瞋恚自害，障諸善法

沙彌瞋恚，投生惡龍

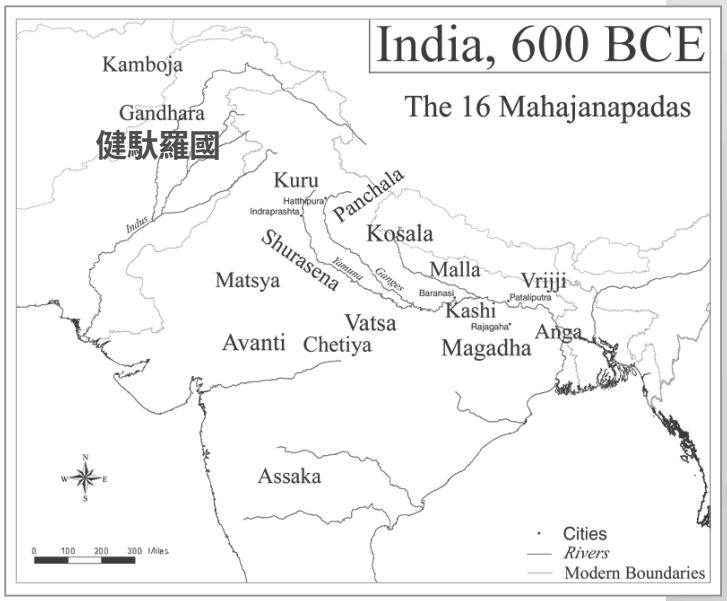
《釋門自鏡錄》中記載一則故事：從前西域的健馱羅國中有一位阿羅漢，當時在西域境內有一座大雪山，山頂上的池塘裡住著一位龍王，龍王長期邀請羅漢至龍宮接受供養，因此每至正午用餐時間，羅漢便會以神通力，乘於座具之上，飛往龍宮接受供養。

某天，侍者沙彌趁著羅漢要前往受供時，偷偷攀附在羅漢的坐具之下，並一路隨著羅漢飛到了龍宮。來者是客，龍王見沙彌不請自來，卻也不好趕走人家，於是便請沙彌留下來一同接受供養。龍王準備了天上的甘露飯，供養羅漢，而供養沙彌的則是一份人間的普通齋食。飯食後，羅漢將自己的缽交給沙彌洗淨。沙彌在洗缽時，發現羅漢的缽中留有一些殘食，香味十分強烈，好奇之下，便偷偷嚐了一口。不嚐則已，一嚐之後發現羅漢缽中的食物，哪裡是人間嚐得到的甘露美味？震驚之餘，對羅漢及龍王生起了強烈的嫌恨與瞋恚之心，當下便發下惡願：「願我所有的福德，迴向此龍王速斷性命，並由我來接替龍王寶位！」沙彌發願當下，龍王便已經感到頭痛欲裂，經過神通觀察後，知道是因為沙彌心裡嫉恨而發下惡願所致，因此便趕緊向沙彌懺悔謝罪。

《新纂佛像圖鑑》刊載的龍王像

日本國會圖書館館藏
Public Domain (CC0 1.0)

然而，沙彌這時早已被瞋恨蒙蔽了心頭，不願意接受龍王的懺悔，回到寺院後，反而更猛利地發願、迴向。因惡願及惡業所致，沙彌當晚便命終，並且投生為猛爆惡毒的大龍。沙彌變成大龍後，第一件事便是到雪山頂池塘中的龍宮裡取代龍王，並將其部屬收入旗下，接掌了原來龍王的寶座。



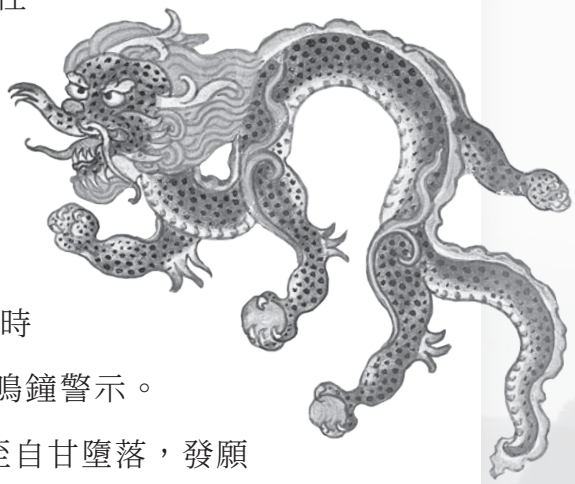
健馱羅國為古代印度十六王國之一，位於印度北部山區

image from commons.wikimedia.org | CC BY-SA 3.0

沙彌投生為大龍王後，因為宿世的惡願及惡業所致，牠經常會呼風喚雨，使

本刊編輯室

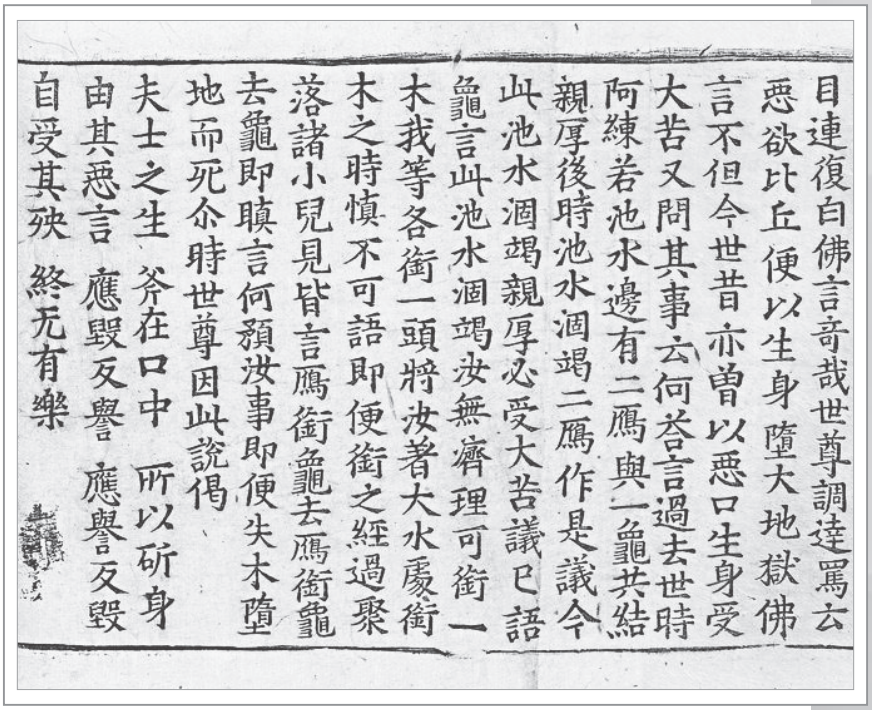
狂暴風雨破壞樹林，摧毀寺廟。西域國王迦膩色迦王，對於這樣的極端氣候感到相當奇怪，因此便詢問阿羅漢。阿羅漢將實情告知國王後，國王想為龍王積累功德，於是為龍王在雪山下建了一座廟宇，並為龍王起了一座高百餘尺的塔。但是塔廟建造完成以後，卻被龍王用暴風雨給摧毀掉。迦膩色迦王見廟宇毀壞，便又重新命人修復。結果，就這樣毀壞又修復、修復又毀壞，到了第七回合，迦膩色迦王覺得面子實在掛不住，羞怒之下，便準備命人將池子給填了。這回龍王終於怕了，便向國王謝罪：「我因為過去的惡業召感，受身為龍，龍的本性猛暴，我實在沒辦法控制自己。若您再重新修好廟宇，我必定不會再讓它毀壞。請國王派遣一人到山上守望，每看見山頂烏雲密布，山雨欲來之時，趕快鳴鐘警示。聽到鐘聲，便能令我止息惡心，不再興風作浪，危害人間。」傳說這樣的警示維持了很長一段時間，即便到了唐代，西域的健馱羅國仍然會在暴風雨時鳴鐘警示。



沙彌因為覺得遭受到不公平待遇，而瞋怒不已，甚至自甘墮落，發願投生惡龍，結果墮落惡道之後，因為龍道的異熟果報，致使牠無法控制自己的猛惡生性，經常會興風喚雨，摧毀寺廟，塗炭生靈。當內心被憤怒、仇恨所覆蔽時，任何起心動念都必須非常小心，因為惡念所引生的惡願，很可能會將我們好不容易積存的福報，導向惡的果報。

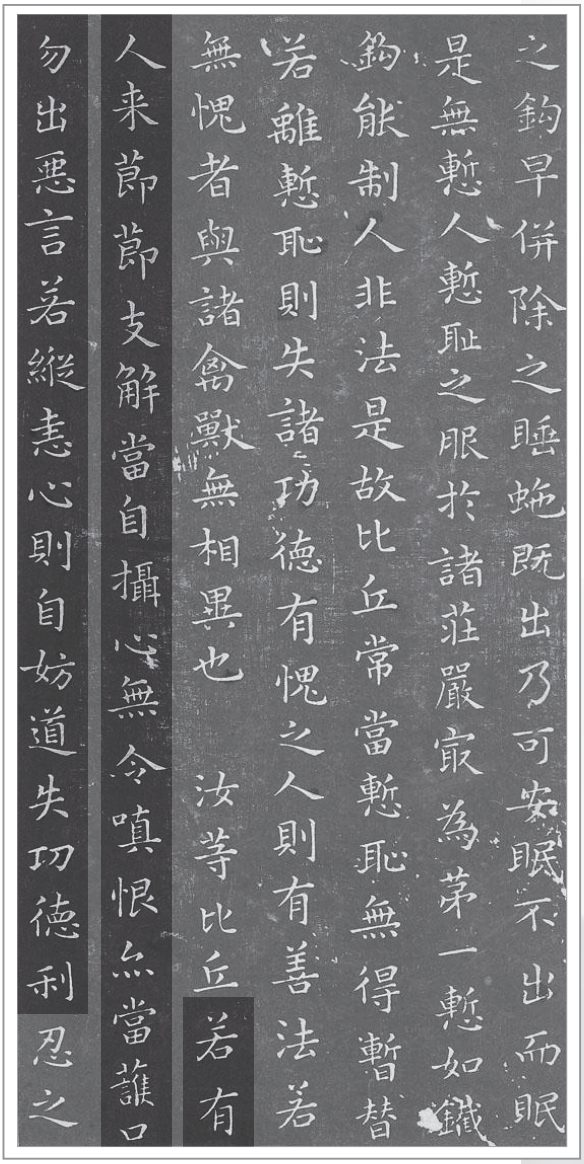
自取滅亡的烏龜

《彌沙塞部和醯五分律》中有一則故事：久遠以前，在阿練若池邊住著兩隻大鴈，牠們和池中的烏龜結識為好友，互相照顧。後來因為久旱不雨，牠們賴以生存的池水逐漸乾涸，兩隻大鴈商討後，決定帶著烏龜離開。於是牠們便對


目連復白佛言奇哉世尊調達罵云
惡欲比丘便以生身墮大地獄佛
言不但今世昔亦曾以惡口生身受
大苦又問其事云何荅言過去世時
阿練若池水邊有二鴈與一龜共結
親厚後時池水涸竭二鴈作是議今
此池水涸竭親厚必受大苦議已語
龜言此池水涸竭汝無濟理可銜一
木我等各銜一頭將汝著大水處銜
木之時慎不可語即便銜之經過聚
落諸小兒見皆言鴈銜龜去鴈銜龜
去龜即瞋言何預汝事即便失木墮
地而死尒時世尊因此說偈
夫士之生　斧在口中　所以斫身
由其惡言　應毀反譽　應譽反毀
自受其殃　終无有樂

《高麗大藏經》所刊刻收錄《彌沙塞部和醯五分律》中講述自取滅亡烏龜故事段落

烏龜說：「這個池子的水源即將乾涸，繼續待著也無法生存，你可以咬住一根樹枝，由我們分別銜住樹枝的兩端，如此一來，我們就能帶著你一起飛往水源充沛的地方，重新生活。」烏龜為了生存下去，自是點頭答應。出發前，兩隻大鴈特別叮囑烏龜，在還沒到達目的地前，絕對不能開口說話。


王羲之小楷《佛遺教經》（局部）

兩隻大鴈銜著烏龜在高空中飛行，可說是蔚為奇觀。當牠們途中經過一個村落時，剛好有許多正在遊玩的小孩，抬頭看見天空中大鴈和烏龜一起飛翔的神奇畫面，覺得相當有趣，便笑著四處對人說：「快來看哪！兩隻大鴈銜著烏龜在天空中飛呢！』一時間，吸引了無數人前來觀看。烏龜看到人們對著自己指指點點，誤以為這些人在嘲笑牠，於是便很生氣地大喊道：「關你們什麼事！』結果一開口說話便從樹枝上鬆脫，並且從高空中墜落地面而亡。

《佛遺教經》云：「若有人來節節支解，當自攝心，無令瞋恨；亦當護口，勿出惡言。若縱恚心，則自妨道，失功德利。」當我們遭受到他人的傷害時，若以瞋恚回懟對方，不僅無法解決問題，反而會使自己受到傷害。烏龜因為不能忍辱，惱羞成怒之下，致使牠未經理智思考，便出言斥責，最終害死了自己。

盛怒之下，容易發生錯誤的言行反應，因此寂天菩薩在《入菩薩行論・護正知品》中提醒我們：「若時欲生貪，或起瞋恨時，勿動莫發語，應如樹安住。」當我們心生煩惱的時候，務必記得給自己的言行喊「卡」，讓自己能如樹木般安忍、平靜，避免因為瞋恚而造作惡業。瞋恚不僅障礙我們修習善法，來世更會令我們因瞋恚的惡業而墮落惡趣。若一旦墮入惡趣，我們將承受永無止盡的痛苦，如想再從惡趣脫離，除非業盡，方得受生。《入菩薩行論・不放逸品》云：「然僅受彼報，苦猶不得脫；因受惡報時，復生餘多罪。」不可不慎！