

從印順導師「學尚自由，不強人以從己」之宗風談無我的修行

2011.7.6 呂勝強報告於舊金山菩提學會

大綱：

- 一、佛法最終關懷的課題：三法印
- 二、印順導師「學尚自由，不強人以從己」之宗風及無我修養
- 三、「學尚自由，不強人以從己」與經典開示的無我
- 四、三法印乃是「從凡入聖」的修道次第
- 五、三法印與空的關係：三法印與一實相印
- 六、三法印在生活上之啟示

一、佛法最終關懷的課題：三法印

(一) 三法印（諸行無常、諸法無我，涅槃寂靜）乃是因緣法之展現——最能彰顯佛法不共之特質（論因說因，說緣起），為檢驗判定真實佛法之準繩。

(1) 經論依據

《雜阿含》262 經：「一切行無常，一切法無我，涅槃寂滅」

《根本說一切有部毘奈耶》卷 9：「諸行皆無常，諸法悉無我，寂靜即涅槃，是名三法印」

《大智度論》卷 32〈1 序品〉：「佛說三法為法印：所謂一切有為法無常印，一切法無我印，涅槃寂滅印。」

(2) 三法印已包含四法印

《增壹阿含·四意斷品》第八經：「一切諸行皆悉無常，一切諸受（行）苦，一切諸法（行）無我，涅槃休息。」

無常、苦、無我、涅槃，就叫四法印或四優陀那。經中常說：「無常故苦，苦故無我」。這四印的次第，是有因果的關係。在學派中，有主張三法印的，有主張四法印的。其實，三法印就夠了，因為苦是五種無常所攝，說無常就含有苦的意義了。如《雜阿含》一〇八五經云：「一切行無常，一切行不恆，不安，非蘇息，變易之法」。這就在無常變易中顯示其不安樂之苦；所以，可不必別立苦為一法印的。（<<性空學探源>>p.32）

(3) 佛法不共外道之特質（佛陀開示：論因說因，說緣起）

《雜阿含》11 經：「若因若緣生諸色者，彼亦無常；無常因無常緣所生諸色，云何有常」

《雜阿含》335 經：「云何為第一義空經？…眼生時無有來處，滅時無有去處。如是眼不實而生，生已盡滅，有業報而無作者，此陰滅已，異陰相續，除俗數法。……俗數法者，謂此有故彼有，此起故彼起…。又復此無故彼無，此滅故彼滅」

《雜阿含》343 經：佛告阿難：「我昔時住王舍城山中仙人住處，有諸外道出家，以如是義、如是句、如是味來問於我，…阿難！…我當答言：從其緣起而生苦樂。」

(4) 三法印 (或一實相印) 是判定真實佛法的準繩

「佛法」說「三法印」，「大乘佛法」說「一實相印」。印 mudra 或譯「印契」，是標相、標幟的意義。如說三法印，證明這是「佛法」，與佛說相符合，是可信可行的，所以名為「印」。(《印度佛教思想史》p.426)

三法印是用來印定佛法的準繩，凡與這三法印相契合的，才是佛法。所以生死輪迴與涅槃解脫，均須與三法印相合，…如果與這三法印不相契應，…都是外道的，非佛法的。由三法印而開顯出來的一切法空性，即大乘所說的一實相印。因為一切法的自性空，所以一切法是無常、無我、寂靜的。(《以佛法研究佛法》p.307)

(二) 三法印是理性探索與經驗實證之終極融合 (思擇與現觀合一)

現觀 (經驗實證)：經中說的知法、現法、入法，正見、正觀、如實知……等，都是現觀的別名。現觀，是一種親切、直接而明明白白的體驗；是一種直覺到的經驗，不是意識的分別，不是抽象的說明，也不是普通生活的經驗；它是內心深入對象的一種特殊經驗。

思擇 (理性探索)：佛法的現觀，與外道的不同，是正覺，在乎特重理智，是通過了理智的思擇。佛法中，在未入現觀前，必先經過多聞、尋思、伺察、簡擇種種的階段；這一切，此地總名之曰「思擇」。思擇，是純理智的觀察。在思擇中，得到一種正確的概念之後，再在誠信與意志集中之中去審諦觀察，以達到現觀。所以，佛法的方法，可說是信仰與理智的合一，一般知識與特殊體驗的合一。從現觀去體驗空性之前，必先經過分別智慧的思擇，所以阿含中說：「先得法住智，後得涅槃智」。從聞而思，從思而修，從修而證，這是佛法修行的要則，絕不容踰越躐等；踰越，就踏上了錯誤的歧途。(《性空學探源》p.26 ~ p.27)

(三) 三法印是超越自我、解脫煩惱 (心靈淨化、人格昇華) 之不二法門。

《雜阿含》262 經：「一切行無常，一切法無我，涅槃寂滅」

《別譯雜阿含經》卷 6：「諸行無常，是生滅法，生滅滅已，乃名涅槃。」

《別譯雜阿含經》卷 16：「諸行無常，是生滅法，生滅滅已，寂滅為樂。」

《大般涅槃經》卷 3：「諸行無常，是生滅法，生滅滅已，寂滅為樂。」

二、 印順導師「學尚自由，不強人以從己」之宗風及無我修養

(一) 余學尚自由，不強人以從己，不飾異以動人。但求相從者，能安心於學，不急功利以漸進云爾。(《華雨香雲》 p.253)

(二) 我是主張「學尚自由」的，決不限制任何人的學習興趣，及其正確的佛教思想。(《教制教典與教學》p.224)

(三) 大家能夠按照我所指定的教典閱讀，對於整個佛法有了廣泛的認識，然後依著各人的思想見解，認為那宗教理究竟了義，或者更能適應現代思潮，引導世道人心，那麼盡可隨意去研究，去弘揚。祇要真切明了，不作門戶之見而抹煞其他；因為這等於破壞完整的佛法，廢棄無邊的佛法。我是絕對尊重各人底思想自由的，這一點，希望大家先有一番了解。(《教制教典與教學》p.225)

(四) 寫批評性的文章，不可匿名，自己所說的話，要負責任。對於現行佛教如有意見提出，針對事情討論，決不能專對某人而發。最壞的是不用自己名字，專寫些刻薄話，盡情挖苦漫罵，以圖打擊別人。(《教制教典與教學》p.225)

(五) 導師的「無我」修養

(1) 稱自己的學生為學友

我到四川，見到了幾位學友，如演師、欽師與續師。大家都真誠的為佛教、為眾生而修學，也都願為佛教、為眾生而奉獻，這使我相當的歡喜。(《永光集》p.274, 永懷學友)

對於外表冷漠，而懷有為佛法熱情的妙欽，為佛法而感傷的初心菩薩，…現在他已死了，什麼話都是多餘的。我想，唯願以我們共同為法的因緣，能歷劫相逢，同為三寶而獻身！唯有這樣，才能表達我深摯的懷念！(《華雨集第五冊》p.187)

(2) 教示弟子時竟表示「我所學不多，看法不一定正確，你參考就好」。

(3) 以「無諍之辯」為書名(只有樣本，沒有對手)：但見於法，不見於我。只要落入思想、語文，就不能不是「二」——相對的；如發展為思想體系，必為其自身理論所局限，而引起諍論。也就因此，宗教、哲學或政治，如以自己的思想體系為真理，而否定其他一切的，都是我所不能同意的。

(參閱『上帝愛世人的再討論』三)(《華雨集(五)》p.282 同上)

閩院學長默如法師，對我所說的大乘三系，作一番善意的發問。我只是初心初學，所說的那裡會處處恰當。默師發心來研求商榷，這對於建立大乘三系的意趣，會因此而更明顯，更正確。論佛法，論友誼，都應該鄭重地道謝。(《無諍之辯》p.125 『大乘三系的商榷』)

默如法師對我有關大乘三宗的解說，引起了研究的熱忱，寫成〈大乘三系概觀〉。據說：「意在補助他的說明，思想也多分近於印師的」。而且歡迎我「作個率直的批評，不要客氣」。如此為法的友誼，真摯謙和，我怎能不率直地表示意見。即使我所說的，不是默師所能同意的，也非寫出來不可，作友誼的商討。(《無諍之辯》p.137 『讀『大乘

三系概觀』以後』)

如要聲聞行者不毀斥菩薩行者為外道，最好菩薩行者不要驕誇的說別人是小乘。大家平等相見，或許會在互相了解中綜合起來(<<無諍之辯>> p.169)

不和，佛典稱之為諍。諍，見於語言文字，見於行動，而實深刻的存於內心。扼要來說：內心的諍有二：一、見諍；二、愛諍。這二者又根源於「受」與「想」，所以稱受想為「諍根」。見，是見解，這裡專指主觀的成見、偏見、倒見、邪見。…愛，是貪欲。權力、名譽、生命，都是人類所貪著的。(<<佛在人間>>p.146~ p.147)

「信戒無基，憶想取一空，是為邪空」。你想！如沒有真正的信心，沒有良善的戒行，連生活起居都不能正常，充滿了貢高我慢，敵視一切（存有嚴重的反抗心理）的惡意，於空還能有正見嗎？…真正的學佛或弘法，要有純正的動機；尤其是，如不放下諍勝的心理，是難以有所成就的。(<<華雨集第五冊>>p.283)

(4) 平凡最難得 (不建高台): 生前寫自傳《平凡的一生》(重平實、自承過失)

民國五十八年九月，我重回嘉義妙雲蘭若安住。想到自己寫作的，別人記錄的，也不算少了。文章未必自己的好，但到底費過自己的一番心力。想到虛大師、慈航法師、大醒法師、續明法師等去世以後，由後人來搜集整編，實在並不容易。倒不如自己來編集一下，應該省力得多。(<<般若經講記>>p.A1)

但在申請修正時，卻自認「逃難時缺乏經典參考，文字或有出入」。我是那樣的懦弱，那樣的平凡！我不能忠於佛法，不能忠於所學，缺乏大宗教家那種為法殉道的精神。我不但身體衰弱，心靈也不夠堅強。這樣的身心無力，在此時此地的環境中，我能有些什麼作為呢？空過一生，於佛教無補，辜負當年學友們對我的熱誠！這是最傷心的，引為出家以來最可恥的一著！(<<平凡的一生 (重訂本) >>p.85)

前年，在『中國佛教』上，知道鍾慶吉君推重我所說的『中觀今論』，並引起佛教界的一些反響。我因為晚年衰病，不顧問外邊事，也就沒有去多注意。這次寄來的文稿中，這樣說：「跟佛、龍樹、印順學，足矣」。這真是讚揚得離了譜！我憑什麼能與佛及龍樹並列呢！三十年前，某法師（現在是楊居士）一再發表文字，要台灣法師跟印順學，為我增添了不少的困擾。現在竟高推我與佛及龍樹並列，如不是衰病已久，寂寞無聞，正不知要引起怎樣的騷動呢！不過，鍾君真能知道我對佛法的意趣嗎？真能知道龍樹學與佛陀的正法嗎？(<<華雨集第五冊>>p.271)

「有人說：他（指鍾君）拿的是導師的招牌，卻砸了導師的台。不知導師認為如何」（來信這樣說）？我想，多少會有點影響的。…「拿我的招牌」，對別人說，也不過哄哄初學的青年而已。對他自己說，也只是滿足自以為然，誇大傲慢的習性而已。我是個平凡的人，

既不曾建起高台，又怕什麼砸呢！佛說「諸行無常」，讓他在時間中慢慢消失吧！

(《華雨集第五冊》>>p.279)

(5) 不定於一（緣起性空：不一不異）：眾生的毛病在定於一

十多年前，筆者巧遇厚觀法師於福嚴佛學院圖書館，席間請問法師有關導師於《印度佛教思想史》64頁對於大眾部及上座部菩薩觀的評析時，筆者提出一些不太成熟的看法，當時厚觀法師轉知導師「不要定於一」的開示。（按：這件事，筆者求證於厚觀法師，法師說：「當初我請教的是：『戒體』是屬於色法，還是心法，還是非色非心法。導師大意是說：『眾生的毛病在定於一，其實這些主張各有經證，各家都看到真理的一部份』。」）

(6) 願作十方道場，不為子孫廟（民主方式選舉道場之住持）

福嚴精舍修建起來，我從沒有把它看成我自己的。凡有志於學，能夠學的青年，要是志同道合，無論什麼人，都可以來住。……諸位若能安住修學三年，或有人來請去弘法，或外出另外參訪善知識，或出去掩室專修，大家儘可以隨自己的心力，出去為自己的修持，或為佛教做些弘法工作。等到感覺要回來的時候，仍可再回精舍來安住，精舍就是你們的常住。（《教制教典與教學》>>p.215 ~ p.216）

(7) 讚歎因緣（但見於法，不見於我）：無事的白雲落葉

平凡的自己，過著平淡的生活。回憶起來，如白雲消失在遙遠的虛空一般，……平凡的一生，平淡到等於一片空白，有什麼可說可寫的呢！…自己如水面的一片落葉，向前流去，流去。忽而停滯，又忽而團團轉。有時激起了浪花，為浪花所掩蓋，而又平靜了，還是那樣的流去。為什麼會這樣？不但落葉不明白，落葉那樣的自己也不太明白。只覺得——有些是當時發覺，有些是事後發現，自己的一切，都在無限複雜的因緣中推移。因緣，是那樣的真實，那樣的不可思議！有些特殊因緣，一直到現在，還只能說因緣不可思議。……從一生的延續來看自己，來看因緣的錯雜，一切是非、得失、恩怨，都失去了光彩而歸於平淡。「一生難忘是因緣」，我不妨片段的寫出些還留存在回憶中的因緣。因緣雖早已過去，如空中鳥跡，而在世俗諦中，到底是那樣的真實，那樣的不可思議！

(《平凡的一生（重訂本）》>>p.1 ~ p.3)

世間事真不可思議！我是個無事人，一向信任因緣，由因緣去作決定好了！

(《平凡的一生（重訂本）》>>p.190)

(8) 請學淨土之法師擔任住持，不以自己著作為教材

(9) 以佛法（三法印）研究佛法（千古創見）

研究佛法，應有無我的精神。無我，是離卻自我（神我）的倒見，不從自我出發去攝取一切。在佛法研究中，就是不固執自我的成見，不存一成見去研究。若主觀的成見太強，就難得正見經論的本義。（《以佛法研究佛法》>>p.8 ~ p.9）

依緣起三法印去研究佛法，也就是依一實相印——法空性去研究。我以為這才是以佛法來研究佛法，這才能把握合於佛法的佛法。（《以佛法研究佛法》>>p.13 ~ p.14）

三、「學尚自由，不強人以從己」與經典開示的無我

(一) 欲令如是、不欲令如是（主宰欲：有我我所）

《雜阿含》86 經：世尊告諸比丘：「若無常色有常者，彼色不應有病、有苦；亦不應於色有所求，欲令如是，不令如是。以色無常故，於色有病，有苦生，亦得不欲令如是，不令如是。受、想、行、識，亦復如是。比丘！於意云何？色為常，為無常耶？」比丘白佛：「無常，世尊！」比丘，無常為是苦不？」比丘白佛：「是苦，世尊！」比丘！若無常苦，是變易法，多聞聖弟子，於中寧見是我，異我，相在不？」比丘白佛：「不也，世尊。」

(二) 自舉（我慢）

《雜阿含》985 經：「若彼比丘，盡諸有漏，無漏心解脫，慧解脫，現法自知作證：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。當於爾時，不自舉，不起塵，不熾然，不嫌彼。云何自舉？謂見色是我，色異我，我中色，色中我；受，想，行，識，亦復如是，是名自舉。」

《中阿含經》卷 42〈2 根本分別品〉：「比丘。我者是自舉。我當有是亦自舉。…是貢高，是憍傲，是放逸。比丘。若無此一切自舉，貢高，憍傲，放逸者。意謂之息。…若不憎則不憂。不憂則不愁。不愁則不勞。不勞則不怖。因不怖便當般涅槃。生已盡。梵行已立。所作已辦。不更受有。知如真。」

《阿毘達磨發智論》卷 2：「自舉恃相。名慢。是謂差別。」

(三) 我勝我劣（眾生性：勝劣我見 金氏世界紀錄）

《雜阿含》63 經：「無明觸所觸，愚癡無聞凡夫，言有，言無，言有無，言非有非無；言我最勝，（言我劣，）言我相似；我知，我見。復次、比丘！多聞聖弟子，住六觸入處，能厭離無明，能生於明。彼於無明離欲而生於明：不有，不無，非有無，非不有無；非有我勝，非有我劣，非有我相似；我知，我見。」

(四) 讚歎因緣：空相應緣起隨順法（沒有人格化之主宰欲）

《雜阿含》293 經：「我已度疑，離於猶豫，拔邪見刺，不復退轉。心無所著故，何處有我？為彼比丘說法，為彼比丘說賢聖出世空相應緣起隨順法。此甚深處，所謂緣起；倍復甚深難見，所謂一切取離、愛盡、無欲、寂滅、涅槃。如此二法，謂有為、無為。有為者，若生、若住、若異、若滅；無為者，不生、不住、不異、不滅：是名比丘諸行苦、寂滅涅槃」

《雜阿含》14 經：「諸比丘！我於色離，有求、有行，若於色（離）隨順覺，則於色離以智慧如實見。如是受、想、行、識離，有求、有行，若於受、想、行、識離隨順覺，則於受、想、行、識離以智慧如實見。諸比丘！我於五受陰，不如實知味是味，患是患，離是離者，我於諸天、若魔、若梵，沙門、婆羅門，天、人眾中，不脫、不離、不出，永住顛倒，不能自證得阿耨多羅三藐三菩提。」

觀五蘊非我，也不能離五蘊立我，「不是、不異、不相在」，說明了一切我不可得的「無我」。還有，無我的實踐意義，由於我不可得而遣除我見——一切煩惱的根源。印度宗教界，如耆那教、數論等，也說到了無我無私，以為應遣除私我的妄執，自我才能得解脫，這仍舊是有我的。在佛法中，不但五蘊無我，印使證入正法，也還是無我——「不復見我，唯見正法」。體悟的「正法」，是自然法而非人格化的，這是佛法與神教的最大區別。如形容「正法」而人格化的，那佛法也就有傾向有我論的可能。（《如來藏之研究》p. 44 ~ p. 45）

（五）無諍之辯（辯難中，只有樣本，沒有對手）：不復見我，唯見正法

《雜阿含》567 經「…謂貪者是有相，恚、癡者是有相，無諍者是無相。貪者是所有，恚、癡者是所有，無諍者是無所有。復次、無諍者空於貪，空於恚、癡，空常住、不變易，空非我、非我所。是名法一義、種種味。」

《雜阿含》262 經：「尊者阿難說是法時，闍陀比丘遠塵、離垢，得法眼淨。爾時、闍陀比丘見法，得法，知法，起法，超越狐，疑，不由於他，於大師教法得無所畏。恭敬合掌白尊者阿難言：「正應如是，如是智慧梵行，善知識教授教誡說法。我今從尊者阿難所，聞如是法，於一切行皆空，皆悉寂，不可得，愛盡，離欲，滅盡，涅槃，心樂正住解脫，不復轉還；不復見我，唯見正法」。

《阿毘達磨大毘婆沙論》卷 74：「復次受想二法為因發起二諍根本，勝餘法故別立為蘊。謂受能發起愛諍根本，想能發起見諍根本。」（CBETA, T27, no. 1545, p. 385, a29-b5）

四、三法印乃是「從凡入聖」的修行次第

（一）經論依據

《雜阿含》270 經：「無常想者，能建立無我想。聖弟子住無我想，心離我慢，順得涅槃。」

《大智度論》卷 22 〈1 序品〉：問曰：寂滅印中，何以但一法，不多說？答曰：初印中說五眾，二印中說一切法皆無我，第三印中說二印果，是名寂滅印。一切作法無常，則破我所外五欲等；若說無我，破內我法；我、我所破故，是名寂滅涅槃。行者觀作法無常，便生厭，厭世苦。既知厭苦，存著觀主，謂能作是觀，以是故有第二法印，知一切無我；於五眾、十二入、十八界、十二因緣中，內外分別推求，觀主不可得；不可得故，是一切法無我。作如是知己，不作戲論，無所依止，但歸於滅，以是故說寂滅涅槃印。

這無常、苦、無我、涅槃，就叫四法印或四優陀那。經中常說：「無常故苦，苦故無

我」。這四印的次第，是有因果的關係。（《性空學探源》p. 32）

《大智度論》卷 22〈1 序品〉：無常即是苦諦、集諦、道諦；說無我則一切法；說寂滅涅槃，即是盡諦。

三法印有其法次法向，如《雜阿含》270 經所提示的，《大智度論》也指出「無常」等二法印為因，「涅槃寂滅」為果。三法印乃四聖諦的具體實踐化，筆者以為「無常」為苦諦，「我」為集諦，「無我」為道諦，「涅槃寂靜」則是滅諦（《大智度論》另有釋示），以諸行無常的修道心勇猛精進，勘破了我執，體驗了「諸法無我」即是證初果入聖流，若繼續將我慢斷盡，就是涅槃道果（四果）的完成。

（二）初果至四果分別所斷的煩惱

《雜阿含》797 經：何等為沙門果？謂須陀洹果，斯陀含果，阿那含果，阿羅漢果。何等為須陀洹果？謂三結斷。何等為斯陀含果？謂三結斷，貪、恚、癡薄。何等為阿那含果？謂五下分結盡。何等為阿羅漢果？謂貪、恚、癡永盡，一切煩惱永盡」。

(1) 比丘！於此法如實正慧等見，三結盡斷知，謂身見、戒取、疑。比丘！是名須陀洹果，不墮惡道，必定正趣三菩提，七有天人往生，然後究竟苦邊。

（《雜阿含》61 經）

(2) 五下分結是：身見，戒禁取，疑，欲貪，瞋。這五類，都是能感欲界生死的，所以叫下（對上二界）分。但身見，戒禁取，疑，在見道得初果時，先已經斷盡了，現在又進一步的斷盡了欲貪與瞋，也就是斷盡了一切欲界修惑。瞋恚，是專屬於欲界的煩惱。貪是通三界的，但欲貪指欲界的貪欲而說。欲貪斷盡了而證得三果的，雖然身在人間，但對欲界的五欲，男女的性欲，已經不再染著。所以如證得三果，就是在家弟子，也是會絕男女之欲的。

(3) 佛在經中說：『五（順）上（分）結』斷得阿羅漢。五順上分結是：色貪，無色貪，掉舉，慢，無明。色貪，無色貪，是色界與無色界的貪染。掉舉，慢，無明，也應該是二界不同的。但修惑以染愛為本，所以特約二界而分別為二類。這五結，是使眾生生於上界的，現在也斷了，就斷盡了繫縛三界的一切煩惱。

五、三法印與空的關係：三法印與一實相印

龍樹《大智度論》卷 22 說：「摩訶衍（大乘）中有一實，今何以故說三實？答曰：佛說三種實法印，廣說則四種，略說則一種。」論的意思為：佛陀是說三種實法印（即三法印），大乘則略說為「一實法印」。一實法相印是指「一切法空性」。

《大智度論》卷 22〈1 序品〉：問曰：佛說聲聞法有四種實，摩訶衍中有一實，今何以故說三實？答曰：佛說三種實法印，廣說則四種，略說則一種。…復次，有為法無常，念念生滅故，皆屬因緣，無有自在；無有自在故無我；無常、無我、無相故心不著；無相不著故，即是寂滅涅槃。以是故，摩訶衍法中，雖說一切法不生不滅，一相，所謂無相，無相即寂滅涅槃。

（一）「常」空與「我」空：

- （1）《雜阿含》232 經：「眼空，常恆不變易法空，我所空，所以者何？此性自爾。」眼空（眼為六根之代表）是描述六根所觸對的世間的狀態。本經表達了五蘊六根的生命緣起法之共通性為：空無「常恆法」也空無「我（所）法」，正說明了「諸行無常」與「諸法無我」是世間的真相及普遍軌律（此性自爾）。
- （2）《雜阿含》273 經：「空諸行；常恆住不變易法空，空無我無所所。」更清楚地道出，空的當下即是無常無我的展現。以上的經文，充分解說了「空」與無常、無我法印的關係。「常」空與「我」空（或空於常性與空於我性）。

（二）涅槃為「空於貪瞋癡」：「出世間空性相應」

涅槃之義涵，《雜阿含》567 經表示：「空於貪瞋癡」。南傳相應部則將「涅槃」稱之為「出世間空性相應」；《雜阿含》335 經也有「第一義空」的教示。

（三）三法印即一實相印

基於「緣起法」為佛法源頭的最優先指導原則及緣起法的「空相應」性質，一實相印與三法印應該可以在「空義」之下彼此銷融。《大智度論》之結論為：

「無生無滅及生滅，其實是一，說有廣略」

「佛說三種實法印，廣說則四種，略說則一種」

六、三法印在生活上的啟示

三法印在生活上的啟示——建立平衡和諧人際關係及智慧如法的生活觀照。

（一）諸行無常法印（「微觀」面對現實生活問題）What？

- （1）培養敏銳的覺醒觀察力——如實面對缺陷不完美之生活環境。
- （2）建立永不失望的信心——當前匱乏狀況，得以修正改善之可能。
- （3）新新非故、創造性之生命動力論——從零出發，不停止的學習。

（二）諸法無我法印（「宏觀」面對現實生活，探索問題之原因）Why？

生命是生理與心理以及人、事、時、地、物之互動關係（網路）。

- (1) 擴大視野宏觀一切，消除「見樹不見林」之不正確觀察方法。
- (2) 真誠的聆聽態度接受訊息並忠實的傳遞意見——多聞闕疑，知之為知之。
 - (2-1) 不預設立場之接納
 - (2-2) 不輕易下肯定之結論
- (3) 以開放的心靈尊重生命因緣的同理心——活的自在。
- (4) 避免血族交合（本位框框）之放大縮小心理。

(三) 涅槃寂靜法印：衝突的融化冰消——無諍、隨喜、柔軟。

涅槃：「涅槃」有「清涼」等 21 個「同義異名」

《雜阿含》890 經：「如無為，如是難見，不動，不屈，不死，無漏，覆蔭，洲渚，濟渡，依止，擁護，不流轉，離熾焰，離燒然，流通，清涼，微妙，安隱，無病，無所有，涅槃，亦如是說。」

(四)「空」是對世間固有的來一次突破。

不是抹煞一切，是淘汰；依現代的術語說，是揚棄。是從思想與行為的革新（積極進取）摧破情執中心的人生，轉化為正覺中心的人生。

《雜阿含》80 經：「心樂清淨解脫，故名為空。」

佛法提供一種「不主故常」的超世間的大事。實踐此大事，必須透過空，就是對世間固有的來一次突破，否定。空，不是抹煞一切，是淘汰；依現代的術語說，是揚棄。是從思想與行為的革新中，摧破情執中心的人生，轉化為正覺中心的人生。（《性空學探源》>>p.3）

我說佛法以修行為主，譬如說「空」，《中論》說：「如來說空法，為離諸見故」。『阿含經』說：「空於五欲」；「空我我所」；「空於貪，空於瞋，空於癡」。空，是為了離煩惱而說的，所以：「信戒無基，憶想取一空，是為邪空」。（《華雨集第五冊》>>p.283）

附錄

日常生活中正思惟的檢驗（呂勝強心得報告）

印順導師說：「佛法，是理智的德行的宗教，是以身心的篤行為主，而達到深奧與究竟的。」筆者的理解，佛法的「理智」，應與「正思惟」相應，佛法的「德行」，其目標必須要達到煩惱消除的實效。姑且不論那深奧究竟的聖者境界，最起碼每一位三寶弟子，學佛一段時日後，總要檢驗自己是否得到「佛法的饒

益」，要求自己得到「身心的受用」，誠如導師在《華雨集（四）》談佛法的宗教經驗 乙文中所提示的：

修學佛法的人，對於「信」要有信的經驗，對於「戒」要有戒的經驗，對於「定」要有定的經驗，對於「慧」要有慧的經驗。總之，要有內容，要有所得，這就是佛法的宗教經驗。有了宗教經驗，然後能起實效，能不退轉。

筆者讀經之餘，試為野人獻曝地報告些許「慧的經驗」（在日常生活中，經由「正思惟」而消滅煩惱的體會）與法友們分享並請指正：

筆者喜歡將《雜阿含 2 經》、《雜阿含 11 經》、《雜阿含 86 經》及《雜阿含 187 經》這四部經對照來看，在生活上試著運用：

《雜阿含 2 經》：「世尊告諸比丘：於色當正思惟，觀色無常如實知。所以者何？比丘於色正思惟，觀色無常如實知者，於色欲貪斷，欲貪斷者說心解脫。如是受·想·行·識當正思惟。……。」

《雜阿含 11 經》：「世尊告諸比丘：色無常，若因、若緣生諸色者，彼亦無常；無常因、無常緣所生諸色，云何有常！如是受……。想……。行……。識……。」

《雜阿含 86 經》：「世尊告諸比丘：若無常色有常者，彼色不應有病、有苦；亦不應於色有所求，欲令如是，不令如是。以色無常故，於色有病，有苦生，亦得不欲令如是，不令如是。受、想、行、識，亦復如是。」

《雜阿含 187 經》：「世尊告諸比丘：以成就一法故，不復堪任知色無常，知受、想、行、識無常。何等為一法成就？謂貪欲。一法不成就，堪能知色無常，知受、想、行、識無常。何等一法成就？謂無貪欲。成就無貪欲法者，堪能知色無常，堪能知受、想、行、識無常。」

（187 經所說的「一法」包括：「恚，癡，瞋，執，嫉，慳，諂，無慚，無愧...」等）

筆者將以上四經，濃縮為生活實踐的準則：由於我們「五蘊、六處、六界」觸對的一切法，均是無常因與無常緣的和合，不是我們可以掌控主宰的，是故「正思惟」的當下，必須隨順因緣法，（隨順「覺」的）接受任何六根境界苦樂因緣之到來，若能如此，「正思惟的當下，是沒有煩惱的」。如果觀察到苦樂煩惱依然干擾侵襲著，表示當下我們仍然處於喜迎憂拒「即生即滅」的「無常因緣法」，也就是您還「執有我見」而有「欲令如是、不欲令如是」的「主宰欲」的「我愛」煩惱。這是《雜阿含經》「正思惟」觀察五蘊、六根無常無我之教導。

所以在日常生活中，「色蘊」所攝的病痛、意外傷害或貴重物品壞損等因緣的突發到來，能夠於「想蘊」（或行蘊）中起正思惟而尊重隨順因緣法，默默承受「身苦」，而不怨天尤人地認為倒楣事怎麼會發生在自己身上，這樣就會消滅「受蘊」苦樂情緒勢力的「心苦」，也不會「染著纏綿」滋長第二支箭的「行蘊（業）」，「識蘊」也就不會不斷的在「色、受、想、行」這四個地方攀緣執取而漸漸離苦了。

如果能常精進於「正念、正知（思惟）」，煩惱自然就會隨之煙消遠離，如同《雜阿含 1173 經》所開示的「譬如鐵丸燒令極熱，以少水灑，尋即乾消。如是，多聞聖弟子鈍根，生念尋滅。」煩惱之水滴落於熾熱鐵丸之上，藉由正念正智之熱力可使水滴迅速蒸乾不受其浸染。這恰如《大智度論》所說的「是實智慧，四邊叵捉，如大火聚，亦不可觸」。