



佛教提議的解脫如何可能 ——以《雜阿含經》為主要依據

王美瑤

台灣大學哲學研究所碩士班二年級

摘要

佛教因如實地觀察世間，洞察到眾生活在世間因無明、造業受報而困於生死輪迴之中，深深感要如此輪迴之困苦，而提出一套解脫於生死輪迴之苦的運作辦法，稱為解脫道。然則，世間許多宗教亦都舉著救贖、解救的旗號，宣稱自己的教義所做的教導可以讓人解脫於痛苦，可是方法卻大相逕庭，使人看了眼花撩亂、不知道應當怎麼做才能夠真正解決問題。那麼，除了訴諸於信仰，是否能夠以論理的方式來分析、論理這些所打出來的宗教救贖、解脫之口號，是否經得起檢驗，是否在道理上站得住腳，是否真的是一個能夠解決問題的辦法，這是本文主要關切的，以及嘗試要深入探究的部分，本文主要探討佛學所提議的解脫之道，如何不必訴諸信仰，在道理上就能夠清楚明瞭。

若要根本解決生老病死的問題，就必須要能夠徹底了解這個問題產生之來龍去脈、其運作的過程，繼而能找出問題之癥結，予以最適切、根本而徹底的解決方式。本文在第一節先帶出整篇文章大的架構、研究主題與動機，第二節，先對於本文的關鍵概念「解脫」，做初步的釐清與界說。第三節便以佛教的觀點，帶出眾生處境確實是困境而有掙脫之訴求，第四節帶出，以佛教的觀點說明這些困境是如何產生的，第五節在看清楚困境的形成原因之後，便接著探討這些困境是否有可能超脫，即解脫之可能。第六節總結本篇文章要點。

關鍵字：解脫、雜阿含經、困苦、解脫道、宗教救贖



壹、前言

一、研究動機

宗教關心生命的重大議題，著眼於生命出路的探討。因此生死的問題成了宗教難以避免的重大課題。許多宗教的重要教義，都涉及帶出解脫或是解救、救贖的理論系統。

基督宗教主要訴諸於神的全能全知，以及祂對祂的創造物的全愛，因此只要神的創造物願意接受神的愛，便能夠因為上帝全能之強大能力而得到救贖，到天國享樂，基督宗教強調世人的痛苦皆是因為背棄神的愛而來¹，然則這是不是能夠解釋所有世間的痛苦與困頓，仍有待討論。解救與解脫的達成，有賴於對於困苦形成原因的了解，若對於痛苦的產生之解釋與認識不清楚，甚至是錯誤的，如何可能真正解決痛苦而得到解救呢？區別於此，本文嘗試帶出佛教中，整套的解脫理論系統，探討解脫如何可能。

二、研究主題

本篇文章的焦點放在探討佛教提出的解脫「如何可能」。探討佛教所提出的或教導的解脫其整個理論系統，是否經得起檢驗，以及在道理上是否說的通，也就是說，除了高喊解脫口號，還要能夠提出解脫明確的方式，而除了提出解脫的方式，還要能夠講出一套完整的理論系統，說明這樣的解脫方式是可行的，照著這樣的方式好好做，便能導向解脫，要把整個道理清楚明白的講說出來。否則的話，缺乏這套論理程序，解脫或解救就只是宗教上的信仰而已。每個跳出來的宗教領袖都宣稱自己是神、或具有神性、或有超能力，然後就提出各種解脫、解救的方式，像是宣稱「信我者得永生」，有些更糟糕的甚至宣稱要透過獻祭、殺人等等方式得到解救，諸如此類荒誕不經的邪言異說，所以，重點不在於提出解脫、解救的口號，也不在於提出解脫與解救的方式，因為方式可以隨便編織、任意制定，重點在於要能夠帶出一套完整的解釋系統，說明這些方式、運作程序何以能夠達到解脫或解救，其站得住腳的、可經檢驗的論理依據。

¹ 可參閱：Bishop Hilarion Alfeyev, “Eschatology”, *The Cambridge Companion to Orthodox Christian Theology*, edited by Mary Cunningham and Elizabeth Theokritoff, Cambridge: Cambridge University Press, 2008, pp. 107-120.



因此，本篇文章的重點，不在於僅僅說明佛教提出的解脫之運作程序，而在於檢視此套解脫的運作程序是如何關聯到解脫，為什麼這樣做在道理上可以導向解脫，其道理、根據何在，即「如何可能」。

三、文章架構

就如上文所提，要根本解決問題，就必須要能夠徹底了解這個問題產生之來龍去脈、其運作的過程，繼而能找出問題之癥結，予以最適切、根本而徹底的解決方式。因此本文在第一節先帶出整篇文章大的架構、研究主題與動機，第二節，先對於本文的關鍵概念「解脫」，做初步的釐清與界說。第三節便以佛教的觀點，帶出眾生處境確實是困境而有掙脫之訴求，第四節帶出，以佛教的觀點說明這些困境是如何產生的，第五節在看清楚困境的形成原因之後，便接著探討這些困境是否有可能超脫，即解脫之可能。第六節總結本篇文章要點。

貳、解脫之界說與釐清

救贖、解救、解脫這樣的概念，大至上與受困、束縛、結縛相對，因為有所困頓才會產生出解救、解脫的訴求。若從字面上來看，「困」字的意思最初是「故廬」，也就是舊居處，引申有窮盡、極盡之意²，現可以解讀為，已經推到能力的極至，走到限制的一道無法再突破的邊，稱為困。「束縛」兩字為轉注，束即縛也，縛即束也³。意思應該是把東西用繩子網綁在一起。「結」，主要是表達被甚麼東西纏住解不開。

由以上相關一系列語詞之意象，可以說明，解脫，意思是要從一個有限制的情況，一個綁手綁腳的情況離開。而成為可以一直推，推不到底、推不到邊界、限制的情形，沒有像被沾在蒼蠅紙、黏鼠板上那樣動彈不得的情況，是通達無礙的。

² 《說文解字注》，東漢·許慎撰，清·段玉裁注。

³ 同注 2。



解脫在英文譯為 "Liberation"，是從 "Liberty"〔自由〕衍生的字。字典上對於 "Liberation" 的解釋為：「把某物或某人釋放或讓它自由。⁴」或者「對於一些在社會上被認為是特殊群體的，將人們錯誤投射上的不好成見移除⁵」。主要也是說明，一種從有侷限的情形突破出來，不過主要是強調在社會方面，諸如：婦女解放(Women's liberation)、同性戀解放(Homosexual liberation)、青年解放(Youth liberation)、動物解放(Animal liberation)、地球解放(Earth liberation)。

區別於此，佛經所要講的解脫在層次上是更深一層的，不只是從社會眼光的歧視中解脫、從一個學校、一個社會解脫，而是切到最底層的部分，要從一切造成綑綁、造成困苦的情況與因素中解脫出來。在《雜阿含經》中，明確地說明：

「於色不知、不明、不斷、不離欲，心不解脫者，則不能越生、老、病、死怖。...若知、若明、若離欲貪，心解脫者，則能越生、老、病、死怖。」
〔《雜阿含經》第 4 經；T.99, vol.2, p.1b〕

「於色愛喜者，則於苦愛喜，於苦愛喜者，則於苦不得解脫。...於色不愛喜者，則不喜於苦，不喜於苦者，則於苦得解脫。」〔《雜阿含經》第 5 經；T.99, vol.2, p.1b〕

「色無常，無常即苦，苦即非我，非我者亦非我所...如是觀者，於色解脫，於受、想、行、識解脫，我說是等解脫於生、老、病、死、憂、悲、苦、惱。」〔《雜阿含經》第 10 經；T.99, vol.2, p.2a〕

解脫，單就語詞概念來看，只是一個動作，或是一個過程，從受限、受束縛的情況離開的過程。放在佛法的脈絡，而以《雜阿含經》為主要依據，則佛教說明活在世間是最大的束縛，因此說的解脫，是從對於生、老、病、死的恐懼解脫，從一切的困苦中解脫，從生死輪迴中解脫。

⁴ "when something or someone is released or made free", <http://dictionary.cambridge.org> Cambridge Dictionaries Online

⁵ "used to refer to activities connected with removing the disadvantages experienced by particular groups within society", <http://dictionary.cambridge.org> Cambridge Dictionaries Online



叁、從眾生的處境帶出解脫之訴求

一、解脫訴求形成之條件

在談到解脫如何可能之前，首先要談的可以分為兩點，一是眾生對於自己處境的認識；第二是眾生面對生命中的痛苦、煩惱時採取的態度和做法。

第一，為什麼談解脫首先要談眾生對於自己活在世間處境的認識呢？如上一節所說，解脫關聯到困境與束縛，如果不是對於自己或眾生的處境有所深入了解，如果不是深入了解後覺得活在世間很困苦，而且認為是個嚴重的問題，就不會想到要解脫，也就產生不出想要往解脫方向認識、探尋、行走、努力的訴求。這是在《雜阿含經》裡提到的第一層次的知苦，知苦之後才能帶出斷苦⁶。

第二是眾生面對生命中的痛苦、煩惱時採取的態度和做法。這為什麼與解脫相關呢？如果眾生稍微深入覺察活在世間是怎麼一回事，然後覺得活在世間很困苦，但是左看右看、放眼望去，大家都面臨同樣的問題，因此便認為活在世間的煩惱、痛苦是「很正常」的，因為大多數人或者能力所見的眾生都是這樣在過活的，於是就把煩惱與痛苦訴諸為「自然如此」，認為「本來就是這樣」，便將煩惱就地合法，而認為應該學習與痛苦「和平相處」，甚至發展出在痛苦煩惱中找快樂等這樣的心態、做法。如此的話，雖然認為活著是困頓，有煩惱有痛苦，但是處理的態度過於消極，或因為認定煩惱、困苦之情況是自然的、不可避免的，於是就不會去探尋煩惱產生的原因，也就談不上積極地尋求解脫之道。

因此，除了認識到活在世間很困苦的處境之外，還要有不與這些困境妥協的態度，不接受只能是這樣被困在如此的困境，才能夠帶出積極去探尋煩惱產生的原因，而找出可以讓煩惱熄滅，可以脫困的解脫之道。

⁶ 如是我聞，一時佛住摩拘羅山，侍者比丘名曰「羅陀」。時有眾多外道出家詣尊者羅陀所，共相問訊已，退坐一面，問尊者羅陀言：「汝何故於梵門瞿曇所出家修梵行？」尊者羅陀答言：「我為斷苦故，於世尊所出家修梵行。」復問：「汝為斷何等苦故，於沙門瞿曇所出家修梵行？」羅陀答言：「為斷色苦故，於世尊所出家修梵行；斷受想行識苦故，於世尊所出家修梵行。」(T. 99, vol. 2, p. 38a)



解脫的訴求、追尋就這樣被帶出來⁷。

二、眾生的處境

那麼佛教是怎樣觀看眾生的處境，而說是為困境呢？或者換另一種方式問，佛教帶出的眾生的困境指的是甚麼？表面上看起來大部分的眾生都能行動自如，除了一些被關在牢籠裡不能自由行動的眾生外，對於一般的眾生，這個困字是從何講起的呢？首先帶出一則經文：

如是我聞，一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園，爾時，世尊告諸比丘：「當觀色無常，如是觀者，則為正觀，...如是觀受、想、行、識，則為正觀。」
〔《雜阿含經》第 1 經；T.99, vol.2, p.1a〕

用一般人最普通的感知和經驗，不需要特別學技術或使用儀器，便能很輕易觀察而理解到，世間的一切人事物都是一直在變動的，沒有一刻是靜止下來，而且是由各種條件推動出來的，不會是莫名其妙無中生有或憑空消失不留痕跡，所有事情仔細推敲檢索，都能找出使其發生的原因以及之後變化成甚麼樣子的線索。在世間產生出來，都是由因緣推動的，稱之為「有為法」或「有為諸行」，而有為諸行，都是一直在變化的，故說：一切諸行、悉皆無常⁸。眾生到世間出生，也是由因緣條件推動而成，因此也是有為法，因此不論是從經驗觀察，還是從推論而得，都可以得出：組成眾生的積聚〔五蘊；five aggregate〕，身體〔色〕，感受〔受〕，概念之投射〔想〕，情緒、思維、情意的表現〔行〕，六種感官的分別認知〔識〕，都是無常的，由關聯的條件促成，一直在變動。故初步的結論是，眾生在世間的處境是無常的。

但是初步帶出無常，好像也不痛不癢的，就只是在變化流轉而已。《易經·象傳》甚至以此說：「天行健，君子以自強不息。」以天地流轉運行不歇來砥礪君子努力不怠。若能以這樣不染著的心態看待變化，也就較能夠坦然面對世間的變化，但是還是會有問題，因為天並不會行健，天地世界也會有毀壞的一天，那時候君子還能不憂愁嗎？這裡要帶出的是，如果無常只是存粹的變化，的確不會有問題，石頭風化成沙、沙又飄揚四海，再怎麼變化基本上不會產生甚麼問題。

⁷ 因此，由這樣的角度了解，解脫也不是固定的被設定的一條固定或既有的道路，而是因緣生的。因為活在世間遭遇諸多的困苦、煩惱，而又不甘只是這樣被困住，基於這樣的因緣條件，積極地找尋、開闢，闢出解脫、熄滅痛苦的方向、道路，也因此方式有很多種，像山中的路是人走出來的，方向對了、迂迴曲折但平緩地盤旋而上，或者直接攀岩垂直 90 度的崖壁當捷徑，都能夠到達山頂。

⁸ 「比丘當知，一切諸行悉皆無常，不恆、不安、變易之法。」
「一切行無常，悉皆生滅法。」(T. 99, vol. 2, p. 243b-244a)



但是若有情眾生活在這樣無常的世間，表現諸多的情意，那便會有一連串的問題產生。於此可以引出二則經文：

爾時，世尊告諸比丘：「色非是我，色若是我者，不應於色病苦生，亦不應於色欲令如是、不令如是。以色無我故，於色有病有苦生，亦得於色欲令如是、不令如是。受想行識亦復如是。」〔《雜阿含經》第 33 經；T.99, vol.2, p.7b〕

「愚癡無聞凡夫，於色集、色滅、色患、色味、色離不如實知，不如實知故，愛樂於色，言：『色是我、是我所』，而取攝受。彼色若壞若異，心識隨轉，惱苦生，惱苦生已，恐怖、障礙、顧念、憂苦結戀，於受、想、行、識，亦復如是，是名身心苦患。」〔《雜阿含經》第 107 經；T.99, vol.2, p.33b〕

由於眾生為無明所遮蔽，意思是不清楚事情確實的情況是怎麼一回事，所以把無常的、只是由條件組合而成的色、受、想、行、識五蘊，就抓取而認定成為自我⁹。但事實上，如果身體或感受是「自我」，或者說是我所「擁有」的，那麼應該要能夠受我隨意自在的指揮控制，在第二則經文帶出來的說明便這樣說，仔細檢查之後會發現，身體、感受、思想、情意等等表現，根本不受所謂的我控制，生病痛苦的時候，不能控制身體不生病，傷心難過的時候，不能控制不傷心垂淚，因為這個「我」拆開來也只是眾多因緣組合而成不斷變化的心路歷程、生命歷程之流，並非一般人所認定的有個靜態的「我」這樣的主體。

由於一般眾生對於這樣的情況沒有去如實觀察、如實思維、如實了知，而把色、受、想、行、識就當成是「我」，因此便不斷地追逐，像是追逐青春美麗的外表身體，追逐名、地位來滿足自我虛幻的虛榮感，然後因為要追逐這些，就變成要追逐錢財，生命就一直在做追逐這些的事，被工作壓力、經濟壓力壓到喘不過氣，甚至演變到後來要忍氣吞聲為五斗米折腰，身心一刻不得歇息。然而，前面提過，世間的所有事物所有表現，都是無常的，不可能永遠保留。青春終會逝去，美貌和健康也一定會慢慢流失而人老珠黃、齒搖髮落，位高權重也總有退位的一天，因為大家平常看重的都是這些，所以不美了、沒權了的人，眾人也就棄若敝屣，而由於一般人產生快樂的來源，是來自於外表的美麗、有權有勢，或者受大家景仰，因此不美了、年華老去、不再受大家關注的人，也就失去了快樂的來源，而陷入無盡的痛苦¹⁰。不論是賺再多的錢，都不能留住甚麼，或者因此悵

⁹ 「眼色緣生眼識，三事和合觸，觸俱生受想思，此四無色陰，眼色此等法名為人，於斯等法做人想。」(T. 99, vol. 2, p. 87c)

¹⁰ 「云何取故生著？愚癡無聞凡夫，於色見是我、異我、相在，見色是我、我所而取，取已，彼色若變若異，心亦隨轉，心隨轉已，亦生取著，攝受心住，攝受心住故，則生恐怖、障礙、心



然不已，或者執迷不悟，用更激烈的方式去追逐而無所不用其極，犧牲更多生命、資源，造成更多痛苦，但終究是保留不住甚麼。總之，這樣的痛苦煩惱之例子，在世間俯拾即是，應不需要著墨太多，大家都能心有戚戚焉。用錯誤的方式看待世間，做出錯誤的態度和行為，一定會造成心態劇烈的起伏、翻滾、貪著、執取、瞋恨等等，因為眾人要拼命抓住、留住的是不可能被抓住的¹¹。如此，無常就不是沒問題了，而可以帶出：無常故苦，這樣的論斷¹²。

除了年華老去、風光不再，再進一步揭開來的底牌是更讓人難以接受、難以面對的生、老、病、死。引出第四則經文來略做說明：

波斯匿王白佛：「世尊！極敬重愛戀。世尊！若國土所有象馬七寶，乃至國位悉持與人，能救祖母命者，悉當與之。既不能救，生死長辭，悲戀憂苦不自堪勝。曾聞世尊所說：『一切眾生、一切蟲、一切神，生者皆死無不窮盡，無有出生而不死者』，今日乃知世尊善說。」

佛言：「大王！如是如是！一切眾生、一切蟲、一切神，生者輒死，終歸窮盡，無有一生而不死者。」

佛告大王：「正使婆羅門大姓、剎利大姓、長者大姓，生者皆死無不死者。正使剎利大王灌頂居位，王四天下得自在力，於諸敵國無不降伏，終歸有極，無不死者。若復大王，生長壽夭，王於天宮自在快樂，終亦歸盡，無不死者。若復大王，羅漢比丘，諸漏已盡，離諸重擔，所作已作，逮得己利，盡諸有結，正智心善解脫，彼亦歸盡，捨身涅槃。若復緣覺，善調善家，盡此身命終歸涅槃。諸佛世尊十力具足，四無所謂，勝獅子吼，終亦捨身取般涅槃。以如是大王當知：一切眾生、一切蟲、一切神，有生輒死，終歸磨滅無不死者。」〔《雜阿含經》第 1227 經；T.99, vol.2, p.335b-c〕

亂，以取著故。」(T. 99, vol. 2, p. 10c)

¹¹ 在《雜阿含經》當中，這樣的經證非常非常多，可已大略舉出兩則：

爾時，佛告諸比丘：「於無始生死、無明所覆，愛結所繫，常夜輪迴，不知苦之本際。...愚夫眾生不如實知色、色集、色滅、色味、色患、色離，長夜輪迴，順色而轉；如是不如實知受、想、行、識，識集、識滅、識味、識患、識離，長夜輪迴，順識而轉，...隨色轉故，不脫於色，...以不脫故，不脫生老病死憂悲惱苦。」(T. 99, vol. 2, p. 69b)

爾時，佛告諸比丘：「於色愛喜者，則於苦愛喜，於苦愛喜者，則於苦不得解脫、不明、不離欲，如是受想行識愛喜者，則愛喜苦，愛喜苦者，則於苦不得解脫。」(T. 99, vol. 2, p. 1b)

¹² 佛告比丘：「我以一切行無常故，一切諸行變易法故，說諸所有受悉皆是苦。」(T. 99, vol. 2, p. 121a)



每個人，擴大來講是眾生，如果跑到世間來出生，便無可避免地要經歷生、老、病、死這樣無常的歷程。這更是世間極大的困苦之一，生離死別的場合，總是最讓人哀痛欲絕。或者是要面對〔所謂〕自己的死亡，那樣未知的恐懼驚驚顫顫，看著或感受著身上的功能一點一滴流失而無可奈何，生命一點一滴流逝，再怎麼樣驚恐、害怕、抗拒，也沒有人能夠代替自己死去。又或者身邊親愛的人，不論再怎樣愛戀、情深意重，都有死別的一天，實在是令人不忍再想。

眾生活在世間經歷無常的生、老、病、死，承受生離死別之苦，或許還是可以反駁說，死，畢竟是長長的生命歷程當中，最後一小部分，難道這麼長的生命歷程當中，悉皆是苦？應該也有很多活著的時候曾經快樂的片段，難道這些快樂都因為終將會死而不算數嗎？這裡便帶出第五、六則經文稍加說明：

爾時世尊告波梨耶聚落四十比丘：「眾生無始生死、無明所蓋，愛繫其頸，長夜生死輪迴，不知苦之本際。諸比丘！於意云何，恆水洪流趣於大海，中間恆水為多？汝等本來長夜生死輪轉，破壞身體流血為多？」

諸比丘白佛：「如我解世尊所說義，我等長夜輪轉生死，其身破壞流血甚多，多於恆水百千萬倍。」

佛告諸比丘：「善哉善哉！汝等長夜輪轉生死，所出身血甚多無數，過於恆水及四大海，所以者何？汝於長夜曾生象中，或截耳、鼻、頭、尾、四足，其血無量；或受馬身、駝、驢、牛、犬，諸禽獸類，斷截耳、鼻、頭、尾、足四體，其血無量；汝等長夜或為盜賊、為人所害，斷截頭、足、耳、鼻，分離四體，其血無量；汝等長夜身壞命終，棄於塚間，濃壞流血，其數無量；或墮地獄、畜生、餓鬼，身壞命終其流血出，亦復無量。」〔《雜阿含經》第 937 經；T.99, vol.2, p.240b-c〕

佛告比丘：「善哉善哉！汝等長夜輪轉生死流淚甚多，非彼恆水及四大海〔所及〕，所以者何？汝等長夜喪失父母、兄弟、姊妹、宗親、知識，喪失錢財，為之流淚甚多無量。汝等長夜棄於塚間，濃血流出，及生地獄、畜生、餓鬼。諸比丘！汝等從無始生死長夜輪轉，其身血淚甚多無量。」〔《雜阿含經》第 938 經；T.99, vol.2, p.240c-241a〕

悉皆是苦，是以貫串時間流程的方式來看，最後都是留不住的，所以佛教說的苦並不是片面地在講短暫有限時空領域的那種苦、樂之苦，雖然它也會引發覺受上的苦的感受，但主要帶出來的是，無法避免、無可奈何一直奔流經歷生老病死、聚散離合的生命歷程，在深層所引發的內心的不安適、擔憂、煎熬。此外，



即便不講生離死別比較極端的情況，活在世間一場，仍然有許多的困頓、束縛，因為活在世間跟世間有所接觸，變形成巨大的錯綜複雜的關係網絡。活在世間，受到出生的家庭背景約束、社會文化價值的框架約束，自然環境自然條件的影響，諸多關聯條件，在在都使得活在其中的眾生一點都不自由，要顧慮到很多人的感受，要受活在附近左鄰右舍的干擾，要承受時代趨勢大家破壞環境造成許多污染的共業等等，不如意事十常八九，也就是不能依照著自己所冀望的那樣而運做的事十件裡面常常有八、九件，於其中流的眼淚不知幾何。然則上述這些不舒適的束縛，這還只是當人的情況，若投生成為動物，其困苦情形就更是數不盡，終其一生被極盡剝削，只求其快速成長好填滿人的口腹之慾，任人宰割、慘不忍睹。

這樣一路看來，眾生跑到世間出生，便在無常的生、老、病、死當中產生很多苦惱，也在巨大關係網絡中能夠感受到困頓、束縛，由這樣稍微深入觀察分析，便能知道，眾生活在世間的處境，並不是我們眼前看到的，好像大家可以自由來去、沒問題，其深層、真實的處境是既困又苦的。這是第一層次的知苦，也就是了解到活在世間根本的處境是困苦的，但是這樣了解還不夠，如果不要任其宰割受困世間，想要從這樣的困境解脫，就要進一步去探究，這些苦是怎麼產生出來的，是第二層次的知苦。

肆、困境之產生

由上一節，可以了解到，活在世間的處境，根本為困苦的，所以究其困苦的原因，是到世間來出生，而且傻傻地活著，所謂的傻，指的是不清楚怎麼會跑到世間來，也不知道活著這一輩子要做甚麼，也不知道死往何處去，也不知這整個生命歷程、整個世界的運作是怎麼一回事，就只是看人家怎麼活就怎麼活，大家怎麼說就怎麼說，或者照本能驅使：想吃就吃、想喝就喝、想睡就睡、想罵人就罵人、想生氣就生氣，遇到不如意事就破口大罵、怪東怪西、怨天尤人、嚎啕痛哭...，雖然覺得活在世間很苦，但是不知道為什麼會這樣，甚至也不去真正探究到底為什麼會這樣。在佛教就說，這是無明的表現¹³。所以，把事情弄清楚怎麼回事很重要，也就是，推到第二層次的「知苦」，知道苦是怎麼產生出來的。

首先，很有必要說明出生是怎麼一回事，否則的話，若有人看見佛教說出生是困苦的根本原因，便認為其解脫的方式是結束生命，也就是死亡，而認為佛教

¹³ 「彼云何無明？若不知前際、不知後際、不知前後際，不知於內、不知於外、不知內外，不知業、不知報、不知業報，不知佛、不知法、不知僧，不知苦、不知集、不知滅、不知道、不知因，不知因所起法，不知善、不善、有罪、無罪、習、不習，若劣若勝、染污清淨、分別緣起、皆悉不知，於六觸入處不如實覺知，於彼彼不知不見，無、無間等，癡闇無明大冥，是名無明。」 (T. 99, vol. 2, p. 85a)



是消極厭世的，甚至變相提倡自殺，那就整個錯得很離譜。佛教提出活在世間是苦的論斷，絕非要提倡輕生的行為。

佛教觀看出生，並不像一般世人所認為的，出生就是開始、起點，而死亡是結束、終點，若一定要說，佛教則會說，出生是這輩子波段的開始，但不是出生之前甚麼都沒有。世間的事情，並不會無中生有，像是電燈亮了，其之前須要有非常多非常多的因緣條件促成：燈泡、管線、電線等的配置，那麼就又要關聯到燈泡製造工廠、電線製造工廠、發電廠、以及裡頭的員工、整個公司管理、架構、建造、培訓，再推到學校、老師、校長以及整個學校的經營，還有材料的開採、加工、運輸等等，一直追索的話，如同一棵不斷分岔的樹，追索不完，許多關聯的條件，或近或遠、或間接或直接，但都不能缺少，其中一點點環節出錯，燈就不會亮。所以看似簡單的一個燈亮起來的現象，背後推動的因素多到難以想像。出生就像燈亮一樣，是一個浮現出來被一般人覺察到的現象，但出生不會僅僅只是出生而已，其背後一樣有許多推動的條件。

這便能帶出，佛教所說的因緣法，又名緣起(*pratīya-samutpāda*)，表示一貫的機制，謂：「此有故彼有¹⁴」。意思是說，會產生什麼現象或事物，是由於關連條件的適當配合推動出來，有這些條件便推出這樣的事物，所以事情並沒有本身出現、或存在的。那麼，佛教對於出生的界說是認為，得到積聚相關的條件、得到可以跑到世間的機會，就叫做出生¹⁵。那麼在上一輩子波段結束是甚麼繼續再推動這輩子的出生呢？經典裡這樣說：

佛告婆蹉：「眾生於此處命終，乘意生身生於餘處，當於爾時，因愛故取，因愛而住，故說有餘。」〔《雜阿含經》第 957 經；T.99, vol.2, p.244a〕

也就是說，臨終的時候還有對於世間的貪愛，於是是不是死了甚麼都沒有，這貪愛的心態就會像在風中飄的火花，飛到下一處有燃料的地方就繼續復燃，由於貪愛而抓取，因此抓取出下一輩子的條件，又出生出來。看另外二則經文更加清楚：

「云何有身集趣道？愚痴無聞凡夫，見・不如實知色集、色滅、色味、色患、色離，不如實知故，樂色、歎色、著色、住色，樂色、歎色、著色、住色故，

¹⁴ 「云何為因緣法？謂，此有故彼有。」(T. 99, vol. 2, p. 84b)

¹⁵ 「云何為生？若彼彼眾生、彼彼身種類生，超越和合出生，得陰、得界、得入處、得命根，是名為生。」(T. 99, vol. 2, p. 85b)

「云何為生？謂彼彼有情，於彼彼有情類，諸生等生趣，起出現蘊，得界、得處、得諸蘊，生起命跟出現，是名為生。」〔《緣起經》；T.2, no. 124, p. 547c〕



愛樂取，緣取有，緣有生，緣生。老、病、死、憂、悲、苦、惱。如是純大苦聚生，如是受、想、行、識廣說，是名有身集趣道。比丘！有身集趣道，當知即是苦集趣道。」〔《雜阿含經》第 69 經；T.99, vol.2, p.18a-b〕

佛告婆羅門：「我論因、說因。...有因有緣集世間，有因有緣世間集。...愚痴無聞凡夫，色集、色滅、色味、色患、色離不如實知，不如實知故，愛樂於色，讚嘆於色，染著心住，彼於色愛樂故取，取緣有，有緣生，生緣老、死、憂、悲、惱、苦，是則大苦聚集，受、想、行、識亦復如是。婆羅門！是名有因有緣集世間，有因有緣世間集。」〔《雜阿含經》第 53 經；T.99, vol.2, pp.12c-13a〕

有身，指的是跑到世間而出現的身體，有身集趣，意思是說明跑到世間出現的這個活生生的生命體其集合的因素、推動的條件之原因。跑出來活生生的生命體，或者擴大來說整個世間，充塞著形形色色的生命型態，交織成一片複雜的生命世界網絡，但是推動道理在根本上都是一樣的，由以上兩則經文，可以歸納出三個要點。

第一，都是從有因、有緣的方式，拆解目前成為組合的有身或世界，解開其變化組合的來龍去脈，呼應到上一段講的因緣法：此有故彼有。出現在世間的任何人、事、物沒有是本身存在，或者說沒有是靠自己產生、存在，而不由其它因素組合推動。基於根本一貫的空性，條件適合，事情就產生出來。

第二，外表是生命體出生到世間，但主軸卻是由於貪愛染著之心，繼續對世間、對感官對象抓取的心停止不住，因此就繼續跑到世間，身體物質上的朽壞解散，並不能阻止要繼續抓取的心態。喜歡吃蛋糕的人，並不會因為蛋糕被吃完了，就善罷甘休，除非能夠從心態入手，把喜歡吃蛋糕的心態熄滅，否則不管怎樣都會想盡辦法千方百計，不辭千里再去買更多的蛋糕；喜歡賭博的人，就是把雙手雙腳都綁起來，心是綁不住的，就會千方百計找其他方式去賭博，尋找可以賭博的出路。

不只是貪愛會表現抓取，一些攪動雜染的心態，像是害怕、嗔恨等等，也會表現出像貪愛一樣的抓取。由於一般人平常並沒有經常提起生老病死的現實，在這方面做認識、準備與心態上的練習，因此臨終的時候慌亂害怕得不得了，就往熟悉的、活了一輩子的生活方式抓取，想要維持，維持不住了，就想辦法再找下一個熟悉的世間的生活方式，因此也是一樣繼續生死輪迴，嗔恨的道理也一樣，緊緊地抓住嗔恨的對象，也都是表現出對世間抓取。



在外表上表現有出生、死亡的生命歷程，其骨子裡是心路歷程的一貫，從上一個生命歷程波段的結束追逐到這一輩子，因此問題的癥結在於心路歷程、起心動念，而不在於表現出來的身體，所以，把身體毀掉、自尋死路都不能解決根本問題，由這些攪動的心態，只會繼續抓出更多更多身體，繼續生死輪迴。

第三，從這兩則經文，可以看到，強調在於對色、受、想、行、識等等的產生「不如實知」。會對於世間的貪愛、抓取，更根本來自於不清楚色、受、想、行、識也是組合出來的，不清楚這些會解散，不清楚這些舒服的感受、目前好看的樣子都是因緣生，都在變動之中，趨向毀壞，不清楚若貪著於這些上會引發痛苦，也就是本章一開頭提到的，眾生傻傻地過日子，無明的表現。

推到比較底層，初步可以說，無明便是造成一切錯誤、糾纏、痛苦的根本因素。

爾時，世尊告諸比丘：「若，比丘！諸惡·不善法生，一切皆以無明為根本，無明集、無明生、無明起。所以者何？無明者無知，於善、不善法，不如實知，有罪、無罪、下法、上法、染污、不染污、分別、不分別、緣起、非緣起不如實知，不如實知故，起於邪見，起於邪見已，能起邪志、邪語、邪業、邪命、邪方便、邪念、邪定。」〔《雜阿含經》第 750 經；T.99, vol.2, p.198b-c〕

「謂，無明、行、識、名色、六入處、觸、受、愛、取、有、生、老病死憂悲惱苦，是名緣生法。」〔《雜阿含經》第 296 經；T.99, vol.2, p.84b〕

爾時，世尊告諸比丘：「若於所取法，隨生味著、顧念心縛，其心驅馳、追逐名色，明色緣六入處，六入處緣觸，觸緣受，受緣愛，愛緣取，取緣有，有緣生，生緣老病死憂悲惱苦，如是如是純大苦聚集。」〔《雜阿含經》第 284 經；T.99, vol.2, p.79b〕

因為無明，欠缺明明白白的智慧，由於不清楚事情是怎麼回事，因此用錯誤的心態染著在世間，用錯誤的方式對待自己、對待別人、對待這世界。這一類活生生的例子太多：父母不知道甚麼是對小孩比較好的方式，不去了解小孩子的心態，只是一味的嚴格要求，最後兩敗俱傷，小孩逃家、反叛，大人懊惱、生氣、失望。以前人不知道生物鏈的關聯，濫用殺蟲劑、濫用化學藥劑、隨便排放汙染物的嚴重性，常常要等到身體生出了怪病、生態失衡、物種滅絕、氣候異常等等的徵兆顯現，才猛然驚覺，但事情早就已經由太多複雜因素、太多錯誤糾纏在一起，牽涉層面太廣、太多，而無法控制，當大家已經習慣於享受物質、揮霍資源，



再要大家刻苦、節省已經是很難的事情，於是只能眼睜睜地看著失控的火車高速向前奔往懸崖。

同樣的，由於不清楚生、老、病、死是怎麼回事，不清楚起心動念的影響，不清楚活在世間的目的地、去向，因此就錯誤地使用身體、錯誤地使用心態、錯誤地使用一輩子有限的生命時光，因此做出很多錯誤和傷害，縱貫向度上，在所謂的自己的這條心路歷程上，一路從無明、然後行、識等等滾出貪愛、抓取，然後抓出一輩子又一輩子的生死輪迴、憂悲惱苦。

橫貫向度上，這些錯誤的對待，也傷害波及到周遭的人、事、物，而我們也被周遭的人、事、物錯誤的對待傷害，在這當中激出更多的貪婪、瞋恨、愚痴，弄得滿目瘡痍，再也分不清是誰欠誰、誰傷害誰，都一起被牢牢地綑綁在這個關係網絡中，越綁越緊動彈不得，同綁在失控的火車上，大家一起失控地奔向山窮水盡。

總結這一節的重點，困境之得以產生，其最基礎的道理，是一貫的空性，因為空性無所限定，此有故彼有因緣而生，那麼由於無明、不清楚事情怎麼一回事，因此面對世間做出許多錯誤的心態、錯誤的對待方式、錯誤的努力，激出一堆攪動的心態，而貪著、繫縛在這世間，然後因為執著於色、受、想、行、識，卻留不住，而形成痛苦、憂愁、煩惱。在無窮盡的生死輪迴過程中，累積的習氣使我們一直受到分別見、我執等錯謬見解的驅使¹⁶，而製造出更多的錯謬的心態和做為，這些一直累積一直滾動煞不了車，一路從無明的緣頭，大瀑流水般滾出世間形形色色，許多煩惱痛苦的大海。

伍、解脫之可能：與困境之產生道理一貫

佛教提出的解脫，如何可能呢？既然事情一貫的道理是空性，沒有事情是有自性的，基於能夠改變、基於是有因有緣而聚集產生，那麼，能夠產生出來的問題，以同樣的道理，也就能夠一項一項地把聚集的因緣解開、解散，所謂：「此有故彼有，此生故彼生，此無故彼無，此滅故彼滅¹⁷」。就像積木堆積起來的房子，有本事堆多高，同樣的動作逆向操作變成減法工程，就能夠讓房子解消而夷為虛空。把造成困境、縛結的因素一樣一樣排除，於是便把困境、打結綁在身上的解消掉，綁在身上的結縛解散掉，也就是從動彈不得的情況離開，那麼也就解

¹⁶ 「凡愚不知，由無始來·過惡·薰習，於自心內，變作能取、所取之相，而生執著。」〔《入楞伽經》；T.16, no.672, p.618b〕

¹⁷ 「所謂此有故彼有，此生故彼生，謂：緣無明有行，乃至生、老、病、死、憂、悲、惱、苦集；所謂此無故彼無，此滅故彼滅，謂：無明滅則行滅，乃至生、老、病、死、憂、悲、惱、苦滅。」(T. 99, vol. 2, p. 67a)



脫於綑綁。所以，解脫，不是另外有一個東西叫做解脫，也不是要製造或做出一項東西叫做解脫，而是把綁在身上的、打結的、動彈不得的情況排除，就是解脫。

那麼，在第一步帶出的，是先清清楚楚透徹了解困境、束縛是怎麼產生的，看清楚問題的癥結，就像要解開身上的繩子，第一步要先看看這繩子是如何纏繞、如何打結，看清楚了癥結點，下功夫才能招招打在痛處。這在第三節已經帶出第一層次的知苦，了解到眾生活在世間的處境是困苦的，在第四節帶出第二層次的知苦，並不是看在表面，因為看在表面的話，每樣問題外表都是千差萬別，以洞察的方式，看進問題形成的根本原因，這些原因是普遍適用而一貫的，不會因為對象不同就要換另一套不同的解釋說詞。

能夠清楚知道問題是怎麼產生的，距離解決問題也就剩下一半的路程。這剩下一半的路，是針對問題的癥結提出適切的解開方法。前一節提到跑到世間出生而有種種困頓、束縛，其主要原因來自於無明，不清楚事情是怎麼一回事，因此《雜阿含經》第 1 經，開宗明義就帶出排除無明而生明的辦法：

爾時，世尊告諸比丘：「當觀色無常，如是觀者，則為正觀，正觀者則生厭離，厭離者喜貪盡，喜貪盡者，說『心解脫』；如是觀受、想、行、識，則為正觀，正觀者則生厭離，厭離者喜貪盡，喜貪盡者，說『心解脫』」
〔《雜阿含經》第 1 經；T.99, vol.2, p.1a〕

第 1 經很清楚地教導，觀察身體集合的五蘊是無常的，這樣觀看，稱為「正確的觀看」，如此正確的觀看就能夠清楚事情是怎麼一回事，是一直在變化的，初步，就不會傻傻地抓在五蘊，希望能夠一直維持安定不變，也因此就不會在事情變化，或流失的時候傻傻地痛苦還不知道怎麼會這樣。看清楚事情是一直在變化的很重要，因為了解到世間一切變動而無常，沒辦法長久保存依靠，也就了解到這些變動、短暫組合而成的，不應該是我們努力追求的重點，因此就不會把全部的重心靠在上面，以為這些是生命的全部，而能夠遠離，並把重點放在值得下功夫的心態品質與內涵上，這些是可以不斷鍛鍊、累積的，因此修行者便安住在修行道路上，不會因為周遭的變動而煩惱、不知所措¹⁸。

所以，第一步是正確的觀看，能以正確的方式觀看事情怎麼一回事，也就能朝著排除無明的遮蔽而生明的方向。可是光是正確的觀看，還有點單薄，佛教帶出的是全面的系統，包括身、語、意三方面的配套措施。

¹⁸ 可參閱：蔡耀明，〈佛教住地學說在心身安頓的學理基礎〉，《正觀》54 期〔2010 年 9 月〕，頁 5-48。



閻浮車問舍利弗言...復問：「舍利弗！有道有向，修習多修習，常修善法增長耶？」答言：「有。謂，八正道。謂，正見、正志、正語、正業、正命、正方便、正念、正定。」.....「有道有向修習多修習，斷無明耶？」舍利弗言：「有。謂，八正道，正見乃至定。」.....「所謂有身，云何有身？」舍利弗言：「有身者，五受陰。云何五受陰？謂色受陰，受、想、行、識受陰。」復問：「舍利弗！有道有向，斷此有身耶？」舍利弗言：「有。謂，八正道，正見乃至正定。」.....「所謂結者，云何為結？」舍利弗言：「結者，九結。謂，愛結、恚結、慢結、無明結、見結、他取結、疑結、嫉結、慳結。」復問：「舍利弗！有道有向，斷此結耶？」舍利弗言：「有。謂，八正道，正見乃至正定。」〔《雜阿含經》第 490 經；T.99, vol.2, pp.126a-128a〕

在第 490 經，有一系列相關的討論，斷八苦、調伏貪嗔癡、趣得涅槃、得阿羅漢、斷欲、斷縛等等，其方法都是在八正道上，修習多修習。八正道帶出的，是全面的措施，正確的觀看世間〔正見〕，因此就能帶出正確的志向〔正志〕，那麼，要往正道上邁進就要在行為上做正確的事〔正業〕、說適切的話〔正語〕、有純正的心態〔正念〕，因為身、語、意三業是相關聯的，心底深處存著甚麼樣的起心動念，便會做出相關的事、說相關的話，而口出惡言，就算原來只是好玩，可是久了成習慣，也會成為心態的習氣。

除了在自身的行為要純正之外，由於我們還活著，而這世界並不是只有我的世界，打開三界六道，還有跟其它眾生一同在生命世界中生活著，因此就會有互動，彼此的行為會互相影響而交織成一片關係網絡，前面提到，錯誤的互相對待方式，會滾出許多雜染、攪動的心態，而把大家都綑綁在世間，有時候，就算自己好好做，不想繼續淌混水，也會因為關聯的關係網絡而動彈不得，因此與眾生的互動也是很重要的，在社會當中盡量選擇良善的職業、能夠帶給世界幸福、智慧或正面意義的職業、對世界有幫助的職業，不做會傷害世間的職業，像是屠宰，這是「正命」。如此能減低在世間關係網絡上綑綁的力量。那麼，持續在這些導向正道的事上下功夫〔正定〕¹⁹，消極面，慢慢一點一滴把過去綑綁的、造成限制的鬆動掉，積極面，就一直朝向正道跑去，已經不只是消極地要把從束縛中脫離，而是就是要往解脫的境界，也就是廣大的高超的方向奔去。

¹⁹ 「何等為正見？謂：說有施、有說、有齋，有善行、有惡行、有善惡行果報...，何等為正志？謂：出要志、無恚志、不害志。何等為正語？謂：離妄語、離兩舌、離惡口、離綺語。何等為正業？謂：離殺、盜、姪。何等為正命？謂：如法求衣服、飲食、臥具、湯藥，非不如法。何等為正方便？謂：欲精進，方便出離，勤競堪能，常行不退。何等為正念？謂：念隨順，念不妄不虛。何等為正定？謂：住心不亂，堅固攝持，寂止三昧一心。」 (T. 99, vol. 2, p. 203a)



「云何緣生法？謂，無明、行...。若佛出世、若未出世，此法常住，法住法界，...謂，緣生故，有老、病、死、憂、悲、惱、苦。此等諸法，法住、法空、法如、法爾，法不離如、法不異如，審諦真實不顛倒，如是隨順緣起，是名緣生法。」〔《雜阿含經》第 296 經；T.99, vol.2, p.84b〕

「諸比丘！若無明離欲而生明，彼誰老死？老死屬誰者？老死則斷，則知斷其根本，如截多羅樹頭，於未來世成不生法。若比丘無明離欲而生明，彼誰生？生屬誰？乃至誰是行？行屬誰者？行則斷，則知斷其根本，如截多羅樹頭，於未來世成不生法，若比丘無明離欲而生明，彼無明滅則行滅，乃至純大苦聚滅，是名《大空法經》。」〔《雜阿含經》第 297 經；T.99, vol.2, p.85a〕

佛經裡也這麼教導，這些產生世間種種的緣起法，是佛陀經修行後證悟而了知的，但不是誰的專利，也不是佛陀的規定，不論佛陀是否出現在世間，這世間的變化規則都是一樣此有故彼有，緣起而生，因此，想要解脫以及解脫的可能，並不需要一定要透過佛陀、透過神才可以。解脫的可能就在於如實地觀察世間怎麼一回事，並在如實觀察之後，腦袋清醒地實踐一系列的身、語、意正確的做為，因此就能用正確的條件、良好的因緣、純正的目標，把以前累積不好的條件，慢慢代換，推動出持續往正道前進的未來，往綑綁越來越少、限制越來越少的方向，然後導向到解脫。

陸、結論

解脫之如何可能，跟受困的情況被製造出來，在道理上是一貫的。基於空性，也就是任何事情並無其自性可言，只要是在世間表現出來，就是由條件因緣推動而成，因此困住如果可能，那麼從困境解脫就有可能，因為一樣是條件的推動。

由於一般人為無明所覆蓋，看不清楚是怎麼一回事，尤其常常看在眼前短暫表面的情形，而沒有看進事情一貫的變化，因此就使用錯誤心態和所做所為在面對〔所謂的〕自己與世間，在片面、短暫、幻化而成的情境上抓取，抓成自我、抓成對象，要抓著固定不變，而製造一堆問題，產生痛苦、煩惱與綑綁。

因此，既然知道了推動出一連串問題的根本關鍵，在於無明，在於不清楚、不如實知事情怎麼一回事，透過對於世間正觀察、正思維，而了解到世間由因緣推動、條件組成，把自我解開，把世間原本看成可欲的對象都解開，了解到這些做出來的都是變動的、抓不住的、會造成困苦的，因此不再追逐世間也就不再追



逐困苦，在主軸的心路歷程上，就把重心放在功德內涵的深耕，在與世界的互動上，就盡量不做會製造問題的事，因此便能一點一點把造成綑綁的因素排除，而導向解脫。