

四取 愛的追尋

釋悟因

「取」是煩惱的異名，抓取的對象有四方面——欲取、見取、戒禁取、我語取。不論所抓取的對象是物質的還是精神的，有所取著就有煩惱。了解四取，看清實相，當下即是流轉的止息、綑綁的解放。

佛教的教主釋迦牟尼佛，終其一生宣揚世間的真理，揭示生命的實相。他的教導很多，而核心的教義是「緣起」。眾生生命的緣起說是十二因緣，即無明、行、識、名色、六入、觸、受、愛、取、有、生、老死。緣起說的可貴，不但在指出生命的陷溺、流轉，也揭示超越生命限制的可能。

促成生命流轉的重要因素有三個：「無明」、「愛」、「取」。「無明」是一種矇蔽的狀況，屬於知的錯謬。「愛」是一種生命的動能，若混含著無明，即屬於情感的錯謬。「取」，攝持所愛的，形成一股持續的力量。

愛與取

梵語 *trsnā* 或 *priya* (巴利語 *piya*) 在中國佛教譯為「愛」。然而中文的「愛」字詞義範疇很廣，比英語的 *love* 和德語的 *liebe* 還要豐富，包括染污義和法性義。若使用在四諦法和十二因緣的相應說法，是以染污義為主。在原始佛教的教典則常用「嗜」、「味」、「著」、「渴」、「縛」、「結」等各個面向來形容「愛」。

十二因緣的「取」，梵語是 *upādāna*。字義是持、捉，作用是「能取自身相續不絕」。例如有一個愛的意念在心中產生，如果這意念被捕捉到了，就會一直在心中旋繞，如飢似渴。需要攀附、倚附本是有情生命的妄情，由此產生相續的依附黏著，這就是「取」。是盲目衝

動下的產物，一直在流轉打滾之中，卻讓人樂此不疲。所以，「取」也是煩惱的異名。

「愛」與「取」的關係相當密切，有愛就有取，取來自於愛的行動。美籍阿姜蘇美多比丘有一個傳神的說明：「對我所愛的就想要取。」（見《香光莊嚴》第81期）。本文特從「取」的方面切入探究。

取的對象很多，有人執取「物」；有人執取「財」；有人貪戀「色」；有人貪戀「名」；有人講究「吃」；有人對「睡」無法抗拒。每個人著重的部分不一樣，儘管不一樣，也只是輕重緩急之別而已。佛教總括各種「取」的對象說有「四取」：「欲取」、「見取」、「戒禁取」、「我語取」，總稱為「四取」，即四種取著的煩惱。

欲取——取我喜歡的

「欲取」，梵語 *kāmapādāna*，就是對於「色、聲、香、味、觸」等五塵的執取。追求、忙碌於感覺世界、物質世界，或是生理世界，當然也包括男女追逐。這些都叫「欲取」。總括地說，如「財、色、名、食、睡」等就是欲取的對象。

欲取的追逐，是貪使，所謂欲壑難填，是沒有窮盡的時候。人似乎抓取到所要的，可總覺得不滿足；同時它也是流動的，它既會流近於你，當然也會流遠於你。比方財物，佛家說財物是「五家所共」——水災、火災、盜劫、官吏、納稅、不肖子孫等五家所共有。因此，五種欲樂在你取得時，它好像是實實在在有，其實是非常虛幻，沒有實體的。再說，其他名、色、食、睡等的例子，也都在告訴我們它是何等的虛幻。

見取——取我的見解

第二「見取」，梵語 *drsty-upādāna*，對「我的看法和見解」特別重視，特別主觀、有成見。

所謂我的主觀看法是什麼？有各種可能。譬如別人說的是不對的，只有我說的才對，自以為是，這就叫「自是非他」；或者認為自己什麼都知道，掌握了對某事的全知，這是「以偏概全」；或者「以非為是」，對自己所思所見有意或無意的顛倒是非，沒有小心驗證，也可能以非為是，這是顛倒；或者「以末為本」，本來是枝末的事，偏偏認為這個最重要，所謂本末倒置、輕重不分。以上的是非、偏全、末本等，都是因為「我見」在作祟。

見取，由於執取自己的觀點，容易造成視野狹隘，思想沒有轉圜的空間，也不見容於他人。見解的錯謬，有時禍及個人，有時發生在人與人之間，各說各話，擾攘不休，小至個人，大至國家，世間的爭端就這樣出現了。佛陀在《中阿含·苦陰經》說：「以欲為本故，母共子諍，子共母諍，父子兄弟姐妹、親族展轉共諍。」，又說「以欲為本故，王王共諍，……民民共諍，國國共諍，……」睽之世間確實如此，怎一個「諍」字了得！

盲人摸象的故事

佛經「眾盲摸象」的例子，即在說明未見真實而各執異說的狀況。一群天生的盲人，有人試著要讓他們認識象，教他們用手摸象來認識象的樣相。其中一個摸腿，一個摸到鼻子，一個摸到象的耳朵，另外一個摸到象的臀部，每個人摸的部位不同，所認知的象當然也不一樣，卻總認為自己是正確的。而縱使你把整隻象都摸了，你就能知道牠是什麼樣相嗎？

我們知道，有時候我們眼睛看的跟手摸到的，在認知上確實會不一樣；也許看到了也摸到了，你還是不能通盤了解。比如你摸到了蘋果，它是光滑的，你知道它的味道嗎？你知道它吃起來的感覺嗎？這就是佛教常說的，當眼、耳、鼻、舌、身、意接觸了色、聲、香、味、觸、法，就形成不同的「見解」。個人尚且如此，在社群當中，

每個人亦各有每個人的角度、立場，就像眾盲摸象一樣，看法各異，真得「諍」！「諍」的世界是動盪不安、紛紛擾擾，人們也總期望彼此和平和諧共處。如此期許的同時，相互之間需要培養多少的「尊重」！誰還能夠自大地說自己是「唯一」、「獨存」、「永恆」的！

佛法講「緣起」法則，就是說這些對象是相對的，無法單一獨立而成，因此它們是沒有自性的，「沒有實質」的，甚至包括「我」，也是「沒有實質」的。當我面對某境或某人時，有些關係也在變化中，「緣起」就是在說明這種生滅變異。就這樣，人們會因時、因地、因人而有不同的立場，不同的主張，不同的成見，這就是「取」——「見取」。只因各人執取自己的看法，我執堅固，一旦因緣相遇，「諍」就出現，爭論不休，爭得你死我活，這叫「眾生見」。這當中若深究，總不出常見和斷見，世間的爭論就常因「見取」見而生起；萬一這個人又有影響力、居心不良，那將演變成更大的爭戰，釀成群與群間的災難和禍害。這是人為的災難！

宗教的戰爭

早期的猶太教和基督教、回教，這些宗教都在中東發展起來，他們都主張「唯一的神」。所謂「唯一」，背後透露著非我族類的「排斥」意味。所以這些宗教的排他性非常強，也因此中東自古來一直是一個火藥庫。如果這個「唯一的神」的教義不調整，我認為過去它是一個火藥庫，未來也還會是一個火藥庫，中東戰爭還是會再繼續下去！「見取見」在佛經裡面就叫做「知見的爭論」或「見諍」。

以上說的「諍」，是偏向看法、思想、見解的諍，但如果是以「欲」、「欲愛」為諍之本，就更屢見不鮮，天天都在上演，也是媒體追逐、鄰里相傳的話題。

大部分的人都不甚了解「緣起法」的相對關係，也不了解它是沒有實質的。一旦抓著不放，歸納出自以為是的成見，即愈是以「我」

為中心形成爭端。

戒禁取——非因計因，執取不當的禁忌

第三「戒禁取」，梵語 *śīla-vratopādāna*。就是取戒律、禁制，目的是為了改善現況，但卻有妄持奉行怪異歪謬的戒律規矩禁忌，以為它是導致解脫或能改善現況的原因。這是因愛而取的見解的錯謬。由於涉及「非因計因，非果計果」，因果不相符，因此特別被提出來，另列一類。

什麼是非因計因，非果計果？曾經有位居士對我說，他失業了，過去工作一直很認真，卻在不明的因素下被公司裁員了。被裁員撤職，打亂安定的生活秩序，工作得重新再張羅，一旦失業就要面臨艱苦的困境。於是他認為：既然「認真努力」還遭到裁撤，所以認真努力是無用的、不必要的。這樣的因果論顯然並不正確，佛經稱這種因果觀念為「非因計因，非果計果」。

對於世間的一切，大家都希望它能更好，如果有不好的也希望能夠改善為好，但是要用什麼方法呢？最重要的是要因果相符合，但一般最常引用「傳統怎麼說……」、「西洋怎麼說……」、「我爸爸怎麼說……」似乎傳統或西洋先進、權威總是正確的。像這樣道聽途說、傳聞等，未經驗證而引用來「引導改善」我們的身心或命運，就叫「戒禁取見」。

每個社會多少有一些傳統的禁忌，這些禁忌的執取也是「戒禁取」。例如：小時候，大人都告訴我們，大年初一不可以掃地、洗衣、烹調，說掃地會將財物掃掉。這可奇怪啦！平常要將垃圾掃乾淨，到了過年這些垃圾卻變成是財物，不能掃，這豈不是很怪誕的說法嗎？其實這禁忌可能緣自一種體貼的心意，因為過去六、七十年代的農業社會，沒有所謂的休假，一年365天終年無休，好不容易「一年復始」過個年，大年初一這一天就不掃地、不洗衣服、不烹煮，什

麼都不做了，大家都休息不工作吧。然而硬要把過年時的垃圾當財物，掃地犯禁忌，會帶來晦運，如此奉行，就是戒禁取見。

有位居士曾經問我：「有長輩說下午不可以誦《地藏經》。」我說：「誦經是用功、是好事，為什麼不能誦呢？」他說：「《地藏經》裡面有很多鬼王，在下午誦，不就把那些鬼王都請到家裡來了嗎？」他設定鬼神都在下午出現，因此不誦《地藏經》，這也是一種傳說的戒禁取見。

再者，一般人都認為天界就在抬頭向上看的地方，地獄就一定是在地下，其實這些都是傳說。佛陀說地獄不一定在地下，也不一定在死後。一個人如果產生了與地獄相應的惡念頭、惡行為，根本不必在死後才進入地獄，在當下就會出現與地獄相應的苦迫。所以地獄跟死後無關，也跟地下無關。

還有更有趣的戒禁取見的例子，比如在印度，有外道沙門為了求生天趣或求解脫輪迴，就修煉苦行。什麼苦行呢？因為據說雞、牛、狗往生後升天，就以為透過雞、牛、狗的生活方式可以升天，於是學著雞、牛、狗的方式生活，認為這是修行。佛陀知道以後告訴他們：「過著雞、牛、狗的生活方式，是跟雞、牛、狗的習性相應。往生後不是升天，而是墮入雞、牛、狗的那一道。與牛的生活方式相應，就生到牛的那一道。這怎麼會是升天呢？」人們總期許生命能夠超越、生活可以更好，但是如果循正道去走，因與果不相應，就苦得沒意義，太枉費工夫了。

也常聽人說：「我『工作』一輩子，退休以後就要享清福，不要再『工作』了，再做就是『老歹命』。」這是對「工作」定義的詮釋。享清福一定是不「工作」嗎？「工作」是「老歹命」嗎？年紀大了是應該休息，身體不好是應該休息。但是回頭想想，年紀大而身體硬朗、經驗豐富，循著生命的自然狀況，投入他歡喜的工作，生命才會有意義，這才相應於因果。

還有很多人，當他們的父母親去世，焚燒很多紙紮的冥錢、房子、汽車、飛機、人偶，要給父母親享用；甚至有人把冥錢印成美金、歐元，以表心意，燒這些要供給享用，可能嗎？有的在世時都沒看過歐元呢！還是趁父母在世時，多些體貼關懷比這些有用。確實，由於內心懷念親人，想為他們做些什麼，這是人之常情。然而燒紙紮的這些物質，怎麼能夠解決身心的問題呢？所以這也是一種因果不相應的事例。

「戒禁取見」在社會上其實相當的普遍。個人或社會如何檢視這些問題呢？簡單地說，人們為了解決個人身心、命運或是社會上的問題，所使用的一些規制、禁忌、方法，而奉行這些方法於因果不相應、不符合因果法則的，這叫「戒禁取見」。

我語取——取我、我的、我愛的

最後一種取叫「我語取」，梵語 *ātma-vādopādāna*。「我語」在梵語是一個複合詞，直譯成白話就是「說我」。

每當事情發生時，最關心的就是「我」。你會發現一個現象，「我」一定在第一個念頭出現。比如看照片，拿到照片時先看的一定是我，這即說明我最關心的就是我。什麼事情總繞著「我」來談，這就是「我語取」的意思。

對「我語」的愛取有二種，第一是「愛我」，佛經稱這個為「自體愛」，這是維繫生命的重要因素。而因為「愛我」，所以取我愛的、我所愛的，這是第二。如：我的衣服、我住的房子、我的汽車、我的家人眷屬，所有屬於我的，因「愛我」而愛屋及烏，統統都愛。這是第二種我語取，叫「境界愛」。

討論「我語取」，並不是要杜絕世間所有的愛，古有名諺：「愛與被愛的感覺，帶來溫暖，豐富了人生。」世間的「愛」，它正面的影響力其實是不容忽視的，關鍵點在於「取」——愛「取」。如果對

於所愛的有所取、有所著，會因而要求愈多，徒增彼此的磨難。因此對於所愛的，如果對象是「物」，應珍惜不要不知足；如果所愛的對象是「人」，不論老小或男女，是敵是友，應給予相當的尊重，「實事求是地照他本來的面目去愛他，而不是脫離實際，希望他這樣那樣的。」這是托爾斯泰對愛的建言。當然，愛最怕的是又陷入另一個陷阱——縛、結。佛法說緣起法的相互關係，良好的互動與尊重才是提升愛的學習，這也是菩提心的學習。

緣起是相對性的，知道所愛的都沒有自性，包括「我」，也是虛幻不實的，才能隨順因緣，時時欣賞接納而不執取——這就是菩提心的表現。

結語

以上，從愛說到取，人們追尋、愛樂、執取的對象有四方面——欲取、見取、戒禁取、我語取。「欲取」是因欲而抓取色香味等塵境；「見取」是妄執我見、邊見或斷見、常見而生惡見，並以此自是非他；「戒禁取」是奉行不符因果的禁忌規制；「我語取」是妄執我、我的、我愛。

「取」是煩惱的異名。有所取著就有煩惱。不管所抓取的對象是物質的，如：吃、穿之類；或者是精神心靈方面的——感受、見解與價值觀。在「取」之前，內在會先有愛著、渴愛、味著等心路歷程，它是促成生命緣起的流轉門。佛法的緣起觀，在說明生命的緣起，從流轉、從染污，是因緣和合的。我們一直要抓取，被患得患失所綑綁，苦惱，當然無所遁逃。繫鈴還須解鈴，解鈴仍在去除無明——覺悟——看清實相，「如實知」是流轉的止息、綑綁的解放，當下即是還滅門，染污的淨化。☐