

# 佛陀教导过智慧之光吗？

近年来，随着缅甸帕奥禅师(Ven.Pa-Auk Sayadaw)奔走于世界各地指导禅修，使愈来愈多的华人了解到流传于南传上座部佛教国家的止观禅法。帕奥禅师强调禅修者应在戒清净的基础上修习止业处(samatha kammaṭṭhāna)，培育定力乃至证得禅那(jhāna)，并藉由禅那的定力来观照诸行法的无常、苦、无我，次第地培养观智(vipassanāñāṇa)。当观智成熟时，即能于今生断除烦恼、证悟涅槃。

在修习止观的过程中，禅修者能体验不同程度的光，帕奥禅师将之称为“智慧之光”，并教导通过此智慧之光来观照诸行法，培养观智。由于帕奥禅师强调智慧之光在止观教学与实践中的应用，于是有些人指责“帕奥禅法”过度执著光，甚至批评帕奥禅师教导用光来断烦恼。

是否有“智慧之光”呢？它是不是佛陀的教导？有没有经论依据？用光能断烦恼吗？下面，我们将根据上座部佛教的巴利三藏圣典及其义注来探讨这些问题：

## 一、什么是“智慧之光”

在《增支部·第四集·光明品》中，收录了五篇经文，在其中的第一经中佛陀这样说：

“Catasso imā, bhikkhave, ābhā. Katamā catasso? Candābhā, sūriyābhā, aggābhā, paññābhā - imā kho, bhikkhave, catasso ābhā. Etadaggaṃ, bhikkhave, imāsaṃ catunnaṃ ābhānaṃ yadidaṃ paññābhā” ti.

“诸比丘，有此四种光。哪四种呢？月亮光、太阳光、火光、智慧之光。诸比丘，乃有此四种光。诸比丘，此四种光中最为第一者，即智慧之光。”(A.4.141)<sup>1</sup>

接着的四篇经文也以同样的方式描述，不同之处在于使用了“pabhā”、“āloka”、“obhāsa”、“pajjota”来代替“ābhā”。在巴利语中，这五个词都只有一个意思——光明。

这样看来，佛陀的确提到并强调过“智慧之光”，“智慧之光”一词并非帕奥禅师的创见。

然而，可能有人会辩解说：在这些经文中，佛陀也许只是把智慧比喻为光明，而不是说智慧真的有光明。

到底智慧真的有光明，还是一种比喻呢？我们再来看看下面的经文：

<sup>1</sup> 本文所引用的巴利语原典为缅甸第六次结集(Chatṭha Saṅgāyana)的缅文版。经文出处的序号是第六次结集的缅文版巴利三藏的章节序号。

“Yato ca kho, bhikkhave, adhicittamanuyutto bhikkhu kālena kālaṃ samādhinimittam manasi karoti, kālena kālaṃ paggahanimittam manasi karoti, kālena kālaṃ upekkhānimittam manasi karoti, tam hoti cittaṃ muduñca kammaniyañca pabhassarañca, na ca pabhaṅgu, sammā samādhīyati āsavānaṃ khayāya.”

“诸比丘，若致力于增上心的比丘有时作意定相，有时作意策励相，有时作意舍相，他的心变得柔软、适合作业、极光净和不易坏，正定而断尽诸漏。” (A.3.103)

在此，致力于增上心(adhicittamanuyutto)即修习止观。经中提到：在修习止业处和观业处时，心除了能变得柔软、适合作业和不易坏之外，还极光净(pabhassara)——极光明清净。

南传上座部佛教重要的禅修论典《清净道论》(Visuddhimagga)在教导入出息念(ānāpānassati)时，提到禅修者通过专注呼吸，当定力提升时，会出现“禅相”(nimitta)。禅相多数都是以光的形式出现，但形状却因人而异。如论中说：

“Tassevamanuyuñjato na cirasseva nimittam upatthāti. Tam panetaṃ na sabbesam ekasadisam hoti.……Idaṃhi kassaci tārakarūpaṃ viya maṇigūlikā viya muttāgūlikā viya ca, kassaci kharasamphassaṃ hutvā kappāsatti viya dārusārasūci viya ca, kassaci dīghapāmaṅgasuttam viya kusumadāmaṃ viya dhūmasikhā viya ca, kassaci vitthatam makkatakasuttam viya valāhakaṭaḷam viya padumapuppham viya rathacakkam viya candamaṇḍalam viya sūriyamaṇḍalam viya ca upatthāti.”

“对于如此修行者，不久会出现禅相，但它并非所有人的都一样。……对此，有人的[禅相]如星光、如摩尼珠、如珍珠，有人的[禅相]成为粗触而像棉花籽、如心木之针，有人的[禅相]如长腰带、如花环、如火焰，有人的[禅相]如张开的蛛网、如云翳、如莲花、如车轮、如月轮、如日轮而出现。” (Vm.231)

既然通过专注呼吸能产生禅相，禅相对培养定力有什么用呢？难道没有禅相就不能培养定力吗？

《清净道论》中说：

“Imesu ca cattālīsāya kammaṭṭhānesu dasakasiṇā, dasaasubhā, ānāpānassati, kāyagatāsati imāni dvāvīsati paṭibhāganimittārammaṇāni.”

“在这四十种业处当中，十遍、十不净、入出息念、身至念这二十二种为似相所缘。” (Vm.47)

在《摄阿毗达摩义论》(Abhidhammatthasaṅgaha)中又强调说：

“Nimittesu pana parikammanimittam uggahanimittañca sabbatthāpi yathārahaṃ pariyāyena labbhanteva. Paṭibhāganimittam pana kasiṇāsabhakoṭṭhāsānāpānesveva

labbhati, tattha hi paṭibhāganimittamārabha upacārasamādhi appanāsamādhi ca pavattanti.”

“对于禅相，一切[业]处都能通过适当的方法获得遍作相和取相。但只有遍、不净、身分、入出息才能获得似相。在此，确实是通过专注似相而转起近行定和安止定。” (Abhs.9.26-7)

上座部佛教把佛陀所教导的培育定力的方法归纳为四十种止业处。其中，修习十遍、十不净、入出息念、身至念这二十二种业处都可以成就禅那。要如何才能证得禅那呢？必须通过专注禅相。禅相又可分为遍作相(parikamma-nimitta)、取相(uggahanimitta)和似相(paṭibhāganimitta)三种。当禅相变得特别明亮晃耀的阶段称为“似相”。这二十二种业处都是以专注似相为目标，称为“似相所缘”。如果禅修者想修习这些业处证得禅那，必须通过专注似相才能成就。假如没有似相，或即使有也不去专注它，那是不可能证得禅那的！

## 二、智慧之光是如何产生的？

在《增支部·第七集·睡意经》中，佛陀教导通过作意光明想(ālokasaññaṃ manasi kareyyāsi)来驱除睡眠。解释该经的义注和复注提及：

“**Sappabhāsanti** dibbacakkhuññāthāya saḥobhāsam.”(A.A.7.61)

“**Sahobhāsanti** saññaḥobhāsam. Thinamidhavinodana ālokopi vā hotu kasiṇālokopi vā parikammālokopi vā, upakkilesāloko viya. sabboyaṃ āloko ñāṇasamutṭhānovā’ti.”(A.T.7.61)

“**晃耀的**：即与天眼智俱有的光明。”

“**俱有的光明**：与智一起的光明。即如驱除昏沉睡眠的光明、遍禅的光明、遍作定的光明或随烦恼的光明，这一切光明都是由智而生起的。”

根据这段经文，一共有四种智慧之光：

1. 由天眼智产生的光明；
2. 由修习白遍、光明遍等遍业处产生的光明；
3. 包括遍作定、近行定与安止定的禅那心所产生的光明；
4. 在生灭随观智阶段被称为“随烦恼”的光明。

因为这四种光明都是由智而生起，所以称为“智慧之光”。

然而，问题在于：光属于色法，即物质现象；智慧属于名法，即心理现象。怎么可以说智慧有光明呢？

解释《清净道论》的《胜义宝函》(Paramatthamañjūsā)中说：

“**Vipassanobhāso**’ti vipassanācittasamuṭṭhitam, sasantatipatitam  
utusamuṭṭhānañca bhāsuram rūpam.”

“观智的光明即是由修观之心产生的，以及由自身相续中的时节所产生的明亮之色。” (Vm.T.733)

根据阿毗达摩，色法依产生之因可分为四类：业生色(kammajarūpa)、心生色(cittajarūpa)、时节生色(utujarūpa)和食生色(āhārajarūpa)。这些色法以色聚(rūpakalāpa)的方式构成我们这个千变万化的物质世界，而每一粒色聚至少由八种究竟色法组成：地、水、火、风、颜色、香、味、食素。修习止观的心是殊胜的心，这些殊胜的心能产生心生色，它的颜色界是很明亮的，称为“明亮之色”(bhāsuram rūpam)。同时，心生色聚里名为时节(utu)的火界也能产生色聚，称为时节生色聚，时节生色聚的颜色界也是很明亮的。于是，心生色聚和时节生色聚里的明亮颜色就被禅修者体验为光。“智慧之光”就是这样产生的。

那么，智慧真的会发光吗？不会！说智慧有光明只是隐喻而已。智慧是名法，光是色法，我们不能说名法会发光。换言之，应该是由智慧引生光明，而不是智慧本身会发光。严格地说，拥有智慧的心能产生心生色聚，心生色聚里的颜色界以及时节生色聚里的颜色界是明亮的，于是我们隐喻地把这些光明称为“智慧之光”。就好像说“天堂之乐”、“世间之苦”一样，并不是天堂、世间能体验苦乐的感受，而是居住其处的众生感受到苦乐。

### 三、体验光明会偏离正道吗？

有些人说：“光明是在生灭随观智的阶段产生，它属于修观的随烦恼，执著它只会使禅修者偏离正道。”这句话有一定的道理。因为在《清净道论》中说：

“Athassa imāya taruṇavipassanāya āraddhavipassakassa **dasa vipassanupakkilesā** uppajjanti. Vipassanupakkilesā hi paṭivedhappattassa ariyasāvakaassa ceva vippaṭipannakassa ca nikkhittakammaṭṭhānassa kusītapuggalassa nuppajjanti. Sammāpaṭipannakassa pana yuttapayuttassa āraddhavipassakassa kulaputtassa uppajjantiyeva.

Katame pana te dasa upakkilesāti? Obhāso, nāṇam, pīti, passaddhi, sukham, adhimokkho, paggaho, upaṭṭhānam, upekkhā, nikantī’ti.”

“又以此初观开始修观者，会生起十种观之随烦恼。观之随烦恼对已证得通达的圣弟子、错误行道者、放弃业处者和懈怠者是不会生起的，只有正确行道且如理努力的初观善男子才会生起。

是哪十种观之随烦恼呢？光明、智、喜、轻安、乐、胜解、策励、现起、

舍和欲。” (Vm.732)

“Yathā ca obhāse, evaṃ etesupi aññatarasmim uppanne yogāvacaro ‘na vata me ito pubbe evarūpaṃ ñāṇaṃ uppannapubbaṃ, evarūpā pīti, passaddhi, sukhaṃ, adhimokkha, paggaha, upaṭṭhānaṃ, upekkhā, nikanti uppannapubbā, addhā maggappattosmi phalappattosmī’ti amaggameva ‘maggo’ti aphalameva ca ‘phalan’ti gaṇhāti. Tassa amaggaṃ ‘maggo’ti aphalaṃ ‘phalan’ti gaṇhato vipassanāvīthi ukkantā nāma hoti. So attano mūlakammaṭṭhānaṃ vissajjetvā nikantimeva assādentō nisīdatīti.”

“就如光明，对这样的任何一种生起时，禅修者[想]：‘啊！我之前从来未生起过像这样的智，未生起过这样的喜、轻安、乐、胜解、策励、现起、舍和欲，我确实已证得了道，证得了果。’乃执非道为道，非果为果。因他执非道为道，非果为果，名为切断修观之道者。他放弃了自己的根本业处，只是坐享欲乐。” (Vm.734)

根据这段经文，当禅修者的观智进展到生灭随观智(udayabbayañāṇa)的阶段时，将会体验到强烈的光明。只要其修行方法正确，体验到光明也是必然的。不仅能体验到光明，还有智（敏锐的观智），极殊胜的喜、轻安、乐，胜解（坚定的信心）、策励（中道的精进）、现起（坚固的正念）和舍（对诸行法平等的观舍和转向舍）。因为光明等体验极其殊胜，是禅修者以前从来未曾体验过的，所以，有些人可能会认为他已经证得圣道圣果了，已经证悟涅槃了。由于误以为光明等是涅槃体验，于是执著这些殊胜体验，导致停滞不前甚至放弃禅修。因为光明等殊胜体验是禅修过程中的陷阱，是导致禅修者生起执著的对象，所以称为“观之随烦恼”(vipassanupakilesa)。

然而，如果认为只有在生灭随观智的阶段才会体验到光明，那就明显地违背了前面所引的《增支部·睡意经》注中所提到的有四种智慧之光的解释。之所以特别强调这个阶段的光明，是因为它在程度和力量上要比其他的强。

又有人认为：“既然光明是‘观之随烦恼’，它会使人偏离正道，所以体验到光明是不好的。”假如有光明体验也是错的，那么，请注意：被列为“观之随烦恼”的还有喜、轻安、乐、胜解、策励、现起、舍等，它们都是禅修过程中不可或缺的重要因素。难道拥有观智、轻安、喜、乐、信心（胜解）、精进（策励）、正念（现起）、中舍等都不好吗？其实，光明、智、喜、轻安等本身并没有错，只有最后一个“欲”(nikanti)才有问题。光明、智等殊胜体验只因为是“欲”所执取的对象，所以才被称为“随烦恼”的。正如《清净道论》中说：

“Ettha ca obhāsādayo upakkilesavatthutāya upakkilesāti vuttā, na akusalattā.

Nikanti pana upakkilesa ceva upakkilesavatthu ca.”

“其中，光明等[九种]是随烦恼的对象故，才说为随烦恼，[它们本身]并非不善。但‘欲’既是随烦恼，又是随烦恼的对象。”(Vm.735)

#### 四、用光能断烦恼吗？

既然智慧之光的确是佛陀所教导的，而且也是由培育止观的心产生的，那么，这些光明对禅修到底有什么帮助？是否必要？难道还能用光来断烦恼吗？

佛陀在《沙门果经》中教导培养观智(vipassanāñāṇam)时说：

“So evaṃ samāhite citte parisuddhe pariyodāte anaṅgaṇe vigatūpakkilese mudubhūte kammaniye ṭhite āneñjappatte nāṇadassanāya cittaṃ abhinīharati abhininnāmeti.”

“当其心如此得定、清净、明净、无秽、离诸随烦恼、柔软、适合作业、住立与不动时，则引导其心转向于智见。”(D.1.234)

《清净道论》在解释这段经文中的“明净”时说：

“Parisuddhattāyeva **pariyodāte**, pabhassareti vuttaṃ hoti.”

“以清净故为明净，即是说极光净。”(Vm.368)

拥有禅那的心是极清净、光明、没有烦恼污垢、柔软、自在、适合做任何工作、安住、不动摇的。当禅修者的心拥有这些素质时，再利用它来培育观智，照见诸行法的无常、苦、无我。

学佛的人都知道“勤修戒定慧，熄灭贪嗔痴。”然而，仅靠持戒是不可能断除烦恼的，仅靠定力也是不可能断除烦恼的，哪怕观智本身也不能断烦恼，只有道智(maggañāṇa)才能断除烦恼。不过，没有观智，道智不可能生起；没有定力，观智也成问题。也就是说，不通过勤修戒定慧，就不可能有道智的生起，也不可能断除烦恼；能断除烦恼的道智是由培育戒定慧而成就的。戒→定→慧→道智→断烦恼是互为因果的关系。所以，拥有定力的心能引生光明，利用定力而培育的观智也能引生光明。这些由修习止观之心所产生的光明能够帮助禅修者清晰地观照名色法，看清诸行法的本质，培育观智。当如实知见诸行法无常、苦、无我本质的观智成熟时，生起的道智即能断除烦恼。

所以，光明是修习止观之心的素质，或者说是禅修的工具，真正能断除烦恼的是道智，而不是光明。假如说通过光能够断烦恼，那是不对的！<sup>2</sup>充其量只能说是一种隐喻而已。就好像说“用手电筒看路”，这只是一种隐喻，只有眼睛

<sup>2</sup> 值得注意的是：在帕奥禅师的所有著述与开示中，都不曾说过“通过光能够断烦恼”之类的话。

才能看路，手电筒本身不能看路，但它却是看清道路必需的工具。

## 五、结论

在《中部》的《怖骇经》(Bhayabheravasuttaṃ)《两种寻经》(Dvedhāvitakkasuttaṃ)《大萨遮迦经》(Mahāsaccakasuttaṃ)等圣典中，佛陀讲述当年他坐在菩提树下证悟正自觉时的过程：他先修入出息念至证得四种禅那。当其心拥有定力、极清净、光明、没有烦恼污垢、柔软、适合作业、安住、不动时，再转向于培育观智，直至如实证知四圣谛，断尽一切烦恼。这些经文用完全相同的文句描述道：

“So evaṃ samāhite citte parisuddhe pariyodāte anaṅgaṇe vigatūpakkilese mudubhūte kammaniye ṭhite āneñjappatte, āsavānaṃ khayañāṇāya cittaṃ abhininnāmesim. So idaṃ dukkhaṃ’ti yathābhūtaṃ abbhaññāsim, ayaṃ dukkhasamudayo’ti yathābhūtaṃ abbhaññāsim, ayaṃ dukkhanirodho’ti yathābhūtaṃ abbhaññāsim, ayaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā’ti yathābhūtaṃ abbhaññāsim. Ime āsavā’ti yathābhūtaṃ abbhaññāsim, ayaṃ āsavaṃsamudayo’ti yathābhūtaṃ abbhaññāsim, ayaṃ āsavanirodho’ti yathābhūtaṃ abbhaññāsim, ayaṃ āsavanirodhagāminī paṭipadā’ti yathābhūtaṃ abbhaññāsim. Tassa me evaṃ jānato evaṃ passato kāmāsavāpi cittaṃ vimuccittha, bhavāsavāpi cittaṃ vimuccittha, avijjāsavāpi cittaṃ vimuccittha, ‘vimuttasmiṃ vimuttami’ti nāṇaṃ ahoṣi, ‘khīṇā jāti, vusitaṃ brahmacariyaṃ, kataṃ karaṇīyaṃ, nāparaṃ itthattāyā’ti abbhaññāsim.”

“当其心如此得定、清净、明净、无秽、离诸随烦恼、柔软、适合作业、住立与不动时，我令心转向于漏尽智。我如实证知此是苦，如实证知此是苦之集，如实证知此是苦之灭，如实证知此是导至苦灭之道；如实证知此是漏，如实证知此是漏之集，如实证知此是漏之灭，如实证知此是导至漏灭之道。我如此知，如此见，心解脱欲漏，心解脱有漏，心解脱无明漏。于解脱而有‘已解脱’之智，证知：‘生已尽，梵行已立，应作已作，再无后有。’”(M.1.54; 214; 386)

所以，佛陀自己体验过智慧之光，也教导过智慧之光。智慧之光是由智慧产生的光明，是止观禅修过程中的必然体验。智慧之光可以帮助我们清晰地观照诸行法的本质，次第地培育观智，乃至最终断尽烦恼，证悟涅槃。

玛欣德比库

(Mahinda Bhikkhu)

于新加坡帕奥禅修中心

2011-2-1