

歸依三寶的探討

林崇安

（本文編入《佛教教理的探討》第3章,內觀教育基金會,2008 新版）

一、前言

任何宗教都有教主、教義、信徒三要素。教主因體悟宇宙人生的真理而開創宗派，然後將他所體會的道理傳授給信徒。由於所體悟的並不完全相同，因而有不同的宗教出現。佛教以佛陀為教主，稱為佛寶。佛陀所開示的教法，稱為法寶。依照教法實行的僧眾，稱為僧寶。佛寶、法寶、僧寶合稱「三寶」，為佛教徒所歸依的對象。什麼是歸依？《俱舍論》卷十四說：

歸依以何為義？「救濟」為義，由彼為依，能永解脫一切苦故。

由此可知，歸依的目的在於永遠脫離生死輪迴的痛苦。因此，歸依時端身合掌，口念「歸依佛、歸依法、歸依僧」，心裡要深信三寶有使自己脫離輪迴痛苦的能力，如此身、語、意三業清淨，才是真正的歸依，歸依後便成為佛教徒。

二、三寶

什麼是三寶？在字面上，三寶的「寶」表示珍貴的意義，今先探討佛寶的珍貴處。依《菩提道次第廣論》卷四，佛具備四個要點而顯得珍貴：

初者，謂自（指佛）即是極調善性，已能證得無畏位故。若未得此，則如倒者依於倒者，不能從其一切畏中救護他故。第二者，謂於一切種，度所化機，善方便故。此若無者，縱往歸依，亦不能辦所求事故。第三者，謂具大悲故。此若無者，雖趣歸依，不救護故。第四者，謂以一切財而興供養，未將為喜，要以正行而修供養乃生喜故。此若無者，則定顧視先有恩惠，不與一切作歸處故。

由此可知，所歸依的對象，若自己未解脫一切怖畏，則不能救護他人脫離怖畏；若不善巧於救護的方法，則不能達成求救者的心願；若不具大悲心，雖往歸依，不能受到救護；若不以「法供養」為喜，卻以「財供養」為喜，則將依有恩、無恩而有親疏之別，因而不能成為大眾的歸依處。唯有佛陀免除這些過失，具足大悲心、大智慧及大願力，猶如慈母般對待一切眾生，所以是一切眾生的歸依處。

由於佛的圓滿，因而佛所說的「法」及依其教法修行的「僧眾」，也是值得歸依的對象。佛弟子對三寶要深具信心，歸依佛後，就不歸依外道、天魔、鬼神；歸依法後，就要奉行佛法，不傷害有情；歸依僧後，就不和外道共住（以免引起無謂的糾紛）。佛弟子有「道俗七眾」：比丘（須滿二十歲且受比丘戒）、比丘尼（須滿二十歲且受比丘尼戒）、沙彌（勤策男）、沙彌尼（勤策女）、式叉摩那（學法女）、優婆塞（近事男，在家男信徒）、優婆夷（近事女，在家女信徒）。這七眾都是經由「歸依」而入佛門，因而不能一時或忘歸依的目的地——脫離生死苦海。

三、佛寶

「佛」的字義是「覺者」，這有二方面的意義，一為「從睡夢覺」，表示從無明煩惱中覺醒；一為「如蓮花開」，表示智慧（「如所有智」與「盡所有智」）的全面開展。依照大乘的觀點，佛有法身、報身及化身，又可開合如下：

佛	法身	自性身	
		智慧法身	
	色身	報身（具三十二相）	
		化身	最勝化身（具三十二相）
			其他化身（不具三十二相）

「自性身」是指佛心的空性，屬無為法。「智慧法身」就是佛智、一切相智，也就是究竟般若波羅蜜多，可同時現觀「勝義諦」與「世俗諦」。「報身佛」具三十二相，唯居純淨土，所度化的對象是登地以上的菩薩，且只開示大乘佛法。「最勝化身佛」（如釋迦牟尼佛）也具三十二相，所度化的眾生凡聖都有，且依根器的不同，開示三乘佛法。「其他化身」則不具三十二相，是隨類化現，以度化有情。

「最勝化身佛」的佛業，即是八相成道或十二相成道。依《十地經論》卷三及《大乘起信論》，八相為下天、入胎、住胎、出胎、出家、成道、轉法輪、入涅槃。依《究竟一乘寶性論》卷四，十二相為從兜率天下、入胎、出生、受學伎藝、受欲、出家、苦行、詣道場、降魔、成道、轉法輪、入涅槃。

《長阿含經》卷四《遊行經》中，佛陀只強調八相或十二相中的四種：

- 一、念佛生處；
- 二、念佛初得道處；

三、念佛轉法輪處；

四、念佛般泥桓（涅槃）處。

此處的轉法輪是指對五比丘第一次轉「四諦法輪」，後期的《解深密經》卷二，將轉法輪增為三種：

一、以四諦相轉正法輪（四諦法輪）；

二、以隱密相轉正法輪（無相法輪）；

三、以顯了相轉正法輪（分別法輪）。

四、法寶

法寶可分「勝義法寶」及「世俗法寶」。

勝義法寶，指道諦及滅諦。依據佛法去修行後，呈現在心上的聖智（道諦）及所得的「滅諦」，才是勝義法寶。世俗法寶，主要是指佛教的經藏、律藏及論藏等三藏。三藏含攝戒、定、慧三學。經藏是增上心學（依定而收攝散亂之心使心清淨），律藏是增上戒學，論藏是增上慧學。佛陀親自開示的法語，被編集為經藏及律藏，佛弟子們依據經典有系統地解釋佛法的著作，被編為論藏，這些都是世俗法寶。

任何佛教徒歸依後，在法方面，應接受佛陀所開示的「三法印」或「四法印」。佛教與其他宗教的差別，即在於此。三法印是：

一、諸行無常；

二、諸法無我；

三、涅槃寂靜。

例如，印度的「聲常論者」，主張聲音是常，即不合乎第一法印；又如有的外道主張有一「常一自在我」（獨立自主的我），即不合乎第二法印；又如順世外道認為根本沒有涅槃解脫，即不合乎第三法印。另一法印是「有漏皆苦」，有的外道認為四禪的快樂就是涅槃解脫，其實這種禪定之樂還是有漏法，尚未離苦。佛教所有的宗派都承認三或四法印，所以佛弟子們對此應有起碼的認識。

五、僧寶

僧寶也可分為「勝義僧寶」及「世俗僧寶」。

勝義僧寶，指三乘的聖者(聲聞乘及獨覺乘的四向四果，以及大乘中登地菩薩以上的聖者)。世俗僧寶，指四位以上受近圓戒的僧眾(依「說一切有部」的說法)。世俗僧，又稱凡夫僧，依《大乘本生心地觀經》卷二所說，若有成就別解脫戒之真善凡夫，乃至具足一切正見，能廣為他人演說、開示眾聖道法，利樂眾生者，稱為凡夫僧。勝義僧寶與世俗僧寶都同樣值得世人尊重供養。

六、結語

在三寶中，「佛」猶如精通醫理的醫師，「法」猶如醫師所開的藥，「僧」猶如細心照顧的護士。眾生猶如病人，要想去除病苦，就要依靠醫師、藥及護士。眾生要從生死苦海中脫離，就須歸依佛、法、僧三寶。要使病癒，就須確實服藥，同樣，佛弟子們要確實依照佛陀所開示的佛法（如三十七菩提分）去實行，才能達到涅槃寂靜。對不同根器的眾生，佛陀以大悲心平等照顧。有的人只求人天快樂，只要歸依三寶，奉行十善，就可免除三惡趣之苦；有的人只求脫離生死苦海，經由歸依三寶，修聲聞行，最後可脫離六道輪迴之苦；有的人希求利益一切眾生，經由歸依三寶，修菩薩行，最後可拔濟一切眾生之苦。佛、法、僧三寶之值得歸依，就是因為三寶能夠救濟一切眾生脫離痛苦。

惑業苦的探討

林崇安

（本文編入《佛教教理的探討》第4章，內觀教育基金會，2008 新版）

一、前言

「惑業苦」是佛學的重要主題，《俱舍論》卷一說：

由惑世間漂有海。

此中，「惑」是煩惱，「有」指世間。這句話是說，由於惑（煩惱），眾生漂流在世間的大海（有海）中，不斷生生死死。在惑業苦三者中，惑、業是因，苦是果。惑與業配合產生了苦果，因此要斷惑才能滅苦。《俱舍論》卷十九說：

世別皆由業生，業由隨眠方得生長，離隨眠業無感有能。

此中，「隨眠」是煩惱的同義詞。這句話是說：世間種種富貴貧賤的差別，都是由業而產生；而業的產生，則是由於煩惱。斷除了煩惱，則業就不再有招感輪迴世間的能力了。

要斷除生死輪迴的根本，就必須先探討惑業苦的形成過程，稱做「流轉門」；而後才知道如何滅除惑，使苦不再生起，這種過程，稱做「還滅門」。

以下的探討，在惑方面，略述十隨眠；在業方面，以十業道做重點；在苦方面，以三苦為重點。此中，並以《俱舍論》為主要的依據。《俱舍論》是闡述「說一切有部」的思想，但作者世親菩薩當時已偏向「經量部」的觀點。

二、惑

惑的同義詞有煩惱、纏、結，在《俱舍論》中，煩惱又稱為隨眠（但在唯識宗中，煩惱與隨眠不同）。隨眠可分成六種：貪、瞋、慢、無明、見、疑。若將其中的「見」細分為五，並依前後生起的次第排列，則可得十隨眠如下：無明、疑、邪見、有身見、邊執見、戒禁取、見取、貪、慢、瞋。此中，「無明」是指「對真理不瞭解」，特別是指不明瞭四聖諦。例如，苦諦是「非常、苦、空、非

我」，但眾生總認為是「常、樂、淨、我」，這種顛倒的看法，就是一種無明。由於無明，對真理不瞭解，便產生了「懷疑」。懷疑之後，就產生「邪見」，例如不信因果、認為沒有四聖諦。這往往是由於聽聞了不正確的見解（邪聞），或由錯誤的思惟（邪思），因此導致錯誤的結論（邪決定）。

有了邪見，誤以為精神是我，或肉體是我，或身心整體有一個「真正的我」，這便產生了「有身見」。例如，笛卡兒的「我思故我在」，猶如以「思」為我。

因為有身見，就產生了落入「斷邊」或「常邊」的「邊執見」。進而以為某種苦行或戒律才是究竟的，這就是「戒禁取」。更自以為自己的觀點才是最好的，這就產生了「見取」。進而對於自己的見解產生愛著，因而產生了「貪」；而同時對於別人的觀點看不起，這就產生了「慢」。對別人的不同見解不能忍受而生氣，因此產生了「瞋」。

由於無明，必定會產生貪、瞋，無明不斷除，就會不斷地在生死輪迴中漂流。佛學重視真理的探討，唯有經由智慧，深入四聖諦，才能破除無明，才能根除對於真理的錯誤認知，否則不論信仰如何虔誠，都不能真正解決問題。要根除「有我」的錯誤見解，就必須時時思考「無我」的道理。這要先透過智慧的抉擇，而不是單單用感性的信仰所能達成。因此《俱舍論》卷一說：

若離擇法定無餘，能滅諸惑勝方便。

這句話是說：如果離開擇法的智慧，決定不能滅除種種的煩惱。

三、業與業道

《俱舍論》卷十三對於「業」有以下的分類：

業	思業	思心所	意業	
	思已業	思所作	身業	身表業
				身無表業
			語業	語表業
				語無表業

此中，意業就是「思心所」。《俱舍論》卷四說：

思，謂能令心有造作。

使我們去做某些行為的心理，就是「思」。「思」與「想」不同：當我們看見某事物，在腦中呈現不同特徵的樣子，掌握其特徵的，就是「想」；「思」則令心去造作身、語業。「思已業」是思業發為行動所產生的業，包括身體及語言兩方面的行為。「表業」是指我們所看到的外在行為，「無表業」是指行動後產生的潛在勢力。身體及語言兩方面的行為都有「表業」及「無表業」。「說一切有部」認為意業是沒有「無表業」的，也就是說，一個意念若沒有表現成外在的行為，只是在心中想想，那就沒有潛在的勢力。「無表業」的提出，與後面要談的「如何從業生果」有關。

談完「業」，進一步討論「業道」。業道有十不善業道及十善業道。《俱舍論》卷十六說明十不善業道如下：

十不善業道	身惡業道	1 殺生	業
		2 不與取	
		3 欲邪行	
	語惡業道	4 虛誑語（妄言）	
		5 離間語（兩舌、重舌）	
		6 粗惡語（惡口）	
		7 雜穢語（綺語）	
	意惡業道	8 貪	惑
		9 瞋	
		10 邪見	

此中，業與業道有無不同？我們可以用「四句」來分析：

第一句：是業，又是業道。

第二句：是業，不是業道。

第三句：不是業，是業道。

第四句：不是業，也不是業道。

其中，第一句如身惡業道及語惡業道所含的七項，既是業道，也是業。第二句如「思」，是業而不是業道。業道的產生，雖有「思」的配合，但有「思」不一定會有業道產生。第三句如貪、瞋、邪見等三項，是業道，但不是業，而是「惑」。此處須分清「惑」與「業」，若誤把貪、瞋、邪見當作是「業」，則「惑」與「業」就混淆了。第四句如虛空、瓶子，不是業，也不是業道。

十善業道，就是 1 離殺生、2 離不與取、3 離欲邪行、4 離虛誑語、5 離離間

語、6 離粗惡語、7 離雜穢語、8 無貪、9 無瞋、10 正見。

十業道中，後三業道沒有「無表業」。前七業道分成業道的加行、業道的根本及業道的後起。此中，表業及無表業的發生情形並不相同，今以殺生業道為例，列表說明如下：

殺生業道	加行	如捉羊、執刀	表業	有
			無表業	或有或無
	根本	羊命終剎那	表業	有
			無表業	有
	後起	如剝、洗、煮	表業	有
			無表業	有

其中，在加行的過程中，若是有強烈的煩惱心配合，就有「無表業」，否則沒有。每一種業道的完成，都有一定的條件才算成立。以殺生來說，對象必須是有情，例如羊。在心態方面，自己必須很明確知道對方是羊，而且發起欲殺的動機。而後自己或令別人去殺，且不誤殺，在瞋心下使羊命終，這些條件具足，就達成了殺生業道。由此看來，菩薩為救眾人而殺一惡人，其動機是起自悲憫，這並不構成殺生業道（但仍然會得到果報，只是菩薩自己承擔下來）。至於「安樂死」、「自殺」及「墮胎」等問題，都要仔細分辨是否造作了殺生業道。

四、如何從業生果

從業生果的過程，有二種說法。第一種說法認為「已完成的業」，在將來會有果報產生。《俱舍論》卷廿說：

已謝業有當果故。

這是「說一切有部」的觀點，認為過去、現在、未來三世都是實有。一般人都認為事情過後就不存在了，只有現在才實有。但是這一派認為過去、未來也是實有，所以將來會有果報產生。譬如說，我們將一塊大的木塊搬到樓上陽台，這便是身業，這件事完成後，將來如果颳起一陣大風，把這木塊吹落下來，打壞地上的花盆，這時「果」便呈現了。依說一切有部的看法，這是前面身業直接產生的果，並且認為由於身業是實有，所以才有未來的果。

第二種說法認為果報是由「業」相續不斷，慢慢有所轉變、差別而產生，當因緣成熟時，潛在的力量就會產生影響，就像種子在環境適宜下產生果一樣。並

不是從過去消失的業直接產生果，也不是業完成之後就無間（立刻）產生果報。
《俱舍論》卷卅說：

從業相續轉變差別，如種生果。……雖言從業生果，而非從彼已壞業生，亦非從業無間生果。

這是「經量部」的看法，和唯識宗的看法接近，引申出了「業的種子說」：當我們完成某一業行之後，就產生一個種子，這種子隨時間也會變化，當因緣條件配合時，種子就會產生果。業愈重的，愈易產生果報；業愈常做的，也愈易產生果報。再以前面的例子來說明：由地面將一塊大木塊搬到樓上陽台，搬好之後，這身業本身便不存在了。然而，做過此身業後，由身業產生的一種潛在力量卻還存在著；因為此木塊在地面上與在陽台上所具有的潛在勢力不同（比物理來說，就是二者所具備的位能不同了），這種潛在的勢力，便是「業的種子」。將來受風吹落而打壞地上的花盆，便是這潛在勢力所呈現出來的「果」。可知，這個果並不是搬木塊上樓這一身業的直接結果，也不是身業一做完立刻就生果，而是身業完成時，播下一潛在的「業的種子」，這種子到因緣成熟時，才產生果。這便是經量部的看法，以下採用這個觀點。

說一切有部的「無表業」，有點像是「業的種子」，可是並未建立完整的學說，因為此派把「無表業」歸為「色蘊」之一，這是一種物質性的東西，如此在此世命終後，就難以將無表業帶到下一世去。因此，此派只好把「從業生果」的主角，移到「三世實有」這一說法上來解釋。上面提到的「業的種子」，並不是固定不變的。就以前例來講，如果此木塊受日曬雨淋而腐朽、碎散，後來雖吹落地面，對花盆並不會造成大的損害，這表示其潛在的勢力已衰減。下面要提到的「業的去除」，便是依據此一原理。

五、十不善業道之果

《俱舍論》卷十七說：

十惡業道各招三果，其三者何？異熟、等流、增上別故。

以殺生業道來說，其異熟果是招致地獄苦果，因為殺生令他受苦的緣故。等到地獄苦果受盡，投生到他趣，例如因為其他的善業而生到人中，這時，其等流果就是壽命短促，因為往昔斷他壽命的緣故。同時，其生長的環境會較惡劣，所受用的東西也不理想，鮮少光澤，這是增上果，由於殺生時壞他威光的緣故。同樣的，不與取業道、欲邪行業道等，都會招感到痛苦的異熟果、等流果及增上果。

十惡業道所播下的業的種子，也有強弱之分。例如，由於猛利的貪、瞋、癡而做殺生的加行（如令怖畏而後殺害），由於邪執（如認為殺生可升天）而殺生，殺生後並不追悔且復勸別人也做，以及殺害尊長等，這些重的殺生，所播下的業的種子強而有力，甚易招感大的惡果。

六、十善業道之果與人天乘

若能圓滿十善業道，則其異熟果必定是人、天善趣，其等流果必定是自身眾具圓滿，而其增上果為外事興盛。只是這些異熟果仍然不出輪迴的束縛，仍是有漏業所得到的果。以尋求來世當人或天（神仙）二種善果為目標的，便稱做「人天乘」。要想達成，便要行「十善業道」。一般宗教的勸人為善，不出此範圍。任何一個人若能實行十善業道，不管是否信教，將可投生到人天善趣。其投生，是由自己善業的力量所牽引，不是由一個「超然者」所主宰、所分配。另一方面，雖行十善業道，但是若未能面對輪迴的根本無明，未能瞭解四聖諦，對「無我」的真理仍然迷惑，則所造的善業雖大、所得的人天福報雖大，仍然不能超出生死輪迴。

七、結歸為苦

在惡趣固然受苦，在善趣的人天雖有大樂受，但這些仍然是苦諦，離不開苦的性質。《俱舍論》卷廿二說：

諸有漏行，皆是苦諦。

有漏行法的範圍如下：

1. 非可意的有漏行法（如苦受）——苦苦
2. 可意的有漏行法（如樂受）——壞苦
3. 餘有漏行法（如不苦不樂受）——行苦

我們一般明顯感受的痛苦，如受傷等，就是苦苦。我們散步時，覺得很舒暢，但是如果一直走很久，就會感到疲勞、厭倦而不舒服。剛坐下來休息時，覺得很舒服，但休息久了也會同樣感到厭倦，變成不可意，由此可知「樂受」會變壞、消失，這便是「壞苦」。至於行苦，更微細而不易被眾生感覺到。例如，不苦不樂受，一般人不大覺得它是隨著時間改變，當因緣條件成熟時，苦果才呈現出來。以日常騎的車子為喻，我們不大注意車子本身是會引起苦受的東西，一旦故障，

才引起苦惱的感受。至於道諦，雖是會隨著時間變化的有為法，但並不是行苦，因為是無漏法的緣故。

經論上說「諸漏皆苦」，這是說，一切有漏法都離不開苦的性質。我們在日常生活中所面對的事事物物，其實都離不開「行苦」，只是我們難以察覺到而已。

至於苦受與苦諦有何差別呢？可用四句來探討：

第一句：是苦受，也是苦諦。

第二句：是苦受，不是苦諦。

第三句：不是苦受，是苦諦。

第四句：不是苦受，也不是苦諦。

此中，第一句如身體受傷之苦受。第二句不成立，因為凡是苦受都是苦諦。第三句如聽到優雅音樂時的樂受，不是苦受，而是苦諦，因為是壞苦之故。第四句如道諦，不是苦受，也不是苦諦。

八、業與惑的去除

要減少苦果，就要去除「惑」及「業」。

對於已造的惡業，如何使業的種子不發出苦的芽？《菩提道次第廣論》卷五提出四種對治的力量：

能破壞現行力、對治現行力、遮止罪惡力及依止力。

「能破壞現行力」是懺悔無始以來所作的所有不善業，其方法如依《勝金光明懺》與《三十五佛懺》等來懺除。

「對治現行力」分：1.依止甚深經。2.勝解空性。3.依念誦。4.依形像（造佛像等）。5.依供養（佛陀及塔廟）。6.依佛號。

「遮止罪惡力」是止息十種不善業道，以防護之心不再造惡。

「依止力」是修歸依及發菩提心。

許多經典提及「諸業縱百劫不亡」，這是因為未依上述四種力量去懺除。若用上述四力懺除，則往昔惡業種子，就逐漸摧損，因而消滅了感果的功能。

至於「惑」的去除：「惑」起源於對「無我」的真理不瞭解，必須用「正見」加以對治，時時思考無我的真理。也就是說，對於四聖諦要深入瞭解，由聞而思而修，最後親證無我的真理，才能從根拔除「惑」。

生死輪迴的原因，固然是惑與業的配合，但是惑仍是最重要的原因。《菩提道次第廣論》卷六說：

若無煩惱，雖有宿業超諸量數，然如種子，若無潤澤及其土等，定不發芽；如是諸業缺俱有緣，亦定不能發芽故。

若有煩惱，縱無宿業，無間新集，取後有故。

可見重心在於去除「惑」，若僅拔除業的種子而煩惱仍在，還是會產生新的「有漏業」，繼續輪迴。唯有「惑」消除了，才能脫離生死輪迴。

由此可知，若將力氣擺在消極的懺除「已造的惡業」，遠不如針對「惑」或無明煩惱，積極培養戒定慧，生起「明」後，徹底滅除無明煩惱。

九、結語

以上探討了惑業苦的形成過程，並特別探討「十不善業道」的意義，由其反面即可明瞭「十善業道」。十善業道是人天乘及所有戒律的根本。菩薩戒及密宗戒律的基礎，也不離十善業道。因此，佛弟子在「歸依」後，就應好好奉行十善業道。