

灭圣谛



灭圣谛（一）

一、什么是灭圣谛？

在了解灭圣谛之前，我们知道苦圣谛，「诸行无常，是生灭法」。

就是指五蕴——色、受、想、行、识，它是无常、苦、空、无我。

五蕴就是有为法，在一切有为法，因缘生、因缘灭当中，它是「无常」的。

这种无常的逼迫，就会有生、老、病、死，还有种种的忧悲苦恼，它叫作「苦」。

因为没有一物可以实际永恒存在，所以它是「空」。

在色、受、想、行、识，内、外当中都无法作主，所以它是「无我」。

既然它是无常、苦、空、无我，我们当然要厌离五蕴的有为法。

但众生因为无明颠倒而产生贪、瞋、痴，种种烦恼，故而贪爱执取五蕴。

于此种状况下，我们要如何才能离苦得乐？

要离开五蕴炽盛苦，离开色、受、想、行、识有为法，生生灭灭无常的苦。

应该要如何做？是自杀吗？当然不是！自杀无法解决问题。

如果是一般未学佛之人，也许会教你用自杀的方式来解决，或是希望下一世，能过得快乐一点。

但是一个正信的佛教徒，会知道因要灭，果才会灭，「生灭灭已，寂灭现前」。贪、瞋、痴、无明、烦恼颠倒的因熄灭，有为法的无常、苦、空，也就会熄灭。如此就能得到「常、乐、我、净」，这才是真正的快乐。

所以得到财富，是离开贫穷的苦，但是并没有离开真正的苦，因为财富也是无常。如果从财富当中增长欲望，而去造了恶业，那么将会更苦。

如果得到财富时，能够布施，下一世作人或生天，命终以后还是要继续轮回，一样会有生、老、病、死苦。

所以要究竟离苦得乐，就是虽有财富，但是没有贪爱、不颠倒。然后看清它的真实相，如此才能究竟离苦得乐。

当六根对六尘、六识生起时，于六触入当中能如实知，而不起贪、瞋、痴等等烦恼。

当贪、瞋、痴熄灭，才是真正的究竟解脱之道，才是佛说的灭谛。

二、灭谛的行相

灭谛有四种行相：灭、静、妙、离。

1、灭行相：于六触入当中如实知，不再起烦恼、熄灭烦恼，叫作「灭」。

「灭」是熄灭烦恼，无论面对何种境界：快乐的境界不贪爱，苦的境界不瞋恚，不苦不乐境界不愚痴，唯有如此才称为寂灭。寂灭，一切烦恼不现行。

例一：在报章媒体上，曾报导一件事情。一个喝酒醉的父亲，因为失去理智，

抓着孩子的头去撞墙，结果脑内出血，医护人员非常辛苦的抢救了十四天，

仍然宣告不治。于是社会大众，都祝愿她下一世，能做个快乐的小天使，

不要像这一生这么苦。当然这也是一种祈福，希望她的未来世能好一点。

但是佛法会从最根本的地方着手，那就是希望下一世，不要再轮回了。

这也是佛法里，最重要的一个关键点。因为众生是在有为法里生生灭灭，

希望一直相续下去。而佛教徒是希望不再轮回受苦，能够熄灭烦恼、寂静身心。

例二：众生因为不知灭，所以受苦时，不会从果推「因」，灭「苦因」也灭苦果。

而是希望能用快乐来代替苦因与苦果，所以众生是苦无出期的。

就像眼见恶的脸色，耳闻刺耳的声音等等苦恼事，就会想要找朋友喝咖啡，或者逛百货公司花钱，让自己快乐一点。

以为用五欲、六尘来代替就是「灭」，如此就是不知「灭」。

有的人知道欲界是苦的，因此认为修禅定到初禅天、二禅天、三禅天、四禅天，那才是快乐的，以为这就是灭谛，其实这些都是错的。

在离苦得乐的妙法「我到底在爱什么」单元中有探讨，当我们身体痒的时候，抓痒会觉得舒服。

但是抓痒是不是真的快乐？那并非真正的快乐！

想知道快乐是什么？要先认识什么是苦？

身体痒时去抓痒，刚开始有些舒服，但之后却皮破血流，毕竟苦还是苦。

因此六根对六尘，欲望生起时，再来抓痒是很苦的。

所以如果没有痒，不需要去抓痒，那才是快乐的时候，也就是没有烦恼的时候，这个叫作「灭」。

2、静行相：「静」是寂静的意思，在佛法中，有三法印或四法印。

三法印是——诸行无常、诸法无我、寂静涅槃。寂静涅槃是同一个意思，寂静是这个五蕴熄灭了，从此不再生起。

当五蕴身心熄灭之后，不再生起下一生的时候，那是彻底的寂静。

四法印是——诸行无常、诸受皆苦、诸法无我、寂静涅槃。

例：俗云：「树欲静而风不止，子欲养而亲不待。」

当孩子想要孝顺父母时，父母已经不在了，所以孝顺要趁早。

「树欲静而风不止」，指的是什么？

当一棵树想要静止，不要摇晃的时候，但是风吹不停。

树无法寂静，是因为风不愿意停吗？

以根本来讲，不能说是风一直在吹，造成树静不下来。

根本的问题在于有「树」，因为若没有树，无论是否起风，

相对之下就是没有风。

当有五蕴身心时，就一定要面对生、老、病、死，虽然内心没有烦恼，

但是这个五蕴身心，一样在无常生灭，在生生灭灭当中必然是苦的。

所以最好的状况就是，这个五蕴身心也一起熄灭，从此以后静下来，这才是一个重要的关键。

3、妙行相：当熄灭烦恼以后，它是最妙的。

因为能够寂静，不再有五蕴身心之时，就不再轮回受苦，那是最妙、最无上、最殊胜的第一法。

4、离行相：离三界轮回苦，离开一切的灾患。

三、什么是有余涅槃与无余涅槃？

五蕴身心完全熄灭寂静以后，才是真正的快乐。

在佛法中有二个重要的名词，就是有余涅槃、无余涅槃。

1、有余涅槃：当六根对六尘、六识，触、作意、受、想、思，生起的时候，永远不会再起贪、瞋、痴与所有的一切烦恼。

在《阿含经》的说法就是贪欲永尽、瞋恚永尽、愚痴永尽，一切烦恼永尽无余，所有的烦恼皆灭尽了，不会再生起。

2、无余涅槃：当五蕴身心皆舍了，不再生起，叫作无余涅槃。

无余涅槃之前，一定会先证到有余涅槃，然后舍了五蕴身心，才叫无余涅槃。在《阿含经》里，形容有余涅槃与无余涅槃，就像两堆木柴。

有一堆木柴正在燃烧，旁边另外放着一堆尚未燃烧的木柴。

当燃烧的那堆木柴，将要烧完时，最后的火星跳到另一堆木柴上，

引燃木柴，继续燃烧，这就是我们众生的有余的轮回。

当我们这一世的生命，烧到将结束时，最后还有一颗火星，

跳到下一世的父精母血的木柴堆中，再继续燃烧。

火星就是我们的爱染心、贪爱心。贪、瞋、痴等烦恼中，任何一个烦恼，

都会令我们再燃起下一堆木柴。众生就是在烦恼颠倒之下，生生世世的轮回。

而有余涅槃就像正在燃烧的火堆，当火熄灭时，只有剩下灰烬，里面没有火了。

所以不会有火星，跳到另一堆柴堆中，永远不会再烧起来。

已经熄灭的柴堆，就像阿罗汉一样，已经没有贪、瞋、痴种种的火，

所以不可能会有火星，跳到未来世的父精母血中，也就不会再生起下一生，

已经永远熄灭了。

无余涅槃就像那堆燃烧的木柴，燃烧完了，连最后的灰烬也散了，不会再引燃另一堆木柴。

有余涅槃就是阿罗汉，而无余涅槃是阿罗汉舍掉五蕴身心之后，永不再轮回了。我们要追求与学习的是「有余涅槃」，乃至「无余涅槃」。

所以在离苦得乐的妙法系列中，是有次第的修行方法，一步一步朝向解脱的目的。

四、什么是三乘圣人？

圣人就是指不会再轮回受苦的人，有声闻乘、辟支佛乘与佛乘。

声闻乘里面有「四双八辈」，辟支佛乘有「缘觉」与「独觉」，

「佛」是无师自悟又能说法度人的圣者。

1、声闻乘：生在佛世，听闻佛陀说法，或是佛灭度以后，从文字中学佛教法，而能证到初果、二果、三果、四果，这些都叫作声闻。

出家众所现的是声闻相，但是还没有入声闻的圣流。

虽然都称为僧，但真正的僧是指圣贤僧，就是初果须陀洹、二果斯陀含、三果阿那含、四果阿罗汉。

声闻果位是「四双八辈」，

「须陀洹向」，是向着须陀洹果但还未证到这个果，称为「向」或是「道」。

二果斯陀含向、斯陀含果；

三果阿那含向、阿那含果；

四果阿罗汉向、阿罗汉果。

有向有果是一双，共有四双，叫「四双八辈」。

◎初果须陀洹：所断的烦恼是身见、戒禁取见、疑，这三种烦恼。

初果圣人最多天上七次、人间七次，就能证阿罗汉。

◎二果斯陀含：所减薄的烦恼是欲爱与瞋，但是还未断尽。

二果叫作「一来」，如果是在人间，证二果到天上去以后，再到人间来，

就能证阿罗汉。

◎三果阿那含：断了欲爱与瞋恚，加上初果所断的，称为「五下分结」，

是属于欲界的烦恼。三果是到「五不还天」——无烦天、无热天、善见天、

善现天还有色究竟天证阿罗汉，有的甚至是到无色界天去证阿罗汉。

◎四果阿罗汉：断「五上分结」——色爱、无色爱、掉、慢、无明。

它是属于超乎欲界以上的。就是贪欲永尽、瞋恚永尽、愚痴永尽，

一切烦恼皆熄灭了，不会再生起下一生的五蕴身心，但是并未断灭。

对我们所追求、所仰慕的结果，应该要清楚了。

就像孩子念书，要给他一个期许，是要念到高中、大学、硕士还是博士。

学佛如果不了解整个佛法的理路，就不知道应该要学什么？目标在哪里？

就会像鱼缸里的鱼，毫无目的，跟着别人到处游荡，那是非常可惜的。

2、辟支佛乘：出生在无佛时代，有因缘觉与独觉，都不说法而以神通度人。

◎因缘觉：此为大利根的圣人，于过去生曾经听佛说法，当他生于无佛的时代，观外境的飞花落叶，再观自己的生死流转与解脱还灭的缘起正法，

而熄灭一切烦恼。

有一位国王，白天时与宫女玩乐嬉戏，到了晚上，宫女累了，躺着休息。

国王看到宫女，披头散发、衣衫不整、脂粉剥落、口角流着口水，

已不是白天所见美丽的宫女。

再看早上所见的花、树，一阵风吹过，花、叶落满地；再观人也是无常、美丽也是无常、树亦是无常。

自己在老、病、死的状况之下，也是无常。

国王为利根之人，观缘起法以后，证得辟支佛。

◎独觉：有两种状况。

第一种是过去生亲近佛时，已经证到初果须陀洹，天上、人间各七次往返之后，就会证阿罗汉。但是在最后一生，第七生时，在无佛的时候，来到人间修行，应该是证阿罗汉，但是因为没有佛出世，所以证到辟支佛又称为小辟支佛。

第二种是过去生是利根器，修行了很长的时间，在一百劫中做功德，增长福慧。在没有佛的时代，来到人间观飞花落叶，因为观缘起法，证到辟支佛。

并且得到殊胜庄严的相分，或有三十一相或有三十相乃至一相。

相较于九种阿罗汉中，智慧力特别殊胜，能入诸深法总相、别相中，常乐独处，称为大辟支佛。

声闻与辟支佛证果的时间差别，阿罗汉最快三生可以证阿罗汉，最慢六十小劫。

辟支佛最快是四生，最慢是一百劫。

3、佛乘：菩萨出生时无佛时代，无师自悟，成道后会说法度无量无边的众生。

大乘经典中，佛陀是从发菩提心开始，行菩萨道，圆满六波罗蜜，具足十地后，在菩提树下金刚座上，观四谛平等，最后以一念金刚相应慧，断了烦恼习，而证阿耨多罗三藐三菩提。

那佛陀要多久才会证阿耨多罗三藐三菩提？

在声闻法是三大阿僧祇劫，另用一百劫修三十二相。

在大乘法成佛要修无量阿僧祇劫，佛有三十二相，甚至无量相，无量无边相好。这是大乘与小乘的差别说法。

灭圣谛（二）

一、声闻的修行次第

声闻的果位有顺解脱分、顺抉择分与圣道分。

进入顺解脱分，要先具有信、戒、闻、清净身器。

1、信：对佛、法、僧、戒的信心。信生死轮回苦，愿出离；信涅槃解脱乐，欲证得。

2、戒：要持戒、精进。在家持五戒、十善。出家持比丘戒、比丘尼戒。

3、闻：要听闻佛法，趋向解脱。听闻佛法，亲近善知识，然后如理思惟，法次法向，也就是闻、思、修。听闻正法之前一定要亲近善知识，也就是佛陀所说，要入圣流，就必须要有四预流支——亲近善知识，听闻正法（闻慧），内正思惟（思慧），法次法向（修慧），这是很重要的。

4、清净身器：要能身心清净，就是外离恶友。因为恶友会造成我们的邪知邪见，令我们犯五戒、作十不善业邪行。而且恶友会要我们不信三宝，不听闻正法。所以我们要远离无信、无戒、不闻法、不布施、不求四圣谛解脱的恶友。

对内要远离五盖，要少欲知足，这是一个很重要的基础。

在这个基础之下，出家众只需饮食、衣服、卧具，这三项满足就好。

饮食可以维持身体，衣服可以遮身、保暖，能够修行。

住的地方可以遮风避雨，不求豪华舒适。

要乐断烦恼得涅槃，乐修圣道导向涅槃。

饮食、衣服、卧具，这三项能够少欲知足，然后乐修圣道、乐断烦恼，

这叫「四圣种」，要成为圣人的四个条件，非常重要。

二、什么是顺解脱分？

「顺解脱」就是引导到涅槃，「分」就是因缘。

导向解脱的因缘就是要对三宝有信心，对持戒有信心。然后听闻正法、内正思惟，法次法向，要能够身心清净，远离恶友，远离内心的五盖烦恼，要能够有四圣种，如此才能导向涅槃。这是进入顺解脱分之前所要修的。

顺解脱分里，主要就是要听闻正法、要思惟正法，偏重在用意根思惟，但是要透过五根去闻法。因为思惟是偏重在意业，闻法偏重在眼根和耳根。

也就是闻慧、思慧与修慧。佛法里的「慧」是指能够导向涅槃、解脱的法，还有内心生起的智慧。世间的聪明才智，并不叫作慧。

在顺解脱分里，要修的是四念处的总相念、别相念与五停心观。

◎五停心观：众生的烦恼，有五盖——贪欲盖、瞋恚盖、疑盖、睡眠盖与掉悔盖。贪欲重的众生，要修不净观；多瞋恚的众生修慈心观；散乱众生数息观；愚痴众生因缘观；我慢众生界分别观。

1、不净观：从三十二分身观起，也可以观人死之后的情形，有九种不净观法，从尸体渐渐膨胀到最后骨头变成灰、土壤，与土石无异。

观此死尸，逐渐心生惊畏，能破爱着之心，尤其是男女之欲。

在这世间里，众生非常的著迷贪爱，所以才称为欲界。

而众生都是贪爱什么？

①显色贪：贪爱这个身体的颜色——青、黄、赤、白。

色尘有本显色与差别色，显色贪是指喜欢白种人、黄种人或是黑种人等不同皮肤的显色。我们要观人死后，身体的肤色会变，我们所喜欢的人，

当死相现前时或是身体膨胀变瘀青后，已经不是原来的肤色样子。如此观每一个人，再反观自己也是一样。

无论是所喜欢的男女或是自己，都无可贪爱，如此就能破除显色贪。

②形色贪：有的人喜欢瘦，也有人喜欢胖。我们要观所喜欢的身体，一旦死亡，如果没有火化而放在野外，会有野狗来啃食。无论胖或瘦，结果都会是一样，如此就能破除形色贪。为什么众生都没有力量破除欲贪？

因为没有亲近善知识，和听闻正法以后，没有专注的思惟观察。

③妙触贪：贪爱身体摸起来觉得很舒服的感觉，对于这种接触的贪爱，叫作妙触。如果将猪肉放在室温下，三、五天后就会长蛆。我们的身体也和猪肉一样，有许多虫与细菌。当我们活着的时候，因为地、水、火、风，虫无法滋长，一旦死亡，色身不再润持，身中虫就会开始滋长。

因此我们所摸到的皮肤，里面都是虫，这样还有妙触吗？

佛在《大爱道比丘尼经》里说，女众的身体里有八万四千虫，因此女身很麻烦，而情绪也比较无法控制。所以这样如实观以后，就能破除妙触贪。

④供奉贪：贪爱他人的体态威仪，看着对方的行、住、坐、卧，就觉得欢喜。这时要观，对方死了之后，硬梆梆的像僵尸一样，这样我们还会喜欢吗？

我们所欣赏之人，以后还是要面对无常，这样观就能破除供奉贪。

用不净观，来破除显色贪、形色贪、妙触贪、供奉贪，贪欲就会渐渐的减少。

听闻佛法以后要思惟，思惟以后就会产生力量，所以贪欲众生不净观。

2、慈悲观：瞋恚众生慈悲观。慈悲观在「生天之论」中，有详细的修法。

一念瞋心起，百万障门开，瞋是心中火，能烧功德林。

地狱之门很多都是因为瞋恚而开，所以慈悲观一定要修习。

3、数息观：散乱众生数息观。众生的心都太散乱了，容易胡思乱想。

平时所见所闻都在增长心的散乱，这就是散乱众生，也称作寻行人。

要破除散乱就以数息观来对治。

数息观是从1数到10，入息数1，出息数2。或者是出息数1，入息数2，

这样一个入、出，数到10，再从1开始数。有时会发现数到一半就不见了，

那是因为我们从来没有控制过这个心。

数息时将心放在所缘处，就是呼吸与人中接触的地方。

气息出去时，因为体内的温度高，所以在人中会有个接触点可以感觉得到。

出息时心不要跑出去，只是轻轻放在人中。在出、入息当中，从1数到10，然后再从1开始数起。有的人会从1、2跳到7、8、9，这表示心已经散掉了。有的人是不晓得数到哪里，甚至数到11、12乃至100。

数息观是基本功夫，数到一个程度以后，心就会止，知道气息的进、出，这时能够数随，随着这个气息进、出，然后止。再来还是观，数随止观还静，还静以后，就可以进入圣道，也就是见道、修道、无学道。

数息观是非常殊胜的，罗睺罗尊者就是修数息观安那般那念而证到阿罗汉。

4、因缘观：愚痴众生因缘观。众生不知三世因果，不知是谁在作业？谁在受报？就像南亚的海啸，是谁让他们受苦？是谁沉到海底？

有人说是上帝在处罚他们，如果是上帝处罚他们，为什么上帝创造人类，却还要处罚他们，让他们受苦？这是不合情理的。

如果能够透过缘起法的了解，就会破除我们的愚痴。

5、界分别观：我慢众生界分别观，或是无常观。

众生有时会生起自我，觉得自己很了不起，或是觉得自己很没有用。

我们可以将地大、水大、火大、风大，拆解成三十二分身。

观「我」在那里？当找不到「我」的时候，有什么「我」好高傲的？

哪一个「我」在卑劣？所以没有高傲，也没有卑劣，这样就能破除「我」。

从五停心观里，能让自己的心不起贪欲、瞋恚、愚痴、散乱、我慢。

此时才能观四念住——观身不净、观受是苦、观心无常、观法无我。

或者观身、受、心、法，不净、无常、苦、无我，这样就是顺解脱分。

三、什么是顺抉择分（四善根）？

在学习解脱法的时候，「学」人还是要学的，有十八种人。

「无学人」就是指阿罗汉，因为已经断除烦恼，不用再学了。阿罗汉有九种。

顺抉择分里有四种人——暖位、顶位、忍位、世第一位，称为「种性人」。

就是已经有涅槃的种性、可以证阿罗汉的种性。

因为有解脱的种子，以后一定会解脱。

1、暖位：暖必至涅槃。暖位到最后一定会得到涅槃，有涅槃的种性。

「暖」好像在钻木取火，虽然火还没点燃，但是已经出烟了。

暖位要观四谛十六行相，观苦谛的无常、苦、空、无我；集谛的集、因、缘、生；灭谛的灭、静、妙、离；道谛的道、如、行、出。这十六行相观，会产生力量。

在顺抉择分里要修禅定，这个禅定可能是四禅、三禅、二禅、初禅，或者是初禅与二禅之间的中间禅，或是未到地定。

观四谛十六行相，要从五蕴身心观起，先从外面观，再回来观自己。

当我们这样练习时，心会收摄专注，如此就会产生力量。

在四谛十六行相持续观，在暖位就会生起力量，不会堕落三恶道。

尚未成就时，可能还会造下三恶道的业因，因此可能会堕落三恶道。

但是堕落三恶道以后，离开三恶道到人间来修行，未来还是会得涅槃、得解脱，所以叫暖必至涅槃，

2、顶位：顶终不断善。到达顶位的人，不会断善根。

就如爬山一样，从山脚一直走到山顶，但是仍然会退下来。

因为如果没有精进再修，会退为暖位，甚至可能堕入恶道。

3、忍位：忍不堕恶趣。忍位的人绝对不会堕入三恶道了，顶多是在人间、天上往返。

4、世第一位：世第一入离生。离生就是会入见道，「生」就是让众生

堕落三恶道根本的因，或是让我们的善根生不起来，障碍能够解脱的善根。

「入离生」就是离开会堕落三恶道，与不得解脱的因缘，

也就是能够「正性离生」，能够入圣流，证到初果。

我们要成为「种性人」，或许还差得很远，但是万事起头难，现在有个起步之后，渐渐的修行，总有一天会抵达涅槃目的地。

就像当初法师发心要走台湾一圈，刚开始要走时，心有点怕不敢走，

但是走出去以后就好了。克服万难，九百二十八公里，全台湾走一圈，

虽然开始会怕，但是跨出脚步以后，硬着头皮做下去就会成功。

修行也是一样，发出离心不想再轮回生死，要解脱得涅槃。

这种心发出来以后，毕竟会得到涅槃，会证到灭谛。

世第一后就会见道入圣流，此时生起四圣谛的见道十五心，与证初果的第十六心。

四、何谓学人？学人有十八种：

1、信行：信行人与法行人。都是已见道的圣者，证得须陀洹道。

信行人是凭教入道，即听闻教法见道者。

2、法行：即依智入道，自己看经读经入道者。

3、信解脱：信是信心所，解是胜解心所，指由信增上、胜解心起，

故得须陀洹果或斯陀含道或斯陀含果的圣者。

相对于法行人和见至圣者，信行人与信解脱圣者是属于钝根的人。

4、见至：见是慧的别名，至是来至，指由慧增上而正见显，由彼向见

至此果见，故名法行人与见至圣者是属于利根的人。

5、身证：身证是属于已经有修禅定，不仅四禅八定，而且有灭尽定。

灭尽定以后，又能够透过智慧，断了欲界的烦恼，得到三果阿那含，

虽然还没有证阿罗汉，但是已经有灭尽定，类似阿罗汉的涅槃。

6、家家。

7、一种子。

- 8、须陀洹向。
 - 9、须陀洹果。
 - 10、斯陀含向。
 - 11、斯陀含果。
 - 12、阿那含向。
 - 13、阿那含果。
 - 14、中般涅槃：指三果圣者于欲界歿而生色界时，于色界之「中有」位而般涅槃者。
 - 15、生般涅槃：三果圣人命终生到五不还天，就般涅槃，也称为「现般」。
 - 16、无行般涅槃：圣者生于五不还天，未加行勤修，经久而般涅槃者。
 - 17、有行般涅槃：圣者生于五不还天，加行精勤修学，经过长时之后而般涅槃者。
 - 18、上流般涅槃：三果阿那含命终先生于色界之初禅，渐次上生于色界余天之中，最后至色究竟天或非想非非想天而般涅槃者。
- 有的是生到初禅天，然后跳三禅天，再到四禅天而般涅槃者。
- 有的是直接从初禅天，直达五不还天而般涅槃者。这皆是属于学人。

五、见道十五心是什么？

见道十五心，仍是观四谛十六行相。修四善根从暖位到世第一位后，观四谛十六行相时，会生起十五心，那是须陀洹道，见道十五心。

1、苦谛：观苦谛生起苦法智忍，再生起苦法智，再生苦类智忍、苦类智。

苦法就是欲界的苦谛，苦类智是色界、无色界的苦智慧，类就是类比。

因为我们是欲界，所以见不到色界、无色界，但是可以用类比类推，

所以叫苦法智忍、苦法智，苦类智忍、苦类智，观苦谛的无常、苦、空、无我。

2、集谛：观集谛生起集法智忍、集法智，集类智忍、集类智，

这是观集谛的集、因、缘、生。

3、灭谛：观灭谛生起苦灭智忍、苦灭智，苦灭类智忍、苦灭类智的灭、静、妙、离。

4、道谛：观道谛的道、如、行、出，道智忍、道智，道类智忍、道类智。

总共加起来是十六个无漏智，前面十五个是见道十五心，最后一个道类智，是证初果的第十六心，就是见道十五心，与证初果的第十六心。

这已经是世第一以后的见道位。见道位后，还要继续修到断除欲界、色界、

无色界里的见道位的烦恼，就是破除集谛里的见惑，再来就是要破除思惑里的欲爱、瞋恚，色爱、无色爱。

这些是修道上前非常细微的部分，必须要透过修禅定才有力量。

禅定是助力量，不是断烦恼力。真正断烦恼的力量是智慧，但二者相辅相成。

见道十五心加第十六心证初果，不会堕落三恶道。

有的人罪业虽然很重，但因无漏智慧的力量，让他没有堕落恶道。

例一：在那先比丘经，弥兰陀王问那先比丘：「看到有人忆佛念佛，没有堕落恶道，是何因何缘啊？」

那先比丘问弥兰陀王：「如果将一颗大石头放在船上，会不会沉到海底去？」

「不会！」

「为什么？」

「因为有船的关系。」

「如果小石头没有船，会不会沉到水里去？」

「会！」

那先比丘说：「船就像佛力、法力，大恶业就如大石，如果有佛力、法力的船托住，造恶业的众生，就不会沉到三恶道去受苦。」

小石头的轻业如果没有佛力、法力，虽然小还是会沉到恶道去受苦。」所以能够在见道十五心以后，不会堕落恶道，可以入圣流。

例二：就如鸯掘摩罗尊者，杀了九百九十九个人，甚至要杀母亲、杀佛陀。罪业如此重，应该下地狱，但是因为断烦恼证阿罗汉，所以没有下地狱受苦，只在人间受苦。

人间所受的苦与地狱受的苦，其差别是无法形容的。

阿罗汉已经不再受后有，不再轮回了，所受的苦就这最后一生。

所以修行的可贵就是如此。我们平常透过闻、思、修，戒、定、慧，正观以后，生起暖、顶、忍、世第一，不堕三恶道，这是很重要的。

如果没有进入顺抉择分，没有这种智慧，应该怎么办？

要多让自己起善种子、起善心，常常保持惭愧心并持戒，如此也不会堕落三恶道。

六、什么是无学人？

无学人是指阿罗汉，有九种。

◎时解脱：时解脱是指需要好的饮食、衣服、卧具、住所、善说法者，同行善知识，有待于这些时节因缘和合，而且需要常常护念着、守着的法。

1、退法阿罗汉：阿罗汉也会有退法，会从四果退为三果，甚至二果到初果，但是不会退为凡夫。因为他是生起烦恼，并没有退掉他所见的法，见道时已见到四谛十六行相，不会退了。

退法阿罗汉，在临命终时，一定会再修证到四果阿罗汉，绝对会入涅槃，只是退了以后赶快又进，这叫作退法阿罗汉。

2、思法阿罗汉：思法阿罗汉是思惟，我既然会进进退退，那么会退的因缘是什么？原来是必须要有好的饮食、好的住所、好的卧具、好的衣服、好的说法的人、好的同学，这六个因缘具足之后，我才不会退。

但是身体也会生病，经常障碍修行，在这样的状况之下，所以进进退退。

如果没有身体，真的是灭、静、妙、离，这样就太好了，所以将这个身体舍了吧！

五蕴身心舍了就没事了，所以思法阿罗汉，就以自杀的方式，将自己的身体舍了，舍掉五蕴身心，这叫思法阿罗汉。

千万不要认为法师在教我们自杀，是阿罗汉才有资格自杀。

3、护法阿罗汉：护法阿罗汉就是指常护念所得的涅槃正法，如果有护念着法的时候，就不会退。

4、安住法阿罗汉：安住法阿罗汉不会退，但是也不会再进步到不动法阿罗汉与不退法阿罗汉。

5、堪达法阿罗汉：有时叫升进法阿罗汉，只要再加功用行，会到不动法阿罗汉或是不退法阿罗汉。

◎非时解脱：非时解脱或者称不时解脱的阿罗汉。

6、不动法阿罗汉：不动法阿罗汉是无论碰到顺逆境界或是身心生起疾病的因缘，都不受影响。

7、不退法阿罗汉，不退法阿罗汉是永远不会退，这种人即使在佛时代，也是非常殊胜的，何况是在无佛的时代。

释迦佛的弟子中之优婆掬多尊者，就是非常殊胜的非时解脱阿罗汉。

◎依解脱不同：

8、慧解脱阿罗汉：慧解脱是透过智慧断了烦恼。慧解脱是指未到地定，或是初禅、二禅、三禅、四禅的修行人。或是初禅到二禅之间，有一个中间禅，这五种情况之间有此种禅定之人，或是未至定的人，他们已经用智慧的力量，断了烦恼。

9、俱解脱阿罗汉：俱解脱就是已经有四禅八定，有八背舍、八解脱加上灭尽定，而且用智慧断了一切烦恼的阿罗汉们，叫作俱解脱阿罗汉。

如舍利弗尊者、目犍连尊者，他们都是俱解脱阿罗汉，可以入灭尽定。他们般涅槃的次序是从欲界入初禅、再入二禅、三禅、四禅，空无边处、识无边处，无所有处、非想非非想处，灭尽定，然后出师子奋迅三昧，还有火光三昧、水光三昧，种种三昧，再回到灭尽定，非想非非想处，无所有处、识无边处，空无边处，到四禅、三禅、二禅、初禅，再从初禅到二禅、三禅、四禅，然后才入涅槃，他们都是俱解脱的阿罗汉。

我们见到圣者们，有如此多的类别，若有心要求解脱，想要出离生死，从持戒到闻法，到具有身心的清净，少欲知足，到修四圣种，然后有顺解脱分、顺抉择分，到入圣流，有见道、修道到无学道。

见道、修道乃至于种性的顺抉择分的人都已经不是学人。

而无学人，就是时解脱或非时解脱、慧解脱、俱解脱的九种阿罗汉。

我们检查看看，自己是属于哪一种人？最好是已经在学的种性人，如果还没有，没关系！万事起头难，让我们一步一步踏向解脱之路，走到解脱的果位。

离苦得乐的妙法 (六)

出 版 者 / 释大势

编 辑 / 妙有菩提园 法宝编辑组

通 讯 处 / 中华民国台湾 540 南投市八卦路 292 巷 26 号

电 话 / 886-49-2291838

传 真 / 886-49-2291848

法宝结缘专线 / 886-933-523972 陈居士 886-912-743038 林居士

网 址 / www.deerbridge.idv.tw

E - m a i l / nothing.mail@msa.hinet.net

新加坡网址 / www.mypty.sg

简体版流通处 / No.15 Lorong 29 Geylang #02-01

PTH Bldg (彭氏大厦) Singapore 388069

妙用居士 (65) 91711453 净觉居士 (65) 97879508

中 国 / 山西省太原市小店区亲贤北街 94 号

宇智写字楼七室 如居士 (86) 03517043682

出 版 日 期 / 2012 年 3 月初版



妙有菩提园

结缘品

免费结缘，欢迎随喜护持助印，
利益大众，功德无量。

本园一切法宝、免费结缘、绝无托人义卖募款，敬请明察。