



談修斷四食

者，類諸四食人。壽者亦謂云：「引或羅能扣香囊塞不融，感畢
 志高辭粉卷上」八世孫胡，阿好師之大食軍東野，機式鼓薄靈
 之原晉。壽者云：「引或羅國言毒藥，祖以庭好卷之出。」（東
 引或西北之引或羅國（今引或諸）言以毒藥卷引人
 亞伏符羅國...）
 壽者云：「此式開丑，壽；南式開壽，且即。且即之屬
 壽，壽人壽食之謂。民一式面，制羅亦言壽類，故卷引人。
 人不似野壽，壽壽壽，食人成壽又壽者。」（引或吉成壽至壽
 壽者...）

象生之所以能活命，有賴於食，佛陀認為有四食資益眾生，

令得住世，攝受長養。四食者：即羶搏食、細觸食、意思食、識
 食。這四食的意義，曾在「談如實知善、不善法」一文中，已有
 闡釋，茲不重述，但樂著於「食」，即是生、老、病、死及純大
 苦聚集的因緣，所以本文專談「修斷四食」。

這四食之於象生，是何因、何集、何生、何觸呢？佛認為是
 愛因、愛集、愛生、愛觸；而愛又何因、何集、何生、何觸呢？
 這愛是受因、受集、受生、受觸；這受又何因、何集、何生、何
 觸呢？這受是觸因、觸集、觸生、觸觸；這觸又何因、何集、何
 生、何觸呢？這觸乃是六入處因、六入處集、六入處生、六入處
 觸、而六入處集是觸集；觸集是受集；受集是愛集；愛集是食集
 。由於有食集，才有未來世和生、老、病、死、憂悲惱苦集，如
 是純大苦聚集。這是一連串的因果流程反應。

若行者在這一連串的因果流程反應之中，首先能正觀察六入
 處，使內六入處不緣外六入處，不生識住的作用。既不生作用，
 則六入處滅；六入處滅則觸滅；觸滅則受滅；受滅則愛滅；愛滅
 則食滅。食滅則於未來世生、老、病、死、憂悲惱苦滅。如是，
 純大苦聚集滅。

在佛陀說這四食的時候，有位頗求那比丘，向佛陀提出了一
 連串的疑問：他問：「誰食？誰觸？誰受？誰愛？誰取？誰有呢
 」佛陀對他所問的話，認為問不對題。因為佛陀不會說有一個能

四、式 彙：中西交匯史，中華文化出巡專業委員會。
 三、彙星獻：中西交匯史料彙編，韓口大學出巡攝。
 二、彙承續：靈丹來若醫器錄，商藝印書館。
 一、彙習錄：中國甲寅之交匯，韓「韓學博覽十八載」，中
 華書局。

智 銘

食、能觸、能受、能愛、能取、能有的「人」。因為一切法都是
 因緣生，此有故彼有；此起彼起。「識食」者，並沒有一個「
 食」「識」的人。「識」是因緣所生法，「食」亦是因緣所生法
 ，二者之間只有「緣」，而不能有「誰」能識、能食。因其是因
 緣法，所以「能招未來有」並「令相續生」。因其是因緣相續生
 ，所以才產生一連串的因果流程反應，在這一連串的因果流程反
 應之中，沒有一樣東西是堅實的，故也不能抓住其中的任何一因
 一果。

接着，佛陀教諭行者觀察、修斷四食的方法，其方法是：
 一、修斷羶搏食

怎樣觀察修斷羶搏食呢？佛陀說了一個譬喻，佛說：「有夫
 婦二人，僅有一子，他們對這獨子，愛念將養，無微不至，
 但有一次，二人携愛子度一曠野，正處於險道危險之中，糧
 食缺乏，大家饑餓困頓，想盡方法都不能解決饑餓問題。於
 是，兩夫婦商量的結果：只有殺了愛子，吃他的肉，才可以
 度過這一危難，否則，只有三人同死於此。商議已決，二人
 就殺了愛子，含悲垂淚，強食其肉，因而度過了曠野。當他
 們夫婦共食愛子之肉時，還有心思計較愛子的肉是什麼味道
 、好吃不好吃嗎？」

佛陀說了這個譬喻以後，告訴行者們：凡羶搏食的時候，都應
 該作如此的觀察，具有這樣的心態，不貪、愛、喜、樂於食的味

美、味醜，除斷了食辨之知以後，五欲功德貪愛則斷，五欲功德愛貪斷者，即不於五欲功德上有一點點結使，無結使即無煩惱，生、老、病、死及純大苦聚集，若於五欲功德有一結相繫，就會還生此世，生生死死，就無盡期了。

二、修斷細觸食

如何修斷細觸食，佛陀也說了一個譬喻，佛說：

「譬如有條牛，活生生地剝去了牠的外皮，全身肌肉暴露於外，不但有虫子的咬食，而且被沙土塵灰的侵害，更有草木如針一樣刺痛，若躺到地上，即被地虫所食；浸入水中，即被水虫所食；騰入空中，即被飛虫所食。無論牠如何起臥，所觸者都有苦毒相侵其身，這條牛還有什麼可喜、可樂的呢？」

同樣的道理，行者觸食的時候，應作如此的觀察思惟，若貪、愛、喜、樂於食，所生的煩惱痛苦，如剝皮的牛一樣。如此觀察如實知以後，於觸食無喜樂可言，這就是觸食斷知，凡悟得觸食斷知者，則三受即斷。所謂三受者，就是苦受、樂受、不苦不樂受。三受斷者，則無未來世乃至純大苦聚集。

三、修斷意思食

如何修斷意思食，佛陀也說了一個譬喻，佛說：

「觀察意思食，譬如聚落城邑邊有大火起，但大火無烟、無炎。有位很點慧聰明的士夫。他一向背苦向樂，厭死樂生，見城邊火起，就如此想：那邊有大火無烟、無炎，應當迅速躲避遠離城邑，若墮入火團之中，必死無疑。他這樣想了以後，就捨遠而去，沒被火燒着。」

這個譬喻，還帶有點寓言故事，因為意思食者，正如無烟、無炎的大火，能燒行人，所以觀察意思食的時候，也應當捨遠而去，不被無烟、無炎的意思食所燒。如此觀察者，則意思食斷，意思食斷者，三愛則斷。所謂三愛者，即境界愛、自體愛、當生愛，三愛斷者，即不耽染於意思食，不耽染於意思食者，則無未

來世乃至純大苦聚集。

四、修斷識食

如何修斷識食，佛陀又說了一個譬喻，佛說：

「譬如國王設置的巡邏人員，逮捕了一個劫盜，將他細綁以後送到國王的面前，國王判他以三百矛刺身，這劫盜被刺三百矛以後，全身無一處不覺得晝夜痛苦不已。」

行者觀察識食的時候，也要作如此想：識食之於身，有如被三百矛刺，不但沒有快樂，而且晝夜痛苦難當。如此觀察者，即於識食斷知，於識食斷知者，於名色斷知，於名色斷知者，即無所緣，無所緣即無未來世乃至純大苦聚集。

綜上而言：行者若於四食，有貪、有喜樂著住，則有生、老、病、死、憂悲惱苦，憂悲惱苦即是塵垢。若於四食經正觀察思惟，得斷四食知，於四食無貪、無喜，則無生、老、病、死、憂悲惱苦，當然亦無塵垢。

又，行者於四食，若有貪、有喜，則識住增長，乃至純大苦聚集。譬如樓閣宮殿，其北、西二邊有長壁，東邊有長窗，太陽由東邊出來的時候，光綫即照到西壁之上，若沒有西壁，則陽光應照虛空，無牆壁可以攀緣。同樣的道理，若行者於四食無貪、無喜、識無所攀緣而住，更不增長，識如虛空，無所著住，則無生、老、病、死乃至純大苦聚集。

又，行者於四食，若無喜、無貪，亦無識住增長，猶如畫師及畫弟子們，雖有各種顏料，想在虛空作畫，即不能成畫，因為虛空非色、無對，不可見，所以行者觀察四食，亦應如此，無貪、無喜，無識住增長者，亦如虛空非色、無對、不可見者，則無生、老、病、死乃至純大苦聚集。

行者如此修斷四食，則不因四食生緣，緣滅則苦滅，所謂「此滅則彼滅」也。此四食不滅，何能使苦滅，若苦不滅，又如何能使生、死滅？