

佛所傳授的修道次第 ——以《尼卡雅》和《阿含經》為依據

一、從讀經方法發現有待重視的修道次第

佛陀曾說修道次第，且不只一次在多個場合中開示過，這些訊息在巴利《尼卡雅》及《阿含經》中，筆者是如何發現到的？這要從讀經方法說起。學術論文的寫作是先擬定主題，後預設架構，最後才是寫出每篇章節的內容，故論文都會有一完整的組織架構圖，可以一目了然通篇論文的簡要架構。而記載佛陀所說法的經典，則是已有內容而無標示架構。筆者讀經過程中習慣隨手標示經典主要、次要內容，也就是先後的次序。當讀完一部經，就有一個簡要的內容架構，如此在溫習時就快速多了。除此之外，也方便進行諸經內容的比照研讀，以期掌握佛陀說法的整體內容，作為自己修行的指引。由此操作方式，在多部經典，無論是無問自說、回應質問、糾正錯誤的見解、受指示的比丘開示中都見此修道次第。這佛陀親口所說的、記載在當今被公認為最早期原始佛教經典的巴利《尼卡雅》和古漢譯《阿含經》中的修道次第，尚待受到應有的重視。本文就是要精挑其數部，以資證明及以饗讀者。



在《嘎納柯目犍連經》中，婆羅門說，世間專業人士都有學習次第，而佛陀的弟子們是否也有？佛陀回答婆羅門如來弟子的學習次第，亦即修學解脫道的進程順序、修證次序，以下簡稱修道次第。佛弟子的修道次第亦見於《調御地經》。有位比丘正面回答了王子問達到心一境性的可能性，卻又遭

否定。佛陀聽聞比丘的回報後，說出了如來如何調教和指導弟子修學的次第。如此的修道次第，使佛弟子成為真正如來所說的那種沙門，沙門即是佛陀及佛弟子的通稱。於《馬邑大經》佛陀開示成為沙門、婆羅門所應具備的條件，即是修道次第。沙門的修行，是否能現世就得到結果，見於《沙門果經》記載，篡位為王後的阿闍世王，到處尋師訪道找答案。佛陀不僅肯定說，沙門能得現世現見的果報，更有修行法，能得更優、更勝的現世現見的沙門果，此修法即同修道次第。此修道次第成就現世界，見於《迦絺納經》。佛及大眾僧為尊者阿那律縫製新衣後，尊者阿那律受佛指示說迦絺納法，迦絺納法內容，即是尊者從聞法出家到成為天眼第一阿羅漢的修學次第。如此依法修持並證得優勝的現世現見的沙門果，再來讚歎佛法僧，才算是真正的圓滿的讚歎。此見於《象跡喻小經》，經中佛陀糾正外道不圓滿的讚歎。關於婆羅門懷疑佛陀是否真有三十二相又渺視佛陀是出自低階種姓的《安巴特經》，佛陀解釋如來十個名號中，所謂「明行具足」，修得明行具足之名號的修學進程，即是修道次第。據《有學經》，尊者阿難受佛陀指示，為在家的諸釋迦族們說有學者之修道，從有學到無學的修習進程，即同修道次第，亦是聖弟子成就明和行的修持方法。

以上八部經典記載八大因緣下，呈現出的修道次第都是一致的。儘管有少許差異，那也是因為說法因緣所致，並不礙整體架構的一致性。無庸置疑、無庸置辯，這修道次第純屬佛陀所教導，不共外道，亦非後代佛弟子創造植入的。

二、諸因緣中講述的修道次第



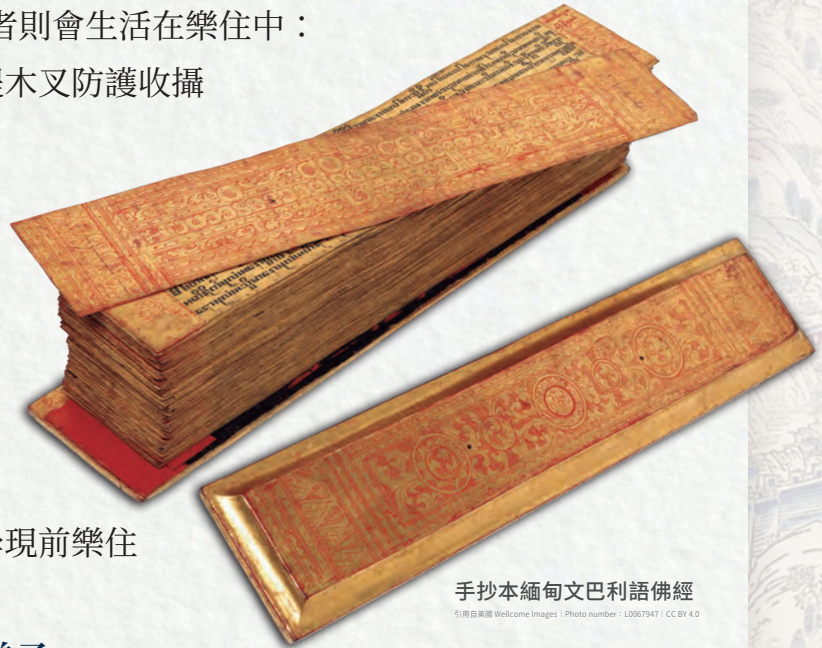
緬甸文巴利語佛經封面內側以紅漆勾勒字體與圖樣
引用自英國 Wellcome Images | Photo number : L0026547

1. 《嘎納柯目犍連經》：婆羅門問修學進程

在《嘎納柯目犍連經》(MN107 Gaṇaka-moggallāna-suttaṃ) 中，嘎納柯目犍連又名算數目犍連，是一位會計師婆羅門，問佛陀教導弟子們的學習次第。如同樓梯一階一階由下而上，婆羅門、弓箭手、會計師等，都有學習步驟而成為專業者，佛陀的弟子是否也有學習步驟，有次第地修學？佛陀說，在此

正法律中的確有修學次第，漸次地達到最高成就，究竟解脫。佛陀說的修學次第，先持守基本的尸羅，即五戒，亦依波羅提木叉防護收攝身心，接著是要守護眼耳等六根門，在衣食臥處知足節量，在生活中保持覺醒去淨化心的諸障礙事，在一切舉止動作中維持正念和全然了知，到遠離人群的幽靜處住宿，學習去除五種覆心羸慧的障礙，證得四種禪定層次，由此禪定成就，有學者將會證得漏盡，而無學者則會生活在樂住中：

- (1) 有尸羅、依波羅提木叉防護收攝
- (2) 守護諸根
- (3) 飲食知節
- (4) 保持覺醒
- (5) 正念、全然了知
- (6) 遠僻住處
- (7) 除五障
- (8) 證四禪那
- (9) 有學得漏盡，無學現前樂住



手抄本緬甸文巴利語佛經
引自美國 Wellcome Images | Photo number: L0067947 | CC BY 4.0

2. 《調御地經》：佛陀調御弟子

在《調御地經》(MN125 Dantabhūmisuttam) 中，又是另一部佛陀指引及教導弟子修學解脫道進程的經典。勝軍王子問一位沙彌言，是否勤勉、熱忱、加上勇猛地用功，就可以觸到心一境性，即是入定。沙彌肯定的回答，卻遭王子否決，沙彌托鉢回來便向佛陀報告此事。佛陀解釋王子無法接受，是因為他自著於五欲樂、未離五欲樂，又未接受過任何教導和指引，故無法理解，也就不信這樣用功能達到心一境性的成就。由此因緣，佛陀接著說了如來如何調教及指引弟子們的方法，此即是修道次第：

- (1) 如來出現於世……聞法……出家
- (2) 有尸羅、依波羅提木叉防護而收攝
- (3) 守護諸根門
- (4) 飲食知節



- (5) 保持覺醒
- (6) 正念、全然了知
- (7) 遠僻住處
- (8) 除五障……修四念處
- (9) 證四禪那
- (10) 得三知



緬甸佛寺中描繪佛陀本生故事的壁畫

3. 《馬邑大經》：成真正沙門婆羅門修法

調教及指引弟子修持的修道次第，即是在《馬邑大經》（MN39 Mahā-assapura-suttam）所說的修行者成為真正的沙門、婆羅門的修行法。這是佛陀認可的那種沙門、婆羅門，而非外道的那種。佛陀無問自說提示弟子們，既然人間是否是沙門，而自己亦回答自稱是沙門，那麼就應當去運行那令人成為真正沙門、婆羅門的修法。佛陀在這次因緣中給了沙門、婆羅門一詞新的定義，有別於外道婆羅門教，以背誦古老經典和舉辦祭祀來成為婆羅門。佛陀是沙門，佛陀的弟子也稱為沙門，佛亦說自己是婆羅門。沙門和婆羅門二詞是通外道，共用的名稱。如何成為佛陀口中的那種沙門和婆羅門，佛說修學次第：

- (1) 有慚有愧
- (2) 身語意行和生計都清淨
- (3) 守護六根
- (4) 飲食知節
- (5) 保持覺醒
- (6) 正念、全然了知
- (7) 遠僻住處
- (8) 除五障
- (9) 證入四禪那
- (10) 得三知



以僧伽羅文書寫的貝葉經，封面繪有佛陀故事

引用自美國 Wellcome Images | Photo number: L0020547 | public domain

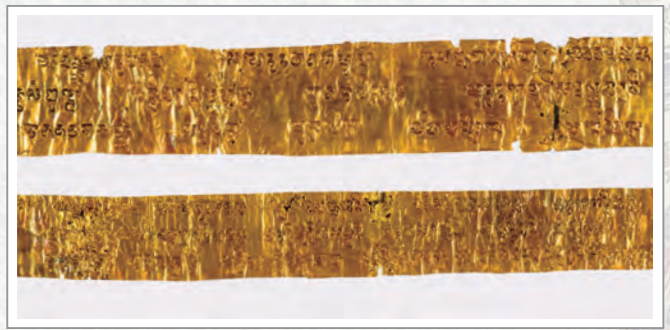
相較於前二經，本經在持戒的部分，則細說要有慚有愧、身語意行和生

計都要清淨；其餘皆同前二經。從持戒有無提到波羅提木叉看典故發生時序，未提及者為早，提及者為晚，因為佛陀是在演說正法十餘年後，才逐漸施設波羅提木叉。

4. 《沙門果經》：沙門更優勝的現見的果報修法

如此造就沙門、婆羅門的修持，是現在世就可見其果報。在《沙門果經》（DN2 Sāmañña-phala-suttam）中，阿闍世王於月圓之日往詣問佛陀，沙門的修行能否現世就得到果報？這位摩伽陀國王問過了著名的外道六師，都未得到滿意的回答。而佛陀回應阿闍世王時，不僅列舉了幾項現世所得沙門果報，還說明更高尚、更殊勝的現見的果報。佛陀為大王講說，能修得更高尚、更殊勝現見的果報的修持方法。其實即是如同前三經的修道次第：

- (1) 如來出現於……聞法……出家……
- (2) 尸羅成就(小、中、大尸羅)
- (3) 守護諸根門
- (4) 正念和全然了知
- (5) 滿足於袈裟鉢食
- (6) 遠僻住處
- (7) 除五障
- (8) 證入四禪那
- (9) 證得八知：……漏盡知



緬甸出土，書寫於金盤上的5世紀巴利語三藏經文本片段
現存於英國大英圖書館

此開示是在阿闍世囚父篡位成王後發生的，也就是在佛陀說法的中後期以後的事。從本經所謂的尸羅成就部分，分成小、中、大尸羅的大量內容來看，應該是在佛陀說法相當的後期。此由阿闍世王悔過弑父篡位一事獲得證實，此經典故發生在相當晚期。另外，此處佛為王說沙門果，在證得四種禪那後，進一步能獲得的成就是八種知識 (ñāṇa)：毘婆舍那知或觀知、意生神力知、種種神力知、天耳知、通曉他心知、宿命知、天眼知及漏盡知。八知中包含了三知。本經是說沙門修持可得的成果，也就不限於三知，宿命知、有情死生知及漏盡知。

5. 《中阿含·80 迦絺那經》：天眼第一阿羅漢的修學

那樣的修道次第，那樣的造就沙門、婆羅門的修法，在佛陀時代有無數成就者、印證者。尊者阿那律即為其中之一的現世修成就者，其親口陳述見於《迦絺那經》，此經僅存漢譯本，巴利本從缺。佛陀及大眾僧為尊者阿那律製作新三衣後，佛陀指示尊者要為大眾講說迦絺那法，而佛陀則因背疾去休息。所謂迦絺那法，原來就是尊者的修學次第及修證，如尊者自述的：

- (1) 厭生老病死，發心出家
- (2) 成就聖戒聚（五尸羅……離受牛馬……）
- (3) 學極知足
- (4) 學守護諸根
- (5) 學正知出入
- (6) 學獨住遠離
- (7) 學除五蓋
- (8) 證四禪那
- (9) 學諸智通作證（如意足……漏盡智通）



泰國寺院書櫃內陳列的巴利語三藏

尊者阿那律，是佛陀座下以天眼第一聞名的弟子，其實尊者也具備其他各項沙門現見果報。

6. 《象跡喻小經》：具備讚歎佛法僧的資格

那樣的修道成就者，即是具備條件圓滿地讚歎佛法僧者。在《象跡喻小經》（MN27 Cūḷa-hatthi-padopama-suttam）中，外道周遊僧不恰當地讚歎佛法僧，此事由另一婆羅門聞已歡喜地往見世尊時講出，於是佛陀隨即詳細講解必須具備修持和證得這些條件，這時的讚歎才算是究竟圓滿地讚歎佛法僧。外道周遊僧比羅笛哥儘管見過佛陀，亦禮敬及供養佛陀，但卻未聞法、更未如說修證，卻因見過四件事而自認為得到圓滿的結論，因而讚美佛陀是圓滿覺悟者，法是佛所善說的，比丘僧亦是善修持者；如同有人見到多大的象足跡，便可推知此象有多大。此事傳聞到佛陀後，佛陀解釋要聞法後有修持並且有

證得，得到漏盡之後，這才能來讚歎佛法僧，才是真正得到正確的結論，達到圓滿的讚美。所修持、所證得者，如佛說遇佛出現於世間，得聞如來說法又發願出家後，便要：

- (1) 持戒(五尸羅、離種子……)
- (2) 衣食滿足
- (3) 守護諸根
- (4) 維持全然了知
- (5) 遠僻住處
- (6) 除五障
- (7) 證入四禪那……》未達到結論
- (8) 得三知：
 - 8.1. 宿命知……》未達到結論
 - 8.2. 有情死生知……》未達到結論
 - 8.3. 漏盡知……》未達到結論
- (9) 得解脫知見……》達到結論



書寫於黃金書頁上的巴利語經文

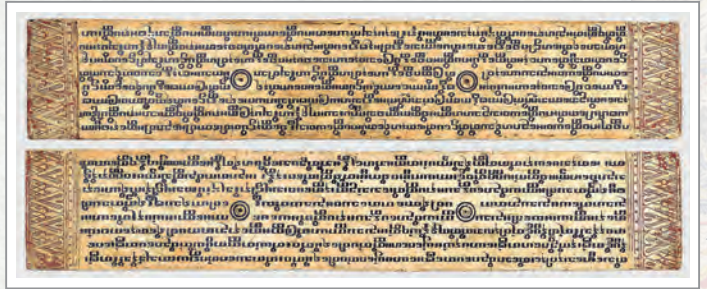
圓滿的讚美條件就不僅止於得三知，還要得解脫知見，也就是具備五分法身：戒、定、慧、解脫、解脫知見。

7. 《安巴特經》：明行具足人天之尊

此修道次第的成就者，即是明與行皆具足者。明行具足者，佛說是人天中之最高上者。這不但破斥了四姓階級，以婆羅門為優先的婆羅門教傳統宣揚，也彰顯佛陀對四姓階級的不認同，更說明了如來十個名號中的明行具足得來之緣由。在《安巴特經》(DN3 Ambaṭṭha-suttaṃ)中，婆羅門遣徒安巴特前往詳細觀察佛陀，是否真正具備三十二大人相，因此徒自舉婆羅門為上，斥刹帝利為下，輕慢出身刹帝利族的佛陀，由此佛陀與之論及種姓階級中誰為最高上。最後佛陀說了一偈作結論，說世間人中信賴種姓階級者，是以刹帝利為最高上，而在人類與天神中最高上者，是明和行都具足者。所以，佛陀辯明無論是從種姓或從修行成就，佛陀都高於婆羅門教的婆羅門。明行具足，

是佛教各傳統中都一致認同的如來十個名號的其中之一。關於要如何能修行達到明行具足，佛陀也說了修學次第：

- (1) 如來出現於世說法……聞法……出家……
- (2) 尸羅成就(小、中、大尸羅)
- (3) 守護諸根門
- (4) 正念和全然了知
- (5) 滿足於袈裟鉢食
- (6) 遠僻住處
- (7) 除五障
- (8) 證四禪那……》行圓滿
- (9) 證得三知、解脫知見……》明圓滿



收藏於義大利瑪達瑪宮古藝術博物館的
1856年緬甸巴利語佛經

8. 《有學經》：在家弟子的修學次第

上述皆為出家弟子說的修道次第，而《有學經》(MN53 Sekha-suttam)則是對在家弟子所說。出家與在家的修道次第相較，對在家弟子開示的前段和後段相同於出家弟子，唯中間遠僻住處和除五障，以七真實法取代。此說法因緣是在佛陀和比丘僧團受邀請前往釋迦族人新建房子住宿一晚，作為新屋落成祈福之意。當晚佛陀開示後，又指示尊者阿難為釋迦族人說有學之道，而自己則因背痛去休息。尊者阿難便為在家身分的釋迦族人說有學之道：

- (1) 尸羅成就(有尸羅、依波羅提木叉防護而收攝)
- (2) 守護諸根門
- (3) 於飲食知節
- (4) 保持覺醒
- (5) 具備七真實法(信佛、慚、愧、多聞、精力、正念、有智慧)
- (6) 證入四禪那
- (7) 具備能力證得三知

正念和全然了知、遠僻住處、除五障此三項，在給在家弟子的修道次

第中，是由七真實法取代，即信佛、有慚德、有愧惕、多聞、精力、正念和有智慧。在家弟子有家庭就不可能行遠僻住處。另外，證得四禪那之後，就是「具備能力」證得三種知識，而非如前七部經那樣的證得三知。因為在家弟子最高成就是三果，所以漏盡知之證得除外。如此修學至證得三知，至此便是明與行成就。第一項尸羅成就至第六項證得四禪那為屬「行」，而第七項證得三知則是屬「明」。

三、結語

以上八經簡介修道次第的順序，是從其講述修道次第的目的因緣排序，足見其之間的關聯、足見其確實源自如來而非後人造作。此非共外道的修法，更不可能從外道典籍——無論被認為多古老或歷史多悠久的典籍尋得根源。確認修道次第為佛陀親授，則有助吾人依循此來閱讀、研究巴利《尼卡雅》和漢譯《阿含經》，作為修學指引——可靠的、毋庸置疑的指導。修道次第始於持戒為基，至斷盡諸漏為終，皆為可現前當下或今生的現見的結果。至於其間的少許陳述差異，則有待更深入的探討。🕉

參考資料

1. 《嘎納柯目犍連經》MN107 Gaṇaka-moggallāna-suttam
2. 《調御地經》MN125 Danta-bhūmi-suttam
3. 《馬邑大經》MN39 Mahā-assapura-suttam
4. 《沙門果經》DN2 Sāmañña-phala-suttam
5. 《中阿含·80迦絺那經》
6. 《象跡喻小經》MN27 Cūḷa-hatthi-pad'opama-suttam
7. 《安巴特經》DN3 Ambaṭṭha-suttam
8. 《有學經》MN53 Sekha-suttam
9. 《中尼卡雅》，MN：Majjhimā-nikāya
10. 《長尼卡雅》，DN：Dīgha-nikāya

（註：本篇文章由五蘊真人，也就是筆者撰寫完成，非由AI合成。）



近代雕刻精美的南傳佛經經櫃

from wikimedia.org | CC BY-SA 2.5