

# 水泡

林崇安教授

(《人乘季刊》29 卷,第 1 期,2007)

## 【前言】

每當雨季來臨時，整天滴滴答答的，我們常看到的一幅鄉景就是，小孩子們不想呆在屋內，只想在屋簷下看著水泡，玩著紙船，等著大人回來。印度的雨季，下起雨來更是驚人。有智慧的人將會看出，大自然時時都在向我們說法。

## 【佛陀在阿含的開示】

有一時期，佛陀住在中印度阿毘陀處的恆河邊。黃昏的時候，比丘們都聚集在佛陀的面前，聆聽開示。佛陀是最懂得因材施教的人，也是最懂得就地取材的人，這一天，佛陀就用大自然的水泡來說法，告訴比丘們說：

諸比丘！譬如大雨，水泡一起一滅。明目士夫，諦觀思惟分別。諦觀思惟分別時，無所有、無牢、無實、無有堅固。所以者何？以彼水泡無堅實故。

這意思是說，下大雨時，一般的人只是看到水泡的生起和滅去，也許會有一些無常的感觸，但是這是不夠的，要深入一層地觀察、思維和分解，要像明眼的士夫，看清水泡是由「雨水」撞擊「地面」而生起，這一剎那的撞擊，就是一個因緣合和的過程，在這過程中，沒有主宰者、掌控者，如果沒有雨水就沒有水泡，沒有地面也同樣沒有水泡，沒有撞擊當然也沒有水泡，這一小小的水泡所展現出來的就是緣起的法則，經由仔細地觀察和分解，明眼的士夫看清水泡是無所有、無牢、無實、無

有堅固，因而對水泡不生起執著的心理。

佛陀說完水泡的譬喻後，接著說：

如是比丘！諸所有受，若過去、若未來、若現在，若內、若外，若麤、若細，若好、若醜，若遠、若近，比丘諦觀思惟分別。諦觀思惟分別時，無所有、無牢、無實、無有堅固；如病、如癱、如刺、如殺，無常、苦、空、非我。所以者何？以受無堅實故。

這意思是說，我們要像生物科學家一樣，仔細觀察和分析感受的種類。感受是經由六根分別生起，因而有眼觸所生受、耳觸所生受、鼻觸所生受、舌觸所生受、身觸所生受、意觸所生受等六種感受；每一種又細分為十二類的感受：過去受、未來受、現在受，內受、外受，麤受、細受，好受、醜受，遠受、近受。佛陀舉出這些類別是要我們重視這一現象，仔細觀察分析，才能不再被感受所迷惑。

接著，我們要進一步觀察分析這些感受的生起過程：感受是由根和境的接觸而生起，就像水泡是由地面和雨水的撞擊而生起。例如，眼根接觸到美色的這一剎那生起了眼識和快樂的感受，耳根接觸到噪音的這一剎那生起了耳識和痛苦的感受。如果不能看清感受的無所有、無牢、無實、無有堅固，我們必然依照著習性的運作，對快樂的感受生起貪愛之心，對痛苦的感受生起瞋恨之心。人們從早到晚，時時刻刻都有感受的生起，並且跟著感覺跑，這就是痛苦輪迴的產因。為了不再跟著感覺跑，佛陀要我們看清這些感受是如病、如癱、如刺、如殺，無常、苦、空、非我。為何要看清感受是如病、如癱、如刺、如殺呢？這是為了對感受產生厭離的心理（這種心理稱作厭背想），不再為追求感受而疲於奔命。為何要看清感受是無常和苦呢？這是為了認清感受的缺點，產生過患的心理（這種心理稱作過患想）。對為何要看清感受是空和非我呢？這是為了認清感受的真正性質，生起無所有、無牢、無實、無有堅固的心理（這種心理稱作實義想）。

佛陀講完經後，所有聽講的比丘們都高高興興地遵行佛陀的教導。以上所介紹的這一經是《雜阿含經》的第 265 經中的水泡喻。

## 【一些省思】

佛陀所教導的正法是適用於每一個人的。每人的貪愛和瞋恨是來自於感受，必須看清感受的流轉和還滅的緣起過程。譬如舌頭嘗到味道，第一剎那叫做舌觸。觸之後接著就立刻產生感受，這個味道你很喜歡，你馬上就產生快樂的感受，快樂的感受之後，接著就立刻產生下一步的貪愛，前後發生的時間不到 0.1 秒，只一下子，這個愛就發展成「取」，取是強烈的執取，接著就產生身、語、意的行為，例如趕快吃下去、多吃幾口，或者出聲讚不絕口，這些行為稱做「有」。愛、取、有之後是「生老病死苦」，這就是一個因果的流轉過程。一旦養成習慣後，這個運作過程一再地發生在你身上，讓你不能自在：你只喜歡這種口味，排斥其他的味道，你漸漸就變成習性的奴隸。喜歡的，你就一直想要擁有它，但是感受這一現象是無常、無我的，不能被掌控，一旦消失，你就大大地失望，又想拼命去得到這個，結果，你當下就陷入活生生的輪迴中。人們一生的煩惱和痛苦，就是從這兒陷下去的。一個不快樂的人，就是整天一再順著這種輪迴流轉的人，他活著的時候不快樂，死後當然也不快樂，因為他已經變成了習性的奴隸。

所以要解決這個問題，要在觸的那一剎那，或苦受、樂受產生的那一剎那，就要切斷這輪迴的流轉。這兒就要透過止觀禪修的訓練來看清自己感受的真相，看到感受的無常，第 0.1 秒跟 0.2 秒，其實都不一樣，能夠看清它，才能夠放下它，愛和恨就不隨著感受產生。止觀修行時，首先，要使心很穩定，這叫「止」。心不亂跑之後，才能看清楚接觸的那一剎那並且看到感受的無常和無我。「觀」是毘鉢舍那，就是要看清楚感受是因緣條件下產生的。用內觀的智慧看清楚感受根本不是我，既然不是我，何必作它的奴隸？何必生起貪愛和生氣？應該放掉它，這樣就開始走向緣起的還滅過程。這個緣起的過程是普遍的，即使是外星人，只要有血有肉、有愛有恨，他的輪迴的流轉過程也一定是一樣的；還滅的過程也必定是一樣的，也一定要經由止觀修行，才能滅苦。

## 【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。即使生到極樂世界去修行，所修的方法還是一樣的，因為諸佛的教導都是相同的：都是觀察緣起的流轉和還滅，都是必須看清感受的無常和無我。任何人只要順著正法，走同一條道路，當然就會走到相同的目的地，這個目的地，我們稱做涅槃，也就是痛苦和煩惱的徹底滅除。佛陀善巧地用「水泡」的譬喻作說明，要我們在生活中時時往內觀察自己的感受，不要以為它是真實存在而盲目地追求，要像明眼的士夫一樣，看清楚「水泡」只是虛幻不實的現象。不但感受是虛幻不實，我們的色蘊、想蘊、行蘊和識蘊也都是如此，所以佛陀說：

觀色如聚沫，受如水上泡，  
想如春時燄，諸行如芭蕉，  
諸識法如幻，日種姓尊說。

---