

VI 究竟安樂道

前面兩章揭示，眾生獲得「現世樂」與「來世樂」的方法。但這些「世間安樂」（世俗安樂）卻還是不徹底的、不究竟的，也就是還隱含著「苦」的成分。

為什麼這些「世間安樂」還帶有「苦」的成分呢？原因是：一切世間萬象（諸行）都是「無常的」，都具有遷異性、壞滅性，因此這種安樂也是時時變壞，是緊張的、不安的、逼迫的。只要還在輪迴當中，眾生就難免於「老、病、死」的逼迫，就難免於「失去親人、失去財產」的不幸，就難免於種種「與不喜愛者相遇、與喜愛者分離」的痛苦。

因此，「究竟安樂道」的首要關鍵，便是體認「世間安樂」的虛幻、短暫、缺陷與不安穩，而放棄對這種安樂的「佔有」或「欲求」，進而轉向「出世間解脫」的「究竟安樂」。

「出世間解脫道」乃佛法的精髓所在，是佛陀施教的根本意趣。但此處限於篇幅與選編的旨趣（以在家眾為主的教導），只選錄一篇經文，略窺其貌。

解脫道的核心修學，是以「信、戒」為基礎，進而修習「止、觀」。信和戒是通於世間善的，如前面兩章所說。止和觀則是解脫道的核心所在。

「止」是修「心」，也就是以正念、正定的功夫，清除「心」的種種污染（如：貪、瞋、昏沉），調伏「心」的種種躁動（如：掉舉、懊悔、疑，甚至喜悅），使「心」達到「專注、穩定、平衡、清淨、明照、有力」的最佳狀態。這主要是「四禪那」的功夫。以此為基礎，再修學「觀」。

「觀」是修「慧」，這是佛陀教導中不共世間、不共外教的「特殊智見」。觀的對象和內容主要是「生命活動的現象乃至真相」，這包括「生命活動的本身」（如：五蘊、六入處、六界、十八界等）以及「其問題的來龍去脈」——總括為「四聖諦」：苦諦（生命的問題：種種苦的逼迫）、集諦（問題的原因：無明和貪愛）、滅諦（問題的解除：無明和貪愛的滅除）、道諦（解決問題的方法：八聖道）。

基於對「生命活動」、「生命問題」及「問題原因」的深刻認識（即：慧或如實知見），進而以含攝戒、定、慧三學的「八聖道」斷除「問題根源」（無明和貪愛等種種結縛），而達到「解脫之境」——沒有任何結縛、煩惱、逼迫、不安的「至上安樂之境」。這即是解脫道——究竟安樂道——的概貌。