

从五比丘和须跋的例子看阿罗汉的道与果

法增比丘 (Bhikkhu Dhammavaro)

必须证阿罗汉果以断轮回

[大般涅槃经]里世尊告诸比丘说：「诸比丘!因为我等不证知、不通达四种法，我与汝等如是长久轮回流转。是那四种法呢?诸比丘!因为不证知、不通达圣戒，我与汝等如是长久轮回流转。诸比丘!因不证知、不通达圣定，我与汝等如是长久轮回流转。诸比丘!因不证知、不通达圣慧，我与汝等如是长久轮回流转。诸比丘!因不证知、不通达圣解脱，我与汝等如是长久轮回流转。诸比丘!若有觉知、通达圣戒、圣定、圣慧、圣解脱等四法，则断尽有欲，灭尽导有之渴爱而永不再生。」

我们在经过学习戒学一段日期之后，就可以开始学习观照，观照的要点是必须澈底的去观照五蕴诸名色法，并且顺序从观照色法做起。观照它是无常、苦、无我。然后进而观照名法的受想行识也是无常、苦、无我。

世人执着于有众生，有有情，认为自己不灭，是堕于常见；这是「因为没有专注生灭，为相续所覆蔽，因此不现起无常相。」([清淨道论]21品)。有些人认为死了就没了，灭绝，是堕于断见。正观的人，如实的知道五蕴，便精勤地厌离于贪，为寂灭而努力行道，佛称这种人为具眼者。

在[增支部 IV. 189 经]里佛言：「比丘!此世间为‘想’所引导，此世间为‘想’所牵。‘想’生之后，此世间为‘想’所支配而行。

在[长阿含. 梵动经]中佛指出外道因为萨迦耶见 (Sakkaya-ditthi) 故生起六十二邪见或恶见：即本劫本见十八，是过去计有我；末劫未见四十四，是未来计有我。十八过去有我见：即常见论四，亦常亦无常论四，有边无边论四，无因而有论二，种种论四。四十四未来有我见：即有想论十六，无想论八，非有想非无想论八，断灭论七，现法涅槃论五。修习上述的观禅以破除这些邪见。

解除了想的执取后，行者要解除对识的执取。

在[相应部. 犍度篇. 第二无常品]：「世尊说：识是无常，以识所生起之因、缘亦是无常，诸比丘!依无常之因、缘所生起之识，如何是有常耶?」又[相应部. 犍度篇. 第三重担品]：「世尊说：若识之灭、息、没者，则苦灭、病息、老死没。」在[杂阿含 42 经]里佛陀讨论七处善三种观义指出：「云何识如实知? 谓六识身：眼识、耳、鼻、舌、身、意识身。是名为识。如是识如实知。云何识集如实知? 名色集是识集。如是识集如实知。云何识灭如实知? 名色灭是识灭。如是识灭如实知。云何识灭道迹如实知? 谓八圣道：正见、乃至正定。是名识灭道迹。如是识灭道迹如实知。云何识味如实知? 识因缘生喜乐。是名识味。如是识味如实知。云何识患如实知? 若识无常、苦、变易法。是名

识患。如是识患如实知。云何识离如实知？若识调伏欲贪、断欲贪、越欲贪。是名识离。如是识如实知。」一个行者在死时（名色灭）舍弃识，让它自然的停下来，不要起任何的念或识，识自然灭。这必须在平时常常修习它，不然可能一念生起，又再轮回去了。

阿罗汉果要修的根

在[阿毘达磨發智论]卷第十五说：“几根得阿罗汉果？答：十一。”

是那十一根呢？即是：

1. 信根。
2. 勤根。
3. 念根。
4. 定根。
5. 慧根。
6. 乐受根。
7. 喜受根。
8. 舍受根。
9. 未知当知根。
10. 已知根。
11. 意根。

阿罗汉道的圣者必须园满培育发展这十一根。

阿罗汉的道与果

阿罗汉道智——阿那含圣弟子已断五下分结(oramhagiyasam-yojana)，但还有五上分结(uddhambhagiyasamyojana)系缚他于生死轮回里，这是要断色贪或色界生命之欲，无色贪或无色界生命之欲，掉举、我慢与无明。

[相应部五 第二 觉支相应]里佛说：「诸比丘！有五上分结。以何为五耶？色贪、无色贪、慢、掉举、无明是。诸比丘！此为五上分结。」

在[相应部五 第一 道相应]里佛说：「诸比丘！有五种上分结。以何为五耶？色贪、无色贪、慢、掉举、无明是。诸比丘！为证知……遍知……遍尽……断此五种上分结，应修习八支圣道。」

因此阿罗汉的道是断除五上分结。‘色界贪’是对色界的贪爱，也就是对色界定境界的贪爱。由初禅至四禅，因为离开了欲界，依修定的业处的地、水、火、风、青、黄、赤、白、光明遍、虚空遍、安般念等而入定，因此所入的境界是色界。

‘无色界贪’是对无色界的贪爱，也就是对四禅八定等境界的贪爱。四禅八定因为离开了欲界，不依色界的地水火风等业处，而是依无色界的‘空无

边’、‘识无边处’‘无所有处’、‘非想非非想处’而入定，所以禅定的境界是无色界。有定力的修行者，很容易迷失在色界及无色界的四禅八定里。

‘掉举’是指心不能静下来、在修定时心一直是往世间法跑去，但‘掉举’的深意是内心深处不安止：不能安心。因内心的不安，故不能证果，生死轮回不能解除。

‘我慢 *māna*’是指由我、及我所生出来的种种慢。这慢有三种：慢是一种不善心所，它的特相是骄傲，作用是自己称赞自己，现起是虚荣，近因是生于与邪见不相应的贪根心。有成就的人是极易生起我慢心的。在佛法修持上，定的成就也会使一个行者生起我慢，它生起于自我评估，自认比别人优越 (*atimāna*)，不如 (*omāna*) 或相等 (*māna*) ([增支部]VI, 49)。它的对治是以无常观，不净观和正思惟来消除。佛说：「我从昔来至今现在，常说慢过、慢集、慢生、慢起，若于慢无间等观，众苦不生。」([杂阿含 105 经]) 因慢生起，行者不能修习十种舍：即六支舍(六根门的舍)、梵住舍(修行者对众生的舍)、觉支舍(舍觉支)、精进舍(忆念舍)、行舍(八种定的行舍与十种观智的行舍)、受舍(不苦不乐受)、观舍(对诸行的中舍)、中舍(保持善心的平衡和谐)、禅舍(对禅定境界的舍)、和遍净舍(心住于舍，舍念清净)。

[毗婆沙论]和[阿毗达磨品类足论]把‘我慢’细分为七种：‘单慢’(自己与他人比)，‘过慢’(偏说自己优越)，‘慢过慢’(以慢心反说自己优越)，‘我慢’(内执有‘我’，外执有‘我所’)，‘增上慢’(以慢心未证言证)，‘卑劣慢’(对他人多分胜者说自己少分卑劣，或知道自己卑劣仍不服他人)，‘邪见慢’(作恶仍然贡高)。这有助于认识我慢的多元性。

最后‘无明’是指无有智慧，犹如盲眼的瞎子，虽有肉眼，但无慧眼。佛教的道理如四真谛、十二缘起、苦、空、无我等、众人不明白也不想知道。众生就在无明障碍下，把五蕴当成是我、我所有。因此众生就继续在大黑暗里继续造更多的恶业，长夜轮回。

佛说：「诸比丘！我等由于不懂四法，未看清四法，汝等与我都在此生死轮回中流转了如此之长的时间，游荡了如此之长的路程。何为此四法？戒、定、慧与解脱。但是，诸比丘，当懂得并看清这四法时，断除的是生死爱欲，不再有生死。」([大般涅槃经]》，[长部]十六经])

为证得道果，第七圣者向阿罗汉的行道智集中五根、五力、七觉支，以三相反复思惟观察，并在行舍智后由一意门转向生起随顺智及种姓智，而在种姓智后生起阿罗汉道及智。它断了四漏的有漏与无明漏。它也断除了其余不善心所：痴、无惭、无愧、掉举、慢、昏沉与睡眠，所以阿罗汉也被称为漏尽者 (*Khinasava*)。

「诸比丘!过去未来之色皆是无常，何况现在之[色]耶?诸比丘!有闻之圣弟子如是观，不顾过去之色，不悦未来之色，对现在之色趣向厌离、离欲、灭尽。」（[蕴相应 9.9]）受、想、行、识也如是。

「诸比丘!过去未来之色皆是苦，何况现在之[色]耶?诸比丘!多闻之圣弟子如是观，不顾过去之色，不悦未来之色，对现在之色趣向厌离、离欲、灭尽。」（[蕴相应 10.10]）受、想、行、识也如是。

「诸比丘!过去未来之色皆是无我，何况现在之色耶?诸比丘!多闻之圣弟子如是观，不顾过去之色，不悦未来之色，对现在之色趣向厌离、离欲、灭尽。」（[蕴相应 11.11]）受、想、行、识也如是。

阿罗汉道要修的是十圣道，那即是：正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定、正解脱、正解脱知见。

在[中阿含·圣道经]中佛说道：「云何正解脱？比丘者欲心解脱，恚、痴心解脱是谓正解脱。」

云何正(解脱)智？比丘者知欲心解脱，知恚、痴心解脱，是谓正(解脱)智也。是为学者成就八支，漏尽阿罗诃（阿罗汉）成就十支。

云何学者成就八支？学正见至学正定，是为学者成就八支。

云何漏尽阿罗诃成就十支？无学正见至无学正智，是谓漏尽阿罗诃成就十支。」

在[沙门果经]里佛对阿阇世王说沙门的现世果报：「如是心寂静、纯净，无烦恼、远离随烦恼（五盖），柔软、恒常活动，而且在安住不动之状态时（心得安止定，四禅），比丘之心，倾注于智见（定后生起的智见）。彼如次知：“我此身是由色所成、四大种所成、父母之所生，饭粥所长养者，是无常、破坏、粉碎、断绝、坏灭之法。我之识与此相关连、依此而存在者。”」如是沙门能照见色的无常。这是修行人所能得到的现世果报。

故此三果圣人以下的学者成就八支，即八正道。而漏尽阿罗汉则成就十支，即无学八正道加无学正解脱与无学正(解脱)智。因此正解脱就是涅槃，正解脱智就是知道证悟涅槃。

阿罗汉果智——它也有两三个果心，因他烦恼已断尽故，所以他是人天的应供者。阿罗汉有信解脱、身证、俱解脱、见到及慧解脱五种。他是第八圣者。

修阿罗汉道须观五蕴为病、痛、刺、殺、无常、苦、空、非我

在[杂阿含 259 经]里舍利弗对摩诃拘絺罗说：「拘絺罗！得斯陀含果证已，欲得阿那含果证者，当复精勤思惟，此五受阴法为病、为痛、为刺、为杀、无常、苦、空、非我。所以者何？是所应处故。若比丘於此五受阴精勤思惟，得阿那含果证已，欲得阿罗汉果证者，当复精勤思惟，此五受阴法为病、为痛、为刺、为杀、无常、苦、空、非我。所以者何？是所应处故。若比丘於此五受阴法精勤思惟，得阿罗汉果证。」

观五受阴法是病，为何是病？因它们是不坚实的，不健康的，无常的，是苦的，是烦恼的，是不可乐的，是愁悲苦忧恼法。观五受阴法是痛，为何是痛？因它们是肮脏的，肿胀的，出脓的，极痛苦的，必死的。观五受阴法是刺，为何是刺？因它们是刺痛的，极痛苦的，不自在的，是愁悲苦忧恼法。观五受阴法是杀，为何是杀？因它们是怨敌，是怖畏，是祸，是灾患。观五受阴法是无常，为何是无常？因它们是变易的，不稳固的，动摇的，不恒久，毁灭的。观五受阴法是苦，为何是苦？因它们是不自在的，不能自主的，是愁悲苦忧恼法。观五受阴法是空，为何是空？因它们是不长久的，变易法，不实的，毁坏的，虚幻的。观五受阴法是非我，为何是非我？因它们是非自，非我，非他，非任何人的，不属于任何人。

五比丘的证果

五比丘之一的憍陈如（Kondañña）是为悉达多太子看相的八位的婆罗门之一，也是最年青的，他精通三部吠陀，是唯一宣称太子会成为佛陀的婆罗门。他在为太子看完相之后，就与其他四位同伴——跋提迦（Bhaddiya），卫跋（Vappa），摩诃男（Mahānāma），与阿说示（Assaji）出家修行去了，并期待着太子悉达多菩萨成佛后向他学习。后来菩萨在乌鲁维拉（Uruvela）修六年苦行，五比丘陪伴着菩萨共修。但是菩萨发现苦行不是正确的方法后，放弃苦行，并接受牧羊女的供养。於是五比丘就离开了，前往仙人堕处（鹿野苑 Isipatana）。

五比丘离开了悉达多菩萨后，在鹿野苑修苦行，佛陀在觉悟七星期后，在大梵天王的启请下才答应开示佛法，因此佛陀决定先向五比丘说法。

在讲[转法轮经]后憍陈如生起远尘离垢之法眼：「有集法者，悉皆有此灭法。」因而首先开悟为须陀洹。他证悟了什么呢？他明白了佛法的四圣谛法。集法与灭法是生灭法，所指的是色法，也即是色身是生灭的，这是十六观智的生灭随观智（udayabbaya ñāna），因此憍陈如对四圣谛法在听完 [转法轮经] 后对生灭的色法已知、已修、已灭、已证。因此佛才说：「憍陈如悟矣！憍陈如悟矣！」这时他已七十岁。一个年纪这么大的人向一个比他年青几十年的人学，真是难以相信，世人多是为了保护自己的尊严，倚老卖老，由此可见他是真心的。当然当时佛教还未出现，他还是一个婆罗门的修行者，婆罗门教信大梵天王是造世主，婆罗门教徒有善根的相信佛陀，他应是第一人。

同样的，其他四位比丘——跋提迦，卫跋，摩诃男，与阿说示在听完[转法轮经]后分别在两天至四天内证得初果，而在五天后佛陀为他们开示[三法印经]（[无我相经]）后一起证得阿罗汉果。在那五天里，佛陀没有开示任何法。

只是让他们充分的通晓[转法轮经]的深意。他们在听完[三法印经]后如何证悟呢？首先他们都是波罗蜜极是雄厚的行者，他们也分别是对一切的名色法，五蕴法的色受想行识，真正的看到五蕴是生灭的，他们能透彻明白五取蕴——即是色执取蕴、受执取蕴、想执取蕴、行执取蕴、识执取蕴的过去、现在、未来、内、外、粗、细、胜、劣、远、近十一种情况的真相，它们都是无常、苦、空、无我的。因此他们对四圣谛法苦已知、苦灭道已修、苦集已灭、苦灭已证。

以[杂阿含 42 经]所讨论的七处善三种观义来看的话，那即是於色已知，色集已断，色灭已证，色灭道已修，色味已知，色患已除，色离已越欲贪。於受已知，受集已断，受灭已证，受灭道已修，受味已知，受患已除，受离已越欲贪。於想已知，想集已断，想灭已证，想灭道已修，想味已知，想患已除，想离已越欲贪。於行已知，行集已断，行灭已证，行灭道已修，行味已知，行患已除，行离已越欲贪。於识已知，识集已断，识灭已证，识灭道已修，识味已知，识患已除，识离已越欲贪。

五比丘的善根可以从五下分结与五上分结来解释。他们对菩萨都有信心，所以疑断；他们无贪，可从修苦行看出；他们弃菩萨而去，同时他们同意在见到菩萨时不要招呼他，所以有一些嗔；修苦行是一种戒禁取；要修苦行求解脱说明是身见；因此有些不同程度的五下分结。修苦行及修定是色界贪与无色界贪；掉举应该还有；认为修苦行是善法，及不要招呼菩萨是我慢；因此无明当然存在。这说明了五上分结。所以五比丘会在几天内证悟阿罗汉果，断除五下分结与五上分结是有很强的善根的。

须跋的证果

在[大般涅槃经]里记载须跋（Subhada）以一个一百二十岁的外道修行人，在听到佛要涅槃的消息，独自前来，心想既然佛陀要涅槃了，要是不向佛陀发问问题，解除他自己心里的疑惑，将来决不会再有机会的。

他对佛问道：「瞿昙！那些沙门、婆罗门，有僧伽、有弟子，智者而有名声，为弟子之师、一教之祖、大众尊敬者，犹如不兰迦叶、末伽梨侨舍利、阿浮陀翅舍金披罗、波浮迦旃、萨若毗那梨弗、尼健子等，他们都自言，以自己的智慧而知？或都不知？或对诸法或某部分知、某部分不知呢？」

「止止！须跋！不要这么说：他们以自己的智慧而知？或都不知？或对诸法某部分知、某部分不知呢？须跋！我为你说法，请你谛听，善忆念之，我当为你说。」

须跋应诺世尊：「唯然，世尊。」

「须跋！于任何法、律中，无八支圣道者，其处则无第一之沙门果、无第二之沙门果、无第三之沙门果、亦无第四之沙门果。须跋！于任何法、律中，有八支圣道者，其处则有第一之沙门果、有第二之沙门果、有第三之沙门果、亦

有第四之沙门果。外道沙门之言论皆是空幻。然而，须跋!若诸比丘住此正道者，此世间则不空缺阿罗汉。」

「须跋!
我岁二十九，
出家求善道，
我出家以来，
已经五一年，
正理正法地，
常作偏游行，
于此境地外，
则无沙门果；

不但无第二沙门果、第三沙门果，亦无第四沙门果。外道沙门之言论皆是空幻。然而，须跋，若诸比丘住此正道者，此世间则不空缺阿罗汉。」

为什么只有佛教中才有沙门果呢？佛时的外道与现在的外道都一样，没有四圣谛法，不修八正道，不解释众生轮回的真相，只是以教瞒骗的教义，自然不会有沙门果。

须跋听后明白了，佛陀的教理才是真正的教理，于是请求出家，在获得佛允许后，他独住远离，不放逸，诚心精勤而住，不久，他现世自知、证得圆满之无上梵行。自知生已尽、梵行已立、所作已办、自知不受后有。

他如何证果呢？须跋是外道，他虽然长期修行，修各种法门，但不得法，唯有在佛陀的指导后，明白在佛法里，有四圣谛，修八正道，十二缘起，不偏不悖，以正道修习，因他经已长期修行，具足戒定慧，但因为有少许的疑惑障碍他的开悟，在接受佛教后，透彻四圣谛三转十二行，认识五蕴为病、为痛、为刺、为杀、无常、苦、空、非我，不久后就证了阿罗汉果。

五比丘与须跋皆是善根极强的行者，五比丘是最初证阿罗汉果者，而须跋则是佛时最后证阿罗汉果者。

许多后来的行者，只要是行正道，都能证得圣果。

结语

佛在[大念处经]里说：「如是，于内法，观法而住；于外法，观法而住；又于内外法，观法而住。或于法，观生法而住；又于法，观灭法而住；又于法，观生灭法而住。尚又智识所成及忆念所成，皆会‘有法’之思念现前。彼当无所依着，且不执着世间任何物。诸比丘!比丘如是，于四圣谛观法而住。」

「诸比丘!实不管任何人,七年间如是修此四念处者,得二果中之一果,即于现法得究竟智(阿罗汉),或有余者,期待不还来(阿那含)。诸比丘!当建立七年间之念。诸比丘!实不管任何人,于六年间如是修此四念处者,得二果中之一果,即于现法得究竟智,或有余者,期待不还来。诸比丘!当建立六年间之念。诸比丘!实不管任何人,于五年间如是修此四念处者,得二果中之一果,即于现法得究竟智,或有余者,期待不还来。... .. 四年... .. 三年... .. 二年 一年 七个月... .. 六个月... .. 五个月... .. 四个月... .. 三个月... .. 二个月... .. 一个月... .. 半月... .. 诸比丘!实不管任何人,于七日间如是修此四念处者,得二果中之一果,即于现法得究竟智,或有余者,期待不还来。诸比丘!当建立七日间之念。如叙述:诸比丘!此为众生之清净,为度忧、悲,为灭苦恼,为得真理,为证涅槃,唯一趣向道,即:四念处,为此而说此经。」四念处的身念处,受念处,心念处,法念处是唯一的修行道,烦恼是我们的,不是佛或菩萨或护法的,眼耳鼻舌身意是我们这边,不在佛或菩萨或护法那边。我们是不是要修正道呢?

我们已经最少轮回了二千五百年的长时间,今生幸遇佛法,又怎么能不努力呢?

法增比丘,澳洲佛宝寺。29/7/2009

愿众生安乐!

欢迎翻印,请先联络作者。请勿删改。

dhammavaro@hotmail.com

<http://chinesetheravadabuddhists.community.officelive.com/> 中华南传上座部佛友协会

<http://groups.google.com/group/learning-buddhism> 学习佛法

<http://ti-sarana.blogspot.com> 皈依三宝

<http://buddha-middle-path.blogspot.com/> 佛陀中道

<http://buddhist-practice.blogspot.com> 修习佛法

<http://w0.5ilog.com/cgi-bin/bbs/sys2/mybbs.aspx?id=0x43737400> 学习南传佛法