第六課 滅諦(二)

1. 前言

上一課談的是滅除煩惱，而滅除煩惱之後又是怎麼樣呢？這就是本課要談的主題。本來，滅除了煩惱，就是滅除了煩惱，不再輪迴，不再有生有死，這樣說就夠了；至於不再輪迴、不再有生有死又是種什麼樣的境界，這已超越眾生所能理解與想像的範疇，就好比魚類無論如何不能體會乾地是怎麼回事，天生失明的人也很難揣摩看的見是什麼情形；眾生無始以來，除了生死輪迴，還是生死輪迴，若是不證智慧，不斷煩惱，強要理解與體驗不再生死輪迴得意境，實在了無可能。然而，涅槃寂滅，是佛法的終極目標，即使說的人再怎麼難說難講，聽的人再怎麼難以體會，佛與弟子們依舊盡了最大的善巧方便加以表述，因為若不從正面點出涅槃的特性，眾生修行起來，便好像探險卻對目的地一無所知，極易產生信心危機，平添修行的障礙。本課是站在這個立場上而就涅槃略述一二。

乙、本論

一、超越語言文字的涅槃境界

第二課就曾言及，生命的本質是苦，這是佛法洞徹生命真相而下的結論。不論眾生了知

生命是苦的事實與否，眾生都會受苦。感受到苦，於是要求免除痛苦，為眾生一致的願

望。在人類文化的開展中，古今中外多有哲人、思想家提出了種種解決生命痛苦的方案，

印度文化亦是如此。面對現實人生的缺陷與不完滿，希冀超越令人失意的生命而達到

和諧安樂的境地，印度文化之中，自阿利安人的吠陀始，是以信靠神而得來是生天為理

想。經歷梵書的時代，到奧義書的出現，古老的原始宗教已為哲人深刻的哲學化，於是

發展出真我、梵、輪迴的思想。吠陀中創造天地萬物的神，至此轉化為形而上的宇宙本

體— 梵，梵之作為宇宙的本體，出生一切，是一切的本原，清淨和諧，真常不變，若能

回歸於梵，即能超越所有的矛盾、衝突與痛苦。人的本體—真我，梵文為atman，與宇宙

的本體—梵一致，也是清淨和諧，真常不變，人因受欲望所蒙蔽，故而造業受報，輪迴

不已，人要脫離輪迴，就要去除欲望，令真我得以顯發，這就能回歸於梵，而達真我與

大梵合一，解脫自在。在奧義書之後，印度思想界百家爭鳴，著名的有所謂六師外道。

針對業感輪迴、修行解脫，六師等各有立論，各有解說「涅槃」一詞，開始為思想界所

應用。

涅槃，是梵文nirvana的音譯。在梵文中，nir之作為前置音節，在語意上與文法上皆具否

定的意義，如佛說緣起，否定了奧義書的真我論—無我，無我，即niratman。涅槃，意味

著某種既存現象的否定，考其原意，指的是火焰熄滅的狀態；因此，涅槃被用來指稱生

命輪迴現象之消散，代表擺脫一切束縛、超越一切障礙的解脫之境。佛教成立於印度文

化的時空環境裏，也就使用世間固有的詞彙—涅槃，來表示佛教的解脫之境，四諦中的

滅諦，即是涅槃。在《楞伽阿跋多羅寶經》卷三中記錄了印度許多非佛教的涅槃思想，

外道們也都講涅槃，也都自以為得涅槃。說到這裏，我們應當明白，涅槃並非佛教的

專有名詞，印度的其他宗教也講涅槃，然而，佛教的涅槃自有不共其他宗教的特殊意涵(註

一)。

涅槃是對生命這樣的存在狀態之否定。生命的存在怎麼一回事？生命是物質、精神與其

活動的總合，以十二緣起的方式循環輪迴，生命的存在在我們眾生所知所識的概念當中，

佔有空間，落於時間，生命存在所依止的宇宙，也就是時間、空間的組合。宇宙萬物，

包括生命在內，其佔有空間，就是一個一個各自相異的個體，在這裏或是在那裏；落於

時間，必有其生、住、異滅的現象，有過去、現在和未來。眾生所認識的宇宙，就是這

樣。許多人推想空間、時間是獨立的、絕對的、先驗的，其實不然。我們之所以知道這

裏、那裏有空間，必是物質存在其中，在這相對的關係裏，物質須賴空間得以安立，空

間離開物質則無所謂空間可言，空間是相對的。至於時間，也是相對的，時間是過去、

現在和未來，凡是說是時間，一定是說某事某物的過去、現在和未來，之所以有時間這

樣的概念，完全依附於物質和精神的活動。佛法說一切現象都是緣起的，是依因待緣成

立的，在種種條件下產生的，沒有任何獨立存在的、自行作用的、絕對而非相對的事物。

有情眾生就在上述這樣的時空現象中生了又死，死了又生，而涅槃卻與此完全相反。涅

槃沒有什麼生和死，涅槃沒有空間上的一個二個，這裏那裏，涅槃也沒有時間上的過去、

現在、未來。

這樣，我們好像形容了涅槃？當然沒有！以上我們只說了涅槃不是這樣，不是那樣，而

沒有說明是這樣還是那樣。那麼到底涅槃可不可以用語言文字加以表述呢？我們知道，

語言、文字是符號，它或是聲音或是圖像，表徵、指稱我們所認知的一切。符號是符號，

符號並非其所指稱對象的本身。語言、文字同樣是緣起的，至少它存在於與其指稱、表

徵、描述的對象及其使用者的對立關係之中，離開後二者的其中之一，即沒有所謂的語

言文字。再者，語言文字又離不開我們的認識了知這一件事。有情眾生的認識是怎麼樣

的呢？不消說同樣是緣起的。認識是根、境和合而生識，此三者和合而生觸，接觸了境

界，領受於心，形成種種意象與概念，決定這是這、那是那；眾生取像的心理作用稱為

想心所，語言文字即於有情眾生的想心所而安立，我們即是用聲音、圖像來表徵、指稱

我們概念中某種具體的事物或抽象的理則。涅槃，沒有上述的這種認識作用，也就是沒

有認識者與被認識者的相對關係，沒有心、境的分別，沒有任何概念、印象等「相」可

言—無相，這樣自然沒有語言文字能夠安立的道理。入了涅槃後是怎麼樣呢？古德說「心

行路絕、言語道斷」（註二），語言文字實無法說明沒有語言文字的境界。

如上所言，一切都是緣起的，這世上既存的一切都是依緣起而產生的現象，其本質就是

緣起的，雖則森羅萬象，但無不是依因待緣、條件決定，眾生生死死生的本質，同樣

是緣起，涅槃卻與緣起產生之現象完全相反，難以為眾生所理解。其實，緣起就是宇宙

的真相，宇宙運行的定律，就是真理，眾生依緣起法則，修行、證悟此一真理，滅除煩

惱，讓生命不成其為生命，讓生死輪迴的緣生現象還原到其本質—緣起的理則上，涅槃

就是緣起本身，就是空，這還有什麼可說的呢？既已打破生命個體的存在方式，死而不

生，沒有空間上的方向、地點、體積、質量、數量而言，沒有時間上過去、現在、未來

的分別，沒有什麼主、客體相對的心理作用，這是無法用相對的概念加以理解、擬想的

狀態；世間一切現象生起，我們說有，現象滅去，我們說無，在時空的關係上是這樣是

那樣，涅槃卻超越時空，不可說在這裏在那裏，一個二個，何時生何時滅(註三)，如中國

道教以現世得長生不死為究竟—生而不死，這不是涅槃，基督宗教等以來世永生天國為

理想—死後永生，這也不是涅槃，總之，涅槃與世間依因待緣而生滅的一切恰恰相反，

難以直接的說他如何如何，只能說它不是如何如何，佛典中多以否定的方式烘托其意境

(註四)。

正因為涅槃既不是這樣，也不是那樣，什麼都不是，有人便意解涅槃為一無所有；一旦

死而不生，入了涅槃，便什麼都沒有了。事實上，這是完全錯誤的觀念，涅槃連這「一

無所有」也不是。那麼到底入了涅槃是怎麼樣呢？橫豎這是說也說不明白的，屬於十四

無記中之一項(註五)，若要推論、擬想涅槃是有是無，非有非無，終究是無用的戲論，

佛陀要我們從能知能識的部份著手，先確認世間因果關係的事實，理解緣起的真理，了

知如何而有生死輪迴，然後對症下藥，截斷生死的瀑流，到時自然明白涅槃是怎麼一回

事(註六)。涅槃，原不必多做說明。

二、現世能證涅槃

有情眾生因煩惱而造業受報，苦際不盡，只要斷除煩惱，便可自生命的困局中得到解放，

離苦得樂。很顯然的，修行證智慧斷煩惱，並不需要等到死後再說，現世即能成就，斷

煩惱的當下，便是證得涅槃，涅槃，並非是指死後的事。修行者若在禪定中正觀緣起，

直覺體悟到緣起本來是空的寂滅性，斷一切煩惱而解脫，這解脫的法味，即是涅槃之境；

證慧斷煩惱，在修行者而言，是自證、自知、自覺的，清清楚楚，明明白白，毫無疑惑(註

七)。修行者在有生之年，證慧斷煩惱，一般說來叫做得涅槃；證得涅槃的聖者此生一盡，

不復再生，這就叫做入涅槃。

1. 有餘、無餘涅槃

如上所言，斷了煩惱，不再輪迴，是為涅槃；然而在原始阿含部的聖典之中，涅槃的原義指的卻是不再受生於人間。聲聞四果中，初果是極七有，二果是一來，皆猶有受生於人間的機會；三果是不還，不再返回欲界受生，永離人世，因此，在原始的阿含部裏，三果阿那含與阿羅漢、佛一樣，皆可稱為涅槃。阿那含雖不再來人世間，而煩惱未盡，尚於色或無色戒得個體的存在，所以仍舊是餘有煩惱，餘有生身而依此苦際不盡，這便謂之有餘依涅槃或有餘涅槃；而阿羅漢或佛則斷盡煩惱，不復受生，究竟解脫，更無所餘而苦盡，便是無餘依涅槃或無餘涅槃(註八)。然而，阿羅漢和佛在世的時候，儘管煩惱斷盡而得涅槃，但壽命未終，還是依身體而存活於世間，不可避免的要受寒耐熱，飢餓口渴，所以後來便稱在世之佛和阿羅漢為有餘依涅槃，等到佛或阿羅漢壽命終了，不復受生，這才真正苦無所依，滅盡無餘，謂之無餘依涅槃(註九)。

1. 在世聖者之境界

現世能證涅槃，證得涅槃的聖者與凡夫一樣生活在世間，並非騰雲駕霧、羽化成仙去了，那麼在世間的聖者與凡夫有什麼差別呢？有什麼與眾不同的境界呢？

聖者既生活在世間，那就是緣起的、相對的、無常的、有變化的，聖者證慧斷慧，並不表示可以扭曲緣起的定律。緣起即是在什麼條件之下，便會產生什麼現象，這是永恆如此、必定如此、不會易動的，違反緣起法的現象是不可能成立的、不可能發生的、不可能存在的。因此，聖者與凡夫一樣是五蘊聚合的個體，有屬於物質的身體與身體活動，有屬於精神的心理與心理活動，凡夫以什麼樣的型態存在於世間，聖者也是以同樣的型態存在於世間。說到身體，身體有一定的活動方式與存在時限，凡夫行動坐臥，聖者也行動坐臥，凡夫有生老病死，聖者也有生老病死，凡夫不飲不食，無法維持身體的運作，聖者不吃不喝，同樣活不下去；說到精神，凡夫六根六塵和合而有六識，聖者也不例外，凡夫有感受、思考、決斷，聖者也不外乎如此。聖者與凡夫根本的不同，在於凡夫有煩惱，聖者沒有煩惱。

聖者沒有煩惱，心境是沒有煩惱的心境，行為是不隨順煩惱的行為。

1. 聖者的心境

聖者的心境是如何呢？經中說凡夫是無明所覆，愛結所繫，聖者斷除無明，所以如沒有烏雲遮蔽的皓日，聖者斷除染愛，所以如不染污泥的蓮花(註十)。皓日，形容聖者心境的光明，蓮花，形容聖者心境的清淨。

凡夫無明所覆，在直覺上認定世間的一切是實有的，向內執著自我的實有，向外執著我所的實有，於是愛結所繫，內而貪愛自我，外而貪愛我所，內心的感受、思考、決斷，不得不受制於自我及我所，但世間的一切是緣起的，無常的，有變化的，自我及我所一起變化，凡夫不由自主的就要心隨境轉，引發種種大大小小的煩惱。如貪，對於一切想要加以佔有控制，貪而不得，焦慮、恐懼、憂愁、悲傷油然而生，以得者貪而懼失，同樣是焦慮、恐懼、憂愁、悲傷，貪而複失，同樣如此。又如瞋，瞋是貪的一體兩面，執著實有而貪愛之，相對的也就執著實有而瞋恨之，恨之不已，復欲害之、傷之、毀滅之，欲傷害毀滅而不得，又是焦慮、恐懼、憂愁、悲傷，真正加害對方之後，還要焦慮、恐懼於報復。又如癡，自以為如此如此，但與真理並不相應，所作所為有時不能達到自己預期的效果，或是事情的發展往往出乎自己意料之外，於是對人、對事。對自己信心不堅，懷疑、迷惑、混亂等也就無法免除，凡夫時有「不知如何是好」、「不知何去何從」的感慨，因未知而恐懼，有時事情發生了，更不免要後悔起來，然後依舊是悲傷、憂愁。凡夫不離這些煩惱，若在得遂己意的時候，固然感到喜悅，但世間無常，一度擁有，終必失去，一時如意，終將不如意，畢竟免不了苦。

聖者斷智煩惱，不對一切起執著，無明所不能覆，對一切不起貪愛，愛所不能繫。如說到自我，對於自我的存在，聖者不會執著為實有的，不會貪愛自我，當自己老了、病了或即將死亡時，聖者不會焦慮、恐懼與憂愁，不會「貪生怕死」，這就是第二課曾說到的「身雖苦而心不苦」；那麼反過來說，證得涅槃、親切體驗到涅槃滋味的聖者，會不會厭患此身而自殺呢？當然不會！聖者既不會執著自我的實有，不會貪愛自我，也不會執著自身的苦為實有而厭惡自我。不過，為眾生而犧牲，為殉教而流血，聖者原是義無反顧的。

聖者不會因為自己得到了什麼而喜悅，也不會因為失去了什麼而悲傷，既沒有甚麼好貪愛的，自沒有什麼好瞋恨的，聖者徹見真理，自己所知所證，求證於世間一切現象，莫不相符，遠離所有的懷疑、迷惑與顛倒妄想，沒有衝突、矛盾與混亂。總之，聖者不為無明所覆，不受愛結所繫，光明清淨，心不隨境轉，不會如凡夫一樣，歡喜、憂愁、恐懼、焦慮、懷疑、後悔，聖者是所謂的「不動如山」(註十一)。聖者不受煩惱羈絆，所以感到無拘無束，自由自在，聖者不會因煩惱的羈絆而忽苦忽樂，如第二課所提到的八苦，聖者並非不會經歷這些感苦的情境，而是不執著其實有而不染著，無動於衷，所以聖者感到的是永恆的、離繫的、自在的樂；聖者的心境沒有凡夫一般得波濤起伏，所以是永遠的安詳寧定。聖者生活在世間，卻有超越世間、勝出世間的心境，無怪乎如皓日、如蓮花了(註十二)。

1. 聖者的行為

說到行為，聖者的行為是不隨順煩惱的行為，也就是隨順真理與智慧的行為，離貪、離瞋、離癡的行為，經中說的是「中道」。中道行，是修行者必須遵循的修行之道，依此可以趣向解脫，而在證悟者來說，就是完滿體現了中道行(註十三)。中道，就是八正道，由正見到正定，身、語、意的行為無不相應的真理，其特色並不在於有什麼亙古不變的教條而把守之，而在於契合緣起，離一切執著，在一定的時空環境下應機而作，而符合一定時空環境的要求，無不恰到好處。

凡夫有貪、瞋、癡；癡，不是實有計其實有，那麼眼要貪好看的，耳要貪好聽的，鼻要貪好聞的，舌要貪好吃的，身要貪觸摸起來舒適的，聖者則不會貪愛五欲的享受，更不會以極盡享樂為能事；凡夫有瞋，瞋則不惜加害對方而後快，聖者則不然。凡夫因貪瞋癡而殺、盜、淫、妄、語，聖者則完全相反。在世間而言，損人利己是惡的、不善的、非道德的，如殺、盜、邪淫、妄語等，利他忘己則是善的、道德的，如布施、持戒等，聖者破除我見，冺除我愛、我慢，無利己之心，更無害他之意，故不會損人利己從事非道德的作為。雖則古今中外判斷道德的詳細標準不盡相同，但不論處於何時何地，證悟的聖者必能合乎於當時當地的社會風氣、風俗習慣的道德標準來待人處世，過著毫無瑕疵的道德生活。我們檢是佛陀與阿羅漢弟子在世的情況，也無非這種生活的寫照。

縱欲的反面，便是克己的節欲。節欲，對修行趣入解脫而言，有其一定的作用，但極端的節欲，節欲到如苦行外道一般自我折磨得程度(註十四)，非但與真理不相應，不應為修行者所取，更非聖者所為。中道—八正道，簡而言之，就是戒定慧三學，唯有依戒而攝護身心，依戒而凝心入定，依定而修習觀慧，證慧斷煩惱，才能解脫，苦行與解脫沒有必然的因果關係，修行者不可執著苦行也不必堅持苦行，況且為了修行，必須維持身體的健康，若一味節欲苦行而損傷色身，復又障礙修行了(註十五)。

有人或許要問，聖者離欲，不貪享受，那麼是不是乾脆不吃不喝不睡了呢？上文說到，聖者是善行圓滿，絕非苦行圓滿，如果不吃、不喝、不睡，折磨自己，吃盡苦頭，具有利他的作用，能夠利益眾生，或許聖者會這麼做；然而苦行與利他同樣沒有必然的因果關係，聖者不必苦行，也可以利益眾生。換句話說，聖者當然會為利益眾生而不惜犧牲自我，頭目腦髓皆可布施，這是自我犧牲而非自我折磨，若是如外道一般，僅為壓制物欲而以各種方式折磨肉體，如盛夏曝曬在烈日下，嚴冬枕臥在寒冰上，於人於己，則毫無意義。

在凡夫的心境中，六根觸對六塵，必然會引起貪欲，只有不看不聞，這才能「眼不見為淨」，貪欲不起，所以推想起來，就以為離欲的人，必是如此(註十六)。然而，在聖人的心境中，如眼如色，卻不會執著色是實有的，不會起貪愛染著的意志，因此眼雖見色，卻是離欲的見色，絕非眼不見為淨。如果六根不觸對六塵，才能離欲，那麼除非是死了，才辦得到，這豈非鼓勵人去自殺？自殺不是解脫之道，死亡也不是解脫！聖者離欲，離的是「心欲」(註十七)，不是眼不見色、耳不聽聲、不吃、不喝，而是表現出一個平常人的樣子，吃也吃，喝也喝，然卻「少欲知足」。聖者固然不會貪生怕死，不會因貪愛自我而吃、喝、睡來維持生命，但是聖者也不會一味不吃不喝，因為聖者是自在安樂的人，不是悲觀厭世的人(註十八)。唯其如此，聖者才能成為絕大多數的人可以學習、效法的對象，才能得到世人普遍得接受和認同，也才能夠攝引世人歸向解脫。

聖者不但不是苦行主義者，以大乘的精神來說，為度化眾生，聖者也可能表現出豐餘富饒的形象，憑藉自身所能運用的資源利益眾生，並且，尚一反聲聞聖者那種潔身自好、脫俗絕塵、一絲不苟的態度，而是和光同塵的、親切得普入大眾，廣度眾生，此即上一課所提到的大乘入出世無礙、真俗無礙的境界(註十九)。總之，聖者的行為，是合乎緣起中道的行為，世間上縱欲、節欲各是一邊，聖者不偏於任何一邊，也不堅持任何一邊，因時、因地、因眾生，依於因緣而得其所宜。

丙、結論

眾所周知，在佛教史上，有些聖者為適應某些眾生特殊的根機或對致某些特殊的問題，因而表現出一種不拘小節、玩世不恭甚或瘋瘋癲癲的作風；似此極易引起世人的誤解，或有以為這樣就是證得涅槃的表現。但是一如上說，聖者不一定會如此，事實上絕大多數的聖者總是以世人最易接受的、正正常常的形象來化世，有如佛陀在世的時候，如果要說大而化之、瘋瘋癲癲、奇形怪狀之流者便是證得涅槃得聖者，這恐怕只是少數人的佛法或根本就不是佛法了。

本課略述在世聖者之風範，下一課我們即要探討入涅槃得境界。

附註

【註一】這裏節錄《阿毘達磨大毘婆沙論》卷廿八所述之涅槃意義如下：「槃名稠林，涅名為

出，出蘊稠林，故名涅槃。復次，槃名為織，涅名為不，以不織故，名為涅槃，如

有縷者，便有所織，無則不然，如是若有業煩惱者，便織生死，無學無有業煩惱，

故不織生死，故名涅槃。復次，槃名後有，涅名為無，無後有故，名為涅槃。復次，

槃名繫縛，涅名為離，離繫縛故，名為涅槃。復次，槃名一切生死苦難，涅名超度，

超度一切生死苦難，故名涅槃。」

【註二】如《中論》卷三言：「諸法實相者，心行言語斷，無生亦無滅，寂滅如涅槃。」

【註三】如《雜阿含經》卷三云：「阿羅漢者，非有他世死，非無他世死，非非有無他世死，

廣說無量，諸數永滅。」?同經卷卅四中，有婆蹉種出家問佛涅槃的境界如何，佛說

「生者不然，不生亦不然」，絕非眾生的想像的存在或不存在，不可思議。佛舉火滅

的譬喻說明，涅槃就如同火滅了一樣，無法說滅去了的火到了東、南、西、北任何

一方，涅槃沒有數量、生滅可言，只能說「甚深廣大，無量無數，永滅」緣起的個

體滅去，就只是緣起、空的理則，所以婆蹉種出家說為「唯空幹堅固獨立」。

【註四】如《雜阿含經》卷二在提到證悟解脫時說：「滅而不增，退而不進，滅而不起，捨而

不取。於何滅而不增？色滅而不增，受想行識滅而不增；於何退而不進？色退而不

進，受想行識退而不進，於何滅而不起，色滅而不起，受想行識滅而不起；於何捨

而不取，色捨而不取，受想行識捨而不取。滅而不增，寂滅而住，退而不進，寂退

而住，滅而不起，寂滅而住，捨而不取，不生繫著，不繫著已，自覺涅槃，我生已

盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。」

又卷三說：「若彼色受陰，永斷無餘，究竟捨離，滅盡，離欲，寂沒，餘色受陰，更

不相續，不起不出，是名為妙，是名寂靜，是名捨離，一切有餘愛盡，無欲，滅盡，

涅槃。」

卷五則提到，所謂「具諸道品，修行滿足，永離諸惡，非不消煬，非不寂滅，滅而

不起，減而不增，斷而不生，不生不取不著，自覺涅槃。」

【註五】在《雜阿含經》卷五中載，焰摩迦比丘就有這樣的理解：「漏盡阿羅漢，身壞命終，

更無所有」，而為大眾斥為邪見，舍利弗尊者對焰摩迦比丘說：「如來見法真實，如

住無所得，無所施設。」

又如卷九中舍利弗與阿難的討論為：「尊者阿難又問舍利弗：如尊者所說，六觸入處

盡離欲滅熄沒已，有亦不應說，無亦不應說，有無亦不應說，非有非無亦不應說，

此語有何義？尊者舍利弗語尊者阿難：六觸入處離欲滅息沒已，有餘耶？此則虛言，

無餘耶？此則虛言，有餘無餘耶？此則虛言，非有餘非無餘耶？此則虛言。若言六

觸入處盡離欲滅息沒已，離諸虛偽，得般涅槃，此則佛說。」

又卷卅二摩訶迦葉與舍利弗：「如來者，愛已盡，心善解脫，甚深廣大，無量無數，

寂滅涅槃。舍利弗，如是因，如是緣，故有問世尊，如來若有、若無、若有無、若

非有非無後生死，不可記說。」

【註六】據《中阿含經》卷六十＜箭喻經＞，鬘童子從佛修學，要求佛解答如來涅槃後是有

是無等等問題，佛說修行的目的不是要去解答這些纏繞不休的、玄之又玄的問題。

修行是為了解脫，如果研究那些問題有助於解脫，這還情有可原，但事實上強要理

解那超越眾生理解範圍的事，只會落入天馬行空的玄想，對修行解脫而言無異白費

工夫。佛舉治療箭創為喻說明修行解脫的態度，人受箭創，只要將箭拔去，敷藥包

紮即可痊癒，若是不直接進行這樣的療程，非要去問射箭的人姓名字號、籍貫、高

矮美醜如何，箭的質料、箭的羽毛等等了無相關之事，只怕會擔誤治療，一命嗚

呼。同樣的，修行是要我們從可知可識的世間現象著手，理解因果的關係、緣起的

定理，然後修行趣入解脫，而非不著邊際的幻想解脫到底是什麼樣子，所以佛在《雜

阿含經》卷十四隊須深說：「不問汝知不知，且自先知法住，後知涅槃。」龍樹菩薩

在《中論》卷四則說：「若不依俗諦，不得第一義，不得第一義，則不得涅槃。」

【註七】如《雜阿含經》卷一言：「如是比丘，心解脫者，若欲自證，則能自證，我生已盡，

梵行已立，所作已作，自知不受後有。」

又如卷二言：「多聞聖弟子，於此五受陰非我非我所，如實觀察，如實觀察已，於諸

世間都無所取，無所取故無所著，無所著故，自覺涅槃。」

【註八】如《中阿含經》卷二＜善人往經＞將「少慢未盡、五下分結已斷」的阿那含依入涅

槃的遲速分為七類，各得某類涅槃，但阿那含並非「無餘涅槃」，證得「無餘涅槃」，

不生色、無色界，「不至東方，不至西方、南方、北方、四維上下，便於現法中息迹

滅度」。

又如《雜阿含經》卷卅四在談判「有餘」、「無餘」時，佛與婆磋種出家的的對答是：

「佛告婆磋：眾生於此處命終，乘意生身生於餘處，當於爾時，因愛故取，因愛而住，

故說有餘。婆磋自佛：眾生以愛樂有餘，染著有餘，唯有世尊得彼無餘，成等正

覺。」

《增一阿含經》卷七則說得最清楚：「彼云何名為有於涅槃界？於是比丘滅五下分結，

即彼般涅槃，不還來此世，是謂名為有於涅槃界。彼云何名為無餘涅槃界？如是比

丘盡有漏成無漏，意解脫、智慧解脫，自身作證而自遊戲，此生已盡，梵行已立，更

不受有，如實知之，是謂無餘涅槃界。」

【註九】如《阿毘達磨大毘婆沙論》卷卅二：「云何有餘依涅槃界？答：若阿羅漢諸漏永盡，

壽命猶存，大種造色相續未斷，依五根身心相續轉，有餘依故，諸結永盡，得獲觸證，

名有餘依涅槃界。」又：「云何無餘依涅槃界？答：即阿羅漢諸漏永盡，壽命已滅，

大種造色相續已斷，依五根身心不復轉，無餘依故，諸結永盡，名無餘依涅槃界。」

《大智度論》卷卅一：「有涅槃是第一寶無上法。是有二種！一者有餘涅槃，二無餘涅

槃。愛等諸煩惱斷，是名有餘涅槃；聖人今是所受五眾盡，更不復受，是名無餘涅槃。」

《成唯識論》卷十：「涅槃義別略有四種……二、有餘依涅槃，謂即真如出煩惱障，雖

有微苦，所依未滅，而障永寂，故名涅槃。三、無餘依涅槃，謂即真如出生死苦，

煩惱既盡，餘依亦滅，眾苦永寂，故名涅槃。」

【註十】如《雜阿含經》卷四十四：「已斷餘恩愛，遠離於欲網，斷除於一切，有愛之結縛，

如水生蓮花，塵水不染著，如日停虛空，清淨無雲翳。」

【註十一】《雜阿含經》卷九：「彼心解脫者，比丘意止息，諸所作已作，更不作所作，猶如

大石山，四風不能動，色、聲、香、味、觸，及法之好惡，六入處常對，不能動其心。」

卷十四：「爾時世尊告諸比丘：有六常行，云何為六？若比丘，眼見色，不苦不樂捨

心住，正念正智，耳聲、鼻香、舌味、身觸、意識法、不苦不樂捨心住，正念正智，

若比丘成就此六常行，當知識舍利弗等。」

【註十二】這裏再引兩則以蓮花喻聖者的經文，如《雜阿含經》卷卅二：「若無世間愛念者，

則無憂苦塵勞患，一切憂苦消滅盡，猶如蓮花不著水。」

《中阿含經》卷廿三＜青白蓮花喻經＞：「猶如青蓮花，紅、赤、白蓮花，水生、水

長、出水上、不著水，如是如來世間生、世間長、出世間、行不著世間法，所以者何？

如來無所著等正覺，出一切世間。」

【註十三】如《中阿含經》卷五十六＜羅摩經＞云：「有二邊行諸為道者所不當學，一曰著欲

樂下賤業，凡人所行，二曰自煩自苦，非聖賢求法，無義相應。捨此二邊有取中道，

成名成智成就於定而得自在，趣智趣覺趣於涅槃，謂八正道，正見乃至正定，是謂為

八。」

【註十四】這裏節錄《長阿含經》卷十六＜倮形梵志經＞中一段記外道苦行情狀，如：「離

服倮形，以手自障蔽。不受夜食，不受朽食，不受兩壁中間食，不受三人中間食，不

受兩刀中間食，不受兩杇中間食，，不受共食家食，不受懷姙家食，狗在門前不食其

食，不受有蠅家食，不受請食，他言先識則不受其飡，不食魚，不食肉，不飲酒，不

兩器食，一飡一咽至七飡止，受人益食不過七益，或一日一食，或二日三日四日五日

六日七日一食，或復食果，或復食莠，或食飯汁，或食麻米，或食椷稻，或食牛糞，

或食鹿糞，或食樹根枝葉花實，或食自落果，或批衣或披莎衣，或衣樹皮，或草襜身，

或衣鹿皮衣，或留髮，或被毛編，或著塚間衣，或有常舉手者，或不坐床席，或有常

蹲者，或有剃髮留髭鬚者，或有臥荊棘上者，或有臥果蓏上者，或有倮形臥牛糞上者，

或一日三浴，或一夜三浴，以無數苦，苦役此身。」

【註十五】如《中阿含經》卷二＜漏盡經＞中佛陀所說的「有漏從用斷」，要斷煩惱，必須受

用資生之物維持身體健康才是：「比丘，若用衣服，非為利故，非以貢高故，非為嚴飾

故，但為蚊虻風雨寒熱故，以慚愧故也。若用飲食，非為利故，非以貢高故，非為肥

悅故，但為令身久住，除煩惱憂慼故，以行梵行故，故令故病斷新病不生故，久住安

隱無病故也。若用居止房舍床褥臥具，非為利故，非以貢高故，非為嚴飾故，但為疲

惓得止息故，得靜坐故也。若用湯藥，非為利故，非以貢高故，非為肥悅故，但為除

煩惱故，攝御命根故，安隱無病故。若不用者則生煩惱憂慼，用則不生煩惱憂慼，是

謂有漏從用斷也。」

【註十六】如《雜阿含經》卷十一中某個外道得弟子欝多羅即對佛說：「眼不見色，耳不聽聲，

是名修根。」

【註十七】《雜阿含經》卷廿八：「世間雜五色，彼非為愛欲，貪欲覺想者，是則士夫欲，眾

色長住世，行者斷心欲。」

【註十八】如《中阿含經》卷三＜說本經＞中阿那律陀尊者說：「我不樂於死，亦不願於生，

隨時任所適，立正念正智。」

【註十九】如《維摩詰所說經》卷上＜方便品＞中所述的維摩詰長者，即：「深植善本，

得無生忍，辯才無礙，遊戲神通，逮諸總持，獲無所畏，降魔勞怨，入深法門，善於

智度，通達方便，大願成就，明了眾生心之所趣，又能分別諸根利鈍，久於佛道，心

已純淑，決定大乘，諸有所作，能善思量，住佛威儀，心大如海，諸佛咨嗟，弟子、

釋、梵、世主所敬。欲度人故、以善方便居毘耶離，資財無量，攝諸貧民，奉戒清淨，

攝諸毀禁，以忍調行，攝諸恚怒，以大精進，攝諸懈怠，一心禪寂，攝諸亂意，以決

定慧，攝諸無智，雖為白衣，奉持沙門清淨律行，雖處居家，不著三界，示有妻子，

常修梵行，現有眷屬，常樂遠離，雖服寶飾，而以相好嚴身，雖復飲食，而以禪悅為

味，若至博奕戲處，輒以度人，受諸異道，不毀正信，雖明世典，常樂佛法，一切見

敬，為供養中最，執持正法，攝諸長幼，一切治生諧偶，雖獲俗利，不以喜悅，遊諸

四衢，饒益眾生，入政治法，救護一切，入講論處，導以大乘，入諸學堂，誘開童蒙，

入諸谣舍，示欲之過，入諸酒肆，能立其志……長者維摩詰，以如是無量方便，饒益

眾生。」