

初果, 二果與初禪

此文旨在解說聲聞道二果與三果的修證。眾生之所以會沉淪在生死大海之中而不得解脫，原因在於無明——無明就是不瞭解三界五陰諸法都是無常、苦、空、非身、無我；卻把五陰法當做是真實的、常住的、可樂的、是值得追求的。因為有這個無明（或叫作一念無明），眾生在現前的一念當中，就已經被這個無明所纏繞，所以會一世又一世的輪迴而不得出離三界。

一念無明包括四種：見一處住地煩惱，欲界愛住地煩惱，色界愛住地煩惱，無色界愛住地煩惱(或叫作有愛住地煩惱)。也就是眾生因愛樂於欲界、色界、無色界的境界，而被束縛在三界當中輪迴。而這三界住地煩惱的背後，就是我見——也就是見一處住地煩惱（才會輪迴生死不得解脫）。

眾生之所以會產生喜愛或厭惡的先決條件就是有「我」的存在；如果沒有「我」存在，就不會有喜樂與厭惡了。換言之，眾生樂著於三界就是因為有「我」的想法與見解。因此要解脫於三界就必須斷我見。打個比方：如果一念無明是一棵樹，則我見就是它的根；欲界愛、色界愛、無色界愛，就是它的樹幹、枝條與葉片；如果我見不斷，則三界愛就不可能斷除；因為只要樹根還在，三界愛就會繼續生長出來，不會真的消失。

前文曾經說明，一旦斷了我見，即成就了聲聞初果（也就是須陀洹果）。初果人是不會再以三界當中的任何一個法，當作是真實的我的。所以不久之後連帶著疑見、戒禁取見也會一併斷除。我見、疑見、戒禁取見，這三個就叫作三縛結。也就是說證得初果的人斷了三縛結，就是斷了一念無明的第一個部分——見一處住地後，還剩下欲界愛、色界愛與無色界愛的煩惱未斷。因此證得初果的下一步，就是要斷除欲界愛。

為什麼呢？因為欲界愛的內容深廣，而且現前就已經被這個欲界愛所纏縛了，因此三界愛當中，要先斷除的當然就是欲界愛。初果人雖然已經親證：三界五陰法當中，沒有一個法是真實可依靠的；但由於對於欲界的貪著尚未斷除，所以此生結束後，下一生仍然必須出生在欲界天中。最鈍根的初果人，雖然不會再往生三惡道，但下一世則會生在欲界天中，如此人間天上往返七次之後，才能夠證得四果入般涅槃。這是佛在《長阿含經》中所說的「得須陀洹道不墮餘趣，極七往返必成道果」的道理。

這裡有一個問題是：初果人既已經斷結證果，也現證五陰法的無常、苦、空、非身、無我，怎麼還會貪著欲界法呢？原因就是過去多生以來，所累積的貪著習氣尚未改變的緣故。用《雜譬喻經》中的一個故事來說明：

以前在西方有一個王國，向來缺少馬匹，國王花了國庫很多的錢買了五百匹的戰馬，用來防禦國境。一陣子之後，由於沒有戰事，國王就說：「與其花這麼多錢來養馬，不如讓這些馬進到磨坊裏去幫忙磨麵粉吧。」所以這些馬就進到磨坊裏磨麵粉去了。幾年之後鄰國真的入侵了，這時候國王要用這些戰馬上陣；而由於戰馬已經習慣於每天在磨坊中繞著石磨轉圈圈，所以上了戰場，竟然不懂得如何衝鋒陷陣；士兵急著拿馬鞭鞭打這些馬，馬反而更努力繞著原地轉圈圈。鄰國看到了這個弱點，就一舉攻下了這個王國。

這就是說，由於過去多生以來，熏習欲界的五欲，導致已經變成一種習慣與「思惑」，而成為三界愛的煩惱。初果人斷的是見惑，但三界愛的思惑卻尚未斷除。見惑與思惑是不同的，否則一念無明，也就不必再分成四種住地煩惱了。

然而初果人要怎樣斷欲界愛呢？在《長阿含經》中，佛說：「三結盡、薄淫、怒、癡，得斯陀含，還至此世而取滅度。」意思是說初果人滅盡了我見、疑見、戒禁取見的三縛結後，要修除欲界愛時，就必須淡薄欲界的淫愛、瞋恚以及無明——這樣子就可以證得二果斯陀含，下一世就會出生在欲界天；再下一世則會回到人間而取證四果阿羅漢並取證涅槃。

也就是說，初果人在斷了三縛結之後，仍然要用心於觀行微細的五陰、六入、十二處、十八界法，繼續觀行微細的五陰仍然是無常、苦、空、非身、無我的；乃至於一一陰、界，皆是能緣所緣平等平等。現前就現觀到：無論是能緣的識，或者是所緣的五塵、六塵、五蘊，都真的是平等平等；因為它們都是自己內心、內六入的內相分法而已。

如是看到能緣與所緣真是平等，而一一苦；如是苦集、如是苦集滅，而成就苦滅道諦。也就是初果之後，仍然要再繼續觀行現前的現象界法，以破除過去所沒有發現到的五陰法上面細微的執著；以這樣子斷三縛結以及五陰的空觀當作基礎，再進而斷除欲界愛。

欲界愛的內容總共有粗、中、細九品。斷除粗品與中品的六品法，就叫作二果斯陀含人。意思是說二果人仍然有微細的欲界愛，所以下一世將會出生在欲界天上，還不能出離欲界。

欲界愛的具體顯現，就在五蓋障上（貪欲蓋、瞋恚蓋、睡眠蓋、掉悔蓋、疑蓋）。需要很用心才能捨離這五蓋。五蓋障的第一個叫作貪欲蓋，是說執著貪愛於五欲法、貪著欲界當中的色、聲、香、味、觸的境界。眾生被五欲所纏縛，無時無刻都想要去攀緣五欲的境界；對於五欲有的執著，就會障礙我們修道。第二個叫瞋恚蓋，是說眾生對於那些不如我們自己原先預期的境界上面，生起了憤恨的心，這種瞋恨心當然會障礙我們的進步。第三個

叫睡眠蓋，它包括了昏沉與睡眠，無論是昏沉或睡眠，都會使我們的心暗淡，無法積極的去完成修道。第四種叫掉悔蓋，心突然躁動叫作掉，對於已經發生的事情不能接受，而產生了憂惱叫作悔。無論掉與悔，都會使我們的心產生熱惱，而在原地踏步無法向前。第五個叫作疑蓋，是說對於一件事情猶豫，無法心得決定，長時為這件事情心生憂愁，所以會障礙了修道。

前面所說的五蓋就如同蓋子一樣，遮覆在我們的頭上，遮覆了光明，所以叫作五蓋障。要言之：要斷欲界愛，就要以斷我見及五陰的空相空觀為先決條件；用這樣子的智慧來歷緣對境，一次又一次地去觀行五欲法的生、住、異、滅之相，去觀行五蘊法的無常、苦、空、非身、無我，遠離一切的現行；到最後，甚至只是一個妄念的產生，都如同被矛刺了一下的疼痛。這就是聲聞道的修學方式，用這個方法來斷除對於欲界愛的執著，而心不動搖。

可以想想看，被一把矛刀從胸膛刺穿過去，痛不痛？所以對聲聞道的人來說，到底什麼時候是快樂的呢？經中說對於聲聞人而言，只有方便說有一個時候是快樂的，那就是入滅盡定；滅盡一切，叫作受斷樂。可是在滅盡定當中，無一法可立；另外還要有動中的定力，也要透過持戒來輔助斷除欲界愛；因為持戒能夠讓我們息止惡習，開智慧，增進福德，定力深細，特別是佛所告誡的重戒，千萬不要違犯以免因犯重戒而障道。

經過了一段時間後，如果能夠將欲界愛完全斷除，心不再染著便解脫於欲界，而成為三果阿那含了，其意是不來欲界了。因為三果阿那含人，已經斷盡了對欲界的執著，所以下一生不會再受生於欲界。

在斷除欲界愛的過程當中，心不動搖，常住勝解作意的一境，所以定力會逐漸的增上。也就是說，隨著欲界愛的淡薄與斷除，欲界定還有近行定

(就是初禪前的未到地定)，這些定力都會逐漸地具足；所以當我們把欲界愛斷除，證得三果的同時，初禪也會發起，因此證得初禪是三果人的特徵之一。

在《六度集經》中，佛說初禪的行持法，必須要去除貪愛五欲要脅之事，要消除眼見美色的狂亂，要消除耳聞聲、鼻嗅香、口觸味、身觸境的貪好；修道之士必須要遠離這些欲念，要遠離五蓋障，也就是貪欲蓋、瞋恚蓋、睡眠蓋、淫樂蓋、掉悔及疑蓋。所以修學禪定是斷除欲界愛的一種手段、一種工具。佛也說發起初禪之後，才算是真正的禪定。因為初禪以後才能夠解脫於欲界，進入色界的境界。初禪以下的未到地定與欲界定，嚴格來說，並不算是真正的禪定證量，因為沒有能力脫離欲界故。

證得初禪就一定是三果人嗎？答案是不一定！因為三果人一定證得初禪，反之則不然；因為解脫道中的果位是依四種住地煩惱（見惑、思惑）的斷除來判定，而非依禪定的證量來判定的。例如斷我見得初果，斷我見及斷欲界愛則證得三果。所以只有證得初禪的凡夫，沒有不證得初禪的三果人，當然更不會有不證初禪的阿羅漢。

現在很多的法師大德，不明白這個道理，每天雖然努力的攝心打坐，用功修行；可是初禪始終不發起，原因就是因為不瞭解：證初禪是依斷欲界愛而發起的。如果只是讓自己每天一直保持在常寂常照的境界當中（不斷欲界五欲的貪愛），初禪將永不現起。然而（一般人）就算是發起了初禪，也只是凡夫一個；因為聲聞果位的判定就是斷我見。

初禪發起的時候，就是離開了欲界的境界，而生起色界的境界，因此初禪又叫作離生喜樂定。初禪的境界總的來說，有五支功德：覺、觀、離生、喜、樂。初禪中有覺也有觀，覺與觀又叫作尋與伺，覺是粗心分別，前心了

別。譬如說我們要瞭解一件事情的時候，首先是對這件事情做一個主動的向外搜尋大致的瞭解與印象，這個就叫作覺。觀，則是說在覺之後，所生起的細心的領納與後心的觀察。

初禪有覺也有觀，所以也稱為有尋有伺定。在經中稱讚 佛，說 佛是「大龍常在定，無有不定時」。意思就是說，佛在任何時刻都保持在定中。譬如說為眾生講經說法時，至少也是在有覺有觀的初禪裏面。而離生是指離開了欲界生（後世不再出生於欲界中）。

這時候因為發起了色界天的天身——色界天的天身依於欲界身而發起了。而色界天身清淨，然欲界天身粗重；這時候如果我們靜心向內觀，就會發現色身沒有五臟六腑，如雲如霧，體表上下猶如一層最薄的薄膜；而且會發現鼻識與舌識的運行消失了。我們就可以體會到，原來所謂的色界天身，色界的清淨四大是這麼一回事。至於喜、樂，將於後文再詳細介紹。

本文介紹了初果到二果，初禪的發起，初禪有五支功德，初禪是三果人的特徵之一；下文將繼續介紹初禪的後兩支功德，以及三果人的差異、品相及種類。