《八大人覺經》

04 少欲無為

目　錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 30 ～ P. 34	無	1. 經文	
		2. 語譯	
		3 註釋	3. 1「少欲」 3. 2 多欲之苦 3. 3 多欲之果報 3. 4 釋尊處處說少欲少惱是離生死之苦的主因 3. 5「無為」

04 少欲無為

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.30 ～ P.34	無	1.經文	
		2.語譯	
		3 註釋	3.1「少欲」 3.2 多欲之苦 3.3 多欲之果報 3.4 少欲少惱是出離生死之苦的主因 3.5「無為」

1.經文

第二覺知，多欲為苦，生死疲勞，從貪欲起；少欲無為；身心自在。

2.語譯

大人覺知的第二項是：多欲能帶來苦惱，眾生之所以在生死之中疲憊勞累，是從多欲引起的；如果能夠少欲而不貪執追求，身心便得自在。

3.註釋

3.1「少欲」

3.1.1 以解脫為目的

3.1.1.1 以少欲來配合四念住觀的修習。

3.1.1.2 目的在朝向離欲，朝向解脫之道，以求證得阿羅漢。

3.1.2 「欲」 – 五根對五塵而產生對五欲的渴求、享受、占有，進而貪得無厭

3.1.2.1 如《佛遺教經》：「多欲之人，多求利故，苦惱亦多。」

3.1.2.2 五欲

3.1.2.2.1 主要指色、聲、香、味、觸

3.1.2.2.2 具體則為財物、男女、名位、飲食、睡眠等。

3.2 多欲之苦 － 永遠為了不能滿足而苦惱

3.2.1 求不得之苦

在追求欲望滿足的時候所感受的苦惱

3.2.2 愛別離、怨憎會之苦

對於不能常保不失，恐懼好景不常的苦惱

3.3 多欲之果報 － 生死疲勞，從貪欲起

3.3.1 追求五欲之樂而致損害他人

須受地獄、惡鬼、畜生三惡道果報。

3.3.2 追求五欲之樂但不損及他人，或亦與他人共享

來生於欲界天享受欲樂福報，福報享盡還受苦報。

3.3.3 貪求、執著於定境之人

死後於色界、無色界的禪定天上受生，定力退失時，還須受生死流轉的苦報。

3.4 釋尊處處說少欲少惱是離生死之苦的主因

3.4.1 《佛遺教經》：「少欲之人，則無諂曲以求人意，亦復不為諸根所牽；行少欲者，心則坦然，無所憂畏。」

3.4.2 《涅槃經》：「佛言，少欲者不取不求，知足者得少不悔恨。」

3.4.3 佛所說之少欲

3.4.3.1 不僅是少一些欲望，而是將貪欲少掉。

3.4.3.2 聖者之無欲名為離欲，凡夫賢者尚未能離欲，亦應少欲。

3.5「無為」

3.5.1 不假因緣造作，不屬生、住、異、滅四相。

3.5.2 即是佛的法身，即是涅槃。

3.5.3 是諸法的法性、實相、真如。

3.5.4 無為法 ：

3.5.4.1《俱舍論》－ 標列三種無為法

3.5.4.2《唯識論》－ 說有六種無為法。

3.5.4.3 本經所說之「少欲無為」 － 若能少去欲求的生死法，便證涅槃的無為法，不再接受生死疲勞之苦，而從有為的身心獲得「自在」解脫。

討論題目

1. 少欲的目的是什麼？

2. 請說明「欲」是什麼？

3. 多欲會產生哪些苦惱？

4. 多欲的人會有什麼果報？

5. 為什麼說「生死疲勞，從貪欲起」？

6. 《佛遺教經》如何開示多欲的苦惱？

7. 《佛遺教經》如何開示少欲的好處？

8. 《涅槃經》如何開示少欲的好處？

9. 佛所說之少欲，就是少一些欲望的意思嗎？

10. 「無為」是什麼意思？