

四聖諦綱要

在上一篇文章中曾介紹了三界六道跟解脫果的關係，接下來要介紹聲聞菩提其最主要的修學法門，也就是“四聖諦”！四聖諦法門包含有“苦聖諦”，“苦集聖諦”，“苦集滅聖諦”，以及“苦集滅道聖諦”。

為什麼四聖諦要稱為“聖諦”呢？首先「諦」的意思，就是指聖諦的內容是法界裏面的“諦實”之理——如果把聖諦的內容，跟法界的事實來驗證，就可以結論出它是法界裏面確實的道理，所以叫作諦實之理。而為什麼它叫作“聖”諦呢？因為這個諦實之理，它可以讓一般的衆生，在修學四聖諦的道理之後，成為解脫的賢聖，所以就叫作聖諦！因此，修學四聖諦，就是要讓衆生能夠超凡脫俗，成為解脫道裏面的賢聖。

四聖諦裏面的第一個苦聖諦，就是要觀察：在法界裏面——在三界六道輪迴當中——是有苦存在的；而這種苦的觀察要從比較粗糙的開始，然後再慢慢觀察到細微的。苦聖諦裏面有三苦、五苦、八苦。三苦就是苦苦、壞苦、行苦！五苦就是諸天苦、人苦、畜生苦、餓鬼苦、地獄苦；另外還有一種五苦，就是生老病死苦、愛別離苦、怨憎會苦、求不得苦，歸結為五盛陰苦！如果把這五苦裡的第一個生老病死苦拆開來，成為生苦、老苦、病苦、死苦，再加上後面的愛別離、怨憎會、求不得、五盛陰，這樣就成為八苦！從原來的三種苦，然後慢慢地進入愈來愈細緻的觀察，到最後觀察到它的詳細內容時，就可以完全用苦聖諦的道理去驗證三界裡面的現象了。

什麼叫作苦苦呢？苦苦的意思就是，它本質上確實是苦。譬如說生病，生病之苦確實是苦，沒有一個人會說生病是快樂的；生了病找不到好的醫

生，或者是現在的醫學科技，不能解決這樣的疾病，他就要承受很多身心的痛苦，讓人求生不得，求死也不得；而這種痛苦就是苦苦。

所謂的壞苦，就是即使生活在快樂的境界裏面，最後也會產生苦。譬如在人間，夏天吃霜淇淋時，因為天氣很熱，所以當我們吃第一個霜淇淋的時候，會覺得非常地快樂，可是等到再吃第二個時就沒有像第一個那麼快樂了；如果繼續吃，身體變會開始發冷而快樂的覺受也消失了，如果還繼續再吃下去就會產生苦的覺受。所以壞苦就是指快樂的境界一直在變化，而且快樂程度會遞減，乃至最後它會成為苦。不只人間有壞苦，而境界比人間好的諸天，也有壞苦！

另外一個行苦，雖然是放在第三，可是在前面的苦苦、壞苦中，也有行苦在裏面。什麼是行苦呢？我們就用以下的例子來作說明。假設有人修禪定，在打坐的時候發起了輕安的境界，在這個境界裏面他一直持續輕安，沒有變化，所以不覺得有苦，因此也就沒有苦苦、與壞苦；可是，事實上在這個境界裏面是有行苦的，只是因為它在變壞的時候，太微細了，所以他沒能發現罷了。然而只要心夠細，還是可以觀察到行苦的，怎麼說呢？因為一個人在打坐時發起的輕安境界，不管再怎麼美好，終究還是要下座去睡覺——因為在打坐當中，他的意識在領受這個輕安快樂境界的同時，本身也在繼續的生滅變異；因為生滅變異，所以意識會疲勞，因而終究還是必須下座去休息、睡覺。這表示在輕安的喜樂狀況之下，還是有行苦的。在法界裏面，主要的三種苦就是苦苦、壞苦、行苦。

如果再繼續深入觀察，在五苦、八苦裏面，還有所謂的愛別離苦。一般的愛別離是說，跟自己的親人及好友雖然非常的恩愛，最後總是要分別；別離之後就產生了苦，這仍屬粗糙的苦。至於聲聞菩提裏面所說的愛別離苦，是指我們對於五陰產生了貪愛，而最後失去了我們所貪愛的五陰時，就會因為分離的關係產生了苦。談到八苦，除了粗糙的苦要觀察之外，對於跟我們的身心有關的這種比較細微的愛別離苦也要觀察。

另一種苦是怨憎會，如果我們碰到不好的境界，譬如碰到自己的身根不好了，那就是怨憎會。

經過種種這樣類似的深入觀察之後，就可以得到一個結論：在三界六道裏面都不離這三苦、五苦、八苦，所以一切皆苦。因此聲聞人所要觀察的就是，在這三界裏面，沒有一處可樂，一定都是有苦的。

那觀察了苦聖諦之後就要探討：為什麼會有這些苦呢？苦的來源是什麼？是什麼樣的原因導致苦呢？這就是苦集聖諦所要探討的內容！之所以會有集是跟如來藏有關係；因為眾生的貪著、喜歡這些五根，所以如來藏就幫我們出生了五根。聲聞人根本上也瞭解這個道理，因此會聽從佛的所說，去觀察我們之所以會有色陰、受陰、想陰、行陰、識陰，根本在於眾生都喜歡這個五陰。譬如我們人類喜歡“色陰”，是因為貪著這個身體可以行來去注。天人也貪著自己的色陰，因為喜歡他的天身是可以飛行。因此如來藏就依於眾生的這種貪著，幫眾生出生了色陰：在人間就出生人間的色身，而在天界就出生天身。

“受陰”包含有苦受，樂受，不苦不樂受，而我們對於“受陰”也是貪著的。譬如每個人都討厭生氣，認為生氣是令人厭惡，而且還傷身體。可是既然如此，為什麼我們在生氣的時候不馬上停止，還常常一直生氣下去呢？那是因為我們人都很貪著不快樂的境界，所以對於生氣這個不快樂的受也很貪著。

那麼我們對於“想陰”的貪著又是什麼呢？那就是我們常會想要吃飯、睡覺、運動、休息、修學世間各種法，乃至遊行等等，而這些都是我們所貪愛的想陰。因為有了這些願望，所以如來藏就幫我們出生了五陰，繼續產生想陰，繼續在六道裏面生存，這就是所謂的想陰。

至於“行陰”就是我們的行來去止，譬如從一個地方走到另外一個地方，或從一件事情做到另外一件事情，而我們所貪著的就是這些事情的內容跟它的意義。聲聞人因為觀察到這點，所以要把他所有的行陰——也就是身行、口行、意行都完全滅除。因此聲聞人在修學的時候，要把三界裏面所有的“行”都滅除，最後修證了超越四禪八定的“滅盡定”。

識陰是我們有情所最貪著的。譬如說眼識，就是因為很貪著，所以我們才要繼續獲得眼根；耳朵、鼻子、舌頭、身體也都如此，因為識陰有種種我們所貪愛的了別性，這就叫作“識受陰”。

所以苦集聖諦就是觀察苦的根源是從貪愛而來，真正得以滅苦的方法，並非單純地把苦直接滅掉，而是從根本上把貪著滅掉之後，如來藏因為衆生不再貪著於五陰，於是衆生死後如來藏就不再幫他出生五陰；因為五陰於未來世不再出生，而成為如來藏獨存的境界，這就是所謂的“入無餘涅槃”。

但是「集」要如何滅呢？所以接下來我們就要探討“苦集滅聖諦”。

“苦集 滅聖諦”就是要再繼續觀察五陰，進而觀察到五陰它本身的禍患。因為只要有色身存在，一定會有病、老、死。心的部分也是一樣，因為受、想、行、識的存在，最後必定會趨於壞滅，所以總是會有苦的產生。因此在“苦集滅聖諦”裏面，就是要探討五陰的過失、憂患，最後把五陰的貪愛完全滅掉。滅掉貪愛之後，就不會再因為五陰的出現而有苦了，這就叫作解脫於三界六道。

我們要注意的一點就是：雖然聲聞人把五陰的貪愛滅除，最後讓五陰不再出生了；但五陰滅除不再出生之後，並不是變成空無，而是還有一個如來藏的存在，否則解脫就成為斷滅空。

我們除了要探討“苦集滅聖諦”以外，還要探討“苦集滅道聖諦”，因為如果聲聞人，在證得初果、二果、三果、四果時，可能還沒有成為俱解脫的阿羅漢、三明六通的大阿羅漢，因此還要繼續過他的生活，才能夠往上修學；這個時候他就要依於“八正道”的道理繼續生活；所謂八正道就是“正見、正思、正言、正行、正治、正命、正志、正定”。也就是說，聲聞人雖然實證初果以上，還要繼續在人間生活，隨緣度眾，所以還是要依於八正道的道理，繼續修行，來讓他後面的道業往前邁進。

八正道裏面的第一個是正見，就是要依於前面四聖諦的道理，繼續觀察法界裏面種種的苦、種種的集；然後在生活之中、在隨緣度眾之中，把種種苦的貪著完全滅除，滅除掉之後才能夠完全實證聲聞菩提所有的果證。所以說在苦集滅道聖諦裏面，就是要依著八正道的道理，來過所謂“中道”的生

活；中道的生活就是不苦不樂的生活，不會去追求快樂而產生貪著，對於苦也不拒絕，所以聲聞人也不會有憂患。為什麼？因為他會觀察：即使我有障道因緣，這些障道因緣也是不堅固的，它一定是因緣和合，因為因緣和合的關係，這些障道因緣最後也是會壞滅。所以聲聞人在生活之中，不會憂愁，也不起貪著，因此他最後就可以順於解脫，而解脫於生死流轉。

總結來說，四聖諦的基本內容，就是苦集滅道；而苦集滅道也是依出世間的因果而說，所以背後也是有如來藏的存在，才能讓他的解脫果，可以在一世又一世的修行之後，最後可以出離三界生死。

