

(南傳巴利語)

Dhammapada 法句經

白話文版

敬法 法師 譯

Namo tassa bhagavato arahato
sammaasambuddhassa

禮敬世尊、阿羅漢、正等正覺者

中譯序

<u>第一：雙品</u>	YAMAKA-VAGGO (001~020)
<u>第二：不放逸品</u>	APPAMADAVAGGO (021~032)
<u>第三：心品</u>	CITTAVAGGO (033~043)
<u>第四：花品</u>	PUPPHAVAGGO (044~059)
<u>第五：愚人品</u>	BALAVAGGO (060~075)
<u>第六：智者品</u>	PANDITAVAGGO (076~089)
<u>第七：阿羅漢品</u>	ARAHANTAVAGGO (090~099)
<u>第八：千品</u>	SAHASSAVAGGO (100~115)
<u>第九：惡品</u>	PAPAVAGGO (116~128)
<u>第十：懲罰品</u>	DANDAVAGGO (129~145)
<u>第十一：老品</u>	JARAVAGGO (146~156)
<u>第十二：自品</u>	ATTAVAGGO (157~166)
<u>第十三：世間品</u>	LOKAVAGGO (167~178)
<u>第十四：佛陀品</u>	BUDDHAVAGGO (179~196)
<u>第十五：樂品</u>	SUKHAVAGGO (197~208)
<u>第十六：喜愛品</u>	PIYAVAGGO (209~220)
<u>第十七：忿怒品</u>	KODHAVAGGO (221~234)
<u>第十八：污垢品</u>	MALAVAGGO (235~255)
<u>第十九：住於法品</u>	DHAMMATTHAVAGGO (256~272)
<u>第二十：道品</u>	MAGGAVAGGO (273~289)
<u>第二十一：雜品</u>	PAKINNAKAVAGGO (290~305)
<u>第二十二：地獄品</u>	NIRAYAVAGGO (306~319)
<u>第二十三：象品</u>	NAGAVAGGO (320~333)
<u>第二十四：渴愛品</u>	TANHAVAGGO (334~359)
<u>第二十五：比丘品</u>	BHIKKHUVAGGO (360~382)
<u>第二十六：婆羅門品</u>	BRAHMANAVAGGO (383~423)

中譯序

《法句經》是上座部《經藏·小部》裡的十五部經之一，亦是最廣為人知之經典之一。其中收集了世尊於兩百九十九個事件裡所開示的四百二十三首偈。每首皆能啟發人心、導之向善，確是善逝絕不虛言之教。

此經早已為人譯成多種語文，單只中文亦已有四五個版本。現今譯者再參考幾份英文版把它譯成中文，為的只是以淺白易懂、平實無華的文字，且不乖離原意地把世尊之言呈予讀者，以共沾法益。。

為了易於辨明，在編排屬於不同故事的偈文時空一行，屬於相同故事的偈文則不空行。

在此，譯者僅以翻譯此經來禮敬世尊、正法與聖僧伽。願世尊善說的正法寶藏得以久住於世。

感謝校稿者及所有協助出版此書之人。

最後，譯者與他敬愛的母親、長輩、親人、朋友、所有的讀者及一切眾生分享翻譯此書的功德，也把此功德迴向予其已故的父親。願他們的隨喜成為他們早日獲得解脫的助緣。

譯者敬法比丘
一九九九年五月
寫於台灣月眉山靈泉禪寺

法句經 (Dhammapada)

第一：雙品

1・心是諸（名）法的前導者，心是主，諸（名）法唯心造。若人以邪惡之心言行，痛苦將跟隨著他，有如車輪跟隨拉車之牛的足蹄。(典故)

2・心是諸（名）法的前導者，心是主，諸（名）法唯心造。若人以清淨之心言行，快樂將跟隨著他，如影隨形。（註：名法是指五蘊中的受、想、行與識，心則是指識。）(典故)

3・「他辱罵我，打我，擊敗我，掠奪我。」若人懷有是心，怨恨不得止息。

4・「他辱罵我，打我，擊敗我，掠奪我。」若人不懷是心，怨恨自然止息。(典故)

5・在這世上，恨絕不能止恨，唯有慈愛方能止恨，這是永恆的真理。(典故)

6・除了智者之外，他人皆不了解：「世人終須一死。」（由於無知，他們繼續爭論。）智者明了這點，因此一切爭論得以平息。（註：他人是指愚者。）

7・住於欲樂中的人，放縱六根（感官），食不知足，怠惰與不事精進，他肯定被魔王制伏，如強風吹倒弱樹一般。

8・住於觀照不淨法的人，防護六根（感官），知足於食，充滿信心與精進力，他肯定不會被魔王擊敗，如狂風搖不動岩嶽一般。（註：在此魔王是指煩惱魔。信心是指對佛法僧不動搖的信心，以及對業報的信心。）

9・未脫離煩惱之污染，不自制與不真實的人，卻身披橘色袈裟，那是他所不配的。

10・已棄除煩惱之污染(1)，戒行具足，具備自制與真實的人，真正配得上身披袈裟。
(註1)即以四道智根除了諸煩惱。

11・把不真實的視為真實，把真實的視為不真實。持此邪思惟的人，不可能覺悟真實法。

12・視真實的為真實，視不真實的為不真實。持此正思惟的人，得以覺悟真實法。

13・雨可以滲透屋頂粗陋的房子，欲念亦可滲透尚未受到培育的心。

14・雨滲不透屋頂精良的房子，欲念亦滲不透已受到良好培育的心。(註：培育是指修習止禪與觀禪。)

15・這一世他感到悲哀，來世他一樣感到悲哀，造惡者在今生與來世都感到悲哀。當憶及自己污穢的行為時，他感到悲哀與苦惱。

16・這一世他感到喜悅，來世他一樣感到喜悅，行善者在今生與來世都感到喜悅。當憶及自己清淨的善業時，他感到喜悅，非常的喜悅。(典故)

17・這一世他受苦，來世他一樣受苦，造惡者在今生與來世都受苦。想到「我造了惡業」時，他感到痛苦。再者，當投生至惡道時，他會遭受更多的痛苦。

18・這一世他快樂，來世他一樣快樂，行善者在今生與來世都快樂。想到「我造了善業」時，他感到歡喜。再者，當投生至善趣時，他更加快樂。

19・即使他背誦了許多經典，然而並不依法實行，這怠惰的人有如牧童在數別人的牛，沒得分享沙門生活的利益。

20・即使他只背誦了少許經典，然而真正依法實行，捨棄貪瞋癡，如實知見後得以令心解脫，不再執著於今生與來世，他得以分享沙門生活的利益。(註：沙門生活的利益是指道果。)(典故)

第二：不放逸品

21・不放逸是不死道，放逸是死路；不放逸者不死，放逸者有如早已死去。

22・明了這道理，不放逸的智者樂於精進、樂於聖界。

23・他持續地修禪(止觀)，持恆者得以體驗解脫：至上的涅槃。(註：念有三種，即：與善心、果報心、唯作心相應的念，但絕不會有與不善心相應的念。不放逸即是指與善心相應的念心所。)

24・若某人精進、有正念與身語意清淨、慎重行事、防護諸根、依法生活及不放逸，他的聲譽與幸福得以增長。

25・通過不放逸、正念、戒律與防護諸根，智者使自己成為一座洪水無法淹沒的島嶼。(典故)

26・愚者恣情放逸，智者則如守護珍寶一般，珍惜地守護著不放逸。

27・因此人們不應放逸，不應沉湎於欲樂，因為勤奮的人，通過禪修，即會得證至上樂。

28・智者以不放逸去除放逸，登上智慧的高樓，已斷苦的他看著苦難的眾生，如智者立足於山頂，向下看著平原的愚人。

29・在眾放逸人中不放逸，在眾昏睡人中保持警覺，智者有如良馬迅速地前進，把疲憊的馬遠遠拋在後頭。

30・由於不放逸，摩伽婆得以生為諸天神之王。精進永遠受到讚賞，懈怠永遠受到責備。（註：摩伽婆是摩卡羅村的青年，由於造路與清除平地，而得以投生為帝釋天王。）

31・樂於精進與視放逸為危害的比丘，有如火焰般前進，燒盡一切大小的束縛。

32・樂於不放逸而視放逸為危害的比丘，絕不會倒退，事實上他已非常接近涅槃。（註：不會倒退是指止觀禪修不會倒退。）

第三：心品

33・心是飄浮不定的，難以控制，難以防護。智者訓練其心，使它正直，如矢師矯正箭一般。

34・如把水中魚取出投擲於地時，牠會跳躍不安；當把心帶離欲界以脫離魔界時，它亦跳躍不安。（註：魔界是指煩惱輪轉。）

35・心難以受到控制，它非常迅捷輕浮，隨著喜好飄蕩與停留。能訓練心是很好的，因為已受到訓練的心能帶來快樂。

36・心是非常難以察見的，它極度的微細，隨著喜好飄蕩與停留。且讓智者防護其心，因為受到防護的心能帶來快樂。

37・心獨自四處飄蕩遠遊，它是無色的，住於心室。能制伏己心的人，得以解脫魔王的束縛。（註：心獨自飄蕩是指在同一個心識剎那裡，只能有一個心識生起。只有在前一個心識滅後，下一個心識才會生起。心是依靠位於心室裡的心所依處而生起的。）(典故)

38・若某人的心不安定，對正法無知，信心動搖不定，其智慧決不會獲得圓滿。

39・若某人的心已無貪無瞋，若他已捨棄善惡兩者，如此警覺之人是沒有怖畏的。（註：已捨棄善惡即已成為阿羅漢。阿羅漢已根除了貪瞋痴，是不會再造業的，包括善惡兩者。他的一切身語意行為都只是唯作而已。）(典故)

40・明了此身脆弱如瓶，他培育己心至固若城堡，再以智為武器向魔王奮戰。過後他繼續保護己心，毫不執著於勝利。（註：不執著於勝利是指不執著於所獲得的禪那，而繼續修觀直至證悟阿羅漢道智。）

41・噢，不久之後，這失去心識的身體將躺在大地，就像無用的木頭般被丟棄。

42・敵人可能傷害敵人，怨家可能傷害怨家；然而導向邪惡的心，卻會帶給自己更大的危害。

43・不是母親，不是父親，也不是任何親戚，能比得上導向於善的心，可為自己帶來更大的幸福。

第四：花品

44・誰能征服大地（即此身）、閻魔界（即四惡道）與人天界？誰能如熟練的花匠採花般，印證善說的真理之道？

45・聖學者將征服大地、閻魔界與人天界。聖學者能如熟練的花匠採花般，印證善說的真理之道？（註：學者是至少已證悟須陀洹道，但還未證得阿羅漢果的聖人。）

46・知道此身如水泡般無常，以及覺知它如海市蜃樓般毫無實質，他將切斷魔王之花，脫離死亡之王的視線。（註：魔王之花是指三種輪轉，即煩惱輪轉、業輪轉與果報輪轉。）

47・採（欲樂之）花的人，心執著於欲樂，他被死亡帶走，如酣睡之村被洪水沖走。

48・採（欲樂之）花的人，心執著於欲樂，他無法滿足己欲，只有被死魔征服。

49・如蜜蜂採花粉時，不損傷花朵，亦不損傷其色及香味，只取其蜜，而後飛走。且讓聖者同樣（不損害到村民的信心及財富）地在村子裡活動。（典故）

50・不應觀察他人的過失，或已做與未做的（善惡）事；應只省察自己已做與未做的事。

51・如美麗卻不香的花朵，不能為戴花者帶來香氣；同樣的，不依言實行之人的善語，亦是沒有結果的。

52・如美麗且香的花朵，能為戴花者帶來香氣；同樣的，依言實行之人的善語，（肯定）是有結果的。

53・如花匠能用群花製造許多花飾，還需生死的人亦可（依於信心慷慨地善用其財富）做許多善事。

54・花香不能逆風吹送，檀香木、多伽羅及茉莉之香亦不能；只有具德者之香才能逆風吹送，具德者之香能吹送至一切方向。

55・有檀香木、多伽羅、蓮花及茉莉之香，然而，戒行之香遠勝一切香味。

56・多伽羅與檀香木之香是微不足道的，具德者之香才是最勝的，甚至能向上飄送至天界。

57・魔王找不到戒行具足、精進，及以正智獲得解脫者所行之道。（註：阿羅漢已不會再生，魔王盡了全力也找不到阿羅漢死後去了那裡。）

58-59・如在大道旁的垃圾堆中，可能長著芳香的蓮花；在眾生雜堆中，亦可能出現佛弟子，其智慧的明亮，遠遠超越盲目的凡夫俗子。

第五：愚人品

60・對於無法入睡的人，黑夜實在漫長；對於疲憊的旅人，一由旬亦非常遙遠；對於不知正法的愚人，生死輪迴極漫長。（註：一由旬大約有七英里。）

61・在旅途上，若找不到比自己更好或同等的同伴，就讓他堅定地獨自前進，絕無與愚者為伴這一回事。

62・「我有兒子，我有財富。」因此（執著的）愚者感到苦惱。事實上，他自己也不是自己的，兒子與財富又怎能是他的呢？（典故）

63・自知愚昧的愚人，基於這點是個智者；自以為是智者的愚人，才是真正的愚者。

64・即使愚人盡其一生親近智者，亦不能知見真理，如勺子不知湯的味道。

65・利慧者雖只與智者相處片刻，卻能迅速地知見真理，如舌頭能知湯的味道。

66・對於無知的愚人，他即是自己的敵人，他四處造下惡業，帶來苦果的惡業。

67・若做了某事會後悔，以及受其果報時，他淚流滿面地悲泣，那即是沒有善行其事。

68・若做了某事不會後悔，以及受其果報時，他感到歡喜快樂，那即是已經善行其事。

69・只要惡業還未成熟，愚者以為它是甜如蜜的；然而當惡業成熟時，愚者就得為它受苦。

70・即使愚者月復一月地修苦行，只以古沙草片攝取飲食，卻依然比不上已思惟真諦者（聖人）的十六份之一。（典故）

71・惡業不會即刻帶來果報，如剛擠出的牛奶不會即刻凝固，但它依然跟隨著愚者，如蓋上灰的活火炭。

72・愚人的知識只會傷害他自己，它毀滅了他的福業，也使他的頭顱破裂。（註：頭顱是指智慧。）

73・無知的比丘，貪求自己不當得的恭敬，想要在眾比丘中居先，要在寺院裡掌權，以及貪求與他非親之人的頂禮。

74・且讓在家眾與比丘們都想：「諸事皆因我而成就。無論一切大小事，且讓他們聽從我的指示。」這是愚人的想法，增長其貪欲與我慢。

75・誠然，一個是導向世俗成就之道，另一個則是導向涅槃之道。明了這一點，身為佛弟子的比丘，不應樂於世俗的成就與恭敬，而應培育捨離與不執取。

第六：智者品

76・人們應跟隨指摘人們過失的智者，如同跟隨嚮導至被埋沒的寶藏。對於跟隨此智者的人，只有益處，絕無厄難。

77・智者應訓誡他人，給予他人勸告，以及防止他人犯錯。這種人受到善人喜愛，只有惡人才會討厭他。

78・人們不應親近惡友，亦不應親近卑劣之人。人們應親近善友，以及親近聖者。

79・飲法之人，以安寧之心愉快地活著；智者常樂於聖者所說之法。

80・治水者疏導水，矢師矯正箭，木匠修飾木，智者制伏自己。

81・如同岩嶽不受狂風動搖，智者亦不受毀譽動搖。

82・如同既深且清又平靜的水池，智者聽聞正法後變得安詳。

83・誠然，具德者捨棄了一切（執著不以貪欲之心交談；當面對快樂或痛苦時，智者不顯示出歡喜或悲愁。

84・他不會為了自己或他人而造惡，不會造惡以求獲得子女、財富或王國，不會以卑劣的手段獲取成就。只有這種人才是真正的一具德、睿智及公正。

85・到達彼岸（涅槃）的人，只有少數幾個；其他所有的人，皆在此岸（生死輪迴）來去徘徊。

86・然而，依照善說之法實行的人，能夠到達彼岸，越渡了極難越渡的死界。（註：死界是指生死輪迴，亦即娑婆世界。）

87-88・離家後走向無家的智者，應捨棄黑暗而培育光明。他應樂於獨處、無著與涅槃，這是凡夫俗子難以享受的。他亦應捨棄欲樂，不執著於任何事物，清淨自己心中的一切污穢。

89・心已圓滿地培育了七覺支，以及捨棄了一切貪欲的人，樂於自己已捨棄了執著。此人已根除了一切煩惱，擁有阿羅漢道智明亮之光，在此界已證得了涅槃。（註：此界是指五蘊。）

第七：阿羅漢品

90・旅程已盡，解脫了苦及一切，已消滅了一切束縛的人，不再苦惱。

91・有正念的人勤於修行，不樂於家（即欲樂的生活）；如同天鵝捨棄泥沼，他們捨棄一切住家生活（即一切貪欲）。

92・他們不儲藏，飲食時適當地省察。他們的目標是空與無相的解脫。他們的去處無法追尋，如同鳥在天空中所經之路（無跡）。（註：不儲藏是指不再造業或不儲藏四資具。省察是指以三遍知省察。空、無相與解脫皆是指涅槃。）

93・他已解脫煩惱，不執著於飲食。他的目標是空與無相的解脫。他的行道無法追尋，如同鳥在天空中所經之路。

94・他諸根平靜，如同被馬車夫馴服的馬，他已脫離我慢及諸煩惱，這平穩的人受到天神喜愛。（註：平穩的人是指不受世間的起落動搖之人。）

95・阿羅漢如大地般堅忍，不會受到刺激而生氣；他有如門柱般穩固，不受生命中的起落所動搖；他有如無淤泥的水池般安寧清淨。這樣的人是不會再有輪迴的了。

96・完全解脫、寂靜與平穩者，他意平靜、語平靜、身亦平靜。

97・他不盲信，已證悟無為（涅槃），斷除了生死輪迴的束縛，不再造善惡業，捨棄了一切渴愛，他的確是至上者（阿羅漢）。

98・在村子或森林裡，在山谷中或山上，無論阿羅漢住在何處，其地都令人感到愉悅。

99・森林是令人感到愉悅之地，然而凡夫俗子卻不喜愛它；只有無欲之人才會喜愛森林，因為他們不追求欲樂。

第八：千品

100・一句有意義及聽後心得平靜的話，好過千句無意義、與證悟涅槃無關的話。

101・一首有意義及聽後心得平靜的偈，好過千首無意義、與證悟涅槃無關的偈。（典故）

102・背誦一首有意義及聽後心得平靜的偈，好過背誦百首無意義、與證悟涅槃無關的偈。

103・即使人們在戰場上戰勝千人千次，然而，能戰勝自己的人，才是真正的至上勝利者。（典故）

104・戰勝自己的確遠勝於戰勝他人。

105・天神、乾達婆、魔王與梵天，都贏不過已制伏自己者的勝利。

106・雖人月復一月佈施千個錢幣（給普通人）長達百年，然而，向一位有修行的人頂禮一剎那，卻勝過百年的佈施（給普通人）。（註：錢在此可以是銅、銀或金的。有修行的人是指修習觀禪的比丘。）

107・雖人在林中拜祭聖火百年，然而，向一位有修行的人頂禮一剎那，卻勝過拜祭聖火百年。

108・雖人整年作了許多大小佈施，然而這一切佈施卻比不上向行正道的聖者頂禮的福業的四份之一。

109・時常尊敬長輩及具德者之人的四種利益會增長，即：壽命、美貌、快樂與力量。

110・有德及有禪修的一天，好過無德與不能自制諸根的百年生命。

111・禪修智者的一天，好過不能自制諸根之愚人的百年生命。

112・精進於禪修者的一天，好過怠惰之人的百年生命。

113・知見五蘊生滅者的一天，好過不能知見五蘊生滅者的百年生命。

114・知見不死道（涅槃）者的一天，好過不能知見不死道者的百年生命。

115・知見至上法者的一天，好過不能知見至上法者的百年生命。（註：至上法是指九出世間法，即：四道、四果及涅槃。）

第九：惡品

116・應速於行善及防止心造惡，因為行善緩慢之心樂於邪惡。

117・若人造了惡，他不應重犯，不應樂於造惡，累積邪惡將導致痛苦。

118・若人行了善，他應常常行善，應樂於行善，累積善業將導致快樂。

119・只要惡業還未成熟，惡人依然會看到快樂；但當惡業成熟時，他就會遭受惡果。

120・只要善業還未成熟，善人依然會遭受痛苦；但當善業成熟時，他得享善業的福報。

121・莫輕視惡行，以為「小惡不會為我帶來果報」；如同滴水能注滿水瓶，愚人累積小惡至罪惡滿盈。

122・莫輕視善行，以為「小善不會為我帶來果報」；如同滴水能注滿水瓶，智者累積小善至福德滿盈。（典故）

123・如財多而隨從少的富商避開危險的路線，如想要生存之人避免毒藥，人們亦應避免邪惡。

124・若手無創口則可以手持毒，因毒不入侵無創口之人；不造惡者是不會有罪惡的。

125・若人冒犯了不應受到冒犯、清淨無染者（2），該罪惡返歸於愚人，如逆風揚塵。（典故）

（註2）即阿羅漢。惱者即是阿羅漢。

126・有些人投生母胎，邪惡者墮入地獄，正直之人上生天界，無煩惱者入般涅槃。
 (註：在此投生於母胎是指投生作人。無煩(典故))

127・無論是在虛空中、海洋裡、山洞內或世上任何地方，都無處可令人逃脫惡業的果報。

128・無論是在虛空中、海洋裡、山洞內或世上任何地方，都無處可令人逃脫死亡。

第十：懲罰品

129・一切眾生都害怕刑罰，都害怕死亡。推己及人，人們不應殺害他人，或唆使他人殺害生命。

130・一切眾生都害怕刑罰，都愛惜自己的生命。推己及人，人們不應殺害他人，或唆使他人殺害生命。

131・傷害他人以求己樂者，來世不得安樂。

132・不傷害他人以求己樂者，來世得享安樂。

133・莫向任何人粗言惡語，受辱罵者將會反擊。憤怒之言的確是苦因，換來的只是痛擊。

134・若你能保持沉默平靜，像一隻破裂之鼓不再聲響，你肯定會證悟涅槃，不再存有憤怒。

135・如同牧牛者以棍棒驅趕牛群至牧場，老與死亦在驅逐著眾生的壽命。

136・愚人造惡時不知其惡，然而他卻因自己的惡業而受苦，如同被火焚燒的人。

137・若人以棍棒傷害無害、不當受到傷害的人，他會很快就遭受到以下十種惡果之一：
 138-140・他會遭受到劇痛，或不幸，或身體傷殘，或重病，或發瘋，或因國王發怒而遭殃，或被誣陷，或失去親人，或財產破毀，或家被火燒毀。該愚人死後將會墮入地獄。

141・不是裸行，不是結，不是以泥塗身，不是睡在露天之下，不是以灰塵塗身，也不是蹲著勤修能夠清淨還未破除疑惑的人。

142・雖有莊嚴其身，若他是平靜的、脫離了煩惱、制伏了諸根、擁有道智、完全清淨及捨棄了對一切眾生的瞋恨，那麼，他的確是婆羅門，是沙門，是比丘。(註：在此，婆羅門、沙門與比丘都是指阿羅漢。)

143・在這世上，由於羞於為惡而自制者是稀有的，他保持警覺及不造令人指責之事，如良馬不會作出受到鞭打的導因。

144・如良馬受到鞭策，人們應精進及對生死輪迴感到悚懼。以信、戒、精進、定、抉擇法、具足明行與正念來解脫這無量之苦。(註：dhammavinicchayena「抉擇法」是指 karanakarana jananam「辨明諸法之因與非因」。)

145・治水者疏導水，矢師矯正箭，木匠修飾木，善行者制伏自己。

第十一：老品

146・(世間)常在燒，為何還有歡笑？為何還有喜悅？當被黑暗覆蔽時，為何不尋求明

燈？

147・看這被裝飾的身體，它是一堆的瘡痍，由（骨頭）所支持，多病與擁有許多（欲）念。此身的確不堅固及不能常存。

148・這身體隨著年紀衰老，它是一窠的疾病，易壞的。當這惡臭的污穢體分解時，生命真的結束於死亡。

149・這些灰白的骨頭就像在秋天裡被丟棄的葫蘆一般，見到它們又有什麼可喜的呢？

150・此城（身）以骨建成，再以血肉包裝；內裡藏著老、死、我慢與貶抑。

151・裝飾得華麗的皇家馬車亦終須損壞，人體也是一樣會變得衰老，然而善人之法不會老化。眾善人如此互相說示。（註：善人之法是指九出世間法，即：四道、四果與涅槃。）

152・這少聞之人如牡牛般長大，只增長肌肉，不增長智慧。

153・多世以來我在娑婆世界裡漂流，找卻找不到造屋者。生而復生的確真苦。

154・噢，造屋者，我看到你了。你將無法再造屋。你的柱子都斷了，你的棟梁都毀了。我心已證得無為，已滅盡渴愛。（註：屋子是身體；造屋者是渴愛。無為即是涅槃；滅盡渴愛即已證得阿羅漢果。）(研讀)

155・他們少壯時不修梵行，也不賺取財富；他們沮喪地浪費了生命，如同在無魚的乾池裡的老鷺。

156・他們少壯時不修梵行，也不賺取財富；如已損壞的弓般無助地躺著，悲嘆著種種的過去。

第十二：自品

157・若人懂得愛惜自身，他應當好好地保護自己。在（生命）三個階段的任何階段裡，智者應保持（對邪惡）警覺。

158・人們應自己先修好善法，然後才可教導他人。此等智者不會有煩惱。

159・自己所作的應如自己所教的；只有在完全制伏自己後才可制伏他人。制伏自己的確是很困難的。(典故)

160・自己的確是自己的依歸，他人怎能作為自己的依歸？制伏自己之後，人們獲得了難得的歸依處（阿羅漢果）。

161・自己所造之惡，由自己所生，由自己造成，它摧毀了愚人，如同金剛粉碎了寶石。

162・如同蔓藤纏住娑羅樹，無德者為自身所作的，正是其敵所願的。

163・要做對自己有害的惡事是很容易的，真正最難做的是對自己有益的善事。

164・持有邪見的愚人誹謗阿羅漢、聖者、住於正法者的教法，實是自我毀滅；如迦達迦樹生果實，實是為自己帶來滅亡。(典故)

165・只有自己才能造惡，自己才能污染自己；只有自己才能不造惡，自己才能清淨自己。淨與不淨只看自己，無人能夠清淨他人。

166・無論利益他人的事有多重大，也莫忽視了自身的利益；清楚地知道了自身的利益，他應當盡全力獲取它。（註：attadattham「自身的利益」是指道、果與涅槃。）

第十三：世間品

167・莫作卑劣事，莫怠惰過活，莫執持邪見，莫延長世界。（註：在此世界是指生死輪迴。）(典故)

168・莫懶於執行（托鉢的）責任，應細心地奉行此善行。實踐此善行的人，今生來世皆安樂。

169・應細心地奉行（托鉢的）責任，莫跟隨惡行（即不托鉢）。實踐此善行的人，今生來世皆安樂。

170・若人能有如看待水泡，或看待海市蜃樓般，來看待這世界（即五蘊），那麼，死亡之王就看不到他了。

171・來吧，看看這世界（即五蘊）。它像華麗的皇家馬車；愚人沉湎其中，但智者毫不執著於它。

172・以前放逸，後來精進的人，如無雲的明月，照亮這世間。

173・以善撲滅了舊惡之人，如無雲的明月，照亮這世間。（註：「以善」的善是指阿羅漢道智）。

174・這世界是黑暗的，在此中能（以觀智）洞察之人很少。就像只有少數的鳥能逃脫羅網，只有少數幾人能去到天界（與涅槃）。(典故)

175・天鵝在天空中飛翔，有神通者在虛空中飛行；智者在戰勝魔王與魔軍之後，脫離了這世間（即證得涅槃）。

176・違犯一種法，說妄語及漠視來世者，是無惡不可為的。（註：一種法是指真實。）

177・誠然，吝嗇的人不會上生天界，愚人不會讚嘆佈施；然而智者隨喜佈施，因此來世獲得安樂。

178・成為統治這大地唯一的大王，或上生天界，或統治全宇宙，都遠遠比不上證悟須陀洹果。(典故)

第十四：佛陀品

179・佛陀的勝利是圓滿的，再無世間的煩惱可生起。智慧無邊的佛陀是超越道的，你能以何道引誘他？

180・再也沒有羅網般的渴愛可帶佛陀去任何地方（輪迴）。智慧無邊的佛陀是超越道的，你能以何道引誘他？（註：智慧無邊是指 sabbannuta-nana「一切知智」。在此的「超越道」是指佛陀已解脫了輪迴的因緣，即：愛、取等。）

181・智者投入禪修中，樂於出離之寂靜（即涅槃）。持有正念正覺者，甚至天神也敬愛。

182・甚難獲得此人身，有死生命真難過，欲聽正法真是難，甚難會有佛出世。

183・不造一切惡，實行一切善，及清淨自心，是諸佛所教。(研讀)

184・諸佛說：「忍辱是最好的德行，涅槃至上。」出家人不會傷害他人，傷人者不是沙門。

185・莫辱罵、莫傷害、應依照戒律自制(3)、飲食知節量、安住於靜處、勤修增上心(4)，這是諸佛的教誡。

(註3)原文是 patimokkhe ca samvaro，意即「依照別解脫律儀自制」。

(註4)增上心(adhicitta)即是禪定。

186-187・即使天降金幣雨，欲念也不會滿足。欲樂只有小小的甜頭，卻有很大的苦果。如此的明了，即使對天上的快樂，智者也不覺其樂；佛弟子只樂於斷除愛染。

188・當面對怖畏時，人們尋求種種歸依處：高山、森林、公園、樹木與寺院。

189・但這些都不是平安的歸依處，不是最上的歸依處。人們不能依此歸依處而解脫一切苦。

190-191・歸依佛法僧者，以道智得見四聖諦，即苦、苦的起因、苦的止息與導向滅苦的八聖道。

192・誠然，這是平安的歸依處，是最上的歸依處。依此歸依處，人們得以解脫一切苦。

193・最聖潔者是稀有的，他不會隨處出生。無論這智者生於何處，其家皆得安樂。

(註：最聖潔者是指佛陀。)

194・諸佛的出世令人喜悅，正法的宣說令人喜悅，僧伽的和合令人喜悅，和合者之行令人喜悅。

195・他頂禮值得頂禮的人，即已克服障礙與脫離憂悲的佛陀或佛弟子。

196・此人向寂靜無畏者頂禮所獲得的功德，是無人能夠計量的。

第十五：樂品

197・我們的確很安樂地活著。在眾怨恨之中，我們無怨無恨；在眾怨恨者中，我們住於無怨無恨。

198・我們的確很安樂地活著。在眾病之中，我們無病患；在眾病患者中，我們住於無病。

199・我們的確很安樂地活著。在眾貪欲之中，我們無貪無欲；在眾貪欲者中，我們住於無貪無欲。(註：atuesu, atura「病」是指道德之病。)

200・我們的確很安樂地活著，無憂無慮地活著。如同光音天的梵天神般，我們以喜悅為食。(註：nattbi kincanam「無憂無慮」是指無貪、無瞋及無痴。)

201・勝利者招來仇敵，戰敗者活在苦惱裡；捨棄勝敗的寂靜者，得以安樂地過活。

(註：upasanto「寂靜者」是指已斷除煩惱的人。)

202・無火可比貪欲，無惡可比瞋恨，無苦可比五蘊，無樂可比寂靜。(註：寂靜即是涅槃。)

203・飢餓是最大的疾病，諸行則是最苦。智者如實知見它們後，得證至樂的涅槃。

(註：sankhara「諸行」是指五蘊。)

204・健康是最大的利益，知足是最大的財富，可信任的朋友是最親的親人，涅槃是至上

的寂樂。

205・得嚐獨處與寂靜之味後，飲法悅者得以無畏無惡。（註：寂靜即是涅槃。）

206・得見聖者是很好的，與他們相處常安樂；不見愚人亦是常安樂。

207・與愚人同行者必會長期苦惱。與愚人相處常是苦，如與仇敵共生共活；與智者相處常是樂，如與親人共生共活。

208・因此，人們應跟隨智者、慧者、多聞者、持恆者及盡責的聖者；跟隨這樣的善智者，如同月亮順著星道而行。

第十六：喜愛品

209・做了不該做的，該做的卻不做；放棄修行而執取欲樂的人，將妒嫉精進者的成就。

210・莫與親愛者相處，莫與厭惡者相處；不見親愛者是苦，見厭惡者也是苦。

211・因此人們不應執著任何喜愛。與所愛者分離是苦；無愛無恨者無束縛。

212・由喜愛引生憂愁，由喜愛引生恐懼。脫離喜愛者無憂，於他又有何可懼？

213・由親愛引生憂愁，由親愛引生恐懼。脫離親愛者無憂，於他又有何可懼？

214・由欲樂引生憂愁，由欲樂引生恐懼。脫離欲樂者無憂，於他又有何可懼？

215・由渴愛引生憂愁，由渴愛引生恐懼。脫離渴愛者無憂，於他又有何可懼？

216・由渴愛引生憂愁，由渴愛引生恐懼。脫離渴愛者無憂，於他又有何可懼？

217・具足戒行與智見、住於法、了悟真諦及實行自己的任務者，為人人所愛。

218・欲求到達超言說（即涅槃），其心盈滿正慮（三果），及不再執著於欲界的人，是為「上流人」。（註：uddhamsoto「上流人」意為向上流去的人，即肯定會生於淨居天的阿那含聖者。）

219・如長久在異鄉之人，從遠方平安歸來時，其親友及願他幸福的人，都愉快地歡迎他歸來。

220・同樣地，在今生行善者去到來世時，他以前所造的善業會迎接他，如同親戚迎接親愛的人歸來。

第十七：忿怒品

221・捨棄忿怒、捨棄我慢、克服一切結。苦惱不會降臨不執著名色與無煩惱之人。

（註：samyajanam「結」一共有十個：被四個道智次第地斷除。Nama「名」是心與心所；rupa「色」是二十八種色法。Akinanam「無煩惱」即是無貪瞋癡。）（典故）

222・若人能如善御馬者制止疾行的馬車般抑制忿怒，我稱此人為真正的御者，餘者只是執韁人而已。

223・以無忿（即慈愛）戰勝忿怒者，以善戰勝惡人，以佈施戰勝吝嗇的人，以說真實語戰勝妄語者。

224・人們應說真實語、不忿怒、（己物雖少）仍然施與乞求者；以此三事他得以上生天界。

225・聖者不傷害他人，常防護自身行為，去到不死（的涅槃），在其地無憂無愁。

226・時刻保持醒覺的人，日以續夜地訓練自己，他真心地朝向涅槃，總有一天他的煩惱必會止息。

227・噢，阿都拉，這並不是新的，自古以來即是如此。人們指責沉默的人，指責多話的人，也指責少語的人。在這世間是無人不受指責的。

228・在過去、未來與現在，都沒有只受指責或只受稱讚的人。

229・智者日復一日地檢討後，他會稱讚真正無過失、賢明及智慧與戒行兼備的人。

230・誰會指責這有如純金之人？他為天神所稱讚，甚至梵天也稱讚。

231・防止身惡行，善制御己身；捨棄身惡行，培育身善行。

232・防止語惡行，善制御己語；捨棄語惡行，培育語善行。

233・防止意惡行，善制御己意；捨棄意惡行，培育意善行。

234・智者制御身，御語亦御意；智者於自制，真能善圓滿。

第十八：污垢品

235・如今你就像一片枯葉，死亡使者已在你近旁；你就快要開始漫長的旅程了，然而卻沒有旅費。

236・你應當為自己建個歸依處，快快勤修以成為智者。在清除污垢與解脫煩惱之後，你會上生天界的聖地。

237・你的生命已到了終點，就快要去見死亡之王了，途中又沒有休息站，然而你卻沒有旅費。

238・你應當為自己建個歸依處，快快勤修以成為智者。在清除污垢與解脫煩惱之後，你將不會再有生與老。（註：漫長的旅程是指生死輪迴。Dibbam ariyabhūmim「天界聖地」即是色界天的淨居天，只有阿那含聖者才能投生其地。）

239・智者漸次地、一點點地、剎那至剎那地清除自己的污垢，如同金匠清除銀或金的雜質。

240・如鐵銹自鐵而生，生銹後反蝕其鐵；同樣地，造惡者的惡業導致他投生惡道。

241・不背誦是學習的污垢，不維修是屋子的污垢，懈怠是美貌的污垢，無正念是守護者的污垢。

242・邪淫是婦女的污垢，吝嗇是施者的污垢；惡法的確是今生與來世的污垢。

243・比這些更糟的污垢是無明，它是最大的污垢。諸比丘，當捨棄這污垢，以成為無垢之人。

244・無恥與勇若烏鴉者的生活是容易的，他兩舌、虛偽、傲慢與腐敗。

245・知恥與常求清淨者的生活是艱難的，他無著、謙虛、有禮、清淨活命及有智見。

246-247・在今世殺生、說妄語、盜取不與之物、犯邪淫及沉湎於飲酒的人，連自己今生的根也都給掘毀了。

248・你應當知道：「不自制即為惡。」莫讓貪與非法帶給自己長久的痛苦。

249・人們依照信心與喜好而行佈施。若人對他人所受的飲食心懷不滿，其心晝夜皆不得安定。

250・若人能斷除、根除與消滅此不滿，其心晝夜皆得安定。

251・無（任何）火可相等於貪欲（之火），無（任何）執著可相等於瞋（的執著），無（任何）羅網可相等於痴（的羅網），無（任何）河流可相等於渴愛（之流）。

252・要見到他人的過失是很容易的，但要看到自己的過失卻很難。他如同播掉穀糠般宣揚他人的過失，卻如同遮蔽自己的狡猾捕鳥者（5）般隱藏自己的過失。

（註5）原文是 satho「賭徒」，註疏解釋它為捕鳥者。

253・常挑他人的過失及貶抑他人者，其煩惱增長。滅煩惱離他真是遙遠。

254・虛空中沒有行道，正法之外無聖沙門。凡夫樂於延長輪迴的束縛，諸佛皆已解脫這些束縛。

255・虛空中沒有行道，正法之外無聖沙門。沒有任何有為法（6）是永恆的，諸佛皆不受動搖。

（註6）有為法是由因緣和合而生之法，即一切名色法。

第十九：住於法品

256・對事武斷者不公正；智者應辨別對錯兩者之後才下判斷。

257・智者不會誤導他人，而是如法與平等的護法者，他被稱為「住於法之人」。

258・人不會只是因為講得多即成為智者；只有平安無怨無畏之人才是智者。

259・人不會只是因為講得多即成為精通法者；聽聞雖少，卻能知見法、對法不失念者，是真正的精通法者。

260・他不會只是因為白了頭髮即是長老（7），僅只是年歲大的人名為「白活到老」。

（註7）長老是至少有十個戒臘的比丘。

261・只有已體證四聖諦與法（8）、無害與有戒行、自制與解脫煩惱（9）的人才是真正的長老。

（註8）法是指四道、四果與涅槃九種出世間法。

（註9）以四道智解脫煩惱。

262・若依然嫉妒、吝嗇與狡猾，僅只辯才好或容貌美並不會令人成為善心人。

263・已斷除、根除與消滅這些（惡法）及已解脫煩惱的智者才是真正的善心人。

264・若人無戒行又說妄語，僅只剃掉頭髮並不會成為沙門。充滿貪欲之人怎麼會是沙門？

265・已徹底息滅一切大小惡的人才是沙門，因為他已克服一切惡。

266・他不會只是因為去托鉢即成為比丘。他不是比丘，因為他奉行不如法的信仰。

267・在這世間上，已捨棄善惡兩者、修持梵行、及明了五蘊的人才是真正的比丘。

268-269・愚人不會只是因為保持沉默而成為聖者。智者如持秤般捨惡而取最上，因此他才是聖者。明了兩種世間者也因此是聖者。（註：在此 varam「最上」是指戒定慧。 Ubho loko「兩種世間」是指內外五蘊。內五蘊是指自己的五蘊；外五蘊是其他眾生的諸蘊與非有情的色蘊。修觀禪時必須能夠照見內、外、過去、未來、現在等五蘊、及它們的諸因的無常、

苦、無我三相。)

270・傷害生命者不是聖人；不會傷害一切生命者才是聖人。

271-272・比丘不應只是因為有戒行、或多聞、或有禪定、或獨處、或自知「我得享凡夫享受不到的出離樂」而感到滿足，而不滅盡煩惱（即證悟阿羅漢道果）。（註：nekkhamasukham「出離樂」是指阿那含果。）

第二十：道品

273・於諸道之中，八聖道最勝；於諸諦之中，四聖諦最勝；於諸法之中，離欲（即涅槃）最勝；於諸二足（人類）之中，一切知者最勝。

274・這是唯一的道路，再無其他知見清淨之道。實踐此道能令魔王迷惑。

275・實踐此道，你將能滅苦。在親自知見這能拔除煩惱之刺的道路後，我對你們宣說此道。

276・你必須自己努力，如來只能指示道路。修禪者得以解脫魔王的束縛。（註：一切知者與如來都是佛陀的名稱。）

277・諸行無常。當以智慧知見這點時，他就會對苦（即五蘊）感到厭倦。這即是朝向清淨之道。

278・諸行是苦。當以智慧知見這點時，他就會對苦（即五蘊）感到厭倦。這即是朝向清淨之道。

279・諸法無我。當以智慧知見這點時，他就會對苦（即五蘊）感到厭倦。這即是朝向清淨之道。（註：在此，智慧是指觀智。諸行是指一切有為法。諸法則包括一切有為法、概念法與無為法，即涅槃。於此，不能說「諸法無常」或「諸法是苦」，因為概念法與無為法都不是「無常」，也不是「苦」的。）

280・懶人當勤時不努力，雖年青力壯卻怠惰，意志薄弱及心散亂，無法以慧體證道智。

281・慎言、攝心、亦不以身造惡。且讓他清淨此三業，及贏獲聖者覺悟之道。

282・智慧生於禪修之中，無禪修智慧即退失；知曉此二得失之道，且實踐以令慧增長。

283・諸比丘，且砍掉（欲）林而非真樹；怖畏自欲林而生。砍掉欲林與欲叢，以達到無（欲）林。

284・只要男子對女子的情欲還有些少未斷除，他的心即還是受到束縛，如同小牛離不開母牛。

285・且斷除自己的貪，如以手拔掉秋蓮。善逝已說示涅槃，且培育寂靜之道。（註：善逝也是佛陀的名稱。）

286・愚人心想：「雨季時我住在這裡，冬天和夏天時我也住在這裡。」卻覺察不到（就快要死的）危險。

287・寵愛孩子與家畜者，其心執著於欲樂。他被死神捉走，如洪水沖掉沉睡中之村。

288・兒子、父母或親戚都不能保護被死神捕捉之人。的確無親族能給予保護。

289・明了這一點，持守戒律的智者應迅速地清除趣向涅槃之道的阻礙。

第廿一：雜品

290・若捨棄小樂會獲得大樂，預見大樂的智者應當捨棄小樂。

291・為求自己的快樂，而令他人痛苦者，他受到怨恨束縛，而無法解脫怨恨。

292・若人該做的事不做，卻做了不該做的事，又驕慢與自我放縱，他的煩惱即會增長。

293・若人常勤修身至念，不做不該做的事，又常做該做的事，及具有正念與明覺，其煩惱將會止息。（註：該做的事是指勤修戒定慧。）

294・在殺掉母親（即渴愛）、父親（即我慢）與兩位剎帝利王（即常見與斷見）、及摧毀了國家（即六根與六所緣）和她的眾臣（即執取）之後，婆羅門（即阿羅漢）得以解脫苦。

295・在殺掉母親、父親與兩位婆羅門王、及消滅了有疑如虎的五蓋之後，婆羅門（即阿羅漢）得以解脫苦。

296・喬達摩的弟子們心常醒覺，不論晝夜皆常念佛（的功德）。

297・喬達摩的弟子們心常醒覺，不論晝夜皆常念法（的功德）。

298・喬達摩的弟子們心常醒覺，不論晝夜皆常念僧（的功德）。

299・喬達摩的弟子們心常醒覺，不論晝夜皆常念身（不淨）。

300・喬達摩的弟子們心常醒覺，不論晝夜皆樂於悲（即無害）。

301・喬達摩的弟子們心常醒覺，不論晝夜皆樂於培育（對一切眾生的慈愛）。

302・成為比丘是很難得的；過後又樂於比丘的修行更是難得。艱難的俗家生活是痛苦的；與性格不同之人相處是痛苦的。生死輪迴中的旅人不斷遭受痛苦，因此別作生死輪迴的旅人，別作不斷受苦的人。

303・他信戒具足，有聲譽財富，無論去何處，皆備受尊敬。

304・善人有如喜馬拉雅山，雖在遠處亦明顯可見；惡人有如黑夜裡放射的箭，雖在近處亦看不到。

305・他獨坐、獨處、獨行地勤修、獨自克服自己、樂於住在林中。

第廿二：地獄品

306・說妄語者墮入地獄；造惡後說「我沒有做」的人也墮入地獄。他們兩者都是造惡者，死後來世同樣在（地獄）裡受苦。

307・許多身穿袈裟覆蓋及頸的人，性格惡劣而不自制。由於自己的惡業，這些造惡者死後墮入地獄。

308・對於無戒行與不自制的人，吞下燒得火紅的鐵球，也好過食用人們供養的食物。

309・放縱自己而與他人之妻通奸者會遭受四種不幸，即：有惡業、睡不安眠、受到譴責與在地獄裡受苦。

310・這是有惡業又會墮入地獄的。受驚嚇的男女之享受是短暫的，而且國王又會給予重罰。因此男人不應與他人之妻通奸。

311・如同不握好古沙草就會割傷手，胡亂的出家生活拖該比丘入地獄。

312・散漫的行為、腐敗的修行、可疑的梵行，皆無大果報。

313・有該做的即應當好好地做、穩健與精進地做，因為散漫的比丘生活會散播更多（煩

惱)的塵埃。

314・最好別造惡業；惡業過後會折磨造惡者。最好是行善業；行善後不會苦惱。

315・比如邊界之城內外都需要防護，你也應如此防護自己。莫錯失這大好機會，錯失這機會的人去到地獄時就會悲痛。

316・對不應羞恥的感到羞恥、對應羞恥的不感到羞恥、及持有邪見的人，將會墮入惡趣。

317・對無險的視為危險、對危險的視為無險、及持有邪見的人，將會墮入惡趣。

318・把無惡的想成有惡，對惡的又不見其惡，及持有邪見的人，將會墮入惡趣。

319・知道惡的是惡、知道善的是善、及持有正見的人，將會投生至善趣。

第廿三：象品

320・如同在戰場上的象忍受箭射，我亦應忍受(他人的)毀謗。誠然，多數人是無戒行的。

321・只有已受馴服的(馬和象)才可被帶往人群；國王只騎已受馴服的(馬和象)。在眾人之中的最上者是已制伏自己及能忍受毀謗的人。

322・已受馴服的騾、駿馬與大象是優良的；然而能以(道智)制伏自己者更為優良。

323・以任何車乘皆不能去到未到過之地；只有完全制御自己的人才能到達其地。(註：未到過之地是指涅槃。)

324・那名為護財的象發怒時是難以制伏的，被捕後牠絕食，只想著要回去象林(照顧母親)。

325・愚人怠惰、貪吃又如飽食的豬般懶睡。這愚人必須不斷地輪迴。

326・在過去，此心隨著自己的喜好四處飄蕩。現在，我將善御己心，如象師持鉤制伏發狂的象。

327・當樂於精進、防護己心。如受困的象脫出泥沼般，你亦應使自己脫離煩惱的泥沼。

328・若人能找到有德及有智慧的聖者為伴，他應歡喜及有正念地與其人共同生活，而克服一切危難。

329・若人不能找到有德及有智慧的聖者為伴，他就應該獨自生活，如捨棄所征服的國土之王，又如瑪當伽象在森林裡獨行。

330・寧可獨自生活，亦絕不與愚人為友。所以人們應當獨自過活、不造惡，如瑪當伽象一般在森林裡自由自在地獨行。

331・在需要時有朋友是樂，對所擁有的感到滿足是樂，臨命終時有善業是樂，脫離一切苦是樂。

332・在這世上，事奉母親是樂，事奉父親也是樂。在這世上，事奉沙門是樂，事奉婆羅門也是樂。

333・能夠持戒到老是樂，有不動搖的信心是樂，獲得智慧是樂，不造惡是樂。(註：在此婆羅門是指佛陀、辟支佛與阿羅漢。)

第廿四：渴愛品

334・沉於怠惰之人的渴愛有如蔓藤般滋長。他有如林裡貪吃果子的猴子，從這一世跳到那一世。

335・在這世上，對於為卑劣的渴愛所控制的人，他的痛苦就會增長，有如受到好好澆水的野草般增長。

336・在這世上，對於能克服這難以克服的卑劣渴愛之人，他的痛苦則會消失，就有如水珠從荷葉上掉落一般。

337・如是我當向你們這些在此集會的人宣說此善法：「有如在掘一枝良好的樹根一樣，把渴愛連根拔起。別讓魔王不斷地折磨你，有如洪水不斷沖擊蘆葦般折磨你。」

338・如被砍倒的樹，若其根未受損而深固，它即會重生。同樣地，若潛伏的渴愛未被根除，此苦（生老死）即會不斷地生起。

339・那持有邪見及具有奔向欲境的三十六道強（愛）流之人，為欲思惟沖走。

340・渴愛之流奔向一切感官目標；渴愛之藤自（六門）而生，及纏住（六塵）。看到渴愛之藤在滋長，你應以道智砍斷其根。

341・在眾生之中，流著的是受到渴愛滋潤的快樂。那些執著與追求欲樂的眾生，必須遭受生與老。

342・為渴愛所困的人驚慌得有如落網的野兔。他被束縛緊緊地綁住，必須長期受苦（生死輪迴）

343・為渴愛所困的人驚慌得有如落網的野兔。因此，想令自己獲得解脫者應滅除渴愛。

344・在捨離欲林（即俗家生活）之後，他去到修行林（即比丘生活）。但當離開欲林之後，他卻又趕著回去那欲林。看吧，這已獲得自由者又趕著重投束縛。

345-346・智者不會說由鐵、木與麻繩所造的束縛是堅牢的；他們只說對珠寶、妻子與兒女的渴愛執著的束縛才是堅牢的。它們把人拖到（惡道）去；雖然看似柔軟卻難以解除，智者斷除此渴愛之束縛，堅決地捨棄欲樂與出家去。

347・執著渴愛的人隨著自己所造的欲流而去，如蜘蛛投向自己所結的網。智者斷除渴愛之束縛，捨離一切苦而遨遊。

348・捨棄過去、末來與現在。在到達最後一生之後，心已解脫一切，你將不會再有生與老。

349・對於受到欲念擾亂的人，他的渴愛很強，不斷把事物看成美好，其渴愛也不斷地增長。誠然，他弄到自己的束縛更為堅牢。

350・樂於平息（欲）念及時刻保持正念的人，觀照（身等）不淨，肯定能夠脫離渴愛。此人將會斷除魔王的束縛。

351・已證得阿羅漢果的人是無畏、無貪與無煩惱的。他已斷除了生命之刺（例如渴愛）。這是他的最後一生。

352・無貪欲、無執著、通達聖典的詞義語法與次第的人是為「此生是最後一生的大智者、大丈夫」。

353・我已征服了一切、了知一切、不執著一切、捨棄一切。在滅除了貪欲之後（即證得阿羅漢果），我脫離了諸煩惱。自證四聖諦之後，我應稱誰為師？

354・在一切施之中，法施最殊勝；在一切味之中，法味最殊勝；在一切悅之中，法悅最殊勝：滅除渴愛戰勝了一切苦（生死輪迴）。

355・財富毀滅愚人，但毀不了尋求彼岸之人。愚人以對財富的貪欲毀滅了自己，如害他人般害了自己。

- 356・雜草損壞了田地；貪欲害慘了眾生。因此施予離貪者，必將獲得大果報（10）。
（註10）大果報即是大福報。
- 357・雜草損壞了田地；瞋恨害慘了眾生。因此施予離瞋者，必將獲得大果報。
- 358・雜草損壞了田地；愚痴害慘了眾生。因此施予離痴者，必將獲得大果報。
- 359・雜草損壞了田地；欲望害慘了眾生。因此施予離欲者，必將獲得大果報。

第廿五：比丘品

- 360・律儀眼是好的，律儀耳是好的，律儀鼻是好的，律儀舌是好的，
361・律儀身是好的，律儀語是好的，律儀意是好的，律儀諸根是好的，律儀諸根的比丘
得以解脫一切苦。
- 362・制御己手、制御己足、制御己語、能夠完全自我控制、樂於修觀與平靜、獨處與知足的人是為比丘。
- 363・比丘制御自己的言語，以平靜的心善巧地說話，能解說法的涵義。這比丘的話是柔和甜美的。
- 364・住於法、樂於法、禪修法、憶念法的比丘不會脫離正法。（註：在此法是指 saddhamma「正法」，即三十七菩提分及九出世間法。）
- 365・不應輕視自己所得的，也莫妒嫉他人所得的。妒嫉他人的比丘不會獲得定力。
- 366・若比丘所得雖少，卻不輕視自己所得的，諸天肯定會稱讚這生活清淨與不怠惰的人。
- 367・不視名色為「我和我的」，及不為名色的壞滅感到憂悲者是真正的比丘。
- 368・住於慈愛及勤修正法的比丘將會證悟寂靜、無為與安樂的涅槃。
- 369・諸比丘，汲掉這船（身）的水（邪念）。汲掉水後，船就能迅速地行駛。在斷除貪欲與瞋恨後你將會證悟涅槃。
- 370・斷除五個（低層次的結）（11）、捨棄五個（高層次的結）（12）及培育五個（五根）（13）。已脫離五種執著（14）的比丘被稱為「已渡過瀑流者」。
（註11）五個低層次的結：sakkayaditthi「身見」、vicikicchā「疑」、
ilabbatāparamasa「戒禁取見」、kāmāraga「欲欲」與 byāpāda「瞋恨」。
（註12）五個高層次的結：rūparāga「色欲」、arūparāga「無色欲」、maṇa「慢」、
uddhacca「掉舉」及 avijjā「無明」。
（註13）五根是信、精進、念、定與慧。
（註14）五種執著是貪、瞋、痴、慢與邪見。
- 371・修禪吧，比丘。莫放逸、莫讓心沉迷於欲樂。莫失念與吞（熱）鐵丸；當你被獄火焚燒時，莫哀號「這真是苦」。
- 372・無慧者無定，無定者亦無慧。具足定慧兩者的人，真的已近涅槃。
- 373・比丘去到僻靜處（修禪），他的心是平靜的，能清晰地知見正法，體驗到凡夫所無之樂。
- 374・每當觀照五蘊的生滅時，他獲得喜樂。對於智者來說，這即是朝向涅槃之道。
- 375-376・對於有智慧的比丘，開始修行時應：防護感官、知足、遵守別解脫律儀（15）、親近精進與生活清淨的善友、友善及行為端正。然後，在（時常）充滿喜悅之下，他將滅盡苦惱（生死輪迴）。
- （註15）別解脫是比丘的根本戒。

377・諸比丘，如娃斯迦樹令其枯萎的花脫落一般，你們亦應捨棄貪欲與瞋恨。

378・身語意皆平靜、善於得定、及已捨棄世俗快樂的比丘是為「寂靜者」。

379・比丘，你應訓誡自己、檢討自己、防護自己及保持正念，如此你將生活安樂。

380・自己的確是自己的依歸，（他人怎能成為自己的依歸？）自己的確是自己的依靠。因此，你應如馬簡看護良馬般地看護自己。

381・常充滿喜悅與勤修正法的比丘將證悟寂靜、無為與安樂的涅槃。

382・比丘雖然年輕，若勤修正法，亦會照耀這世間，如無雲之月。

第廿六：婆羅門品

383・婆羅門（16），精進地斷除渴愛之流，及捨棄欲欲。婆羅門，知見有為法的止息，以成為證悟無為涅槃的阿羅漢。

（註16）在這一章裡的婆羅門多數是指阿羅漢。

384・當婆羅門善立了二法（即止禪與觀禪），智者（婆羅門）得以滅除一切束縛。

385・無此岸、無彼岸（17）、無怖畏及無煩惱者，我稱此人為婆羅門。

（註17）在此，此岸是內六處，彼岸是外六處。

386・獨處修習禪定、無污垢、應作的皆辦、無漏及已到達最高境界（阿羅漢果）者，我稱此人為婆羅門。

387・太陽日間照耀；月亮夜間明照；剎帝利以甲冑輝耀；婆羅門以禪定生輝；佛陀的光輝則晝夜不斷地普照。

388・由於捨棄了邪惡，他被稱為婆羅門；由於行為清淨，他被稱為婆羅門；在滅除污垢之後，他被稱為出家人。

389・莫攻擊婆羅門，婆羅門不應對攻擊者發怒；攻擊婆羅門是可恥的，對攻擊者發怒卻更為可恥。

390・（無怨恨心）的婆羅門利益非小。當心不再執著喜樂，及已斷除害人之心時，其苦惱才會止息。

391・不造身語意惡業、及防護這三處者，我稱此人為婆羅門。

392・不論向誰聽聞正等正覺者的教法，聽者皆應禮敬說法者，如婆羅門禮敬聖火。

393・並非由於髮結、或種族、或階級而令人成為婆羅門。只有證悟諦與法的人才是清淨的，才是婆羅門。（註：諦是四聖諦；法是九出世間法。）

394・愚痴的人，你戴髮結有何用？你穿皮衣有何用？你只是外表清淨而已，內裡卻滿是整片欲林。

395・身穿糞掃衣、清瘦筋脈顯露、及獨居林中修禪者，我稱此人為婆羅門。

396・我不會只是因為他從婆羅門族的母胎中出生即稱他為婆羅門。若還未脫離煩惱，他只算是個低下的婆羅門。只有對無污垢與無執著的人，我才稱他為婆羅門。

397・他已斷除一切束縛、無畏、無執著及已脫離諸煩惱，我稱此人為婆羅門。

398・他已斷除（瞋恨之）韁、（貪欲之）皮帶、（邪見之）繩、（愚痴之）鎖、及已覺知真諦，我稱此人為婆羅門。

399・他能忍受辱罵、毆打與困縛而無瞋、忍辱之力有如整支軍隊的力量，我稱此人為婆羅門。

400・他無瞋有德、有戒行與離貪、制御諸根、此身為最後一身，我稱此人為婆羅門。

401・如水不黏荷花葉，或如在針端上的芥子，他不執著於欲樂，我稱此人為婆羅門。

402・他在此生得證滅苦（涅槃）已放下（五蘊）這負擔、及已解脫諸煩惱，我稱此人為婆羅門。

403・他有甚深的智慧、能分辨道與非道、已證得最高境界（即阿羅漢果），我稱此人為婆羅門。

404・他不與在家人交往，也不與出家人相混，離貪少欲，我稱此人為婆羅門。

405・他已捨棄對一切強弱眾生動用武力，自己不殺生，也不叫人殺生，我稱此人為婆羅門。

406・他對敵人亦不怨恨，對暴力者保持平和，無著於一切執著物，我稱此人為婆羅門。

407・如在針端上的芥子，他的貪、瞋、我慢與虛偽皆已脫落，我稱此人為婆羅門。

408・他言語柔和，說有益的實話，不以言語觸怒任何人，我稱此人為婆羅門。

409・在這世上，無論東西是長或短，是大或小，是好或壞，他亦絕不會不與而取，我稱此人為婆羅門。

410・他不欲求今生或來世，已解脫貪欲與煩惱，我稱此人為婆羅門。

411・他沒有貪欲，已覺悟四聖諦而斷疑，已證悟不死的涅槃，我稱此人為婆羅門。

412・在這世上，他已超越了善惡兩者，無憂無貪而清淨，我稱此人為婆羅門。

413・如無雲之月，他清淨、澄潔與安詳，完全滅盡了對生存之欲，我稱此人為婆羅門。

414・他已超越了危險的（貪欲）泥沼、艱難的（煩惱）路、生命之洋（生死輪迴）、愚痴的黑暗及四道瀑流，而到達彼岸（涅槃），修習禪定，無貪無疑無著及心寂靜，我稱此人為婆羅門。

415・在這世上，他已捨棄了欲樂，離家而成為比丘，已斷除了欲欲與生存（即：有），我稱此人為婆羅門。

416・在這世上，他已捨棄了貪欲，離家而成為比丘，已斷除了欲欲與生存（即：有），

我稱此人為婆羅門。

417・他已捨棄了對人生（欲樂）的執著，已經克服了對天界（欲樂）的執著，及完全脫離了一切執著，我稱此人為婆羅門。

418・他已捨棄了享受欲樂，以及捨棄了不樂於獨處，證得平靜及無煩惱，已征服世界（即五蘊）及勤勇，我稱此人為婆羅門。

419・他遍知一切眾生的死與生、不執著、善逝及覺證四聖諦，我稱此人為婆羅門。

420・諸天、乾達婆或人都不知他（死後）的去處。他已滅盡了煩惱，是阿羅漢，我稱此人為婆羅門。

421・他不執著於過去、未來與現在的五蘊，已解脫煩惱與執著，我稱此人為婆羅門。

422・他如牛王般無畏、聖潔、勇猛，是增上戒定慧的尋求者，是戰勝（三魔王）的勝利者，無欲無煩惱、覺證四聖諦，我稱此人為婆羅門。（註：三個魔王是 kilesamara「煩惱魔」、maranamara「死魔」、與 devaputtamara「天子魔」。）

423・他能知過去世，能看到天界與惡道，已到了最後一生，通過道智成為阿羅漢，已圓滿地成就了一切，我稱此人為婆羅門。

《法句經》至此完畢。

本經文之["純文字"版](#)

可參考另一["文言文"版本](#) (了參法師譯)。

到[法句經目錄](#)。

回到[佛法篇](#)。

[歡迎指教!](#)

願我們一起分享法施的功德、

願一切眾生受利樂、
願正法久住。

Update:佛曆 2548年 (07.03 '04)