

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第一章　佛教基本理论和知识

上下及四维　无能尊我者

语见《普曜经》。原文如下：

佛初生刹帝利王家，放大智光明，照十方世界。地涌金莲花，自然捧双足。东西及南北，各行於七步。分手指天地，作狮子吼声：“上下及四维，无能尊我者。”

说的是佛出生时的种种灵异。

又见《五灯会元》卷一：

世尊才生下，乃一手指天，一手指地，周行四步，目顾四方曰：“天上天下，惟吾独尊。”

我没有愤怒没有思想障碍

语见《经集》第二章《特尼耶经》。世尊与牧人特尼耶求雨时世尊所说。（《经集》为巴利文佛教经典）

小千世界、中千世界、大千世界与三千大千世界

语见《长阿含经》。原文如下：

佛告诸比丘：如一日月，周行四天下，光明所照，如是千世界。千世界中，有千日月，千须弥山王；四千天下，四千大天下；四千海水，四千大海水；四千龙，四千大龙；四千金翅鸟，四千大金翅

鸟；四千恶道，四千大恶道；四千王，四千大王；七千大树，七千大泥黎，十千大山，千阎罗王，千四天王，千忉利天王，千焰摩天，千兜率天，千化自在天，千他化自在天，千梵天，是为小千世界。

又见《阎浮提洲品》：

一小千世界，尔所小千，千世界，是为中千世界；如一中千世界，尔所中千，千世界，是为三千大千世界。

这是说，一千个世界为一“小千世界”；一千个“小千世界”为一“中千世界”；一千个“中千世界”为一“大千世界”。因“大千世界”中含有小千、中千、大千三种“千”，所以又称“三千大千世界”。三千大千世界是佛教宇宙中的一个基本单位。其中的世界有一定的组织形式，而且，更重要的是，它们一起生成，一起发展，一起毁灭。

又见《起世经》：

此三千大千世界，一时转合；一时转合已，而还复散；一时转散已，而复还合；一时转合已，而安住。如是世界周匝转绕，名为败坏；周匝转合，名为成就；周匝转住，名为安立。

可知三千大千世界在宇宙中像星系一样，围绕一中心旋转运动，它自身也在周匝旋转运动着。而且它们一起成就，一起被烧毁，共同形成一个同步循环的有机整体。

不苦不乐

语见《俱舍论》。佛家有三受之说。受，指领纳外境。三受，指苦、乐、舍。苦受，指领纳违情之境，心感苦恼；乐受，指领纳顺情之境，心情安乐；舍受，指领纳不顺不违之境

而舍离苦乐，即不苦不乐。

三界

“三界”是佛教一个重要的概念，指欲界、色界和无色界。依《华严经》等佛典说，欲界众生欲望最多，主要有四种：一是情欲，二是色欲（即物欲），三是食欲，四是淫欲；色界众生的欲望较少，主要有两种，一是情欲，二是色欲（物欲）；无色界众生的欲望最少，只有一种情欲。欲界是“欲强色微”，即欲望强盛而物质环境相对而言比较差；色界是“色强欲微”，即物质环境或物质现象相对而言比较精妙，而众生的欲望比较少；无色界是“色绝欲劣”，即那里没有物质现象，纯是精神世界，众生的欲望虽少却有外邪之嫌，故云“欲劣”。欲界的众生主要指生活在佛教的物质世界，包括四大洲上、海水或地狱中以及须弥山上的两重“地居天”和最靠近大地的天空中的四层天界上的生灵。欲界众生的主要特点就是受强烈欲望的支配和煎熬，我们人类就是其中之一。

欲界中有六层天界，也就是六重天堂。欲界天堂有着种种欲望的满足，有园林胜景、金银财宝、美酒佳肴、曼妙声色等等，所提供的多是感官的快感和愉悦。而在色界和无色界的天堂里，感官欲望减弱乃至消失，所享受的是生命净化或精神自由的愉悦。

色界在欲界六天之上，有四个大的层次，称“色界四天”或“四禅天”。每一禅天又分几重天界。一般说是初禅三天，二禅三天，三禅三天，四禅九天，共十八天。也有说十六天、十七天乃至二十三天者。色界仍有物质现象，这是它所以称为“色”界的原因。其中的生灵有物质的身体，有所居的宫殿国土。但据说这里的物质与欲界的物质不同，更加细微精妙；是

需要全本请访问 www.ertongbook.com

一种殊胜形色的存在。色界众生从初禅天开始，便已断绝了粗俗的口腹之欲。每上一层天，感官欲望的追求便有所减弱。至四禅天，生理上的苦或乐的感受已完全消失，只感受经过净化的思维或意识的愉悦。

无色界分为四层，称“四无色天”。无色界是纯粹的精神世界，既无形色，也无任何方位场所。其中的生灵既无物质的身体，也无物质的国土宫殿，只有精神的“我”存在。佛典一般说因无色界无形色。所以“不可说”。

十二因缘

语见《增一阿含经》。原文如下：

佛在舍卫国祇树给孤独园时，告诸比丘言：“今当说生死因缘法，善思念之，修习其法。”比丘等白佛言：“唯，世尊，谨欲受教。”佛言：“所谓因缘法者：无明缘行，行缘识，识缘名色，名色缘六处，六处缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老病死。忧悲苦恼不可计，如是成就五阴身。

“何者名为无明：不知苦，不知集，不知灭，不知道，是名无明。

“何者名为行：身口意三种行为，是名行。

“何者名为识：眼耳鼻舌身意之六识，名为识。

“何者名为名色：于思想分别名为名，如四大所附名者为色，名与色各异，故曰名色。

“何者名为六处：眼耳鼻舌身意之六根，识之入处，故名六处。

“何者名为触：识依根而触知境，此三和合，名

触。

“何者名为受：对境感苦痛与悦乐，为之受。

“何者名为爱：起欲爱、有爱、无有爱之三，而爱著其身，名爱。

“何者名为取：深爱者，坚取而不放，名取。

“何者名为有：受欲界之生，色界之生，无色界之生，名有。

“何者名为生：感业报，生五阴身，名生。

“何者名为老：众生身齿落，发白，气力劣，寿命日衰，是名老。

“何者名为死：一切众生，变易无常，五亲相分，五阴身命断灭，是名死。比丘当知，是名生死因缘法。”

又见《十二因缘论》。原文如下：

十二因缘者，烦恼与业与苦三法迭共因缘而言也。初“无明”与第八“爱”、第九“取”，是烦恼也。第二“行”、第十“有”，是业也，余之“识”、“名色”、“六处”、“触”、“受”及“生”、“老死”七者，是苦也。由烦恼生业，因业生苦，因苦生烦恼。此烦恼与业与苦，三种互相生而不住，如轮之转也。

佛教认为，世间一切事物，都由于因缘转合而生成、流转变化的，有因必有果。由于有烦恼，所以产生业，由于业力的作用，世间一切有情就在苦中生活。这是佛教的一个基本理论。

一切众生依我见而颠倒分别，颠倒分别惑也

语见《法集经》。原文如下：

摩诃陀国王问佛言：“世尊，一切众生因何造业？”佛告王言：“王，一切众生依我见而颠倒分别，颠倒分别惑也，惑固造业，造业故不能解脱也。”国王又问言：“世尊，我见从何而起也？”佛答曰：“王，我见以无明为根本也。”王更问：“世尊，无明以何为根本也？”佛告之曰：“王，无明者，违理之作意为根本。”王更问：“世尊，违理之作意以何为根本？”佛答：“王，违理之作意，不平等心为根本也。”王更问：“世尊，不平等心者何也？”佛答：“王，从无始以来，实不如知者，谓不平等心也。”王更问：“世尊，无始以来，实不如知者何？”佛答：“王，从无始以来，实不如知者，无者计有者也。若于一切法离尘离见语者，真实语也。”

这段话中蕴含的佛理，参见杨全先生《佛教圣典》译述：摩诃陀国王问佛：“世尊，一切众生为什么会有种种不正确的身心行为呢？”佛对王说：“王，一切众生由于主观地自以为是而产生颠倒的认识，颠倒的认识是一种迷惑，由迷惑而有不正确的身心行为，所以不能摆脱生死轮回。”国王问：“世尊，这种主观的妄见从哪里来？”佛说：“主观妄见以无明为根本。”王问：“世尊，无明以什么为根本？”佛说：“无明以违背理性的动机为根本。”王问：“世尊，违背理性的动机以什么为根本？”佛说：“违背理性的动机以对待事物的不平等心为根本。”王问：“世尊，不平等心是什么？”佛说：“从无始以来，根本不知事物的绝对本性，妄起分别，叫做不平等心。”王问：“世尊，从无始以来，根本不知事物的绝对本性又是怎么回事？”佛说：“从无始以来根本不知事物的绝对本性，就是以‘空’为‘有’。若对一切事物能摆脱迷惑不拘泥于表面，就会有真

切正确的把握。”

世间受生者，皆由著我；若离著我，则无世间受身之生处

语见《地持经》。大意是：世上处在轮回中的生命的出生，都是因为众生执著于那个由地水火风四大假合的自我，若不执著于这种本是虚妄的自我，则转世的生命便失去了投生之处，欲界、色界、无色界三界之苦也就没有了。

大体相同的意思也可以参见《般若经》里的一段话：

> 念是身我也，故起身业；念此语我也，故起口业；念此意我也，故起意业；便起悭贪，犯戒，起忿恚，起懈怠，起散乱，起恶心，破六波罗蜜多。如是之人，不名菩萨也。

这些话意在指出人的恶业来源于人的顽固的我见。

戒是一切善法之根本

语见《涅槃经》。原文如下：

> 戒是一切善法之梯蹬，亦是一切善法之根本也，如地，悉是一切树木所生之本也。

佛教是非常讲究戒的宗教，按照我们最通俗的理解，实际上就是要人们对自己的身心行为有所约束，使之符合善的要求

戒定慧，曰解脱之道

语见《解脱道论》。原文如下：

> 戒定慧，曰解脱之道。戒者威仪之义也，定者不乱之义也，慧者知觉之义也，解脱者离束缚之义也。又戒除恶业垢，定除缠缚垢，慧除见使垢。又三种善别之，戒为初善，定为中善，慧为后善。何故戒为初

善？于精进则持戒人不退，以不退故喜，以喜故乐，以乐故心定，谓之初善也。定为中善者，以定，一切如实知见故也。慧为后善者，既如实知见故不迷，以不迷故离欲，以离欲故解脱也。

这里讲的是戒、定、慧三学的作用以及关系。佛教的这一理论不仅仅适合于宗教，而且具有普遍适用性。寻求解脱固然需要如此，要把事情办好又何尝不需要如此？

欲得净土，当净其心，随其心净，则佛土亦净

语见《维摩经》。原文如下：

“宝积，菩萨饶益众生，故说法净；随说法净，则智慧净；随智慧净，则其心净；随其心净，则一切功德净；一切功德净，故住亦净也。欲得净土，当净其心，随其心净，则佛土亦净。”时舍利弗疑曰：“世尊，若菩萨心净则佛土亦净者，佛在菩萨位时，意不净也？如何此土如斯不净？”佛告之曰：“舍利弗，日月非不净，而盲者不见，是非为日月之过也，为盲者之过也？”舍利弗答言：“非日月不与之见，盲者不能见之罪也。”“然，舍利弗，今土虽净，汝者不能见之，何也？智慧眼未开也。”

我们常常讲“心静自然凉”，与佛的这段话的意思是大体相近的。在日常生活中，往往是境随心起，若自心不净，又到哪里去寻找净土佛国呢？

我佛法中，以心为主，一切诸法，无不由生

语见（心地观经》。大意是说：在我们的佛法中，以心为一切的主宰，万事万物，无不由心而生。

心佛及众生是三无差别也

语见《华严经》。原文如下：

心者，譬如画师，能画诸世间，五蕴悉生。若人心行，普知造诸世间，是人则见佛，了佛真实性也。何则？心、佛及众生，是三无差别也。若人欲了知三世一切佛，应观法界性，一切唯心造。

大意是：人的心如同画师，能画出世间一切的事物，色、受、想、识五蕴都是由心而生的。若人川流不息的心念活动能够遍造世间的一切事物，则这个人就能见佛，就能认清佛的本来面目了。为什么呢？因为心、佛和众生，本来并没有什么差别。如果人们想认知过去、现在、将来一切佛，就必须懂得一切事物都是由心而建立的。

阿赖耶识

语见《大乘起信论》。原文如下：

心生灭者，依如来藏故：有生灭心。所谓不生不灭与生灭和合，非一非异，名为阿赖耶识。此识有二种义，能摄一切法，生一切法，云何为二，一者觉义，二者不觉义。所言觉义者，谓心体离念，离念相者，等虚空界，无所不遍，法界一相，即是如来平等法身也。

所言不觉义者，谓不如实知真如法一故，不觉心起，而有其念，念无自相，不离本觉。犹如迷人，依方故迷，若离于方，则无有迷。众生亦尔，依觉故迷，若离觉性，则无不觉。以有不觉妄想心，故能知名义，为说真觉。若离不觉之心，则无真觉自相可

需要全本请访问 www.ertongbook.com

说。

大意是：心（精神作用，精神现象）的生灭，所本依的是不生不灭的真如本体，因此心才有生有灭，变动不居。在本体上不生不灭，在表现形式上生生灭灭，这两者统一在一起，既不是绝对的浑然为一，也不是绝对的差别各异，这种“心”就是阿赖耶识。阿赖耶识能统摄一切事物，是生化一切事物的本源，它有两种情形：一是觉（觉悟），一是不觉（沉迷）。所谓觉，是说心的本体摆脱了妄念，摆脱了妄念的心，其相状如同虚空，无所不在，万物一相，这便是佛与万物所共有的法身。……所谓的不觉，是说不能确知万物本体的绝对一元性，生出沉迷的妄心，导致相应的妄念，这种妄念本身没有相状，也未离开佛性。就像是一个迷路的人，有了方向的分别才会有路途的迷惑，若舍弃了方向的分别，也就没有迷路了。众生也是这样，有了觉，才出现觉与不觉的分别，从而导致分辨的迷惑，若离开了觉的规定，也就无所谓不觉了。因为众生的心执迷于妄想，所以才能显示出真觉的含义。若众生都摆脱了不觉的心，则真觉的本相就无从说起了。

种种世法皆由心造

语见《般若经》。原文如下：

于一切法，心为前导，若能知心，悉知众法。种种世法，皆由心造。

大意是：一切事物都以心为前提，若能了解心的性质和作用，便能了解各种事物的本性。世间的种种事物都是由心所产生造化的。

佛教强调万法唯识，境由心造，我们在理解这个问题的时候不应该从物质意上去理解，而应该侧重于心对外界事物

的感受性。

三界由心因缘亦然

语见《华严经》。原文如下：

> 了达三界由心也，十二因缘亦复然，生死皆由心所作，心若灭者生死尽。

大意是：应当洞悉欲界、色界、无色界这三界都是由心而产生的，十二因缘的轮回也是一样。有生有死是心的造作，若能灭除心念，便从生死之中解脱出来了。

佛教认为，心的作用十分巨大，外界所有的事物的存在，只有当它们被我们的心所感知时才有意义。同时，对于同一个事物，不同的心有不同的感受，不同的认识，如果认识到了这一点，那么许多事情就可以看开了。

清除我见

语见《密严经》。原文如下：

> 又曰：雪山中有一恶兽，彼见牛现牛形而杀牛，见马现马形而杀马。外道于阿赖耶识所生我见亦如是，依著人，各有差别。外道不知唯识之道理，生我见，强分别有或无，一或多。观行之人，于识，清除我见。行者自修习，又劝为人说。

大意是：佛又说：山中有一种恶兽，它见牛便现牛形去杀牛，它见马便现马形去杀马。异教徒对阿赖耶识所持的主观见解也是这样，依各人的观察角度不同而有种种差异。异教徒不懂万物唯识（心）的道理，自以为是，对万物的本体强行分别有或无，一或多。依佛道修行的人，对阿赖耶识不持主观偏见。修行的人自己要修习唯识的理论，也应为他人解说唯识的

真义。

地狱，依凡夫之虚妄分别者

语见《大法矩陀罗尼经》。原文如下：

佛问文殊师利言：“文殊师利，地狱由自己分别而生也，自然而生也？”文殊答曰：“地狱，依凡夫之虚妄分别者，畜生、恶鬼亦然也。我之眼中，无地狱，亦无苦。譬如有人，梦堕地狱；身在大沸镬受苦，忽大悲哀，叫曰：苦哉！家人不知叫者之所谓苦也。”

大意是：佛问文殊师利菩萨说：文殊师利，地狱是由自己的心念造的，还是本来就有的？”文殊回答说：“地狱是凡夫的妄念想象出来的，畜生、恶鬼也是一样。在我的眼中，没有地狱，也没有下地狱的痛苦；比如有的人梦中堕入地狱，身在沸腾的大锅中受熬煎的苦，忽然悲苦哀绝地叫道：苦啊！他家里的人又何尝知道这个人所谓的苦是什么。”

凡诸形貌皆心所为

语见《五苦章句经》。原文如下：

心取地狱，心取恶鬼，心取畜生，心取天人；凡诸形貌，皆心所为，能伏心者，最为多力。吾与心斗，其劫无数，今乃得佛，独步三界。

大意是：众生以他们的凡心谛造了地狱、恶鬼、畜生、天界、人类各种世界。各种事物形貌，都是心的造作，能制服心的人，便是强者。我与心搏斗，经历了无穷多的时间，今日已成佛，独步出三界达到涅槃解脱。

我国的老子曾经讲过，“胜己者强”，确实如此。无论与什

么斗争，最难的就是战胜自己这颗充满了欲望和我见的心。那既不是一时半刻之功，也不是仅凭小智慧就能做到的。

有差别，实无有差别也

语见《般若经》。原文如下：

善现问佛曰：“佛先说，如梦，如响，如像，如光影，如阳焰，如幻事，如寻香城，如变化事，诸法都无实事，皆以无性为自性。然如何得成善恶、有漏、无漏、世间、出世间、有为、无为等之差别法也？”佛告之曰：“善现，世间无闻众生，不知如梦，不知如响，不知如像，不知如光影，不知如阳焰，不知如幻事，不知如寻香城，不知如变化事，故颠倒执著，如身语意作善不善、福非福、不动之业，故有差别，实无有差别也。”

大意是：善现问佛：“佛曾说：世间的事物像梦、声音图像、光影、阳光、幻境、寻香城、变化无常的事物一样，者并非真有其事，而全是以‘无’为其本性的。既然如此，又怎么能形成善恶、烦恼（有漏）、清净（无漏）、世俗世界（世间）、涅槃境界（出世间）、有为、无为等等有差别的事物呢？’佛告诉他说：“善现，世间愚昧的众生正是因为不知道事物像梦、声响、图像、光影、阳光、幻境、寻香城等变化无常的事物一样，所以才以假作真，拘泥于虚幻的假相，他们的身体言语、意识作出善恶福祸以及非善非恶非福非祸的种种行为所以才出现了种种差别，其实从本性看，它们并没有什么差别。”

《红楼梦》中有一副对联：“假作真时真亦假，无为有处有还无”，在佛家看来，世间的一切都是真空假有的。一旦执著

于事物的幻象，就产生了分别心，于是也就有了妄见。

内心现境还缘自也

语见《密严经》。原文如下：

如海水被风击，波浪无停止，境风吹来，识浪生焉。如海水之于风，如地无差别，遮物有异；藏识亦尔；内心现境，还缘自也。

大意是：正如海水被风吹袭，便波起浪涌没有休止一样，各种事物（色声香味触法六境）呈现在面前，人的身心作用（眼耳鼻舌身意六识）便对它们加以分别。像海水和风的关系一样：海水本无区别，随风而起浪，才显出差异；像大地与地上的万物一样：大地本无区别，万物各不相同；事物的真如本性本无区别，只是依各种条件（因缘）而生出不同的事物。阿赖耶识也是这样，内心所呈现出的对事物的种种分别，是阿赖耶识本身造成的，并非事物的本性如此。

六道

佛教将三界众生，按其生活的境界和轮回的归趣，分为六道。六道又名“六趣”，指众生由善恶业因的差别而在轮回中趋向不同的处所，包括“地狱趣”、“饿鬼趣”、“畜生趣”、“阿修罗趣”、“人趣”、“天趣”六类。其生活状况有明显的苦乐之分或苦乐的程度差别。

一、地狱趣：指地狱中的鬼类，大多住在地下。地下有阎罗王主管的八大地狱、十六小地狱等。此道众生最苦，要在地狱中日日受各种酷刑的折磨，而且寿命特别长，漫无尽头。

二、饿鬼趣：此道众生亦为鬼类，大多杂居人间，或住山间旷野等处，人眼不可见。他们大多自身患有各种奇怪的疾

患，备受折磨。如许多鬼天天饥渴难耐，但又由于自身的各种怪症无法吞咽食物或饮水。由于此类饿鬼较多，故将此趣名饿鬼趣，其实远不止饿鬼一种。此道众生身受之苦略强于地狱道众生，但也是难以忍受的。

三、畜生趣：此道众生即指世界上的飞禽走兽，包括家畜和昆虫，多生活在人间，也有在地狱或低层的天堂上。佛教说动物都是前世造了恶业的人转生投胎的，所以又将畜生趣称为“旁生”。

四、阿修罗趣：此道众生似乎介乎鬼神之间，或可说亦鬼亦神。他们居住在大海底或深山幽谷，与人世隔绝。性格易怒，好激动，有勇力和神通，以常与天界发生战斗而著称。其生活境况，从总体来说似比人类强，但地位低于人类。

五、人趣：此道众生为人类，分居于阎浮提等四大洲上，但四洲的人种不同，相互之间隔绝不通。

六、天趣：此道众生是转生天界的生灵，有天神，也有“天人”。天道是六道中最高的层次，这包括欲界天堂和色界，那里的众生身有光明，受自然之快乐，也包括无色界的众生。

六道或六趣的划分，体现了佛教的两个核心原理，一是善恶业报的原理，二是生死轮回的原理。《大乘义章》卷八说：此六种，经名为“趣”，亦名为“道”。所言趣者，乃对因以名果也；因能向果，果为因趣，故名为趣。所言道者，从因名也。善恶两业，通人至果，名之为道。地狱等报，为道所诣，故名为道。

按此说法，六道或六趣体现了善有善报，恶有恶报的因果关系。此六种，称之为“趣”，是侧重于结果方面而言的，果是因的归趣，所以名为“趣”；称之为“道”，是侧重于原因方而而言的，善恶两种业因可使人通向不同的结果。

需要全本请访问 www.ertongbook.com