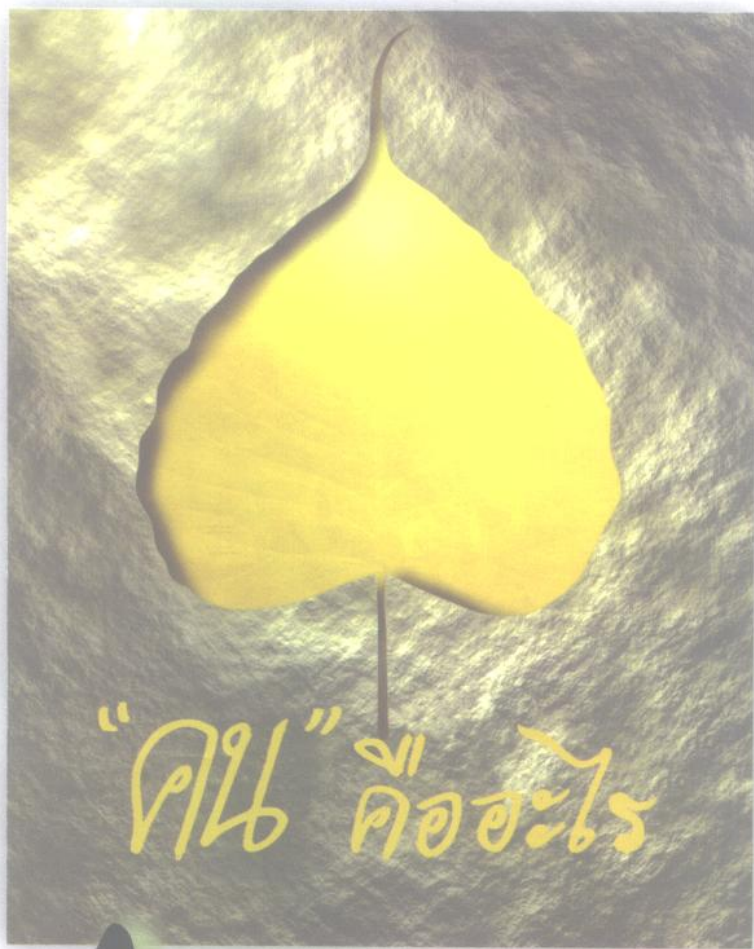




是什麼

善地阿索的導師
菩提善護 尊者著

人是什麼

【 非 賣 品 】

著 作 者 菩提善護 尊者

譯 者 釋 紹 莊

封面設計 陳 喜 圓

結 緣 處

1. 嘉義新雨道場

台灣 嘉義市水源地 33 之 81 號

電話：886-5-2789254 傳真：886-5-2755094

2. 妙 空 寺

台灣 台北市文山區老泉街45巷4號

電話：886-2-29394412；0920-485002

3. 天荷蘭若

台灣 高雄縣大社鄉翠屏路112巷14~3號

電話：886-7-3536169；0926-290172

修訂再版 2001.1. 1300 本

ISBN 957-86700-85-0 (平裝)

【保有著作權，若要倡印流通，請洽：嘉義新雨道場】

生命海中

茫茫世界迷於五欲

沒有盡頭的流轉

明
法
比
丘
象

辛
巳
年
二
月
八
日



作者 菩提善護 尊者 (Pra Bhodhirak) 簡介

・一九三四年六月五日生於四色菊 (Si Sa Ket)。未足歲父親去世，母親再嫁 (一九五五年歿)。同父異父之兄弟姐妹有九人，排行老大。

・畢業於專科技術學校，未出家時服務於電視台。為人兄長的義務結束後，三十五歲 (一九七〇年) 十一月七日在北欖府 (Samut Pra Darn) 法宗派的「無憂寺」出家。

・出家後持戒精嚴，依律而住，如不持金銀、不穿鞋、不食肉、日中一食、不積蓄食物等，以致得到大眾的敬仰，但因為批判泰國傳統佛教，言詞激進，受到長老排擠，在一九七三年四月二日脫離法宗派，進入大宗派，但同樣的情形再度發生。一九七五年八月六日，宣布脫離上座僧團，帶領徒眾自立僧團。雖然還是一直受到上座僧團的攻擊，但仍秉持一貫作風，嚴持戒律，關心政治、社會動態及自然資源的保護。

・現今有五處「善地阿索」道場：

1. 曼谷 Bang Kok
2. 四色菊府 Si Sa Ket
3. 那空沙旺府 Na Khon Sa Wan
4. 佛統府 Na Khon Pa Thom
5. 那空吧是嗎府 Na Khon Bat Cha Sima

是現今泰國公認持戒最嚴格的道場，比丘長期在此五處道場居住，但時常變換住所，每年選舉住持。

· 道場風格：

1. 素食（可食蔥蒜）。
2. 日中一食。嚴禁香煙、檳榔。
3. 除生病外，凌晨四時至十八時間禁止睡覺。
4. 禁止穿鞋。不用僧袋和傘。不持金錢和裝飾物，不以物易物，任何東西都沒有所有權。
5. 戒除任何加持。不點法粉、唸咒（譯注：泰國有吉慶時，會請比丘蒞臨，點三點白粉，以示吉祥）。不造小佛像（譯注：泰國人將小佛像視為護身符，是神奇感應的象徵）。不做靈符、感應之事。不以供奉火、煙、水為媒介。
6. 誦經說法不收錢。

【目 錄】

- 1 前言：人是什麼？為什麼非常重要？
 - 3 是人是僧
 - 5 解剖人
 - 12 生命的四項要素
 - 21 人到涅槃之間的事
 - 28 知味不執味
 - 31 苦樂的生起
 - 34 學習滅苦
 - 37 立刻殺五根的煩惱
 - 39 四念處（一）
 - 46 學習成為阿羅漢的階段
 - 48 佛土在哪裡
- 52 從菩薩到辟支菩提佛（補處菩薩）
 - 57 四念處（二）
- 62 禪或無色禪，睜眼或閉眼的異同
 - 107 阿羅漢裡的深遂
- 111 神通——非常的知識
 - 135 正念和業處

- 137 什麼是護教？
 - 141 修行
- 143 最必要的愛欲
 - 156 聖者的方向
- 158 誰將成為佛陀？
- 164 三種愛欲的情形
 - 182 人的「有」
 - 193 脫離惡道
- 199 不同層次的愛
- 203 佛陀有沒有愛
- 208 認識真實的阿羅漢
- 211 如何成為佛教徒？
 - 236 涅槃
- 242 用修行的方式幫助佛教
 - 245 阿羅漢與死亡
 - 252 受想滅
- 257 結束「人」後是什麼？

前言：人是什麼？為什麼非常重要？

我對於「人」這個字很感興趣，是否有人曾經和我有同樣的想法？

泰語「人」有名詞和動詞兩種詞性。名詞用法的「人」意思是「人類」、「高尚的動物」。當動詞時，有「拌勻」、「促使調和在一起」、「塗抹」、「攪拌」的意思。綜觀這兩種詞性的意思，可以得到一個結論：人因為因緣、行為的攪拌、混合，而產生了永不停止的輪迴。從另一個角度來看的話，如果某一個人不再將因緣和業匯入生命（停止攪拌），那麼他就不稱作「人」了。

也許我們會懷疑，此時他處於什麼樣的狀態呢？事實上，停止了因緣和業的調合，停止攪拌，就停止輪迴，證得真實。因此如果我們希望與清淨相應，不摻雜到污濁的事物，就要停止攪拌，如實地看待事物。

就拿「魚露」作比方吧。一隻杯子中盛著清水，如果有人將糖漿注入杯中，不加以攪拌的話，水和糖漿便不會調合在一起，杯中除了有清水外，還多了糖漿，我們可以說，這是「一杯水和糖漿」。清水是清水，糖漿是糖漿。

如果再加進一些魚露，也不加以攪拌，於是杯子中有了清水、糖漿、魚露。因為沒有混合在一起，仍舊呈現出它們的真實面貌，我們還是可以看出杯中的三種東西。

倘若將這杯水加以攪拌，於是水、糖漿、魚露混合在一起，形成另一樣東西，乍看之下，無法得知它的原貌。因為原本的事物已經混

合過，變成另一種新的東西。

如果這時候生起正知正念，仔細地檢驗、證實，才能知道這杯東西被混合之前的狀況。這種清楚的覺知奠定在沒有迷惑的觀察之上，心中不產生疑惑，清清楚楚地了解，就是「明」。

相反地，如果不生起正知正念，就無法如實地觀察出杯中的東西。如果未經攪拌，杯中的清水、糖漿、魚露仍舊保有原本的樣子，比較不容易產生誤解。當這三樣東西在杯中充分混合後，呈現在我們面前，只被告知說，「這是一杯美味的飲料」，這時光憑眼睛看，根本無法了知原貌。我們看見的就是這麼一杯飲料，看見它的顏色，嚐到它的味道，並被告知說，是一杯美味的飲料。事實上，「美味的飲料」是後來附加上去的，代表著清水、糖漿、魚露的混合物，因為心的執取，便有了這麼一個東西，並認為它是真實存在。

同樣地，在生活中也有著許多攪拌和混合過的事物，如果我們看不清楚原貌，並執取為實有，便永不停止地輪迴。如果能夠在面對事物時生起正知正念，如實觀察、如實知道，便可以遠離無明，達到解脫。

是人是僧

一般來說，當人類停止了攪拌，就成為「僧」。

這裡所說的「僧」不是指「學習僧」，學習僧雖然剃除鬚髮，穿著袈裟，但是除了這些外在標誌，他還是凡夫——還沒有足夠的德行，無法如實知解，還有迷惑。他委身於僧團的規章系統，心中摻雜有煩惱、愛、執著，還是個有攪拌的人類，所以稱他為「學習僧」或「凡夫僧」。如果這位學習僧能真實地看到自心的攪拌，看到了自己心念的生起，他就可以朝正確的目標精進，停止攪拌，重生為「真實僧」。這樣的過程和果報成熟的性質一樣，是憑藉著業力轉變的。

另一方面，如果有人沒有剃除鬚髮、穿著袈裟，但是他如實知道自心，停止攪拌，那麼還是稱他為「真實僧」，或是「聖賢僧」。

由人到僧，解脫的關鍵就在攪拌。攪拌的心將會混濁、愚昧，於是「苦」隨之生起，凡夫無法理解這一點，耽迷於無常的短暫快樂，日漸沈迷。當一個人解脫了，能夠如實知見到這些攪拌的情形，他絕不願意讓自己的心處於這種狀態。

那麼，

到底是什麼在攪拌？

要停止什麼在內心攪拌，才稱為「苦盡」？

攪拌來自何處？

攪拌是什麼？

要如何停止攪拌生起？

當我們知道了這些問題的答案，就能夠如實知見。

在解答以前，我事先聲明：我會用最平實的語詞來解釋這些問題，儘量使大家理解到真實的本質。我也會反覆地說明，希望能使大家找到答案。但是，正因為必須使用語言才能解釋清楚，所以也懇求各位，不要執著於語言本身，也許有些字句使用得不夠恰當，但目的是為了引導各位碰觸到真實，所以請不要執取文字。特別是曾精研佛法的人，也許曾修習、鑽研論典，如果在我解說時產生了懷疑，請暫時擱置下來，傾聽我的說明。

解剖人

一、人與車的比較

人由兩種成分組成：身、心（或意、識）。汽車也是由兩大部分組合而成：車體、車的動力。

將人和車作比較，並不意味著兩者的價值相同，只因為車是較常見的東西，解說起來比較清楚。人類的身心當然更為細緻、深奧，車子只是運輸工具，人類的能力何止如此。

當車子尚未發動時，即使車體完好無缺也無法動彈。就像人沒有正知（sampajāna）的時候，也許發呆，也許熟睡，這時對於周遭的一切又像了解又像不了解，聽到了如同沒聽到，看見如同沒看見，不知道是香是臭，無法辨別苦甜，就算被搥被打也沒感覺，但是這個人還沒死，身體還在，心（或意、識）也存在，只是沒有「點燃」而已。這時心在「有分」（譯按：參考 86 頁）裡，稱為「心掉入有分」，處於沒有「識」的狀態。

雖然沒有知覺時，人處於幾近於死的狀態，但生命還是在的。如同汽車一樣，未發動的車雖然無法執行運輸工作，但它還是蘊含著能量，當引擎點燃後，車子發動了，便可以行駛。人也是一樣，恢復知覺後，對於環境又有了覺受能力，清楚地知道四周發生的事。

「知道」，是經由「眼、耳、鼻、舌、身、意」，佛學名相中稱為「識」。

二、識是什麼？

「識」就是「心」。當內心「知道」某事時，就生起了識，由於

知道事情必須經由眼、耳、鼻、舌、身、意，所以又將此六項稱之為「六根」或「六門」。一般人認識事物一定要依賴六根：眼視物、耳聽聲等。當然也有例外，如果有人不用眼睛能看、不用耳朵能聽，那就是「天眼通」、「天耳通」，屬於意根的範圍。

佛法對識的解釋非常詳盡。有些人將識理解為「心靈的一分子」，雖然沒有錯，但極為粗淺，就好像瞎子摸象一樣，當碰觸到大象身體的一部分時，就以為已經認識到大象的全部了，而大象的真正體積也許是瞎子認知中的好幾倍大，更別說象的確切外形了。

也許我們會問：「識是什麼形狀？」、「識如何生起？」、「識如何運作？」，事實上，識就像能量一樣，存在於空氣中。如同聲音被發出後，能量存在於空氣中，能夠被儀器攫取，表現出聲波的振動頻率。人類的「識」也可以經由腦波的偵測儀器，表現出它的頻率。

聲音具有作用，卻沒有自性，聲音會生起，也會消失，有生有滅。同樣地，聲音生起時耳識隨之生起，聲音消失時耳識也消滅。如果我們聽過一句話後再次回想，就像是在腦海中將聲音重播一樣，這時識再度生起，也就是又產生了能量。不過因為是回憶，所以再度生起的識是「意識」，不是先前的「耳識」。

從這個角度來看的話，識存在於空氣，它隨時因為外界的事物而生起：也許是物體，於是眼視物而生眼識；也許是聲音，於是耳聽聲而生耳識。當識生起，也就是某種能量生起，當這個能量狀態的識消失時，就存在於空氣中。識是沒有自性的，既然存在於空氣中，那麼何時會消滅呢？

大體上來說，當一個人產生了識，即使再細微都不會自動消滅，

也不會減少。當這個識的主人結束了生命，並投胎為另一個新生命，他所產生的識也隨之而去，不會消失、減少，只是轉變形態、地方。生命體似乎轉換了，能量還是緊緊地跟隨著。

識既然是一種能量，就不一定要等到生命體結束才能轉變形態，如果有別的事物與它組合，它也會隨著這些因緣轉變。

識的轉變是個很深奧的問題，也許要花幾億年，識才會轉變。例如人們對太陽的認識，因為太陽的衰退非常緩慢，所以因太陽產生的識也大致相同，就算換了生命體，和太陽有關的識仍舊不會改變。有些識的轉變要幾億年，有些就很快，可以馬上看見，甚至快到無法把握的地步。當然，如果心執於無明，那麼識轉變的時間就更久了。

所有的事物，大至宇宙的，或是比分子更微細的，都靠我們的心（或意、識）來認識。

話又說回來，汽車要使用時才會發動引擎，點燃能量。而人平常幾乎都是處於覺醒的狀況，人點燃自己的心靈，徹日徹夜地使用著。縱使睡眠時，也有輕微的心理活動——作夢。作夢就是心在工作，各種記憶顯現，焦躁、生氣、煩惱隨之生起；因此如果我們有煩惱，睡眠中的煩惱便會來打擾禪定力，而修行會因為這些煩惱而出現各種情況。這些記憶（想）、煩惱、愛，影響我們的所作所為。

三、地.水.火.風

身和心是組成人體的兩大要素。在「身」方面，可略分為四個成分：地、水、火、風，稱為「四大」。

「地」是指堅硬的物質；「水」表示流動的物質；「火」就是熱氣、暖氣，或是其本身的溫度，火有著神奇的能力，可以改變物質；

「風」是指飄動、搖動的物質。

人體由這四種元素組成，且缺一不可。

至於「心」相當於能量。

四、名與色

佛法將身心粗分為「名」和「色」。身體是「色」，代表物質。心理是「名」，代表能量（但比能量細膩）。

身體不用解釋太多，因為它是外在的事物，很容易看見。就像我們看得見樹木的生長情形，可以紀錄它的變化。身體方面的問題也是一樣，因為看得見，所以產生的問題比較容易解決。

「心」則較為複雜。如果人沒有了「心」，就成了植物人，整個生命型態和植物一樣，只要有空氣、食物等物質，就可以生存。因此「心」是人類的關鍵，但是「苦」也是生長在這個地方。

樹木只要有空氣、水、養分就能生存。但是人更複雜，他焦慮地奔走，尋找快樂，得到了，就高興得像是在天堂，得不到就痛苦得像是在地獄。這種種的情緒，都是由心、識引起。為什麼呢？當心有了執著，無論所執取的是有形的物質，或者是無形的情緒，只要起了執著的話，就產生了苦和樂。

人體是「色」，像汽車一樣屬於物質，由地、水、火、風四大元素構成。如果沒有心靈就純粹是物質，毫無苦樂可言。好比我們敲石頭、劈木柴，這些物質不會產生任何情緒。

人體和車體有什麼分別嗎？我們看得見人體成長。車體也可以成長，當它被製造時，由各種零件組合而成，由沒有到有，這種方式的成長，我們也看得見。

但是人和車終究不同，車沒有「心」，它不迷惑、不執著，它不會思考，也不可能有智慧。車子沒有感覺，所以沒有苦和樂。

人呢？除去了「心」的這個部分，人體也是物質，人體也沒有感覺，不知道什麼，沒有痛苦、舒暢，沒有香甜、苦樂。因為身體是「色」，是物質，物質不會思考，沒有感覺，不能理解事情。

具體地說，「色」是手抓得到，眼睛看得見的物質。至於憑感覺或認識才能產生的是「名」。

五、深奧的名

「名」是認識、感覺。

如果仍然以車為例，名就是汽車的能量、動力。當汽車的引擎發動了，原本靜止的車體，變成了有動力的運輸工具，於是「以物質為主」的狀態轉變為「以能量為主」的狀態，也就是「由色變成名」。

同樣地，如果人的心覺醒了，恢復各種感覺、思想的能力，心離開了「有分」而具有活動能力，成為身體的主人。

當駕駛不小心撞到了柱子，車子變形了，車主就會感到難過，但車體本身並沒有感覺。身體也是一樣，它不會感覺痛癢，是心——身體的主人——在感受。就算是身體被打被揍，也是心在感受、認識。

如果車子丟了，車主必定會焦慮地奔走尋找，也許他會憂愁、哭泣，甚至喋喋不休，如果真的找不到時，就只好找另一部車代替。當車子過於老舊時，也有換新車的需要。不管是什麼情形下換車，如果車主執著「車」是他最有價值的東西，那麼他總是會保有一部車。

心也一樣，它需要依附身體，認為是不可或缺的，當身體減去時，便會奔走尋找新的身體。如此一來，心就又再生了。除非到了涅槃的

解脫境界，否則這樣的輪迴是無可避免的。

六、色的裝飾

如果車主是位愛車人，他認為車子屬於自己，非常珍愛它，早晚擦拭、打臘，並且在車內改裝了豪華的配備。但是，車子本身並沒有任何感覺，只是車主沈迷其中罷了。

車主裝飾車的情形，如同人裝扮自己的外表一樣。身體根本無法思考，有所期待的是「心」，身體是物質，不管穿著什麼，它都不可能知道，就算不穿也無所謂；怎樣去畫它的臉，它也不知道（如果身體知道的話，也許會叫說，「不要擦擦塗塗了，黏黏的，很不舒服！我只要乾淨就好了！」）。

化妝品的出現使人迷惑，覺得這樣才美麗。事實上，化妝真的使人變漂亮了嗎？漂亮、美麗只是形容詞，沒有確切的標準。世界沒有了漂亮和美麗不會滅亡，人沒有了它們也可以生存，但如果缺少了生命的四種必須品（四資具）：食物、衣服、住所、醫藥，就真的會死，因為這些是維持生命的重要物質。

美麗不是生命的必要元素，只因心受了煩惱的指使，執取「美麗」這個形容詞。也許大家會好奇：這個指使心的「煩惱」是什麼？它都作些什麼事？

煩惱是我們的敵人，它的動作很迅速。它來自欲念，與心合作，裝飾心。它指揮心作事：「去打扮，去塗抹，去包裹....」。心中沒有煩惱的人，遠比美麗的人還快樂，因為真實的快樂無法靠裝飾獲得。

大部分喜歡打扮的人，是要迷惑對方。比如女性打扮自己，是為了吸引男性注意，因此她必須打扮得引人側目。將各種色彩加在自己