

# 「見清淨」之探討 ——以《清淨道論》為主

林維明

國立政治大學宗教研究所碩士

當人觸對外境時，必然攝取境相，但由於所取的境相可能有局部性或片面性，故未能完全掌握真相，而有以偏概全，以末為本，以是為非的見解。「見」是知見、見解的意思。「見」能引導言行。修學佛法必先建立正知正見，才能趣向解脫道。本論文的主要目的是探討如何修持「見清淨」？

南傳佛教在「見清淨」方面述論的比較具體實用，所以本研究是以《清淨道論》為文本。而本論文僅聚焦在五蘊的色及名（受、想、行、識）之觀照上。

本論文所探討的內容共分為八章。其內容摘述如下：

第一章訂出研究目的、問題意識、研究動機、以及論文章節安排，並定義「概念法」和「究竟法」。並且定義「見清淨」是如實知一切有為法只是名色的因緣和合而已。除外筆者並在本章整理出代表性學術論著的回顧和概括性評語。

第二章分析《清淨道論》各品與三學、七清淨及十六階智的關係。它是修學超凡入聖的歷程。七清淨包括戒清淨與心清淨屬於修止，以及見清淨等五清淨是修觀。止、觀兩者之共同點是善心一境性。而其差異性是對所緣境有、無分別作意，然而禪修者必須止觀雙運才算完滿。一般修觀的方式是從四禪八定的前七種定任何一種禪那中先出定，再作觀，這種修行者叫「止行者」。而另一種修行者是在持戒清淨後，尚未證得色界，及無色界禪那前，便直接嘗試修習內觀者稱為「純觀行者」。

第三章概述色業處與名業處的基本理論。上座部佛教將色法分為二十八種究竟法並用特相、作用、現狀、和近因來區別它們。二十八種色法的識別方法都在本論文中說明。產生色法的因素共有四種，即：「業生

色」、「心生色」、「時節生色」、以及「食生色」。各包含不同的色法。這些色法是我們必須要辨識的究竟法。

破除色法的「相續密集」就是可以清晰，各別地辨識每一粒色聚在剎那生、住、滅的變化過程。若能以智慧看清楚在色聚中每一個究竟法的作用就是破除「作用密集」。而破除「組合密集」是知見色聚中每一究竟法的「自性相」。透過破除此三種密集，才能見到究竟色法，也才能真正的了知「色」。

以眼處門為例，其所包括的色法有眼十法聚、身十法聚、男(女)性根十法聚和心生、時節生和食生各有八法聚，所以共有五十四究竟色法。同理耳、鼻、舌及心所依處等也各有五十四種究竟色法。而身法聚則只有四十四種究竟色法。辨識色聚還需辨別其為明淨或非明淨。辨識色法不但可清晰地辨明各處門所含的色法，而且也是在修名法時作為名法生起的基礎，所以是很重要的。

上座部佛教的「名法」共五十三種，其中五十二種是「心所」，另一種就是「心」或叫「識」。只是認知目標的過程。「心」依其本性可分為善心，不善心，果報心及唯作心。其中「唯作心」包括阿羅漢的「出世間速行心」和將心流轉向所緣的「轉向心」兩類。而後者又可分為五門的轉向心和意門轉向心。上座部佛教雖可將「心」分為八十九或一百二十一種，但其作用可歸納為結生心、有分心、死亡心、五門(或意門)轉向心、眼識、耳識、鼻識、舌識和身識、領受、推度、確定、速行、彼所緣等十四種作用。而由於結生心、有分心和死亡心可合併為離心路，而同一時間只能有眼、耳、鼻、舌、身等的一種識出現轉向心，故僅可歸納為一種，所以再度簡化為八種作用。

通過眼、耳、鼻、舌、身五根門等心路識知各別所緣的過程叫「五門心路過程」。而只發生在意門的心路則叫「意門心路過程」。心路的生起必須依靠因緣條件才能生起，以眼門心路為例，必須具備有所依處或稱眼淨色、作為所緣的顏色、光、和作意等四個條件；而意門心路則需心所依處，法所緣及有分等三種條件。

最完整的眼門心路過程有十四個心識剎那在生滅，從心路的過程觀點而言，「心」識知所緣，只是純粹的生滅而已。並無知者(我)，和所知者(我的)在背後主宰。每一門心路都可產生十五種心路過程，所以五門心路共有七十五種心路過程。這些都必須加以辨識的。

意門心路過程可分為純意門心路過程，和安止速行意門心路過程。前者是完全沒有涉及五根門的心路，只發生在欲界，其呈現的方式依目標的明顯程度和心力的強度有「極清晰」、「清晰」、「不清晰」或「極不清晰」四種。而在色界、無色界及出世間的意門心路過程是稱為「安止速行意門心路過程」。「安止」是心完全安住在禪相中，可以穩定自在的識取所緣。其所緣境都是清晰的，所以沒有清晰及不清晰之分別。

在名法上有相續、組合、作用及所緣四種密集。若想要如實知見名聚中的心法和心所有法的組合元素，就必須要破除名聚中的四種密集。藉由破除密集、進一步觀自相，而培養心智的成長。從破除四種名法的密集上，可了解修行的方法與次第都有很精確的檢測標準。對上述的色業處與名業處的理論必須相當熟悉才能進入實修。

第四章論述五種見清淨的觀色法，其中「簡易觀色法」是指修行者依正念、正見、正思惟觀察當下的身(色法)。「簡略四界差別觀法」是指色身中「地界」具有硬、軟、粗、滑、輕、和重六種特相；水界有流動和黏結；火界有熱與冷；而風界則是支持與推動。修行方法是辨識此十二特相，如是就會發現我們平時所覺受的身體只是地、水、火、風而已。心穩定，則定力增強，則可達近行定。「詳盡的四界差別觀法」是身體中的地、水、火、風相共有四十二行相。這些行相是透過眼、耳、鼻、舌、身五淨色及心所依色法等六種色聚。它們各有十法聚，所以總共有六十種色法聚需要加以辨識的。當然必須先從一個部位為所緣起修，當能很清晰的辨識後，才能再繼續辨識其他的部位。「五蘊

觀色法」，其中色蘊包括二十八種色，應如實觀察其各別的特相、作用、現起、和近因等自相。「十二處觀色法」是觀照眼、耳、鼻、舌、身、顏色、聲、香、味觸等十處和法處中十六種微細色(即二十八色中除了五淨色、四境色、男根色、女根色和食色以外的十六色)，了知他們的特相、作用、現起和近因；及其業生、心生、時節生和食生等色法生起之源，以及其色聚。而「十八界觀色法」的觀法就可如同「十二處的觀法」一樣。雖然有各種不同的觀照方法，但其目的只是在認知色身的本質只是地、水、火、風等二十八種色而已。

第五章論述各種見清淨的觀名法。其中在「覺知觀名法」的方法上指出：對「觸」明顯者，可採取辨識「觸」開始觀察。同理對「受」或「識」較明顯者，則應以辨別「受」或「識」為始，然後逐次擴至至其他名法之觀察。「簡易觀名法」在實修上必須辨識所有眼、耳、鼻、舌、身、意六種心路中所包含的名法，但以先辨識意門心路過程比較容易。本論文中列舉五十二個心所的特相、作用，現起、與近因。識(心)必須依靠心所和色法而生起，如觀名法始於「識」就修習到能夠看到「識」生起許多次。一旦已熟練後，再加上另一個名法，如「觸」等。必須修習到能同時看到兩者生起許多次，然後接著再增加需辨識的另一名法。在「意門轉向心」中有 12 個名法，而在遍作、近行、隨順、種姓及禪那速行等「路心」中，則各有 34 個名法，這種方法就是簡易的辨識名法的方法。

「五門心路」必須要有「意門心路」配合才能生起。所以「觸」對地、水、火、風四大時，所包括的名法必須如實的觀照。心路過程中「五門轉向心」是「觸」。而「領受」是「受」。所以「受」緣「觸」，觀「受」的剎那滅，可由觀身上各種感受的消失。「受」的觀照應作如是觀。「識」是住於正念、正智的無念(無所著)之狀態。「識」法的觀照應作如是觀。

「簡易的四界差別觀名法」亦如同「觀色法」一樣，依六門心路過程的方法辨識心和心所，必須確實已經熟習及確定所觀的名法。

「詳盡的四界差別觀名法」主要討論的是如「觸」明顯者，應辨識觸、受、想、思、識五種名法，然後必須再辨識色法，因為名法是依靠「依處色」而生起的。而此「依處

色」係依地、水、火、風四界而起的。「依處色」的辨識，必須考慮一齊生起的四大種色及所造色，如眼門有五十四種真實色和某些非真實色都必須加以觀察。本章節也討論「五蘊觀名法」、「十二處觀名法」及「十八界觀名法」。以取十一種真實色和十種非真實色為所緣的「意門善速行心路過程」和辨識以「概念法」或「究竟法」為所緣的不善名法的修持。禪修者不能只觀照色法，必須也要辨識名法，以及同時辨識名色法，而且要內觀、外觀及內外觀。使洞察能力能擴及至無限的宇宙空間、最後並對名色一齊作觀照。

第六章主要討論無我論和緣起論兩項。在修觀上所謂徹底的觀是先觀照內在與外在的色法，不但要照見自身的色法是無常生滅的，也要觀照外在他人或外境的色法亦如是再觀照內在和外在的名法，見自、他的心和心所是無常生滅的，確定世間的一切，只是名色的各種因緣聚集，生滅相續而沒有真實存在的人，我與眾生。如是就是「無我論」的證悟。「緣起」是有為法的因、緣、果的生滅理則。諸法是多重因緣互相依靠的關係。諸果也是依諸緣的聚合而得的。「緣起」的內容是五蘊，即名色法。所以佛陀以十二因緣說明有情生命的流轉的世間緣起流轉觀。而又以生、苦、信、悅、喜、輕安、樂、三摩地、如實知出離、離貪、解脫，生滅智等程序說明出世間的緣起還滅觀。

第七章論述「見清淨的實務」，討論與禪定的關聯性。即：南傳佛教在內觀修持上有兩種不同的進路。一種是止行者，而另一種是純觀乘者。雖然「定中作觀」，或「出定作觀」都有可能性。但是「出定作觀」是修「究竟法」。為了利於簡擇、觀察與分別方便，「出定作觀」還是比較實際。本論文並剖析南傳論典中在「行道智見清淨」之前是屬於「異生位」，而見道位是在「智見清淨」；而北傳的論典則認為戒清淨與心清淨是位於「異生位」、見清淨、度疑清淨與道非道智見清淨是「見道位」，而行智見清淨、和行斷智見清淨則為「修道位」。

觀淨比丘曾將《清淨道論》的七清淨修行歷程認定為「倫理解脫學」原理，其所緣相漸次由凡夫的人、事、物相，昇進至究竟真實的涅槃寂滅相。而心智的提昇是由欲界的善心，漸次提昇至出世間的道智及道果。而去除煩惱的歷程由「彼分斷」，修至貪、瞋、癡永斷。從學界的論述引證，發現其論

點是順應時代潮流所安立的一個名相，其實重要的是在實踐上。而在生活上的運用方面，如：敬業、走路、不生氣、用餐、活在當下、及養成正念以及離二見，住於正道中，如果在日常生活中能敏銳地察覺並擺脫分別認知，住於八正道中，就可邁向「見清淨」之道。

最後一章歸納「清淨」是一種完全無染的境界。如同水晶球中有一粒飛塵存在，就能察覺到。凡夫要達到清淨的境界，必須息滅貪、瞋、癡，並廣修戒、定、慧。在《瑜伽師地論》、《成實論》、《顯揚聖教論》、《清淨道論》和《解脫道論》都有論述可達到解脫的「七清淨」。其中「見清淨」是藉由現觀了知名色法生滅實相的現量智，而非經過推論思惟後才了知的比量智的一種修持。

本論文研究的價值是可令漢語學界對南傳上座部的關色、心法的論述有更清晰的理解；對「見清淨」的理論基礎與實修方法更為深入，在推動解脫道上，有關「倫理解脫學」的原理有更清楚的認知，且在實證上也有次第可循，另外對探究「概念法」與「究竟法」過程中的一些假名施設的名相更能掌握、這方面確實有助於實修實證。另外本論文所列參考文獻可強力推薦給學界和實修者研修之參考。

總之，「見清淨」的實修不能只觀照色法，而且也要辨識名法，並同時辨識名色法，重覆地觀內外的名色，觀照再觀照，使洞察能力可擴及無限的宇宙空間，最後並對名色一齊作觀照。「見清淨」是十六觀智的起步，如實知見色法與名法，也就是如實知五蘊、和如實知四聖諦中的「苦諦」。

研讀經典必須不離經文的本義，先以文本為基礎；其次是掌握經文的要義，但最重要的是對經典的實踐。修學佛法需與生命相結合、讓佛法轉化身心與淨化生命，才是真正研讀經典的目的所在。對實修者而言，本論文是具有參考價值的。

筆者建議學界在未來研究方向上應多參考諸經論或諸論師的註釋書作對比與詮釋，以便讓經論呈現其實然。實修必須要有持續不斷的耐心和精進力。若能將珍貴的實修體證經驗寫出來，將有利後學。也算是一件大功德。願大眾能在知見上清淨無染是本論文的重大目的。