

三十七菩提分法

在《增壹阿含经》阿须伦品记载佛言：「若有一人，出现于世，便有三十七品出现于世。云何三十七品道？所谓四意止、四意断、四神足、五根、五力、七觉意、八真行，便出现于世。云何为一入？所谓多萨阿羯阿罗诃三耶三佛(Tathagata Araham Samma Sambuddha)。」是故三十七菩提分法，是佛所教之法，外道是不说的。因为佛出现于世，所以才会有三十七品道。

再举《长老尼偈 Therigāthā》里裴娜长老尼证道偈的事，说明三十七道品的重要性：「裴娜学道品，法圆如满月，痴闇若黑夜，大智遍照灭。」这比丘尼二十岁从大爱道(佛继母 Mahapajāpati gōtami) 出家，修习禅观，佛陀以佛光照她，并教她修三十七道品，她遵教而修成罗汉。

补特伽罗(Puggala)

对三宝有信心的人，会善于利用这宝贵的人生在释迦牟尼佛的教法时代累积足够的波罗蜜，这些是布施、持戒、忍辱、精进、慈爱、出离、智慧、真实、决意和舍。《增支部 4.133 经》里提到四种会遇到佛法的人：

一、顿悟者(ugghātitaññu), 能亲自遇到佛陀, 并能在听闻短短的开示而自证道与果的行者。

二、解悟者(vipañcittaññu), 听闻短的开示, 不会领悟, 但若把开示加以解释, 就会自证道与果的行者。

三、修悟者(Néyya), 不能在听闻短开示的解释后证悟, 需仔细学习说法与解释, 然后依教奉行修习一段时日, 数月或数年之后才能自证道与果的行者。人生又分成三段时期, 青年、中年、老年。少年开始修, 若是精进的话, 在青、中年可得证悟, 若到老年才开始修的话, 充其量只可证初果、二果等, 不能得到解脱, 要是不精进的话, 在现在的释迦牟尼佛教法时代不能取得解脱, 还要能遇到未来佛的教法方可能获得解脱, 这要看个人是否累积足够的波罗蜜。修悟者若是他(她)在今世能好好修持三十七道品, 放弃邪见、邪行与感官欲乐, 获善知识引导, 并且不犯五逆罪, 是有可能在今世证初果。

四、不悟者(Padaparama), 尽管努力学习和修持, 也不能在今生获得证悟的行者, 他(她)能做的只是在培养善根或只是在累积资粮而已。不悟者虽不能在今世证初果, 若因其善根来世生在人中, 而能修持三十七道品的话, 这是有可能在释迦佛的教法时期内获得解脱。

佛在世时有一位大富翁摩诃丹那(Mahādanā) 的儿子, 因为年青时放纵欲乐, 老时心都不能定下来,

他没有机缘遇到佛法僧三宝，更遑论解脱了。佛对阿难说：「若他青年时成为比丘，必证涅槃；中年时成为比丘，会证悟阿那含果，生净居天(阿那含天)证涅槃；若老年时成比丘，会证一来果(斯陀含)或初果(须陀洹)，不再堕在四恶道。」但他都错过了这些机缘。

释迦牟尼佛的佛法时代有五千年，这五千年里都会有四双八辈的圣者出现，只要佛法还能流传，三藏十二部还在人间，像前面的例子，大富翁摩诃丹那的儿子，因为他本身纵欲的结果，死后去到四恶道，虽然他具足波罗蜜，能使他这一生是最后一生，但他心里的烦恼使他无法平静下来。尽管他有可能遇到佛法，他那一世的恶业若使他长久逗留在恶道的话，他将来不及出来善道见到下一位的弥勒佛，而弥勒佛以后将有一段长久的时间无佛出世，你说这是不是很悲苦的事呢？宝贵的人生要善巧地掌握和利用它，它操纵在你手里，你自己好好的想，好好的去做。佛实际上只是指示一条修行的方法与道路让我们去走，我们必需自己亲自走！

正道

佛言：「奉修此正道(八正道)，能尽于诸苦，已知拔欲箭，故我说此道。」[1]「如一边境城，护卫内与外，自当善护卫，勿失修行缘，丧失人身缘，堕恶趣受苦。」[2]「快乐是无常，境生欲水长，人迷逐欲乐，唯得受生死。」[3]

「汝等应自勤，如来唯导师，入道禅修者，解脱魔系缚。」[4]「法已予善说，应行于正法，超越诸欲界，达难登彼岸（涅槃）。」[5]

在《杂阿含271经》里：「佛告低舍(Tissa)：善哉!善哉!低舍，今当说譬，大智慧者，以譬得解。如二士夫，共伴行一路。一善知路，一不知路。其不知者语知路者，作如是言：我欲诣某城，某村，某聚落，当示我路。时，知路者即示彼路，语言：士夫，从此道去，前见二道，舍左从右前行；复有坑涧渠流，复当舍左从右；复有丛林，复当舍左从右；汝当如是渐渐前行，得至某城。

佛告低舍：其譬如是，不知路者，譬愚痴凡夫。其知路者，譬如来，应(供)，等正觉。前二路者，谓众生狐疑。左路者，三不善法。贪，恚，害觉。其右路者，谓三善觉；出要离欲觉。不瞋觉。不害觉。前行左路者；谓邪见，邪志，邪语，邪业，邪命，邪方便，邪念，邪定。前行右路者。谓正见，正志，正语，正业，正命，正方便，正念，正定。坑涧渠流者；谓瞋恚，覆障，忧，悲。丛林者；谓五欲功德也。城者；谓般涅槃。(离狐疑不善法八邪道)

佛告低舍：佛为大师!为诸声闻所作已作，如今当作哀愍悲念，以义安乐，皆悉已作。汝等今日，当作所作。当于树下，或空露地，山岩窟宅，敷草为座，

善思正念，修不放逸，莫令久后，心有悔恨，我今教汝。」(佛告诸声闻精勤行于正道。)

世上有些修行人，虽然遇到善知识和听闻正法，但是因为怀疑和邪见，起不正思惟，产生邪执，执取戒禁和仪式，或追逐五欲，行放逸事，以欲修行，而走上八邪道。有些则因为善根(宿世波罗蜜)不足，遇到邪师，听了邪法，而走上八邪道，比如阿阇世王就是一例。因此遇到坑涧、渠流及丛林，到不了涅槃城！

三十七菩提分法

这三十七菩提分法是诸佛所共同教导的共法，是所有法的总和。佛殷懃地要我们在学习的过程互相学习，如同水乳一般，和同敬顺，直至证果。在《长阿含·游行经》卷二中佛说：「尔时世尊即诣讲堂，就座而坐。告诸比丘，汝等当知，我以此法，自身作证，成最正觉。谓四念处、四意断、四神足、四禅、五根、五力、七觉意、贤圣八道。汝等宜当于此法中，和同敬顺，勿生诤讼。同一师受，同一水乳。于我法中，宜勤受学，共相炽然（勤奋有兴致地），共相娱乐。」

若我们能做到佛教导的三十七菩提分法，那我们都有望于现世证得果位，正法又能久住。这在《般泥洹经》卷上中佛说：「是故当以正心行法。唯行法者，能现世得休(证罗汉果)，现世得安，宜善取持，谛受讽诵，静意思惟，然则我清净法，可得久住，可以愍

度世间众苦，道利绥宁诸天人民。比丘当知，何等为法？谓是四志惟、四意端、四神足、四禅行、五根、五力、七觉、八道谛。如受行可得解脱，令法不衰。」由此可见三十七菩提分法的重要性。

这圣道三十七菩提分法(Bodhipakkiyā dhammas)详细分为七类(七科)：

一、四念处(念住,Cattāro satipatthana)：

身念处、受念处、心念处和法念处。《清净道论》说「各各出入于所缘而现起故为“处”。念即是处故为“念处”，而于此身、受、心、法捕捉不净，苦、无常、无我之相，又成为舍断净、乐、常、我之想而转起故分为四种。」[6]

二、四正勤(正断,Cattāro sammappadhānā)：

未生恶令不生，已生恶令断，未生善令生，已生善令长。

三、四如意足(神足,Cattāro iddhipāddās)：

欲如意足，勤如意足、心如意足、观如意足。

四、五根(Pañcīndriyāni)：

信根，精进(勤)根，念根，定根，慧根。

五、五力(Pañcabalāni)：

信力，精进(勤)力，念力，定力，慧力。

六、七觉支(菩提分,Sattabojjhangāni):

正念，择法，精进，喜，乐，一心，舍。

七、八正道(Atthangikamagga):

正见，正思惟，正语，正业，正勤，正命，正定，正念。

在《大毘婆沙論》(卷 96, 大正藏 27 册, p497a)里说：「問：何故先說四念住乃至後說八道支耶？答：隨順文詞巧妙次第法故。復次隨順說者受者輕便次第法故。復次四念住從初業地乃至盡無生智，勢用常勝是故先說。四正勝從煖乃至盡無生智，勢用常勝是故次說。四神足從頂乃至盡無生智，勢用常勝是故次說。五根從忍乃至盡無生智，勢用常勝是故次說。五力從世第一法乃至盡無生智，勢用常勝是故次說。八道支見道中勝七覺支修道中勝。」在《俱舍論》中亦有类似说法(卷 25, 大正藏 29 册, p132c)。

小结

三十七菩提分法不是一个一个的拿来修，而是心要常常的系念于它们。培养它，使它巩固，使它能成为随心所欲的修行工具。以安般念来说，若以一入一出息为一次来说，一分钟里就有二十次，觉知是身念处；心念随着出入息是正念；注意着出入息是正勤；修习时是在培育勤根、念根和定根；以令勤力，念力和定力的增长；七觉支的正念，择法和精进觉支在培育中；

八正道里的八支都有不同程度的修持到。四如意足的欲如意足的修习是修习前起欲，坚欲成佛，勤如意足是对安般念修四正勤，心如意足是以安般念培育四禅那，观如意足是对鼻息(色法)和专注的念(名法)常以慧观和修舍。

大富翁摩诃丹那的儿子的例子说明了一点，只要我们明了自己的条件，心常念三宝，虽然我们过去世的业障能带给我们许多障碍，但是变量虽然是有，决定的因素在于我们。尤其是我们的心，心向于道，决心以此宝贵人生及难逢的佛法来修持出离的话，我们会决心排除万难，因此都有可能证初果、二果、三果或四果的。

以下抄录《法句经》中五偈作结：

「人若前放逸，今止而不犯，如月出云散，普明照世间。」[7]

「人若前作恶，今则奉诸善，如月出云散，普明照世间。」[8]

「大地之君主，或生天界者，一切世君王，不胜预流果(初果)。」[9]

「藏六(六根)如龟，防意如城，慧与魔战，胜则无患。」[10]

「贪淫瞋恚痴，是三非善本，身以斯自害，报由痴爱生。」[11]

註釋：

1 《南传法句经新译》，二七五偈。

- 2 《南传法句经新译》，三四七偈。
- 3 《南传法句经新译》，三四一偈。
- 4 《南传法句经新译》，二七六偈。
- 5 《南传法句经新译》，八十六偈。
- 6 《南传大藏经。清净道论》第二十二品，悟醒译。
- 7 《南传法句经新译》，一七二偈。
- 8 《南传法句经新译》，一七三偈。
- 9 《南传法句经新译》，一七八偈。
- 10 北传《法句经》，维祇难译，心意品十二偈。
- 11 北传《法句经》，维祇难译，道利品十五偈。

法增比丘,台北

愿众生安乐！

欢迎翻印，请先联络作者。请勿删改。

dhammavaro@hotmail.com

<http://groups.google.com/group/learning-buddhism> 学

习佛法

<http://ti-sarana.blogspot.com> 皈依三宝