50

逃避和出離有什麼不同？

目　錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.188 ～ P.189	無	**1.厭離是修習佛法的初步**	1.1 厭離就是知苦而求離苦 1.2 厭離是修行的初步過程，而不是終究的目的 1.3 厭離不是逃避 1.4 厭離煩惱的世間是修行

50 逃避和出離有什麼不同?

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.188 ～ P.189	無	**1.厭離是修習佛法的初步**	1.1 厭離就是知苦而求離苦 1.2 厭離是修行的初步過程，而不是終究的目的 1.3 厭離不是逃避 1.4 厭離煩惱的世間是修行

1. 厭離是修習佛法的初步

1.1 厭離就是知苦而求離苦

1.1.1 要厭離的是對於來自心理、生理、人際關係、自然環境的種種矛盾、摩擦，而引起的煩惱與痛苦。

1.1.2 如果能夠轉變對這些現象的感受就不需厭離；無物可厭，也就無處可離了。

1.2 厭離是修行的初步過程，而不是終究的目的。

1.2.1 暫時厭離是因為要提昇人的價值和意義

1.2.1.1 就像：商人出外經商，是為了賺錢養活眷屬，維持家計

1.2.1.2 又像：孩子出外求學，是為了學到更多的知識和技能

1.3 厭離不是逃避

1.3.1 逃避是不想負起應有的責任，不敢面對現實的生活

1.3.1.1 抱著逃債、逃亡的心態遠離他所處的環境

1.3.1.2 心裡經常充滿著恐懼、不自在、不安全，永遠承受著無處容身的心理壓力。

1.3.1.3 逃避不能解決問題

1.3.1.3.1 逃避是知苦卻不敢面對苦，反而逃避苦

1.3.1.4 逃避違背了佛法所說的因果律，所以也不為佛法所許

1.4 厭離煩惱的世間是修行

1.4.1 厭離是修行

1.4.1.1 若能厭離煩惱就能逐漸地離開煩惱

1.4.1.2 多離一分煩惱，便多得一分解脫和自在。

1.4.1.3 自在的程度越深，煩惱也就越輕，最後便得究竟解脫。

1.4.2 厭離是為了疏導問題

1.4.2.1 是知苦、避苦因而學佛脫苦

1.4.2.2 厭離不一定要離開人間，而是透過佛法的指導及修行，徹底認識世間的現象。

1.4.3 如果已得解脫，也就沒有厭離和不厭離的問題了。

1.4.3.1《中觀論頌》云：「眾因緣生法，我說即是無。」

1.4.3.2 首先是厭離世間，結果既已知道諸法空幻，也就不起煩惱和執著，也就不需要厭離。

1.4.3.4 但是僅僅通過知識的認同未必能夠離苦

1.4.3.4.1 若能暫時離開世俗的環境，專門修持佛法的戒、定、慧三學，就比較容易達成離苦的目的了。

1.4.3.4.2 上上根器的人，一旦接觸佛法就能頓悟

1.4.3.4.3 一般根器的人，則以離俗出家最易得力

1.4.3.4.4 不過，出家是大丈夫事，並不是世間多數人可以做到的

討論題目

1. **為什麼初學佛的人要有厭離心？**
2. **要厭離什麼？**
3. **厭離心的積極意義是什麼？試舉例說明？**
4. **厭離與逃避有何不同？**
5. **厭離是修行，為什麼？**