

善戒法师 ( Sayalay Susilā ) ， 1963 年生于马来西亚彭亨，获槟城理科大学大众传播媒介学士，大学时已开始禅修。

1991 年，法师在马来西亚槟城佛教禅修中心披剃出家。披剃后六个月，法师便前往缅甸，在著名的阿咤利 ( ācariya ) 班迪达西亚多 ( Sayadaw U Paṇḍita ) 指导下，精进密集修禅近三年。1994 年，法师依止著名的缅甸阿咤利 帕奥西亚多 ( Pa-Auk Tawya Sayadaw ) 学习止观除了勤奋不懈地修禅，也学习阿毗达摩、巴利经典及其注疏和巴利语长达十四年之久，深受法益。法师睿智，精通英语、华语、福建话、马来语及缅甸语，深受帕奥西亚多赏识与信任，曾担任西亚多的海外以及国内禅修报告和佛法开示的即席翻译。

2000 年开始，在帕奥西亚多鼓励和敦促之下，法师开始在马来西亚、澳洲、新加坡、印尼、东欧、台湾等地的著名学院，如宏誓佛学院、香光尼众佛学院教授「阿毗达摩」。

2002 年开始，法师的足迹遍布北美各地，并应请法者之邀，除了授课外，也指导禅修和开示法要。

为了饶益众生，增广见闻，法师亦参学了缅甸各种禅修体系——莫哥（Mogok Sayadaw）、乌巴庆（Sayagyi U Ba Khin）、葛印卡（Goenka）、水乌民（Shwe Oo Min）等。因此法师成为非常善巧的老师，能够以简单直接的方式来教导佛陀教法中的细微部分，根据实际禅修体验，来清晰呈现法义。其佛法开示生动活泼、精准独特。

2014 年，法师开始在中国指导禅修。

2015 年，法师在马来西亚槟城创立了「正勤乐住禅林」，并担任住持一职。

法师的中文版著作有：

- 1) 《揭开生命之实质》
- 2) 《朝向快乐之道》
- 3) 《阿毗达摩实用手册》

- 4) 《佛法精粹选集》
- 5) 《佛陀的九种德行》
- 6) 《从此岸到彼岸》
- 7) 《二十四缘发趣论》

英文版著作有：

- 8) "Unraveling the Mystery of Mind and Body"
- 9) "The Path to Happiness"
- 10) Dhamma Essence Series

# 《二十四缘发趣论》

## 简介

《阿毗达摩》里一共有七部论，《发趣论》是《阿毗达摩论》里的第七部论，也是《阿毗达摩》里最深奥的一部论。

佛陀在菩提伽耶成道后的第四个星期，开始省思「阿毗达摩」。他从第一部《法聚论》开始，当省思前面六部论的时候，身体并没有发出光芒，但当他思惟到第七部《发趣论》时，由于佛陀的一切知智得到了充分的发挥，缘于智慧，身上发出强烈的六色光芒——蓝、黄、红、白、橙及五色之混合色。现在我们的佛旗就是依此设计的。



若把一条大鱼放到小水沟中，这条大鱼一定很痛苦，为什么？因为水沟太小，它无法自在地游。但是如果把它放到大海中，它就能畅游无碍。同样地，佛陀的一切知智只有省思到《发趣论》的时候，才达到顶点。《发趣论》详尽地解释了《阿毗达摩论》中所列举的名色法之间如何以种种

方式产生联系。它解释了缘起法，即缘法如何靠特有的缘力<sup>1</sup>令缘生法生起。所以整个《发趣论》都是在讲缘起法。其中没有一个不变的实体或主宰，没有众生，没有你、我、他，只有身和心互动的过程，它们纯粹是无常与无我的现象。佛陀说：「见缘起者，见佛；见佛者，见缘起。」缘起是整个佛教里最重要的教法。只有了解缘起，才能了解无我的真谛。

此章讨论的是名色法之间如何互相依靠的关系，即诸缘特有的支助力——二十四缘。

若要正确地理解《阿毗达摩论》里的发趣法，至少必须明白每一缘所涉及的三法：

第一个是「缘法 ( paccayadhamma )」：这是作为其

---

1

缘力，一共有 24 种，潜藏在缘法里，就像辣椒的辣味潜藏在辣椒的种子一般。

他法之缘的法。此缘法通过产生、支助或维持其他法而成为其缘。

第二个是「缘生法 ( paccayuppannadhamma ) 」：这是受到缘法援助之法。它在受到缘法支助之下而得以生起或持续存在。比如，「十二因缘」<sup>2</sup>的第一支「无明缘行」，意思是因为无明生起，所以行生起。无明是缘法，行是缘生法。

第三个是「缘力 ( paccayasatti ) 」：这是缘法作为缘生法之缘的特有方式。一共有二十四个缘力。。

以「无明缘行」为例，无明通过什么方式而生起行呢？是什么缘力带动无明而产生行呢？要通过二十四缘才能阐述清楚这一点。二十四缘包括：

- ( 1 ) 因缘 ( hetupaccayo )
- ( 2 ) 所缘缘 ( ārammaṇapaccayo )
- ( 3 ) 增上缘 ( adhipatipaccayo )
- ( 4 ) 无间缘 ( anantarapaccayo )
- ( 5 ) 等无间缘 ( samanantarapaccayo )

---

<sup>2</sup> 十二因缘包括：「无明缘行，行缘识，识缘名色，名色缘六入，六入缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老死愁悲苦忧恼」。

- ( 6 ) 俱生缘 ( saḥajātapaccayo )
- ( 7 ) 相互缘 ( aññamaññapaccayo )
- ( 8 ) 依止缘 ( nissayapaccayo )
- ( 9 ) 亲依止缘 ( upanissayapaccayo )
- ( 10 ) 前生缘 ( purejātapaccayo )
- ( 11 ) 后生缘 ( pacchājātapaccayo )
- ( 12 ) 数数修习缘 ( āsevanapaccayo )
- ( 13 ) 业缘 ( kammaṭṭhāpaccayo )
- ( 14 ) 异熟缘 ( vipākaṭṭhāpaccayo )
- ( 15 ) 食缘 ( āhārapaccayo )
- ( 16 ) 根缘 ( indriyapaccayo )
- ( 17 ) 禅缘 ( jhānapaccayo )
- ( 18 ) 道缘 ( maggaṭṭhāpaccayo )
- ( 19 ) 相应缘 ( sampayuttaṭṭhāpaccayo )
- ( 20 ) 不相应缘 ( vippayuttaṭṭhāpaccayo )
- ( 21 ) 有缘 ( atthipaccayo )
- ( 22 ) 无有缘 ( natthipaccayo )
- ( 23 ) 离去缘 ( vigatapaccayo )



### ( 24 ) 不离去缘 ( avigatapaccayo )

在缅甸，据说当遇到危险或感觉恐怖的时候，念诵这二十四缘就可以帮助我们解除外在的种种威胁以及获得多种功德。所以，背熟二十四缘的巴利文对我们的修行也是有益处的。

后面，我将以我有限的佛法知识与理解，尽量用浅显易懂的文字来表达佛陀深奥的法义。

## 分述二十四缘

### 一、因缘 ( hetupaccayo )

Hetupaccayo 的 hetu 是因的意思，paccayo 是支助或者是缘。缘法通过什么来支助缘生法呢？第一个就是因缘 ( hetupaccayo )。

于此缘，缘法的作用是犹如根一般使得缘生法稳固。此缘的缘法是名为「因」的六种心所。有五十二种心所，其中的贪、瞋、痴、无贪、无瞋、无痴，这六个心所叫做「因缘」。因，也就是根本的意思。犹如一棵树，最重要的是它的根。如果树根被砍断了，树就倒下来了。因缘这六心所就像树根一样重要，使得缘生法非常稳固。

贪、瞋、痴称为不善根，或者不善因缘，因为它伤害自己，也伤害别人，是一切恶业的根本；无贪、无瞋、无痴称为善根，或者美根，因为它利己、利人，是一切善业的根本。

在这里，我们不赘述贪、瞋、痴的含义，但要强调的是贪、瞋、痴，并非仅仅特指大贪、大瞋、大痴，而是包括一切贪、瞋、痴。稍微有一点点的贪也叫做贪，比如说吃东西时，你在享受吃也是一种贪。心中稍微有一点点不高兴也是瞋，并不一定要发展到打人、骂人、杀人，才是瞋的表现。所以，本文所述贪、瞋、痴是从最微细的到最强烈的，涵盖所有不同程度的贪、瞋、痴。

这三不善根与三善根是身、语、意的驱动力。我们知道

有三个不善业是通过身体造作出来的。哪三个呢？杀生、偷盗、邪淫。它们是受什么影响而造出来的呢？它们的根本是什么？为什么一个人会杀生、偷盗、邪淫呢？它们的根本是贪、瞋、痴。所以当造不善业时，我们要了解是什么在推动我们去造不善业。一旦造下不善业，它就会留下业力。业力一旦成熟，就会产生它的果报，比如出生在四恶道。

同样的，我们也会造善业，譬如布施、持戒、听经、回向功德等等，是什么因缘促使我们去造善业的呢？它的根本是什么？就是无贪、无瞋、无痴。当我们造下善业时，它同样会产生善的果报，但善业也会延长我们的轮回。所以不只是不善业会延长我们的轮回，世间善业也会延长我们的轮回。

这六种因——善与不善，是塑造我们各种性格和命运的驱动力。什么都喜爱的人贪性格比较强，容易生气的人瞋性格比较强，也有痴比较强、智慧比较强等等。比如，布施就是愿意把我们拥有的东西跟他人分享，不执著于我们拥有的东西，这就是无贪。如果我们一直做布施，这不断重复的过程无形中会塑造出我们无贪的性格。有的人觉得

布施对他很难，因为他有贪著的性格；但是有的人认为布施很容易，因为在这漫长的轮回中，他已塑成了无贪的性格。

所以要改善我们的习气，先要了解自己的性格，是贪重、瞋重还是痴重？然后，针对我们的缺点来纠正它。譬如说你是个瞋根很强的人，若再自由放任自己的瞋，不加以纠正的话，就会像一个从山上滚下来的雪球，越滚越大。以后你要去除瞋根，就越来越难了。对治瞋的方法是「慈爱」。时常修习慈爱——「愿我远离敌意，愿一切众生平安快乐，愿一切众生远离身心的痛苦」，能对治我们的瞋心。对治贪不只要布施，也要远离欲爱，即感官上的享受等。对治痴则要多听闻佛法。听闻佛法后，我们才知道什么是善，什么是不善，什么是该做的，什么是不该做的。如果没有听闻佛法，以我们自己有限的智慧是难以分辨善恶的。但听闻佛法后，我们也要思惟所听闻到的法，而不要一下全盘接受。因为万一听到的是邪法，而自己又没有严谨地审查，则易误入歧途。所以，在听闻之后，还要以智慧来省察。如果正确，我们再依此修行，直到圆满。如此，闻、

思、修是增长智慧的捷径。

在三毒贪、瞋、痴里，佛陀只讲贪和痴是轮回的根本，为什么瞋不是呢？我们来看阿那含圣者，阿那含的意思是「不还」，虽然他已经彻底地斩断了瞋以及对欲界的贪，不再返回欲界，但是他还会执著于出生在梵天界，所以阿那含圣者还有轮回。可见，轮回的根本就是贪与痴。但痴是元凶，促使贪和瞋采取行动，是一切不善的潜在之根。因此祸害最大的其实是痴。

贪、瞋、痴和无贪、无瞋、无痴是缘法，它们的缘生法是与每一因相应的名法及俱生的色法。俱生色是指在结生时生起的业生色，以及在生命期里生起的心生色。有如树根是树存在、成长与稳固的根本一般，这些因引生了缘生法并使得它们稳固。

我们先研究贪因。

因为贪爱是轮回的根本，所以我们一定要知道贪是如何生起的，这能帮助我们调伏生起的贪。

贪爱是如何生起的？

一般来说，贪爱建立在可喜可爱的六尘上。如果一个

东西不可喜、不可爱，通常我们不会去执取它。就像一个漂亮的女人会吸引别人，一个丑陋的女人则难以吸引别人；同样的，可喜、漂亮、可爱的六尘——色、声、香、味、触、法，会引发我们的贪，为了得到它们，我们就会造业。当我们在享受六尘的时候，它的确带给我们快乐。比如说，喜欢看连续剧的人，看到电视剧（可爱的色），心中就会特别地快乐；喜欢听音乐的人（可爱的声），听到音乐，心中就会特别地快乐；喜欢喷香水的妇女，喷了香水（可爱的香），工作起来就会特别起劲。可喜、可爱的六尘的确会带给我们快乐，所以众生才会沉迷于其中。即便这些欲乐有过患，人们仍不能够放弃对欲乐的执取，为什么呢？原因就是贪根心在作祟。当然，若还没有真正看透欲乐的过患，人们也无法放下。

在《中部》（Majjhimanikāya），佛陀讲的一个故事给我带来很大的悚惧感，现在跟大家分享。

有一个人天生失明。一天，他的一位朋友称赞一件白色的衣服非常漂亮、洁白、纯净、纯洁，穿在身上，让人感到特别地舒服、快乐。这盲人听到后，心中就对此产生了一

种神往，迷恋上了这件白色的衣服。

【在此，痴是缘法，对白衣的巨大执著是缘生法，缘力是因缘。】

他回到家就跟他的妈妈说：「妈妈，给我一件洁白的、没有污点的衣服，我要穿。」他的妈妈说：「哎呀！你天生看不到，白色、黑色、蓝色对你来说并没有什么意义。」但是这个盲人因为对洁白的衣服已经产生了很大的执著，所以不论他妈妈怎么讲，他只是说：「我不管，你就是要给我一件白色的衣服。」他妈妈不理他。

他就跑去问他朋友：「你可以送我一件纯白、没有污点的衣服吗？」他朋友心想：「他反正看不到，我给他黑色、白色，对他来讲没什么两样。」所以他朋友就给他一件比木炭还要黑、又破破烂烂的衣服。盲人很高兴地穿在身上，他所梦想、执著的这个愿望实现了！

于是，他到处向人家炫耀：「啊，你看我身上穿的是一件又纯洁、又白净的衣服。」很多人就取笑他说：「这个盲人真是好玩，他身上穿的衣服明明又黑又破，他却讲他穿的是白色纯净的，还洋洋得意、沾沾自喜。」



这件事传到他妈妈耳中，她心想：「哎呀，这个儿子让我丢尽了脸啊！不行，我一定要跟他讲清楚。」她就把儿子叫到面前，跟他说：「儿子！你身上穿的衣服又黑又破并非你想象中纯白的衣服。」

但这盲人因为对那件衣服已经产生了太强烈的执著，他不相信他妈妈讲的，依旧继续穿着那衣服，到处跟人家炫耀。

他妈妈想：「现在唯一的办法是让他能够亲眼看到自己身上穿的衣服。」于是她请一名眼科医生善巧地把她的儿子治好了。一旦看到自己身上穿的又黑又破、并非想象中那纯白无瑕的衣服时，他感到非常地愤怒，觉得自己被欺骗了。他马上把身上的衣服脱掉。他现在终于舍得丢掉他所执著、所追求的「白衣」了。为什么？因为他已经看到了「白衣」的真面目。

【在此，无痴是缘法，舍得放下是缘生法，缘力是因缘。】

就像这个盲人看不到自己身上穿的衣服又黑又破一样，众生迷恋欲乐是因为众生的心识里还有一层无明、一层痴

遮住了慧眼，因而看不到事物的真相。一旦无明被去除，我们才能够真正看到欲乐的过患，才会愿意放下。

众所周知，欲乐的确会带来快乐，但是欲乐也是无常、变化的。譬如说我们通过身体来享受各种欲乐，但是我们的身体却一直在变化，衰老、患病，甚至死亡。如果看不到这一点，我们必定会执取它，但是一旦我们体验到这个身体的变化无常，我们就知道这个变化无常、不断生灭的东西是不可靠的。既然不可靠，我们要怎么做呢？放下对它的执著。

放下执取才是解脱之道。

就像一个抽烟的人，他喜欢烟，因为烟带给他快乐。但是抽了一段很长的日子后，他患上了肺癌。患肺癌是享受欲乐的过患。现在为了阻止肺癌的蔓延，他只有放下对烟草的执著，才有希望得救。同样的道理，我们要真正放下对欲乐、对六尘，包括对我们的色身和生命的执著，第一件事是一定要看透它的过患。看透过患之后，我们就会自动放下执取。

我们再来看一下无贪。无贪的人是健康的人。因为一个

无贪的人他不会什么都吃，而会选择适合他的食物，所以他的身体会比较健康。在此，无贪是缘法，身体健康是缘生法，缘力是因缘。

无瞋就是不生气，无瞋的人是青春焕发的人。为什么这样说呢？大家都曾经体验过，我们一生气，身体就会发热，这是心生色造成的。由瞋心生出来的每一个八法聚色法里面都有火界，这个火特别地强盛，强于地、水、风界，如此强盛的火会让人长出皱纹，也会令头发变白。无瞋的人，因为不容易生气，则会特别地青春、漂亮，所以无瞋是导致青春漂亮的缘法。如果你们想青春、漂亮，不用花那么多钱去买化妆品，只要多多修习无瞋，就可以青春、漂亮。

无痴（智慧）是导致长寿的缘法。因为有智慧的人知道什么对自己有益，什么对自己无利，他会趋善避恶，因而长命百岁。

因此，无贪是导致健康的缘法；无瞋是导致青春的缘法；无痴是导致长寿的缘法。

现在很流行青春、健康、长寿这些课程，因为这些都是

人们所向往的。许多人为了常保青春、健康长寿，花钱费时去参加这类课程。其实这些在佛法里面全都有，只是不知道为什么，大家不把这么重要的佛法拿来应用。佛法听后是要实践的。听后不实践，把最珍贵的免费课程放在一边却花钱去参加种种课程，可以说这是没有智慧的做法。

再说排毒，大家都很有兴趣去排身体的毒，其实心毒对身体造成的伤害更大，为什么不花时间去排呢？《黄帝内经》说：百病由心生。但我们却肤浅地以为只有食物或外在的环境才会对身体造成伤害。很多人得忧郁症都是心理原因造成的，只要排掉心毒，忧郁症就好了。什么是心毒譬如说生气，人一起瞋心，他的血液马上变成黑色，这就是心毒。怎么去排你的心毒呢？散播慈悲就是排心毒。因此，我们学佛的人不必舍近求远，应该懂得实践佛法来利益自己。

## 二、所缘缘（ārammaṇapaccayo）

什么是所缘缘呢？此缘的缘法是六所缘，它令缘生法取其为目标而生起。取六所缘之任何一个为目标的心与心所是缘生法。

六所缘包括色、声、香、味、触与法。触只有地、火、风界，不包括水界。根据阿毗达摩，水界只能用意识来觉知，无法通过触觉感知。比如说你用手拍一盆水，你感到它的压力，这压力是风大。若你感到冷，那是火大。若你感到水的软，那是地大。水界的特性——流动与凝聚力，不是用触觉来感知的，而是用意识去觉知的。

讲到所缘缘，我们必须了解心路过程。心路过程是阿毗达摩里非常重要的概念。

心路过程有五门心路和意门心路。

五门心路过程有眼门心路、耳门心路，鼻门心路、舌门心路与身门心路。

我们先谈眼门心路过程。颜色所缘（色尘）同时撞击有分和眼净色（又称为眼根），在撞击的一刹那，一个有

分生灭过去，然后有分波动两下即中断。这三个有分——过去有分、有分波动和有分断，叫做离心路过程。

接下来是五门转向心，它的作用是把心转向所缘，似乎在询问：这是什么东西？是颜色，是声音，是味道等等。如果是颜色，便生起眼识。眼识看到颜色后灭掉，生起领受心，领受这个色所缘。领受心灭掉后，生起推度心。它推度：这是什么颜色？推度心灭掉后，生起确定心。它确定颜色后又灭掉，速行心紧跟着生起。速行的意思就是迅速地跑，它很迅速地跑过所缘。我们所有的身、口、意业都是由速行心所造的。所以在整个心路过程里，速行心是最重要的。一般欲界的心路过程，如眼门、耳门、鼻门、意门等等，都会生起七个速行心。

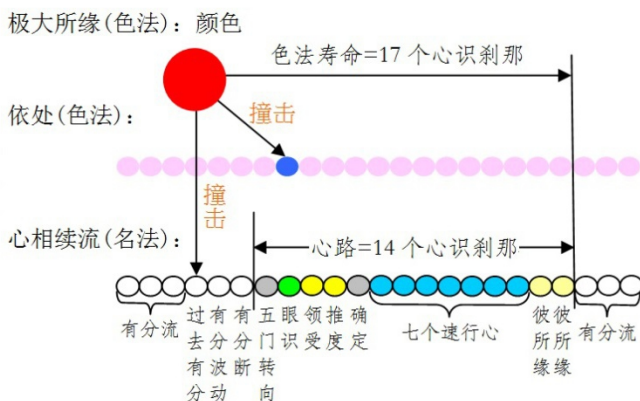
速行之后的心叫做彼所缘。彼所缘取速行心的所缘为所缘。彼所缘一般生起两次，这是它的法则。

所以，三个有分（离心路心）加上眼门心路的十四个心识，一共有十七个心识。

在此，缘法是颜色；缘生法是眼门心路里认知颜色的

十四个心识和俱生心所；缘力是所缘缘。

## 眼门心路过程



所缘 ārammaṇa 或 ālambana 是心和相应心所取乐和钩住的目标。心为什么会生起？因为所缘的关系，一有所缘，心就生起，而且被所缘钩住。比如说一有美妙的声音我们的耳识就被声音钩住了。

难陀的故事正好说明这点。

难陀是佛陀同父异母的弟弟。有一次，佛陀在家乡的时候，那天刚好是难陀结婚的日子。佛陀知道难陀有机会成为阿罗汉，所以，他想阻止难陀结婚。结婚是一个束缚



难有机会修行。难陀结婚当天，佛陀去难陀家托钵，然后将自己的钵交给难陀就转身走了。出于敬畏，难陀不敢讲什么，也不知如何是好，只好无奈地跟在佛陀后面。他的新婚妻子知道后，心中觉得很恐慌，怕难陀一去不回头，急忙追出来，向他喊道：「亲爱的，你要记得回来！亲爱的，你要记得回来！」

【她这声音一撞击难陀的耳朵，难陀的心就被这美妙的声音钩住了。】

难陀一路跟着佛陀回到寺院，佛陀问他：「你愿意出家吗？」面对自己所敬畏的佛陀，难陀心中纵然很不情愿嘴巴却不知道为什么还是说出了「愿意」。佛陀马上派人为他剃度。

出家后，他心中一点都不快乐，因为他根本不愿意出家。他心中总是响起未婚妻跟他讲的话：「亲爱的，你要记得回来！」

【难陀的心识只被这美妙的声音钩住。在此，声所缘是缘法，通过所缘缘令缘生法——欲望——生起。】

佛陀知道难陀想还俗后，想帮助他。于是，佛陀就用

神通带他去三十三天。途中，他们看到一只丑陋的母猴，耳朵、鼻子和尾巴都被火烧掉了，很难看。到天界后，他们看到五百位鸽足天女正在服侍帝释天。世尊便问难陀尊者「难陀！你可见到那五百位鸽足天女？」

「是的，世尊！」

「难陀！你认为你的未婚妻与这五百位鸽足天女相比，哪一个更可爱、美丽、动人？」

「世尊！与天女相比，她就犹如那只被火烧掉了耳、鼻和尾巴的母猴。这五百位天女比她更为可爱、美丽、动人。」

「那么，好乐梵行吧！难陀！你好乐梵行，我保证你一定能得到五百位鸽足天女。」

难陀的贪根心很强，他高兴地回答：「世尊！若您保证我能得到这些，我就好乐梵行。」难陀很高兴，回来后拼命用功，勇猛精进。

【在此，难陀眼睛所看到的天女（色所缘）是缘法，贪爱是缘生法，缘力是所缘缘。】

当时大家都取笑他：「难陀勇猛精进是为了得到女人，并不是为了要得到解脱。」

难陀听到别人的批评后，感到非常地羞耻，一个人跑到山上隐居起来勇猛精进，后来果然证到阿罗汉果。这时难陀的惭愧心是导致他勇猛精进的动机。证到阿罗汉道果后，他已彻底灭除贪爱，就算是佛陀要实现承诺，他也不会要。所以佛陀是位非常善巧的老师。

这故事就是讲所缘如何勾住我们的心。

共有六所缘，即六尘——色、声、香、味、触与法，佛陀将它们比喻为六个强盗，时时打劫我们的六根——眼、耳、鼻、舌、身和意。色尘打劫我们的眼根，使我们生起贪爱或者瞋恨。比如说，男人若看到漂亮的女子，就容易生起贪；如果我们看到不喜欢的、怨恨的人，就容易生起瞋。声音打劫我们的耳根，听到他人的称赞，我们就心花怒放生起了贪；听到他人的毁谤，我们就大发雷霆生起了瞋。味道打劫我们的舌根，舌头尝到不喜欢吃的，就一脸苦相，生起了瞋；尝到喜欢吃的，就眉开眼笑，生起了贪。

除了睡觉之外，我们的六根时刻都是开放的。眼睛每

天都看到，耳朵每天都听到，鼻子每天都嗅到，舌头每天都尝到，身体每天都触到，意识每天都想到。它们每一天都跟这六强盗在一起，每一天都被打劫。所以我们在每一个刹那，眼睛见到的刹那，耳朵听到的刹那……，都在造业。业一旦造下，会留下业力，业力成熟则会导致一再的轮回。

要怎样防止这六个强盗不断打劫我们的眼、耳、鼻、舌、身与意呢？守护诸根。

怎么守护呢？难道是蒙上眼睛、塞住耳朵、捂住鼻子？守护诸根的意思是让我们的心在任何时刻都守在一个禅修的目标上。这样，眼睛就不会老是东张西望，即使男人看到一位漂亮的女子，也不会神魂颠倒、想入非非，因为你的心守在呼吸上，所以就不生起贪。当人家骂你的时候，因为你的心守在呼吸上，你也听不清楚内容，所以你的心也不起瞋。如果你的注意力安守在出入息上，吃的食物味道特别好或特别不好也不留意，舌尝味的时候也就不会生起贪或瞋。所以，守护根门可以保护心。

现在我们来看法所缘，法所缘有六种：

1. 五境色：眼、耳、鼻、舌与身。
2. 十六细色
3. 心

一个贪根心也可以成为另外一个贪根心的缘生法。譬如想起以前的贪，现在的贪生起。所以以前的贪根心是缘法，现在的贪根心变成缘生法，通过什么缘力？法所缘。

4. 心所
5. 涅槃

涅槃是出世间道心和果心的所缘。

有四种道心：须陀洹道心、斯陀含道心、阿那含道心和阿罗汉道心。

有四种果心：须陀洹果心、斯陀含果心、阿那含果心和阿罗汉果心。

四道心与四果心都取涅槃为所缘。四个道心和四个果心是缘生法，涅槃是缘法，缘力是所缘缘。

6. 施設，即概念。

譬如房子、屋子、海洋等等，也就是所谓的世俗谛。概念都属于世俗谛，包括我们修的出入息、禅相等等。当我们

修安般念时，由于深沉的定，在鼻孔的下面会产生像光一样的似相。这禅相稳定时就会长时间勾住善心，一个小时、两个小时……，然后就会进入初禅。安般念的似相同时也是二禅、三禅、四禅的缘法。在此，此似相概念是缘法，其缘生法是禅那心，缘力是所缘缘。

所缘缘和因缘有着密切的关系。因为所缘的出现，使贪、瞋、痴或无贪、无瞋、无痴生起。比如，当一个人看到金银珠宝时，就会生起想拥有（贪）的心；当他看到可恨的人，就会生起厌恶（瞋）的心等。

众生的心一直都在追逐外在的六所缘，为它们疯狂，这是因为他们还没有体验到远离外境冲击心灵的真实的平静和快乐。

### 三、增上缘（*adhipatipaccayo*）

增上缘有两种：

「所缘增上」（*ārammaṇādhipati*）；与

「俱生增上」（*sahajātādhipati*）。

增上缘被比喻为转轮圣王。转轮圣王统领全世界，增

上缘也统御所有的心、心所以及色法。

### (一) 所缘增上缘

于此缘，作为缘法的所缘，支配取它为目标的名法（包括心和心所）。只有极为尊敬、珍爱或渴望的所缘才能成为此缘的缘法，也就是说不是一般看到或听到的所缘，而是特别珍贵的、特别受人尊敬，或特别渴望的所缘。

譬如说一个人很崇拜某位明星偶像，这位明星偶像就成为他的所缘增上缘，支配了取这位明星为目标的贪根心和相应心所。因为崇拜这个明星，而对他生起了很强烈的执著，我们的心只想看到他而已。这叫做所缘增上缘。所缘增上缘可以是善的，也可以是不善的。

从前，在哥拉比亚（Korabya）国有一国王，他嗜好掷骰赌博。一天，在龙宫的离垢天后（Vimalā Devī）突然很想吃维度拉（Vidhura）的心，而维度拉是哥拉比亚王的一位智臣。她的女儿伊兰达提公主知道后，决定要满足母亲的渴望，她心想：「我不要母亲渴望至死。」于是，她告诉母亲不必担心，她一定会取维度拉的心给母亲吃的。

【在此，伊兰达提公主决定取维度拉的心给母亲吃是痴因缘。】

于是，伊兰达提离开王宫，一直走到宇干陀（Yugandhara）山的山顶上，一面荡着秋千，一面唱着优美动人的歌曲。大力恶魔布那迦（Punṇaka）刚好经过，被歌声所吸引，于是走上前去看唱歌者的容貌，结果一见钟情，不禁直接向她示爱。

【在此，恶魔布那迦受到歌声的吸引是所缘缘。公主伊兰达提的容貌是引发他的贪因的所缘增上缘。】

公主回答他，假若他能取得哥拉比亚王之智臣维度拉的心，她就会接受他的爱。布那迦向公主保证，一定会把她想要的东西取到手。恶魔布那迦化做一位名叫迦旃那（Kaccañña）的年轻人，带着一颗珍贵的红宝石骑着骏马前往哥拉比亚的王宫。他不分昼夜，快马加鞭，不久便到达哥拉比亚的城门了。他被送到国王面前，国王问他前来之目的，年轻的迦旃那回答，他是来和国王赌掷骰子的。国王问他带了多少钱来赌，年轻人回答，他带了一颗珍贵的红宝石与一匹骏马来赌。他那颗红宝石可以买到两座以



上的王城，至于骏马的价值，他就要请国王亲眼看清楚了接着，他骑上马背，手中拿着红宝石，在国王面前快速地绕圈飞跑，看起来犹如灿烂的红色光环，就像一个人挥舞着火把所造成的一样。

看到这难以置信的表演，国王真是欢喜极了，渴望很快便可拥有年轻人带来的两件宝物。

【在此，国王被奇妙的红宝石与骏马所吸引是通过所缘缘引发贪因。】

在赌掷骰子之前，迦旃那问国王：「大王！如我赌输了，我已准备好奉上我的两件宝物，若大王输了，你的赌注是什么？」国王回答：「除了我自己和王后外，在我所拥有的东西之中，你都可以随意求取。」

于是，他们开始赌。在第一回合中，国王先赢，在第二与第三回合中，年轻的迦旃那都赢了国王。年轻人对国王说：「大王！我已三回两胜地赢了你，现在你要给我想要的东西了，我只想要你的智臣维度拉的心！」

国王只好把智臣维度拉交出。

维度拉无奈地喃喃自语：「唉！国王啊！你多么愚蠢、

多么丢脸啊！人们将会一再地责备你，把像我这么有智慧的人舍弃给你的敌人。你忽略了那位年轻人的特点，未能识破他不是人类，而是非人变现。我一早就看穿他了：他的脚掌没有足后跟，从未眨过眼，也没有身影，这些都是非人的特征。我不介意被转交给敌人，但国王将会因自己的愚蠢而蒙羞啊！」然后，沮丧的维度拉便带着迦旃那一起回家。

到家后，维度拉召集全家，向他们说法：「你们要行善避恶，受持五戒，每天散发慈心（mettā）给世间所有众生。」

此时，迦旃那的内心在不断挣扎：「唉！维度拉品德善良，我若杀了他，挖走他的心，便犯下了一个严重的罪行；我若取不到他的心，便会失去我的伊兰达提公主。我一定要他的心，但我不会亲手杀他，就让我的骏马来杀死他吧！」

此时迦旃那的贪欲是促使他造恶的驱动力。想好后，为贪爱所征服的迦旃那就把维度拉从高座上拉下来，绑住他的手脚，并粗暴地对待他。他把维度拉绑在马尾上，说

道：「维度拉，我要上马拉着你飞跑了，为自己祈祷吧，我要动粗了！」如此说完，便策马飞奔上山，而那座山大约有一由旬那么高。

幸运地，维度拉得到守护山林的神祇保护，连小小的头痛也感受不到。粗野狂奔好一阵后，迦旃那勒住马，掉头问：

「维度拉，你还活着吗？」

「是啊！」维度拉回答：「我仍好好地活着。」

「你的身上有护身符吗？」

「不，我没有。」

「那么，你有什么东西？」

「我拥有圣者所有的七种特质。」

迦旃那一而再、再而三地策马飞奔，欲置维度拉于死地，可是，三次都无效果。于是，他心想：「维度拉说他没有戴护身符，也没有超能力，但他有善良人士所拥有的七种特质。既然这样做不能取胜，我就要把他吓死！」

想到这里，他下马解开把维度拉绑在马尾上的结，然后对维度拉说：「维度拉！我现在要把你推下深渊。」维度

拉冷静地回答：「不要妄想可以吓倒我，年轻人，我是不怕的！」迦旃那心想，这没有用，他知道我只是吓吓他而已。

于是，迦旃那变身为一恶魔，手握大棒，作势要打碎维度拉的头颅，维度拉依旧面不改容地说：「年轻人，我不会怕你的！」迦旃那心想：「他识穿我了。」

于是，他又变身为一条恶龙（nāga），把维度拉缠绕七圈，假装要攻击他的头部，维度拉依旧面无惧色地说：「年轻人，不要再想吓我了，我是不怕的！你化身为一年轻人，名字叫迦旃那，但我知道你的真正身份，你是一只有力恶魔，名字叫布那迦！」年轻的迦旃那知道又被他识穿了，于是唯有放弃。

他问维度拉：「维度拉，你说身上没有戴护身符，也没有超能力，但你说自己有圣者拥有的七种特质，你可以告诉我那七种特质是什么吗？」

维度拉说：「年轻的迦旃那！你没有戒（sīla），没有定（samādhi），也没有慧（paññā），你迷恋公主伊兰达提，为无明面纱所罩，乃至无法接触到戒定慧，你越是

深受公主的美色困扰，就会越发沉沦于欲乐的漩涡之中，因此，你尚未有条件听我讲解圣者所有的七种特质。不过，若有人尊敬地请我坐于高处，他则在低处跪下，恳切地请我说法，我是会说的。」

迦旃那于是说：「非常好，老师！就请你坐在这块布上面吧。」他把自己的衣服折迭起来，放在一土丘上面，自己则跪在地上，恭敬地提出他的请求。

于是，维度拉便开始说法：「那七种圣者所有的特质就是：信念（saddhā）、持戒（sīla）、多闻（suta）、惠舍（cāga）、智慧（paññā）、惭（hirī）和愧（ottappa）。」

年轻的迦旃那打断说：「噢！维度拉，不要说七种了，我连第一种叫信念的也不明白，请先给我解释它的意思吧！」

于是，维度拉继续说：「信念是深信因果业报之理。你记得吗？你把我绑在马尾飞驰，欲置我于死地，后来勒停马问我：『你还活着吗？』我回答：『我仍好好地活着。』我不会死是因为因果业报，此生业报未尽，你怎么杀我也不会死的，我当然于某日会死，但不是现在。愚者不知有生

必有老、病、死等的自然规律，因此他无法平息争吵，他延续仇恨，于将来也会争吵不休；智者了解到有生必有老、病、死等的自然规律，因此他能平息争吵，远离争吵，于将来也不会卷入争吵。这就是信念的意思。」

「给我说持戒吧！」

「持戒是没有侵犯他人的行为。当你把我绑在马尾上、捆住我的手脚、很粗暴地对待我时，我有对你恶语相向吗？我完全没有用恶口去攻击你。我的身业又如何？我没有打你，也没有挣扎逃避，完全没有。我的口业与身业都没有攻击性，我心中也没有想过要挑衅或攻击你，这种对身口意行为的约束就是持戒的意思。」

「给我说多闻吧！」

「多闻是指学识渊博与熟悉法义。当你骑着马飞奔，欲置我于死地时，你听到的是快速的马蹄声，但我一直没有听到那种声音，我只听到心中的法音，我的内心不断地如理作意：我会老，我会病，我会死。那就是多闻的意思。」

「给我说惠舍吧！」

「惠舍是慷慨施舍的意思。我从懂事以来，一直抱着舍

弃自己给所有众生的信念。无论谁来骂我、伤害我、甚至杀害我，我已准备好放弃自己的性命，以满足他人的愿望。那就是惠舍的意思。」

「给我说智慧吧！」

「智慧是洞悉因缘法和诸行无常、苦、无我的本质。当你把我从马尾解下来后，你恐吓着要把我推下深渊，当时我对你说了什么？我说：『不要妄想可以吓倒我，我是不怕的！』那就是了知无我的智慧。之后你变成恶魔，变身为恶龙，并恐吓着要攻击我，当时我也不惧怕。那也是了知因缘法及无我的智慧。」

「树林内只有我们两个人，无论何时你的心境、情绪有所改变，你的面色也会改变，那我也会察觉得到。那是观察的智慧。」

「给我说惭吧！」

「惭是指对于做恶事会感到羞耻。当你在我的家中把我从高座上拉下来，把我的手与脚绑起，粗暴地对待我，把我绑在马尾上，那样当众施暴、侵害别人是可耻的，可是你做那些事情时一点羞耻也没有，至于像我这样的人，会

对那样的行为感到非常羞耻，那就是为什么你缺乏惭了。」

「给我说愧吧！」

「愧是害怕作恶带来的果报。你把我粗暴地绑在马尾上飞驰一段时间后，恐吓着要把我推下深渊，你受贪爱与我慢（māna）所蛊惑，这两股力量像恶魔般控制着你，主使你把我的手脚绑住及对我施暴，你做着这些恶魔般的事情而不怕果报，这都是因为你倾心于伊兰达提公主，你对公主依恋执著、魂牵梦萦！佛陀说：『缘于爱，取生起；缘于取，有生起；缘于有，生生起；缘于生，老死愁悲苦恼生起。』『有』就是你现在造作的各种恶业，它将导致新生命的生起。『有缘生』，而生是可怖的，因为生会带来老、病、死与伴随着的忧、悲、苦恼、失望等。我害怕生，也害怕作恶，那种害怕作恶之心就是愧了。」

听完后，恶魔布那迦随即惭愧地坦承自己的恶行。他说：「噢！维度拉，我不当地伤害了你，请宽恕我曾对你犯下的严重的身口意恶行吧。请坐上我的马背，让我带你回到你的国家去吧。」

【在此，维度拉的法语（所缘缘）成了布那迦无贪与



无痴的因缘。】

至于善的所缘增上缘，可取尊贵的佛陀为例。对虔诚的佛教徒来说，当他在念诵佛的九种功德时，心中会生起很强烈的尊敬心，此时，佛的功德就是他的所缘增上缘，它支配了取它为目标的心、心所和色法，让心充满恭敬，身轻安柔软，甚至能飘上天空。

许久以前，在斯里兰卡，有一位怀孕的妇女，由于行动不便，父母让她留在家中，他们自己则在月圆之日前去佛寺礼敬金塔。失望之余，她走上二楼阳台，凝视远处闪闪发亮的金塔，心中观想佛陀的德行，就在此时，由于极其强烈的喜乐，她的身体飘了起来，一直飘至金塔前，竟然比她的父母还早到！

这就是善的所缘增上缘。

## （二）俱生增上缘

于此缘，缘法支配缘生法随同它生起。此缘的缘法是四个神足：欲神足、精进神足、心神足与慧（观）神足。在

任何时刻，只有它们当中之一能够作为增上缘，而且只发生于速行心。当其中之一生起时，它以增上缘的力量，支持与其俱生的名色法，俱生的名色法是缘生法。

### 1 . 欲俱生增上缘

当「欲」生起的时候，跟它一起生起的名色法叫做缘生法。那通过什么缘力呢？通过俱生增上缘缘力。下面我们举例说明。

佛陀时代，有一个家境富裕的婆罗门叫护国（Ratthapāla）。有一天，他听到佛陀开示：「**只有放下对世间欲乐的追求，才能达到一种超越世间的解脱和真正的快乐。**」他产生了很强烈的想要出家的欲（chanda）。他便请求父母允许他出家，可他是独子，父母不同意。他以绝食表明决心。他母亲没办法，于是请他的朋友来说服他放弃出家的念头，享受世间的荣华富贵。但是护国跟他的朋友说：「如果我的父母允许我出家，他们也许还有机会见我一面；如果他们不允许，我只有死路一条。他们是要看我死在他们眼前呢，还是准许我出家？出家后，我还可以

回来探望他们。」他父母亲后来就只能答应让他出家了。

他出家的欲很强，控制了俱生名色法，以一死来表达他的决心。这叫做欲俱生增上缘。

这表明欲俱生增上缘的威力，只要它一生起，其他的名色法就一同跟它生起，朝它所要达到的目标前进。

### 2 . 精进俱生增上缘

在《本生经》里有一个菩萨的故事讲述精进神足。

有一次，菩萨跟一群人坐船远游，船在大海中遇到暴风雨，眼看就要沉没了，船上的人因为怕死都开始哭了起来。菩萨心中就想：「哭有什么用！我不是个平凡人，我应该用我的精进力来拯救自己。」沉船后，他以精进力在大海中游了七天七夜。海神看到菩萨这么精进，大为感动，就用神通力把菩萨救了上来。

当这个精进神足生起的时候，没有什么事不能达成。它同时也统领其他俱生的名色法跟着它一起前进，就算是赴汤蹈火，也不退缩。

### 3 . 心俱生增上缘

心神足不是普通的心，是对目标非常地投入，乃至达到废寝忘食的程度。

譬如，发明家爱迪生一生的大部分时间都花在实验室里面。他太太很疼惜他，有一天对他说：「你整天都在实验室太过劳累了，应该放假一天，出去外面散散心，放松一下。」爱迪生说：「好吧，我明天就放假一天。」

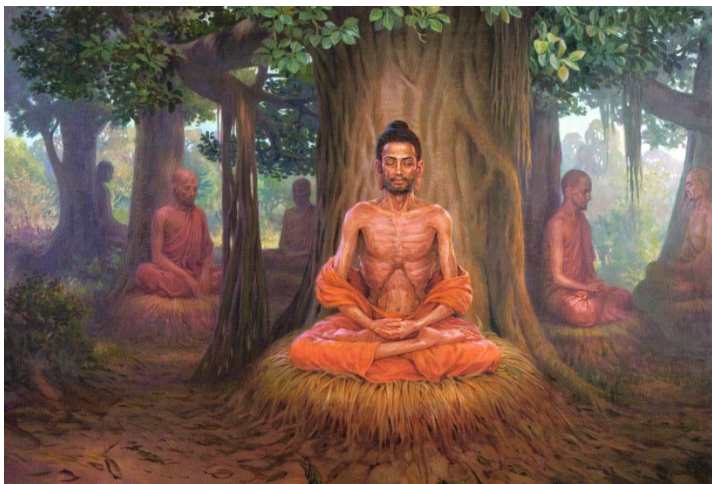
第二天早上一起来，他太太又看到他在实验室里，就说：「你不是答应我要出去散散心，放假一天吗？」爱迪生说：「试验室就是我最放松的地方，也是我最开心的地方。」

这种叫做心俱生增上缘。心神足一生起，即统领其他俱生名色法跟它一起前进。

#### 4 . 观俱生增上缘

这个观不是普通的智慧。一般来说，当我们看到生、老、病、死时，都没有什么感触，但是当菩萨看到生、老、病、死时，心中就有很大的悚惧。由于智慧，他会想：既然有死就一定有不死之路。于是他放下荣华富贵，离开束缚他自

由解脱的家庭，只身去寻找一条不死之路。六年艰苦的修行后，菩萨终于通过殊胜的观神足，成就正等正觉。



当我们修观禅的时候，智慧观照名色的无常、苦、无我。此时智慧是俱生增上缘，它令其他俱生心所都一起朝向无常、苦、无我。在修观的时候，观或智慧是最显著的心所。

这四个俱生增上缘（欲、精进、心与观）非常强大并且有统领的能力，只发生在速行心，不发生在其他的心。其他的心是没有力量的，只有速行心才有力量。

#### 四、无间缘（anantarapaccayo）

无间缘是指属于缘法的名法导致属于缘生法的名法在它灭尽之后即刻生起，以便没有其他名法可以插入在它们之间。这可以用心之定法来解释。

心之定法，一个心生起后灭掉，另一个心即刻生起，灭掉过后，再一个心又相续生起，这叫做无间缘。

轮回的过程，从这一生的生死到下一生的生死，其过程都是无间缘。

我们来看一下轮回的过程。在这一生中，我们做了很多善业：布施、持戒、听经、回向功德、服务等等。在临终的时候，如果其中一个善业成熟，比如我们看到天神的影像（这称为趣相），这标志着我们要往生的地方是天界。

一般地，一个心路过程有七个速行心，但临终速行心只有五个。因为那时的心很衰弱，只能生起五个速行心。有分心不断地生灭，过去有分灭去后，生起有分波动，有分波动灭去后，生起有分断，有分断灭去后，临终心路生起意门转向将心转向天神的影像，天神的影像是所缘缘（每

个心必定要钩住一个所缘的)。临终五个速行心也是取这个天神的影像为所缘。两个彼所缘可能生起或不生起。

然后，死亡心生起。死亡心灭掉后，毫无间断地生起下一个心——结生识或称结生心。结生心联系前世与今生。结生识灭去后，生起有分心，有分心一共生灭十六次。

接着，生起生命中的第一个意门心路过程，以自己的新生命为所缘，执著于新的生命。不管出生在梵天、天界、人界、鬼道、动物界还是地狱，我们从生命中的第一个意门心路过程就开始执著新的一生，不论这一生是痛苦的，还是快乐的。

这就是为什么说贪爱生存（有爱）是轮回的根本。

贪爱有三种：欲爱、有爱和无有爱。

有爱是指执著于生命，不要消灭，不管那个生命是多么地低微、卑贱或高尚。有爱是很难被去除的。

第一个意门心路过程后，接下来是有分，然后第二个意门心路，又是有分，第三个意门心路……心路就一直这样延续到宣告这期生命结束的死亡心。死亡心生起、灭掉过后，中间没有间断，另外一个结生识紧接着生起，新的一世又

开始。所以，生死轮回只是心的生灭之流而已，这种心的生灭，中间是没有间断的，叫做无间缘。

## 五、等无间缘 ( samanantarapaccayo )

等无间缘跟无间缘一样。既然一模一样，为什么要重复呢？因为佛陀在讲经的时候，要符合众生的喜好。譬如说心 ( citta )、意 ( mano )、识 ( viññāṇa ) 都是一个意思，它们的巴利也是同一个意思。有时候你讲识，大家听不懂你讲心，大家就听懂了。所以为了让众生能够更加了解，有时候佛陀会用不同的名词来表达同一个意思，就像等无间缘和无间缘一样。

## 六、俱生缘 ( saḥajātapaccayo )

于此缘，缘法在生起时导致缘生法与它同时生起。这可比喻为灯火，在灯点燃时，它导致光线、颜色及热能与它同时生起。俱生缘有五种：



(一) 名与名 ( 心与心所 )

心王 ( 缘法 ) 的生起会带动心所 ( 缘生法 ) , 借着俱生缘缘力跟它一同生起。心王跟心所同时生、同时灭、同一所缘与同一依处。心所的四个特性就是与心同生、与心同灭、与心缘取同一个目标, 以及与心拥有同一个依处。

怎么理解呢? 以舌门心路过程为例。

舌头取味道为所缘, 当味道撞击舌净色 ( 舌根 ) , 就会生起舌识。舌识的生起是通过所缘缘。舌识是心王, 心王一定跟心所一同生起。当舌识生起的时候, 有七个心所跟这个舌识一同生起, 它们是: 触 ( phasso ) 、受 ( vedanā ) 、想 ( saññā ) 、思 ( cetanā ) 、一境性 ( ekaggatā ) 、命根 ( jīvitindriyam ) 和作意 ( manasikāro ) 。这些和心王一同生起的心所就是通过俱生缘而生起的。

当舌识灭掉的时候, 这七个心所就跟它一起灭掉, 所以说同时灭; 它们也缘取同一个目标, 舌识缘取味道为目标, 相应的七个心所也缘取同一味道为目标; 它们都以舌净色为依处。

## （二）色与色

我们的身体是由四大——地、水、火、风组成的。地、水、火、风互相支持，同时生起。它们如何互相支持呢？譬如，地是其他三个的立足点，水、火、风要立足于地才能够生起；水把地、火、风三个凝聚起来，如果没有这个凝聚力，地、火、风就会散掉；火维持地、水、风的关系，如果没有这个火力来维持，身体就会腐烂；风支持其他三个色法，如果没有风的支持，整个身体就会崩溃，根本支撑不起来，手脚也不能伸展等等。

所以地、水、火、风四者是互相支持，同时生起的。即若以地界为缘法，其缘生法就是水、火、风界；若以火界为缘法，其缘生法就是地、水、风界；如此类推。通过什么缘力？俱生缘。

## （三）名与色

当五蕴有情结生时，名蕴与心所依处互相支持，同时生起。在此，若缘法为名，则缘生法是色；反之亦然，若缘法是色，则缘生法为名。

对于人类而言，这里讲的名法是结生识与其相应心所。结生识生起的时候，有三十个色法与其同生，分别是性根十法聚、身十法聚与心所依处十法聚。

若结生识与相应心所是缘法，缘生法则三十个俱生色法，缘力是俱生缘；若结生色法是缘法，缘生法则结生名法，缘力是俱生缘。

### （四）心、心所与心生色

打个比方，我们心中一想到仇人，由于瞋恨心与相应心所的作用，脸色马上黯淡下来。想到仇人（瞋恨心及其心所）是缘法，脸色马上黯淡下来（心生色法）是缘生法通过什么缘力呢？俱生缘。

### （五）四大种色与所造色

身体是由四大（地、水、火、风）组成的。依靠这四大，又生出四个所造色法——颜色、香、味、食素。这八个色法组成色聚，叫做八不离色。这八个色法是每一粒色聚的基本构造。食素是我们吃下去的营养素。每粒色聚都有颜色、气味和味道，比如说血的颜色是红的；牙齿的气味是臭的；

胃是酸味。当这四大种色生起的时候，这四个所造色跟它们一同生起。在此，缘法是四大，缘生法是所造色。它们依靠什么缘力而生起？俱生缘。

## 七、相互缘（aññamaññapaccayo）

在相互缘里，每一个缘法在支助缘生法的同时，也在同样的方式之下受到后者支助而作为缘生法。这就好比三脚架，每一只脚都互相支助，而使到三脚架能够笔直地站立；也好比僧众与在家众相互护持的关系。

### （一）名与名（心与心所）

心不生起，心所也不生起；心所不生起，心也不生起。它们互相支持，叫做相互缘。

### （二）色与色（四大）

地、水、火、风同时生起，互相支持。地支助水、火与风是它们的立足点。水通过凝聚的作用来支助其他三大，火通过维持的力量来支助其他三大，风通过支持的作用来支

助其他三大。四大互相帮忙，互相支助，共同作用。

### （三）名与色

结生识是我们出生的第一个心识。每一个心都要依靠一个住处。譬如家是我们的住处，心也是要有一个住处——心所依处。

依据阿毗达摩，一共有八十九种心，除了五个根识（眼识、耳识、鼻识、舌识与身识），其他心的住处就是心所依处。心所依处在位于心脏的血液里。只有无色界的有情因为没有色法，所以没有心所依处。

在结生的时候，心跟心所依处互相支持，叫做相互缘；同时俱生，也叫做俱生缘。

## 八、依止缘（nissayapaccayo）

缘法支助缘生法的生起。该缘法与缘生法之间的关系就好比大地支助植物生长；好比当我们完全专注于呼吸时禅相出现，禅相的出现依止于深沉的定力；就好比证悟须

陀洹道果依止于四个条件：1.亲近善知识；2.听闻佛法；3.如理作意行法为无常、苦、无我与不净；4.法随法行。

依止缘和俱生缘的（一）（二）（三）（四）（五）非常相近，但作用不太一样。

### （一）名与名

以四名蕴的受、想、行、识为例。受不能单独生起，它要依止想、行、识才能生起，这种关系叫做依止缘。它们之间同时也是俱生缘和相互缘。

### （二）色与色

以四大之一和其他三大的关系为例：

地要依止水、火、风才能生起；

水要依止地、火、风才能生起；

火要依止地、水、风才能生起；

风要依止地、水、火才能生起。

它们的关系是依止缘。

### （三）名与色

在结生的时候，第一个心识（结生识）一定要依止心

所依处才能生起，如果没有心所依处，心不能够生起，它们的关系叫依止缘。

以五根识为例：

眼识依止眼净色生起；

耳识依止耳净色生起；

鼻识依止鼻净色生起；

舌识依止舌净色生起；

身识依止身净色生起。

根识与其相应依处的关系也是依止缘。

#### （四）心与业生色

心所依处是业生色，因为心所依处的生起是过去业所造成的。我们的心要依靠心所依处才能够生起，这属于依止缘。

#### （五）四大种色与所造色

四大（地、水、火、风）要依靠所造色（颜色、香、味、食素）才能生起，它们是八不离色；四个所造色也要依靠四大才能够生起：这种关系属于依止缘。

我们人生活在这个大地上，也是互相依止的。如果我们一直破坏这个大地，当大地最后毁坏掉时，我们也会跟着灭亡。根据佛教，如果众生的贪、瞋、痴越来越强，整个大地都会受到不良影响，包括天上的星星、太阳系的移动等。

我们心中生起的善心与不善心都会产生心生色法，这些色法可以存在于体内，也可以呈现于体外。不善心所生的色法会影响我们的健康，而善心所生的色法则会使身体更健康，如果此色法散播到体外，也会给周围的人带来正面的、良性的影响。这就是为什么佛陀散播慈爱时，众生都会受到佛陀慈爱的滋润。所以应该改善你的心，培养善心。

有一次，佛陀到了一个村镇，村镇的国王下令要所有人都出去礼见佛陀，否则会被罚款。王子就很不情愿，他刚好又是阿难尊者的朋友。阿难尊者看到王子也来顶礼佛陀，心中很高兴，以为他对佛陀有了信心，就说：「恭喜你竟然能够对佛陀产生信心。」王子回答说：「我是逼不得已的。若不来，就要被国王罚款，其实我并不愿意来。」阿难尊者听到王子这么讲，很想帮助他，于是，就请求佛陀



「世尊，您可不可以散播慈爱给我这个朋友，希望能改变他的心。」

佛陀同意了。

当天，佛陀就向王子散播慈爱，他马上有所感应，觉得坐立不安，好像小鸡要找母鸡一样，很想去礼敬佛陀。他直接跑到佛陀的孤邸，顶礼佛陀。佛陀向他说法，令他对佛陀产生了信心。

由于相互的关系和依止缘的影响，让我们了解到我们的一举一动都跟大地，跟整个宇宙的平和有一定的关系。所以要维持宇宙的安宁平静，我们每个人都有责任去培育慈悲的心。

我们散发出来的如果是贪、瞋、痴的邪气，就会破坏整个宇宙；如果是不贪、不瞋、不痴的正气，我们就已经是在维持宇宙的平衡了。不幸的是，现在的众生贪、瞋、痴比较强，无贪、无瞋、无痴比较弱，整个宇宙已被摧残得奄奄一息。了解到这一点，为了自己的健康，为了整个宇宙可以免除天灾人祸，我们一定要多多培育无贪、无瞋、无痴的善心。这跟道家讲的正气、邪气是一样的，只是佛教不用「气」

这个名字而已。

## 九、亲依止缘（upanissayapaccayo）

这是一个很重要的缘。有三种亲依止缘：

1. 所缘亲依止缘（ārammaṇūpanissaya）
2. 无间亲依止缘（anantarūpanissaya）
3. 自然亲依止缘（pakatūpanissaya）

我们重点论述自然亲依止缘。

此缘所涉及的层面非常广泛，其缘法包括一切能够有效地使属于缘生法的心与心所生起的过去名色法。缘法是过去的名色法，其令生起的现在名法（心和心所）是缘生法。

例如，以前的贪欲（名法）能够成为现在杀生、偷盗、邪淫等思（动机）的自然亲依止缘；

以前的信心（名法）能够成为现在布施、持戒、禅修等思（动机）的自然亲依止缘。

健康是快乐与精进的亲依止缘。当我们健康的时候，就容易快乐，也可以精进地工作、禅修等等。

生病是愁苦与怠惰的亲依止缘。当我们生病的时候，就会感到不快乐、忧愁，身体也没精力做事。

自然亲依止缘的范围非常广，包括适宜的气候、食物、善知识、住处，也包括过去、现在、未来、内、外等等。

### （一）过去

一切的未来名色法都可以成为我们现在的自然亲依止缘。

譬如，已经有两千六百多年历史的佛陀的教法是现在我们佛弟子去恶行善的一个亲依止缘，也是我们持戒、禅修的自然亲依止缘。过去的影响到现在，还成为现在的一个缘起，带动我们怎样止恶行善，修定、修观。

又如，孔子的教育迄今已经两千五百多年了，它现在仍是华人的一种传统文化。人们还遵循着孔子的教导，知道怎么尊敬长辈，以及与亲戚来往的礼节。可见，古代孔子的儒家教育成为了中华文化的一种自然亲依止缘。

同样，耶稣的教育，也是西方国家和人民文化的自然亲依止缘。一切科学家过去的研究成果——原理、定律等等

也成为现代科学研究的自然亲依止缘。

我们之前所体验到的，眼睛看到的、耳朵听到的、鼻子嗅到的、舌头尝到的、身体触到的，在两天前、两个月前、两年前、前世的、再前两世的……，漫长轮回中的种种，都可以成为我们现在的亲依止缘。

在佛陀时代，有很多修行者，譬如在池塘看到一朵白色的莲花，他只要专注一下「白、白、白」，就可以证得禅定，从初禅到四禅。这是什么原因呢？这就是他过去修行的累积。过去的经验可以成为我们现在很快证得禅那的亲依止缘。

这个也可以解释为什么佛陀时代，很多比丘和比丘尼一听到佛法就证悟了，因为他们过去累世已经修到了某个层次。为什么他们当时没有证悟？其中一个原因可能是他们发愿要见乔达摩佛。就好像有人这一世可以成为阿罗汉他却放弃，因为想见下一尊佛。另一个原因是有的人过去世发愿要成为佛陀的上首弟子、大弟子等。

在四阿僧祇及十万大劫前，佛陀的前世叫须弥陀，那一世他是一位出家的隐士，拥有五神通，只要听佛陀说一

首偈颂，不必听完就可以成为阿罗汉。

有一天，他经过不死城，听到人们说燃灯佛已经出现于世间，他很高兴，并参与到铺路迎佛的行列中。当庄严的燃灯佛到达的时候，他还剩下一段路没有铺好。为了不让燃灯佛走过泥泞的道路，他供养自己的身体，趴在烂泥上，让燃灯佛从他干净的身体上走过。

当时，他就发愿要成为未来佛。旁边的一位少女（耶苏陀罗的前世）看到这一幕，对这位隐士非常仰慕，她将自己手上的八朵莲花分五朵给须弥陀去供养燃灯佛，剩下三朵留给自己供养，然后发愿：希望生生世世都帮助他圆满他的波罗蜜。这位少女的旁边也有很多侍女，她们一听到她发这个愿，也跟着她一起发愿：愿能与她一起成为阿罗汉。



就是因为这样的发愿，使很多本来久远以前就可以成为阿罗汉的众生延迟了证悟的时间。这也是过去的愿成为现在证悟的亲依止缘。

### (二) 未来

我们都知道，下一尊未来佛是弥勒佛，现在弥勒菩萨就在兜率天等待成佛，所以大家都很希望未来出生在兜率天。有的人说他这一世不想成为阿罗汉，为什么呢？因为他希望见到弥勒佛，或成为弥勒佛的大弟子或一般弟子等所以他宁愿推迟证到阿罗汉的时机。这样，弥勒佛就成为这个人未来的自然亲依止缘，使他将来今生证悟道果的时机

推迟到未来。有的人发愿成为智慧第一的上首弟子，因为他从经典上读到舍利弗尊者的言行、品德、修养和智慧，并产生一种敬仰，希望自己也像舍利弗尊者一样，成为某某佛陀的上首弟子。过去的舍利弗尊者的行为、道德、修行等等，成为此人发愿未来也成为智慧第一的上首弟子的未来自然亲依止缘。

### （三）现在

在当代佛教界中，以帕奥禅师为代表所教导的止观禅法流传得很广泛，他不只教安般念，还教十遍、无色禅、四梵住、四护卫禅等等，而且他教的观禅也跟「阿毗达摩」很有关系，所以带动很多佛教徒开始学习阿毗达摩。

之前，很少人学习阿毗达摩，因为它太深了，大家也不知道学了有什么用处。后来大家了解到，帕奥禅师的教导跟阿毗达摩息息相关，所以大家觉得有必要学。如果跟帕奥禅师学习禅法，有阿毗达摩的基础，会觉得受用无穷这就是现在的自然亲依止缘，使得现代很多人主动去学阿毗达摩。

(四) 内

通过禅修培育起来的有定力的心，会产生殊胜的心生色，以色聚的形式出现，遍布全身。每粒色聚有八个色法——地、水、火、风、色、香、味和食素，其中两个色法会发亮一个是色（颜色），另一个是火界。普通的心生色法中的颜色是不会亮的，但一颗有定力的心产生出来的色法就会发亮。所以有的禅修者会看到自己身体里面的光。这就是内在的自然亲依止缘。心生色聚里的颜色只能在身体里面发亮，它的亮光不能超出身体，而心生色聚里的火界产生的时节生色聚则可以在体内和体外发亮。

一个人的定力，有深有浅。如果定力深的话，由定力产生出的亮光可以扩散到教室另一边；定力更深的话，亮光可扩散到更远，甚至整个台北。比如，天眼第一的阿耨楼陀（Anuruddha，阿那律）尊者，他为什么可以看到我们看不到的众生，例如天神？因为他的定力所散发出来的光可以传得非常远，他可以看得到一个宇宙里面的众生。定力深沉强大的心可以产生很高的亮度，而且此亮光可以扩散至远处，让我们看到平常不能被肉眼看到的众生，所



以要修天眼通的人一定要修禅定。

好比我们进入一间黑漆漆的教室，什么都看不到，要用手电筒或是开灯，借着灯光，我们就能看到。同样的道理，我们看不到天神和地狱的众生，因为我们没有亮光。如果我们修定修到有亮光，借助这个亮光，就可以看到我们肉眼看不到的东西。这个叫做内在的亲依止缘。

### （五）外

这包括环境、气候等。譬如说英国的气候比较阴沉，有几个住在英国的人跟我说，在英国有很多人得忧郁症。他们的忧郁症，部分是受气候影响。如果天气晴朗，心情就特别的开朗；如果天气阴沉、不见阳光，心情就会变得非常的忧郁。这叫做外在的亲依止缘。又比如我们居住的环境。如果我们住处的附近有僧伽，我们就有机会布施、守戒、听经、闻法、禅修。所以若这个外在环境有善知识存在，我们就有机会行很多的善。善知识是我们行善的外在亲依止缘。同理，若住在争斗杀戮的环境里，我们就容易变得残暴，这种恶劣的环境也是我们行恶的外在亲依止缘。

同样，食物也会影响我们的健康。吃了适合自己的食物，不但身体健康，也利益修行。在古代，有位在家女众时常供养比丘食物。她也从比丘处学到禅修业处，由于精进修行，她证得了斯陀含道果以及获得了他心通。她以为自己供养的比丘肯定全是阿罗汉圣者，但当她以神通观察时，才惊讶地发现比丘们竟然无一是圣者。她了知原来是她供养了不合适的食物，使得比丘们的禅修受到阻碍。于是她开始供养适合每位比丘的食物，比丘们也因这亲依止缘而证悟圣道。

善业可以成为善业的亲依止缘。譬如说我们想起自己之前所造的布施等善业，心中很快乐，然后又想布施。这就是我们之前的善业成为我们现在善业的亲依止缘。反之亦然，譬如我们回忆起以前做过的不善而生起悔意，那么以前的不善就成为现在不善心（后悔）生起的亲依止缘。

善法也可以成为不善法的亲依止缘。比如，时常做大布施的人生起傲慢，看不起做布施少的人；持戒清净的人蔑视持戒不清净的人；善于说法的法师，轻视不善说法的

僧人；有定的修行者看不起精进修行又得不到定的修行者等等。

但是，有时候之前的不善业也可以成为现在善业的亲依止缘。譬如，杀人如麻的央掘摩罗（Aṅgulimāla）。

央掘摩罗本来是个非常优秀的学生，其他同学出于妒嫉，就诽谤他要密谋陷害老师。老师轻信了谣言，想方设法要惩处他。

根据当时印度的传统，学生毕业时都要送一个礼物给老师。老师就问央掘摩罗要送他什么礼物，央掘摩罗说：「您要什么，我都可以为您效劳。」老师就说：「我要一千个人的手指。」央掘摩罗很顺从，答应了老师的无理要求。

于是，他就开始等在丛林中杀害路过的人，然后砍下被害人的手指，并一个个串起来挂在脖子上。因为央掘摩罗力大非凡，整个城市的人都对央掘摩罗生起很大的恐惧。

砍了九百九十九个手指时，央掘摩罗心想：「还有一个，我就可以完成任务，圆满我老师的心愿了。」

佛陀每天早上都会观察宇宙的众生，看看当天有谁需要帮助。那天佛陀一观察就看到了央掘摩罗，知道央掘摩

罗有机会证到阿罗汉果。但今天他要杀的最后一个人是他的母亲，因为他母亲听说国王要派军队去捉拿央掘摩罗，心中非常焦急，想要去向央掘摩罗通风报信，并恳求他放下屠刀。如果今天央掘摩罗杀死自己的母亲，就会犯下无间罪。而犯了无间罪的人，这一生不会证得禅那，更不用说证圣道果。佛陀对央掘摩罗产生一股大悲心，决定去度这个迷失的孩子。

央掘摩罗远远地看见母亲走来，虽然他认得她，但他的心已完全沉浸在冷酷无情的暴行中，因此他还是想杀了她以完成第一千根手指。就在此时，佛陀出现了。见到佛陀，央掘摩罗很高兴，因为他不用杀自己的母亲了。

于是，他开始追杀佛陀。佛陀用神通慢慢地走，而央掘摩罗奋力奔跑，却无法追上佛陀，他喊道：「沙门！你停下来，你停下来。」佛陀只回答一句话：「**我已经停下来了，是你还没有停下来！**」当理解到佛陀这句话的深意时，他抛下刀，跪地请求出家。佛陀应允，说道：「善来，比丘。」他即现出家相。



央掘摩罗知道自己杀了很多人，造下许多恶业，死后一定下地狱。他别无选择，唯有勇猛精进，若能在这一世证到阿罗汉圣果，就可以彻底地免除恶业所带来的苦报。不过，他还是免不了今生受业。每一天他去托钵的时候，那些认识他的村民，就拿石头、木棍扔他。因此他托钵回来，经常是头破血流的。佛陀安慰他说：「央掘摩罗，你要忍耐，这是你自己造下的业，这样的果报还算是很轻的，你若不精进，死亡的时候，你所要偿还的何止这些。所以你一定要忍耐。」他也知道这是自己的业，就默默忍受，精进禅修，最后证得阿罗汉道果。阿罗汉进入般涅槃后，不再有名色

的生起，因此果报也就跟着结束，所有的业报都将消失。

央掘摩罗之前所造的不善业成为他勇猛精进的亲依止缘。

有时候我们造了不善业后，会忏悔。忏悔是好的，但后悔就不好了。忏悔是指在做错后，下定决心不要重犯；而后悔是指一直无意义地在想：「唉呀！我错了，我做错了。」当我们做了一件不善业，然后我们忏悔从今以后再也不做的话，以前的不善也成为我们之后约束自己的亲依止缘。

## 十、前生缘（purejātapaccayo）

前生缘是指作为缘法的已达到住时的色法，致使作为缘生法的名法随之生起。就有如先出现的太阳，带给在它之后才出现的人类光明。前生缘有两大分类：1. 依处前生缘；2. 所缘前生缘。

### （一）依处前生缘

先生起的依处色令依于此色而生的名法生起，叫做依处前生缘。心所依处就是心住的地方。譬如，颜色撞击眼根（眼净色），而生起了眼识，眼识执行看到的作用，缘法是眼根（眼根属于色法），眼识是缘生法，缘力是依处前生缘；同样地，声音撞击耳根，耳识听到，缘法是耳根，耳识是缘生法，缘力是依处前生缘。

再举一个例子，当我们的身体触到硬的桌面，硬是地界，地界撞击到遍布我们全身的身根，让身识感到硬。觉知硬的身识的生起是因为有身根，没有身根，身识不生起缘法是身根，缘生法是身识，缘力是依处前生缘。

前生缘就是之前生起的色法，成为后来生起的名法的因缘。

根据十二因缘，「缘于六入，触生起」。六入或六根是先生起的缘法，通过依处前生缘（缘力）导致眼触、耳触等六触（缘生法）生起。

### （二）所缘前生缘

当眼睛看到色尘，如一位美女，一般男子便会想多看

几眼。在此，因为先有所缘（美女）才会生起眼识（看到），进而生起贪欲的心（多看几眼），所以，前生所缘（美女的色法）是缘法，眼识与贪欲的心是缘生法，缘力是所缘前生缘。

再讲一个菩萨与提婆达多前世的故事，以解释所缘前生缘。《本生经》中记载，五个大劫以前，有一世菩萨和提婆达多都是过街穿巷做买卖的行商。有一天，他们来到同一个城市做生意。城里有一户已经没落的富裕家庭，现在只剩下祖孙两人相依为命，为他人做奴婢为生。家里有一个以前富裕时留下的金茶碗，因被尘土掩盖，祖孙二人不知其珍贵，弃置一旁。

孙女听到提婆达多在外叫卖首饰珠宝，就向祖母提出想买首饰，祖母说：「孩子啊，我们很穷，哪里有钱买得起妆饰品呢？」孙女提议用那个旧茶碗换首饰，祖母同意了，于是请提婆达多进门。提婆达多认出这是一个价值不菲的金碗，但是他见财起意，想不费分文就得到这个价值连城的金碗，就说这碗一文不值，把碗丢在地上，扬长而去。虽然提婆达多离开了，但是他还在打主意要怎样回来



把金碗弄到手。

他走后不久，菩萨也沿街叫卖而来，孙女听到后，觉得这个人言语柔和，于是又跟祖母商量用旧碗换首饰。菩萨一直都是正直的人，一看到旧茶碗，就实言相告，说：

「这个碗价值连城，现在把我身边所有的东西都给你，也不足以换购你这个金碗！」祖母说：「尊贵的先生，之前来的商人说这个碗一文不值，丢在地上就走了，现在因为您的功德它变成了黄金茶碗！我们愿意将这个金碗送给您，随便您给我们任何东西都可以，请您拿去吧！」于是，菩萨把自己所有的钱和货物都给了祖孙二人，仅拿回自己的秤、口袋和渡河的船资。当提婆达多返回来、想取那个金碗时，才发现已经被菩萨带走，他气得发疯。当他追到河岸时，菩萨已乘渡船到了河中间，提婆达多气急败坏，心脏爆裂、吐血而死。由于提婆达多是在对菩萨强烈的瞋恨中死亡的，结果从那时开始，提婆达多在每一世遇到菩萨时，都想要伤害他。

有一世，提婆达多是国王，菩萨是王子。菩萨降生后，王后非常疼爱他。有一天，当王后在逗着菩萨玩的时候，

国王进来了，王后看到国王，却没有起身迎接。国王很生气，命令刽子手当着王后的面，残忍地杀害了王子。王子是他亲生的幼子，并无任何过错，为什么他生这么大的瞋恨？那是因为过去世埋下的怨恨。

还有另外一世，提婆达多那时也是国王，菩萨是个隐士，受该国将军的邀请，住在御花园。有一天，国王醉酒后，和一群宫女们到御花园游玩，国王看一阵歌舞后就睡着了。宫女们在花园中闲逛，见到隐士后，邀请他开示忍辱法。国王醒来后看不到宫女们，却发现大家在专注地听隐士讲法。国王暴怒，边问隐士开示什么，边命人斩掉隐士的手、脚、耳朵、鼻子。隐士不带任何瞋恨地回答国王：忍辱不在他的手、脚、耳朵、鼻子里，而是深埋在心里。国王离开前一脚踢向菩萨的心窝，当天菩萨伤重不治而死。

每一世只要提婆达多碰到菩萨，都要伤害他，直到菩萨成佛后，提婆达多也多次谋划杀害佛陀。第一次，提婆达多派杀手去杀佛陀，结果杀手们却都皈依了佛陀，甚至证得圣果。然后，他亲自出马，趁佛陀在灵鹫山经行的时候，他推下一块大石头。那大石头的碎片割伤了佛陀的脚

趾。这样，他犯下了五逆罪之一——恶意使佛身出血。提婆达多一计不成，又施一计。这次，他把一头凶猛的大象灌醉，想让大象冲出来撞死佛陀，结果醉象被佛陀的慈心所慑服，变得温顺，并恭敬地礼敬佛陀。



所以，我们说怀恨在心是很不好的。临终之前若没有把怨恨化解掉，带着恨往生，就会让我们来生一直和对方碰面，而且千方百计要伤害他。

第一则金茶碗的故事就是所缘前生缘的例子。金碗是缘法，提婆达多因此而生起的贪心（名法）是缘生法，即

金碗（色法）令提婆达多的贪爱心（名法）生起，它们的关系是所缘前生缘。

## 十一、后生缘（pacchājātapaccayo）

后生缘跟前生缘刚好相反。此缘的缘法支助及增强在它之前生起的缘生法。就有如后来才下的雨辅助已有的植物成长一般。后生的心支助前生的色法，叫做后生缘。

古代大德们如此譬喻后生缘：秃鹰一旦孵出小秃鹰，就放下孩子，立刻外出替自己寻找食物，这些小秃鹰心里想：「要是爸妈回来了，我们就有东西吃了。」它们怀着期待父母亲带回食物的心念等待。但秃鹰不会带任何食物回来喂养小秃鹰。于是小秃鹰们心里想：「虽然没有食物可吃，但是可以跟父母亲在一起，也很快乐。」

第二天，又是一样。当父母亲外出觅食时，小秃鹰们心里想着：「要是爸妈回来了，我们就有东西吃了。」当父母亲回来以后，它们又失望了。可是接着又觉得至少还能跟父母亲在一起，还是很快乐。

小秃鹰们一次又一次地在期待中过日子，而这些期待的心念，在父母亲还没回来之前强烈地支持着小秃鹰的色法，虽然父母亲始终没有带食物回来给它们吃，但由于能

够看到父母亲，它们的心又活跃起来。

这些期待的心、活跃的心一路支持小秃鹰的身体慢慢地长大。（引自《五论注释书》）

色法的寿命为十七个心识，故除了与色法俱生的第一个心识之外，后面的十六个心识皆可以后生缘缘力支助前生的色法。

为什么心路过程会生起呢？在什么因缘条件之下它会生起？我们以眼门心路过程为例说明。

第一个原因是要有所缘。一个所缘（色），撞击眼净色，眼门心路过程生起（若眼门心路过程没有生起，眼识就看不到，也不会认知这是什么东西）。接下来，意门心路过程更清楚地看到东西的样子、形状、颜色等等。也就是说，眼门心路过程跟意门心路过程生起的目的是为了能够把所缘看清楚。

当过去有分识生起时，眼净色（眼根）就开始生起了。这个心识灭掉后，眼净色依然存在，因为它的寿命较长，可以维持十七个心识刹那。当过去有分识灭掉后，第二个有分波动生起。在此，后生的有分波动（心识）支持前生

的眼净色，这叫做后生缘。缘法是有分波动，缘生法是前一刹那生起的眼净色。后生的名法支助前生的色法，靠后生缘力。

与第一个有分识同时生起的眼净色受到后来生起的十六个心识的支助，它们依次是有分波动、有分断、五门转向、眼识、领受、推度、确定、七个速行心和两个彼所缘。从第二个有分波动开始，到最后一个彼所缘，这些名法都支助前面所生起的眼净色，这种关系叫做后生缘。

## 十二、数数修习缘 ( āsevanapaccayo )

这有点类似无间缘，但是又有很大的分别。

数数修习缘<sup>3</sup>：在属于缘法的名法灭尽之后，此名法导

---

3

致与它同类（同是速行心）但属于缘生法的名法更强、更有效率地生起。就有如学生在重复地温习功课之下，变得对其功课更加熟悉。

数数修习缘，一般指速行心。有七个速行心。第一个速行心灭掉后，生起第二个速行心；由于第一个灭掉，使第二个速行心更强、更有效率地生起。速行心是造业的心。第一个造业的心是比较弱的，它灭掉后，传递较强的心念给后继生起的第二个心、第三个心……

第一个速行心力量最弱，所造的业是今生受业<sup>4</sup>；第二、第三、第四、第五、第六个速行心，因为力量已经加强，它们所造的业是无尽业<sup>5</sup>；第七个速行心的力量又弱下来了，它造下的是下世受业<sup>6</sup>。

五门心路中的确定或意门心路中的意门转向与速行之间没有数数修习缘，因为确定或意门转向与速行不是同一

---

<sup>4</sup> 今生受业：也称为现法受业。指第一个速行心所造的业只能在今生带来果报，若今生因缘不具足则成为无效业。

<sup>5</sup> 无尽业：也称为后后受业。在七个速行心中，中间五个速行心所造下的业是最强的，只要因缘具足，能够在被造下的第二世以后的任何一世成熟而带来果报。

<sup>6</sup> 下世受业：也称为次生受业。指第七个速行心所造的业能够在下一生带来果报，若下一生因缘不具足则成为无效业。



种类的心；第一个速行至第七个速行有数数修习缘；最后的第七个速行心与彼所缘也没有数数修习缘。以意门心路为例：

M - J - J - J - J - J - J - J - T - T

**【说明】**图中第一个M是意门转向（无因唯作心），后面的J都是速行心（造业的心），T是彼所缘（异熟心）。因为M跟J不是同一类心，所以没有数数修习缘。第一至第七速行心（J）都有数数修习缘。到最后，J到T，因为心的性质不同，所以也没有数数修习缘。

由此可见，数数修习缘只发生在同一种类的心之间，即速行心。而且，善与善的速行有数数修习缘，不善与不善的速行也有数数修习缘。若你一直重复善心，善的力量就会越来越强；若一直重复不善心，不善心的力量就会越来越强。

譬如说我们第一次做布施得到的快乐会让我们想要再做第二次的布施，第一次布施令第二次要布施的心更加强烈。又例如，第一次读阿毗达摩不明白，第二次读会明白多些，第三次读会明白再多些，第四次读就可能完全明白

了，这就叫做数数修习缘。

人的性格就是靠一次又一次的不断重复而塑成的。依性格可将人分为六种：贪行者、瞋行者、痴行者、觉行者或智慧行者，以及散漫行者。一个人贪根心特别强，就属于贪行者；一个人智慧特别高，就属于觉行者。譬如，当第一个贪生起时，如果不止息它，就会引发第二个更强烈的贪，如果仍然不能终止它，贪心就会愈演愈烈。若每次贪生起，我们都不约束它，它的潜能就越来越大，进而塑造出我们贪行者的性格。就像一个雪球往往是越滚越大，除非它半路卡住了，再被太阳一晒，雪球才会融掉。半路卡住，表示贪生起时，得到抑制。善法则犹如太阳，能把贪融化掉。如果每一次贪生起，我们都能调伏它的话，这个雪球就不会越滚越大。

在整个漫长的轮回中，我们一直重复着同样的过错、同样的模式。有时候你会想：「为了明天早起禅修，我要早睡。」但是到了晚上，却总是很多借口，一再拖延，不是看电视，就是朋友来电或者到访，结果早上又起不来，失去了清晨禅修的良机，心中懊恼不已。第二天本来可以早睡

的，又一再拖延，重复昨天的模式。所以如果细心一点观察自己的人生，你会发现自己好像在重复曾做过的事情。那是前世的模式又再重新呈现出来。

了解数数修习缘，我们就可以了解自己的性格，也会明白为什么要改变自己的性格这么难。很多时候，我们虽然有意改善自己的某个缺点，但是通常要花很长时间才能改掉。那是因为形成陋习的日子太漫长，所谓「冰冻三尺非一日之寒」，而自心的力量又太薄弱。菩萨要成佛，也得改掉他的陋习，所以他花了四阿僧祇劫与十万大劫才圆满十个波罗蜜，到达佛的境界。

欲乐虽然带来很多过患，但是为什么我们放不下，不能够出家？那是因为我们生生世世累积的无明和爱欲非常的强烈。我们现在又没有四神足<sup>7</sup>之一，以致可以让我们把身边的杂事，身边的亲朋戚友、财产、家庭全部放下。

有的人一学佛就想出家，为什么呢？因为过去生多世出家的数数修习缘，所以这一世一听到佛法可以朝向解脱痛苦，他就想出家，前世这种重复的缘力让他有这个念头

---

<sup>7</sup> 四神足：欲神足、精进神足、心神足和观（慧）神足。有关四神足的解释详见「增上缘」中的「俱生增上缘」。

要出家。有的人前世并没有这种出家的因缘，由于没有这种前世的熏习，学佛二十年了也从来没有想到要出家。可见，数数修习缘很重要。

佛陀时常说：「诸行无常」。但是在生命中遇到变故的时候，为什么我们不能思惟佛陀的教导而泰然处之呢？譬如说，当我们生意失败、出现家庭纷争、好友反目成仇的时候，为什么我们就不能作无常观呢？我们曾听过一次佛法可能几年后才会再听一次，或者许久都没有机会再听到，而我们又不能时时思惟听闻过的佛法，所以无常观并没有深植在我们的心中，或者说我们缺乏数数修习缘。为了加强数数修习缘，我们需要时常观无常，不管身心生起什么现象，或苦或乐，我们就观它们为「无常、无常」，让这种以法为住的观照成为我们的好习惯。以后无论生起什么变故，我们就会想到一切都是无常的，然后马上放下。这样世间八风<sup>8</sup>都无法使我们动摇。

我们一直观呼吸，定力便会加深，这是数数修习缘的

---

<sup>8</sup> 世间八风：得（lābho，或 hita 利益）、不得（失）（alābho，或 ahita 无利益）、名声（yaso）、恶名声（ayaso）、诽谤（nindā）、称誉（pasamsā）、乐（sukhaṃ）与苦（dukkhaṃ）。

力量；我们一再地观照名色为无常、苦、无我，智慧便会趋向成熟，证悟道果，这也是数数修习缘的力量。

### 十三、业缘 ( kammaṭṭhaya )

业缘有两种：1. 异刹那业缘 ( nānākhaṇḍika-kammaṭṭhaya )；2. 俱生业缘 ( saḥajāta-kammaṭṭhaya )。

#### (一) 异刹那业缘

善业或不善业，都以业缘之缘力支持名法及业生色法。

异刹那业缘阐释业与果报不是同时生起的。也就是说，种下的因，隔一段时间才生起果报。譬如，我们这一世布施，可能五年后或下一世果报才成熟，这叫做异刹那业缘。

在造善恶业时，思心所是主因。一个人的思心所有多强，他的意志力就有多强。

2013年，我在新泽西主持了一个十日禅修营。时值冬天，室外雪花纷飞，非常冷。由于大家都过午不食，热量也不够，有两位美国人冷得都哭了起来。当时，身为导师

我不但要讲经，每天早上、下午都要给学员们小参，还要陪学员们一起打坐，以便能够散播慈爱给他们，帮助他们禅修。天气如此寒冷，小参室暖气却又坏掉了。在给予禅修指导的时候，我要连续两个小时坐着不动。那时，我的脚都已经冰冷麻木得没有感觉了，但因为我的心只想帮助学员们解决禅修上的问题，希望他们能够禅修进步，所以并没在意自己的身体。小参结束时，才发现自己的身体已经麻木不堪了。来自热带的马来西亚，却置身于如此严寒的环境，我依然能够把这十日禅修营带得非常成功，没有病倒，这全都有赖于我强有力的思心所产生出来的坚定的意志力。

在修行与弘法的道路上，强大的思心所能培育出坚强的意志力。思心所的强弱决定果报的强弱。思心所有多强，产生的果报就有多强。我一心一意地只是想帮助和佛法有缘的人，只是想把佛陀殊胜的法阐释清楚，让学员们能够对佛法产生浓厚的兴趣，培育起智慧和正见。我深信这思心所会回馈给我相应的果报，虽然对此我并无期待。我没有忘记思心所也是随因缘生灭的，同时因为潜伏的无明和

爱欲还未被根除，所以它会留下产生果报的潜能。而我也不会把这果报当作是一个永恒的实体。

《中部·小业分别经》阐述了各种各样的异刹那业缘，比如，有的人很吝啬、一毛不拔，导致他下一世出生贫穷；有的人慷慨大方、乐于布施，导致他来生富有；

有的人对众生充满慈爱，导致他来生相貌庄严；有的人常生瞋恨心，导致他来世长相丑陋。

有的人比较有影响力，有的人比较没有影响力，是什么原因？那是因为妒嫉心。一个没有妒嫉心的人，这善思导致他成为一个有影响力的人。

有的人生来充满智慧，有的则智慧低下，又是什么原因呢？这是因为前者在过去生种下了时常亲近善知识的业缘，关于重要的课题他懂得发问：「我怎么做才会获得永恒的快乐？要怎么做才能增长智慧？要怎么做才能避开所有的恶？……」

虽然佛陀屡次说杀生、偷盗、邪淫和妄语会导致投生于四恶道，但这不是绝对的。在此，我将以《吹海螺者经》（《相应部·第42相应·第8经》）来阐释：

有一次，世尊问尼乾陀的弟子，村长刀师之子。

「村长！尼乾陀若提子如何对弟子说法呢？」

「大德！尼乾陀若提子这么对弟子说法：『凡任何杀生者，一切都是堕恶趣、地狱者；凡任何不与取者，凡任何行邪淫者，凡任何说虚妄者，一切都是堕恶趣、地狱者；凡住于屡屡如是者，因为那样的生活而被导向那样的出生。』」

大德！尼乾陀若提子这么对弟子说法。」

「村长！『凡住于屡屡如是者，因为那样的生活而被导向那样的出生』，如尼乾陀若提子之言，如此，将不存在任何堕恶趣、地狱者。

村长！你怎么想：不论取夜里或白天，杀生者投入杀生与不杀生的时间，哪个时间比较多？」

「大德！不论取夜里或白天，杀生者投入杀生的时间比较少，而投入不杀生的时间比较多。」

「村长！『凡住于屡屡如是者，因为那样的生活而被导向那样的出生』，如尼乾陀若提子之言，如此，将不存在任何堕恶趣、地狱者。



村长！你怎么想：不论取夜里或白天，不与取的男子不与而取和不与而不取，邪淫男子行邪淫与不行邪淫，妄语男子说虚妄与不说虚妄……哪个时间比较多？」

「大德！不论取夜里或白天，不与取的男子不与而取的时间比较少，邪淫男子行邪淫的时间比较少，妄语男子说虚妄的时间比较少，而……的时间比较多。」

「村长！『凡住于屡屡如是者，因为那样的生活而被导向那样的出生』，如尼乾陀若提子之言，如此，将不存在任何堕恶趣、地狱者。」

村长！在此，某位大师是如是论、如是见者：『凡任何杀生者，一切都是堕恶趣、地狱者；凡任何不与取者，一切都是堕恶趣、地狱者；凡任何行邪淫者，一切都是堕恶趣、地狱者；凡任何说虚妄者，一切都是堕恶趣、地狱者。』

而，村长！弟子对那位大师有净信，他这么想：『我的大师是如是论、如是见者：「凡任何杀生者，一切都是堕恶趣、地狱者。」而有生类被我所杀，我也是堕恶趣、地狱者。』他得此见。村长！他不舍断那种言论、不舍断那种心、不放弃那种见，之后他将如此被带往而置于地狱。」

『我的大师是如是论、如是见者：「凡任何不与取者……凡任何行邪淫者……凡任何说虚妄者，一切都是堕恶趣、地狱者。」而有未给予的被我所取，而有邪淫为我所行，而有虚妄为我所说，我也是堕恶趣、地狱者。』他得此见。村长！他不舍断那种言论、不舍断那种心、不放弃那种见，之后他将如此被带往而置于地狱。

而，村长！在此，如来、阿罗汉、遍正觉者、明与行具足者、善逝、世间知者、被调伏人的无上调御者、人天之师、佛陀、世尊已出现于世间，他以种种法门呵责、斥责杀生，他说：『你们要戒绝杀生！』他呵责、斥责不与取，他说：『你们要戒绝不与取！』他呵责、斥责邪淫，他说：『你们要戒绝邪淫！』他呵责、斥责妄语，他说：『你们要戒绝妄语！』

而，村长！弟子对那位大师有净信，他如是深思：『世尊以种种法门呵责、斥责杀生，他说：「你们要戒绝杀生！」而或多或少有生类被我所杀，凡或多或少有生类被我所杀，这是不适当的，这是不好的，我虽然对此恶业深感后悔，但不能使这恶业成为未作。』像这样省察后，他舍

断杀生，未来成为离杀生者。如此，有这恶业的舍断；如此，有这恶业的超越。

『世尊以种种法门呵责、斥责不与取，呵责、斥责邪淫，呵责、斥责妄语……』……如此，有这恶业的舍断；如此，有这恶业的超越。

舍断杀生后，他是离杀生者；舍断不与取后，他是离不与取者；舍断邪淫后，他是离邪淫者；舍断妄语后，他是离妄语者；舍断离间语后，他是离离间语者；舍断粗恶语后，他是离粗恶语者；舍断杂秽语后，他是离杂秽语者；舍断贪婪后，他是不贪婪者；舍断恶意与瞋后，他是无瞋恚心者；舍断邪见后，他是正见者。

村长！那位如此离贪婪、离恶意、不迷乱、正知、忆念的圣弟子，他以与慈俱行之心遍满一方而住，如此第二方，如此第三方，如此第四方，如此上下、横向、到处、对一切如对自己，以与慈俱行之心，以广大、以出众、以无量、以无怨恨、以无恶意之心遍满全部世间而住。

村长！犹如强壮的吹海螺者能容易地使四方知道。同样的，村长！当慈心解脱已如此修习、已如此多修习时，

凡已作的有量业（欲界恶业），它在那里（色界天）无残余，它在那里不住立。

村长！那位如此离贪婪、离恶意、不迷乱、正知、忆念的圣弟子，他以与悲俱行之心……以与喜悦俱行之心……以与平舍俱行之心遍满一方而住，如此第二方，如此第三方，如此第四方，如此上下、横向、到处、对一切如对自己，以与平舍俱行之心，以广大、以出众、以无量、以无怨恨、以无恶意之心遍满全部世间而住。

村长！犹如强壮的吹海螺者能容易地使四方知道。同样的，村长！当舍心解脱已如此修习、已如此多修习时，凡已作的有量业，它在那里无残余，它在那里不住立。」

佛陀说：「『思』即是业。」「思」心所好比大弟子，除了自己要专心听课，还有责任管好其他同学；就好比打仗时的将军，除了自己要奋力战斗，还要指挥士兵作战。所以在造善或恶业时，「思」心所会带动其他心所，因为它就是主要的首领，故称它为「业」。

有些人认为，业主宰一切，好也是业，不好也是业。一旦发生不幸，便完全归咎于业——命运。因为业（命

运)不好,所以他放弃改造命运的可能性,纯粹让业来操控自己的命运。只信业力,便成了宿命论者。殊不知,智慧与精进的加行才是改变命运的关键点。

以下是摩诃甘达勇长老对此的解释：

「有三条鱼落在渔夫的手中。它们要怎样做才能脱离险境,免于成为渔夫的盘中餐呢？」

其中一条名叫认命鱼。它认为一切都是命运的安排,不用强求,如果命运好的话,就会有被放回大海的可能。

第二条鱼叫做精进鱼,它认为只要不断地精进努力,就有逃离的机会。因此,精进鱼自从被抓到船上那一刻,就不停地想要跳出来,渔夫看到这条鱼不断地往外跳,心想:怎么有这么顽皮的鱼!于是索性拿起桨来,先把精进鱼活活地打死。

第三条鱼叫智慧鱼,它不慌不忙,它知道一切得待时节因缘的成熟,才有逃脱的机会。当渔夫的船靠近了岸边船随着渔夫跳下船的那一刹那倾斜,而智慧鱼趁此机会奋力跳到水中,自由地游走了。

智慧鱼有足够的智慧抉择适当的时机,也有跳下去的

勇气（精进），更需要有能够逃脱的业（命运），才有逃脱的机会。认命鱼呢？它没有努力，也没有动脑筋，只是待在渔船的角落，等待着被放走，结果被渔夫带到岸上，成为渔夫的盘中佳肴。」<sup>9</sup>

还有一个故事可以说明智慧与精进的重要性。

从前，在斯里兰卡有一位国王，名叫哇萨巴（Vasabba）。许多命理师帮他算命，都说国王只能在位十二年，十二年后他就会驾崩。这些命理师是根据业的情形再加上各种类型的特相，如面相、星象等等来预测的。国王得知结果之后，非常忧心。于是，赶紧向当时的佛教法师们寻求解决之道。那个时代，斯里兰卡佛法非常兴盛，法师们建议国王多做建造凉亭、重修佛寺、筑桥铺路等等公益善事，以改变命运。

国王听了谏言后，为了活命，他便积极奉行。由于国王不断地行善，他统治的时间也一直持续下去，从十二年到二十四年、三十六年，甚至更长。国王通过智慧与精进，真的改变了命运，活了非常久。

---

<sup>9</sup> 引用自《佛陀大放光明的关键》（摩诃甘达勇长老讲述 释祖道译）。

## （二）俱生业缘

俱生业缘没有异刹那业缘重要。它是指「思」心所以业缘的力量支持与自己同生的其他诸法。譬如，善速行心有三十四个名法，除思心所（思即是业）外，还有一个心和三十二个心所，以及俱生色法，随思心所一同生起，这叫做俱生业缘。

## 十四、异熟缘（vipākaccayo）

异熟就是果报的意思。

此缘的缘法是果报名法——心与心所，缘生法是果报名法以及俱生色法。由于诸果报心因业成熟而产生，它们被动、并不活跃。譬如，睡眠的时候，我们没有看到，没有听到，只是有分心在不断生灭。

什么是有分心？心流是一个接一个的心不断生灭的过程，这是无间缘。在结生的时候，生起的第一个心识叫结

生识，它是缘于过去业成熟产生的异熟或果报心。当结生识灭去时，便生起有分心，然后心就一直生灭、生灭、生灭……直到五根成熟：眼睛看到，便生起眼门心路；耳朵听到，便生起耳门心路；鼻子嗅到，便生起鼻门心路等。但是有时候，我们进入睡眠状态，什么都没有看到、听到、尝到、嗅到、触到，那时候，心就进入一种状态，叫做有分流。

除了以下几种情况之外，心流不会中断：1. 证到四禅八定的阿罗汉和阿那含入灭尽定时心流会暂时中断；2. 生于无想天的梵天神的心流会暂时中断；3. 当阿罗汉进入般涅槃，因为不会再出生，所以心不再生起，心流彻底终断所以五门关闭的时候，一定要有某种心生起，维持我们的生命流不会中断，这就是有分心。

有分心是前世造的业所产生的果报心，是被动的、不活跃的，属于离心路过程的心，它不像心路过程的心那样活跃。因为心路过程有很多贪、瞋、痴，而且心路过程有造业的心（速行心），所以它波动得很厉害。有分心是异熟心，它没有自力造业，也没有尝试去造业。

结生识就是我们生命的第一个形式，结生识生起的时候



候，同时还生起其他的色法，如身十法聚，它们都是异熟缘，也是缘生法。

我们的五根——眼、耳、鼻、舌和身也是通过异熟缘而生起。由于异熟缘和业缘息息相关，这五根生起的业缘如下：

眼根由于想看的欲望（业）而生起；

耳根由于想听的欲望（业）而生起；

鼻根由于想嗅的欲望（业）而生起；

舌根由于想尝的欲望（业）而生起；

身根由于想触的欲望（业）而生起。

我们的五根——眼、耳、鼻、舌和身，美还是不美，也是业的异熟。异熟以究竟名色法呈现于生命，但是因为潜在的有身见的影响，所以我们把究竟名色法概念化，错认它们为一个永恒的「我」。

## 十五、食缘（āhārapaccayo）

于此缘，缘法维持缘生法存在，以及支助后者成长。食的主要作用是支持或巩固。

食缘共有四种：

(一) 段食 ( kabalīnkārāhāra )

段食是指我们的食物、营养素，属于色法。为什么叫段食呢？段是一团一团的意思。在佛陀时代，比丘用手吃饭不用汤匙，他们把手放进钵里，把饭拿出来，捏成一团一团，然后才放进嘴巴里吃，所以叫段食。

段食怎么支持或者巩固我们的身体呢？我们把食物吃进嘴里，然后往下咽，胃中有消化之火，会帮助消化吃下去的食物。食物经过消化后，会制造出新一代色聚，叫做食生色（由食物生出来的色法）。食生色会遍布全身。若它散布到眼睛，就会滋养我们的眼睛；若散布到耳朵，就会滋养我们的耳朵；若散布到全身的肌肉，就滋养我们全身的肌肉。

段食支持我们的身体，让身体有体力，也让生命延续。缘法是食物（段食），它的缘生法是我们的身体。通过什么缘力呢？食缘。

(二) 触食 ( phassāhāra )

触有六种：眼触、耳触、鼻触、舌触、身触及意触。色尘撞击我们的眼睛，眼触生起；声音撞击我们的耳朵，耳触生起；香味撞击我们的鼻子，鼻触生起；味道撞击我们的舌头，舌触生起；物体触碰到我们的身体，身触生起；当我们计划未来、回忆过去、思考、省思等等时，意触生起。

所有的触食都支持「受」，如眼触生受、耳触生受等。共有三种受：乐受、苦受、不苦不乐受（舍受）。

譬如，眼睛看到漂亮的色尘，刚开始与眼识一起生起的是舍受，但经过不断思惟色尘的漂亮（意触），便会生起乐受；若眼睛看到仇人，开始与眼识一起生起的是舍受但经过不断思惟仇人的可恨之处，便会生起苦受；若眼睛看到一个陌生人，当思惟此人的中立之处，便生起不苦不乐受（舍受）。

耳朵听到赞美的声音，刚开始与耳识一起生起的是舍受，但经过不断思惟他人对自己的称赞，便生起了乐受；若听到毁谤的声音，当不断思惟他人对自己的毁谤，便生起苦受；听到平常一般的声音，当思惟声音的中立之处，便生起不苦不乐受。

所以触食支持三种受。

「缘于触，受生起」是十二缘起支很重要的一个环节。因为受带动贪爱，所谓「缘于受，爱生起」。贪爱是轮回的根本，我们要解脱轮回就要斩断贪爱。若要不让贪爱生起我们就要观受为无常、苦，使它不延伸到贪爱生起的阶段。若贪爱生起，便会导致更加强烈的执著——取。因为强烈的执著，使你想方设法得到想要的东西，令你必然造下身业和口业。业一旦造下，不管是善业还是恶业，一定会留下业力。业力一旦成熟，新的生命就会开始。新的生命开始，便必有老、病、死、愁、悲、苦、忧、恼，如此生起了整堆的苦蕴。这就是十二因缘的循环。

虽然无明是根本因，但「受」是关键，你只要不让乐受延伸到爱，爱就灭了；取跟着灭；取灭，有就灭；有灭，生就灭；生灭，就没有老、病、死、愁、悲、苦、忧、恼，如此整堆的苦蕴就此消灭。所以，触食是很重要的。

### （三）思食（cetanāhāra）

思食即是业。业支持、巩固欲界、色界与无色界三界轮

回。为什么说思食支持三界之轮回呢？

业可分为善业与不善业。

善业又分欲界善业、色界善业和无色界善业。

欲界善业包括布施、持戒、禅修、恭敬、服务、回向功德、随喜功德、听闻佛法、弘扬佛法与正直己见十种。

色界善业指初禅、二禅、三禅、四禅与五禅<sup>10</sup>。如果一个人证得初禅直至五禅，他即累积了色界善业。

无色界善业指四个无色界禅：空无边处、识无边处、无所有处和非想非非想处。

如果一个人造下欲界善业，该善业就会滋养、支持他投生到欲界；如果他造的是色界善业，该善业就会支持他投生到色界<sup>11</sup>；如果他造下的是无色界善业，该善业就会支持他投生到无色界<sup>12</sup>。如果一位禅修者在识无边处无色禅的禅定中往生的话，这个业就会带他出生无色界的识无边处天。

---

<sup>10</sup> 根据阿毗达摩，禅那分为五种禅那；但根据经藏，则分为四种禅那。

<sup>11</sup> 色界包括十六层色界天。

<sup>12</sup> 无色界一共有四层：空无边处无色界天、识无边处无色界天、无所有处无色界天和非想非非想处无色界天。

#### (四) 识食 (viññāṇāhāra)

识即心识。在此指导熟识或果报识，也指结生识——生命的第一个心识。

结生识滋养什么？巩固什么？根据十二因缘，「识缘名色」，所以识食支助或支持名色。因为它支持名色的关系，于是「缘于名色，触生起；缘于触，受生起；缘于受，爱生起；缘于爱，取生起；缘于取，有生起（有是造业之意）；缘于有，生生起；缘于生，老、病、死、愁、悲、苦、忧、恼生起，如此整堆的苦蕴生起」。因为这个结生识的生起，所以引生了十二因缘的循环。

另外，食缘又可分为两种，即色食 (rūpāhāra) 和名食 (nāmāhāra)。段食属于色食，触食、思食与识食属于名食。

### 十六、根缘 (indriyapaccayo)

根含有统领的意思。于此缘，缘法通过在其范围之内执行其控制力支助缘生法。根缘也可以分为名和色两个。

### (一) 色根

色根包括眼根、耳根、鼻根、舌根、身根和命根，前五根分别叫眼净色<sup>13</sup>、耳净色、鼻净色、舌净色与身净色。每一根只统领各自的范畴。例如，眼根只统领眼睛所能看到的领域，不能统领耳朵所能听到的领域。

前五根都是它们各自相应的根识及其心所的根缘。什么是它们各自相应的根识？譬如，与眼根相应的根识是眼识；与耳根相应的根识是耳识，以此类推。为什么五根也是它们各自相应的根识的心所的根缘呢？因为识生起，相应心所一定生起，所以讲到心，一定会讲到心所。

眼根以根缘的力量，来执行它控制眼识及其相应心所的作用。譬如，由于业的缘故，有的人天生眼净色比较弱眼睛看东西模糊。眼净色控制它的缘生法——眼识，使它看不清楚。同样地，有的人天生耳净色就不太敏锐，耳净色控制它的缘生法——耳识，耳朵就听不清楚。鼻根、舌根和身根以此类推。可见，色根缘是在其范畴内以其控制力支助缘生法。

---

<sup>13</sup> 眼净色又称为眼净根，其他依此类推。

命根色（略）。

## （二）名根

名根共十二个，包括：信、精进、念、定、慧（五修行之根）、乐、苦、悦、忧、舍（五受根）、意、未知当知根、最终知根与具最终知根。

### 1 . 信根

之所以称为根是因为它有控制的力量。当一个人的信心生起来的时候，就可以控制其他的名色法。

给孤独长者（Anāthapiṇḍika）是个大富翁。有一天他去探亲的时候，听到佛陀的名号。当他第一次听到佛陀的名号时，全身都起了鸡皮疙瘩，很喜悦。当时他就想：「在这世间，单单要听到佛陀的名号都不容易，现在我有这个福报听到，我一定要去见佛陀。」那时是傍晚，佛陀的住处又离他很远。他热切地盼望着第二天一早就去礼敬佛陀。夜里，他醒来三次，以为天已破晓，然后他到城门，有非人为他开门。一出城门，光明就消失了，眼前一片漆黑，他立刻感到惊恐，想转身而回，但有位夜叉却鼓励他不要后



退。由于他对佛陀的信心非常强（信根很强），他的信根控制了其他的名色法，于是他不再惊恐，黑暗也随即消失眼前一片光明。他借着由信心产生出的光明，一直走到世尊当时所住的寒林。

这故事说明信根，可以控制其他名色法。只要它一生起，它就成为首领，领导其他的名色法前进。五根在修行的过程中非常重要，五根要平衡。在修行的过程中，信根一定要与慧根平衡，精进根要与定根平衡。

亚洲佛教徒，信根超强，慧根稍弱，容易偏向盲信。他们缺乏审查一个真正出家人应有的品德的能力，所以他们轻易相信出家众，尤其偏好能帮他们祈福、诵经、看病及赠予吉祥物的俗僧。由于信徒的偏好，使得此类的俗僧越来越多，这其实是很可悲的！

### 2 . 精进根

当精进根生起的时候，它会控制其他的名色法而成为首领。

在佛陀时代，有一群比丘同去丛林修行，他们约法三

章，不管发生什么事情，除了诵戒日外，其他时间都要各自修行，互不见面，也不讲话。刚好他们住的丛林有老虎出没。第一天，老虎咬走一位比丘。因为他们约法三章不可讲话，所以这位比丘也不喊救命。第二天老虎又来了，咬走了第二位比丘……

到了诵戒日，尊者们发现怎么少了这么多位比丘，大家觉得奇怪，又不知道发生了什么事，所以他们又约定：如果发生危险，大家要开口，不可以禁语。

接下来，老虎又出来了，又咬走一位比丘。这比丘被咬走的时候就大喊：「救命！救命！老虎来了！老虎来了！」其他比丘听到后，就拿着树棍去救这位比丘，但是老虎跑得很快，他们追不上，只能喊道：「同修，我们救不了你，现在要靠你自己救自己了。」

这位比丘也知道：「我现在只是死路一条，在我还没死之前，如果我还能依靠我剩下的一点时间勇猛精进地修行，也许我还可以在临死前证到阿罗汉。」所以他提起精进力修观禅，观照无常、苦、无我。当老虎要吃到他心脏的时候，他证得阿罗汉。

当精进根生起的时候，它是控制其他名色法的力量，直到到达目的地。精进根要与定根平衡。在禅修上精进太强会产生掉举。譬如，在修安般念的时候，大家经常好像去打仗一样，全身戒备，结果很快就鼻子硬、头发胀。这样是不行的。呼吸这么微细，你的心要柔软，在最放松的情况下来观呼吸，这样两者才能够协调。犹如射箭，离目标的距离这么近，只要轻轻一射，就能射中目标；如果用力太大，箭就超过目标了。

### 3 . 念根

在修四念处时，要觉知身心生起的任何现象，在觉知的这个过程中，正念就扮演了控制的力量。

### 4 . 定根

在修止的过程中，定根执行它的控制力——把心与心所统一在所缘上，让心不动摇。一般上入定的时候，我们是听不到声音的。例如，有一次，佛陀在入定的时候，刚好附近有五百辆牛车越河而过，非常嘈杂，但是他什么都没听到。

## 5 . 慧根

慧根包括识别真正善知识的能力，甄别真法和伪法的能力，分辨善与恶的能力。在修观的时候，慧根执行它的控制力，以便其他的名法能专注在名色法的无常、苦、无我上。所以在修观的时候，慧根最重要；在修定的时候，定根最重要。

其他根缘暂不讨论。

综上所述，根缘就是在其范围之内行使它控制的力量。

## 十七、禅缘 (jhānapaccayo)

禅支以禅缘的缘力，支助其相应名法以及心生色法。

「禅」有两个意思：第一个是紧密地观察目标；第二个是烧尽所有的五盖。在此所讨论的「禅」只涵盖第一个意思，因为它包括了不善心。

有七种禅支：寻、伺、喜、乐、一境性、忧与舍。

在修定的时候，寻、伺、喜、乐和一境性是初禅的五禅支，属于善的。第六个忧禅支<sup>14</sup>，属于不善心所，与瞋根心相应。当瞋恨心生起的时候，忧跟着生起。第七个舍禅支，可以和善心或不善心相应。

### (一) 寻

寻禅支通过禅缘使缘生法紧密地观察目标。譬如说我们修安般念，缘法是寻，寻把心安置在呼吸上。如果不把心安置在呼吸上，心就会起妄念。所以寻使得心安置在目标上，不起妄念。

---

<sup>14</sup> 当瞋心生起时，受心所为忧受。忧是五种受之一。五种受是依身心来分的，分别是：乐受、苦受、悦受、忧受和舍受。其中乐受与苦受属于身受；悦受与忧受属于心受；舍受，或称不苦不乐受，则属于两者。

## (二) 伺

伺禅支是一再地把注意力安置在呼吸上，紧密地观察目标。寻是初次把心安置在目标上，伺是一再地把心安置在目标上，这两个都紧密地观察目标。通过什么缘呢？禅缘。

## (三) 喜

喜禅支是很喜欢目标，只有喜欢目标，心才能安住在目标上。

## (四) 乐

乐禅支是乐在目标中，心专注在目标上，便生起了乐受。有乐受，我们禅修才能够坐得久，如果全都是苦受，我们就坐不住了。

## (五) 一境性

一境性禅支统一所有的名法，让它们平衡地安住在安般念的呼吸上。若一境性禅支不把所有的名法统一起来，它们就会四处纷飞，心就会散乱，所以它要把所有的名法

统一在呼吸上，使心集中，集中才有力量。

所以禅是专注在所缘境。一般上修定所指的五禅支是属于善的。但它们也可以是不善的。比如当我们在看暴力电影的时候，寻和伺让我们的心一直跟着电影情节，喜和乐使心喜爱和乐于沉迷其中，一境性让心非常专注于剧情。

## 十八、道缘（maggapaccayo）

此缘的缘法充当使缘生法达到某个目的地的管道。道就是作为达到某个目的地的管道。道，一共有十二种，包括八个正道和四个邪道。

八正道包括正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念与正定。之所以称为「道」，是因为它们是达到善趣或涅槃的管道，所以叫做道缘。

四邪道包括邪见、邪思惟、邪精进和邪定。

### （一）八正道

## 一、正见

在八正道里，正见居首。那什么是正见？正见就是彻知四圣谛。这是很重要的。当然正见也分很多层次，譬如最基本的，就是彻知因果果报。当一个人彻知了因果果报的时候，他才知道为什么要行善，为什么要止恶。如果没有因果报应的正见，他不会汲汲于为善，也不会汲汲于避恶。所以说正见是前导，它带领人走向正确的方向。

正见就是彻知四圣谛。什么是四圣谛？苦、集、灭、道。

第一，苦谛

什么是苦谛？在《大念处经》中，佛陀说：

「生是苦，老是苦，死是苦，愁、悲、苦、忧、恼是苦，怨憎会是苦，爱别离是苦，所求不得是苦。简而言之，五取蕴即苦。」

佛陀为什么讲五取蕴是苦谛？那是因为我们执著于五取蕴。

五蕴是色、受、想、行与识。我们如何执著于五取蕴呢？我们执取它为「我」或「我的」。首先，我们通过贪爱来执取五蕴为「我的」——身体是「我的」，感受是「我的」，想蕴是



「我的」，行蕴是「我的」，心识是「我的」。然后，我们又通过有身见来执取它们为「我」——身体是「我」，感受是「我」，想蕴是「我」，行蕴是「我」，识蕴是「我」。

可见，我们以两种错误的方式去执取五蕴：第一个是通过贪爱去执取它为「我的」；第二个是通过有身见去执取它为「我」。

### 第二，集谛——苦的起因

苦的起因有三：「**欲爱、有爱、无有爱**」。欲爱是执著于五欲的享受；**有爱**是执著于生命，这是更强烈的爱。众生不想解脱轮回，因为执著于生命，执著于要出生在天界，享受天界的快乐，或执著于投生为人，执著于出生为梵天人等。**无有爱**跟邪见相应，认为人死了，一了百了，也不承认因果报应。它是与断见相应的一种贪爱。这些都是痛苦的原因。

### 第三，灭谛

什么是灭谛？既然贪爱是苦因，那灭谛便是贪爱的息灭，也就是涅槃。

### 第四，道谛

道谛即八正道——正见、正思维、正语、正业、正命、正精进、正念和正定。

了解这四圣谛，就是持有正见；要有正见，就要了知这四圣谛。四圣谛是整个佛教的中心，佛陀初次转动法轮开示的就是四圣谛。

## 二、正思维

正思维包括三种：（1）出离思维，（2）无瞋思维，与（3）无害思维。

出离思维是让心远离五欲的享乐，心进入禅定也是出离思维的一种；无瞋思维是指没有瞋恨心，即慈爱；无害思维是指没有残暴或者想虐待他人的心，即悲心。

## 三、正语

正语共有四个：不妄语、不两舌、不恶口、不绮语。

## 四、正业

正业有三个：不杀生、不偷盗、不邪淫。

## 五、正命

正命有五个：不买卖武器、不买卖提供给他人屠杀的动物、不买卖酒类、不买卖毒品和不买卖人口。

## 六、正精进

正精进有四：（1）未生之恶不令生；（2）已生之恶令消除；（3）未生之善令其生；（4）已生之善令圆满。

## 七、正念

正念有四：身念处、受念处、心念处和法念处。身受心法是培育正念的处所。

## 八、正定

什么是正定？初禅、二禅、三禅、四禅。

简而言之：

**正见**——彻知四圣谛（苦、集、灭、道）

**正思惟**——出离思惟、无瞋思惟、无害思惟

**正语**——不妄语、不两舌、不恶口、不绮语

**正业**——不杀生、不偷盗、不邪淫

**正精进**——未生之恶不令生，已生之恶令消除，未生

之善令其生，已生之善令圆满

**正命**——不买卖武器、不买卖供屠杀的动物、不买卖酒类、不买卖毒品、不买卖人口

**正念**——身念处、受念处、心念处、法念处

**正定**——初禅、二禅、三禅、四禅八正道是趣向涅槃的管道。我们要解脱痛苦，就一定要了解路怎么走。如果要解脱痛苦，又不知道路怎么走，不是很彷徨、很茫然吗？譬如说要去高雄，你就应该知道要坐什么车去，否则可能会搭错车，而搭错车可能会让你去到令你痛苦的地方。

## （二）四邪道

### 1. 邪见

邪见有很多种，诸如不相信因果（无因见）、断见、常见等等。通常，很多人都持有常见，断见则多发生在西方人身上，因为大多数的西方人不相信轮回。

什么叫常见？常见是指认为在这生死轮回中有一个永恒的灵魂从这一世飘泊到另一世，换言之，就是我们认为同一个人，从这一世飘泊到另一世。我相信，包括佛教

徒在内的很多人都持有这种常见。为什么呢？因为我们还没有彻底地了解到无我，不知道众生只是名色的组合，名色法是生灭不断的。生命是一连串生灭不断的过程，我们却误以为这个过程中有一个永恒的我，所以才引生了这个常见。

### 2. 邪思惟

邪思惟与正思惟相反，邪思惟有三：欲乐思惟、瞋恨思惟与残暴思惟。

欲乐思惟是指不能够舍弃享乐，心中只想着或向往欲乐，缅怀欲乐；瞋恨思惟是心中时常对别人怀有瞋恨心；残暴思惟是心中只想要怎么去虐待别人。

### 3. 邪精进

与正精进相反。

正精进是未生之恶不令生，邪精进是未生之恶令其生；正精进是已生之恶令消除，邪精进是已生之恶令成长；正精进是未生之善令其生，邪精进是未生之善不令生；正精进是已生之善令圆满，邪精进是已生之善令消除。

所以精进力用得相反，其作用是滋长不善而消灭善。

譬如说第二次世界大战的时候，希特勒也很精进地去挑拨、煽动人民去战斗。他精进于令人民还没生起的瞋恨及残暴的恶念生起。他煽动所有德国人去瞋恨犹太民族，然后又要强盛德国、扩展领土继而发动第二次世界大战。这种叫做邪精进。

#### 4. 邪定

如果一个人取的目标是邪恶、错误的，那他所培育的就是邪定。譬如说一个人集中精神，拿枪瞄准别人，那个时候就是邪定。

邪见、邪思惟、邪精进与邪定，都是朝向四恶道的道缘。

## 十九、相应缘（sampayuttapaccayo）

于此缘，属于缘法的名法导致属于缘生法的名法生起。意思是说缘法是名法，缘生法也是名法，二者作为一个不可分离的相应组合同时生起。该组合的特征是同生、同灭、

拥有同一个目标及拥有同一个依处。

对于此缘，若取任何一个名法为缘法，其余的相应名法即是缘生法。我们已经说过心不能单独生起，一定要跟心所一同生起。如果心是缘法，它相应的心所就叫做缘生法；如果心所是缘法，那相应的心就是缘生法。

相应缘要满足四个条件：同时生、同时灭、同一所缘与同一依处。这四个条件也是心王跟心所相应的条件，所有心与心所都是同时生、同时灭、同一所缘和同一依处的。虽然有时心跟色法同生，但它们不是同时灭，所以它们不相应。只有心与心所，名法与名法，才是相应缘。

## 二十、不相应缘 (viprayuttapaccayo)

于此缘，缘法为支助现在色法的名法，或缘法为支助现在名法的色法。这跟相应缘刚好相反。相应缘里的缘法和缘生法一定都是名法，没有色法。至于不相应缘，如果缘法是名法，缘生法就是色法；如果缘法是色法，缘生法就是名法。即此缘的缘法及缘生法两者必须属于不同的种类。

若其中之一是色法，另一者必定是名法；若其中之一是名法，另一者必定是色法。这就有如掺在一起的水与油，虽然放在一起，却依然保持分离。

色蕴与四名蕴（受、想、行、识），有时同生，但不同灭，依处、所缘也不同，故为不相应缘。色法的寿命是十七个心识刹那。心跟色法可以同时生起，但是灭去的时间不一样。色法灭去的时候，已经有十七个心灭去了。它们的依处也不一样，色法本身是名法的依处。譬如，眼识依眼净色而生，而眼净色依地、水、火、风而生，它们依处根本不一样。它们的所缘也不一样，色法不能识知所缘，只有名法才能识知所缘。这种叫做不相应缘。

在结生时，心所依处与诸名蕴同时生起，而互为不相应缘。这是因为它们分属色法与名法；而且，在结生那一刻，结生识是心识，虽然与心所依处同时生起，但是心所依处的寿命比结生识长，所以不与结生识同时灭：故称为不相应缘。

在生命期里，诸名蕴是（俱生）心生色的不相应缘。譬如，当一个人生气的时候，瞋根心就会生起很多相应的



心生色法，这些色法里的风界会使你的心脏跳动得很快。但是当瞋恨心消失之后，心脏还是在那里砰砰跳，不能马上恢复平静。心已经灭了，但是心生色还没有灭。你们有没有这样的体验？这就是名蕴跟心生色法互不相应，因为色法的寿命比较长。

## 二十一、有缘（atthipaccayo）

有缘支助缘生法生起，或在与缘生法同时存在的时刻支助缘生法继续存在。譬如，四大其中一个地大，地大生起的时候，它支助其他三大「水、火、风」同时生起，所以地是缘法，其他三个是缘生法，通过什么缘呢？有缘。它们一同存在，四大是不能够分离的。

四大同时生起，同时灭，为什么不叫相应缘？因为相应缘属于名法，而四大属于色法。

心与心所既属于有缘，又是相应缘。心生起，心所一定会跟着生起，所以它们是以同时存在的力量来相互支助。

有缘共有五种：俱生有缘、前生有缘、后生有缘、食有

缘与根（色命根）有缘。

譬如之前提到的金茶碗的故事。提婆达多的前世先看到金碗而生起贪根心，这是所缘前生缘；当金碗存在的时候，他的贪根心也存在，所以两个通过存在相互支助，这种叫做有缘，也是前生有缘。

## 二十二、无有缘（natthipaccayo）

## 二十三、离去缘（vigatapaccayo）

无有缘与离去缘是同一个意思，它们是另一对性质相同而名称不同的缘。

无有缘是指名法灭尽后，令其他名法有机会随它之后生起。它们灭去后，通过「没有」的力量来支持缘生法，因此叫无有缘。

无有缘和无间缘性质相同，都是在名法灭尽后，使到其他名法有机会随它之后生起，中间没有间隔，只是无有缘以「不存在」来支持缘生法。

离去缘是指名法之离去令其他名法有机会随它之后生

起。犹如总统继任，如果前一任总统不下台，新任总统就不能上台。同样地，两个心不能同时生起，一个心消失后另外一个心才能够生起。

### 二十四、不离去缘（avigatapaccayo）

不离去缘类似有缘。二者的差别在于，有缘是在支助法的生、住、灭的过程，而不离去缘则是在法生、住、灭的过程中，尚未完全离去前，给予支助。

## 二十四缘分组归纳

综上所述，这二十四缘又可以归纳为四个组：（一）所缘缘；（二）亲依止缘；（三）业缘；（四）有缘。

### （一）所缘缘

譬如，增上缘有两种：所缘增上缘和俱生增上缘，而所缘增上缘也可以归纳为所缘缘。举例说，当你听到某某寺院的住持是阿罗汉时，你的心被这尊贵的所缘钩住了，你很想去礼敬他，此强烈的念头带动你的身体去礼见他。这便是所缘增上缘。

所缘增上缘不只可以归纳进所缘缘，也可以归纳进亲依止缘组。此外，前生缘里的所缘前生缘也可以归纳为所缘缘。

### （二）亲依止缘

一个心生起、灭掉后，导致另外一个心紧跟着它生起，这是无间缘；后心的生起依止于前心的灭去，这是亲依止

缘。所以无间缘或等无间缘也可包括在亲依止缘内。

数数修习缘是屡屡重复使到后面的心更有力量。后面的心变得越来越有力，是依止前面重复的力量，因此，数数修习缘也可以归纳为亲依止缘。

无有缘和离去缘是指前心灭去后，后面的心才能够生起。后心的生依止前心的灭，所以也可归纳为亲依止缘。

总之，无间缘、等无间缘、数数修习缘、无有缘以及离去缘，都可以归为亲依止缘。

### （三）业缘

业缘的归纳就比较单纯了。业缘有两个：异刹那业缘与俱生业缘。只有异刹那业缘可归纳进异熟缘，俱生业缘则归入有缘。

### （四）有缘

很多缘都可以归纳进有缘。如四大俱生、心跟心所俱生，所以俱生缘可以归纳进有缘。依止缘——名色互相依止与四大互相依止，这些都可以归纳进有缘。任何色法与名法同时存在的，都可以归纳入有缘。

## 用发趣论略述「无明缘行」

现在，我们可以用发趣论的各种缘力来阐释十二因缘。在此，我们仅略述缘起第一支——「**无明缘行**」，即「缘于无明而行生起」这个过程是依靠何缘力而产生的？

**「见缘起者，见佛；见佛者，见缘起。」**

缘起（paṭiccasamuppāda）在佛教里非常重要，只有彻底了解什么是缘起，我们才能够明白什么是「无我」。「无我」的意思是说一切现象的生起都是因缘和合，没有一个主宰。只要了解一切的现象都是因缘和合，「我」见自然会破灭。所以要了解无我，就一定要研究缘起。

缘起，或者叫十二因缘。缘起法基本上是解释生死轮转的因缘结构，开显维持众生生死轮转，从一世转到另一世的诸缘。在此，众生只是世俗谛，是方便说。是什么缘让众生从一世转到另一世呢？

缘起法一共有十二支：「**无明缘行，行缘识，识缘名色，名色缘六入，六入缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老死愁悲苦忧恼**，如此生起了整堆

的苦蕴。」

缘起法的法则是：「此有故彼有，此生故彼生；此无故彼无，此灭故彼灭。」「此有故彼有，此生故彼生」是指因为无明，才有行；因为行，才有识；如此类推。「此无故彼无，此灭故彼灭」是指无明灭，则行灭；行灭，则识灭；如此类推。

「缘生缘灭」是缘起的法则。佛陀是在证道后的第一个星期开始审察十二因缘的。

缘起第一支是「无明缘行」。什么是无明？无明的特相是心盲目，或者无智、没有智慧；它的作用是使迷惑；现起是覆蔽，或不能彻知目标的真实法。因为无明覆蔽了我们的智慧，让我们看不清楚欲乐的过患，也看不清楚世间一切法都是生灭无常的。

根据经藏，无明是不知四圣谛；而根据阿毗达摩，无明有八个：

第一，不知苦谛；

第二，不知集谛；

第三，不知灭谛；

第四，不知道谛；

第五，不知过去五蕴；

第六，不知未来五蕴；

第七，不知过去五蕴和未来五蕴两者；

第八，不知因缘分则，包括业力及其果报。

其实，无明不但是不知上述这些，而且还错知。错知什么呢？我们下面来解释。先讲「无明缘行」，「行」分三种：非福行、福行与不动行。

非福行是指一切的不善业，依身、语、意三门可分为十种，即：身不善业三种——杀生、偷盗、邪淫，语不善业四种——虚妄语、离间语、粗恶语和杂秽语，以及意不善业三种——贪婪、瞋怒与邪见。

福行包括欲界善业和色界善业，欲界善业是指布施、持戒、禅修、恭敬、服务、回向功德、随喜功德、听闻佛法、弘扬佛法与正直己见十种<sup>15</sup>；色界善业是指初禅、二禅、三禅与四禅。

---

<sup>15</sup> 若依身、语、意三门来分，欲界善业也可以分为十种，即：身善业三种——离杀生、离偷盗和离邪淫，语善业四种——离虚妄语、离离间语、离粗恶语和离杂秽语，以及意善业三种——不贪婪、不瞋怒与正见。



不动行是指无色界善业——空无边处禅、识无边处禅、无所有处禅与非想非非想处禅。

无明如何缘行？无明是不知苦谛——生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得和五取蕴之苦。当无明生起的时候，令众生不知道执取五蕴是苦的，不但不知，还误以为执取五蕴是快乐的，因此，喜欢得到天人五蕴的人便会积极地布施与持戒；喜欢出生在梵天的人便会积极地修习色界禅定或无色界禅定。因为众生误认为一直得到五蕴轮回是快乐的。

在此，无明是缘法，导致众生造下了非福行、福行与不动行而延长轮回；非福行、福行与不动行是缘生法；以因缘为缘力。关于其他缘力，《清净道论》这样记载：

「（无明）『对于福行为二种缘』，即依所缘缘及亲依止缘为二种缘。……

（无明）『对于其他（的非福行）为多种缘』，即（无明）对于非福行为多种的缘。怎么样呢？若依无明为缘而生起贪等之时，则由增上缘（为缘）；若尊重（无明）而欣赏之时，由所缘增上缘及所缘亲依止缘为缘；对于为无明

所迷惑不见其过失而行杀生等人，则由亲依止缘为缘；对于（不善的）第二速行等，则由无间缘、等无间缘、无间亲依止缘、数数习行缘、非有缘、离去缘（为缘）；对于任何等的不善行者，则以因缘、俱生缘、相互缘、依止缘、相应缘、有缘、不离去缘（为缘）。如是成为多种的缘。

（无明）『对于后者（的不动行）只为一种缘』：即（无明）对于不动行只由亲依止缘的一种为缘。而此（无明）的亲依止缘的状态，当知在福行中所说的相同。」

无明不但不知欲爱和有爱是集谛——苦的原因，还错知欲爱和有爱是快乐的源头。因此，众生希望透过不断的轮回尽情享乐。

在《中部》记载了这样一个故事。有一个痲疯病人，他的手指腐烂、流脓、极痒。当他痒得实在难忍时，就把手放在火上面烤。在烤的时候，他的痒虽然会暂时舒缓，其实伤口会越来越严重，但是他无法顾及后果，只要火烤伤口可以舒缓他的痒，让他觉得很舒服。就有如当我们的伤口快好的时候会觉得特别的痒，我们也知道如果去抓，伤口会更严重，但我们还是忍不住去抓，为什么？因为很舒服

所以无明让我们在享受欲乐时不见其过患，只是渴望那个舒服的感觉，从而造成我们一直地轮回堕落。

在此，无明是缘法，福行、非福行和不动行是缘生法。它们是通过因缘——痴（包含贪与瞋），所缘缘——想得到人或天神的色身，亲依止缘——渴望得到未来人天的享乐，有缘等缘力而产生的。

其余的十一支——「行缘识，识缘名色，名色缘六入，六入缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老死愁悲苦忧恼」，就待大家依靠自己的智慧去领悟了。

萨度！萨度！萨度！

## 问答

问1：我们要怎么切断「受」？譬如说苦受、乐受、不苦不乐受，特别是乐受。

答：如果乐受生起的时候、我们不切断的话，它就会引生贪爱。譬如说你吃巧克力蛋糕，「哇！好吃！」生起乐受，你一定想再来一个。这是贪的本质。

当乐受生起，要阻止贪欲增长，首先要有正念，若无正念，生起乐受都不知道的话，就会由于乐受生起贪爱。其次，是用智慧去观乐受。观的意思是作意这个乐受是无常的，然后再作意它为因缘法。为什么乐受会生起？因为触。那触为什么生起？因为有一个目标——巧克力蛋糕——撞击到我们的舌根。所以触也是因缘法，因缘法是无常的。既然触（因）是无常，那受（果）怎么会有常呢？当你这样观因缘法的时候，就会了解什么是无我。当你如实观受为无常、因缘法、无我时，乐受就不会延伸到贪爱去了。

问2：老师，请问一下，您刚刚说没有一个灵魂体在

轮回，执著一个灵魂体便是常见，可是佛陀常用方便法跟弟子讲本生故事，也讲自己的本生故事。这是一个阶段性的做法吗？

答：世间有两种谛：世俗谛与胜义谛。佛陀在讲经时，多用世俗谛，但是讲阿毗达摩，就用胜义谛。佛陀讲本生经时说「有一个过去的我如何、如何……」，这是以世俗谛来讲。如果他不以这样的方法来表达，众生没有办法明白。如果佛陀一直讲过去的我只是名色，我的太太也是名色……听来听去都是名色，我们会被搞糊涂，所以为了让众生更加明白，他用世俗谛来适应众生的思想层次。但是为了超越世俗谛，在《阿毗达摩论》中，佛陀又用了胜义谛来分析世俗谛不是真实存在的，最终存在的是名色，而名色始终都在变化生灭中。一直生灭不断的东西，怎么可能说是一个「我」呢！

修行上我们要走中道，一定要了解这两个谛。我们活在世间，如果一直引用胜义谛，心中想到的都是名色、色聚，无人相、众生相，我们将没办法在世间生存，这是肯定的。

所以当佛陀成道的时候，他根本不愿意说法，因为他体验到的都是胜义谛，都是无常、苦、无我，都是变化、生灭。而众生的眼睛都被灰尘蒙着，他们怎么能够明白呢？然后大梵天请求他说法，并强调说某一些众生的眼睛只有少许的灰尘，他们一定听得懂佛陀的法义，佛陀才答应说法。佛陀说法时，也不能够一直讲胜义谛，他一定要用世俗谛来表达胜义谛，这样众生才能够慢慢地接受，慢慢地明白。

我们学佛的人，若执著世俗谛，认为有一个「我」存在，有一个永恒的灵魂从这一世飘到另一世，有一个下一世的「我」、过去世的「我」，我们的修行将没有办法进步。但是如果彻底放掉世俗谛，不管世俗谛，只讲胜义谛，我们将与世界格格不入。在别人眼中，我们成了外星人，这对我们的修行也会有障碍。所以，我们要走中道，要接受世俗谛，但是要通过智慧看透世俗谛后面的胜义谛，这样我们的修行才会进步。

## 回向文

Sabbadānaṃ dhammadānaṃ jināti  
sabbarasaṃ dhammaraso jināti;  
Sabbaratiṃ dhammarati jināti,  
taṇhakkhayo sabbadukkhaṃ jināti. (Dhp. 354)

法施胜一切施，  
法味胜一切味；  
法喜胜一切喜，  
爱尽胜一切苦。《法句经·354》

Ciraṃ Tiṭṭhatu Saddhamm!  
愿正法久住！

Sādhu! Sādhu! Sādhu!  
萨度！萨度！萨度！