



26

拖死屍的是誰？

色身就是一具死屍

中國禪宗有個著名的公案：高峯禪師去見雪巖禪師，才剛問訊插香，雪巖禪師就一拄杖把高峯禪師打出來，後來只要高峯禪師進門，雪巖禪師便問：「阿誰與汝拖箇死屍來？」後來中國禪宗的修法裡，常把色身當死屍，而參究：「拖死屍的是誰？」

我們這個四大假合、五蘊所成的色身的確是個死屍，當它一口氣不來時，不就是一具死屍嗎？而禪宗藉一句話頭：「拖死屍的是誰？」來參究本來面目，找到生命真正的主人翁。

在南傳佛教的《長老偈》中，有位阿羅漢有天遇到歹徒持刀相向，當時他說了一段話：「以慧眼觀此世時，如觀草木之蘊積，遍尋皆無主人翁，非我所有故無悲。厭倦此身吾出離，世間喪失其魔力，此身壞時無他身。請做汝所當為事，吾對當下此屍首，將無瞋恚或眷戀。」阿羅漢叫歹徒逕可取其性命，他對自己這具屍首是毫無眷戀的，也不會因被他殺害而產生瞋恚之心。歹徒聽了後即放下刀劍，捨棄惡行，並跟隨他修行。由此可知，把色身當作一具死屍，是南、北傳佛教修行者所共同的想法，但這是修無常觀、不淨觀的修法，不可輕易模仿。

而今天我們還有一個死屍來拖，代表我們還活在世間，還可以修行，你要覺得慶幸啊！當我們還未捨棄這個死屍之前，你都必須安頓好它，我們這一生無法超越老、病、死，但是對身體的各種狀況卻必須要知道，它會反應出你心理的狀況，不斷地散發出身心的各種訊息，名法與色法永遠是相互依存的。它現在的名字叫做「人身」，它可以成就很多的事情，我們千萬不能夠忽略它。



但是我們是否只有一直專注在處理這個身體呢？不是的！是接受它、瞭解它、保護它，並且利用這個色身來修行，驗證佛陀所說的教理。

以信心安頓自己

除了安頓色身之外，我們還要以信心來安頓自己。

世間的萬事萬物不斷地在無常變化組合當中，不斷地在關係與關係中變化。今天跟這些人在這裡禪坐，明天晚上或許就換了一批人，成員也都不一樣了！不僅外在世界生、住、異、滅，你的身心也不斷地在生滅變化之中，連人際關係都不斷地在演變，如何讓它們靜止？想要讓這些變化停止是不可能的，這只是妄想罷了！

雖然世間是遷流不住的，我們的心也變化無常，但身處無常之中，我們還是要安頓好自己的身心，我們仰尊佛、法、僧、戒，這份確實的信心就是來自對三寶堅定不移的信心，讓自己身心可以安頓。

相信自己也相信他人，只要你相信，因緣條件就會跟隨你，這是我的信念。信自己，是具有自信，由此自信而能信任佛法、信任出家、信任他人，雖然還未明心見性，但那是很好的修法。信仰從哪裡開始？從內心讓自己先安定下來，接受自己，這樣的自內證，不在於他世、他時、他處，而在於當下，你就可以倚靠三寶而自我安定。

