



# 禪觀海市蜃樓的長老

文喜尊者 譯

「[知此身]如沫」這佛法開示是導師住在舍衛城時，就某位禪觀海市蜃樓的比丘而說的。

據說那位比丘從導師那兒獲得禪修業處後，「我要修習沙門法」進到林野，經過一番努力後，沒能證得阿羅漢。想著：「我將請[導師]辨別後，告訴我一個[合適]的業處。」便決定回去找導師。

在路上，看到了海市蜃樓：「就如這熱季時出現的海市蜃樓，對於站在遠處的人來說，好像顯現出景色，走近就不見了，這個自我在生滅之義上，也是如此。」

一邊往回走，一邊培育海市蜃樓業處。如果疲勞了，就在阿致羅筏底河（Aciravati，印度五大河之一）中洗澡。在一處激流邊的樹蔭下坐著，看到猛烈的流水撞擊生起許多泡沫，然後破滅。——「這個自我，也是如此般生起，然後滅去。」取其為所緣。

導師在香室孤邸看到這位長老[如此用功]，就說：「比丘，正是如此！自身就如同這泡沫團，如同海市蜃樓，唯有生滅之本質。」然後，誦出了以下

偈頌：

Pheṇūpamaṃ kāyamimaṃ veditvā, Marīcidhammaṃ abhisambudhāno;

Chetvāna mārassa papupphakāni, Adassanaṃ maccurājassa gacche.

知此身如沫，徹知如幻法；

折魔羅之花，越死王所見。

在此，「如泡沫」（pheṇūpamaṃ），是了知由髮[毛、爪、齒、皮]等所組成的這個身體，因其脆弱、不長久、暫存，如同一團泡沫般。

「幻法」（marīcidhammaṃ），對於站在遠處的人而言，海市蜃樓好像是有形質，好像可以觸及；走到面前，則變成空無、虛無、無可觸及。因為這個身體也是暫存的、短暫出現的，就如同海市蜃樓般。

「徹知」（abhisambudhāno），理解、知道的意思。

「魔羅之花」（mārassa papupphakāni），魔羅之花即三界輪迴<sup>1</sup>。以聖道將其切斷的漏盡比丘，將去到死王所不能見到的境地——不死的大涅槃。

偈頌結束時，長老證得了連同無礙解的阿羅漢，然後，前去禮讚導師的金身。

---

1. 在一本新哈勒古義注（*Heḷaṭuvā*）中，將魔羅之花解釋為五欲的繩索，即煩惱。