

第八講 四諦

——四種真理——苦諦——集諦——滅諦——基本修行教法

「憍陳如！汝等當知，五陰盛苦，生苦、老苦、病苦、死苦、愛別離苦、怨憎會苦、所求不得苦、失榮樂苦。憍陳如！有形、無形、無足、無足、一足、二足、四足、多足，一切眾生，無不悉有如此苦者。譬如以灰覆於火上，若遇乾草，還復燒燃。如是諸苦，由我為本。若有眾生，起微我想，還復更受如此之苦。貪欲嗔恚，及以愚痴，皆悉緣我根本而生。又此三毒，是諸苦因。猶如種子能生於芽，眾生以是輪迴三有。若滅我想及貪嗔痴，諸苦亦皆從此而斷。莫不悉由彼入正道，如人以水澆于盛火。一切眾生，不知諸苦之根本者，皆悉輪迴，在於生死。憍陳如！苦應知；集當斷。滅應證；道當修。憍陳如！我已知苦，已斷集，已證滅，已修道故，得阿耨多羅三藐三菩提。是故汝今應當知苦，斷集，證滅，修道。若人不知四聖諦者，當知人不得解脫。四聖諦者，是真是實。苦實是苦，集實是集，滅實是滅，道實是道。……」

《過去現在因果經》卷三

「我昔與汝等，不見四真諦，是故久流傳，生死大苦海；若能見四諦，則得斷生死。」

《大般涅槃經》卷十五

引敘上面兩節佛經文句，在說明：

佛陀成道後初轉法輪時，向憍陳如五比丘解說四諦法。

四諦法是說明輪迴生死及如何解脫生死的真實道理。

四諦法是分兩層來說明（一）就現實了知生死的苦，從而尋求其招集苦果的原因。

（二）已知苦因，應令其滅盡無餘，解脫生死，證得寂滅。如何證得，有賴於修習正道。

苦是果，集是因，此是世間因果，滅是果，道是因，此是初世間因果。

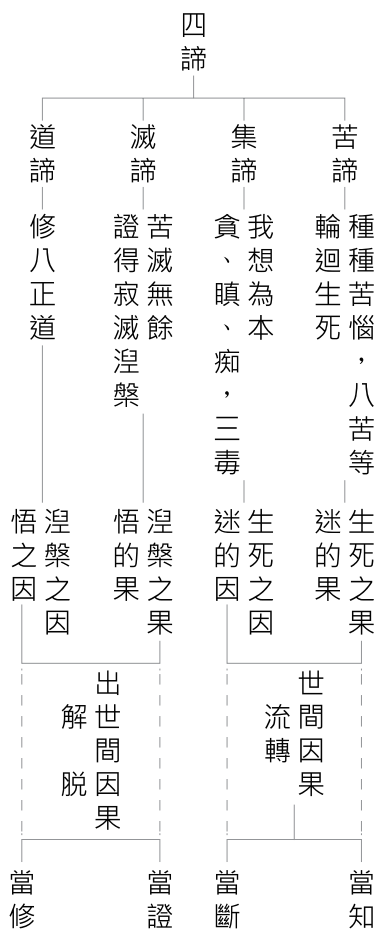
苦是有情生活情態，生、老、病、死等等。集是苦的由來，因有我想而起的貪、嗔、痴三毒。滅是證得寂滅涅槃，了脫生死。道是如何證滅，修習八正道。

諦是真實義，詳審義。苦法、集法、滅法、道法、真實常恆，不論佛出世不出世，都是如此。苦性、集性、滅性、道性、非倒非異，非虛非妄，故名為諦。

若見四諦，可斷生死。

集為苦的根本，知苦而斷集，斷集以離苦，滅為道的收穫，求證滅以修道，由修道以證滅。

先由苦諦以厭離生死，次由集諦以斷除惑業煩惱。再由滅諦以明涅槃果，更由道諦以修涅槃因。



【苦諦】審視世間一切，悉皆是苦，故名苦諦。苦諦以痛惱為義，逼迫為相。一切有情

常被無常患累之所逼惱，輪轉生死，永無窮期。故說為苦。苦相甚多，約之則有：老、病、死三種身苦；貪、瞋、痴三種心苦；地獄、餓鬼、畜生三種後苦；或又分為內苦、外苦、共苦三種之苦；生苦、老苦、病苦、死苦、愛別離苦、怨憎會苦、求不得苦、五陰盛苦、八種之苦。總說又又苦苦、壞苦、行苦、三苦之分。如是世間無量種種苦，莫能避免。所以世間是一大苦聚。

【集諦】苦之來源，必有集起原因，故名集諦。集諦以招聚為義，眾生一切煩惱及善惡諸業，皆由先有我想，及貪瞋痴三毒，由惑造業，而招集生死之苦。故集為苦因。欲了生死的苦果，須斷我想及貪瞋痴種種煩惱所招集的苦因。

【滅諦】滅者滅無義，謂苦滅無餘。舊譯為盡。苦盡無餘，義與滅同。滅諦謂將所有由貪瞋痴所造之業永斷無餘無生死患累，證得清淨寂滅，得涅槃果。

【道諦】道以能通為義，謂通達涅槃之道。欲了生死證涅槃果，必以修道為因。道即八正道，又稱八聖道。即：正見、正思維、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。（下有專講，此不先贅。）

由於上面的敘述，對於四諦真義，可得五個概念。（一）佛陀對於人生價值的判斷，是「一切苦」。（二）「一切苦」的判斷，是由現實觀察得來。（三）「苦」不是注定，

而是基於業因。若能修習正道，便可免除。（四）故四諦真義，不是消極的，又不同於厭世思想。而是有積極的作用，鼓舞向上的意義。（五）因為人生觀是苦，於是發生問題：如何能澈底的解脫苦而得究竟的安樂境界？這是佛家的最高課題。是佛家修行的出發點，又是佛家修行的目標。（六）人生苦痛的根源，因我想及三毒而作業生起煩惱。所以欲除苦痛，不得不斷煩惱，為斷煩惱，不得不修道。這是四諦的要義，也是佛學的基本修行教法。

聲聞 *Srāvaka* 是超出三界的果位，修上述四諦法，就可以達到這種境界。修行人於佛出世時，聽聞佛法，依法修證，故謂聲聞。