

狗兒和斑色鳥

林崇安教授

(《人乘季刊》30卷,第2期,2008)

【前言】

在今日繁忙的生活中，大家都想遠離煩惱和痛苦，有的人懂得利用休假恢復身心，但是一回到工作，又是一樣緊張，如何從根解決這問題呢？佛陀指出，一切的問題都是來自身和心，要想遠離煩惱和痛苦就要面對自己當下的身和心，看清煩惱和痛苦的來源，才能解決這一問題面。為了使眾生看清自己的身和心，佛陀把身心再分解為色、受、想、行、識等五蘊來觀察，此中，色蘊是色身，屬於物質現象。受蘊是感受和感覺；想蘊是內心分別出種種形象、樣子的心理；行蘊是內心種種造作的心理；識蘊是認知的主體。感受、想蘊、行蘊和心識是屬於心理現象。有的人貪愛身體，有的人重視享樂、有的人追求時髦、有的人堅持意識型態、有的人講究感應等等，這些人不知不覺間就被色身、感受、想蘊、行蘊和心識所束縛。佛陀指出，要如實地看清自己身心五蘊的集起、息滅、愛味、過患和出離等五種情況，才能遠離煩惱和痛苦。眾生由於不能看清自己身心五蘊的這五種情況，因而無法從身心的束縛中獲得解脫而一直輪迴下去。為了說清這一輪迴的事實，以及眾生對身心貪著的情形，以下佛陀便以譬喻來說法。

【佛陀在阿含的教導】

◎狗兒的譬喻

有一時期，佛陀住在舍衛國的祇樹給孤獨園。園內有比丘們在這兒修行著。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：

「眾生從無始以來不斷生生死死，被無明所蓋覆，被愛結所繫

縛，因而長夜輪回於生死中，不知苦之本際！諸比丘們！譬如狗兒，被繩子繫著在柱子一樣；結繫不截斷的緣故，就會順著柱子繞行而轉，或者站住、或者坐臥，都不能離開那柱子。同樣地，凡愚的眾生對於色身，不離貪欲、不離愛悅、不離思念、不離渴求，因此縈迴於色身，追隨著色身繞行而轉，或者站住、或者坐臥，都不能離開那色身。同樣地，凡愚的眾生對於受、想、行、識，追隨著受、想、行、識繞行而轉，或者站住、或者坐臥，都不能離開這些受、想、行、識。」

這兒佛陀指出，眾生隨著身心五蘊繞轉著，於行、住、坐、臥都離不開這身心五蘊；就好像狗兒被綁在柱子，於行、住、坐、臥都離不開這柱子一樣。這兒行、住、坐、臥的四種姿態，是用來譬喻眾生執取身心五蘊的四種過程：(1)先以無明和愛欲生起意業，追求對象；(2)接著用身業和語業去獲得對象；(3)而後對所得的對象，不斷貪著；(4)、最後對所得的對象，沈迷其中，難以自拔，結果脫離不了輪迴。

行、住、坐、臥四種姿態，還用來譬喻眾生執取於四類的貪愛對象：(1)有的人貪愛「人間」，(2)有的人愛悅「欲界天」，(3)有的人思念「色界天」，(4)有的人渴求「無色界天」，結果都被無明和愛欲綁住，始終在三界內輪迴著。

◎斑色鳥的譬喻

禪修者要進一步追究：為什麼眾生的身體有種種的差異呢？對這一問題，佛陀接著用以下的斑色鳥的譬喻來解釋。佛陀說：

「諸比丘們！應當好好地思維、觀察於心。為什麼呢？因為眾生長期以來，心一直被貪欲所染著、被瞋恚所染著、被愚痴所染著的緣故。諸比丘們！心惱故眾生惱，心淨故眾生淨。

比丘們！我不曾看見一物的顏色複雜如斑色鳥，而牠的心又比這更複雜。為什麼呢？因為那斑色鳥有複雜的心，所以才產生複雜的顏色。

所以，比丘們！應當好好地思維、觀察於心。諸比丘們！眾生長期以來，心一直被貪欲所染著、被瞋恚所染著、被愚痴所染著。

心惱故眾生惱，心淨故眾生淨。」

由此可知，由於以往眾生的心有貪、瞋、癡等煩惱及隨煩惱的種種差別，因而眾生的身體就有種種的差別：有的是惡趣的身體，有的是善趣的身體。所以說：「心惱故眾生惱，心淨故眾生淨」，這是佛陀的重要結論。

◎嗟蘭那鳥和畫師的譬喻

接著佛陀再以「嗟蘭那鳥」和「畫師」的譬喻來作進一步的說明。

佛陀說：「比丘們應當知道！你們看見過具有種種複雜色彩的嗟蘭那鳥嗎？」

比丘們回答：「曾經看見過，世尊！」

佛陀告訴比丘們說：「如同嗟蘭那鳥具有種種的雜色，我說牠的心也是如此。為什麼呢？因為嗟蘭那鳥有種種複雜的心的緣故，所以才有種種複雜的顏色。所以，應當好好地思維、觀察於心。眾生長期以來，心一直被貪欲所染著、被瞋恚所染著、被愚痴所染著。心惱故眾生惱，心淨故眾生淨。譬如畫師和畫師的弟子，將地面細沙好好敷平，並準備好各種彩料，然後隨著心意畫出種種的圖像來。」

這兒佛陀指出，眾生身體的種種差異，是來自眾生以往內心的雜染或清淨：內心雜染的生到惡趣，內心清淨的生到善趣。以上是從世間善惡的層次給出答案，但是佛陀不以此為足，因為這還是在輪迴的範圍內，禪修者必須如實觀察身心五蘊，看清生死流轉和還滅的過程，提昇到出世間的層次。

◎從束縛中解脫

為了提昇到出世間的層次，最後佛陀說：

「多聞的聖弟子們，能夠如實地覺知色身：色身的集起、色身的息滅、色身的愛味、色身的過患、色身的出離；因為能夠如實覺

知的緣故，所以不會貪著於色身；因為不貪著的緣故，所以便不會感生未來的色身。同樣地，能夠如實地覺知感受、想蘊、行蘊、心識，乃至心識的集起、心識的息滅、心識的愛樂、心識的過患、心識的出離，因為能如實覺知的緣故，所以不會貪著於心識；因為不貪著的緣故，所以便不會感生未來的心識。

因為不貪著於色身、感受、想蘊、行蘊、心識等五蘊的緣故，就可以從色身的束縛中得到解脫，從感受、想蘊、行蘊、心識的束縛中得到解脫，我說這些聖弟子們解脫了生老病死、憂悲惱苦。」

這兒佛陀指出，想要從生老病死、憂悲惱苦的輪迴中解脫出來，禪修者必須以智慧如實覺知五蘊的集起、息滅、愛味、過患和出離等五種情況，這便是禪修的重點所在。所有煩惱和痛苦的來源，是來自對五蘊的愛味，禪修者唯有看清它們的過患，才能得到出離，並解脫生老病死、憂悲惱苦。

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 267 經。

【舉例闡述】

佛陀所說的五蘊的集起、息滅、愛味、過患和出離等五種情況，不是很遙遠的事物或抽象的理論，而是活生生地出現在我們的眼前並且是可以檢驗的。以快樂的「感受」為例，當我們看到自己喜歡的寵物、聽到自己喜歡的音樂，嚐到自己喜歡的咖啡等等，當下生起快樂的感受。我們就應該檢驗這五種情況：（1）這快樂的感受來自何處？這快樂的感受是來自眼睛和寵物的接觸、來自耳朵和音樂的接觸、來自舌頭和咖啡的接觸，所以感官和對象的接觸，便是感受的「集起」。（2）當這些接觸一消失，快樂的感受就消失掉，所以感官和對象的接觸的消滅，便是感受的「息滅」。（3）快樂的感受使人念念不忘，這便是感受的「愛味」。（4）快樂的感受是生滅無常而不是可以隨心掌控的，這便是感受的「過患」。（5）不被快樂的感受黏住，這便是感受的「出離」。佛陀要我們如實看清感受的這五種情況，看不清楚就會變成感受的奴隸，不斷捲在煩惱和痛苦之中。

同樣的，例如「意識型態」，這是想蘊和行蘊的合成，如果我們不能看清楚它的集起、息滅、愛味、過患和出離等五種情況，我們就

會變成意識型態的奴隸，不斷捲在煩惱和痛苦之中。唯有如實看清意識型態的面目，我們就能不再執取它們，不再隨之起舞，因而不會捲在煩惱和痛苦之中。

【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。禪修不是冥思遙遠的、神秘的事，而是如實覺知當下自己五蘊的集起、息滅、愛味、過患和出離等五種情況，這是眼前的事，這是生活當前的現象，這是適用於每一個人的，這便是禪修的重點所在。
