《八大人覺經》

06

常行精進

目　錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P. 39 ～ P. 43	無	1. 經文	
		2. 語譯	
		3. 註釋	3. 1 精進心的重要 3. 2 摧伏四魔，出陰界獄

06 常行精進

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.39 ～ P.43	無	1.經文	
		2.語譯	
		3.註釋	3.1 精進心的重要 3.2 摧伏四魔，出陰界獄

1. 經文

第四覺知，懈怠墜落，常行精進，破煩惱惡，摧伏四魔，出陰界獄。

2.語譯

大人覺知的第四項是：如何以恆常的精進心，來對治懈怠心與墮落心，然後才能破除一切煩惱的罪惡心，摧毀伏滅四種魔障，而得出離五陰十八界的生死牢獄。

3.註釋

3.1 精進心的重要

3.1.1 懈怠墜落 – 不能經常提起精進心的禍患

3.1.1.1 發起初心，修行一段時日之後，便難以為繼，半途廢退，就是不能經常提起精進心。

3.1.1.2 提不起精進心，以致讓煩惱惡魔有機可趁，一旦遇到誘惑難禁，或遭遇逆境挫折，便放逸懈怠去了。

3.1.2 大小乘，都強調精進心的重要

3.1.2.1 三十七道品之中有「四正勤」

3.1.2.2 六度之中有「精進度」

3.1.2.3《佛遺教經》:「晝則勤心修習善法，無令失時，初夜後夜，亦勿有廢，中夜誦經，以自消息。」

3.1.2.4《長阿含經》卷九〈十上經〉列舉了八種懈怠法，是以八種精進法來對治。

3.1.2.5〈普賢菩薩警眾偈〉：「當勤精進，如救頭然；但念無常，慎勿放逸。」

3.2 摧伏四魔，出陰界獄

- 催伏四種魔障，出離由五陰構成的三界牢獄

3.2.1 四魔

3.2.1.1 天魔：來名叫波旬，自欲界第六天，能障人修行佛法，斷人慧命。

3.2.1.2 煩惱魔：貪、瞋、嫉妒、狐疑等心理現象，能惱亂身心，障礙菩提。

3.2.1.3 五陰魔(五蘊魔): 有情眾生由於色、受、想、行、識的五陰所構成的身常心，會有種種身心現象難以調伏，因而不受約束，起種種障害。

3.2.1.4 生死魔：捨身受身，不由自主，貪生畏死又非死不可，尤其在善業未成，死魔即已現前，斷人命根，無從修行。

3.2.2 三界

3.2.2.1 在五陰構成的身心世界中，佛法將欲、色、無色三界，稱為受生死苦患的牢獄、苦海、苦趣。

3.2.2.2 三科 – 根本佛法中進一步將此身心世界分為三大類

3.2.2.2.1 五陰：已如上所述

3.2.2.2.2 十二入，又名十二處：由六根、六塵互相涉入而生六識；六根、六塵合稱是十二入。

3.2.2.2.3 十八界： 十二入再加上六識，便成十八界。

討論題目

1. 發起了初心，為何經常不能持久？應如何對治？

2. 大小乘經典都很重視精進心，請舉例說明？

3. 請說明「催伏四魔」的四魔？

4. 為何要催伏四魔？

5. 「陰界獄」是什麼意思？

6. 何謂三界？

7. 何謂五陰？

8. 何謂十二入？

9. 何謂十八界？

10. 五陰、十二入、十八界合稱為什麼？