



一樣的凡人之軀

佛陀將智慧結晶留給世間，我們在〈見寶塔品〉看到佛顯神通，三變淨土，迎請分身諸佛，展現「萬法歸一」，顯得神通廣大，這是經典裡的佛陀。但其實佛陀與我們並無分別，有相同的身體，一樣會飢餓、會生病、會受苦。

佛陀也有「馬麥之報」

《四分律》記載，有一年的結夏安居，一位毘蘭若婆羅門發心向佛陀請求：「今年結夏安居，由我來供養僧團，供養佛陀」，佛陀答應了。

結果到了結夏安居，毘蘭若婆羅門居然把這件事忘得一乾二淨，直到結夏安居圓滿九十天了，連一餐都沒送過來。其實要是對方忘記了，還是可以請他趕快補送，但佛陀沒有這樣處理，而是一直挨餓。

那時侍者阿難餓到一籌莫展，只好出門想辦法。他到了馬場，去向馬販化緣。馬販說：「我沒有什麼東西可以供養，但是還有些馬匹吃的麥子，要不就拿去吧。」粗糙的馬麥，顯然難以下嚥，但阿難沒有辦法，只能拿回來，洗一洗煮給佛陀吃。佛陀就這樣吃了九十天的馬麥。⁽¹⁾

所以，佛陀也有「馬麥之報」，只能靠馬麥止飢。另外，在《遊行經》中，佛陀還吃了周那供養的菇，結果中毒，腹瀉得非常嚴重。⁽²⁾

歷史上的佛陀，確確實實就在人間，這些事例顯示了佛陀在生理上與一般人無異。他之所以偉大，在於他如何來看待他的生理、身體？還有他如何看待世間眾生的煩惱纏縛？這些是真正的智慧。

佛的三身：自性身 受用身 變化身

佛陀與凡人一樣，有相同的身體，但不僅止於此。經典記載，佛陀有三種身：第一個「自性身」，也就是「法身」；第二個「受用身」，就是「報身」；第三個則是「變化身」。

我們可以修行，因為有「自性身」。我們在世間由「四大」、「五蘊」所和合的身體，是「色身」的根本。「色身」也是修行的基礎，一切修行由此開始！此身有成佛的可能，因此叫做「自性身」，成佛就從這裡開始。

「受用身」是什麼？常聽人說：「我這身體都在受業障！老了、病了，很受苦。」這「血肉之軀」，多少會有病的。但是，有別於我們凡夫的業障，一直就是在「四大」、「五蘊」裡面煩惱、打轉，佛陀展現出自己的處理方式，他體證了修法的喜樂與安定；同時也看到眾生的苦迫煩惱，然後他能加以善巧回應，這才叫做「受用」。

「受用身」，就看自己怎麼用！每個人都是「四大」、「五蘊」組合的身體，如果今天有運動，出了一身汗，腳步就會比較輕盈，少煩惱困擾，心情更加喜悅，不也是在受用自己的身心嗎？如果你有修行，法務有條不紊，即使外面很亂，但是你可以安頓好自己，這也是在「受用」中。

「變化身」就是「化身」，這只有佛陀有，佛陀可以應機變化，而我們就只有「業障身」了。

迎回各個時空走過、活過的你

即便對我們一般人來說，沒有分身，只有業障身。但你想想看，從小到大數十年，此身一路走來，走過多少路、住過多少地方？吵架的你、委屈的你、發善心的你……什麼模樣都有，現在把那些時空各個走過、活過的人影，通通迎回來，是不是就是此時此刻正安靜研讀佛法的你呢？那一幕幕、一幢幢、一頁頁，都是感受旅途的背景風光。

「自性身」是一種理則——眾生可以修行，眾生皆可成佛，一切由自性開

始。這是理則，還需要你親身去驗證，讓這些理則，轉化你的四大、五蘊，因為所有的修行，皆是以四大、五蘊為基礎。

儘管色身只有一個，但從前的那些你，跟現在的你，是不是畫上等號？你的身心，活了這些時間，有沒有成長與改變呢？

- (1) 《四分律》卷1：「爾時佛遊蘇羅婆國，與大比丘眾五百人俱，漸漸遊行至毘蘭若，即於彼宿那隣羅濱洲曼陀羅樹下。毘蘭若婆羅門聞瞿曇沙門釋家子，離釋種出家為道，從蘇羅婆國將大比丘眾五百人俱，漸漸遊行來至此毘蘭若，那隣羅濱洲曼陀羅樹下住。此沙門瞿曇，有如是大名稱：如來、無所著、等正覺、明行足、為善逝、世間解、無上士、調御丈夫、天人師、佛、世尊。彼於諸天、魔、梵、沙門、婆羅門眾中，獲神通作證常說正法，上善、中善、下善，義味清淨，自然具足修習梵行。『善哉！我等得見如是無著人，我今寧可宜往問訊沙門瞿曇。』爾時毘蘭若婆羅門即往世尊所，到已共相問訊在一面坐。時世尊無數方便為說法開化令得歡喜。聞佛說法得歡喜已，即白佛言：『世尊！唯見哀愍當受我請，及比丘僧三月夏安居。』時世尊及比丘僧默然受請。毘蘭若婆羅門見世尊默然受請，即從坐起遶佛而去，世尊與五百比丘眾受彼夏安居三月。

時有波離國販馬人，驅五百疋馬住毘蘭若，夏九十日。時世穀貴，人民飢餓、白骨狼藉，乞求難得。時毘蘭若婆羅門雖請如來及比丘僧，三月都不供養供給所須。何以故？皆是魔波旬所作。爾時諸比丘從毘蘭若乞食不得，次往彼販馬人所乞食。時販馬人自念：『如今此間時世穀貴，人民飢餓乞食難得，白骨狼藉。彼諸比丘從彼乞食不得故來此耳！我今寧可日施比丘馬麥五升，世尊一斗耶！』即如所念，日與諸比丘馬麥五升，世尊一斗。時佛所得麥分與阿難，阿難使人磨作乾飯奉佛，佛食乾飯。諸比丘各各得成煮麥而食，佛與比丘所食各異。』（《大藏經》冊22，第1428號，頁568下7-頁569上10。）

- (2) 《佛說長阿含經·遊行經》：「爾時，世尊於負彌城隨宜住已，告賢者阿難俱詣波婆城，對曰：『唯然！』即嚴衣鉢，與諸大眾侍從世尊，路由末羅至波婆城闍頭園中。時，有工師子，名曰周那，聞佛從彼末羅來至此城，即自嚴服，至世尊所，頭面禮足，在一面坐。時，佛漸為周那說法正化，示教利喜，周那聞佛說法，信心歡喜，即請世尊明日舍食。時，佛默然受請。周那知佛許可，即從座起，禮佛而歸。尋於其夜供設飯食，明日時到，唯聖知時。

爾時，世尊法服持鉢，大眾圍遶，往詣其舍，就座而坐。是時，周那尋設飲食，供佛及僧，別煮栴檀樹耳，世所奇珍，獨奉世尊。

佛告周那：『勿以此耳與諸比丘。』周那受教，不敢輒與。時，彼眾中有一長老比丘，晚暮出家，於其座上以餘器取。

爾時，周那見眾食訖，并除鉢器，行澡水畢，即於佛前以偈問曰：

『敢問大聖智，正覺二足尊，善御上調伏，世有幾沙門？』

爾時，世尊以偈答曰：

『如汝所問者，沙門凡有四；志趣各不同，汝當識別之。

一行道殊勝，二善說道義，三依道生活，四為道作穢。

何謂道殊勝？	善說於道義，	依道而生活，	有為道作穢？
能度恩愛刺，	入涅槃無疑；	超越天人路，	說此道殊勝。
善解第一義，	說道無垢穢；	慈仁決眾疑，	是為善說道。
善敷演法句，	依道以自生；	遙望無垢場，	名依道生活。
內懷於奸邪，	外像如清白；	虛誑無誠實，	此為道作穢。
云何善惡俱？	淨與不淨雜，	相似現外好，	如銅為金塗。
俗人遂見此，	謂聖智弟子，	餘者不盡爾，	勿捨清淨信。
一人持大眾，	內濁而外清；	現閉奸邪迹，	而實懷放蕩。
勿視外容貌，	卒見便親敬；	現閉奸邪迹，	而實懷放蕩。』

爾時，周那取一小座於佛前坐，佛漸為說法。示教利喜已，大眾圍遶，侍從而還。中路止一樹下，告阿難言：『吾患背痛，汝可敷座。』對曰：『唯然！』尋即敷座，世尊止息。時，阿難又敷一小座於佛前坐。

佛告阿難：『向者周那無悔恨意耶？設有此意，為何生？』

阿難白佛言：『周那設供，無有福利。所以者何？如來最後於其舍食便取涅槃。』佛告阿難：『勿作是言！勿作是言！今者周那為獲大利，為得壽命，得色，得力，得善名譽，生多財寶，死得生天，所欲自然。所以者何？佛初成道能施食者，佛臨滅度能施食者，此二功德正等無異。汝今可往語彼周那：「我親從佛聞，親受佛教，周那設食，今獲大利，得大果報。」』

時，阿難承佛教旨，即詣彼所，告周那曰：『我親從佛聞，親從佛受教，周那設食，今獲大利，得大果報。所以然者？佛初得道能飯食者，及臨滅度能飯食者，此二功德正等無異。』」（《大正藏》冊1—第1號，頁18上23-下25。）

國立臺灣大學佛學數位圖書館典藏