

# 解脱

## 与经、律的关联

---

达摩悟陀长老 著

*Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma  
Sambuddhassa*

礼敬师尊、阿罗汉、正等正觉

### 引言

目前有关佛教的书刊迅速增长，读者在研读这些书籍时，难免会吸取作者的个人看法和他们对佛陀教义的意见，而这些个人见解可能会导致对佛法产生错误的见解。另一方面，有些禅师劝导他们的学生只需要修禅而不必研读经典。事实上，他们的目的是要学生们只听从他们的教诲。为了避免这两种极端，我们应该根据佛陀所教的中道去修行：即研读

## 解脱与经、律的关联

原始佛经<sup>1</sup>，同时尽我们最大的努力去修习八支圣道。无论对出家众或在家众，根据原始佛经修习佛法的重要性绝对不是言过其实的。

佛陀曾经告诫，在未来，人们将拒绝听闻他的经典（Sutta）。在《相应部》第 20.7 经里，佛陀说：“... 将来，如来所讲述的经典 — 深奥的、意义渊博的、超越世间的、关于空性的；当这些经文被宣说时，他们不想听闻，不想随时恭听，不想了解、背诵及精通之。但是，那些后期诗人所作的讲述，只不过是诗词，用字词与片语汇集成文，外道的（即与佛陀教示不同的），**后期弟子（即后来的出家人）所讲述的；当这些作品被讲述时，他们则会聆听，会随时恭听，想要了解、背诵及精通之。**如此，比丘们，如来所宣说的经典，深奥的、意义渊博的、超越世间的、关于空性的，将消失无踪。**因此，比丘们，你们应如是训练自己：正是这些经典，我们该要听闻，随时恭听，了解、背诵及精通之。”**

---

<sup>1</sup> 从《中部》第 53 经及《增支部》第 4.22 经里可以看出佛陀对经教的重视。

## 解脱与经、律的关联

许多人宁愿舍弃原始佛经而研读其他书籍或听闻其他人的教示，但那些教示可能与佛陀的经典是不一致的。如此，将衍生两项祸害：

- (一) 原始佛经的消失
- (二) 人们将对佛法产生错误的见解

## 尼柯耶 (Nikaya)

原始经典存于经藏 (Sutta Pitaka) 里。在经藏里总共有五部尼柯耶，其中最早的四部是：

- (一) 《长部》 (Digha Nikaya)  
汇集成三本，共三十四则长篇经文
- (二) 《中部》 (Majjhima Nikaya)  
汇集成三本，共一百五十二则中篇经文
- (三) 《相应部》 (Samyutta Nikaya)  
汇集成五本，包含约三千则短篇经文
- (四) 《增支部》 (Anguttara Nikaya)  
汇集成五本，包含约八千则短篇经文

第五部 (Khuddaka Nikaya)，是《小部》经。虽然被称为“小部”，其实它是最大的一部，因为经长年累月越来越多经文被加插进去。目前泰国和斯里兰卡的版本已增加到十五本书。1956年，于缅甸的僧伽结集大会 (Sangha Council) 上又多

## 解脱与经、律的关联

加了三本不是佛陀亲口讲述的经典。它们是《弥兰陀王问经》（*Milinda Panha*）、《藏释》（*Petakopadesa*）和《导论》（*Nettipakarana*）。这就是《小部》经从较小集本逐渐形成最大集本的来龙去脉！这肯定会在未来的五百或一千年造成更多的混淆。在目前的十八本书里，可能只有六本是可靠的，因它们的内容与最早的四部经藏并没有相互矛盾。可靠的六本书是：《法句经》（*Dhammapada*）、《集经》（*Sutta Nipata*）、《长老偈》（*Theragatha*）、《长老尼偈》（*Therigatha*）、《如是语》（*Itivuttaka*）、《自说经》（*Udana*）。

身为佛教徒，我们应该熟悉於原始佛法。若有可能，每人都应拥有自用经本。我们很少找到没有可兰经的回教徒或没有圣经的基督教徒。但遗憾的是，我们却看到许多没有尼柯耶的佛教徒。

## 以法、律为师

虽然目前佛陀的教示常被称为三藏（*Tipitaka/Tripitaka*），然而于佛经中，佛陀把自己的教示称为“经与律”。于《增支部》第 4.180 经里，**佛陀明确地称法为“经”（*Suttas*）**。而“律”

## 解脱与经、律的关联

则是僧众及尼众的训练规则。在尼柯耶里，也蕴含着经被喻为“正法”（Saddhamma），即“真正的佛法”。

在《戒律》和《增支部》第 8.51 经中，佛陀说真正的佛法将持续 500 年（即未受污染）。幸运的是，在这 500 年间，我们有了阿育王，他把佛陀的话刻在石柱上。考古学家们发掘出了那些支柱，证明正法只包括早期的五个尼柯耶。

正法体现于佛陀所讲述的最早期经典里。它们分别为《长部》、《中部》、《相应部》、《增支部》及之前所提及的六本《小部》经书。以上的经典基本上是被所有源流的佛教派系所公认为佛陀的原本教示，不像其他具有争论性的书本，即那些内容与四部尼柯耶有矛盾的。**最早期的尼柯耶中的经典内容是非常一致的，并同时蕴含了从苦中获得解脱的特质。**

《大般涅槃经》（《长部》第 16 经）里详细地描述了佛陀即将入灭时的情形。**佛陀教导弟子们说：“我为你们指出及陈述的法与戒律，将在我离去后成为你们的导师。”**这是一项非常重要的声明，但其重要性却被许多佛教徒给忽略了，因为许多佛教徒不曾听说过这项教导或没有深入领悟其重要性。他们长途跋涉到处寻访名师；一个足以令他

## 解脱与经、律的关联

们引以为荣和吹嘘其成就的老师等等。有些人甚至为了此目的而不惜跨越半个地球。

这些人因觉得他们的老师在某些德行上表现出色而制造了个人崇拜主义，而并不是以法及戒律为基本条件。一些例子显示，这些人在老师去世后便落得孤立无援。虽经过多年的熏陶，这些信徒却没有显著的进步，也未能领略到真正佛法的精髓。他们将感到空虚。因此，我们必须时常谨记佛法与戒律才是我们的首要老师。

再次，于《长部》第 16 经里，佛陀说：“*比丘们，以你自己为明灯，以你自己为依皈，勿以其他为依皈。以法为你的明灯，以法为你的依皈，勿以其他为你的依皈。*”换句话说，我们应该只依靠自己和佛陀的教导。

### 以佛陀的教导为首

让我们细想佛陀灭度后所发生的事件。大约在佛陀灭度后一百年，僧团内起了争端。于是召开了第二次僧伽结集大会以解决他们之间的异议。当时有十项争议，其中一项是关于佛教徒是否在任何情况下都必须遵循他们长辈/导师的教示。*于此，大众一致决定：若一位僧人所教的或指导的是根据佛陀的*

## 解脱与经、律的关联

**教示（即根据最早期的经藏与律藏），那就该接纳该僧人的话。反之，如果他的指导与佛陀的教示相互矛盾，那就不该接受。**

由此可见，第二次僧伽结集大会在这方面的裁决非常清楚和明确地指示：我们应该以佛陀的话为首，其次才考虑其他僧人的话。所以，佛教徒必须熟悉佛经，好让自己有能力鉴别僧人或其他导师的教导是否与佛陀的教示相应。这就是佛教徒应随时铭记法与律为他们首要老师的原因。而由其是对於在家众，他们的首要老师应该是尼柯耶里最原始的经文。

## 只皈依佛、法、僧

在佛经里，佛陀把一名心灵导师（比丘/比丘尼）称为益友（或善知识，kalyanamitta）。一名心灵导师是一位把佛陀的教示介绍给你的益友，并鼓励你踏上修行之道。然而，必须接受三皈依（即皈依佛、法、僧）的是你自己。但目前，有些人却多加了第四皈依（即皈依一位僧人或老师），这是与佛陀的教法相抵触的。尼柯耶里非常清楚地阐明了这一点。

## 解脱与经、律的关联

例如于《中部》第 84 经里就叙述了一位国王向一位善于教导的阿罗汉请求皈依于他。然而，那位阿罗汉却回答说不能皈依他，而只能皈依佛陀、佛法及僧团。那位国王于是追问佛陀在何方。该阿罗汉解释说佛陀已经入般涅槃，但人们依然应该以佛、法、僧为皈依。这显示了我们应该时常视佛陀为我们的首要导师，而今他则体现于其教示（即法与戒律）里。法是指佛陀的教示（经）。僧伽则为安住于寺院里的出家团体<sup>2</sup>，理想中是指圣贤僧众。

## 举世闻名的导师也会有邪见

要鉴别圣者与非圣者是件很困难的事，而我们不能只依赖传闻去认定某人为圣者。对于他人所推荐某位很出名的出家人，已经证得了等等崇高的境界，是非常不可靠的。

正如佛陀于《增支部》第 5.88 经里所说，有可能一名举世闻名的高僧，拥有众多的在家和出家弟子，并且精通於经典，这样的僧人也可能拥有邪见。这是佛陀为我们的将来（即目前在这个时代）

---

<sup>2</sup> 《中部第》142 经。



## 解脱与经、律的关联

提出的警告，因为他看见并知道即使是这类僧人也依然是不可依靠的。因此，我们唯有依靠原始经典（对出家众而言，则包括戒律）并视之为我们首要的老师。其他的老师则可被视为同修。

*在《增支部》第 4.180 经里，佛陀教导我们如何辨别真伪。他劝导我们，当某位僧人声称某些教导是佛陀的教示时，我们应该先不轻蔑或立刻认同他的话，而应该把他的话与经和律对照。如果他的话不符合经和律而言的话，我们就应该摒弃它。*

### 《增支部》第 4.180 经

#### 【大法经/ Mahapadesa Sutta】

“在此，诸比丘！若一比丘如是说：

- I. 【我听佛陀亲口说，我听到..... 此是法；此是律；此是老师言教。】
- II. 【于一寺处，住有众长老及众僧，我听此僧团说..... 此是法；此是律；此是老师言教。】
- III. 【于一寺处，住有许多博学多闻的长老比丘，传承教法，精通佛语、戒律和纲要。我听他们亲口言..... 此是法；此是律；此是老师言教。】

IV. 『某寺住一大德长老，博学多闻，传承教法，精通佛语、经律和纲要。我听他亲口说..... 此是法；此是律；此是老师言教。』

该僧侣的陈述既不应被接受，也不应被拒绝。不接受与不拒绝的同时，你们必须仔细推敲每一个字，每一句话语，然后在经典（法义）中检查它们，并在戒律（僧侣纪律）中寻找它们。如果你们在经典中检查它们，并在戒律中寻找它们时，（你们发现）它们并不属于经典，也不会戒律中看到，你们应该得出结论：‘此确实非世尊、阿罗汉、正等正觉所说的话。这是此比丘所误解。’诸比丘！是故你们等应对此舍弃。”

这例子再次说明了对经与律有足够的掌握才是迈向佛陀真正的教导的可靠指南。这些知识能使我们辨别教导正法及拥有邪见的导师。

## 正法的重要性

于《相应部》第 16.13 经里，佛陀警告说正法将不会消失直至伪法出现在这世界上。之后要分辨佛陀所教的正法与伪法将会非常困难。为何会如此呢？因为后期的经书中虽然含有许多“法”，但书中各

## 解脱与经、律的关联

处也添加了“非法”（即与正法相互矛盾的）。这些“非法”散布于经书里，就只有思想敏锐及非常熟悉于原始经典的人才能够觉察出来。否则这是很难辨别后期的著作和原始经文的。

于《长部》第 29 经《清净经》里，佛陀说他的教导是纯正、圆满和完善的，**如果任何人欲增添或删除佛陀的教诲，那他并没有看见（不理解）佛法，即没具有法眼，亦名正见。**这意味着我们应该只依据佛陀的原始经典，而不是后期的书。一些后期作者们的著作中，涵盖着很多在佛陀原始经典中根本找不着（即不存在）的资料，这表示那些作者们并没有具备正见，即不是圣者。

这部经的另一个寓意是，我们的乔达摩佛是最高的佛陀，因为他的教导是最完美和圆满的。那么，当你能跟随一位完美的佛陀时，为什么还要跟随一些普通世俗的的教学呢？

## 买卖黄金的比喻

上文所提到的《相应部》第 16.13 经里，佛陀比喻辨别佛法的情形有如买卖黄金一样。他说有一段时期人们还要购买黄金，因为当时的市面上只售卖纯金。可是直到有一天，有人懂得伪造黄金。在这种

## 解脱与经、律的关联

情况下，人们会发现很难区分真金和伪造黄金。同样的，佛陀说佛法将会在未来被污染。而当这种情形发生时，人们将会很难辨别佛法的真伪。因此，我们必须不畏困难，不厌其烦地去探知寻找何谓正法，才不会感到困惑。

## 正见的重要性

为何我们要确保我们只修学正法是非常重要的呢？我们知道佛陀教导我们脱离苦海（无数轮回）的唯一道路是八支圣道。在《中部》第 117 经里说明八支圣道以正见为首。没有正见，就意味着一个人还没进入八支圣道。根据这部经，正见将引导正思维，后者则引导正语；正语引导正业；正业则引导正命，继而引导正精进；最终，正精进将成为正念的要素，从而引导正定。如此，以正见为基础，八支圣道所涵盖的八道支得以一支接一支地培育起来及成长。每支圣道的进程是取决于前一支圣道的进展程度。

《相应部》第 45.8 经里也提到一位持有正见的人能明白四圣谛。一位完全及透彻理解四圣谛的

## 解脱与经、律的关联

人将成为阿罗汉或辟支佛（Pacceka-buddha），或甚至成为正等正觉（Sammāsambuddha）。即使是对四圣谛有较粗浅的理解也能使一个人成为圣人。正见是入流（须陀洹之初道）的条件。于《增支部》第 9.20 经、《增支部》第 10.63 经以及《相应部》第 13.1 经里确认一位须陀洹（一果/初果）是具有正见的。显然的，一个人在修习八支圣道时，首先要获得的就是正见。正见是极为重要的。没有正见，一个人就不可能达到圣人的任何阶段。

## 听闻佛法的好处

佛陀称他的弟子为声闻众，强调了听闻佛经的重要性。经藏及律藏里清楚的显示所有证得须陀洹的人都是由听闻佛陀说法而证得的。如今，我们非常幸运能够拥有记载着正如佛陀所讲述的经文，收藏于尼柯耶中。阅读原始经典就如坐在佛陀身旁听闻佛陀说法一样。有智慧的人应该把握这个稀有的机会去深入研读这些最早期的经典。

## 解脱与经、律的关联

于《长部》第 14 经里，佛陀说共有六尊佛<sup>3</sup>（即正等正觉）分别在九十一劫里出现过。那就是说，平均每十多个劫才有一尊佛出现于世。佛陀比喻一个劫的时间是长得难以想象（见《相应部》第 15.5 经）。一尊正等正觉（**Sammasambuddha**）出现于世间实在是十分稀有的。我们确实很幸运能够生存在佛法仍然盛行的时代！如今就像是生活在佛陀仍在世的时期。实际上，即使我们还活着，我们现在或许也不能听闻并熟读已汇集成书本的约一万一千多篇的原始经文。

在《相应部》第 56.48 经中，佛陀说，我们要同时获得三个条件是极其罕见的：(i) 在世界上出现了正等正觉，(ii) 他的正法仍然在世界上兴盛，(iii) 我们出生为人，并且能学习正法。

于《增支部》第 5.202 经里列出了听闻法的五种好处。其中的一项便是获得正见。由於获得正见相等于证得圣人果位，这显示听闻佛法能够使一个人成为圣弟子<sup>4</sup>。

---

<sup>3</sup> 后来的经书却讲述二十八尊佛。这是一个显示了后来的经书里内容是可被更改的好例子。同样地，一个人有可能不会察觉到其他更重要的差异，除非他非常熟悉於佛陀在尼柯耶里的教诲。

<sup>4</sup> 根据《相应部》第 25.1 经，一个人在明白了佛法后将证得初道，并在临死前将证得初果位（**Sotapanna** 须陀洹）。

## 入流（Sotapatti）是从听闻法证得

《中部》第 43 经里陈述了导致正见产生的两个条件：

- （一）他人，即第三者之言说（教导佛法），及
- （二）集中专注力（yoniso manasikara）<sup>5</sup>

这一点是非常重要的——唯有在聆听他人讲解佛法时正见才得以生起，而并非通过个人修禅证得的。这就是为什么在佛陀宣扬他的法义之前，我们很难在世界上找到一位圣者。

于《相应部》第 46.38 经里，佛陀再确认了另一件事。他说，当一个人“全心全意地聆听，视之为一大重大关切事项来关注，全神贯注”，即集中专注力地听闻法时，五盖（nivarana）就不存在，而七菩提分（bojjhanga）则会充分增强。这些（即制伏五盖及圆满七菩提分）都是成为圣者的条件。所以，如果我们集中专注力地听闻佛法，我们是成为圣人的。

---

<sup>5</sup> Yoniso manasikara 意思是能够思考或专注于（manasikara）一个问题至其根源（yoni），即于此集中专注力，如《相应部》第 46.38 经中所述的：“比丘们，当一位圣弟子在求取义理，思维作意，全心全意专心地聆听法义时，那令内心没有这五盖，能令这七觉支修习圆满。”

## 解脱与经、律的关联

《增支部》第 10.75 经里讲述了一个人因闻法而获救：“...因为他有听闻（savanena），他多学（bahusacca），他有透视之见，他获得了部分的解脱...此人因拥有‘法耳’（dhammasota）而获救了。”

Sotapatti 这个巴利词是由两个字组成的：“sota”的意思是“流”或“耳”，而“apatti”的意思是“进入”。一般上，Sotapatti 被翻译为“入流”，但也可解释为“入耳”——即是“耳为法所透入。如果我们更深入地研究佛经，就会发现“入耳”这个翻译也是有根据的。因为佛陀的弟子被称为声闻或倾听（于法）者（savaka），而在经里佛陀也通常把他们称为“圣弟子”（例如《增支部》第 4.58 经及第 5.41 经）。

于《相应部》第 55.5 经里阐明了四个达致入流，即初（须陀洹）道（Sotapattiyangani）的必备条件：

- （一）亲近一位善士（sappurisa），即一位明白正法的人
- （二）听闻正法
- （三）集中专注力（yoniso manasikara）及
- （四）依正法修持，即依照正法而生活——例如守持戒律等等



## 解脱与经、律的关联

这四个条件基本上归结为在《中部》第 43 经中所提到的两个条件，即听闻真正的佛法并集中专注力。在《相应部》第 55.40 经中，佛陀说没有这四个条件的人是“局外人”（bahiro），而不是佛教徒。这显示佛对倾听他的法义的重要性。这就是为什么佛称他所有的跟随者 — 僧侣，尼僧，在家男信徒，在家女信徒 — 为 ‘savaka’（声闻众）。

再者，我们从经与律藏里看到几乎每一个证得入流（初道）的人都是从听闻佛法而证得的。这些人被喻为证得“法眼”（dhammacakkhu），即如佛经里所解释的觉悟到“一切由因缘而起/生，必由因缘而灭/死”。这种人也被喻作已经“明白（根本）佛法，已超越疑惑，并在佛理上不再依赖他人”。

## 证得须陀洹不需要禅定

于《增支部》第 3.86 经及第 9.12 经里，佛陀说须陀洹和斯陀含（初果及二果圣人）持有圆满的戒行（sila）；三果圣人阿那含（Anagamin）持有圆满的戒行以及圆满的禅定；四果圣人阿罗汉（

## 解脱与经、律的关联

Arahant) 持有圆满的戒行、圆满的禅定，以及圆满的智慧。

这两部经指出如果要证得阿那含及阿罗汉的境界，就必须有圆满的禅定，即佛陀常在原始经典里所解释的四种禅那（jhana）或一心境（例如《相应部》第 45.8 经及第 45.28 经）。于《相应部》第 48.10 经里，一心境也被定义为四禅那。《中部》第 64 经再明确地指出没有禅那就不可能消灭五下分结，即不能成阿那含或阿罗汉。但有趣的是，须陀洹和斯陀含一般上都没有达致圆满的禅定境界（即是说第四禅并不是其先决条件）。这两个果位的区别在于，斯陀含比须陀洹更少贪欲、嗔恨和愚痴（见《增支部》第 3.86 经及《增支部》第 9.12 经）。

要减低贪欲、嗔恨和愚痴，必需拥有一定程度的禅定，因为这些染污心与五盖有关（成就禅定将能消除五盖《长部》第二经）。其中的两盖为欲爱（与贪欲相同）和恶意（与嗔恨有关）。要成就斯陀含可能需要第一，第二或第三禅那。在

《相应部》第 55.40 经中讲述有两种类型的须陀洹：勤勉的和松懈的。勤勉的，在证得须陀洹后，继而勤勉努力地获得禅那。而松懈的却不会。这意味

## 解脱与经、律的关联

着两者都不拥有禅那。这点再次地证实入流是可以只通过集中专注力地听闻佛法而证得。

我们确实能从经与律里找到关于许多在第一次听闻佛陀的教示时，便证得入流的例子。于《相应部》第 55.2 经里也提到须陀洹的特征是他们对佛、法、僧有着不动摇的信心，同时他们有圆满的戒行 — 并无提到禅修。

## 要证得须陀洹其实并不难

《增支部》第 3.86 经里说明了即使圣者持戒圆满，但在持守戒律方面仍然会犯上小过失。例如，于《相应部》第 55.24 经里提到一位名叫释迦罗尼（Sarakani）的释迦族人，在他离世后，佛陀宣布他已证得须陀洹果位（初果）<sup>6</sup>。这项宣布令一些人不满，因为大家都知道释迦罗尼在修道上已经失败，而且他生前喜欢喝酒<sup>7</sup>。

---

<sup>6</sup>一般上这是表示入流或法眼（初道），在离世之前已证得（见《相应部》第 25.1 经）。

<sup>7</sup>或许我们在此应该提及在八支圣正道里，圆满的戒律包括正思维，正语、正业和正命，而这并不涵盖不饮酒及禁用麻醉品这两项戒律。

## 解脱与经、律的关联

很多人感到难以置信释迦牟尼已经证得须陀洹。当佛陀被告知有许多人不相信释迦牟尼已经证得须陀洹，佛陀说：“...怎么了，摩诃男，如果这些巨大的沙罗树能够知道什么说得好，什么说得不好，我也会宣布它们已证得须陀洹 ...导向觉悟。更何况是释迦牟尼...”。

这件事显示了须陀洹是由于聆听佛陀的话而证得的，而并不如许多人所想象般的困难。问题可能出至于他们不够精进去研习佛经，而这是令我们获得正见的最佳指南或老师（正如佛陀所教导）。

《中部》第 14 经里提到佛陀的一位堂兄弟摩诃男（Mahanama），前来拜见佛陀时对佛陀说，他学习佛法已久，并且知道贪欲、嗔恨和愚痴是心的污垢。可是，当这些污垢来袭时，有时候他仍然无法把心控制。他问佛陀这是否是因为他还没有舍弃某些心理状态的缘故。

佛陀回答说，即使是一位圣人弟子，已以智慧聆悟到贪欲、嗔恨和愚痴是邪的，也还有可能会被感官欲乐所迷惑，除非他已证得禅喜（piti）及远离感官欲乐和不善状态的禅乐（sukha）。禅喜及禅乐是禅那的因素（禅支）。禅那（jhana）可

## 解脱与经、律的关联

诠释为“心的光明状态”，即通过强烈的念住（*Satipatthana*<sup>8</sup>）与禅定，使我们的心的变光明。

除非我们曾证得一心境而经历过比感官欲乐更高尚的禅悦，我们还是会身不由己地被感官欲乐所吸引。注释指出，当时的摩诃男（*Mahanama*）已经是斯陀含圣者，可是他更有可能只是一位须陀洹圣者，因为他承认自己被贪欲、嗔恨和愚痴所困扰。所以这部经显示了有些圣人是还没有获得禅那境界，并有可能被贪欲、嗔恨和愚痴所影响的。这再次证明了须陀洹境界并非如一般人所想象般的高深。

在经藏和律藏里有记载有些很普通的人在初次听闻佛法后便证得须陀洹。例如于律藏（《小品》第七章）里，提到三十一位被派去弑佛陀的人在听闻佛陀开示后全都证得了须陀洹。另外，于《小品》第一章（*Mahavagga*）里，王舍城（*Rajagaha*）里的十二万居民在第一次听闻佛法后便证得了须

---

<sup>8</sup> 大概有八部经（例如《增支部》第 5.14 经）阐释“念”（*sati*）的定义为“记起和回忆起一些很久以前所说的话和做过的事”，即记忆或回想。“*Patthana*”的意思是“出发”，意味着超越，即强烈或极度。因此，*satipatthana* 可能意味着用心或意念力极强的状态。这是在《相应部》第 47.20 经，《相应部》第 52.12 经，《中部》第 44 经（“*Satipatthana* 是专注的基础”）；《中部》第 118 经（“不懈的正念”）的含义。

## 解脱与经、律的关联

陀洹。在另一个场合，八万人首次来听佛说法，所有人都证得入流。

当舍利弗尊者仍然是一个外道苦行僧，他遇到了最早的阿罗汉之一，阿说示尊者。他恳求阿说示揭露佛陀的佛法。阿说示尊者背诵了四节经文，听闻之后舍利弗尊者证得了入流。他迅速地回到他的朋友目犍连并重复了这四节经文。目犍连也证得了入流。如此，证得入流是不需要只从佛陀那里听取佛法。即使是一个刚证得入流者也可以教他人佛法以便获得入流！这一事件是在律藏发现的。

## 没有佛法的知识与禅那不能达致解脱

佛陀尽了最大的努力和经历了千辛万苦才成就解脱。在未成佛前的六年里，他向许多老师学习各种的修行方法，但都没有成功。根据《中部》第 36 经的记载，当他还在寻找其他解脱的途径中，**最终回忆起他年纪还小的时候，曾经在水翁果（水石榴）树下坐禅而体验到的禅那境界。随着那段回忆，他觉悟到“那就是解脱之道”。**他思考：“我为何对这（禅那所生的）乐，与感官欲乐及与不善境界完全无关的而有所恐惧呢？”

## 解脱与经、律的关联

其后，佛陀证得了四禅。他於“纯净、光明、无垢、无瑕”的专注心，观照自己许多世以前的事情。唯有当他获得宿命通并能够详细的回忆起往世的种种与微细的事物时，他才记起从迦叶佛（Kassapa Buddha）<sup>9</sup>那所学到的佛法。随后，他再把心导向观照所有众生的生与灭。接着他省思四圣谛而获得彻底解脱。

另一方面，由于有佛陀教法，他的弟子便可在短短的几天内获得解脱——舍利弗尊者只需十四天、大迦叶尊者只需八天及目犍连尊者则只需七天。然而，外道苦行者即使已达致最高的禅定，但由于他们不懂佛法，所以仍然无法得到解脱。可是，在他们当中已达致最高的禅定，一但听闻到佛法后便立刻证得解脱。

无论如何，即使目前我们听闻到和佛陀时代同样的佛法（即原始佛经），我们还是无法获得解脱。当中最主要原因是因为我们没证得禅定。由此可见同时拥有佛法的知识及四禅那的境界才能达致最终的解脱（阿罗汉果）。

---

<sup>9</sup> 于《中部》第 81 经及 123 经里，佛陀说他前世（为人）是迦叶佛座下的出家弟子，命终后转生兜率天。后来再转世为人，最后证悟并获得解脱。

## 解脱的五个场合

《增支部》第 5.26 经是令人感兴趣的一篇经。它描述五个致使一位僧人得解脱的场合：

**(1) 听闻佛法：**它能带给人们喜悦，尤其是与法有缘的人。它自然而然地让心平静下来。而一颗宁静的心容易获得定力。有了定力，智慧就会生起。

**(2) 教导佛法：**要教导佛法，一个人必须先明白并省思正法。从中，喜悦就会生起，并使他的心陆续趋向宁静、定及启发慧。

**(3) 诵念佛经（读诵佛法）：**虽然目前这不太普遍，可是在佛陀的时代却很盛行，因为当时还没有书本的存在。当时，保存佛法的方法是靠人们凭着记忆力，不断朗诵而代代相传。如果僧人要把佛法流传下去，他们一定要很熟悉佛法。为此，僧人投入许多的时间去背诵佛经。

实际上，当时，重复诵念佛法是僧众的责任。这种背诵的方式将使你对佛法很熟悉。当你首次阅读、听闻或背诵佛经时，你会有一定程度的理解，而多次的诵念将使你的理解越来越深刻。同样的这可产生喜悦而使心陆续趋向宁静、定及启发慧。



## 解脱与经、律的关联

**(4) 观照（省思）佛法：**这涉及以不同的角度去仔细思考深思佛法，及与我们的生活是否正确及有实在性的关联。相同的智慧将如以上的次序生起。

**(5) 修禅：**依据佛经，这涉及观照禅修时所专注的物象（*samadhi nimitta*），并同时能正确领会与深入。这也会致使喜悦、宁静、定力和智慧陆续生起。

虽然这编经文没有注明，但仔细地研究经与律时，这五种场合也极可能致使部分的解脱，即证悟不同层次的圣位 — 道（*magga*）与果（*phala*）。我们必须注意的是，在以上的五种场合中，只有一项是与正式的禅修有关，而其它四项，即听闻法、教导法、诵念以及省思正法，都没有牵涉到正式的禅修。由此可见，从原始佛经里认识正法是非常重要的。

从这编经文里也明显的了解到，在四念住当中的目标 — 即身、受、心、法 — 法是最重要的。因此，在律藏《大品》第一章里，可见佛陀的首一千六十位阿罗汉弟子，全都只是靠听闻佛陀说法而证悟的。当然，这些人有可能都是佛陀特别挑选的，因为他们已经在此生或过去世获得禅定，因为如《增支部》第 9.36 经、《中部》第 52 经及《中部

## 解脱与经、律的关联

》第 64 经等里所表明的，四禅那是证得阿罗汉果的必要条件。

在这五种场合里，智慧的深度取决于我们圆满八支圣道的程度。例如，当圆满了正定（即四禅那），再有八支圣道中其余七支的辅助，将能够获得深度的智慧。在这情形下，较高的成就，如阿那含（Anagamin）或阿罗汉（Arahant）境界是可望的。达致比四禅那以下的定力将给予我们肤浅的智慧。而它的成就可能是须陀洹（Sotapanna）或斯陀含（Sakadagamin）的境界。如之前的《增支部》第 3.86 经及《增支部》第 9.12 经所提及清楚地说明的。

律藏《大品》第一章里也很清楚地表明。佛陀度化了一千名缠发（蓬头）苦行外道僧（Jatilas）为弟子后，向他们开示《一切燃烧经》（Aditta Sutta）（见《相应部》第 35.28 经）。结果这一千位弟子全都证得了阿罗汉。之后，佛陀带领他们进入了王舍城。在王舍城，频婆娑罗王（King Bimbisara）引领了十二那由多（nahuta）的在家众去拜见佛陀。根据巴利文字典，一个那由多是“一个很大的数目”，而根据注释的数目是一万人之多。佛陀向他们循序渐进地开示佛法 — 基本上是关于四圣谛的教法。结果，十二那由多（十二万！）

## 解脱与经、律的关联

的在家众全都获得法眼（正见）——证得初道。在那么多人当中，也许有些人曾经修过禅定，但绝不可能人人皆是如此。

## 听闻佛法的重要性

如前文所提到，要获得正见的两个条件是听闻他人（说佛法）及集中专注力。于同一部经里（《中部》第 43 经）提到获得正见之后，还需要另外五个重要的辅助条件才能达致解脱，证得阿罗汉果。这五个条件是：

- （一）戒行/道德行为（sila）
- （二）闻法（dhammasavana）
- （三）讨论佛法（dhammasakaccha）
- （四）修止（samatha） 以及
- （五）修观（vipassana）

当我们将这五个条件与八支圣道的其余七支进行比较时，我们会看到以下内容：

戒行或道德行为意味着不通过身、口，意伤害他人。这相当于八支圣道的第二，第三，第四和第五支。Dhammasavana（听闻佛法）和Dhammasakaccha（讨论佛法）属于正念，即第七支（观照身体，感受，心念与佛法）。

## 解脱与经、律的关联

止（**Samatha**）与八支圣道的第八支同义。因此，内观（**Vipassana**）必须是八支圣道剩余的两支——第六支（正精进）和第七支（正念）。在“中部”第 43 经里特别提到强调 **Dhammasavana**（听闻佛法）和 **Dhammasakaccha**（讨论佛法）的重要性，即使它们属于内观。

止（**Samatha**）是佛陀所教导的禅修方法，并可引致定（**Samadhi**），即四禅那。《中部》第 108 经里很明显地说明了佛陀所赞叹的禅修为四禅那，而《中部》第 27 经则把禅那比喻为“如来的足迹”。除了禅修以外，我们还有四件必做的事情。显然的，单凭修禅，一个人是无法成为阿罗汉的。在正见之前，禅修是必须以持有良好的道德行为、听闻佛法、讨论佛法及省思佛法来支持的——请参阅《增支部》第 5.26 经。的确，对佛经有深入的了解，同时修持八支圣道其余的分支是最为重要的。

以上的经文及较早所提到的《增支部》第 5.26 经及《相应部》第 45.8 经，都证明了听闻佛法的必要性是由修行的第一步开始（即为了获得正见），至到最后一步为止（即证得阿罗汉果）。

《相应部》第 38.16 经里说，即使已出家为僧，要依法修行还是很困难的。然而，《长部》第

## 解脱与经、律的关联

16 经里说，如果僧众能够依照经与律而完善地修行，那么这世上便不会缺乏阿罗汉了。要完善地依法修行，就必须对佛陀在经典中的教示有完整的认识。

## 结语

现今，有些人只注重修禅而不研究佛经，并且自行其是地推测自己的成就。这使他们的傲慢心增强，而执著却没有减少。如果依正法而修行的话，心的污垢及不善的素质，包括傲慢心，肯定是不会增长的。

如《增支部》第 8.19 经里指出：“*...在这经与律里，只有循序渐进（逐步）的训练，循序渐进的修行，循序逐渐进步，而没有突发性或不规则的进展（na ayatakena），如突然间的彻底了悟（annapativedha）。*”依照佛陀在经与律<sup>10</sup>里的指导是非常重要的，它指示我们正确的修行之道（即捷径）。当我们见到一条正如佛陀所指示，非常清晰及很明确的灭苦之道时，我们将会放弃世俗之道而依照佛经去追随圣者之道。

---

<sup>10</sup> 律藏通常是指僧众及尼僧的戒律。在家众只需每日守持五戒，每星期修持八戒一次，以及修持正命。

## 解脱与经、律的关联

《增支部》第 7.67 经里有一个关于木匠锛子（即削木用的手斧）柄的比喻。在这比喻里，佛陀说有如一个木匠在查看他的锛子时，将看到那锛子的手柄烙印着他的拇指及其他手指的痕迹。然而，他却不晓得锛子柄每天或在任何时被消磨了多少。但是，当那锛子柄被消磨至一个限度时，他便会知道。同样地，在修行的过程中，一位僧人并不晓得心的污垢每天或在任何时被消除了多少。但是，当这些污垢彻底被消除时，他便会知道。这意味着一位僧人是无法准确地衡量自己修行的进展。唯有当他修成阿罗汉时，他才能确定自己的成就。

根据《相应部》第 56.39 经所记载，当一个人了解四圣谛时（即他已得到正见），他将不会再注视着某位僧人而想着：“这位尊者必定已证悟！”换句话说，他长期以来愚昧地追寻一位理想老师的路程已经结束了。他觉悟到他的老师就在他眼前——即经（对于出家人而言包括律）！但是，如果他需要一位善知识或良友（*kalyanamitta*）来帮助他的话，他也将知道如何去物色一位适合的人选。

## 如何接触尼柯耶 — 简短的建议

## 解脱与经、律的关联

较为理想是先研读《增支部》，其次是《相应部》。这两部是整套尼柯耶里最重要的，因为里面含藏最多经典，所以内容也最为丰富。接着，我们应该研读《长部》，最后才研读《中部》。虽然学习巴利文和研读巴利文原典是最好的，但是我们不一定需要这样做。现成的翻译本虽然不很完美，却足以让我们对佛法有充分的了解。然而，当你对某些翻译有疑惑时，如能对照巴利文字典是很好的。

第一次研读尼柯耶时，我们难免会觉得有些经文很难明白。然而，当我们持续研读更多篇经文后，我们将开始明白之前一些难懂的经文。这好比拼拼图一样。起初我们看不见整体的图案，然而当更多的拼图被拼凑后，图案便开始形成了。我们应该反复地研读尼柯耶以便能获得良好的见解。

虽然其它书本（例如注释及复注本）有助于理解佛法，却不宜推荐（除非是学者），因为阅读它们将消耗太多的时间。此外，那些书里有些内容与原始经典是不一致的。研读了尼柯耶之后，最好是能善用时间来修禅，以及把佛法学以致用。虽然有些人也许未能彻底研读尼柯耶，但他们可从时常阅读尼柯耶与省思所读过的佛法，而得以培养良好及有解脱潜能的习惯。

## 解脱与经、律的关联

记住，完全不研读经典是一个极端，过量的研读是另一个极端。避免走极端，我们应该（如佛陀所劝诲）研讨佛陀在原始经典里所说的话，并以最真诚的精进去修持八支圣道。

注：本文所引用的经典编号是根据英国巴利圣典协会 (Pali Text Society, England) 出版为标准



解脱与经、律的关联



愿正法常住

**Ciram Titthatu Saddhammo**