比丘患得小差，復作是念：『我病初差，或更增動，廢我行道，今宜精進坐禪、經行。』未得者得，未獲者獲，未證者證，於是，比丘即便精進坐禪、經行，是為八。

六、四正勤是精進的全貌

（一）《十住毘婆沙論》卷 15〈30 大乘品〉（CBETA, T26, no. 1521, p. 106c11–22）：

勤精進者，於**五事**中勤行精進：

一、未生惡法，為不生故勤行精進。

二、已生惡法，為斷滅故勤行精進。

三、未生善法，為令生故勤行精進。

四、已生善法，為增長故勤行精進。

五、於世間事中有所作，無能障礙故勤行精進。

如說：

斷已生惡法，猶如除毒蛇。

斷未生惡法，如預斷流水。

增長於善法，如溉甘果栽。

未生善為生，如攢²¹木出火。

世間善事中，精進無障礙。

諸佛說是人，名為勤精進。

（二）開仁法師的開示（譚文信筆錄於2023年斗湖佛教會之中秋晚會）

諸位佛友，大家晚上好，阿彌陀佛，這次非常高興能夠在空中和大家講幾句話，因為今天是中秋晚會，雖然農曆十五中秋已經過了，但沒有關係，時間是由人調配的，大家能夠團聚在一起，都是很好的因緣。

我們華人都很重視傳統習俗，但也不要忘失佛法，因為生命充滿了無常變化，我們能夠度過疫情，團聚一起，歡慶佳節是非常有福報的。因此我們要抱著感恩的心，讓自己在佛法上有一點增長。

²¹ 攢=鑽【宋】【元】【明】【宮】。

師父今天要和大家分享龍樹菩薩的「四正勤」，因為他有四個非常生動而且實用的譬喻。

第一個就是對於我們心裡的惡法（惡心所）要猶如看到毒蛇進入家裡，就要趕快驅除，不然對每一個人都有威脅。因為這些心裡的惡法不只是在今生帶來許多困擾，也會在來生有不好的果報，所以菩薩給我們的道理都是看到很長遠的。

雖然我們還是容易就會生起貪瞋癡，但是學佛之後，發現了，能夠去除多少就去除多少，要提醒自己、慚愧自己，不要讓惡法像毒蛇那樣的在內心滋長，給自己帶來很多的痛苦，這是「已生惡法」要如除毒蛇。

第二個「未生惡法」是像預防水流，就像斗湖（Tawau）下雨經常淹水，如果水流進去房子，就會非常麻煩清理，再嚴重的話，有時還會對生命有危險。同樣的，對於未生的惡法，我們學佛之後，知道惡法對我們未來的影響，也就不要讓惡法隨意的滋長，就像預防水流一樣，把提防做好，就是下大雨，也不會讓水輕易的淹進房子，這樣就可以保護我們的傢俱。

所以不讓未生的惡法生起，就像預防水流一樣，不讓它滋長泛濫。沒有生起，並不等於未來不會生起，雖然我們大概不會去殺人，去做一些壞事；但畢竟我們還是凡夫，在還沒有遇到更大的境界時，都不要講的太大聲，要儘量避免一些因緣的產生，也就是預防讓不好的心（惡心）有生起的因緣。就像我們今天來佛教會中秋晚會，沒有在家或逛街，就少了一些貪欲瞋恚的因緣，在佛教會團聚，大家都是學佛的人，沒有鬥爭比較。我們要製造一些因緣讓自己不要這麼容易產生惡法，這些因緣都要自己主動去創造，有時候別人提供的因緣，我們也不一定會珍惜，而導致因緣流失，所以未生的惡讓它不生，自己總是要多點用心。

第三和第四個譬喻是屬於善法。龍樹菩薩說已生的善法要讓它增長，就好像去種水果一樣，當我們播種下地，就要灌水施肥，不讓害蟲影響它，在這樣的呵護下，我們就會有甘美的水果可以享用。同樣的，我們小小的善心也要像幼苗一樣的讓它生長，比如來佛教會遇到塞車，我們就要修忍辱，也可以念佛。到了佛教會看到不好的東西，也可以順手處理，就比如幫忙收拾垃

圾。這些都是讓已生的善讓它繼續增長，就像呵護小小的種子一樣。

我們生起一念皈依三寶的心、受持五戒的心，如果不去照顧好，也很快就會滅去；就像小小的幼苗沒有看顧，也會枯死一樣。所以已經生起的善要讓它不斷的增長，就好像佛教會每個星期一次的共修是非常好的，和師兄師姐念佛也好，打坐也好，都是創造因緣增長對三寶的信心，不讓小小的信心枯死。

第四個就是「未生的善」要讓它生起，比如說沒有正念，就要培養正念，沒有正知，就要培育正知。龍樹菩薩說這是鑽木取火，這是要我們一鼓作氣的讓善心生起，就像煮開水一樣，不能煮一下，停一下的。

我們在佛教會，不論是共修還是辦活動，甚至打掃清潔，又或者是親近三寶，聽師父說法都要在過程中生起善心，已經生起就繼續灌溉增長，還未生的善就讓它鑽木取火的生起。

這四個譬喻非常好，可以保護我們的善心，大家要記起來：

（1）已生惡如除毒蛇

(2) 未生惡預防水流

(3) 已生善灌溉甘果

(4) 未生善鑽木取火

貳、業力不是一切，解脫可以實現

一、一切業皆可轉嗎？

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 69（CBETA, T27, no. 1545, pp. 359b20–360c16）：

問：「中有」²²可轉、不可轉耶？

（一）譬喻者的看法

譬喻者說：「『中有』可轉，以一切業皆可轉故。」

彼說「所造五無間業」²³，尚可移轉，況『中有』業？若無間業不可轉者，應無有能出過有頂；有頂善業最為勝故。既許有能過有頂者，故無間業亦可移轉。」²⁴

²² （1）《阿毘達磨發智論》卷 19（大正 26，1024a3–7）：

如說**四有**，謂本有、死有、中有、生有。

云何**本有**？答：除生分、死分，諸蘊中間諸有。

云何**死有**？答：死分諸蘊。

云何**中有**？答：除死分、生分，諸蘊中間諸有。

云何**生有**？答：生分諸蘊。

（2）詳參《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 192（大正 27，959a13–b2）。

²³ 印順法師，《成佛之道》（增注本）（p.101）：

無間地獄壽長一中劫。

²⁴ （1）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 114〈4 業蘊·1 惡行納息〉

（大正 27，593b9-22）：

問：諸順現法受業定於現法受耶？順生順後，為問亦爾。

譬喻者說：此不決定，以一切業皆可轉故，乃至無間業亦可令轉。

問：若爾，云何說名順現法受業等耶？

彼作是說：諸順現法受業不定，於現法中受異熟果，若受者定於現法非餘，故名順現法受業。順生順後，所說亦爾。彼說一切業皆可轉，乃至無間業亦可轉。若無間業不可轉者，應無有能越第一有。然有能越第一有者，是故無間業亦應可轉。

阿毘達磨諸論師言：諸順現法受業決定，於現法中受異熟果，故名順現法受業。順生順後，所說亦爾。是故若問何故名順現法受業，乃至順後次受業，應以此答。

- （2）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 152〈6 根蘊·4 等心納息〉（大正 27，773c29-774a3）：

譬喻者說：此有退轉，以一切業皆可轉故，乃至無間業若遇勝緣亦有轉義。若無間業不可轉者，應無有能越第一有。

- （3）《阿毘達磨順正理論》卷 40〈4 辯業品〉（大正 29，570c28-571a10）：

又譬喻者說一切業，乃至無間皆悉可轉，若無間業不可轉者，應無有能越第一有。今觀彼說有如是意，若謂諸業中少有不可轉，則有頂業定為其先，以諸業中第一有業，是極微細諸生死本，力能攝受廣大異熟，無始生死流轉有情，曾無有能越於彼者。若有能轉如是類業，則無間業寧不可轉？此亦但是虛妄僻執，以無間業異熟分位二俱決定，有頂不然，故所引例無能證力。若有頂業皆不可轉，起彼定者應定招生，是則無容起彼定已，證無學果及般涅槃。若一切業皆可轉者，世尊不應說有定業。

（二）阿毘達磨論師的看法

阿毘達磨諸論師言：「『中有』於界、於趣、於處，皆不可轉，感『中有』業，極猛利故。」

1、中有於「界」不可轉

問：

若「中有」於界不可轉者，無聞苾芻事，當云何通？

「有族姓子，於佛法中適出家已，不學多聞。即便居在阿練若處，堅持禁戒，心樂寂靜，乘宿因力，修世俗定。

若起世俗初靜慮時，便謂得預流果，乃至若起世俗第四靜慮時，便謂得阿羅漢果。彼一生中，起增上慢，未得謂得、未獲謂獲、未解謂解（*觸）、未證謂證，不求勝進。

彼命終時，第四靜慮「中有」現前，便作是念「一切結縛我已永斷，應般涅槃更無生處，何緣有此『中有』現前？」遂起邪見撥無解脫：「若有解脫，我應得之。」

由謗涅槃邪見力故，第四靜慮「中有」便滅，無間地獄「中有」現前，命終後生無間地獄。」

是則「中有」，於界可轉，寧說於界，不可轉耶？

答：

住「本有」時，有此移轉，非「中有」位，故不相違。

謂彼將死，由業勢力，第四靜慮「生相」現前。彼既見已，便作是念「一切結縛，我已永斷，應般涅槃，更無生處，何緣有此『生相』現前？」遂起邪見撥無解脫：「若有解脫，我應得之。」

由謗涅槃邪見力故，第四靜慮「生相」便滅，無間地獄「生相」現前，命終後生無間地獄。

住「本有」位，有此移轉，非「中有」位，故不違理。²⁵

²⁵ (1) 《大智度論》卷17〈1 序品〉（大正25，189a10-29）：
外道如此，佛弟子中亦有。一比丘得四禪，生增上慢謂得四道。得初禪時，謂是須陀洹；第二禪時，謂是斯陀含；第三禪時，謂是阿那含；第四禪時，謂得阿羅漢。

2、中有於「趣」不可轉

問：

若「中有」於趣不可轉者，善惡行者事，當云何通？

室羅筏國昔有二人，一恒修善，一常作惡。

修善行者，於一身中，恒修善行，未嘗作惡。

作惡行者，於一身中，常作惡行，未嘗修善。

恃是而止，不復求進。命欲盡時，見有四禪中陰相來，便生邪見，謂：「無涅槃，佛為欺我。」惡邪生故，失四禪中陰，便見阿鼻泥犁中陰相，命終即生阿鼻地獄。

諸比丘問佛：「某甲比丘阿蘭若，命終生何處？」

佛言：「是人生阿鼻泥犁中！」

諸比丘皆大驚怪：「此人坐禪、持戒，所由爾耶？」

佛言：「此人增上慢，得四禪時，謂得四道故。臨命終時，見四禪中陰相，便生邪見，謂無涅槃；我是阿羅漢，今還復生，佛為虛誑。是時即見阿鼻泥犁中陰相，命終即生阿鼻地獄中。」

是時，佛說偈言：「多聞持戒禪，未得無漏法；雖有此功德，此事不可信！」

是比丘受是惡道苦。

是故知取亂相，能生瞋等煩惱；取定相，能生著。

- (2) 案：類似此典故的情節記錄，還有〔後魏〕吉迦夜共曇曜譯《付法藏因緣傳》卷 4（大正 50，312c27-313a16），分別為兩個故事，都是比丘存有這種以四禪為四果的妄執，然卻都被憂波鞠多尊者所度化，最後證得羅漢道。

修善行者，臨命終時，順後次受惡業力故，歟有地獄「中有」現前，便作是念：「我一身中，恒修善行，未嘗作惡，應生天趣，何緣有此『中有』現前？」遂起念言：「我定應有順後次受惡業今熟，故此地獄『中有』現前。」

即自憶念一身已來，所修善業，深生歡喜。

由「勝善思」現在前故，地獄「中有」即便隱歿，天趣「中有」歟爾現前，從此命終生於天上。

作惡行者，臨命終時，順後次受善業力故，歟有天趣「中有」現前，便作是念：「我一身中，常作惡行，未嘗修善，應生地獄，何緣有此『中有』現前？」遂起邪見撥無善惡及異熟果。「若有善惡異熟果者，我不應然。」

由謗因果邪見力故，天趣「中有」尋即隱歿，地獄「中有」歟爾現前，從此命終生於地獄。

是則「中有」於趣可轉，寧說「中有」不可轉耶？

答：

彼「本有」時有此移轉，非「中有」位，故不相違。

謂諸有情臨命終位，有愛、非愛「生相」現前。

如〈契經〉²⁶說：「**修善行者**，臨命終時，見妙堂閣、園林、池沼、伎樂、香花，處處陳列寶飾輿等似欲相迎。**作惡行者**，臨命終時，見嶮溝壑、猛火煙焰、刀山劍樹、毒刺稠林、狐狼、野干、貓狸、塚

²⁶ (1) 《雜阿含 1244 經》卷 47 (大正 2, 341a7-24)：

爾時，世尊告諸比丘：「有燒燃法、不燒燃法。諦聽，善思，當為汝說。

云何**燒燃法**？若男、若女犯戒行惡不善法，身惡行成就，口、意惡行成就，若彼後時疾病困苦，沈頓床褥，受諸苦毒；當於爾時，先所行惡悉皆憶念。**譬如大山，日西影覆**。如是眾生先所行惡，身、口、意業諸不善法，臨終悉現，心乃追悔：『咄哉！咄哉！先不修善，但行眾惡，當墮惡趣，受諸苦毒。』憶念是已，心生燒燃，心生變悔；心生悔已，不得善心，命終後世，亦不善心相續生，是名燒燃法。

云何**不燒燃**？若男子、女人受持淨戒，修真實法，身善業成就，口、意善業成就，臨壽終時，身遭苦患，沈頓床褥，眾苦觸身；彼心憶念先修善法，身善行，口、意善行成就，當於爾時，攀緣善法：『我作如是身、口、意善，不為眾惡，當生善趣，不墮惡趣。』心不變悔，不變悔故，善心命終，後世續善，是名不燒燃法。』

(2) 另參見《中阿含 99 苦陰經》〈因品〉(大正 1, 585b-c)。

墓，穢惡眾具似欲相迎。」²⁷

修善行者，臨命終位，順後次受惡業力故，有地獄趣「生相」現前，彼既見已便作是念：「我一身中，恒修善行，未嘗作惡，應生天趣，何緣有此『生相』現前？」遂起念言：「我定應有順後次受惡業今熟，故此地獄『生相』現前。」

即自憶念一身已來，所修善業，深生歡喜。

由「勝善思」現在前故，地獄「生相」即便隱歿，天趣「生相」歟爾現前，從此命終生於天上。

作惡行者，臨命終時，順後次受善業力故，歟有天趣「生相」現前。彼既見已便作是念：「我一身中，常作惡行，未嘗修善，應生地獄，何緣有此『生相』現前？」遂起邪見撥無善惡及異熟果。「若有善惡異熟果者，我不應然。」²⁸

²⁷ 《大智度論》卷24〈1 序品〉（大正25，238b11-15）：

人命終時，是業來蔭覆其心，如大山映物。是業能與種種身，如工畫師作種種像。若人以正行業，則與好報；若以邪行業，則與惡報。如人事王，隨事得報。如是等分別諸業相果報。

²⁸ （1）《大智度論》卷24〈1 序品〉（大正25，238b15-c1）：

復次，如《分別業經》中，佛告阿難：「行惡人好處生，行善人惡處生。」

阿難言：「是事云何？」

佛言：「惡人今世罪業未熟，宿世善業已熟，以是因緣故，今雖為惡而生好處。或臨死時，善心心數法生，是因緣故，亦生好處。行善人生惡處者，今世善未熟，過世惡已熟，以是因緣故，今雖為善而生惡處。或臨死時，不善心心數法生，是因緣故，亦生惡處。」

問曰：熟、不熟義可爾；臨死時少許時心，云何能勝終身行力？

答曰：是心雖時頃少，而心力猛利，如火、如毒，雖少能成大事。是垂死時心，決定猛健故，勝百歲行力；是後心名為大心，以捨身及諸根事急故。如人入陣，不惜身命，名為健。如阿羅漢捨身著故，得阿羅漢道。

如是等種種罪福業報、轉報，亦應如是知。

- (2) 《十住毘婆沙論》卷11〈23 四十不共法中善知不定品〉（大正26，79a10-17）：

如佛《分別業經》中說：「佛告阿難：『有人身行善業、口行善業、意行善業，是人命終而墮地獄；有人身行惡業、口行惡業、意行惡業，是人命終而生天上。』阿難白佛言：『何故如是？』佛言：『是人或先世罪福因緣已熟，今世罪福因緣未熟；或臨命終生正見、邪見，善、惡心，垂終之心，其力大故。』」

- (3) 《中阿含經》卷44（171經）《分別大業經》（大正1，708b13-c4）：

阿難！若有一不離殺、不與取、邪淫、妄言乃至邪見，此不離、不護已，身壞命終，生善處天中者。

彼若本作不善業，作已成者，因不離、不護故，彼於現法中受報訖而生於彼，或復因後報故，彼不以此因、不以此緣，身壞命終，生善處天中。

由謗因果邪見力故，天趣「生相」便即隱歿，地獄「生相」歎爾現前，從此命終生於地獄。²⁹

或復**本作善業**，作已成者，因離、護故，未盡應受善處報，彼因此緣此故，**身壞命終，生善處天中**。

或復**死時生善心**，心所有法正見相應，彼因此、緣此，**身壞命終，生善處天中**。

阿難！如來知彼人為如是也。

阿難！若有一離殺、不與取、邪淫、妄言乃至邪見，此離、護已，**身壞命終，生惡處地獄中者**。

彼若**本作善業**，作已成者，因離、護故，彼於現法中受報訖而生於彼，或復因後報故，彼不以此因、不以此緣，**身壞命終，生惡處地獄中**。

或復**本作不善業**，作已成者，因不離、不護故，未盡應受地獄報，彼因此緣此，**身壞命終，生惡處地獄中**。

或復**死時生不善心**，心所有法邪見相應，彼因此緣此，**身壞命終，生惡處地獄中**。

阿難！如來知彼人為如是也。

(4) 參見《中部 136 經》。

- ²⁹ (1) 《瑜伽師地論》卷 1〈1 本地分〉（大正 30，281c3-23）：
又行善不善補特伽羅，將命終時，或自然憶先所習善及與不善，或他令憶。彼於爾時，於多曾習力最強者，其心偏記，餘悉皆忘。若俱平等曾串習者，彼於爾時，隨初自憶，或他令憶，唯此不捨，不起餘心。
彼於爾時，由二種因增上力故，而便命終，謂樂著戲論因增上力，及淨不淨業因增上力。
受盡先業所引果已，若行不善業者，當於爾時，受先所作諸不善業所得不愛果之前相，猶如夢中見無量種變怪色相。依此相故，薄伽梵說：「若有先作惡不善業及增

彼「本有」位，有此移轉，非「中有」位，故不違理。

3、中有於「處」不可轉

問：

若「中有」於處不可轉者，彼影堅王事，當云何通？

「摩揭陀國昔有大王，名曰影堅³⁰，恒樂修集睹史多

長已，彼於爾時，如日後分，或山山峯影等懸覆、遍覆、極覆。」當知如是補特伽羅從明趣闇。

若先受盡不善業果而修善者，與上相違。當知如是補特伽羅從闇趣明。

此中差別者，將命終時，猶如夢中見無量種非變怪色可意相生。若作上品不善業者，彼由見斯變怪相故，流汗毛豎，手足紛亂，遂失便穢，捫摸虛空，翻睛咀沫。彼於爾時，有如是等變怪相生。若造中品不善業者，彼於爾時，變怪之相或有或無，設有不具。

(2) 另參見《瑜伽論記》卷1（大正42，321b22-29）。

³⁰ (1) 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷41（大正27，212c11-12）：
摩*揭陀國影堅王。〔*揭=竭【明】。〕

(2) 〔唐〕遇榮集《仁王經疏法衡鈔》卷2（卍新續藏26，450a3-5）：

【疏】頻毗娑羅王者，西域記云：此云影堅王也。舊云：頻婆娑羅王、瓶沙王，皆訛也。徧*戶者編次也。取眾多相隣次義也。罹（呂支切心憂也）。〔*徧疑編。〕

天³¹勝妙善業，命終乘彼『中有』之身，往彼天處，至妙高山脅多聞王宮邊，正遇為王造諸飲食，其色鮮潔香氣美妙，見已起愛作是念言：『願且生此受斯飲食，然後乃趣睹史多天。』作是念時，彼天『中有』尋即隱歿，多聞天子『中有』現前，因此便生多聞天處。」

是則「中有」於處可轉，寧說「中有」不可轉耶？

答：

彼「本有」時，有此移轉，非「中有」位，故不相違。

謂影堅王，為假名子未生怨王³²，閉在囹圄，斷諸飲

³¹ 《一切經音義》卷 17（大正 54，410a4）：

兜術天（此梵語，訛略也。正梵音，云覲史多天。唐云知足天，此天王多是一生補處菩薩也）。

³² （1）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 66（大正 27，341b10）：

摩揭陀主吠提呬子未生怨王。

（2）〔後晉〕可洪撰《新集藏經音義隨函錄》卷 19（高麗藏 35，237a14-b2）：

吠提呬（上扶廢反，下許至反。吠提呬是母，子是阿闍王。舊論云：毗提希子。法華經云：韋提希。子阿闍世王是也。梵言楚夏耳上正作吠也）。

食，削足下皮，飢渴所逼，受諸苦惱。

爾時，佛在鷲峰山中，憐愍彼故，身放慈光，從窗牖入照觸王身，令王少時身心安隱。（*王）便作是念：「世尊大慈，寧不垂愍，救我苦厄？」

爾時，世尊知王心念，便告尊者大目犍連，汝可速詣影堅王所，如我辭曰：「大王！當知！我於大王，所應作者，皆已作訖。謂已永拔諸惡趣苦，人中少時定受惡業，佛尚不免，況王小聖而得免耶？宜自安心，勿甚憂惱。」

爾時，尊者大目犍連，承佛語已，即入勝定，起神境通鷲峰山沒，於王宮出，如處泉池，出沒自在，欬然踊（*涌）現影堅王前，告彼王曰：「大王！當知！如來大慈所言無二，深見因果能善記別，故遣我來慰問於汝，令告汝曰：『大王！當知！我於大王，所應作者，皆已作訖，謂已永拔諸惡趣苦。人中少時定受惡業，佛尚不免，況王小聖而得免耶？宜自安心，勿甚憂惱。』」

爾時，尊者大目犍連，因復為王說種種法，時王飢渴

所逼惱故，於所說義不能領解，白目連曰：「諸天食中，何天段食最為美妙？宜為我說我願欲聞。」

時，大目犍連次第讚說六欲天中美妙飲食，王初聞說四天王處**多聞王宮**美妙飲食，便即捨命生彼天宮，與多聞王而作太子，王為立號名**最勝尊**。尋從彼天來詣佛所，到已頂禮世尊雙足，歡喜踊躍數自稱名：「我**最勝尊**，願佛垂念。」

彼住「本有」臨命終時，**睹史多天**「生相」先現，愛**多聞室**³³美妙食時，**睹史多天**「生相」便歿，**多聞天子**「生相」現前。從此命終受彼「中有」，乘斯「中有」而生彼天。³⁴

既「本有」時，有此移轉，非「中有」位，故不相違。

³³ 〔宋〕知禮述《觀音玄義記》卷3（大正34，910a24）：天地此界多聞室（即北方多聞天王之室也）。

³⁴ 另參〔明〕弘贊輯《四分律名義標釋》卷4（己新續藏44，434c15-435a17）。

二、培養順解脫分的善根

(一) 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 7 (CBETA, T27, no. 1545, pp. 34c27–35b8)：

1、三種善根

善根有三種：一、順福分，二、順解脫分，三、順決擇分。

順福分善根者，謂種生人、生天種子。……

順解脫分善根者，謂種決定解脫種子，因此決定得般涅槃。

順決擇分善根者，謂煖、頂、忍、世第一法。³⁵

2、順解脫分善根之諸門分別

此中，應廣分別順解脫分善根。……

³⁵ 《阿毘達磨俱舍論》卷 18〈4 分別業品〉(大正 29, 98a12–18)：

論曰：言「順福分」者，謂感世間可愛果善。

「順解脫分」者，謂定能感涅槃果善，此善生已，令彼有情名為身中有涅槃法，若有聞說生死有過、諸法無我、涅槃有德，身毛為豎，悲泣墮淚，當知彼已殖順解脫分善，如見得雨，場有芽生，知其穴中，先有種子。

「順決擇分」者，謂近能感聖道果善，即煖等四。

答：以身、語、意業為自性，然意業增上。……

答：在意地，非五識身。……

答：唯加行得。……

答：聞、思所成，非修所成。……唯欲界繫故。

答：於欲界起，非色、無色界；欲界中人趣起，非餘趣；人趣中三洲起，非北俱盧。³⁶……

³⁶ (1) 《長阿含 30 世記經》卷 20〈8 忉利天品〉（大正 1，135c5-25）：

閻浮提有三事勝鬱單曰（北俱盧洲）。何等為三？

一者**勇猛強記**，能造業行。二者**勇猛強記**，**能修梵行**。

三者**勇猛強記**，**佛出其土**。

以此三事勝鬱單曰。……閻浮提人以此三事勝四天王。……閻浮提人亦以上三事勝忉利天、焰摩天、兜率天、化自在天、他化自在天。

(2) 《三藏法數》卷 7（卅新續藏 22，212b14-c6）：

【閻浮提人三事勝餘三洲】（出長阿含經）

梵語閻浮提，華言勝金洲，即南洲也。

三洲者，東弗于逮，西瞿耶尼，北鬱單越也。

一、**勇猛強記**。謂南洲之人，於諸教法勇猛讀誦，記聞廣博，心不忘失。其餘三洲，則不能然，所以勝之也。

二、**勤修梵行**。謂南洲之人，於諸清淨梵行，則能精勤修習，期證道果。其餘三洲，則不能然，所以勝之也。

三、**佛出其土**。謂南洲乃是中華文物之國，一切聖賢，皆出其中，其人易化，所以佛之降生，必在斯土。

答：佛出世時，要有佛法方能種故。……

答：亦依男身，亦依女身。

其餘三洲，則不示現，所以勝之也。

- (3) 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 12（大正 27，60b26-27）：
復有說者：…「人趣」能受善戒、惡戒，修勝品善，**勇猛強記智力深遠**。

- (4) 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 172（大正 27，867c6-25）：
云何人趣？答：人一類伴侶眾同分，乃至廣說。……
有說：「能寂靜意故名人，以五趣中能寂靜意無如人者，
故契經說：『**人有三事勝於諸天：一、勇猛。二、憶念。三、梵行。**』
勇猛者，謂不見當果而能修諸苦行。
憶念者，謂能憶念久時，所作所說等事，分明了。
梵行者，謂能初種順解脫分、順決擇分等殊勝善根，及能受持別解脫戒。」

由此因緣故名人趣。

- (5) 《三藏法數》卷 7（卍新續藏 22，212b5-13）：
【三事人勝諸天】（出大毘婆沙論）
一、能**勇猛**。諸天耽嗜欲樂，不復進修。是人雖不見當來之果，而能修諸苦行，精進不怠。是能勇猛勝諸天也。
二、能**憶念**。諸天耽嗜欲樂，慧性常昏。是人能憶記曩久所作所說之事，了了分明，悉無忘失。是能憶念勝諸天也。
三、能**梵行**，梵者淨也。諸天耽嗜欲樂，不復增修善業。是人初發心時，能種殊勝善根，愛持戒律，行業清淨。是能梵行勝諸天也。

3、種解脫分善根的因緣

問：為因何事，種此善根？

答：或因施、或因戒、或因聞而不決定。所以者何？意樂異故。

（1）謂或有人因施一搏食，或乃至一淨齒木，即能種殖解脫種子〔意樂〕。如戰達羅³⁷等，彼隨所施皆作是言：「願我因斯定得解脫。」

或有雖設無遮大會，而不能種解脫種子，如無暴惡等，彼隨所施皆求世間富貴名稱，不求解脫。

³⁷ 此「戰達羅」，不曉得跟下述資料是否相合，待考。

楊銜之著，周祖謨校釋《洛陽伽藍記校釋》卷 5（卍新續藏 12，246a6-12）：

玄奘記云：「呾叉始羅國大都城北十二三里有窣堵波，無憂王之所建也。或至齋日，時放光明。神花天樂，頗有見聞。斯勝地也，是如來在昔修菩薩行，為大國王，號戰達羅鉢刺婆（唐言月光 Candra-prabha），志求菩提，斷頭惠施。」〔《大唐西域記》卷 3（大正 51，884c15-23）〕案其事見菩薩本緣經卷中。經云：「我昔曾聞迦尸國過去有王，名曰月光，好施無慳。時有一老婆羅門，請王以頭見施，王即許之。婆羅門持一利刀，捉王頭髮，繫之樹上，欲斬王頭，刀誤不及，斫斷樹枝。時婆羅門謂[已>已]斫竟，即生歡喜。以菩薩及諸天神威德力故，乃至不見其王身首。王亦還宮，身安無損。菩薩摩訶薩行檀波羅蜜時，能作如是，無所不捨。」又宋法賢譯有佛說月光菩薩經（大正新藏 166），所記尤詳。

（2）或有受持一晝一夜八分齋戒，即能種殖解脫種子。

或有受持盡眾同分別解脫戒，而不能種解脫種子。

（3）或有讀誦四句伽他，即能種殖解脫種子。

或有善通三藏文義，而不能種解脫種子。

4、種解脫分善根的決定性條件

問：誰決定能種此順解脫分善根？

答：若有增上意樂³⁸欣求涅槃，厭背生死者，隨起少分施、戒、聞善，即能決定種此善根。

若無增上意樂欣求涅槃，厭背生死者，雖起多分施、戒、聞善，而亦不能種此善根。

³⁸（1）《瑜伽師地論略纂》卷12（大正43，158a20-21）：
意樂者，以信、欲、勝解為體。此意樂增上故，名增上意樂品。

〔案：強有力的意向〕

（2）《成唯識論》卷6（大正31，29b28-29）：

忍謂**勝解**，此即信因。樂欲謂**欲**，即是信果。

(二) 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 176 (CBETA, T27, no. 1545, pp. 885a21–886a19)：

1、順流與逆流的區別

問：齊何名順流、逆流者？〔順生死流、逆生死流〕

(答)：……如是說者：「若未種順解脫分善根名順流者，已種順解脫分善根名逆流者。」所以者何？

(1) 未種順解脫分善根名順流者的原因

A、布施

無量有情雖能惠施沙門、婆羅門、貧窮、孤獨、遠行、疲極及苦行者種種飲食、衣服、臥具、醫藥、房舍、燈明、香花及諸珍寶種種所須，又設無遮祠祀大會，如吠羅摩³⁹、不剛強等。

彼由不種順解脫分善根故，於生死長夜受彼果已，還生餓鬼中受飢渴苦，經百千歲，乃至不聞飲食之名；或生人中，貧窮下賤，多諸苦惱。

³⁹ 吠羅摩，參《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 130 (大正 27, 678a22–25)。在《中阿含 155 須達多經》卷 39 〈1 梵志品〉 (大正 1, 677b9–11) 則譯為：隨藍～Velāma。

B、持戒、多聞、讀誦等

或復見有無量有情護持禁戒，學習多聞，受持讀誦素怛纁、毘奈耶、阿毘達磨，通達文義，分別解說，又能傍通世俗諸論，所謂記論、因論、王論、諸醫方論、工巧論等⁴⁰，或復兼善外道諸論，所謂勝論、數論、明論、順世間論、離繫論等。

彼由不種順解脫分善根故，於生死長夜受彼果已，還生傍生趣中，作諸牛、羊、駝、驢身等，愚癡、盲瞶，乃至不能言；或生人中，盲聾、喑啞，闇鈍、無智。

C、修定

或復見有無量有情修習諸定，或離欲染，或離色染，或離無色一分染，住八等至，起四無量，引發五通。

彼由不種順解脫分善根故，於生死長夜受彼果已，還

⁴⁰ (1) 記論，類似五明的「聲明」。
 (2) 因論，類似五明的「因明」。
 (3) 王論，類似五明的「內明」。
 (4) 醫方論，類似五明的「醫方明」。
 (5) 工巧論，類似五明的「工巧明」。

生地獄受諸劇苦；或傍生趣作大蟒身，吐毒熾然，崩巖裂石；或生人中作旃荼羅〔賤民/劊子手〕、補羯娑〔不信因果/樂作惡〕等，造穢惡業。

D、結成

諸如是等，雖暫受福，還退墮故皆名順流。

(2) 已種順解脫分善根名逆流者的原因

若諸有情或但惠施一搏之食，或唯受持一日夜戒，或乃至誦四句伽他，或須臾間修定加行而能種殖順解脫分善根。

由此後時，雖因煩惱造作種種身語意惡行，或作無間業，或復斷滅一切善根，乃至身中無有少許白法種子，墮無間獄受種種苦，而得名為住涅槃岸，以彼必得般涅槃故。

A、舉魚餌喻

此中有喻，如釣魚人以食為餌，置於鉤上，著深水中。有魚吞之，彼魚爾時雖復遊戲，或入穴中，當知已名在彼人手，不久定當至岸上故。

由此故說：「寧作提婆達多（Devadatta）墮無間獄，

不作唵達洛迦遏邏摩子（Udrakarāma-putra）生非想非非想天。」⁴¹所以者何？

◎提婆達多，雖造三無間業，斷諸善根，墮無間獄，而於人壽四萬歲時當得獨覺菩提，利根勝舍利子等。⁴²

◎唵達洛迦遏邏摩子，雖離八地染，住八等至，極奢摩他，垂越三有，近甘露門，生非想非非想處，經八萬大劫受寂靜樂，從彼命終，由惡業力，生彼阿練若苦行林中作著翅飛狸捕食禽獸，水、陸、空行無得免者，由此惡行，命終當墮無間地獄，具受種種難忍處苦，佛不記彼得解脫時。⁴³

⁴¹ 參《中阿含 114 優陀羅經》卷 28（大正 1，603a-b）。

⁴² 《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 6（大正 27，30b23-25）：

提婆達多，已修得煖，不久得頂，著名利故，還退失煖，復斷善根。

⁴³ （1）《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 61（大正 27，314c14-315a19）：

昔有仙人名猛喜子，食時常受勝軍王請，每至食時乘神通力如雁王飛至王宮上，王自承接，抱置金床，燒香散花恭敬禮拜以妙飲食而供養之。仙人食訖，除器澡漱，咒願王已，飛空而去；王於後時以國事故欲詣餘處作是念言：「我行去後，誰當如我承事仙人，脫不如法，仙人性躁，或咒咀我令失王位，或斷我命，或害國人。」

便問少女：「我行去後汝能如我事仙人耶？」女答言：「能。」王遂慇懃約敕少女，令如常法供養仙人，然後乃行營理國事。

仙人後日臨至食時，飛空而來至王宮所，王女承抱置金床上；仙人離染力微劣故，觸細軟觸退失神通；如常受供食訖澡漱及咒願已，欲乘空去而不能飛；入王苑中欲修舊道，聞象馬等種種喧聲，雖極作意而不能得。時彼仙人知室羅筏城中士女恒作是念：「若大仙人履地行者，我等當得接足供養。」彼仙爾時便起矯慧，語王女曰：「汝告城中，今日仙人履地而出，諸所欲作皆應作之。」於是王女即便依教；諸人聞已，除去城中瓦礫、糞穢，掃灑清淨，嚴列幢幡，燒香散花，作諸音樂，莊飾嚴麗，猶如天城。

是時，仙人步行而出，去城不遠入林樹間，欲修舊道，聞諸鳥聲，其心驚亂而不能得；便捨此去，詣於河邊，復聞水中龍魚騰躍，心既喧擾而不能修，遂即登山作如是念：「我退善品都由有情，設我曾修戒禁苦行，當感有翅貓狸之形，水陸空行無脫我者。」發惡願已，毒心稍息，須臾復能離八地染，後生非想非非想處，有頂寂止甘露門田，八萬劫中受閑靜樂，業壽盡已，還生此間苦法林中，作貓狸獸身及兩翅各廣五十踰繕那量，以此大身害有情類，空行水陸無得免者，從此命終墮無間獄，受諸劇苦難有出期。

(2) 《大智度論》卷17〈1 序品〉（大正25，188c27-189a10）：

復次，菩薩觀一切法，若亂、若定，皆是不二相。餘人除亂求定。何以故？以亂法中起瞋想，於定法中生著想。如鬱陀羅伽仙人得五通，日日飛到國王宮中食。王大夫夫人如其國法，捉足而禮。夫人手觸，即失神通。從王求車，乘駕而出，還其本處。入林樹間，更求五通，一心

由此故說「雖住苦行林中而名順流者，雖處五欲境界而名逆流者。」

B、舉金瓦二器喻

此中有喻。如人齎二器行，一、金，二、瓦。腳跌而倒，二器俱破。其人爾時不惜金器而惜瓦器，以是嗟恨。人問其故，彼具答之。

人復詰言：「金器破壞汝能不惜，何乃傷惜一瓦器耶？」

彼復答言：「汝誠愚癡！所以者何？金器破已，雖失器形不失器體，還付金師可令如本，或勝於本。瓦器破已，形體俱失，雖付陶師，乃至不堪復作燈盛，況本器乎！是故我今不歎金器而惜瓦器。」

◎如是天授⁴⁴已種順解脫分善根故，雖造眾惡，生地

專至；垂當得時，有鳥在樹上急鳴，以亂其意。捨樹至水邊求定，復聞魚鬪動水之聲。此人求禪不得，即生瞋恚：「我當盡殺魚、鳥！」此人久後思惟得定，生非有想非無想處；於彼壽盡，下生作飛狸，殺諸魚、鳥，作無量罪，墮三惡道。

是為禪定中著心因緣。

⁴⁴ 天授即是提婆達多，他曾得順決擇分善根的煖善根，後因著名

獄中，而當成獨覺勝舍利子等，如彼金器破已還成。

◎**猛喜子**⁴⁵不種順解脫分善根故，雖離八地染生有頂天，而終墮惡趣，未期解脫，如彼瓦器破已不收。

(3) 小結

是故未種順解脫分善根者名為順流，已種順解脫分善根者名為逆流。

2、辨別已種與未種解脫分善根的相狀

問：順解脫分善根在有情身其相微細，已種、未種云何可知？

答：以相故知。彼有何相？

謂若聞善友說正法時，身毛為豎，悲泣流淚，厭離生死，欣樂涅槃，於法、法師深生愛敬，當知決定已種順解脫分善根；若不能如是，當知未種。

此中有喻，如人於田畦〔田園〕中下種子已，經久生疑：「我此畦中，曾下種不？」躊躇未決。

利而退失之，意即退至順解脫分善根階位。

⁴⁵ 猛喜子，即是嚧達洛迦遏邏摩子。

傍人語言：「何足猶豫？汝今但可以水灌漬，以冀覆之。彼若生芽，則知已種，不然則不。」彼如其言便得決定。

如是，行者自疑：「身中曾種解脫種子已不？」時彼善友而語之言：「汝今可往至說法所，若聽法時身毛為豎，悲泣流淚，乃至於法、法師生愛敬者，當知已種解脫種子；不然則不。」

故由此相，可得了知。

（三）惠敏法師，〈佛教修行體系之身心觀〉：

對於凡夫的修行位次，《大毘婆沙論》、《俱舍論》等論書都提到「順福分」（*puṇya-bhāgīya*）、「順解脫分」（*mokṣa-bhāgīya*）和「順決擇分」（*nirvedha-bhāgīya*）三善根。

「順福分」是以布施、持戒、修四無量心等福業，感世間可愛果（生人生天）之世俗生活條件的改善。

「順解脫分」則是「種決定解脫種子，因此決定得般涅槃」，也就是「欣求涅槃、厭背生死」之「增上意

樂」。

「順決擇分」又可分為煖、頂、忍、世第一法四種，是指見道以前，觀四諦及修十六行相，以達無漏聖位之四個修行階位。……

已種「順解脫分」善根者的「身毛為豎」現象，可能是因為對善法、善人的「愛敬」、或對惡法（犯戒墮落）的「怖畏」而「悲泣流淚」，也可能是因為對善法、善人的「歡喜踊悅」所伴隨身心反應。

例如：在《大乘集菩薩學論》卷 7 中，引用《集諸法方廣經》的說法，對因為聽聞佛法後而產生「身毛為豎」的現象，可能歸因於「向善、離惡」的認知的形成，而引發「愛敬」、「歡喜」與「悲泣」等情緒。⁴⁶

⁴⁶（1）《瑜伽師地論》卷 21（大正 30，401a18-22）：

復有所餘已得趣入補特伽羅已趣入相，謂暫聞佛或法或僧勝功德已，便得隨念清淨信心，引發廣大出離善法，數數緣念融練淨心，身遂毛豎、悲泣兩淚。

（2）《瑜伽師地論》卷 83（大正 30，760b10-16）：

於一切事現正隨從，故名信順。若即於彼補特伽羅處所而起，故名為信。聞彼功德及與威力殊勝慧已，即於彼法處所而起隨順理門，故名淨信。即由如是增上力故，身毛為豎，悲泣墮淚，如是等事是淨信相。聞彼功德、

此種「愛敬」、「怖畏」、「歡喜」與「悲泣」等情緒與「向善、離惡」的認知的形成的關係，似乎可用「斯辛二氏情緒論」（Schachter-Singer theory of emotion；斯開特與辛格；1962）來解釋這些情緒的形成。

斯辛二氏主張：「情緒經驗實乃起於個體對兩方面訊息的認知：一方面是對刺激情境性質（可笑的還是可怕的）的認知，另方面是對自己身體生理變化的認知（自己覺得如何）」；又因為他們的情緒理論重視當事人自己的認知解釋，故而又稱「情緒歸因論」（attribution theory of emotion），或「認知標記理論」（cognitive labeling theory）。

如此，我們可以了解為何這些認知與情緒經驗可以導致「增上意樂」（強有力的意向）的「順解脫分」善根之產生。

此種對解脫有強有力的意向，將引發「逆流」（逆

威力等已，於行住等諸威儀中，恒常信彼實有功德，故名信述。

生死流)的決心，所以《大毘婆沙論》卷 176 在問答種植「順解脫分」善根判斷線索之前，有以「魚吞餌鉤」的事例，譬喻種植「順解脫分」善根的人，猶如魚雖然還在水裡，但可以說已經在魚夫手中了，因為不久就將被釣到岸上。

此外，《大毘婆沙論》卷 176 也用金器和瓦器的來說明有無「順解脫分」善根的區別。譬如有人帶著金器和瓦器外出，不小心跌倒，金器和瓦器都摔破了。人們對他所惋惜的是瓦器而不是金器，覺得奇怪。他回答說金器破了，失器形不失器體，還可以請金匠修復。但瓦器破了，是無法修補的，因此才會對瓦器覺得可惜。

或許我們也可藉此譬喻了解種植「順解脫分」善根者的身心轉化，其性質猶如從瓦器轉化成金器一般。

〔網絡資料：本文於 2005 年 12 月刊於《法鼓人文學報》第 2 期。台北：法鼓人文社會學院。〕⁴⁷

⁴⁷ 另參惠敏法師，《心與大腦的相對論》，pp.158-161；《當牛頓遇到佛陀》，pp.137-138。

【附錄】

一、《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 70 (CBETA, T27, no. 1545, p. 363a28–c10)：

世尊經⁴⁸中作如是說：「三事和合，得入母胎；父母俱有染心和合，母身調適、無病、是時，及健達縛正現在前。此健達縛，爾時二心展轉現前入母胎藏。」

此中：

- (1) 三事和合者，謂父及母、并健達縛三事和合。
- (2) 父母俱有染心和合者，謂父及母俱起姪貪而共合會。
- (3) 母身調適、無病、是時者，謂母起貪身心悅豫，名身調適。

持律者說：「由母起貪身心渾濁，如春夏水渾濁而流，不能自持名身渾濁。母腹清淨無風熱痰互增逼切故名無病。由此九月或十月中任持胎子令不損壞。」

⁴⁸ 《中阿含經》卷 37〈2 梵志品〉《151 阿攝和經》(CBETA, T01, no. 26, p. 666a10–12)：

以三事等合會受胎，父母合會，無滿堪耐，香陰已至。阿私羅！此事等會，入於母胎。

言是時者，謂諸母邑有穢惡事，月月恒有血水流出，此若過多由稀濕故不得成胎；此若太少由乾稠故亦不成胎；若此血水不少不多不乾不濕，方得成胎名為是時。

是中有者入胎時故，謂母血水於最後時餘有二滴，父精最後餘有一滴展轉和合，方得成胎。

- (4) 及健達縛正現在前者，謂即中有此處現在前，非於餘處非前非後。
- (5) 此健達縛爾時二心展轉現前入母胎藏者，謂健達縛將入胎時，於父於母，愛恚二心展轉現起方得入胎。

A、若男中有將入胎時，於母起愛，於父起恚，作如是念：『若彼丈夫離此處者，我當與此女人交會。』作是念已，顛倒想生，見彼丈夫遠離此處，尋自見與女人和合。

父母交會精血出時，便謂父精是自所有，見已生喜而便迷悶，以迷悶故中有羶重，既羶重已便入母胎，自見己身在母右脅向脊及蹲坐；爾時，中有諸蘊便滅，生有蘊生，名結生已。

B、若女中有將入胎時，於父起愛，於母起恚，作如是念：『若彼女人離此處者，我當與此丈夫

交會。』作是念已，顛倒想生，見彼女人，遠離此處，尋自見與丈夫和合。

父母交會精血出時，便謂母血是自所有，見已生喜而便迷悶，以迷悶故中有羸重，既羸重已便入母胎，自見已身在母左脅向腹蹲坐；爾時，中有諸蘊便滅，生有蘊生，名結生已。

諸有情類多起如是顛倒想已，而入母胎；唯除菩薩將入胎時，於父父想，於母母想，雖能正知，而於其母起親附親近依附愛，乘斯愛力便入母胎。餘隨所應，義如前說。

二、《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 60 (CBETA, T27, no. 1545, pp. 308c27–309a10)：

問：彼何故作此執？

答：彼依契經故作此執，謂契經說：「菩薩正知入母胎，正知住母胎，正知出母胎。」〔故彼言〕：「既有正知，入母胎者，正知即在不染污心故，不染污心亦令有相續。」為遮彼意，顯唯染污心能令有相續，故作斯論。

問：云何通彼所引契經？

答：依無倒想說正知言，謂諸有情多起倒想而入母胎。男入胎時於母起愛於父起恚，女入胎時於父起愛於

母起恚，謂彼與己有順違故。後有菩薩入母胎時心無顛倒，於父父想，於母母想，雖俱親愛而無異心，有親愛故心有染污，無倒想故名為正知，故彼契經不違我義。

三、《根本說一切有部毘奈耶雜事》卷 12 (CBETA,

T24, no. 1451, pp. 257c19–259a1)

復次難陀！有其四種入於母胎。云何為四？一者有情正念入、正念住、正念出，二者正念入、正念住、不正念出，三者正念入、不正念住、出，四者三皆不正念。

- 1、誰是正念入、住、出？如有一類凡夫有情，（本）性愛持戒數習善品，樂為勝事作諸福行，極善防護恒思質直，不為放逸有大智慧，臨終無悔即更受生，或是七生預流、或是家家（二果向）、或是一來（二果）、或是一間（三果向）。此人由先修善行故，臨命過時雖苦來逼受諸痛惱，心不散亂正念而終。復還正念入母胎內，了知諸法由業而生，皆從因緣而得生起，常與諸病作居止處。……雖受此苦，由上利根故正念不亂，於母腹中知入、住、出悉皆是苦。難陀！誰當樂入如是胎中？
- 2、難陀！誰是於母腹正念入、住、不正念出？……由是中利根故，入、住正念、不正念出，廣說如上。乃至誰當樂入如是胎中？

3、難陀！誰是正念入胎、不正住、出？……由是下利根故，入胎時知、住出不知，廣說如上。乃至誰當樂入如是胎中？

4、難陀！誰是入、住、出，俱不正念？如有一類凡夫有情，樂毀淨戒不修善品，常為惡事作諸惡行，心不質直多行放逸，無有智慧貪財慳悋，手常拳縮不能舒展濟惠於人，恒有希望心不調順，見行顛倒。臨終悔恨，諸不善業皆悉現前。當死之時猛利楚毒，痛惱逼切其心散亂，由諸苦惱不自憶識：我是何人？從何而來？今何處去？難陀！是謂三時皆無正念，廣說如上。……⁴⁹

⁴⁹ 《大寶積經》卷 57〈14 佛說入胎藏會〉（CBETA, T11, no. 310, pp. 332b21-333c3）。

2

臨終業相

自序

本書的誕生，緣起於一場演講，後由居士幫忙記錄與潤飾，將艱澀的阿毗達磨文義轉化得明白易懂，進而引領大眾進入部派論師之間的精彩論辯。當然，其核心目的仍是為了理解正確的佛法知見，而非純粹為了辯論而辯論。

這場演講的主題，主要圍繞於「臨終業相（或稱生相）」與「中有（或稱中陰身）的業力是否可以轉變」。針對坊間諸多似是而非的說法，論師們以嚴謹的態度逐一加以辨析論證，讓我們在面對臨終情境時，能有一套清晰可循的依據。

全文雖短小精悍，卻富含生動的典故與思辨的張力，相信對於當前的人心，能起到導歸正向、樹立正知見的積極作用。

願以此書，祝福每位讀者：具備自業正見，導向解脫與捨離！

序於六龜，2026/6/16

若想重溫這場專題演講的錄音，歡迎造訪以下網址：



4 月經論的啟示 1：臨終業相

<http://220.130.244.41:8080/prajna/20240414-1.mp3>



臨終業相

講記

講述——釋開仁

導言：我們的觀念與經論相符嗎？

我們不妨在心中作如是反思：自己現有的觀念，與佛陀的經論究竟是否一致？

每一部經論皆有其獨特的闡述重點與精彩之處，只怕行者未能深入契會；倘若能心領神會，便會發現其字字珠璣。我們可以試著提出幾個生命的核心問題來叩問自己，看看依憑現有的知見會如何作答，然後再對照經論的開示，以此檢視自身的觀念是否產生了偏差或是而非的誤解。

學佛時日既久，有時反而容易流於疏忽，甚至對某些修行要點變得麻木。由於長久未曾溫習，我們的理解往往會流於表面，變得似是而非。然而，若能具備深入經論的簡擇能力，便會洞然明白，許多看似神祕的佛教現象或傳聞概念，本質上都是極其平常、極其真實的，絲毫沒有那麼多神祕色彩。那些刻意渲染神祕色彩的人，多半是其動機存在問題，對此我們便不再贅述。

一、現實生命與臨終外相的反思

1. 對「橫死相」的深度省思

在世俗的認知中，諸如大地震、出遊時突遭落石砸死等突發災難，皆被歸類為「橫死」。面對這類橫死，大眾的第一印象往往從現世的外相來判定，認為其未能善終，定是不好的果報。

然而，這種判定本質上是不夠周全且不完整的。因為我們並非當事人，他是否在剎那間斷氣，以及在斷氣的關鍵時刻是否完全以不善心往生，我們皆無從得知。經典中記載的摩訶男，其生前是一生修善的聖者，臨終時卻是被牛撞死的，這同樣屬於橫死。可見，每個人臨終的狀況千差萬別，除非具足他心通或天眼通，否則單憑外相來判定死者的去處，只是憑空猜測，未必準確。

不善的死相，絕不等於必定退墮惡趣。一如摩訶男尊者被牛撞死，又如大目犍連尊者被外道以亂棍重創、色身負傷累累，卻依然能拖著色身回到佛前示現入滅。如果僅依外相便認定他們趨向惡道，顯然是極大的謬誤。因此，當我們聽聞或在新聞中看到橫死現象時，切

莫急於判定他人的往生去處，而應由此深刻體悟因果無常，提醒自己趁著如今身心健康，加緊修學佛法、珍惜寶貴人生。這才是真正具足智慧的反思與警惕。

2. 看到的「業相」不等於最終的「趣向」

無論是身染重病或是臨命終時，有情往往會現起種種「業相」。所謂業相，是指當我們的六根、六識逐漸模糊不分明時，內心會現起種種幻境與幻相，令我們領受到平時肉眼看不到的境界；有些人則是在夢中頻繁夢見穢惡不祥之物，這同樣是業相的微細顯現。

例如，前往醫院探視重病患者時，常聽病人驚恐地說：「師父，我看到這裡有鬼，那裡也有鬼。」若只憑這些表象，大眾或許會輕率地判定他「業障深重」。然而，臨終現起這般惡相，卻未必決定他會往生到惡道。其原因有二：

第一，我們不是當事人；

第二，單憑這些外在的業相，根本無法準確判定其未來的生命趣向。

在缺乏天眼通的情況下，無論是臨終見到亂相還是平日做噩夢，都不能作為判定最終去處的絕對依據。

二、臨終心念的轉變與排隊法則

1. 憶念所行：燒燃法與不燒燃法

《雜阿含經》第1244經中，佛陀慈悲宣說了「燒燃法」與「不燒燃法」，揭示了臨終心念對往生去處的決定性影響：

- **燒燃法（從惡趨暗）**：造惡之人，生前身口意多行不善。當他面臨病苦、大限將至之際，過去所造的惡業會如同播放錄影帶般，在心中歷歷倒帶回顧。這就如同夕陽西下時，大山的巨大陰影逐漸覆蓋大地一般，其內心會被一片黑暗的恐怖境界所籠罩。由於臨終時惡業境相猛烈現前，行惡者內心頓生極大的追悔。因為「追悔」本質上屬於不善心，當他以不善心命終，後世便會不善心相續，直接墮入三惡趣中。
- **不燒燃法（從善趨明）**：平日有用功修行、廣積善業之人，臨命終時雖然同樣可能面臨眾苦觸身或病苦煎熬，但他懂得收攝正念，至誠憶念自己

今生所修持的種種清淨善法。因此，他的內心「不變悔」。正因為心不變悔，他便能以殊勝的善心清明命終，後世善心相續，必然安穩往生善趣。

從這兩種法門中可以看出，不論生前行善或造惡，當前的五蘊色身都同樣要遭受老、病、死的折磨，無一例外。然而，臨終之際如何能做到「心不變悔」？這完全取決於我們平時的串習與用功。若我們平時行善布施皆出自真實、真誠之心，到了生命垂危之際，內心自然會湧現無量法喜與歡喜。因此，我們在當下就要時時反省自己有哪些部分尚未圓滿，及早糾正過來，才不致於到了臨終關頭才徒留追悔。

2. 臨終的追憶：自憶與他令憶

《瑜伽師地論》卷一〈本地分〉中明確指出，有情在臨命終時，皆會追憶自己一生所造作的善業或不善業。這其中包含了兩種發動的力量：

- **自力憶念**：憑藉自己生前強大的正念與串習，在臨終時自發性地現起憶念。

- **他力令憶**：此乃外在因緣的輔助。例如當親人病重、陷入昏迷不醒時，眷屬可以在其耳邊，溫柔地為他提起、述說他過去曾做過的種種善業功德，以此幫助他提起善念。相反地，若一個人平日與人結怨，臨終時身旁之人若對其惡言詛咒，便極易勾引其生起惡念，墮入不善。

3. 命終流轉的兩大核心力量

有情在臨命終時，心念的走向主要受到兩種慣性力量的牽引：

其一，是**習慣的力量**。臨終者會以自己平生較為強大的「慣習力」為主導。習慣的力量是最為猛烈的，心念會自然偏向、記起平日裡最深刻的執著。例如你生前最執著、最喜歡吃某樣東西，臨終之時，這樣東西的相狀就會特別顯現，將你的心牢牢抓住。不只是飲食，生前所耽著的人、事、物皆是如此。對於那些平生沒有明顯偏好、善惡習慣半斤八兩的人來說，臨終時第一個跳出來的念頭，或是身旁旁人幫他提起的初念，就會成為他當下的所緣。這就解釋了為什麼許多老人家臨終前遲遲不肯斷氣，非要等到某一個他最疼愛的孩子趕回來，

親眼看上一眼才溘然長逝。這便證明，他的串習本身不夠強大，而是由外在顯現的特定所緣來決定了最後的執著。

其二，則是經中安立的兩大往生增上力——「樂著戲論因增上力」與「業因增上力」。這兩大力量會共同帶領有情去投生。所謂「戲論因」，指的就是我們內心的煩惱因；所謂「業因」，則是指我們生前所造作的清淨與不清淨的業力因。煩惱與業力交織，便是推動生命輪迴流轉的終極力量。

三、唯識與阿毗達磨的法相剖析

1. 何謂「臨命終位」與「不可愛相」？

所謂「臨終」，是指還留有「等死的時間」的階段。但並非所有眾生都具足臨終位，例如遭遇飛機爆炸、心臟病驟發而當場死亡等橫死者，其中名色法是瞬間抽離的，根本沒有等死與轉變的臨終階段。

對於一般人而言，擁有這段等死的時間是極為寶貴的，因為這給了我們最後調整心態、扭轉業力的心理準

備空間。一旦色身真正死亡、神識正式跨入「中有（中陰身）」的階段，這便屬於死後的存在，那時親眷無論做什麼，都已經完全幫不上忙了；至於那些生前行極重善、極重惡的人，同樣也是別人無法插手助念的。因此，不論是自己救度自己，還是期望他人前來助念，都必須把握「臨終」這僅存的短暫黃金時間。

佛陀在《契經》中明確開示，有情臨命終時，依其行業會現起截然不同的前來迎接之相：

- **善趣之相（可愛相）**：修善之人，臨終前會見到光明璀璨、雲彩繚繞，眼前現起金碧輝煌的妙堂寶閣、清淨園林與功德池塘，耳畔聽聞鳥語花香，鼻根嗅到天花、沉香之清香。這些令身心感到無比安樂的景象，皆屬於殊勝的「可愛相」。
- **惡趣之相（不可愛相）**：造惡之人，臨終之際則是天昏地暗，映入眼簾的是驚險的溝壑、萬丈峭壁、荒涼山谷，或是熊熊燃燒的烈火猛焰、刀山劍樹，甚至會看見凶殘的野獸、狐狸、野干及荒涼的墳場。這些令人毛骨悚然、避之唯恐不及的景象，皆屬於穢惡的「不可愛相」。

值得高度注意的是：臨終時現起的善趣相或惡趣相，雖然人人皆會現前，但這在斷氣之前，都還不是最終的絕對定局。只要尚未吐出最後一口氣，生命在臨終位依然存在著反轉與轉變的可能。

2. 說一切有部之「四種有」與中陰身之爭

在《阿毗達磨發智論》卷十九中，將有情的生命存在體（bhava）嚴謹地安立為「四種有」：

四有	定義與內涵
本有	除了「生有」與「死有」之外，在諸蘊中間所存在的所有生命段落，亦即我們當下活生生的這期身心存在。
死有	指有情壽終、死分諸蘊現前的那一個極短的死亡剎那。它僅僅是一念心（南傳上座部稱之為「死亡心」）。
生有	指生命誕生、結生識開始投入的最初剎那。無論是指父精母血和合、投生識進入的瞬間，還是嬰兒出生的那一刻，其法相在本質上同樣僅是一念心。

四有	定義與內涵
中有	即大眾俗稱的「中陰身」。指從這一期「死有」結束之後，到下一期「生有」尚未生起之前，存在於兩世心念過渡中間的生命存在形態。

關於「中有」是否存在，部派佛教之間有著極其精采的義理激辯：

- **南傳體系的觀點：**南傳佛教不承認有「中有」的存在，其生命輪迴體系中僅安立「本有、死有、生有」三種有。在他們的定義裡，漢/北傳所認為的「中陰身」，實際上已經屬於六道中的「鬼道」或是具有福德的神祇。南傳並非否定這段過渡期，只是在名稱安立上將其歸入鬼道，認為其在短暫的七天或四十九天後，便會再次轉移至其他道去。
- **北傳說一切有部的觀點：**部派論師在《大毗婆沙論》中深入探討了「中有之業是否可轉」的重大命題。譬喻者論師主張「中有之業可轉」，認為其本質上皆是可移轉的，這也成為後世大乘佛教

發展出「中陰救度法」以及漢傳佛教各類超度、拔濟鬼道眾生法會的理論根基。然而，正統的阿毗達磨論師則持相反的嚴謹立場，明確判定「中有之業不可轉」。因為中有現前時，其業力勢頭已極其猛烈，在有情死亡的那一剎那，來世的去處便已成鐵案，一旦跨入中陰階段，便絕無再度轉變的餘地了。

在四種有當中，「本有」是時間最長、也是最為核心的關鍵段落。站在佛法緣起的立場來看，一切現象都是可以被改變的。倘若我們盲目地將業力誤解為一種主導一切、不可撼動的宿命力量，這顯然與緣起法相違背。阿毗達磨論師不厭其煩地剖析四有，其真正的用意，是要將我們的正念強烈地拉回到現實的「人間與本有生命」中，去主動、積極地改變業力，而不是將希望寄託於死後虛無飄渺的境界，或是等到了中陰身階段才被動地祈求他人的助念超度。

四、善惡因果的三世深層辯證

1. 善惡業反轉的驚世公案

為了解釋臨終心念與業力轉變的微細因緣，譬喻者在《大毗婆沙論》中引證了兩個形成強烈對比的公案，藉此探討臨終現相與中有去處的奧祕：

- **一生修善者的臨終考驗：**過去有一位行者，一生止惡揚善，未曾造作半點惡業。然而在他大限臨頭之際，他過去無始劫前所造的某個惡業卻在此刻率先成熟，導致他的眼前赫然現起了恐怖的「地獄中有相」。面對這般逆境，這位善人展現出了深厚的因果正見，他冷靜地自我思惟：「我一生清淨修善，本應感得天道果報，如今地獄相現前，必定是我宿世的惡業在此刻成熟所致。」於是，他內心毫不恐懼，亦不怨天尤人，反而安然地至誠憶念自己今生所做過的一切真實善行，內心深生無量法喜。正因為他依憑正見，在生死關頭生起了這股殊勝的「善思惟」，眼前的地獄中有相在剎那間徹底滅去，美妙的天趣中有相隨

即現前，他便順利轉生天界。

- **一生行惡者的臨終反轉：**與之相反，另一個惡人一生無惡不作，從未修習過一樁善行。在他臨命終時，因其宿世的某個善業因緣先成熟，眼前不可思議地現起了殊勝的「天趣中有相」。這個惡人見了，非但沒有洗心革面，反而傲慢地生起大邪見，心想：「我一生作惡，卻能現天相迎接，足見世間根本沒有善惡因果這回事！」就在他生起這股「撥無因果」邪見的當下，天趣中有相條爾隱沒，恐怖的地獄中有相暴烈現前，他便在絕望中當場墮入了無間地獄。

譬喻者據此認定，中陰身在「趣」的維度上是完全可以隨心念移轉的。但阿毗達磨論師則一針見血地指出：這驚心動魄的心念反轉，本質上依舊是發生在尚未斷氣的「本有臨終位」，而非死後的「中有位」。這再度向我們證明了：因果正見在生死的最後關頭，具有何等定海神針般的逆天力量。

2. 真誠造善，方能「深生歡喜」

我們必須清醒地認識到：我們平日裡隨手做的善業，臨終時是不一定能讓我們生起歡喜心的。

例如，若我們只是把家裡吃不完、剩下來的食物順手拿去跟法師分享，每每做善事都抱著敷衍、隨便的態度，那麼當我們臨終試圖去憶念這些往事時，內心是絕對無法生起任何漣漪與歡喜心的。

經中所說的「深生歡喜心」，其前提是我們在布施、持戒或修持任何善業之際，內心都必須是極其真誠、純淨且毫無名聞利養之心的。比如，你曾親自到道場聽聞正法，每一次都出自真誠地把供花插得好好的以莊嚴大眾；在寺院服務時的每一個微細動作都與善心相應；或是出自至誠地為尊敬的母親與愛人準備飲食。正因為這些善行皆出自不夾雜世俗名利的真誠之心，它才會在我們的心識田（唯識系稱為阿賴耶識）中烙下極其深刻的光明印記。

當臨終病苦觸身時，憶念起這些純淨的善業，就會轉化為感召善趣最強大、最堅實的資糧力量。這股無形的心靈資糧，遠比我們在世間銀行存入再多的定期存款，都還要具足決定性的救度力量。

3. 解密《分別大業經》：為何好人下地獄、壞人上天堂？

佛陀在《中阿含經》卷四十四中，宣說了一部極其著名的經典——《分別大業經》，徹底廓清了大眾對因果報應的淺薄誤解。佛陀明確告誡阿難：「行惡而善處生，行善而惡處生。」這其中包含了極其深邃的三世因果排隊法則：

【造十惡業之人，臨終何以反而生天？】

佛陀開示有三種情況：

1. **現世輕報**：他今生所造的惡業力量較為輕微，屬於「輕報」，且在現世已經透過種種不如意受報完畢，因此臨終得以憑藉宿世的善業生天。
2. **善業先熟**：他今生造的惡業，其受報時間被排到了下下生（後報）；而他過去生所累積的強大善業在此刻正好因緣成熟，因此他並非是因為今生作惡而生天的。
3. **臨終正念**：他在臨命終的死亡關頭，有緣遭逢大善知識（如佛陀、阿羅漢或得見佛相），內心頓時生起極大的恭敬心、正見與善心，這最後一念

的善心力先成熟，因而感得生天果報。

【造十善業之人，臨終何以反而墮入地獄？】

佛陀開示同樣有三種情況：

1. **善力微弱**：他今生雖然行十善，但心力微弱、敷衍了事，這些微弱的善業在現世受完少許福報後便告消散；此時他過去生所造的巨大惡業正好因緣成熟，因而墮入地獄。
2. **惡業先熟**：他今生所修的十善業，其善報要等到下下生才成熟；在下一生，他必須先去償還、承受過去生率先成熟的惡報，因此他絕非是因為今生行善而墮地獄的。
3. **臨終邪見**：雖然他平時廣行十善，但在臨終的關鍵時刻，因為病苦或逆境現前，內心突然生起疑惑，進而誹謗因果、撥無因果，生起了極其嚴重的邪見與惡心，這最後一念的惡心，直接將他拉入了地獄果報。

4. 垂終之心，名為「大心」

這部《分別大業經》的精髓，亦被龍樹菩薩深刻引

用在《大智度論》卷二十四中。

大眾常問：眾生一生努力修行或作惡，何以臨終那短短一剎那、兩剎那的心念，竟然能勝過一輩子的努力？

論主給予了極具震撼力的回答：

臨終時的心念，時間雖極其短暫，但其心力之猛烈，一如烈火、一如劇毒！毒藥雖僅需微量，便足以在瞬間毒死成年有情；臨終之心亦復如是，其勢頭極其猛利，足以「勝百歲行力」。

因此，阿毗達磨與《十住毗婆沙論》卷十一中，皆將這臨終的最後一念心安立為「大心」。當有情臨近捨身之際，世間的財富、名利、乃至自己的色身，通通都要徹底拋棄，對他而言再也沒有任何東西比當下的心念更重要了。所以，這最後一著的「大心」，具足了主導下一生受生去處的最強力量。

當我們真正建立了這般「業果正見」之後，便會深刻明白，若我們在活著的每一天（本有位），都能透過精進用功，讓自己的心時時保持在慈悲與善心當中，那麼縱使我們過去無始劫來曾造過極其強大的惡業，它也會因為缺乏「惡緣」的滋潤，而一時之間沒有成熟的因

緣，甚至永遠找不到機會成熟。學佛之後，切莫流於表面的膚淺判定，唯有深入經論，才能看清世間現象背後的真實因果因緣。

五、修行加行與知見防線的建立

1. 建立完整的「三世因果正見」

一般初學者在缺乏經論熏習時，對因果的理解往往流於機械化與片面化，認為「行善便立得善報，作惡便立受惡報」。一旦看到世間許多修善之人在臨終時未能獲得好報，內心便極易生起極大的懷疑，甚至退失信心、撥無因果。佛陀直言，這種看法是極其錯誤且危險的。

俗諺雖說「種瓜得瓜，種豆得豆」，這是不變的因果鐵律；但大眾往往忽略了，種下的瓜並不會在當天下午就立刻結成果實。凡夫往往只具備「二世因果」的狹隘眼界——只看得到今生與來世的短暫連結，卻完全看不到更為長遠的「後世」與無始劫來的複雜交織。有時候，你今生所種下的「善瓜」，可能要歷經二十世、甚

至轉了二十生之後，其果報才會真正成熟現前。在這漫長的因果排隊過程中，隨時會夾雜著我們過去多生累劫前早已造作、在此刻搶先成熟的惡業。在缺乏天眼通的情況下，我們根本無法預知自己過去的惡業底細究竟有多深。

因此，我們能做的、也最有效率的生命實踐，便是：

1. **建立堅固的因果正見**：認真、真誠地面對今生所做過的每一個善業，以此滋養內心的法喜。
2. **不耽溺於過去的追悔**：對於已經過去、無法挽回的錯事，一味地在臨終或平時追悔痛苦是毫無用處的，那只會形成不善的負面心念。
3. **與廣大眾生廣結善緣**：平時在寺院掃地、服務、成就大眾聞法因緣，皆要以真誠的布施心承擔。
4. **死守並守護自己的善心**：不讓正念隨意退失。

《大智度論》卷十七與《大毗婆沙論》同時嚴正地警告天下行者：修得禪定、嚴格持戒、廣修布施與多聞固然是極大的善事，但內心千萬不可對此產生半分的沾沾自喜與傲慢。因為只要一天尚未證得「無漏智慧」，

這些世間的有漏善法就都是不穩固、靠不住的。倘若缺乏無漏正見，縱使修得了高超的初禪定境，臨終時也極易隨著禪定的業相誤投生到壽命極長的長壽天中，在那裡反而會因缺乏聽聞正法的因緣，而障礙了解脫之道。唯有正見，才是我們修行路上唯一的金剛防線。

2. 破除神祕：何謂真正的「預知時至」？

在漢傳佛教的傳統觀念中，往往將「預知時至」（提前知道自己何時捨報）視為一種高不可攀、帶有強烈感應與神祕色彩的證量境界。然而，在南傳著名的論典《清淨道論》中，對此卻有著極其平常且務實的法相解讀。

《清淨道論》指出，預知時至絕非什麼神祕的特異功能，只要行者在平時修習「安般念（入出息觀）」或是「四界差別觀（地、水、火、風之觀照）」，對名法與色法的生滅掌握達到極其純熟的境界，自然就能清楚覺察到自己色身的生命大概還剩下幾天就要劃下句點了。

特別是專修「安般念十六特勝」（與四念住緊密搭配的十六個修持步驟）的比丘，當他證得阿羅漢果時，

由於他平時對呼吸的觀照已相當微細，他必然能夠極其清晰、了了分明地知道自己壽命的具體期限。當時間接近尾聲時，他會非常安詳、自然地整理好外在的一切：洗淨身體、剪短並剃淨頭髮、穿搭好清淨的僧服，然後閉上雙眼，在禪定中安然入滅。

這般在漢傳中被傳述得神乎其神的預知時至，在阿毗達磨與《廣五蘊論》的修行體系裡，不過是隨順法門用功的必然結果。當行者在禪坐中敏銳地覺察到自己的呼吸氣息正由微弱一步步走向枯竭，自然便能對生命尾聲了然於胸，毫無神祕奇特之處。我們切莫被外在的神祕大師迷惑了雙眼，模糊了修行的正見。

3. 八萬大劫的長壽：究竟是福還是禍？

在《大毗婆沙論》中，佛陀曾語重心長地開示大眾：修行人千萬不要一味求生到壽命極長的「非想非非想處天（無色界天的頂峰）」，也千萬不要墮入「無間地獄」，因為這兩個地方的時間都長得令人絕望。

生到非想非非想處天，雖然享有長達八萬大劫的無上天福與定境壽命，但在這漫長的歲月裡，由於缺乏物質色身與聽聞佛法的因緣，有情的心靈會陷入一種極度

長久的停滯狀態。

長到什麼程度呢？長到當你八萬大劫報盡、重新跌落回人間投生時，你的心智已經變得極其遲鈍了！

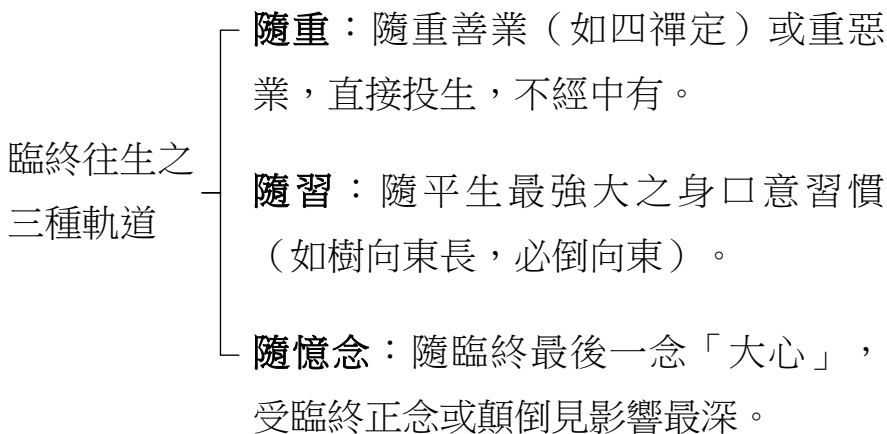
這就如同一個廚師如果整整幾十年不進廚房煮飯，有朝一日重新回到廚房面對鍋碗瓢盆時，必然會手忙腳亂、不知所措。有情從無色界天出來後也是如此，面對現實世界的修行，心靈就像一部生鏽停擺了千萬年的老舊機器，根本運轉不起來，修行起來會感到異常的艱難與辛苦。

誠如印順導師所言：我們之所以要在「人間」修行，正是因為人間是一個極佳的「磨煉場」。其他法界要麼如三惡道般苦難深重無法修行，要麼如無色界天般福報太大、壽命太長，反而會讓有情在安逸與停滯中變得越來越遲鈍，那絕對不是一件好事。把握當下的人間生命，才是最明智的簡擇。

六、結論：

隨重隨習隨憶念，唯憑正見轉業力

印順導師在《成佛之道》中，將有情臨命終時決定未來流轉去處的三種軌道，清晰地安立為：**隨重、隨習、隨憶念**。這三種情況在佛陀的經典中皆有著深刻的依據：



1. **隨重（隨重業）**：指有情生前造作了極重的善業或極重的惡業。重善業如廣大的布施、持戒，或是禪定功德（證得初禪至四禪）。臨終之時，這些強大的業相會自發性地在虛空中現前，有情在

色身結束的剎那，不經任何中陰身的過渡，直接在相應的天界或地獄中誕生投生。這在《阿含經》中極為常見，佛陀常對大眾說「某人已在彼處出生」，這便是隨重業的力量。

2. **隨習（隨習慣）**：這是隨著我們平時點點滴滴累積起來的串習力。佛陀在經中曾巧妙地比喻：一棵大樹在生長時如果一直微微向東邊傾斜，那麼有朝一日被砍斷時，它必然會自然而然地倒向東邊。摩訶男尊者臨終被牛撞死，卻能安穩受生，這便是憑藉他平生一生修善、憶念三寶的強大「習慣性」在背後支撐。
3. **隨憶念（隨臨終一念）**：這是世間大多數普通凡夫在命終時，受影響最深、也最普遍的一種軌道。即使我們生前修了許多善業，但若在臨終那一刻順次要受的果報相現前時，我們未能死守正見，對自己一生所修的善法無法生起真誠的歡喜心，乃至在痛苦中生起顛倒、退失信仰、生起懷疑，那麼我們就很可能會身不由己地隨這最後一念惡心退墮而去。

不論是隨重、隨習還是隨憶念，佛法慈悲地告訴我們：在徹底斷氣之前，業力永遠存在著轉變與救度的空間！

然而，這偉大的轉變空間，唯一且必須依憑我們平時透過「聞、思、修」所強記、建立起來的「因果正見」。倘若缺乏正見，僅憑世間有漏的善法，在生死的狂風暴雨與惡相考驗前是根本無法安穩過關的。

正見的生起，絕無任何捷徑，它實實在在地來自於對經論的深刻聞思。沒有「聞慧」，就絕不可能產生真正的正見。而且，我們更要效法佛陀時代的聖弟子們，對於經典裡的甚深法義，必須付出努力去「強記或憶念」。倘若聽了法不往心裡去、不加以強記，境界一現前，我們一驚慌便會將佛法忘得一乾二淨，再次退回到世俗那套似是而非的錯誤因果觀中。

唯有在當下這期活生生的「本有」生命中，踏踏實實地真誠修善、深入經論、強記正法、死守正見，我們才能在未來的生死考驗中，真正做到無所畏懼、安然過關！



臨終業相

講義

編輯——釋開仁

2024/4/14

一、《雜阿含 1244 經》卷 47（大正 2，341a7—24）：⁵⁰

爾時，世尊告諸比丘：「有燒燃法、不燒燃法。諦聽，善思，當為汝說。

云何**燒燃法**？若男、若女犯戒行惡不善法，身惡行成就，口、意惡行成就，若彼後時疾病困苦，沈頓床褥，受諸苦毒；當於爾時，先所行惡悉皆憶念。譬如大山，日西影覆。如是眾生先所行惡，身、口、意業諸不善法，臨終悉現，心乃追悔…；心生悔已，不得善心，命終後世，亦不善心相續生，是名燒燃法。

云何不**燒燃**？若男子、女人受持淨戒，修真實法，身善業成就，口、意善業成就，**臨壽終時，身遭苦患，沈頓床褥，眾苦觸身；彼心憶念先修善法，身善行，口、意善行成就，…心不變悔，不變悔故，善心命終，後世續善，是名不燒燃法。**」

⁵⁰ 另參見《中阿含 99 苦陰經》卷 25〈4 因品〉（大正 1，585b25-c11）。

二、《瑜伽師地論》卷 1 〈1 本地分〉（大正 30，281c3–23）：

又行善不善補特伽羅，將命終時，或自然憶先所習善及與不善，或他令憶。彼於爾時，於多曾習力最強者，其心偏記，餘悉皆忘。若俱平等曾串習者，彼於爾時，隨初自憶，或他令憶，唯此不捨，不起餘心。

彼於爾時，由二種因增上力故，而便命終，調樂著戲論因增上力，及淨不淨業因增上力。

受盡先業所引果已，若行不善業者，當於爾時，受先所作諸不善業所得不愛果之前相，猶如夢中見無量種變怪色相。依此相故，薄伽梵說：「若有先作惡不善業及增長已，彼於爾時，如日後分，或山山峯影等懸覆、遍覆、極覆。」當知如是補特伽羅「從明趣闇」。

若先受盡不善業果而修善者，與上相違。當知如是補特伽羅「從闇趣明」。此中差別者，將命終時，猶如夢中見無量種非變怪色可意相生。

若作上品不善業者，彼由見斯變怪相故，流汗毛豎，手足紛亂，遂失便穢，捫摸虛空，翻睛咀沫。彼於爾時，有如是等變怪相生。

若造中品不善業者，彼於爾時，變怪之相或有或無，設有不具。

三、《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 69（大正 27，359b20—360b3）：

問：「中有」⁵¹可轉、不可轉耶？

譬喻者說：「『中有』可轉，以一切業皆可轉故。」……

阿毘達磨諸論師言：「『中有』於界、於趣、於處，皆不可轉，感『中有』業，極猛利故。」……

問：

若「中有」於趣不可轉者，善惡行者事，當云何通？

⁵¹（1）《阿毘達磨發智論》卷 19（大正 26，1024a3-7）：

如說四有，謂本有、死有、中有、生有。

云何本有？答：除生分、死分，諸蘊中間諸有。

云何死有？答：死分諸蘊。

云何中有？答：除死分、生分，諸蘊中間諸有。

云何生有？答：生分諸蘊。

（2）詳參《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 192（大正 27，959a13-b2）。

室羅筏國昔有二人，一恒修善，一常作惡。

修善行者，於一身中，恒修善行，未嘗作惡。

作惡行者，於一身中，常作惡行，未嘗修善。

修善行者，臨命終時，順後次受惡業力故，歟有地獄「中有」現前，便作是念：「我一身中，恒修善行，未嘗作惡，應生天趣，何緣有此『中有』現前？」遂起念言：「我定應有順後次受惡業今熟，故此地獄『中有』現前。」

即自憶念一身已來，所修善業，深生歡喜。

由「勝善思」現在前故，地獄「中有」即便隱歿，天趣「中有」歟爾現前，從此命終生於天上。

作惡行者，臨命終時，順後次受善業力故，歟有天趣「中有」現前，便作是念：「我一身中，常作惡行，未嘗修善，應生地獄，何緣有此『中有』現前？」遂起邪見撥無善惡及異熟果。「若有善惡異熟果者，我不應然。」

由謗因果邪見力故，天趣「中有」尋即隱歿，地獄「中有」歟爾現前，從此命終生於地獄。

是則「中有」於趣可轉，寧說「中有」不可轉耶？

答：

彼「本有」時有此移轉，非「中有」位，故不相違。

謂諸有情臨命終位，有愛、非愛「生相」現前。

如〈契經〉說：「**修善行者**，臨命終時，見妙堂閣、園林、池沼、伎樂、香花，處處陳列寶飾輿等似欲相迎。
作惡行者，臨命終時，見嶮溝壑、猛火煙焰、刀山劍樹、毒刺稠林、狐狼、野干、貓狸、塚墓，穢惡眾具似欲相迎。」

修善行者，臨命終位，順後次受惡業力故，有地獄趣「生相」現前，彼既見已便作是念：「我一身中，恒修善行，未嘗作惡，應生天趣，何緣有此『生相』現前？」遂起念言：「我定應有順後次受惡業今熟，故此地獄『生相』現前。」

即自憶念一身已來，所修善業，深生歡喜。

由「勝善思」現在前故，地獄「生相」即便隱歿，天趣「生相」歟爾現前，從此命終生於天上。

作惡行者，臨命終時，順後次受善業力故，歟有天趣「生相」現前。彼既見已便作是念：「我一身中，常作惡行，未嘗修善，應生地獄，何緣有此『生相』現前？」遂起邪見撥無善惡及異熟果。「若有善惡異熟果者，我不應然。」

由謗因果邪見力故，天趣「生相」便即隱歿，地獄「生相」歟爾現前，從此命終生於地獄。

彼「本有」位，有此移轉，非「中有」位，故不違理。……

四、《大智度論》卷 24 〈1 序品〉（大正 25，238b15—c1）：

復次，如《分別業經》⁵²中，佛告阿難：「行惡人

⁵²（1）《中阿含經》卷 44（171 經）《分別大業經》（大正 1，708b13—c4）：

阿難！若有一不離殺、不與取、邪淫、妄言乃至邪見，此不離、不護已，**身壞命終，生善處天中者。**

彼若本作不善業，作已成者，因不離、不護故，彼於現法中受報訖而生於彼，或復因後報故，彼不以此因、不以此緣，**身壞命終，生善處天中。**

或復本作善業，作已成者，因離、護故，未盡應受善處報，彼因此緣此故，**身壞命終，生善處天中。**

好處生，行善人惡處生。」

阿難言：「是事云何？」

佛言：「惡人今世罪業未熟，宿世善業已熟，以是因緣故，今雖為惡而生好處。或臨死時，善心心數法生，是因緣故，亦生好處。」

行善人生惡處者，今世善未熟，過世惡已熟，以是因緣故，今雖為善而生惡處。或臨死時，不善心心數法生，是因緣故，亦生惡處。」

問曰：熟、不熟義可爾；臨死時少許時心，云何能勝終身行力？

或復死時生善心，心所有法正見相應，彼因此、緣此，身壞命終，生善處天中。

阿難！如來知彼人為如是也。

阿難！若有一離殺、不與取、邪淫、妄言乃至邪見，此離、護已，身壞命終，生惡處地獄中者。

彼若本作善業，作已成者，因離、護故，彼於現法中受報訖而生於彼，或復因後報故，彼不以此因、不以此緣，身壞命終，生惡處地獄中。

或復本作不善業，作已成者，因不離、不護故，未盡應受地獄報，彼因此緣此，身壞命終，生惡處地獄中。

或復死時生不善心，心所有法邪見相應，彼因此緣此，身壞命終，生惡處地獄中。

阿難！如來知彼人為如是也。

(2) 參見《中部 136 經》。

答曰：是心雖時頃少，而心力猛利，如火、如毒，雖少能成大事。是垂⁵³死時心，決定猛健故，勝百歲行力；是後心名為大心，以捨身及諸根事急故。如人入陣，不惜身命，名為健。如阿羅漢捨是身著故，得阿羅漢道。

如是等種種罪福業報、轉報，亦應如是知。

五、《十住毘婆沙論》卷 11 〈23 四十不共法中善知不定品〉（大正 26，79a10—17）：

如佛《分別業經》中說：

「佛告阿難：『有人身行善業、口行善業、意行善業，是人命終而墮地獄；有人身行惡業、口行惡業、意行惡業，是人命終而生天上。』」

阿難白佛言：『何故如是？』

佛言：『是人或先世罪福因緣已熟，今世罪福因緣未熟；或臨命終生正見、邪見，善、惡心，垂終之心，其力大故。』」

⁵³ 垂：11.將近。（《漢語大詞典》（二），p.1077）

1、行惡之人，生好處：

- (1) 今世罪業未熟，宿世善業已熟。
- (2) 臨死時，善心心所法生。（雖時少頃，而心力猛利，勝百歲行力）

2、行善之人，生惡處：

- (1) 今世善業未熟，宿世惡業已熟。
- (2) 臨死時，惡心心所法生。（雖時少頃，而心力猛利，勝百歲行力）

正見為師

講 述：釋開仁

出 版：六龜般若精舍

初版一刷：2026 年 8 月（1000 本）

流 通：慧日講堂／www.lwdh.org.tw

104104 台北市中山區朱崙街 36 號

電話：(02)2771-1417

傳真：(02)2771-3475

E-Mail：light.wisdom@msa.hinet.net

助印資訊：

一、國內匯款資訊：

帳號：81680005266161

台北富邦保生分行，總分支機構代碼：012-7381

戶名：陳秀玲

二、國外匯款資訊：

1.收款銀行 Account with Bank

銀行名稱 Bank Name: Taipei Fubon Commercial Bank Co., Ltd..

銀行代號 SWIFT Code: TPBKTWTP

銀行地址 Address: No.50, Sec. 2, Zhongshan N. Rd., Taipei City

104104, Taiwan (R.O.C.)

2.收款人 Beneficiary

戶名 A/C Name: HSIU LIN CHEN

帳號 A/C NO: 81680005266161

非賣品／NOT FOR SALE

始則直其見，次則淨其行；
足目兩相成，能達於彼岸。

——印順法師《成佛之道》（增注本），p.246