

## 《心經》的生命智慧 第八講 宇宙觀（一）

舍利子！是諸法空相：不生不滅，不垢不淨，不增不減。

胡健財/2022.1.16

### 一、課程目標

1. 宇宙觀：宇宙是甚麼的說明
2. 佛教宇宙觀的總論：三對六不
3. 生命的超越：生滅、垢淨、增減

### 二、課程內容

1. 觀諸法皆空——宇宙觀：五蘊、十二處、十八界——人在宇宙中即解脫自在
  - (1) 這一節經文，是宇宙觀的總論。佛教的宇宙觀包括五蘊、十二處、十八界，說明人在宇宙之中就是解脫自在。（《講記》 p.115）
  - (2) 何謂「宇宙」？古人說：「上下四方曰宇，往古來今曰宙。」所以「宇宙」就是指無限時空中的一切事物。誰能夠知覺時空的存在呢？主要是人類。（《講記》 p.115）
  - (3) 人類根據空間與時間的知覺而論究宇宙的原理所提出的觀念，就叫作宇宙觀。（《講記》 p.115）
2. 是諸法空相
  - (1) 「是諸法空相」的「諸法」即五蘊法，包括一切物質與精神；佛法的名詞稱為「色法」和「心法」。前面是以人類身心的五蘊法來觀空，本節則是以時空現象的五蘊法來觀空。（《講記》 p.116）
  - (2) 從時間的立場來看事物，叫「生滅」；從空間的立場來看事物，叫「增減」；從凡夫的立場來看時空的現象，則有欣喜和厭惡，欣喜的叫作「淨」，厭惡的叫作「垢」。因此從凡夫位所看到的宇宙，無非是生滅、增減與垢淨。（《講記》 p.116）
  - (3) 一般人在認知上，瞭解一切現象都是有生有滅、有垢有淨、有增有減的。（《禪解》 p.040）
  - (4) 不生不滅，不垢不淨，不增不減的六不三對，是表達心法及色法等諸法空相的。（《禪解》 p.040）
3. 不生不滅

- (1) 世間的事物，從無變有叫作生，從有變無叫作滅；生與滅，以凡夫的知覺而言，是真實而不假的。但是換作佛法的立場，則生與滅其實都是暫時的，不是生了就永遠生，滅了就永遠滅，因為「生」只是由於各種因素的配合而顯現，「滅」也不過是由於各種因素的解散而消失。所以，生，並非真的生；滅，也不是真正沒有了。（《講記》 p.116-117）
  - (2) 雖然宇宙之中的物質和生命現象，都是有生有滅，但是若把時間的距離延伸，與因緣配合來看的話，則並沒有真的生與滅。所以經文告訴我們：「不生不滅」。（《講記》 p.119）
  - (3) 瞭解到有生就有死，有淨就有垢，有增就有減，就不會執著於一切的現象，而能認知到它現前的存在只是一個過程，所以失敗時不會太頹喪；成功時不會太興奮，只是盡自己的能力把當下每一件事做好。這就是不生不滅；（《禪解》 p.041）
4. 不垢不淨
- (1) 所謂「不垢不淨」，「垢」與「淨」是我們凡夫對時空諸相所生的執著，產生喜歡的心就說「淨」，不喜歡就說不淨，也就是「垢」。（《講記》 p.120）
  - (2) 說得清楚一些，一切法相的事物現象，本無垢淨之分。（《禪解》 p.043）
5. 不增不減
- (1) 「不增不減」是就空間的質量與數量而言，質量有多有少，數量有增有減。（《講記》 p.119）
  - (2) 同一個人有時胖一點，有時瘦一點。……增加、減少到底是真的還是假的？（《禪解》 p.043）
6. 結論：
- (1) 當我們以超越時空的立場，來觀想一切東西，便會發現，雖有一切事物的生生滅滅，其實是不增不減的。（《禪解》 p.044）
  - (2) 所以，五蘊法是空無自性的，沒有時間相，沒有空間相，也沒有所執相。（《講記》 p.120）
  - (3) 我們現在從心念的例子來解釋這三句話。「不生不滅」是指在現實生活中，心中已不會生起煩惱的念頭。「不垢不淨」是指面對萬丈紅塵，心中不以眾生的煩惱心為不清淨的垢，也不以諸佛的智慧為淨。「不增不減」是指在修行佛法的過程中，既不是為增長智慧，亦不是為減少煩惱。這是超越了對煩惱和智慧的執著，已經得到大自在、大解脫的人才能如此說。（《實踐》p.201）
  - (4) 我們不是聖人，但不妨學習、模仿聖人的這種心懷。（《實踐》 p.201）