

隨身經典

17

《四如意足》
讲记

圣严法师讲



隨身經典

聖嚴法師講

〈四如意足〉講記

5/24/91

編者序

【隨身經典】系列叢書是法鼓文化在即將跨入新世紀，最特別的一項獻禮，內容收錄了聖嚴法師針對經典、歷代祖師文鈔語錄等的講說著述，書中並附有經典原文，以利讀者參閱持誦。輕薄短小的口袋書採小開本型式，將一般人認為厚重、難以理解的佛教典籍，化爲每個人隨時隨地都可以閱讀的隨身伴侶。

近十年來，在東西方諸大德的努力下，佛法的觀念、禪

修的方法，已經普遍為全球人士所認同，也有越來越多人願意接受佛法，因此有人說，佛學將會是下一個世紀的顯學。面對佛教三藏十二部佛典，「深入經藏」以便「智慧如海」，相信是許多人一生的夢想與讀書計畫。但是經典浩瀚如汪洋般，如果缺少了指引，難保不會失了方向，徒勞而無功；而且如果只讀經而不解其義，解其義又不能如說修證，則不免淪為「說食數飽」，與消解煩惱、淨化心靈終究是了不相干。

聖嚴法師便說過，他「一向主張『古為今用』，佛經不是僅供信仰持誦的，更當『如說修行』，應用於每一個人的日常生活之中。」法師也指出：「『解義』是對聽到、讀到的任何

學問都能了解其內容。這又可分成兩個層次，第一種是從語言文字的表面去理解，望文生義，卻不一定是真的意思；第二種則是以自己對人生的體驗及對佛法的修行來通達、識透文字的內涵，根據實際經驗，根據證悟層次之不同而有不同的體認。」

由於聖嚴法師特別重視觀念與實踐，所以「義理透澈」、「善巧實用」便成了法師解經的兩大特色；尤擅長以深入淺出的方式，引導讀者了解經文本意與內在精神，並常以其一貫睿智幽默的譬喻，提示大眾如何將佛法的智慧與慈悲，落實在生活之中，讀後總讓人有當頭棒喝、如夢初醒之感。

【隨身經典】系列所收錄的文稿，都曾經在《法鼓》、《人生》雜誌連載過，部分則曾經出版過一般通行開本。內容形式有的是依傳統的講經方式，逐字、逐句解釋，讀者得以循序漸進地深入；有的則是從經典中，一段一段或是一句一句地摘錄下來，濃縮成幾個主題單元，以提綱挈領的方式讓讀者很快掌握到全本經文的重點。

以主題單元來講解一部經，這應該是聖嚴法師的特色之一，也是法師的慈悲善巧。在《修行在紅塵——維摩經六講》一書的自序中，法師便特別說明，這樣做「是爲了因應現代一般人的需要」。

值此之際，或許有著所謂世紀末的焦慮與不安，但卻也是法鼓山的「祝福平安年」。法鼓文化謹以「隨身經典」系列的出版，感恩三寶的加護；更祈願所有一切眾生，皆得身心平安，以更多的慈悲與智慧，共同邁向新的二十一世紀。

法鼓文化編輯部 謹識

一九九九年二月

【目錄】

編者序

3

四如意足講記

11

四如意足是四種定境

11

修證次第中的四如意足

15

四如意足的內容

21

四如意足即是四種三摩地

29

四如意足即是四神足

四如意足為何稱為四神足

四神足不是神足通

47 43 39

四如意足

四如意足是四種定境

四如意足是基本的佛法，是四種定境，又名四神足或四如意分，是三十七道品的第三科。三十七道品是修道的重要資糧，共有七科，也可稱為七個階段或七個層次，依次為：四念處、四正勤、四如意足、五根、五力、七菩提分、八正

道分，加起來一共是三十七項，因此稱爲三十七道品。在此之前，已經分別講過第一科「四念處」及第二科「四正勤」。

四如意足的梵文叫作 *catvāra ṛddhi-pādāḥ*，是得神勝如意的四種定，名爲神足，又可稱作爲神妙的、神奇的力量，但其真正的意思是有四種神妙的腳，是以定爲足。如意足，是神用自在、自由自主。可以根據自己的心願、意志，不受外境的影響；可以約制內心的煩惱，不會表現成爲不善的動作及語言。

一般人修行禪定，目的是在希望入定，在定中，自然不造惡不善業，暫時不起煩惱、痛苦，然而並未能從潛在的煩

惱隨眠，永得解脫，出定之後，瞋怒驕慢等心還是存在。若依佛法道品的次第修行，由四念處、四正勤、四如意足，繼續修習增上，便能以觀慧及禪定之力，將煩惱由粗而細，逐層伏斷。

以中國禪宗的修行來說，雖然是重視開悟的，但開悟並不一定要入次第禪定，只要能夠見到自性或空性，便算開了小悟。開了小悟，並非完全沒有煩惱，而是清楚知道自己的煩惱並沒有斷，也清楚知道自己的心有時候沒有辦法控制自己。因此，有一些所謂已經見性了的修行人，他們還是有許多的煩惱習氣，不論是在語言中或是在動作中，會表現出不

清淨的情緒以及不清淨的行爲。因此，見性之後的人還是要多聞薰習、打坐、修定。禪宗是先用觀慧入門，若無基礎的禪定工夫，想要一悟徹底是很難的，故在一悟再悟之後，仍得繼續修行。

修證次第中的四如意足

四如意足在五個修證次第中，屬於第二個次第，名爲加行位。所謂五個修證次第，是聲聞法的從初修習而至解脫涅槃，茲介紹如下：

一、資糧位：資糧也叫作道糧。就像過去的人在出門的時候，先要隨身準備著路上吃喝的乾糧及飲水等。是指三賢位：五停心、別相念處、總相念處。此位初伏

三界見思二惑。見惑是指知見、觀念的迷惑，包括身見等，思惑是指心理迷亂的煩惱，包括貪瞋等。

二、加行位：準備了路糧之後就要上路了，往什麼地方走呢？是往解脫的路上，努力前進。此位乃四善根位，是指：煖法、頂法、忍法、世第一法。此位續伏三界見思二惑。

三、見道位：始發無漏正智，始見未曾見過的真諦；小乘初果位，大乘初地。《俱舍論》云：至四善根的四，於世第一法的無間道發無漏正智，即以十六行相，次第觀欲、色、無色三界四諦之中，通過十五行