

智者滅苦應求其心，不應苦身

（釋厚觀，2013.1.19）

各位法師、各位居士，大家好！

今天跟大家分享一則佛典故事，這故事出自《大莊嚴論經》，在《大正藏》第4冊266頁的上欄到267頁的上欄。

過去曾聽說，有位比丘尼到賒伽羅國。在這個國家中，有一些外道婆羅門修苦行，以五種熱來燒烤身體（這五種熱就是他們在太陽下曝曬，另外在身體四周又燃燒著猛火，加起來五種）。這樣子燒烤身體，不但額頭流滿汗水，胸前、腋下全都是汗流不止，甚至口乾舌燥，連口水都乾了。

由於在四面放置火堆，它的高溫就像可以把身體烤得像熔化的金子一樣，連頭髮都熏黃了，看起來像老人一般。赤紅色的火猛烈地燃燒著，加上在酷熱的夏天頭頂著豔陽，身體翻來覆去，但不論身體轉向哪一邊，都沒有地方可以躲避高溫的燒烤，身體焦爛得就像餅在鍋爐中煎烤一般。由於這位婆羅門經常穿著破舊的粗棉布，又以五種熱燒烤身體，因此當時的人都叫他「縷褐炙」。（他們認為用這樣的方式修苦行，當身體的苦痛受盡之後，樂自然可以到來。）

這時，有一位比丘尼看到這種情形，就對苦行的外道說：「你應該燒烤的東西不燒烤，不應該燒烤的東西卻拿來燒烤。」

這位「縷褐炙」外道一聽，就很生氣地回答：「可惡的光頭比丘尼，妳懂什麼？到底什麼是應該燒烤的？妳倒是說看看！」

比丘尼就說：「你應該燒烤的是你的瞋恨心，而不是你的身體。如果你真能夠燒烤你心中的根本煩惱，那才是真正有意義的燒烤。就好像牛拉車，車子不動，你應該是打牛，而不是去打車啊！（即使用力地打車，車也不會跑；要打牛，打到根本才對啊！）我們的身體就像車，我們的心就像牛。（你要車子走，要先知道拉動牛車的源頭是在於牛，而不是末端的車。）所以，你應該燒烤的是心的煩惱，而不是曝曬、燒烤著身體。而且這身體就像森林、城牆，即使把它燒壞了，又有什麼益處呢？（我們的身體像一片樹林或者一面牆，保有這個色身才有修行的機會。如果因為苦行而傷了身體，就好像被火燒毀的樹林或者被燒毀的圍牆，沒有辦法修復，那這樣對修行又有什麼幫助呢？）」

比丘尼接著說了一段偈頌，大意如下：

「心就像城堡的主人，城主瞋怒，應該直接從城主下手，若是針對城牆，那是沒有什麼幫助的。（心像城主，我們的身就像城牆；城主不高興，應該是除滅城主的瞋心之火，而不是去破壞城牆。心起了瞋恚之火，應該要直接去滅心火，而不是去毀壞身體。）

就像獅子，如果有人拿弓箭射牠，以瓦片、石頭丟向牠，獅子牠會去追逐丟牠的人。

但是如果是一條笨狗，如果有人拿瓦片、石頭投向牠，牠反而跑去追逐瓦片、石頭，

不知道去追逐源頭——也就是丟牠的人。

這裡所說的獅子，是比喻有智慧的人，能夠尋求根本而滅除煩惱。

笨狗就是比喻外道，只會用五種熱來燒烤自己的身體，不知道問題的根本是在心。」

於是，外道婆羅門就問：「那要怎麼樣燒烤心呢？如果要燒烤心的話，用什麼火才能燒烤呢？」

比丘尼回答說：「四聖諦的智慧之火，就像你身邊的四把火。你有四把火，我有四聖諦的四把智慧之火。另外，有修道的智慧火，就像你頭頂上的太陽。（你們在身體四周點燃四把火，加上頂著大太陽來燒身，可是在佛教看來，即使身體烤焦了，還是無法開悟啊！）

佛教是以智慧為主，依四聖諦的智慧之火，以及修道的智慧火，用這五種方法來燒烤心的煩惱。

而我們的身無法得自在，你再怎麼燒烤，都不會得到真正的自由。既然如此，為什麼還要勞苦這個身體呢？

如果真要使它吃苦的話，應當去逼迫心才對啊！因為心才是使身受苦的源頭。因為身還是由心去驅動它的，應該要去令心受苦才對啊！

行、住、坐、臥，都不是身體主動造作的，只不過是心驅使身體來造作而已。

既然身不是主動造作的，它的源頭在心，過失在心，那為什麼要苦毒身體呢？

心如果離開了身體，身體就好像木石一樣沒有知覺。所以有智慧的人，應當要追究心，不應該勞苦身體。

又如果你以為用這五種熱燒烤身體這樣的苦行就能夠得道的話，那麼，地獄的眾生受盡無量的痛苦，及各式各樣的酷刑，也應該得道囉！（因為你這樣受苦，地獄火也在燒，他的苦比你更加倍啊！你這樣能夠得道的話，地獄的眾生他烤的火更厲害，那是不是更應該得道呢？）」

這位婆羅門爭辯著說：「我所修的苦行是主動發心造作的，這才可以稱得上是修道；而地獄眾生他是被逼迫受苦的，所以不算是修道。」

比丘尼又說：「如果是因為主動發心燃火燒烤身體就可以得福的話，那麼小孩子拿著火炬，可能不小心也會燒了身體，這樣子他也是主動發心囉。這樣的話，小孩子也應該得到福報囉，然而實際上可能小孩子只是燒痛了身體，但其實是無法得到福報的。

如果小孩無法得福的話，依照這樣的推論，你以五種熱燒烤身體這樣的苦行，也同樣得不到福。」

婆羅門又不服氣的說：「嬰兒小孩他們沒有智慧，所以沒有福。而我是有智慧的，這麼努力地以五種熱燒烤身體修苦行，當然有福德。」

比丘尼再回應：「如果說有智慧修苦行就可以得福的話，那麼，採珍珠的人刺身體流出鮮血來採珍珠，也應該有福德囉。（這採珍珠的人他也是主動，而且也是努力這樣的修，他們也有智慧啊，不是小孩子沒有智慧。他們有智慧又刺自己身體，這樣來採珍珠，應該也可以得到福德囉？」）

婆羅門又說：「那些採珍珠的人，他們的發心是為了貪求珍珠，雖然刺身出血，不名為福德，因為他有貪心的緣故。」

比丘尼又說：「那你修苦行，你也是貪求天上的享樂啊，你也有貪心嘛！如果這採珍珠的人他有貪心得不到福德，你貪求天上的享樂，也應該沒有福德啊！

如果因為貪求就不能得果報的話，那麼獵人貪求口腹之欲，將來也不應該得到惡的果報了。（如果有貪求就不會得果報的話，那麼獵人貪求口腹之欲，造了殺生之業，將來也不會得惡果啦！）

如果捕魚、打獵的人不會得果報的話，那麼你今天所做的苦行，將來也不會得到天上的樂報。

你為什麼現在身心在流轉中，卻想要以苦行獲得天上的享樂呢？（為什麼不以智慧在心上面下功夫，反而轉向以身的苦行，而希望獲得天上的享樂呢？）

我佛的正法中，不認為以五種熱燒烤身體這樣的苦行卻可以獲得天上福樂的。

如果想要獲得天上福樂，應該修行真實語等等，以及種種善法功德，雖然還會有貪心、怖畏，卻能夠生天，享受天上的福樂。

就好像服藥一樣，無論是貪心或是怖畏（貪，有的藥甜啦，他貪吃藥；有的藥很苦，他感到怖畏），好像服藥一樣，無論是貪心或者是怖畏，既然已經將藥吃下，藥的效力一定會發揮。

安住於真實語，並累積種種善法功德的人，雖然或許還有貪心、怖畏，但必定能得天上福樂。」

這個時候，婆羅門因為理由站不住腳，被駁得無話可說，無法回應，只好默默地愣在一旁。

當時左右圍觀的人聽了比丘尼的說法，對佛法生起了清淨的信心，深心好樂正法；大家互相討論說：

「太好了！佛陀有大智慧力，佛陀所宣說的佛法非常深廣，難以測量。

外道的小聰明，那真是太膚淺、太微薄了。

就好像爆炸的火焰，如果接觸到人的身體，沒有人不會害怕的。

佛法所爆發出來的火焰也是一樣，接觸到外道婆羅門，能讓他感到怖畏。

我們今天能聽聞到佛法這麼美好殊勝的論義，都應該一起向佛涅槃的地方恭敬禮拜，歸依世尊。

以善巧調柔的聲音，闡述演說法義。即使是智慧淺薄的女人，喝下了佛陀的甘露法雨，也能在大眾中說法無畏。(女眾她用輕柔的聲音就好，她不用像外道這樣子很粗暴的說：「你懂什麼？」她不用！她是聽聞佛的開示，然後用輕柔的聲音來講述佛的法義，這樣子態度很調柔，但是這個正法能夠攝受外道，也能夠說法無畏)，這樣子還有誰能對佛所說的話不恭敬呢？

這位比丘尼雖然智慧微弱淺薄，竟然能藉由佛法破除煩惱，仰仗聖者尊貴的話，還使得這個婆羅門無話可說，只能默默愣在一旁。」

這一則故事有幾個地方值得我們反省的：

如果「心」沒有端正的話，無論「身」怎麼樣修苦行都是沒有用的！所以有智慧的人應該省察「心」是否清淨？如果身受苦就能夠得道的話，那麼地獄眾生受無量的苦，是不是也應該得道呢？其實不然。

牛車不走，到底是要打牛還是打車？當然是要打牛，因為牛才是源頭，車是枝末。同樣地，有智慧的人要滅苦，必須從心下手，而不是在身體下功夫。

我們也可以反省，如果人際關係不佳，到底是要埋怨別人，還是該好好檢討自己的起心動念與自己的行為呢？苦行外道在身體四周點燃四把火，加上頂著太陽來燒身修苦行，以為苦盡可以甘來。但依佛法來看，即使把身體烤焦了，也是沒辦法開悟的！

外道身邊的四把火只能燒身，而佛教四聖諦的智慧之火，卻能夠燒盡知見上的煩惱，就是見惑；外道頭頂著大太陽只能曝曬身體，而佛教修道的智慧火，則能曬乾情意的煩惱，也就是修惑。

佛教是以智慧為主，依智慧才能夠斷盡煩惱。佛教所說的煩惱有兩類：一類是知見上的煩惱，屬於見惑，特別是對四聖諦知得不夠徹底；另一類的煩惱是情意上的煩惱，就是修惑，情感上貪瞋癡慢這些。依四聖諦的智慧火得見道，可以斷除見惑；依修道的智慧火，可以斷除修惑。

修道，一般來說，可以修有漏道，可以修無漏道。修有漏道的話就是修禪定，修禪定可以降伏修惑，那是降伏；真正能夠斷盡修惑的，當然是要修無漏的智慧。

以上簡單以這些跟大家共勉。

※經典原文

《大莊嚴論經》卷 2 (08 經) (大正 4，266a15- 267a3)：

復次，夫身口業不能自在，要由於意。

我昔曾聞，有比丘尼至賒伽羅國，於彼國中，有婆羅門，五熱¹炙²身額上流水，胸腋³懷⁴中悉皆流汗，咽喉乾燥唇舌焦然⁵無有涎唾⁶。四面置火，猶如融⁷金，亦如黃髮⁸，紅赤熾然⁹，夏日盛熱以炙其上，展轉¹⁰反側¹¹無可避處，身體焦爛如餅在鑿¹²。此婆羅門常著縷¹³褐¹⁴五熱炙身，時人因名號縷褐炙。

時比丘尼見是事已，而語之言：「汝可炙者而不炙之，不可炙者而便炙之。」

爾時縷褐聞是語已，極生瞋恚而作是言：「惡剃髮者！何者可炙？」

比丘尼言：「汝若欲知可炙處者，汝但炙汝瞋忿之心，若能炙心是名真炙。如牛駕車，車若不行乃須策¹⁵牛不須打車。身猶如車，心如彼牛，以是義故汝應炙心，云何暴¹⁶身？又復身者如林¹⁷如牆，雖復燒炙將何所補¹⁸？」

即說偈言：

「心如城主，城主瞋恚，乃欲求¹⁹城，無所增益。

譬如師子²⁰，有人或以弓箭瓦石，而打射之，而彼師子，逐²¹逐²²彼人。

譬如癡犬，有人打擲，便逐瓦石，不知尋本。

言師子者，喻智慧人，能求其本，而滅煩惱。

¹ 五熱：古代印度外道苦行之一。即曝曬於烈日下，而於身體四方燃火之苦行。行此苦行之外道，即稱五熱炙身外道。（《佛光大辭典（二）》，p.1196.3）

² 炙（ㄗㄨㄣˋ）：1.烤。4.燒灼。5.曝曬。（《漢語大詞典（七）》，p.38）

³ 胸腋：胸前與腋下。泛指胸部。（《漢語大詞典（六）》，p.1252）

⁴ 懷：胸前，懷抱裡。（《漢語大詞典（七）》，p.785）

⁵ 焦（ㄐㄧㄠ）然：憔悴貌。（《漢語大詞典（七）》，p.258）

⁶ 涎（ㄊㄧㄢˊ）唾：口水。（《漢語大詞典（五）》，p.1167）

⁷ 融：熔化，消溶。（《漢語大詞典（八）》，p.941）

⁸ 黃髮：指年老，亦指老人。（《漢語大詞典（十二）》，p.1002）

⁹ 熾然：1.猛烈地燃燒。2.火盛貌。4.猛烈貌，強烈貌。（《漢語大詞典（七）》，p.263）

¹⁰ 展轉：反覆，變化。（《漢語大詞典（四）》，p.47）

¹¹ 反側：翻來覆去，轉動身體。（《漢語大詞典（二）》，p.864）

¹² 鑿（ㄜㄣˋ）：一種平底鍋。常用以烙餅。（《漢語大詞典（十一）》，p.1359）

¹³ （1）縷（ㄌㄨˇ）：3.帛。《管子·侈靡》：“朝縷綿，明輕財而重名。”尹知章注：“縷，帛也。”10.通“褸”。衣破。《左傳·宣公十二年》：“篳路藍縷，以啟山林。”杜預注：“藍縷，敝衣。”（《漢語大詞典（九）》，p.979）

（2）帛（ㄅㄛˊ）：1.古代絲織物的通稱。（《漢語大詞典（三）》，p.703）

¹⁴ 褐（ㄏㄜˋ）：指粗布或粗布衣，古時貧賤者所服，最早用葛、獸毛，後通常指大麻、獸毛的粗加工品。（《漢語大詞典（九）》，p.112）

¹⁵ 策：3.用鞭棒驅趕騾馬役畜等。（《漢語大詞典（八）》，p.1143）

¹⁶ 暴（ㄅㄠˋ）：1.曬。（《漢語大詞典（五）》，p.821）

¹⁷ 林＝材【宋】【元】【明】。（大正4，266d，n.4）

¹⁸ 補：5.裨益。（《漢語大詞典（九）》，p.87）

¹⁹ 求：4.請求，乞求。5.要求。（《漢語大詞典（五）》，p.897）

²⁰ （1）師：25.獸名。“獅”的古字。參見“師子”。（《漢語大詞典（三）》，p.715）

（2）師子：1.獅子。（《漢語大詞典（三）》，p.716）

²¹ 逐（ㄓㄨˊ）：1.追趕，追逐。（《漢語大詞典（十）》，p.887）

²² 逐＝逮【宋】【元】【明】。（大正4，266d，n.5）

言癡犬者，即是外道，五熱炙身，不識心本。」

婆羅門言：「何名炙心？」

比丘尼言：

「四諦之智，如四火聚，修道如日。

夫智慧者，以四諦火，修道淨日，以此五法²³，而炙其心。

而此身者，不得自在，何故苦身？

若欲苦者，當苦於彼，能苦身本。

行來坐臥，非身所為，但為心使²⁴；

若非身作，過在於心，何故苦身？

心若離身，身如木石。是以智者，宜責²⁵其心，不應苦身。

又汝以此，五熱炙身，以為苦行，而得道者；

地獄眾生，受苦無量，種種楚毒²⁶，亦應得道。」

婆羅門曰：「為此苦行，發心造作，得名修道；地獄眾生，逼迫受苦，是故不應說言修道。」

比丘尼曰：「若自發心，而得福者，小兒把火²⁷，亦應得福，然實不得。以是推之，汝之所作，五熱炙身，亦無有福。」

婆羅門曰：「嬰孩小兒，無有智慧，是以無福。我有智慧，造作如此，五熱炙身，是故有福。」

比丘尼言：「若以有智，修於苦行，便有福者；採真珠人，刺身出血，珠乃可得，亦應有福。」

婆羅門曰：「以貪心故，雖復出血，不名為福。」

比丘尼言：

「汝為苦行，貪天上樂，亦應無福。

若以貪求，無果報者，遊獵²⁸之人，不應得報。

若使魚獵不得報者，汝今為此苦行之事，亦不應得天上樂報。

汝今何故，身心迴轉，欲以苦行，得於天樂？

我佛法中，無有如斯，五熱炙身，受苦行法，得彼天樂。

欲得天樂，修實語等，諸善功德，雖復貪怖，得生天樂。

譬如服藥，或貪或怖，既服之已，藥力必行。

若住實語，諸功德者，或貪或怖，必得天樂。」

²³ 案：「五法」，即四火（四諦見道）及日（修道）。

²⁴ 使：4.調驅使、支配。（《漢語大詞典（一）》，p.1325）

²⁵ 責：2.要求，期望。3.責令，督促。4.譴責，責備。6.懲處、處罰。（《漢語大詞典（十）》，p.89）

²⁶ 楚毒：1.指酷刑。3.痛苦。（《漢語大詞典（四）》，p.1154）

²⁷ 把火：手持炬火。（《漢語大詞典（六）》，p.422）

²⁸ 遊獵：1.出遊打獵。（《漢語大詞典（十）》，p.1059）

時婆羅門，辭窮理屈²⁹，不能加³⁰報，默然而住。

時左右人，於佛法中，生清淨信，深樂正法，各相調言：

「善哉佛法，有大智力，甚深難測。外道之智，極為淺薄。

譬如爆火，若觸人身，人無不畏。

佛法爆火，亦復如是，觸婆羅門，能令其怖。

我等今者，得聞佛法，善勝之論，咸應歸向，佛涅槃處，恭敬禮拜，南無世尊。

音聲善柔，敷演³¹說法，女人智淺，飲佛甘露，能大眾中，說法無畏。誰於佛語，而不恭敬？

斯比丘尼智慧微淺，能用滅結，牟尼³²尊語，猶故能令此婆羅門不能加報，默然而住。」

²⁹ 辭窮理屈：理由站不住腳，被駁得無話可說。（《漢語大詞典（十一）》，p.507）

³⁰ 加：2.增益，更加。6.施及，加以。（《漢語大詞典（二）》，p.772）

³¹ 敷演：1.陳述而加以發揮。（《漢語大詞典（五）》，p.505）

³² 牟尼：梵語 *muni*，巴利語同。又作文尼、茂泥。即寂默（止靜煩惱）、寂、賢人、仁、仙之意。乃謂尊貴殊勝之聖者或仙人。（《佛光大辭典（三）》，p.2476.3）