

# 小苦樹

林崇安教授

(《人乘季刊》28 卷,第 4 期,2007)

## 【前言】

今日許多大人都不快樂，但是回想小時候，大都有美好的一段時光，安詳而和樂，只是經由時間的消逝卻換來憂鬱和不快樂；另外有些人，小時就環境不好，且無良師益友，長大後就為非作歹，內心充滿憤慨和不滿。在人間的繁華下，卻隱藏著痛苦和無奈。並不是我們這一時代的人有較多的痛苦，佛陀在二千五百年前早就指出芸芸眾生這一相同的苦難事實。佛陀的出世就是要對苦難的眾生指點迷津。他入滅後，弟子們便把佛陀四十多年所教導的正法結集成《阿含經》，使我們有幸在今日繼續接受佛陀的教誨。

## 【佛陀在阿含的開示】

有一時期，佛陀遊行到憍薩羅國的首都舍衛城，住在近郊的祇樹給孤獨園。園內有上千位的比丘們住在這兒禪修著。每到黃昏的時候，比丘們都聚集在佛陀的面前，聆聽開示。這一天，佛陀說：

「若於結所繫法，隨生味著、顧念、心縛則愛生；愛緣取，取緣有，有緣生，生緣老病死、憂悲惱苦，如是如是純大苦聚集。」

這意思是說，如果一個人做了一些新的小行為（例如，抽煙），結果對煩惱所繫縛的法（色、受、想、行、識等）生起喜歡的心理（例如，喜歡抽煙的感覺），覺得這個滋味很好。正在品嚐時的喜悅心理稱作「味著」，回想這種滋味的心理稱作「顧念」，打算將來再去品嚐的心理稱作「縛著」，不知不覺就養成跟著感覺跑的習性，內心逐漸被束縛了，貪愛日以加深，終於形成強烈的執取（例如，有空就抽煙，不抽就覺得不對勁，抽時就忘我地抽），並不斷做這一行為（每天要抽幾包煙），結果就導致生老病死、憂悲惱苦等種種的痛苦（咳嗽、

甚至為肺癌所苦)。這一痛苦的成長過程，便是「緣起」的流轉過程，佛陀為了使弟子們更清楚這一過程，進一步以通俗的例子作說明，他說：

「如人種樹，初小軟弱，愛護令安，壅以糞土，隨時澆灌，冷暖調適，以是因緣，然後彼樹得增長大。」

這意思是說，有人種一棵小樹，開始時這樹苗很軟弱，經由主人呵護照顧，施以肥料，隨時澆灌，調整適當的溫度，因而這棵樹逐漸長大。如果原先這是一棵「小苦樹」，那麼長大開花結果後，根、莖、葉、果都是苦的，所獲得的不外是「苦果」。以這一譬喻，佛陀提醒眾生對開始的小行為就要小心，一旦養成習慣就不容易拔除，並且反而被束縛住。例如，有的父母喜歡自己的小孩，不知不覺溺愛過了頭，小孩長大後就養成不聽勸導的習性。每個人都有各自的嗜好，但是回想它的形成，大都是後天環境下逐漸養成的，打球、吃喝、打麻將、吸煙、喝酒等等都是如此；從內心的層面來看，每個人心中的貪愛、瞋恨、愚癡的三毒煩惱，以及意識型態等等，也大都是後天環境下逐漸變強的。所以，想要不被輪迴的痛苦所束縛，就要在小行為的開始階段給予注意，並立刻把不良的行為從根拔除，佛陀為了使弟子們清楚這一過程，仍以「小樹」的例子作說明，他說：

「猶如種樹，初小軟弱，不愛護，不令安隱，不壅糞土，不隨時澆灌，冷暖不適，不得增長。若復斷根、截枝，段段斬截，分分解析，風飄、日炙，以火焚燒，燒以成糞，或颺以疾風，或投之流水。」

這意思是說，對這一棵小樹，主人不去呵護照顧，不施以肥料，不用水澆灌、調整溫度，這棵樹就不會長大；如果原先這是一棵危險而生命力強的「小苦樹」，它的根、莖、葉、枝都有劇毒，那麼主人還要斷根、截枝，段段斬截，分分解析，經過風飄和日炙的處理，並且以火焚燒成灰，最後以疾風或流水來稀釋，使之消逝無蹤，經過這一番辛苦的折騰，才可以高枕無憂。以這一譬喻，佛陀要眾生認清自己心中的煩惱結，並且要徹底清除。所以，佛陀接著和弟子們對答如下：

「比丘！於意云何？非為彼樹斷截其根，乃至焚燒，令其磨滅，於未來世成不生法耶？」

答言：「如是，世尊！」

「如是比丘！於結所繫法，隨順無常觀，住生滅觀、無欲觀、滅觀、捨觀，不生顧念，心不縛著，則愛滅，愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老病死、憂悲惱苦滅，如是如是純大苦聚滅。」

佛說此經已，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行。

此處佛陀指出，要將這一棵小樹，經由斷根、截枝、段斬、分解、風飄和日炙，再以火焚燒成灰令其磨滅，經過這一番處理後，這一棵樹才算是於未來永遠不存在了。同樣的道理，眾生的煩惱所繫縛的東西不外是色、受、想、行、識等五蘊，由於迷於五蘊而累積三毒，為了去除繫縛，就要修止和觀（也就是定和慧），以止做基礎來觀察身心五蘊的無我，這一過程是經由無常觀、生滅觀、無欲觀、滅觀、捨觀的智慧訓練來完成，經過這一番處理，愛滅則取滅，取滅則有滅，有滅則生滅，生滅則老死滅；這一滅苦的過程，便是「緣起」的還滅過程。依據這一法則，修行者心中的三毒煩惱於未來永遠不存在了。佛陀講完經後，所有聽講的比丘們都高興性地遵行佛陀的教導。以上所介紹的這一經是《雜阿含經》的第 283 經。

## 【一些省思】

佛陀所教導的正法是適用於每一個人的，即使是禪修者也不例外。如果禪修者嚐到禪定之樂後，覺得這個滋味前所未有的，正在品嚐時生起「味著」的心理，回想這種滋味時就生起「顧念」的心理，內心一步步被吸引過去，生起「縛著」的心理，一心只想再去禪坐而無心培養智慧，不知不覺已經變成滋味的奴隸，對禪坐的貪愛日以加深，因而形成強烈的執取，結果死後就投生到色界去，仍然還是處在生老病死的輪迴中。

禪定之樂並不是不好，而是對它的「味著」、「顧念」、「縛著」。禪修者所要做的是，要利用禪定所得穩定的心去洞見身心五蘊的實相，修習佛陀所說的無常觀、生滅觀、無欲觀、滅觀、捨觀，去滅除

心中的三毒，解脫生死。這才是佛法修行的正途。

### 【結語】

二千五百年前佛陀對眾生的開示，仍然生動地保留在《阿含經》中，當日眾生的煩惱還是相同於今日眾生的煩惱；當日滅除煩惱的方法還是相同於今日滅除煩惱的方法。佛陀要我們在生活中時時覺察心中有沒有種下「小苦樹」，有沒有生起「味著」、「顧念」、「縛著」的心理，只要覺察到它的存在，就要非常小心地面對和處理，就像面對SARS一樣，要一路監控，完全清除後才可以歇息，唯有這樣才能得到心靈的解脫和自在。

庭中小樹真可愛  
愛它護它灌它溉它  
終成大樹難根除。  
禪坐飄飄真舒服  
愛它護它灌它溉它  
終生色界處輪迴。

---