# 佛學的解脫論

陳清清

「我找到了！」究竟找到了什麼？這句話是前些時候風行一時的話。處於這種憂患、混亂的時代，相信每一個人都想尋找一個心靈主宰，求得解脫之道。而各種宗教都有它們爲求超越與解脫的要求來做背景；對於超越與解脫的要求，便意識著人類的生活，已進展到相當複雜而深刻的地步，所以以此種超越與解脫爲目標，實在是當前宗教的一大特質。

縱觀今日社會，世風澆薄，人心徬徨，犯罪率與日高漲，這正象徵著人類的墮落與迷失。因此如何改造人心，實爲當前刻不容緩的工作。而佛學的博大精深，夙稱浩如煙海，其義旨的精微奧妙，可說是救治人心的良葯；尤以它的解脫論，更是人生所不可或缺的行爲指標。吾人若能本著佛學的解脫論來處世，即可消除人世間一切恩怨與煩惱，達到不生不滅，物我兩忘的渾然境界！

## 一、解脫的眞諦

那麼，究竟什麼是「解脫」呢？我們翻開「佛學大辭典」，不難窺知其要義。解脫，梵名木底（Muktiy，木叉(Moksa）譯爲解脫。其意義各家說法雖不同，但能相互融通：

㈠或謂離縛而得自在之義，解惑業之繫縛，脫三界之苦果，華嚴大疏五說：「言解脫者，謂作用自在。」又唯識述記一本說：「解謂離縛，脫謂自在。」

㈡或謂涅槃的別稱，因涅槃之體離一切的繫縛之故。唯識述記一本說：「言解脫者，體即圓寂，由煩惱障縛諸有情恒處生死，證圓寂已能離彼縛，立解脫名。」另外在大乘義章卷十八說：「言解脫者，自體無累，名爲解脫。又免羈縛，亦曰解脫。」

㈢或謂禪定的別稱，如：三解脫（註一）、八解脫（註二）、不思議解脫（註三），都是脫縛自在的禪定。

由此可知，佛教是積極而非消極的，其教義的直接目標，是爲求「精神上的解脫」；而精神解脫的狀態，即是「涅槃」的狀態。很多人以爲涅槃是廢滅、是寂無，然而佛陀教人以涅槃自悟悟人，求得一切智慧。也就是六度萬行，而無所不行，不必拘泥於社會組織，也不必拘限於禪定範圍。涅槃的世界，是一種永遠和平、永久安樂的絕對世界，我們應該本著「涅槃」爲本位，對於宇宙人生應給予深切的探討與認識，才能眞正奠定宇宙人生的永恒與絕對的幸福。

如果說在這塵俗的世界裡，到處呈現著浮華、虛僞、利誘等等惡習，那麼稍一失足，將會後悔莫及，而學佛却能幫助我們在這紛擾的世界中，找到一個自己應處的地位，不致淪落於不能自拔的苦海。所以，總而言之，佛學的解脫論是幫助我們脫離苦海的寶鑰。

## 二、如何求得解脫

王陽明曾說：「破山中之賊易，除心中之賊難。」佛學的解脫論主張「制欲」；而「制欲」與「返本」又是相連繫、互爲消長的。其實佛教的「制欲」，並非故意壓制人性，而是要讓人回復本來

面目。人類應該如何才能解脫呢？一般言之，只有遵照佛陀的遺教，如法修持，以達明心見性的境地。

㈠打破一切的我相（即妄執）：人生是有限的，宇宙是無窮的，將有限的人生投向無涯的大宇宙裡，便會感覺自我是何等渺少，因而觸發無數的煩惱。而佛學裡面所說的「諸法無我」，即是要打破一切的我相執着，以解決宇宙人生的煩惱問題，把小我化爲大我，將精神的我執與法執除去，而把人類的精神安放在至高無上的境地，試問煩惱於我何有哉？因此佛陀認爲在這個變化無常的世間，絕難發現有眞我，因爲構成假我的肉體天天在新陳代謝的變化當中，究竟我是昨日的我？還是今日的我？我們永遠找不出正確的答案，所以李白感嘆：「夫天地者，萬物之逆旅；光陰者，百代之過客。」陳子昂也「念天地之悠悠」，而發抒獨自滄然涕下的悲涼。既無我，當然無所謂我的所有物，因此自私自利的念頭便無從產生，那麼煩惱無由，也無苦痛可言。

㈡窺知諸行無常的道理：在瞭解「諸法無我」的道理之後，那麼，諸行無常的宇宙眞理，相信也能被我們所接受。因爲如果我們從時間上去看，一切現象無不是遷流變化，刹那刹那的生滅，世間並無任何固定不變之物，人的生老病死，以至於自然界的森羅萬象，不都是無常的嗎？試看今晚的月亮，與昨夜的月亮，你能說它是完全一樣的嗎？只是吾人不刻意去覺察罷了。這就是「諸法無常」的要義。

對於宇宙人生的一切現象，既是無常而且無我的，從無常無我的現實世界看，並沒有可以求得實我實法的任何東西，有人因而產生苦悶。然而，只要能貫徹無常無我的精神，打破實我實法的觀念，捨離任何欲求，就能獲得絕對空的境界（Eternal blank），這便可以達到「涅槃」的理想境界。

㈢以自力主義爲基礎，擴大胸襟，知足常樂：衆生皆有佛性，只要我們能發揚自己本具的佛性，闡發自己本性的光輝，你就是自己的主人；所以能明心見性的即能成佛。倘若我們要想達到人生的最高目的，其唯一力量，還是要靠你自己去超越解脫。除此之外，實無其他途徑可循。而世尊在遺教經

中常說：「如欲脫離諸般苦惱，當以知足。知足之法，即是富樂安隱之法。」佛經又說：「一切衆生，莫不有心，凡有心者，皆當成佛。」我們應當以佛陀所說的自力主義爲基礎，擴大吾人的胸襟，廣發慈悲喜捨的四無量心，發揚「人溺己溺，人飢己飢」的精神，使人人向善。若能時刻抱着知足常樂的態度來處世，那麼便可以達成「無入而不自得」的眞樂境界。

佛教的終極目的是解脫，達到解脫的途徑却有多種，但如能依照前述三項法則，本著「去人欲，存天理」的心去行事，則自心不爲塵欲所役；再融入佛所說的四依：依法不依人、依義不依語、依了義不依不了義與依智不依識（註四），便能從法相中得到眞正的解脫。

## 三、結語

佛陀在菩提樹下成等正覺後，便針對人類的煩惱根源、對症下藥，祂說：「老病死及人生的不自在，乃由煩惱而迷於眞實的無明而來。爲求解脫人生的不自在，須由正見正道斷除煩惱。」另外，由維摩詰與文殊有段答問，也可看出解脫的眞諦。文殊問：「諸佛解脫當於何求？」維摩答道：「當於一切衆生心行中求。」這就是說明了欲達解脫之境，應當從度化一切衆生的立場着手，因爲佛理本是知行合一的智慧論，它能使人透過實踐修持而開演本自佛性，其間必須依自己的意志力，配以感應神通的他力，然後再依各人秉賦，以達到徹悟與解脫之境，以契合眞善美聖的目標。淨己自心，止惡修善，精進向上，身體力行，則恰似俱舍論所說的「非擇滅無爲」、「虛空無爲」、「擇滅無爲」。小乘所指的涅槃，實應投入大乘佛教的現實面上，因爲不論是解脫或涅槃，假如對實際生活沒有用處，那將是毫無意義的事。佛教所講的「解脫」，是要脫離一切凡塵欲念的束縛，以圓滿達成菩提佛果，才是解脫的眞諦。

## 註解

註一：三解脫——又名三空，或稱三三昧，具名三解脫門。即一、空解脫，二、無相解脫、三、無願解脫等三種禪定。

註二：八解脫—舊稱八背捨，是棄捨三界染法繫縛的八種禪定與八勝處、十一切處。智度論二十一曰：「背捨爲初門，勝處爲中行，一切處爲成就也。三種觀足，即是觀禪禮成就。」

註三：不思議解脫—爲華嚴經、維摩經所闡明的法門。

註四：一、依法不依人—人爲有情的假相，法是法性自爾的軌模。依法可以入道，依人則無法達到。

二、依了義不依不了義—三藏中有了義經有不了義經，明示中道實相的是了義經，否則爲不了義經。

三、依義不依語—語是言說，若依言語，徒增疑惑諍訟而已。義是中道第一義，非言語所及。

四、依智不依識—識是妄想之心，對於六塵而起，耽迷不覺，與牛羊何異？恣識則增長妄惑。智是本心照明之德，可能與法性契合（見智度論九或釋門歸敬儀）。

——本文榮獲康年獎學金。

第一公司
好最用信・久最史歷
有盡有應・全齊品貨
以眞誠接待顧客　※　用微笑表達謝意
電話：二三一七三五一九