



፞ቖ核心觀念

死刑:以集體的形式,以法律與執法的名義, 遂行殺害、殺生、或殺人之實。

恐怖主義:製造集體的恐懼。將製造的仇敵以集體恐懼的方式標籤化。

※反思的重點

我們如何面對或處理即將產生的怒氣、嫌惡? 我們如何面對或處理來自周遭的干擾、威脅、 歧視、敵意、侮辱、攻擊、殺害? 家庭的秩序是如何維持的? 皇帝後宮的秩序是如何維持的? 國家的秩序是如何維持的? 國際的秩序是如何維持的?

我們與廣大眾生、山河大地的秩序是如何維持的?如何維持的秩序才是倫理適切的?

₩解開考察的向度

粗糙情緒所衍生的好惡關係、愛恨關係、恩 怨關係→調適情意所流露的體諒、善意、 悲憫。

集體扭曲與集體霸凌所衍生的風俗習慣、主流民意、法律制度之以正義為名的懲罰、報復、反擊→以適度的防衛為上限,而不無限上綱為死刑、反擊、戰爭。尋求更多樣的、落實的、靈活的矯正措施。致力於問題癥結的解開與防範未然。締造大家在心路歷程與生命歷程良善的與開通的出路。

► 五停心觀 pañca bhāvanāḥ

```
不淨觀(aśubha-bhāvanā)
慈悲觀(maitrī-karuṇā-bhāvanā)
緣起觀(pratītyasamutpāda-bhāvanā)
界差別觀(dhātu-prabheda-bhāvanā)
數息觀(ānâpāna-bhāvanā)
```

₩經典依據

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉

《妙法蓮花經·觀世音菩薩普門品》

《佛說首楞嚴三昧經》

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-1/3

- 如是我聞:一時,佛住舍衛國,祇樹,給孤獨園。
- 爾時,尊者富樓那來詣佛所,稽首禮足,退住一面,白佛言:「善哉。世尊!為我說法。我坐獨一靜處,專精思惟,不放逸住,乃至自知不受後有。」
- 佛告富樓那:「善哉,善哉。能問如來如是之義。諦聽,善思。當為汝說。若有比丘,眼見可愛、可樂、可念、可意、長養欲之色;見已,欣悅、讚歎、繫著;欣悅、讚歎、繫著已,歡喜;歡喜已,樂著;樂著已,貪愛;貪愛已,阨礙;歡喜、樂著、貪愛、阨礙故,去涅槃遠。耳、鼻、舌、身、意,亦如是說。
- 富樓那!若比丘,眼見可愛、可樂、可念、可意、長養欲之色; 見已,不欣悅、不讚歎、不繫著;不欣悅、不讚歎、不繫著故, 不歡喜;不歡喜故,不深樂;不深樂故,不貪愛;不貪愛故, 不阨礙;不歡喜、不深樂、不貪愛、不阨礙故,漸近涅槃。耳、 鼻、舌、身、意,亦如是說。」

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-2/3

- 佛告富樓那:「我已略說法教。汝欲何所住?」
- 富樓那白佛言:「世尊!我已蒙世尊略說教誡。我欲於西方輸 盧那人間遊行。」
- 佛告富樓那:「西方輸盧那人兇惡、輕躁、弊暴、好罵。富樓那!汝若聞彼兇惡、輕躁、弊暴、好罵、毀辱者,當如之何?」
- 富樓那白佛言:「世尊!若彼西方輸盧那國人,面前兇惡、訶罵、毀辱者,我作是念:『彼西方輸盧那人賢善、智慧,雖於我前兇惡、弊暴、好罵、毀辱我,猶尚不以手、石而見打、擲。』」
- 佛告富樓那:「彼西方輸盧那人但兇惡、輕躁、弊暴、罵辱於汝,則可。脫復當以手、石打、擲者,當如之何?」
- 富樓那白佛言:「世尊!西方輸盧那人,脫以手、石加於我者, 我當念言:『輸盧那人賢善、智慧,雖以手、石加我,而不用 刀、杖。』」

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-3/3

- 佛告富樓那:「若當彼人脫以刀、杖而加汝者,復當云何?」
- 富樓那白佛言:「世尊!若當彼人脫以刀、杖而加我者,當作是念:『彼輸盧那人賢善、智慧,雖以刀、杖而加於我,而不見殺。』」
- 佛告富樓那:「假使彼人脫殺汝者,當如之何?」
- 富樓那白佛言:「世尊!若西方輸盧那人脫殺我者,當作是念: 『有諸世尊弟子,當厭患身,或以刀自殺,或服毒藥,或以繩自 繫,或投深坑。彼西方輸盧那人賢善、智慧,於我朽敗之身,以 少作方便,便得解脫。』」
- 佛言:「善哉。富樓那!汝善學忍辱。汝今堪能於輸盧那人間住止。汝今宜去,度於未度,安於未安,未涅槃者令得涅槃。」
- 爾時,富樓那聞佛所說,歡喜、隨喜,作禮而去。爾時,尊者富樓那夜過晨朝,著衣、持鉢,入舍衛城乞食。食已,還出,付囑 臥具,持衣鉢,去至西方輸盧那人間遊行。
- 到已,夏安居,為五百優婆塞說法,建立五百僧伽藍,繩床、臥 褥、供養眾具,悉皆備足。三月過已,具足三明。即於彼處,入 無餘涅槃。

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-簡介

本經教導在感官通路的觀察與抉擇,既不由於 感官對象的可愛而引發失控的貪欲, 也不由於感 官對象的迫害而引發失控的瞋恨。關鍵在於體認, 由感官通路所打開的生命世界,在心意是起伏奔 流的,在身體則是傾向磨損敗壞的。基於如此的 體認,心意上,抉擇貼切的觀察、正確的認知、 與涅槃之導向;身體上,則抉擇一方面,不由於 身體的舒適或危害而惡化在生命世界的困苦,另 一方面,將此生之身體善用於修行之精進與眾生 之度化。

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-白話翻譯-1/5

- 我是這麼聽說的:有一個時候,佛陀在舍衛國(Sāvatthī)遊化, 停留在祇陀林·給孤獨園裡(Jeta-vane Anātha-pindikassa ārāme)。
- 那個時候,尊者富樓那(āyasmā Puṇṇo)前往佛陀所在的地方, 以頭部敬禮在佛陀的雙腳,退到一邊而坐下來,然後向佛陀報告: 「世尊!謹願您為我講說教法,那就太好了。我將會單獨地安坐 在安靜的處所,精進思慮,住於不放逸,而一系列的要項運作, 乃至貼切地知曉不會再抓取出此生之後的存在。」
- 佛陀向富樓那開示:「能夠向如來請問這樣的事情,太好了,太好了。請聽,請好好專心。我將講說。有視覺裝備之眼根(眼)所能看到的物質,而且還能引發欲求、快樂、想念、滿意、與滋長欲望之情;如果一位比丘看了那樣的物質,就很開心,稱讚有加,而且維持執著(ajjhosāya tiṭṭhati);由於開心、稱讚、執著,就產生歡喜;由於歡喜,就深樂執著;由於深樂執著,就產生貪愛;由於貪愛,就造成障礙;由於歡喜、深樂執著、貪愛、障礙,就距離涅槃相當遙遠。至於聽覺裝備之耳根(耳)、嗅覺裝備之鼻根(鼻)、味覺裝備之舌根(舌)、身覺裝備之身根(身)、知覺裝備之意根(意),也是同樣的條理。

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-白話翻譯-2/5

- · 富樓那!有視覺裝備之眼根(眼)所能看到的物質,而且還能引發欲求、快樂、想念、滿意、與滋長欲望之情;如果一位比丘看了那樣的物質,不因此就開心,不稱讚有加,而且不維持執著;由於不開心、不稱讚、不執著,歡喜即熄滅;由於熄滅歡喜,深樂執著即熄滅;由於熄滅深樂執著,貪愛即熄滅;由於熄滅貪愛,障礙即熄滅;由於熄滅歡喜、熄滅深樂執著、熄滅貪愛、熄滅障礙,就越來越接近涅槃。至於聽覺裝備之耳根(耳)、嗅覺裝備之鼻根(鼻)、味覺裝備之舌根(舌)、身覺裝備之身根(身)、知覺裝備之意根(意),也是同樣的條理。」
- 佛陀接著問富樓那:「我已經扼要地開示教法。你將去什麼地方居住?」
- 富樓那回答佛陀:「世尊!我已經承蒙世尊扼要地開示教法。 我將去西方有一個叫做輸盧那的國土(sunāparanto nāma janapado)居住。」

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-白話翻譯-3/5

- 佛陀接著問富樓那:「西方輸盧那人比較兇悍、易怒、 粗暴、愛罵。富樓那!如果他們對你發出兇悍、易怒、粗暴、 愛罵、而辱罵的舉動,你會怎麼想?」
- 富樓那回答佛陀:「世尊!如果西方輸盧那的那些人在我面前發出兇悍、訶罵、侮辱的舉動,我會這樣想:『西方輸盧那的那些人是善良的(bhaddakā)、明智的,雖然在我面前發出兇悍、粗暴、愛罵、和侮辱的舉動,但是還沒達到用手打我、用石頭丟我的地步。』」
- 佛陀接著問富樓那:「如果西方輸盧那的那些人對你僅止於 兇悍、易怒、粗暴、辱罵,那還好處理。如果更進一步用手 打、用石頭丟,你會怎麼想?」
- 富樓那回答佛陀:「世尊!如果西方輸盧那的那些人用手打我、用石頭丟我,我會這樣想:『西方輸盧那的那些人是善良的、明智的,雖然用手打我、用石頭丟我,但是還沒達到使用刀子、棍棒的地步。』」

13

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-白話翻譯-4/5

- 佛陀接著問富樓那:「如果西方輸盧那的那些人使用刀子、棍棒加害於你,你會怎麼想?」
- 富樓那回答佛陀:「世尊!如果西方輸盧那的那些人使用刀子、棍棒加害於我,我會這樣想:『西方輸盧那的那些人是善良的、明智的,雖然使用刀子、棍棒加害於我,但是還沒達到把我殺死的地步。』」
- 佛陀接著問富樓那:「如果西方輸盧那的那些人把你殺死,你會怎麼想?」
- 富樓那回答佛陀:「世尊!如果西方輸盧那的那些人把我殺死,我會這樣想:『世尊的一些弟子由於用以活命的身體 (kāyena)而感到受夠了苦患 (aṭṭīyamānā harāyamānā jigucchamānā),有拿刀自殺的,有吞下毒藥的,有拿繩索綁住自己的,也有跳進深邃坑洞的。西方輸盧那的那些人是善良的、明智的,藉由施做些許的方式,就讓我脫離此世用以活命的身體。』」

《雜阿含經·第311經》-〈富樓那經〉-白話翻譯-5/5

- · 佛陀說:「富樓那!太好了。你已學到安忍(或調伏/dama) 與止息(upasama)之精髓。你現在具備足夠的能力去輸盧那國土 居住。現在可隨你認為適當的時機前往,幫助那些尚未度脫的得 以度脫,幫助那些尚未安樂的得以安樂,幫助那些尚未涅槃的得 以涅槃。」
- 那個時候,在歡喜於且隨喜於(abhinanditvā anumoditvā)從佛陀 所聽聞的這一番開示之後,富樓那向佛陀敬禮,即便離去。那個 時候,夜晚過了而來到早晨,尊者富樓那在拿著鉢子與僧衣之後 (patta-cīvaram ādāya),進入舍衛城乞食。吃了之後,又出城, 將臥具托付處理,拿著鉢子與僧衣,就出發前往西方輸盧那國土。 到達之後,停留下來,就在該兩季安居的期間(antara-vassena), 為五百位在家男性學習者(優婆塞/upāsaka)講說教法,建立五 百座僧伽使用的園林(僧伽藍/saṅghārāma),而繩子編織成的 坐臥具(繩床/pīṭha)、臥褥(bhisi)、以及提供生活所需的各 種器具,都很完備。在該兩季安居三個月之後,親身證悟三類明 智(tisso vijjā sacchākāsi)。尊者富樓那就在西方輸盧那國土,證 入毫無剩餘依賴之滅度(無餘涅槃/an-upādisesa-nibbāna)。

※《妙法蓮花經·觀世音菩薩普門品》-1/2

- · 〈普門品〉 (samanta-mukha-parivarta)
- 經證一, "eṣa kula-putra Avalokiteśvaro bodhisattvo mahāsattvo bhītānāṃ sattvānām a-bhayaṃ dadāti. anena kāraṇenâ-bhayaṃ-dada iti saṃjñāyata iha sahāyāṃ loka-dhātau."
- 〔梵文本的白話翻譯:〕「善男子!這一位觀自在菩薩摩訶薩將無畏布施給怖畏中的眾生。藉由如此的理由,在此一娑婆世界中,〔觀自在菩薩摩訶薩〕被認定為施無畏者。」
- 「是觀世音菩薩摩訶薩於怖畏急難之中,能施無畏; 是故,此娑婆世界皆號之為施無畏者。」
- (T. 262, vol. 9, p. 57b.)

※《妙法蓮花經·觀世音菩薩普門品》-2/2

- · 經證二,"namo namas tasmā a-bhayaṃ-dadāyâvalokiteśvarāya bodhisattvāya mahāsattvāyêti" 〔梵文本的白話翻譯:〕「『敬禮、敬禮這一位施無畏者——觀自在菩薩摩訶薩!』」
- 「『南無觀世音菩薩!』」(T. 262, vol. 9, p. 56c.)
- "ye kula-putra rāga-caritāḥ sattvāḥ, te 'valokiteśvarasya bodhisattvasya mahāsattvasya namas-kāraṃ kṛtvā, vigata-rāgā bhavanti. ye dveṣa-caritāḥ sattvāḥ, te 'valokiteśvarasya bodhisattvasya mahāsattvasya namas-kāraṃ kṛtvā, vigata-dveṣā bhavanti. ye moha-caritāḥ sattvāḥ, te 'valokiteśvarasya bodhisattvasya mahāsattvasya namas-kāraṃ kṛtvā, vigata-mohā bhavanti." 〔梵文本的白話翻譯:〕「善男子!如果有眾生行於貪欲,但是在確實敬禮觀自在菩薩摩訶薩之後,就會變成離開貪欲。如果有眾生行於瞋恚,但是在確實敬禮觀自在菩薩摩訶薩之後,就會變成離開瞋恚。如果有眾生行於愚癡,但是在確實敬禮觀自在菩薩摩訶薩之後,就會變成離開愚癡。」
- 「若有眾生,多於婬欲,常念恭敬觀世音菩薩,便得離欲;若多瞋恚,常念恭敬觀世音菩薩,便得離瞋;若多愚癡,常念恭敬觀世音菩薩,便得離癡。」(T. 262, vol. 9, p. 57a.)

※《佛說首楞嚴三昧經》-1/2

- 爾時,會中有一菩薩,名魔界行不污,白佛言:「唯然,世尊! 我今當現於魔界中,以自在神力,令魔得住首楞嚴三昧。」
- 佛言:「隨意」。
- 時,魔界行不污菩薩,即於會中忽然不現,現於魔宮,語惡魔言: 「汝寧不聞佛說首楞嚴三昧,無量眾生皆發阿耨多羅三藐三菩提心, 出汝境界;亦皆當復度脫餘人,出汝境界?」
- 魔即報言:「我聞佛說首楞嚴三昧名字,以被五縛,不能得往;所謂兩手、兩足、及頭。」
- 又問惡魔:「誰繫汝者?」
- 魔即答言:「我適發心欲往壞亂聽受首楞嚴三昧者,即被五縛。我適 復念:『諸佛菩薩有大威德,難可壞亂,我若往者,或當自壞,不如 自住於此宮殿。』作是念已,即於五縛而得解脫。」
- 菩薩答言:「如是,一切凡夫憶想分別,顛倒取相,是故有縛;動念 戲論,是故有縛;見聞覺知,是故有縛。此中實無縛者、解者。所以 者何?諸法無縛,本解脫故;諸法無解,本無縛故;常解脫相,無有 愚癡。如來以此法門說法。若有眾生得知此義,欲求解脫,勤心精進, 則於諸縛而得解脫。」(T. 642, vol. 15, p. 637c.)

፟ 《佛說首楞嚴三昧經》-2/2

- 時,魔眾中,七百天女,以天香華、末香、塗香及諸瓔珞, 散魔界行不污菩薩,而作是言:「我當何時於魔境界而得解 脫?」
- 菩薩報言:「汝等若能不壞魔縛,則得解脫。」
- 「云何名為魔縛?」
- 「謂,六十二見。若人不壞此諸見者,即於魔縛而得解脫。」
- 天女復言:「云何名為不壞諸見而得解脫?」
- 答言:「諸見本無所從來、去無所至。若知諸見無去來相,即於魔縛而得解脫。諸見非有非無。若不分別有無,即於魔縛而得解脫。若無所見,是為正見。如是正見,無正無邪。若法無正無邪、無作無受,即於魔縛而得解脫。是諸見者,非內非外、亦非中間;如是諸見亦復不念,則於魔縛而得解脫。」
- 七百天女聞說此法,即得順忍,而作是言:「我等亦當於魔界中,行無所污,度脫一切魔所縛者。」(T. 642, vol. 15, p. 638a.)

