

0028 菩提道次第略論 20140923-b

主講法師：上良下因法師

2014淨律學佛院

看下一段：

次見自身墮於苦海，並見欲從彼中解脫須滅其苦；

同時也要看到自己是墮於苦海當中，而不是說只是種哲學的分析，三苦、八苦、什麼苦，分析到最後跟自己沒關，不是的。你要看到自己本身就在苦海當中，同時看到自己必須要從這當中得到解脫，所以必須滅這個苦。

下一段：

又欲滅苦，了知若未遮止其因苦終不滅，便生“其因為何”之念，由此了知集諦，故于苦後宣說“集諦”。

接著呢，介紹集諦的生起的因緣。就著修行的角度來說，苦諦之後為什麼要觀察集諦的原因。就是說我們儘量看到苦，同時也看到我們在苦當中，這個時候我們就很想要滅除這個苦——所以“欲滅苦”，所以了知如果沒有遮止這個苦的因，苦終究是不會滅的。這個時候我們接著就會去想，“便生‘其因為何’之念”，就會生起什麼念頭呢？“這個苦的因到底是什麼呢？”那麼有這個念頭生起的時候，了知集諦，就會去觀察集諦——惑業的這個境界。所以苦後，佛陀會自然地宣說集諦，這是集諦生起的因緣。

其後了知輪回眾苦皆由有漏業生，彼業又由煩惱所生，而其根本即是我執，便知集諦；

這個地方是介紹集諦的內容。前面講集諦是苦諦的因，這個時候觀察集諦，也就是苦諦的因到底是什麼呢？其後就去思維觀察，了知輪回的眾苦都是由有漏業而生起的。這是觀察業—惑業苦的這個業。“有漏業”包括有漏的善業和有漏的惡業，“漏”就是煩惱，然後呢，“彼業又由煩惱所生”，那麼這種有漏善、惡業的生起又是由惑—煩惱就是惑—這個煩惱所生。這個煩惱指的就是貪嗔癡，因為貪嗔癡而造作一切的善惡業，這個是從粗到細去分析集諦。

然後“而其根本即是我執”，這個“其”就是根本，煩惱的根本就是我執。那我們再反推回去：“有我罪即生”，三界輪回的根本就是我執。所謂“我執”就是說你認為這個身心——“我的身”、“我的心”，“我現在能夠思維造作的就是我的心”；這個四大假合稱為“我的身”，你認為這個是“我的身”、“我的心”這種真實的執著叫做“我執”。

有我執的話，這是細的；接著就會有粗的，帶動起比較粗的貪嗔癡的煩惱。那麼我執也好、貪嗔癡煩惱也好，這都是屬於“惑”的境界。那麼有“惑”的這個煩惱，接著這就會推動“業”，那麼“業”包括善業、包括惡業，那麼這些都是稱為“有漏業”。“有漏”是有煩惱，依著煩惱所生的業。這個惑跟業就是“集諦”。

若見我執亦能滅除，誓願現證斷苦之滅，故于集後宣說“滅諦”。

為什麼“苦集滅道”，“集”之後會講滅諦呢？若是看到我執——你看到我執的這個相，你當然就知道“亦能滅除”。你就知道我執實質上就是一種顛倒想，這種顛倒想透過正理的推斷：比如說心不在內、不在外、不在中間，三性四相各方面的方式去推論，觀察這個“我”不可得，這個時候看到我執也能夠滅除。能夠滅除，這個時候呢，我們就有信心了，就能夠發起誓願，能夠現證，能夠今生親證斷苦的

這個“滅諦”。

所以在集諦之後，佛陀就會宣說滅諦。或者說誓願現證斷苦的寂滅，這種寂滅的境界，所以佛陀接著又為我們宣說滅諦。

這是第一段佛陀講“苦集滅道”的次第的原因。

第二段：**破除對於依此次第講說所產生的問難。** 這個是一個料簡。

或曰：“若爾，示苦諦時，便能生起欲解脫心，故於苦諦之後應說滅諦。”

這個地方有人問說，這樣講的話，佛陀說完苦諦，這個時候就能生起想解脫的心。既然生起想解脫的心的話，直接跟他講滅諦之後就好了，還要說集諦做什麼？這個問題，聽起來是蠻有道理的。既然他有解脫的心，就像一個人，他剛來到寺院，他就很有道心，你還跟他講我執、貪嗔癡煩惱……介紹這麼多名相幹什麼？他很有道心，你跟他講這個安住在不生不滅境界的“滅諦”就好了，還講這麼多做什麼？

看底下的解釋：

無過，因于爾時雖有欲解脫心，欲得息除眾苦之滅，然猶未明眾苦之因，未見其因定能遮止，是故不念應現證滅，不執解脫為所求故。

他這樣，就是說“無過”，當然這樣也是可以的。但是呢，“因于爾時雖有欲解脫心”，那個時候他雖然也有想求解脫的心，因為看到苦，三苦、八苦，各式各樣的苦，他也生起想解脫的心；那麼也有“欲得息除眾苦之滅”，他也想得到這種不生不滅的這種滅諦的境界，他也想得到。

但是底下有個問題：“然猶未明眾苦之因”。這個時候他如果不知道這個苦的因在哪裡，而且呢，“未見其因定能遮止”，就是說，因為他不瞭解這個苦的因到底是什麼，所以他對於這個因，也就是集諦，對於這個“因決定能夠遮止”，他也

見不到。因為他連這個因是什麼都不知道，所以他當然也不能夠真正地知道這個因是能夠可以遮止的。

那這樣有什麼過患呢？“是故不念應現證滅，不執解脫為所求故。”就是說他對這個因，他事實上是模模糊糊的；模模糊糊的，所以說他“不念”，他之所以“不念”就是他沒有這種很堅定的信念“應現證滅”，應當來證這個滅諦。也就是說“不執解脫”為最終目標、為最終的所求。

這個也就是說，雖然說沒有錯，他今天見到苦諦，他也會想希求滅諦；但是這個苦的原因，他如果沒有看到的話，他對於“想證得滅諦”這個心，他不那麼強得強烈。因為就是說，真正的信心不是來自于一時的這種激情、一時的這種很興奮，不是的，而是要透過智慧。就是說你看到三界的苦，你希望從三界的苦當中得到超脫，那這個時候不是說“我很想超脫”就能超脫。

如果說你都不學教理，你不知道這個束縛的因、這個苦的因到底在哪裡，你說你很想求得解脫，然後你也每天很用功地拜佛、很用功地念佛、修行、修苦行種種的，但對這個因不瞭解的話，事實上你修行的過程當中是很容易退的，很容易退失你對於滅諦的追求的心。所以就是說“不執解脫為所求”。

因為修行當中如果你不瞭解它的“因”的話，你就沒有辦法真正的從“因”去下手；沒有辦法從“因”去下手的話，“因”就會不斷不斷起現行，縱然你今天修種種的苦行、種種的加行，讓這個煩惱的“因”暫時遮止。因為修定嘛，修定把煩惱暫時伏住，但是呢，它總會現行的，早早晚晚總會現行的。就是說你對這個“因”沒有辦法很有效調伏的時候，這個時候你對這個“果”——這個果上的解脫，也就不會那麼強烈地作為自己追求目標了。因為它常常現行，你也調伏不了，所以說你

這個時候，對於這個果的追求慢慢也就不是那麼強烈了。

所以你今天必須要瞭解它的“因”，而正式去破壞他的“因”，那麼“因”不斷不斷地破壞，當我們煩惱破除一分，我們自性開顯一分，這種法喜開顯一分，真實而堅固的法喜開顯出來，你才有辦法真正地去追求不生不滅的這個滅諦。所以這個就是我們必須要瞭解它這個“因”的道理是在這裡。

所以必須要學習集諦，你有集諦的時候，你看到它的“因”，然後你就能夠不斷去破壞它的“因”，你修道求解脫這個信念才會越來越堅固。比如說你今天出家久了，隨著出家越來越久，然後你的煩惱越來越淡薄，你真正地看到煩惱的“因”，你煩惱越來越淡薄，這個時候你對於求解脫的心就會越來越強烈。就是你出家久了之後，你這種想要求解脫的心就會越來越強，你會很堅定地告訴自己，“我一定要修行，深入地修行，求解脫”，而不會被世間的八法——利、衰、毀、譽、稱、譏、苦、樂而動搖，不會的。因為可以說你看到曙光了。你透過出家，不斷地修行，你真地看到這樣的修行真正地能夠滅除我的煩惱；你也知道煩惱行相，你也是真得不斷地滅除煩惱，這個時候你對於求解脫這個事情，你就會越來越有信心。世間這種順境的誘惑、逆境的考驗，你的心不會真地放在上面。

相反的，如果你對煩惱的“因”不瞭解，你只是靠剛剛出家的一種道心、剛開始的一種衝勁去修，然後你沒有正式對治你的煩惱，只是暫時修定，以石壓草，那這種煩惱沒有辦法真正的滅除；沒有辦法真正的滅除的時候，它就可能一而再、再而三地不斷地出現；不斷出現的時候，慢慢地世間的八法對你都會很有影響力——因為你對修道求解脫這個事情，你沒有真正的信心。沒有真正信心的時候，快樂境界也好、痛苦境界也好，一來，你心就很容易動。

所以這個就是說，我們為什麼要瞭解滅諦——苦因——滅諦的這個道理就在這個地方：你才有辦法正對治、才有辦法真正地得到法樂。你得到法樂，你才有辦法真正地“執著解脫為所求”，真正地把“解脫”這個事情，今生得到“應現證滅，應求解脫”這個事情當成你今生的一個重要的目標。

就像一個修行人，為什麼他在山上能夠住幾十年不下山？就是因為他真正地看到集諦、看到煩惱，然後去破壞煩惱。破壞煩惱當中，慢慢得到法喜、慢慢得到信心。有了信心之後，對於今生要現證證滅，今生“應現證滅”，今生要求解脫這個事情越來越有信心了。所以這個是很重要的。

好下一段：

若執：“應當現證解脫、滅諦。””便念何為趣解脫道，趣入道諦，是故“道諦”最後宣說。

這說明“道諦”的生起次第。“若執”，“執”就是說它不是這種煩惱的執著，而是種堅定的信念。若生起堅定的信念想說應當“現證解脫”，也就是滅諦。這個時候就去念，“念”就是思維，就去思維何為解脫道，什麼是解脫道呢？“這個滅諦是很好，那我怎麼樣趣向解脫道呢？”“怎樣趣入‘道諦’呢？”這個時候佛陀所以就為大眾宣說道諦。

所以苦集滅道四諦的次第是這樣的。所以佛陀說“知苦、斷集、慕滅、修道”，苦集滅道四諦就修道的次第來說是這麼安排的。“知苦”讓我們生起希求解脫的心；“斷集”，解脫心生起的時候，我們要看它的因就是“集”，必須要斷；第三個“慕滅”，這個是我們未來要追求的目標，所以不生不滅的這個“滅”，我們必須去仰望——慕滅；那怎麼樣趣向滅諦呢？就是修道。“知苦、斷集，慕滅、修道”，這

個次第必然。

第三段、透由正理成立必須依此次第。

大小乘中多次宣說此四諦法，善逝於此總攝趣入輪回、從彼跳脫之諸要義，故于修解脫時極為重要，亦是修持關鍵之大總集，故須以此次第引導弟子。

前面是講理由，次第生起道諦的理由；這個地方是引經典來說，在大小乘的經典當中，佛菩薩地多次宣說次第的法。其實整個佛法總的就是苦集滅道四諦，就是說苦集是世間因果，滅道是出世間因果。你看佛陀有時會宣說苦，世間的苦；有時候宣說種種的煩惱相，或者善惡業的相，這是集諦；有時候佛陀會宣說實相——不生不滅的理體，是滅諦；佛陀有時候會為我們宣說六波羅蜜，或者宣說四念處種種的法，就是道諦。所以整個大小乘的經典，總合起來就是苦集滅道四諦。所以懂得四諦法，就是懂得整個大小乘佛法。

但是四諦再往上提，苦集就是世間的因果，滅道就是出世間的因果。然後再往上收攝，世間和出世間的因果不離開我們這念心。所以經典裡面所宣說的道理不離我們這念心，是這個道理。因為心開展出來就是世間的染汙因果跟出世間的清淨因果。那麼世間染汙因果就是苦集二諦；出世間清淨的因果就是滅道二諦，所以這是總攝，四諦法它總攝大小乘所有的法門。

所以各位不要以為修行四諦只有聲聞人修，其實不是的。就看你怎麼去會這個四諦法。你看天臺宗講藏通別圓四教，有四種的四諦，所以四諦是總攝整個大小乘的佛法，這個是個根本。

所以，“善逝”，就是佛陀，於四諦的法它當中“總攝趣入輪回”，還有“從彼跳脫之諸要義”。“趣入輪回”就是苦集二諦，“從彼跳脫之諸要義”就是滅道

二諦。在經典裡面實質上總攝起來就是這四諦。

所以在修解脫道的時候，四諦法是非常的重要，也是修持關鍵的大總集。就是說你修持的法門很多、很多、很多，八萬四千法，無量無邊的法，但是總的來說就不離開四諦，就理上來說不會離開的。

所以“故須以此次第引導弟子”，說上師引導弟子的時候，必須要以這個四諦的次第來引導弟子。什麼次第呢？“知苦、斷集，慕滅、修道”。首先引導眾生知道世間是苦，知道世間是苦，然後他才會生起斷集，乃至慕滅、乃至修道的心，求解脫的心。所以知道世間是苦，這個基礎是很重要的。

就是說所以我們在教授的時候，不要一下就講很高很高的法，應當先從最基本的“知道世間是苦”這個事情，去讓眾生去認識，這個是很重要的一個基礎。

底下說：

若未由思苦諦門中，於輪回起真實厭棄，則求解脫唯成空言，任作何事悉皆成集；

這個地方是說明它的重要性，就是說，為什麼這段第二行它說“修解脫時極為重要”，為什麼？底下解釋，就是說你如果沒有能夠從思維苦諦這個門當中，對輪回生起真實的厭棄，這個時候，你對於求解脫這個事情就是空言。因為你對於解脫，就是拉住我們，使我們不能解脫這個因你沒都有生起厭離的時候，這個時候沒有希求厭離的心，怎麼能夠真正得解脫呢？

你對三界還覺得很可愛，你並不認為三界是苦，你每天在那個地方拜佛、念佛，這個時候就跟修仙的差不多了，很逍遙、很快樂，在這個山上很好，不想下山。因為山上很清涼、很快樂，然後用功完了之後，身體健康、心情愉快，然後對所有現

前的一切：我的身、我的心、我的一切受用，都是很滿意、很貪戀。那這樣子的話呢，沒有對輪回起真實的厭棄，對輪回當中的這個境界，五取蘊苦也好，或者依報也好，沒有生起真實厭棄的心，那麼在這個山上修行，說希望得到解脫，這個就只是空話而已。

“任作何事悉皆成集”，就是你做什麼事情，不管拜佛、念佛、聽經、聞法、讀誦經典……一切一切的都是“集”。集是什麼呢？就跟惑和業相應。當然你這個業是隨順于清淨的業，是白業和善業；你在山上拜佛、念佛、打坐，乃至聽經聞法，這個都是成就人天的善業。但人天善業的本質也是跟我執相應的，甚至是跟貪煩惱相應的，這個時候都是跟“集”相應的。用功的時候身體健康、心情愉快，很貪戀這個境界，“我很貪戀我的佛堂”；或者在研究經典的時候，非常喜歡研究經典，很歡喜——只是一個歡喜，甚至貪戀這種眼前的境界的話，這樣的結果就只是跟“集”相應。

所以為什麼剛一開始上課時，我們講剛開始的時候，初學，談不上什麼出離心、菩提心，先學會聽話。不過這個在我們學院可能是不容易，要大家聽話。我們學院是要求公平、公正、公開，一切都是合理化、制度化。但是各位自己要有覺悟，這個我就不多說了。

先要求聽話，在這個聽話當中，慢慢把我執放下。我執放下，這個時候再觀察……這個時候把我執放淡，不敢說放下，把我執放淡，我執放淡了之後，這個時候再觀察三界是苦，這個時候才有辦法真正地跟法義能夠相應。跟法義相應的時候，你再去修苦集滅道四諦，才有辦法真正地相應。

不然的話，如果說一切都是滿我們的願、滿我們的心，一切都是很合理的、很

好的，這樣的話，你所做的都是跟集諦相應，最起碼跟是我執相應。學院給你最好的、最滿意的一切、一切、一切，然後呢，這個時候都是跟我執相應。

所以你看為什麼古德他們在修行的時候，都是不止一年、兩年、或者三年那種淨人的教育。所謂“淨人教育”就是說在家居士修苦行，一年、兩年，甚至三年，這樣的磨練之後，然後才讓他出家；出家之後，然後慢慢、慢慢沙彌教育；沙彌教育完了之後，然後就是比丘教育，這個也是一種必然的次第。

當然，我們在佛學院是不可能要求這麼高標準，但是你要知道，就是說，我們如果沒有辦法觀察這種三界真的是苦，真正生起這種厭離的心，這個時候往往還是跟我執相應的，甚至跟貪嗔癡的煩惱相應的。那麼這個時候做很多很多的用功和加行，往往還是跟我執相應，就是“任作何事悉皆成集”的這個道理。所以我們必須自己要有所警醒，就像蕩益大師在《寒筍集》裡面說的“身見重者，宜苦行消之”。

就是說你面對順境、面對逆境你都要往道上會，不要說一定要求順境。你要求全部都是順境的時候，我們眾生的心法爾如是，自然而然地就會生起我執這種貪愛的心。縱然我們在山上學了很多的經論，或者做了很多的加行，事實上最後都是跟我執相應的。那這樣子的話，很難成就一個法器——修道的法器。

所以各位可以多看看《高僧傳》或者高僧大德的開示，回憶一下，就是看看古代叢林的教育是什麼樣的方式。所以，就是說我們自己要有所覺悟了，知道真正的傳統教育是怎麼樣的教育，那麼我們學院是給大家一個很廣大的空間、很寬的空間，不會要求到那麼細，什麼事情都要白師什麼的，不可能的。但是呢，我們要注意在修學過程當中，不要增長自己的我執，這個要很注意。所以“任作何事悉皆成集”，

第一個。

然後再來呢：

若未由思集諦門中，善加了知輪回根本——諸業、煩惱，猶如射箭未見靶心，則其修道關鍵已斷，於非解脫三有之道妄執為是，其後必定勞而無果；

講到集諦。就說你如果沒有在觀察集諦，由思維集諦門當中，而去“善加了知輪回的根本”——也就是業跟煩惱的話，那有什麼過患？就像射箭，你沒有看到靶心，你連靶在哪邊你都不知道，你就射、射、射，能夠中到靶心的機率那可以說是零。

所以底下合法，就是說“修道關鍵已斷”，這是重點，“關鍵已斷”。就是說我們講修道，我們要修行、修道，那麼所謂“修道”，或者“修行”的關鍵是什麼呢？就是要破壞輪回的力量，牽引我們到輪回的力量，也就是集諦，也就是業跟煩惱，這是個關鍵，你必須要瞭解。

你說你要得到解脫，你必須要瞭解是什麼力量讓你不能夠得到解脫，對業跟煩惱的行相要去學習、要去瞭解。如果你對這個不瞭解，只是做種種的加行，那麼這個時候呢，這個“關鍵已斷”；甚至“於非解脫三有之道妄執為是”。就是說我們心中有種種的主張：“我認為我應該怎麼樣去修，我才能夠得到解脫”、“我應該怎麼”、“我應該這樣”、“學院應該提供我什麼樣什麼樣的環境、一個什麼樣的加行、一個什麼樣的解門的環境……”，個人的主張沒有辦法放下的時候，很有可能對於“非解脫三有”的這個道，就是說事實上，你在做這些一切一切“修行”的時候，都是跟集諦相應的，它本身不是解脫三有的這個道，但是你卻“妄執為是”，你卻虛妄地執著這個是真實的，這個是應該的、是正確的。

就像剛才講的那個道家、那個外道，他認為他很逍遙、很自在。但是他就算他再怎麼逍遙自在，也比不上色界、無色界天的天人，壽命也比不上他們。他們頂多壽命幾千年，甚至上萬年已經了不起了，色界跟無色界的天人，那個壽命多長啊！就算色界、無色界的天人他真正的逍遙，那最後還是輪回啊。

所以對於這種非解脫三有的這個道，卻虛妄執著以為是，“其後必定勞而無果”。所以為什麼一開始真的要學“聽話”，因為有的很多修行的道理，這個必須過來人來為我們指點。

就像以前我剛出家的時候，我師父說我的種種缺點，我根本無法瞭解，是出家久了才慢慢理解的。但是我師父就要求我們要聽話，但是在這個聽話當中，慢慢、慢慢地去體會師長所說的開示，而且還必須去實踐，在實踐當中去體會。

就像有的人，他會認為過午不食是不需要的，因為很多、很多、很多的理由；但事實上你真正地去持午，過午不食的話，你發現它的利益勝過千言萬語。如果你剛開始就能夠聽佛的話，佛告訴你要過午不食，出家眾過午不食，就聽佛的話，去過午不食，剛開始，雖然我們什麼都不懂，但就是老老實實照著做，慢慢地你就體會到了，這個勝過千言萬語。但你認為“不需要過午不食，我怎麼、怎麼、怎麼的”，這個時候往往就是自己的一個損失。

所以剛開始要求為什麼要求聽話，因為這個道路我們不清楚，必須有善知識來引導。在這個過程當中慢慢引導，我們才不會“於非解脫三有之道妄執為是”，我們就能慢慢把個人的主張放下。因為我們個人主張當中很多是“非解脫三有之道”、很多是跟我法二執相應的，我們不知道。你能夠透過剛開始的聽話、隨順、和合，隨順師長、隨順大眾，慢慢地把這種個人主張放下之後，然後慢慢地，“非解脫三

有之道”就會慢慢也放下了。

那如果相反的呢，“妄執為是，其後必定勞而無果”，做很多的加行，但是可能，最後往往不是你要的結果，跟解脫無關。

所以底下總結：

若未能知所斷——苦、集，則亦不明息滅彼之解脫，故雖希求解脫，亦唯增上慢矣。

說你如果沒有斷除苦跟集，對於不明白“息滅彼的解脫”，就是滅諦的道理，你不會明白的。因為所謂滅諦，不生不滅、不垢不淨、不增不減……這個你如果沒有煩惱慢慢淡一分，或者這個苦，慢慢放下，對苦的執著、煩惱慢慢放下，惑業慢慢放下，放下一分，你這種自性清淨心才有辦法慢慢開顯一分。如果沒有辦法慢慢斷除“苦、集”，也就是說你沒有辦法斷除苦、集，當然出世間的因果不可能開展出來，自性清淨心不可能真正地開顯出來，所以你永遠沒有辦法明白，“滅除彼之解脫”，也就是這個滅諦，你沒有辦法真正地瞭解。

那這個時候，縱然做種種的加行、苦行，但是事實上還是跟非解脫道相應。為什麼？因為你在修的時候，你這個集，你這個我、法二執沒有放下。所以雖然希求解脫，到最後也是增上慢。就是自以為是：“我做了多少的加行、我懂得多少的經論、我出家多久、我多大的福報”等等、等等，都是增上慢。

所謂“增上慢”，就是說“未得謂得，未證謂證”。就是說，他以為他是解脫，他以為他已經得到解脫了，或者跟解脫相應了，事實上他就可能只是福報比較大而已。因為不斷地加行，或者不斷地聽聞佛法，他福報大了。福報本身也是一種堪能性，堪能性也會使你的身心安樂、清淨，但是跟解脫無關，跟真正的解脫三界是沒

有關係的。

所以你看為什麼《廣論》一開始前面講要親近善知識，這是非常非常的重要。因為他如果沒有這種經驗、沒有這種體會，真正地放下內在的執著，他不瞭解，他永遠沒有辦法真正瞭解，所謂“不生不滅，不垢不淨”的“滅”是什麼道理。

就像最近有個人在網路上他跟我說，他說有一個人“非常非常有善根，然後他想出家，但是問題是什麼呢？道場都不行”，這個道場不行、那個道場不行，所以他不能夠出家。那我就跟他說，他個性如果不改，他對於出家解脫這個事情，夢都夢不到。他說“我們不是要做夢，我們是要在明白當中去求解脫的”。所以他不瞭解我說的話，什麼叫“夢都夢不到”。就是說不要說白天你都不知道，晚上做夢也夢不到。就是說，所謂解脫這個事情，如果個人的習氣、個人的執著不放下的話，就是滿益大師講的“夢都夢不到”。縱然他做很大的加行，甚至他認為他有多大的善根，道場怎麼、怎麼、怎麼樣的不配合他——他永遠就沒有辦法真正地知道什麼叫做解脫，他不會知道的。就算他所謂他很有善根，他做很多的加行、學了很多的佛法，就算他認為他有所得，最後只是增上慢而已。這樣的人現在太多太多了。

好接著往下看：

壬二、正修苦諦。

前面講那麼多，就是告訴我們要認識三界是苦是非常重要的，也就是說這個要生起也是不容易的，尤其我們住在山上的這個環境。世俗的人他不容易，是因為在世俗的環境浸泡久了，頭腦混沌了、根鈍了，他很難思維苦諦。而在山上修行久了，有時候久了很難生起，是因為太安樂了。慢慢修行久了有福報，山上又很清涼，太安樂的時候，那麼這個時候，對於“三界是苦”這個事情慢慢也淡忘了。雖然還是

修行，但是對於這個苦是淡忘了。

淡忘結果怎麼樣呢？當你福報享盡或者業障現前，或者重病來的時候就知道了。就是說雖然我們在山上不斷地修行，但是我們一直不認為世間是苦。當你不認為世間是苦的時候，自然而然你就會貪著“我的身、我的心、我的衣鉢、我的受用”，一切一切都貪著。都貪著的結果就是，在病苦來的時候起顛倒。所以為什麼很多修淨土的人到醫院的時候就顛倒？因為他沒有去觀察“世間是苦”的這個本質，所以念佛也會給讓人帶來很大的快樂、很大的法喜，但是在這個法喜、快樂當中，也同時不斷地去貪著這個身心。所以當身心敗壞的時候，他就顛倒了。

所以這個對於修行人來說，修苦諦是非常非常的重要。因為這種修行修得不錯的人，到最後，到醫院重病來的時候顛倒的例子太多了。

當然我們講這個，並不是說我一定不會，我是說至少我們有這種危機意識，知道說這個事情很重要。而且我們自己看到、聽到太多了，知道這個很重要，所以我們要有危機意識。

“正修苦諦”的方法分為二段：

對了，我先講一下這個學期我們作業考試的評分方式，我們考試的評分方式就是，每一周寫一次作業，但是你不用每一周交，每一周寫一次作業，作業內容是什麼呢？就把這一周（一個禮拜）三堂課的內容整理，你可以全部整理也可以，你可以選擇主題性的整理也可以。你就注明這是第一周、第二周、第三周，我們總共才十周左右，注明第幾周的筆記內容。筆記，我剛剛講有兩個方式，你要是發心好好學，那麼就把我們一個禮拜三堂課的內容仔細地整理，歸納整理，這是一個方法；你要不想這麼累也可以，那麼你就找一個主題，比如說我們在講八苦內容，這個禮

拜講八苦，把八苦的內容做個總整理也行。然後在期中的時候交一次，期末考試的時候交一次，這個是我們這學期的評分方式，就是要交個人的筆記。那這個筆記是什麼，就是整理的筆記，不是說你聽課的抄錄的筆記，而是你透過聽講之後，你把經文的內容，綜合經文內容，綜合我講的內容做個整理的筆記。那各位要是對整理筆記不太清楚，可以請問謙因法師，他會給各位一個圓滿的答覆。

就是你要整理筆記之前，我先講個重點，你整理筆記之前，你先不要急著動筆，比如說我們今天講的這個重點，比如說，四諦它的次第的必然性。次第的必然性，你先想一想，或者你先看一看那個文，先想想這個內容，它這個內容當中分幾個重點。想清楚之後呢，再來動筆。那各位慢慢訓練，做這樣的訓練，抓重點的這個訓練，這對於未來你的學修也都會有很大的說明。

我們看到壬二、正修苦諦。分為二段：

癸一、思維輪回總苦。癸二、思維輪回別苦。

癸一、思維輪回總苦 分為二段：

子一、思維八苦。子二、思維六苦。

先看到“思維八苦”。

八苦的內容是什麼？當然我想我們佛學院的同學都應該要會，內容都要把它記下來。內容記下來之後，甚至八苦的相，各取五相等等的，也能夠發心記下來更好。

“思維八苦”分為五段：

第一段、依根器的次第而修。

修共中士一切所緣法類之時，凡下士時所說共法，此亦應取。

先看到承接下士道的部分，就是說你要修中士道的“一切所緣法類”。“所緣

法類”包括：思維輪回苦，輪回總苦、輪回別苦這些的；或者思維集諦、滅諦、道諦這些的，這個都是中士道所緣法類，四諦的內容。在修這個法的時候，前面下士道，共下士的時候所說的共法“此亦應取”。就是說，這個時候在修的時候，也應當要取前面的法來修。就是說，這是就著思維修來說。比如說我們今天觀修思維修——觀修八苦，觀修八苦的時候，同時也可以配合前面的觀修死無常、三惡道苦、皈依、業果等等的，配合著修。因為前面是基礎。

那這麼多法要怎麼修呢？乃至後面還有很多法，上士道還有很多法，中士道、上士道還有很多法，怎麼修呢？這個就是我們前面跟各位介紹的廣修和略修的差別的方法。比如說你現在重點在修八苦，中士道的苦諦當中的八苦，這是你的重點；那麼你在打坐當中思維修八苦，就認真地修。但是你前面那個，包括暇滿、皈依，暇滿難得、死無常這些的，你就稍微帶過去。稍微帶過去，可是也就根據這個頌文，誦念過去。我們這個觀修儀軌底下不是都有攝頌嗎，就把前面那個頌文慢慢地念過去，一邊念一邊隨文入觀。假設你前面都已經這樣，都已經廣修過了，前面廣修過了，你這樣根據攝頌慢慢念過去的時候，這樣略修，它就能夠帶動那個覺受。

比如說前面那個皈依，最前面那個暇滿難得——道前基礎的暇滿難得，你曾經認真地修，然後也在這個修的當中生起強烈的覺受了，曾經廣修過了，那這個時候你再念暇滿難得的攝頌的時候，或者乃至憶念暇滿難得這個法的時候，這個標題、這個法的時候，就會多少帶動這個相應的覺受：暇滿難得、死無常、三惡道苦、皈依、業果……這樣一路下來。然後，前面我們根據這樣，攝頌念過去，慢慢念過去，然後到思維中士道的時候，這個八苦，我們現在重點在思維苦諦的八苦，再廣修。這個叫做“于下士時廣說共法，此亦應取。”因為有那個基礎的時候，你再思維這

個八苦，乃至後面的法都會有說明。這個就是廣修和略修的善巧。

下一段：

諸不共之所修法類，若有慧力，應當如下所述而修；

“不共”的話呢，就是指的中士道不共的法類，“若有慧力”，如果智慧夠的人，“應當如下面的敘述而來修”。就是《略論》後面這一些不共的法義也要來修。

然後：

倘若慧力微劣，可暫舍置所引經教，唯修當下所示法義體性。

這差別是什麼呢？就是說，你如果智慧夠的人，當然你憶持力也夠。

時間到了，那今天講到這裡好了。

聽打：慧雲

校對：廣霖 普靈

201709法義研習小組校對稿