

《瑜伽師地論》
聲聞地，菩薩地的止觀行持

～以性空長老南加弘法課程內容為主要導讀內容
(12/23～1/4)

問題討論12/23/2021 (0~19:35)

- 1.長老為何頻繁地提到鳩摩羅什大師，用意為何？
- 2.佛陀整個講法的核心重點是什麼？佛教在整個歷史發展的過程中，可整理歸納出哪幾種『緣起論』？
- 3.漢傳佛教受什麼學派影響很深？《瑜伽師地論》與緣起論有何關係？
- 4.緣起與空是什麼關係？『中觀和唯識』，『聲聞道與菩薩道』與空和緣起又有何關係？
- 5.佛陀三轉法輪地點，內容，和經典代表各為何？
- 6.依長老所說，初轉法輪的『四聖諦』和唯識的『三性』有何異同？
- 7.長老認為唯識是透過什麼樣的方式和過程來深入三藏經的智慧大海？

重點輯錄：

- 1.鳩摩羅什拒絕嚴格地區分聲聞道和菩薩道，他讓我們了解到『想要了解聲聞道，一定要了解菩薩道；了解菩薩道才能加深我們對聲聞道的了解』，聲聞與菩薩道的修學是不一不異的。
- 2.鳩摩羅什說明聲聞道和菩薩道靠的就是一個『空』的道理，而唯識，中觀也都是講空的道理，聲聞道和菩薩道也是講空的道理。講空就是佛教，了解空就是了解佛教。（這道理與佛陀曾說的：看到緣起，即看到法；看到法，即是見到佛，是一樣的道理。）
- 3.佛陀講法核心重點在『緣起』，（長老：佛學就是“緣起學”。）緣起論主要說明人生的兩大方向：流轉門(輪迴=緣起)和還滅門(解脫=空)。在佛教流傳的過程中，『緣起論』約可被歸納為三種：1.『業感緣起』，2.『阿賴耶緣起』和3.『如來藏緣起』。原始佛教的聲聞道，特別強調『業感緣起』；而瑜伽師地論在解說聲聞道和菩薩道，則強調是『阿賴耶緣起』。

4.漢傳佛教很多宗派都深受唯識學派影響，唯識和《瑜伽師地論》都是建立在阿賴耶緣起的基礎上開展出來的。《瑜伽師地論》無論解說聲聞道和菩薩道都是靠阿賴耶緣起的道理，這是《瑜伽師地論》的特殊之處。

5.佛陀三轉法輪：

	地點	內容	代表經典
初轉法輪	鹿野苑	四聖諦	阿含經為代表
二轉法輪	王舍城or靈鷲山	般若空性(一切法空)	般若經典系列及中觀為代表
三轉法輪	兜率天	三性	解深密經為代表

7.四聖諦中的『無常，苦』是世俗諦，『滅和道』是勝義諦。了解佛法一定要了解這兩種諦，否則無法了解佛法的道理。無論聲聞道菩薩道或南北傳佛教，或者中觀和唯識都是講這個道理。不了解世俗諦和勝義諦，就容易誤解佛陀所教的法的道理。但依照唯識學派，要了解空的意思，一定要了解『三性』和『三無性』，就是『有，無』知見，而不是講世俗諦和勝義諦的二諦。但三性(三諦)也是一種方便來了解兩種諦。

(有：妙有，緣起。無：真空，性空)

8.了解世俗諦和勝義諦，需要『聞所成智慧，思所成智慧，修所成智慧』，但這個過程在不同學派各有不同的方法。《瑜伽師地論》就是唯識學派用來了解整個佛教『聞，思，修』，也就是『解』與『行』過程的一本重要論著。這兩個方面能結合起來，便是我們深入佛教三藏經智慧大海的最好方法。

資料補充：

****三轉法輪的說法出自何處？** ~以下摘錄自維基百科：

三轉法輪，佛教術語，有幾種說法：

1. 《轉法輪經》中，釋迦牟尼在鹿野苑為五比丘，說四聖諦，以示轉（初轉），教轉（二轉），證轉（三轉），三次宣說^{[1][2]}。稱為三轉法輪，又稱三轉四諦，或三轉十二行相。
2. 《解深密經》將釋迦牟尼說法，分為三個階段：初轉法輪，轉阿含經等四諦法輪；二轉法輪，轉般若經等一切法空法輪，為不了義經；三轉法輪，為瑜伽行教了義經法輪^[3]，《千臂千鉢曼殊室利經》等經也有類似說法^[4]。
3. 真諦、玄奘依本經及金光明經，以初時之有教為轉法輪，第二時之空教為照法輪，第三時之中道教為持法輪，以中道教（唯識）最為了義^{[5][6]}。藏傳佛教接受此「三轉法輪」說，但對二轉還是三轉了義，各派有不同判準。持中觀應成見的格魯派以二轉法輪為最了義，持他空見的覺囊派攝第三轉為如來藏，判為最了義^{[7][8]}。

問題討論 (19:35~39:00)

- 1.法師的五A是用來說明什麼？有哪五個A？
- 2.第一A是什麼？有何重要？《瑜伽師地論》對『有佛性』的看法和其他佛教派別有何不同？為何長老說，這樣的說法也是一種『方便』？
- 3.聽完長老對『種性』的解說，對你有何啟發？
- 4.第二A是什麼？與定和三昧Samādhi有何關係？為何沒有『清淨心』的體驗，很難真正用功精進？很難開啟智慧？
- 5.第三A是什麼？依照唯識，為何會用『鏡子』比喻『心』？『影像』是指什麼？
- 6.為何長老說唯識學派建立的目的是為了說明『空』？可以避免什麼弊端？
- 7.依照唯識的道理，如何可以讓我們從輪迴中解脫？
- 8.《瑜伽師地論》有哪七個真如？

重點輯錄：

- 1.長老從唯識學的角度，用五個A字母開頭的梵語詞彙，來說明聲聞道和菩薩道在解與行的修行過程中的同與異。
2. 第一Ā，叫ĀśRAYA(所依)，也可以說是種性(GOTRA)，想入三藏經的智慧大海，首要條件需要有種性。聲聞種性或菩薩種姓都各有其因緣條件。依照《瑜伽師地論》的看法，並不是一切眾生都有佛性，比如 icchantika(一闍提)就是沒有種性的眾生。但事實上，這樣的說法也是一種方便，因為有這樣的思維，就更容易激發人發心用功學佛法。
3. 佛所說的究竟法就是方便。因為究竟法是沒有辦法執著 沒有辦法取，所以了解究竟法就要有方便。

重點輯錄：

4.第二A叫做ĀDHĀNA，玄奘翻譯為『住』。ĀDHĀ就是放，放下。也就是要學怎麼用平等的心放在境界上。最重要的就是修三昧，梵文三昧叫做Samādhi, (Samādhi)，Sam就是“正確”，就是“一起”。用『一境性』把心放在境界上，這樣才能直接看到清淨的心。有直接看到(體驗到)清淨的心，在修行的過程中才能持續用功。如果沒有清淨心的體驗，就很難激發我們努力精進。所有宗教的目的都是為了得到清淨的心。要得到清淨的心，只有一個方法就是讓心定下來，心有了禪定，那就是解脫了。因為在定裡面是沒有煩惱的，出定才會有煩惱。而『定』也必須跟『智慧』結合在一起，這樣清淨的心才能相續。要了解這個道理，要修第三個階段的A。

5.第三A是ĀDARSA (鏡子)，依照唯識的道理，我們的心就是鏡子。因為鏡上有影像，我們可能以為影像跟鏡子是不同的，但實際上兩者的質是一樣的，沒有差別。依照唯識的道理，所有的法都是靠心，沒有心什麼法都不會有。《法句經》第一首講的就是這個道理。所有的法都被包括在心裡面，所有的法都是被心所領導的，我們的世界是被心所領導的，所有的法都是被一個法所控制的，那個法就是『心』。阿含經等講的都是這個道理，這並不是唯識專屬的道理。

6. 唯識認為需要一個『所依』來了解空，這個所依就是心，如果沒有『所依』，『空』很容易被誤解為什麼都沒有。為了避免這種對空的誤解，避免墮入惡取空，於是就建立了唯識學。因此，可以說唯識學的目標就是為了避免這種誤會，因為唯識認為墮入『惡取空』比墮入『我見』更嚴重。其實唯識和中觀都是方便，也都是究竟法，只不過這兩者強調的“體”不同，切入點也不同。唯識的了解就是靠ĀDARSA，就是鏡子，因為我們的心好像鏡子，所有的法(現象)都會出現在這個鏡子裡，所有的法就是鏡子裡的影像。因為我們沒有通達並了別這些影像，所以我們還在輪迴裡面。因此想通達唯識的道理，就要了解鏡子的道理，這也是一種方便來了解『真如』。依照唯識來看，唯識就是真如。

7. 在唯識學裡面，解脫的過程就是通達唯識的過程。佛教修行的目標就是成佛。什麼是佛？清淨心沒有斷，就是佛。因此羅漢也是佛，因為他的清淨心沒有斷；獨覺也是佛，因為他的清淨心沒有斷；菩薩也是佛，因為清淨心沒有斷。鳩摩羅什翻譯《妙法蓮華經》，認為其實只有一個佛，其他的佛只是方便來得到究竟佛。因為唯有究竟佛的境界才是完全沒有障礙，沒有“煩惱障礙”，沒有“境界障礙”或“所知障礙”，因此才變成究竟，而這正是菩薩學的目的。

資料補充：

師姐補充長老所說重點：『真如是實相，是佛陀的境界，我們要領納，要變成法身，就必須修行真如。』

《瑜伽師地論》有七種真如。在七種真如裡面，唯識也是其中一個真如，叫『別真如(了別真如)』。以下列舉三本經典裡提到的七真如：

1. 《解深密經》：如所有性者，謂即一切染淨法中所有真如，是名此中如所有性。此復七種：

- 一者、流轉真如，謂一切行無先後性。
- 二者、實相真如，謂一切法、補特伽羅無我性及法無我性。
- 三者、了別真如，謂一切行*唯是識性。
- 四者、安立真如，謂我所說諸苦聖諦。
- 五者、邪行真如，謂我所說諸集聖諦。
- 六者、清淨真如，謂我所說諸滅聖諦。
- 七者、正行真如，謂我所說諸道聖諦。

2. 《佛地經論》：「或說七種：一、流轉真如，謂一切行無始世來流轉實性；二、實相真如，謂一切法二空無我所顯實性；三、唯識真如，謂一切法唯識實性；四、安立真如，謂有漏法苦諦實性；五、邪行真如，謂業煩惱集諦實性；六、清淨真如，謂善無為滅諦實性；七，正行真如，謂諸有為無漏善法道諦實性。」

3. 《成唯識論》：「七真如者，一流轉真如，謂有為法流轉實性。二實相真如，謂二無我所顯實性。三唯識真如，謂染淨法唯識實性。四安立真如，謂苦實性。五邪行真如，謂集實性。六清淨真如，謂滅實性。七正行真如，謂道實性。」

問題討論 (39:10 ~ 57:15)

1. 第四A是什麼？對修行有何重要？
2. 第五A的『轉依』是一種什麼樣的狀態？要轉什麼為什麼？
3. 凡夫的『所依』或者『所安立的世界』是什麼？與解脫的聖者有何不同？什麼是Anoka？
4. 阿賴耶緣起是如何看待或說明流轉門(束縛)與還滅門(解脫)？
5. 《瑜伽師地論》談修行必須經過『境，行，果』，其中『境』指的是什麼？為何了解境界很重要？這包含了哪兩個過程？

重點輯錄：

1. 第四Ā 就是ĀLOKA，就是光明。成就止觀就是心裡面有光明，一種智慧的光明。智慧的光明是靠定，靠三昧，靠唯識的道理。有智慧的光明才能夠真正了解佛法。佛法就是智慧，就是心的光明。這個心的智慧的光明，會引導我們通往解脫之道。
2. 第五Ā，是ĀŚRAYA PARIVARTA轉依，就是從凡夫地轉變成佛成聖的時候。轉依就是斷煩惱，得清淨(斷德?)。斷煩惱得清淨是一個過程，需要透過戒定慧三學來完成。當這三種學成就的時候，就是『轉依』，就是『轉識成智』。轉依的意思就是『轉五取蘊』，將五取蘊轉為『五解脫蘊』。轉依就是破除五取蘊對現象的執取，轉五取蘊為五解脫蘊，雖處於“境界”卻『不住』於“境界”的Anoka狀態。

重點輯錄：

3. 凡夫的依所/所依就是『五取蘊』，凡夫因為有五取蘊，所以造作出一切的『法』，所有的法都可以被歸納為五取蘊～色蘊，受蘊，想蘊，行蘊和識蘊，就是所謂的『有情』。我們受五取蘊的影響，執著在色,受,想,行,識等法，並安住/安立在五取蘊裡，五取蘊就是我們的世界。在梵文裡“世界”是“破壞”的意思（不斷地破壞=無常）。我們安立/存在/執著在五取蘊裡，也就是安立/存在/執著在不斷破壞的過程裡。色法破壞，受法破壞，想法破壞，行法破壞，識法破壞。實際上，在不斷破壞的過程中看不到一個恆常不變的『我』。

4. 『我』在印度哲學是真實存在的法，而佛的貢獻在印度，就是他反對這個概念。在五取蘊的世界裡並沒有恆常存在的法，所以佛叫『無我』。Anoka就是不住。noka是房子，是住所，凡夫有住所，住在五蘊裡面，所以我們一直輪迴無法逃脫。佛或解脫的聖者雖然住在這個世界，但他們沒有住所，他們雖也有五蘊，但不受五蘊束縛，他們是『五解脫蘊』，所以在輪迴裡他們沒有住所，這就是『轉依』。(=無明轉為明，識轉為智)

5.佛和解脫的聖者因為了解『無我』的道理，也就是『緣起』的道理，所以不會住於緣生緣滅的法中(現象中)。

緣起有(=流轉門)，就是從無明到老病死，再從老病死到無明，輪迴流轉不停。無我(=還滅門)就是把無明變成明，這就是智慧的功能，這就是『轉依』，轉『阿賴耶識』為『解脫的智慧』（轉識成智）。

凡夫的阿賴耶識裡有『有漏種子』～導向輪迴；也有『無漏種子』～導向解脫，這兩種種子都有。當無漏種子增加時，就是加速解脫的過程；當有漏種子增加時，就是滯留於輪迴的過程。『漏』的意思就是**執著**，執著就是**無明**的意思，因為有無明，所以有貪有嗔。

6.阿賴耶緣起就是說明『束縛』與『解脫』的兩個過程，也就是『緣起』(集)與『無我=空』(滅)一樣。我們經驗的全部靠的就是一個法，這個法就是心，心就包括我們經驗的全部，沒有例外。了解佛法就要了解心，心的束縛和心的解脫。

《瑜伽師地論》就是用瑜伽來讓我們了解解脫的過程和束縛的過程，要了解這兩個過程都需要『瑜伽』。

《瑜伽師地論》認為首先要先了解我們的境界，我們境界的體就是心。瑜伽一定要先了解**境界**，了解聲聞地和菩薩地的境界。**境界是靠對心的了解**。了解我們的境界才能夠第一有Gotra(種性)。

了解『境界』才能夠了解『行』，了解『行』才能了解『果』。《瑜伽師地論》的聲聞地，獨覺地，和菩薩地三種就是講行。不同樣的『行』會成就不同樣的『果』。

問題討論 (57:15 ~end)

1. 為何《瑜伽師地論》很大一部分是在講聲聞地的修行？為何聲聞地的修行叫『分行』，而菩薩地的修行叫做『遍行』？
2. 聲聞道與菩薩道的解與行是不一不異的，兩者相同之處(不異)是什麼？相異之處(不一)又是什麼？
3. 了解佛法要有『分別智慧』以及『無分別智慧』，這兩種智慧有何差別？主要在破除什麼？與修行又有何關係？

重點輯錄：

1. 《瑜伽師地論》除了菩薩地，都是以講聲聞地為主，都是講怎麼了解聲聞道境界的行和果。因為沒有聲聞道的基礎，很可能會誤解菩薩道的修行。聲聞道是所有的修行的基礎，聲聞因為修到了不執著，就很容易了解空的道理。空就是究竟不執著，而究竟不執著是從對法空的了解而來的。依照《瑜伽師地論》的說法：聲聞道的修行不是修行的全部，但是卻是所有修行的基礎，因此《瑜伽師地論》稱這個聲聞道的修行為『分行』；而菩薩道的修行過程叫做『遍行』。

2. 修行(行)的過程也是學問(解)的過程。因為《瑜伽師地論》特別強調去了解佛法必須解與行結合。所以菩薩的多相之一就是多聞，因為多聞，所以菩薩了解到聲聞的修行不是修行的全部，就是修行的一部分，還要在修行過程中再加上一些善法，才能了解佛法的全部。

重點輯錄：

3. 不管是聲聞，獨覺，或是菩薩，都需要經過這五 \bar{A} 的修學過程，才能達到解脫(一味道)。《瑜伽師地論》雖然很大篇幅說明的是聲聞道的解脫法，但並不完全，還要加一些道理才能變完全。鳩摩羅什也是講同樣的道理，要來徹底地了解聲聞所修的法，還需要加上一些道理，這個最重要的道理就是法空。但並不是說聲聞道沒有法空，聲聞道一定有法空，只不過依照菩薩道的說法，(聲聞道的這個法空並不完全，因為聲聞道的重點是在『人空』，而菩薩道的重點是在『法空』)。

重點輯錄：

4.法空是不二法，『無二法』就是強調『無二智慧』，包括五蘊空，十二處空，十八界空，智慧境界的空。因為修行人必須先有智慧境界才能斷煩惱。我們凡夫的境界平常就是概念的境界，我們的煩惱的對象就是概念。我們的業也是靠概念，在所有概念中最重要概念就是『人概念』。最多煩惱就是跟人概念有關的。因為有『我』，所以有『我所』，所以執著一切與自己有關的事物。從唯識的角度來看，我們所執著的所緣都是概念。要破執著，首先一定需要破『我』的概念。

重點輯錄：

5.對菩薩道的修行者來說，破『我』概念還不夠，還必須了解『無二法』，重點是在破『法』概念。所以菩薩和聲聞的修行都是同樣的過程，只不過聲聞道的重點在破『人我』概念，而菩薩道的重點是在破『法』概念。不過，你破了『法』概念，『我』概念當然是已經包括在裡面。破『法』概念並非說『法』是沒有的，而是說所有的法都是假安立的。在勝義諦裡面是假安立的，這就是所謂的『法空』。所以什麼是菩薩道？就是發菩提心來了解所有的法都是假安立的。這就是金剛經所說 度一切眾生 而無一切眾生可度的智慧。