

夢幻泡影的創造者——思想

韓承敏

思想反應只是一個境界、一個現象，事實上是完全的背離真實，而真實的存在是隱性的，思想無法帶領我們到達，深陷思想情境之中將錯過生命中真實存在的部份。

思想是大腦結構的功能性運作，在日常生活上，它幾乎主導著完全的自我。我們將會將思想與其帶動的身體行為動作的整體，含糊籠統地認定為自己，並且與其所認定的其他人共生，似乎像一個思想群體的共生物質。每一個人都建立一個各人思想的生活體，以自我為思想主體，形成各自的圓心。這個圓心的特質是有情感卻沒有主見，有主見卻又沒有定性。在此各自獨立的主體互動中矛盾、分裂、衝突、競爭、貪婪、嫉妒、野心……等成為我們生活結構中的必然元素。如此的生命過程是個人思想所建構出來的桎梏，如陷入泥沼，落入深淵，難有出處。這種以各自為主體的現象，是我們一生痛苦的根源。所以，若要倖免於此生之不幸，思想運作是我們必須探索的目標。

思想的運作與功能

思想功能的運作機制其重點略分為兩個方面：一、分別。二、執取。也就是說，思想的功能在相對的觀念下產生分別與執取的作用，並且在分辨事與理的認識過程中擇取自我所愛好或認同的部份，這是思想的功能性運作。分別是依知識經驗為標準，執取是依自我喜好為目的，其差異程度，則因人而異。因此，因為思想以自我意識為準則，所以思想有其必然的主導優勢。

思想是一種意識的表達，所呈現的分別、執取是本能的反應，本能是屬於自我的。所以，自我意識是思想強調的主體。意識一詞也是佛教用語，係指對一切現象能產生分別作用的心。阿毗達磨《俱舍論》卷一：「意識相應散慧，名為計度分別。」所以，思想在強調以自我為主體的前提下，它的運用則是開啓新生命的智慧顯現。簡單的說，分別與執取的運用是依於智慧的善巧方便。其重點在於這種智慧的巧思，應該以善待自他為前提。

我們要認識這種先天的思想行為模式與其主導特

質，這是一種生命的變革，必須跳脫生活現況的運轉模式，才能啟動另一個活躍的生命喜悅。

認識思想有下列三個重點：

一、剖析思想的結構。

就認識思想的方法而言，假如將認識的目標設定在我們生活所有思想的事務上，將無濟於事，因為這只是問題的外緣部份，無法觸及核心。如，僅做枝葉的修剪，無法改善根部的病變。我們必須進入人、事、物的思想結構中，探索思想的真實面貌。

二、認識思想非知識經驗的路徑。

認識思想是一種體驗，不是藉由知識經驗中獲得，不論這種知識經驗有多麼的偉大，對我們寄望於認識的目標來說，這一切都是惘然，沒有多大的價值。

三、實際觀察思想運作的過程。

認識思想需要在思想的過程中去經驗，親身觀察思想的運作，分析了解思想內容的基本元素與其最終的目的，才能發現思想的真正妙用，明白思想的真實價值。

無名的主角「思想」與「身體」

《圓覺經》：「云何無明？善男子，一切衆生從無

始來，種種顛倒，猶如迷人四方易處，妄認四大爲自身相，六塵緣影爲自心相。」此中所謂「妄認四大爲自身相」的自身相係指妄認的身體狀態；「六塵緣影爲自心相」的自心相係指妄認的思想情況。所以，因無明而妄認是我們一般的生活形式。是故，我們唯有在妄認中認識妄認，在顛倒中談論顛倒。

我們就自我的思想與身體來認識無明妄認，有下列三個重點：

一、思想與身體是亦分亦合的存在。

無明的主角思想與身體是自我存在的必要條件，是分置的兩者，也是一體的存在。依構成「自我」的理論來說，思想與身體單一的存在無法成爲自我，必須兩者同時並存，才是自我存在的必要條件。就構成「自我」的性質來說，顯而易見，思想與身體是分置的兩者，思想並不能佔有身體，身體也不屬於思想，此兩者是單一的存在。這是我們對於「自我」構成的模糊認定。

二、思想與身體扮演驅使者與受驅使者的角色。

對於「自我」構成的模糊認定，即使看清並且認同這個事實的現象，對於自我的模糊認知有所體認，自我仍舊不斷地會接受著思想引導，思想始終扮演驅使者的角色，而身體扮演受驅使者的角色，思想慣性地指使身

體的行為。僅就自我言行舉止，行住坐臥之間的觀察，足以發現思想的掌控能力。

三、思想與身體所產生的落差是煩惱之源。

在言行舉止，行住坐臥之間的觀察，除了發現思想的掌控能力外，在這個觀察中，我們會發現到身體與思想之間落差的現象，身體與思想往往不能夠吻合。這種落差是差距也是分裂，這個現象是我們生活的問題根本與煩惱之源。譬如，身不由己、言不由衷、言不顧行、心不在焉等生活表現所產生的問題與煩惱。

四、企圖掌控或調整思想是徒勞無功的。

一旦，我們發現到身體與思想間落差的現象，我們會想要設法改善這個問題，很自然地會企圖掌控或調整思想。首先面臨的會是一股強大的牽制力，形成自我的抗爭，所產生的矛盾衝突，會讓我們企圖瓦解。事實上，思想是不需要去遏止或改變的，遏止或改變只會更增長它的作用。思想是一種接受多重因素影響而變化的結構，所以想要掌控或調整思想只是徒勞無功、更增煩惱而已。

面對思想問題，我們需要經過認識與體驗的過程，很深刻的去認識思想的作用，體驗思想的運作機制，我們就會逐漸緩和對於接受思想擺佈的情況。我們也就會

發現，其解決之道並非向外尋求，它的問題隱藏在思想的本身，只要覺察思想本身所表達的現象。所以，覺察是重點，應該強化覺性，這是一個重要的步驟。

思想是自我的主宰

一般來說，都認為「我」就是自我生命的主宰，但是思想常常採取主動，以它的運作優勢主導自我，所以事實上思想常常成為我們的主導者。思想是建立在過去經驗的一種記憶累積，是文字語言的知識性表達，處於邏輯式的運作，是一種以自我為中心的思維形式。但是，我們無法在這種現象中作自己的主人，也無法掌握一個經由思想所帶來的感覺。譬如，經由視覺所生起的憤怒，聽覺所生起的喜悅，觸覺所生起的疼痛，嗅覺所生起的噁心等，這些憤怒、喜悅、疼痛、噁心等都是自我意識的思想產物。所以，我們會忠實於自我的思想，卻往往誤以為自己可以做自己的主人。孰不知，這只是一種擬似的假性自主能力，終究還是會在思想的牽制下，完全喪失掌控的能力。

以妄認的基本認知來說，我們認為思想與身體的結合體就是自我。當然，身心是一個結合體，然而我們可以試著體驗讓兩者分立，刻意地體驗思想片刻的停止，體驗無思想的存在現象，我們立刻便能發現到無思想現

象的存在部分，因此我們可以得到一項驗證：「思想不是生命存在的必要條件」。在這個認知之下，我們可以提出一個假設，假如思想不是存在的必要條件，那麼我的主人是誰？思想的停滯會是一種死亡的現象嗎？

我們再進一步假設：「身體是自我」。那麼我們可以再提出質疑，身體的部分是自我或者是身體的全部才是自我呢？比方說，在汽車廠的一輛車，在技師一件件的分解或組裝過程中，在哪一個部分的零件被拆解或組裝的時候，我們就會說它不是一輛汽車或它是一輛汽車呢？接

下來我們必須繼續質疑：「誰才是生命的主宰？」這個命題是生命的重點，是一個不需要獲得答案的提問。

事實上，思想只是一個不穩定的邏輯運作，任何外在的因素都有可能讓思想產生變數，思想不接受人為控制。因此，我們應該試著運用思想來發現思想功能的不定性。這樣的體驗無意要否定思想的運作功能，主要的目的只是藉此體驗來認識思想。也就是說，藉由對於思想運作功能的看清，來明白思想的誤判與偏頗。總而言之，認識思想運作是智慧的萌芽，生命的契機在此中發掘。

華梵大學佛教研修學院九十八學年度佛教學系招生

招生訊息：新生入學第一學期可獲得全額學雜費補助，第二

學期起得依規定申請各項優渥獎助學金

報考資格：（不限年齡性別，不論僧俗）國內外公立或已立

案之私立高級中學、高級職業學校以上之應屆
或已畢業學生；或符合報考大學同等學力認定
標準第一條規定之資格。

報名日期：採通訊報名、網路報名及現場報名三種方式，請
擇一方式辦理。

網路報名：九十八年四月十二日至九十八年五月六日

通訊報名：九十八年四月十二日至九十八年五月六日

現場報名：九十八年五月四日至九十八年五月六日

考試日期：九十八年五月十六日（上午進行筆試，下午進行
口試）

考試科目：

（一）筆試（佔百分之四十）

1. 國文（含佛學概論）佔百分之二十五
2. 英文佔百分之十五

（二）資料審查（佔百分之二十）（針對指定繳交資料進行
評分）

（三）口試（佔百分之四十）

連絡方式

地址：223台北縣石碇鄉華梵路一號

電話：佛教學系：02-26632102轉4210、4211

教務處招生組：02-26632102轉2230~33

傳真：02-26633763