

# 我執

◆ 本刊編輯室 整理

《大方廣佛華嚴經·如來出現品》云：「無一眾生，而不具有如來智慧，但以妄想顛倒執著，而不證得，若離妄想，一切智自然智無礙智，則得現前。」《釋量論》曰：「有我知有他，執嗔自他分，與此等系屬，生一切過失。」《俱舍論》言：「由我執力，諸煩惱生。三有輪迴，無容解脫。」「我執」又作人執、生執，因執著實我之意，而產生「我」與「我所」等妄想分別。一切有情眾生之迷惑妄亂，都是因為執著而生起煩惱，造作種種善惡行為，因此才會在六道當中流轉。

依唯識宗的說法，「我執」是因為迷惑於五蘊和合的作用，而認為有「常一主宰的我」，「我」可以永遠存在之妄情。此可分為俱生與分別二種：有情之身與生俱來的先天我執，稱為「俱生我執」；由於邪教等而生起的後天性我執，即「分別我執」。《成唯識論》亦云：「如是所說一切我執，自心外蘊，或有或無；自心內蘊，一切皆有。是故我執，皆緣無常五取蘊相，妄執為我。」自我可以界定為不斷執著「我」和「我所」，自己和他人的虛妄觀念，以及因而產生的概念、思想、慾望和活動。

我執相重的人，事事會以「我」為出發點，將利益往自己身上攬，壞處則往別人身上推，與人爭權奪利，互相毀謗、攻擊，無非不是以「我」為主體的思考模式。人與人之間，若以「我」為思考模式，則不會有安詳的日子，每天爭爭吵吵，永無寧日。然而，要去掉我執極為不易，我執是生死的根本，要得到解脫也必須從我執之處下功夫，並不是離開我執，另尋一個無我可得。

《法華經》云：「諸法從本來，常自寂滅相。」煩惱、業果的生起根源即是我執，我執若無法斷除，眾生將永遠流轉生死，無法超出。若的了悟我執僅是由無明妄生的迷亂執著，「我」本不存在，實為空性。如此便有可能將虛妄的我執斷除，徹底堪破我執，獲得超越生死輪迴的解脫之鑰！◎