

「對與錯」本身並沒有錯

講者：坦尼沙羅尊者

2026年3月17日

譯者：一意孤行

2026年6月9日

在道德倫理學中，有一個由來已久的問題：「判斷」(judgement)一個「行為」(的對錯)，究竟應該根據其背後的「動機」，還是應該根據其帶來的「結果」？這基本上源於『將「判斷」比作法庭上的一位法官』的這樣的一種「視角」，即一位法官正試圖判定你是否犯有罪行，或者是否存在可以從輕處罰的情節。但從佛陀的角度來看，這是一個錯誤的心理畫面。佛陀的畫面更傾向是一位「工匠」。你有一個要去創造出什麼東西來的「動機」，而且你的「動機」是——最後出來的得是好的結果。

佛陀在「判斷」自己的思想念頭時，既從它們的「來源」來判斷，也從它們的「去向」評判。如果念頭源自於「感官纏縛」(sensuality 譯者註：過去翻譯成「感官欲貪」、「惡意」或「傷害」，就該捨棄。因為它們會帶來惡果，是不善巧的果報，會引誘你去做壞事。如果念頭源自於「遠離物役」(renunciation 譯者註：過去翻譯成「遠離」)、善意—或無惡意—和不傷害，那麼它們還OK。但是，再次強調，「判斷」也牽扯到這些思想念頭會導致什麼樣的「行為」。

佛陀告訴羅睺羅，要檢視自己的「行為」，首先要看「行為」背後的「動機」，其次要看最終的「結果」來做「判斷」。我們把人生看成是一門技術。而技術水平，既取決於你行為背後的「動機」，也取決於行為的「結果」。

假設你打算做一張椅子。在刨木頭的時候，刨刀刨得比你預想的要深了一些。你正在評估一件半成品，所以你要思考如何讓它更接近你的預期，以及需要做出哪些調整才能獲得令人滿意的結果，即使它與你設想的略有不同。因此，你對自己的評判並沒有什麼苛刻或懲罰的成分。它是必要且有益的。一切都非常客觀。

前幾天有人問過這個問題，說：“修行之道的要素(八個道支)，與其說是“對”或“錯”，不如說它們是“明智”還是“不明智”，彷彿“對”與“錯”這一套概念難以讓人下嚥。世上太多人似乎認為，這個世界上你能做的最糟糕的事

就是去給其他人下一個“去”。但真正的問題是，你判斷的目的是什麼？佛陀對自己的「行為」做出「判斷」，是因為他想找到終結痛苦的方法。而終結痛苦的方法有對有錯。他嘗試過許多錯誤的方法，那些方法都行不通。所以，當他教導他人時，他必須清楚地指出錯誤的方法為何是錯的，並解釋為何正確的方法是正確的。有「正見」、「正志」，一直到「正定」。但這些「道支」也與「邪見」、「邪志」、「邪定」相對應：「對」指的是它們能帶給你想要的結果，也就是終結痛苦；「錯」指的是它們無法帶來這些結果。所以，「對錯」本身並沒有錯，關鍵在於我們是否抱持著正確的態度去面對它們。

正如佛陀所說，能讓一個人聆聽一段佛法開示後獲得覺悟的關鍵因素之一，是因為他們在佛法中找到了喜悅。然而，佛法有時要求是很高的。它教導我們必須為自己的行為負責，必須運用自己的「主動性」，並承擔行為的後果。我們必須承認自己犯下的錯誤，才能從中學習。這是一種充滿慈悲的評判方式。

這就是為什麼佛陀說「慚」(shame)是修行的重要組成部分。「慚」基本上是指意識到你想要給某些人留下好的印象，但自己的行為在你想要獲得認可的人眼中還不夠好。有時，你找來了一個錯誤的人想要去取悅他，在這種情況下，「慚」就可能是不善巧的；但在這裡，你想要得到認可的是智者。記住，智者評判你並非為了開除你或將你投入監獄。他們評判你，是因為他們希望你能找到擺脫痛苦的方法，就像他們自己一樣。所以，他們的評判是充滿慈悲的。事實上，他們往往比你對自己更有慈悲。

在這種情況下，評判不是「雞蛋裡挑骨頭」，也不是一種沉重的負擔。「慚」也不是一種可怕或讓人羸弱洩氣的情緒。當你意識到你希望自己的行為贏得智者讚許的目光時，它是一種指引——他們是真心為你好的人、他們是既同情你，又對『什麼是對、什麼是錯』有著強烈分明的判斷力的人，因為他們親眼目睹過哪些做法走向的是死路，哪些則不會。

因此，出於慈悲的動機，清楚指出這一點的教法本身就是一種喜悅。當你學會從中獲得喜悅，從你的「自主性」中獲得喜悅，從「責任感」中獲得喜悅時，你就擁有了正確的心態。

有人認為人生問題應該束之高閣、保持神秘——曾有一位在家佛教老師聲稱他不喜歡“業力輪迴”的教義，因為它把事情說得丁是丁、卯是卯，清清楚楚，鐵齒獨斷，而他更喜歡的是那種充滿未知(not clear)、懸而未決(unsettled)的世界——但，那可是世界的世界。想想那些聆聽佛陀教誨的人，他們會說這就像有人把一盞燈帶進了黑暗之中，讓他們重見光明；就像有

人拿著一個東西，這個東西一直是被倒著放的，現在他把它立起來擺正了；就像有人把佛法講得清澈見底——正因為佛法清晰明了，你才能把它立正了；就像有人把佛法講得清澈見底——正因為佛法清晰明了，你才能把它當作一本指南。當作一本可靠的指南。而不再是混水摸魚。

至於那些不喜歡聽別人告訴他怎麼做的人，佛陀大概不會對他們有多大用處。正如他所說，他是那些適合被馴服之人的老師。而那些不願被馴服的人——好吧，他可沒時間浪費在他們身上。

所以我們應該為佛法的清澈見底而感到歡喜雀躍。它把檯面擺得井然有序，什麼是對，什麼是錯，沒有藏著的。但它也不是管家婆似的什麼事都幫你摳得那麼仔細，因為有許多地方你得自己去注意到。佛陀把標準遞給你，把那些個問題指出來讓你看，你得自己去找答案。這並非是他在故弄玄虛，而是因為具體事情要看場合，我們需要培養智慧去具體解讀這些情況。

記住，只有某些教法是「絕對的」(categorical)，也就是說，它們對所有人都是通盤正確且有用的。還有一些教法雖然是通盤正確，但並不總是有用的。對於後者，你需要運用自己的觀察力來判斷何時該用它們，何時不該用。

例如，有些方面佛陀會叫你去探索你內在的潛能。他一個個列舉了「覺醒的要素」(覺支)。有「覺支」的潛能，每一項「覺支」都一種潛能。有些情況下他會給出某個名字，有時只會說，注意了，有一種「狂喜」的潛能，有一種「平靜」的潛能。但你必須自己去發現這些潛能在你裡面的哪個地方，以及如何開發它們。這才是真正考驗你的「創造力」和「獨立判斷力」的地方。

所以，佛陀並非事事都要訂定規則。即使是「律典」，其中成千上萬條「戒律」，也留有極大的迴旋餘地。當你試著按照戒律生活時，你會注意到這一點。

所以，佛陀在指出「對錯」的同時，也給了你一些運用自身觀察力的空間。畢竟，你來到這裡是為了培養「分別智慧」，而「辨別力」正是透過獨立運用才培養起來的。不是光聽指示，而是透過觀察什麼問題該問，什麼問題不該問，如何去尋找答案。佛陀會盡其所能地幫助你，但他同時也指出，如果你想培養自己的「智慧辨別力」，有很多事情需要你自己去搞清楚。

他長長的一串列舉了心靈中導致痛苦的各種關聯，而且很有趣的是，這些清單並非總是相同的。例如，有一個標準的通用列表，就是「緣起」的「諸支」。但佛陀並非每次提及「緣起」時都會列出相同的「支」。有時他會加

一些，有時又會拿掉一些。所以，很多教法都留有餘地。但基本框架一直在那裡：「四聖諦」(the Four Noble Truth)。

有些人連這些個都嫌它們說得太具體了。有一位老師說：“應該就叫它們‘四條’吧”，因為佛陀太聰明過人了，怎麼會認為什麼事情是客觀真理呢。至於說它們是否「神聖」(Noble)，看看吧，所有人都說他們的教義是「神聖」的。

但佛陀珍惜那種客觀的真理，即「普遍真理」。他以最高的敬意對待它們。畢竟，在他覺悟之後，他意識到，如果你活著卻沒有「敬仰」，那你很痛苦。你得有所「敬仰」。對他而言，他「敬仰」的是「佛法」，即他所發現的真理。他教導的「四聖諦」，能夠可靠地引導人們達到一個神聖目標的真理，換句話說，一個「無條件」的目標，不受制於死亡的目標。這就是他所說的「神聖」的意思。這些真理既神聖又真實，因為它們可靠地指明了通往一個不會死亡的維度該完成的正確事項(duties)。

這些真理是通盤真實且有益的，例如：善巧行為應當培養、不善巧行為應捨棄的原則。其它佛陀所說的一切，要么是對這些要點的展開——在這種情況下，這些展開的闡述也通盤真實且有益的——要么是因時因地而說的，並不適合其它場合。在這種情況下，你必須學會如何運用自己的「敏銳度」。捕捉這類真理在不同時間、不同地點的「適用度」，是你鍛鍊「智慧辨別力」的一種方式。正是透過在這些領域鍛鍊你的「智慧辨別力」，你才能培養出往更深處去看所需的「智慧辨別力」。

這就是溝通的困難點：我們無法確定哪些真理對所有人都適用，哪些真理只適用於特定情況。多年前，德國有一位哲學家說過，我們每個人都是一個「單子」。我們各自生活在自己「單子」的牆壁之內，沒有窗戶。換句話說，我們無法窺探其他人的「單子」，也無法了解他們的內心世界。佛陀的智慧在於，他能夠從自身經驗中推論出哪些真理對所有人都適用，同時也意識到，每個人組成痛苦的方式在某些細節上會有所不同，在這種情況下，你需要知道哪些真理對你而言才是當下最合適的。

例如，在「緣起」之中，佛陀說要學會專注於其中任何的一個連結。他列舉了一系列的可能性。你會發現，一旦你找到一個正擊中你內心的鏈接，其他所有的一切都打開了。

所以，在某些情況下，他會說：「好的，這是對的；這是錯的。」而在其他情況下，他會說：「你自己從這些選項中選一個。」他把你當作成年人看待

——一個不會因他人評判而受傷，也不會因自己的行為被評判對錯而感到難過的人。一個夠睿智，明白這才是金玉良言的人。

在这个一切都如此「矇昧」的世界里，佛陀帶來了「清晰」；在這個一切都如此「暗淡」的世界里，他帶來了「光明」。而這「清晰」和「光明」都圍繞着一個核心：什麼才是奮力終結痛苦的「正道」？哪些才是「此路不通」，無法帶你走向痛苦的終結的「邪道」？

所以我們應該以同樣的方式來回應他的教誨，回應這一份「清澈見底的明晰」，就像當年聆聽他講法的智者們那樣：『歡喜雀躍，嘆未曾有』。