華嚴專宗學院佛學研究所論文集

《雜阿含經》中因病痛自殺的心理探究
－以 Vakkali 與 Channa 為例

釋天真

一、前言

宗教上的自殺行為有許多種，大致可分為四類：一、以自殺取代違反宗教原則的存活；二、以自殺來抗議迫害宗教的事件；三、無法持戒或修行失敗；四、將自殺視為宗教的修行，如布施自己的身體，或以自殺表示自我調伏的完成[1]。前文是廣義的自殺種類，狹義來講，則可分成：小乘佛教的自殺觀與大乘佛教的自殺觀[2]。

從小乘佛教的自殺觀來看，有些學者將佛陀和聖弟子的涅槃視為自殺[3]，或自我執行的安樂死(self-administered euthanasia)[4]，這與本文的基本立場不同。有關筆者所探討的「自殺」，是以外力的工具或環境助成自殺為條件，而非如佛陀或已證聖果者，在定中以神通力自取涅槃。從現實的眼光來看，自取涅槃的行徑並非凡人所能為，如舍利弗「上升虛空放大光明，現諸神變，入無餘依妙涅槃界，當圓寂時大地震動，四方焰起、流星墮落，於虛空中天鼓發響。[5]」大愛道「……騰在虛空，於虛空中坐臥經行。作若干變

---

1 參 Geoffery P.Redmond，一九九四年出版，頁一五三。

2 參釋恆清，大乘佛教自殺觀所依據的經典，如《法華經》藥王菩薩的燃身供佛，《梵網經》燒身求法的苦行、捨身餵養有情，《央掘摩羅經》的不惜身命說如來藏，《勝鬘夫人經》的捨身護法，一九八六年出版。

3 參釋恆清（一九八六，頁一八八），以舍利弗和大愛道爲例。草間法照，一九八〇年，頁二四四，其文認同 Thakur 的看法（*The History of Suicide in India*,一九六三年，頁一〇九），將《涅槃經》裡釋尊的死，視爲自殺的一種。

4 參釋恆清，一九八六年，頁一八九，Martin G. Wiltshire，一九八三年，頁一三二。

5 見《根本說一切有部毘奈耶雜事卷第十八》(《大正藏》二四・一四五一・二八九ｂ)。若依《大方便佛報恩經》的說法：「即昇虛空，身中出火，即自燒身取於涅

化，還在本座結跏趺坐……。入第四禪便取滅度[6]。」

雖然舍利弗和目　連在涅槃前，都曾經歷身體的苦痛[7]，但是並未「以刀自殺，或服毒藥，或繩自絞，投巖自殺，或令餘比丘殺[8]。」而是在禪定中「平安尊嚴地善終」，若從現代生命醫學倫理（biomedical ethics)的理論來看，並不符合安樂死(euthanasia)的條件，這可說是自然死（natural death）的一種方式[9]。

本文論述的「自殺」，以《雜阿含經》中跋迦梨（Vakkali）1[10]與闡陀（Channa）[11]的案例為主題，探討病痛自殺的現象。

二、《雜阿含經》中的自殺現象

（一）自殺的種類

在《雜阿含經》中出現了幾種不同的自殺情形，其中一則是敘述富樓那 （Puvva）志願到輸盧那（Sanbparantaka）說法的譬喻。輸盧那人「凶惡輕躁，弊暴好罵[12]」，是不容易受教化的，富樓那卻願意前往弘化，當佛陀假設多種狀況來詢問富樓那的態度時，富樓那都能一一接受，到了最後一招[13]：

槃。」(《大正藏》三・一五六・一四八—一四九)，連最後遺體都由自己火化得乾乾淨淨，不但方便省事，而且頗具環保效果。

6 見《增一阿含經卷第五十・般涅槃品第五十二》〔《大正藏》二・一二五（一）八二二ａ〕。

7 見《增一阿含經卷第十八・十九》〔《大正藏》二・一二五（九）六三九ｂ—六四一ｃ〕，《根本說一切有部毘奈耶雜事卷第十八》(《大正藏》二四・一四五一・二八七ａ—二八九ｂ)。

8 見《雜阿含經卷第二十九》〔《大正藏》二・九九（八〇九・二〇七ｂ〕。

9 參趙可式，一九九六年，頁二六，毛家舲、張玨，一九九六年，頁四四。雖然安樂死與自然死都是基於「病人意願」，但安樂死是因難以忍受的身體苦痛或極度的心理折磨，而加速自身或他人的死亡，自然死則是不予以無益的治療延長生命，順其自然的平安離世。佛陀和聖弟子都是經由四禪而入涅槃，入禪定並非面臨死亡的特別手段，而是平常修行的一部份，所以可說爲順其自然。

10 見《大正藏》二・九九(一二六五)三四六ｂ—三四七ｂ，相當於Ｓ・二二・八七 Vakkali.。

11 見《大正藏》二・九九（一二六六）三四七ｂ—三四八ｂ，相當於Ｓ・

12 見《大正藏》二・九九（三一一）八九ｂ。

13 見《大正藏》二・九九（三一一）八九ｃ，相當於Ｓ・三五・八八

佛告富樓那：「假使彼人脫殺汝者，當如之何？」

富樓那白佛言：「世尊！若西方輸盧那人脫殺我者，當作是念：『有諸世尊弟子，當厭患身，或以刀自殺，或服毒藥，或以繩自繫，或投深坑，彼西方輸盧那人，賢善智慧，於我朽敗之身，以少作方便，便得解脫。』」

富樓那懷著壯志豪情到了輸盧那遊行，夏安居時為眾說法，並建立了五百座僧伽藍。過了三個月，不但毫髮未傷，還在當地修行成就，具足三明，入無餘涅槃。如此我們就無法知道，如果富樓那的忍辱德行，尚未能調伏輸盧那人時，就不幸為法殉教，那臨終的一刻，究竟是觀察無常、苦、空、無我，還是真的觀想如為解脫而自殺的修行者一樣[14]？然而從此段富樓那的回答中，隱約可見當時「諸世尊弟子」自殺的風氣並不罕見，所以富樓那才會引用如此慘烈的譬喻，表達自己能為法犧牲的悲心願力。畢竟富樓那是秉著慈心教化有情為第一要務，對他而言，說法度眾的重要性，等同於急求解脫的修行者。

在《雜阿含經》中的自殺現象，不限於求自我解脫。如某一比丘因「與長者婦女嬉戲，起惡名聲[15]」，欲於林中自殺，林中的天神覺得這比丘並不是犯了大過失，只是不奈惡名，就想輕毀自身，於是方便化身、善巧啟悟他[16]，後來這比丘還證了阿羅漢果[17]。在

Puṇṇa.。

14 有關富樓那的回答有不同說法，《佛說滿願子經》云：「佛言：『假使利刀害汝身命，當奈之何？』邠耨白言：「我當心念言：「身有六情為之所患，厭身眾惱不淨流出，求刀為食志為在味，入於寂然以刀為食。(《大正藏》二・一〇八・五〇三ａ)」，相當於M・一四五

Puṇṇa　vāda.。

從此段文可看出，邠耨是以修不淨觀的行者求刀自殺的情形為例。

15 見〈大正藏〉二・九九（一三四四）　三七〇ｂ。

16 見〈大正藏〉二・九九（一三四四）　三七〇ｂ，「雖聞多惡名，苦行者忍之。不應苦自苦，亦不應起惱。聞聲恐怖者，是則林中獸。是輕躁眾生，不成出家法。仁者當堪耐，不中住惡聲。執心堅住者，是則出家法。……」。

17 另一傳本在《別譯雜阿含經卷第十六》〔〈大正藏〉二・一〇〇（三六四）　四九一ｃ一

這個故事裡，對於未成就解脫即自殺的行為，是不認同的。五蘊之身固然是遍處不淨、無一可愛，但是無此色身，也無法成就道業，所以無意義的自殺舉動是不能成熟解脫道的。

當佛陀安居在金剛聚落、跋求摩河側的薩羅梨林中時，為比丘說不淨觀（asubha-bhavana），讚嘆不淨觀，結果有許多比丘因修不淨觀，極度厭惡己身而自殺。有些比丘自己無法下手，還到鹿林梵志子處，要求他助殺，條件是奉送自己的衣缽。梵志子受魔蠱惑，增惡邪見，還以為自己是慈悲殺人，幫助比丘們解脫，連續殺了六十個人，這個數字可說是驚人。不求梵志子而採取各種自殺方式的比丘，「或以刀自殺，或服毒藥，或繩自絞，投巖自殺」，經中雖沒有統計數目，但可見當時因「厭患自身」而尋求自殺的人數是相當眾多的，佛陀因此而說了安那般那念住（anapanasati）的修行方法[18]。

上述的自殺行為皆未為佛陀或僧團所認可，以下的三個例子非常特殊，同是以刀自殺，同為佛陀授第一記。其二是前言提過的跋迦梨（Vakkali）與闡陀（Channa），其三是瞿低迦（Godhika）。雖然瞿低迦已證得時受意解脫身，但是「數數退轉，一二三四五六反退還復得[19]」，瞿低迦擔心又遭受第七次的退轉，於是「以不住心執刀自殺[20]」，佛陀為之授記：

如是堅固士，一切無所求。拔恩愛根本，瞿低般涅槃[21]。

瞿低迦在自殺前曾專精思惟過，為達不退轉解脫，只好出此下

四九二ａ〕。

18 見《雜阿含經卷第二十九》（見〈大正藏〉二・九九・二〇七ｂ－二〇八ａ），相當於Ｓ・五四・九 Vesāli.，《摩訶僧祇律卷第四》（〈大正藏〉〉二二・一四二五・二五四ｂ・二五五ａ）等律典亦有記載。

19 見〈大正藏〉二・九九（一〇九一）二八六ａ。

20 見〈大正藏〉二・九九（一〇九一）二八六ｂ。

21 同註 20，另二傳本：〈大正藏〉二・一〇〇（三〇）三八二ｃ－三八三ａ；Ｓ・四・三・三 Godhika。

策，而佛陀不但肯定瞿低迦「晝夜勤精進，不顧於性命。見三有可畏，斷除彼愛欲。[22]」在瞿低迦自殺身亡後，佛陀還帶領眾比丘到瞿低迦修行的石室中，觀察他的相狀，由於魔遍尋不著他的神識，而確認瞿低迦已證得究竟解脫。

此案例與另兩個因病自殺的情況不太相同，瞿低迦已有時受意解脫的修行體驗，只是經中並沒說明瞿低迦會退轉的理由。因病自殺的跋迦梨與闡陀，自殺的理由是因為不能忍受病痛的折磨，這樣的狀況之下，應當有重新考量自殺的必要。

（二）病痛自殺的疑慮

尊者跋迦梨疾病困苦，由富鄰尼瞻視供養。跋迦梨因身苦痛難忍，而在佛陀探視時，表達了自殺的想法，佛陀不置可否，只是和跋迦梨進行一段問答，以檢視跋迦梨的知見是不是正確無誤，最後作了結論：「若於彼身無可貪可欲者，是則善終。[23]」結果跋迦梨在思惟解脫中執刀自殺。時有二天說跋迦梨已得善解脫，佛也用檢驗瞿低迦的方式，為跋迦梨授第一記。經中未說明跋迦梨究竟是在何時得到解脫？是臨終那一刻？還是臨終之後？如果在自殺那一刻，退失正念，會不會因而遭遇苦果？

類似跋迦梨情形的闡陀，也是纏連病榻，苦痛難忍。舍利弗前往探視時，闡陀表達了自殺的意願，不同於佛陀態度的是：舍利弗先是勸阻闡陀打消自殺的念頭[24]：

> 舍利弗言：「尊者闡陀！汝當努力，莫自傷害！若汝在世，我當給汝如法湯藥。若汝無看病人，我當看汝，必令適意，非不適意。」
>
> 闡陀答言：「我有供養，那羅聚落諸婆羅門長者悉見看

[22] 見〈大正藏〉二・九九（一〇九一）二八六ａ。
[23] 見〈大正藏〉二・九九（一二六五）三四六ｃ。
[24] 見〈大正藏〉二・九九（一二六六）三四七ｃ。

視，衣被、飲食、臥具、湯藥無所乏少，自有弟子修梵行者，隨意瞻病，非不適意。但我疾病苦痛逼身，難可堪忍，唯欲自殺，不樂苦生。」

於是舍利弗和闡陀進行一段法義的問答，摩訶拘絺羅也勸導闡陀要修習正念。闡陀對於眼、耳、鼻、舌、身、意等六處無我的道理如數家珍，毫無疑誤，但是最後仍然想自殺。對於這段經文的內容，歷年來的佛教文獻中，大多數都認為凡夫的自殺，是被禁止的，聖者的自殺是可許的[25]，但是絕少數會針對《雜阿含經》中，有關跋迦梨（以下稱為Vakkali）或闡陀（以下稱為 Channa）的經文鋪排，有任何疑意，至於《俱舍論》與《順正理論》，是將論題擺在阿羅漢是否退法的爭議上。近代英國學者Damien Keown則認為Channa的前後回答很不合邏輯，先是有一番智慧的對答，但是隨即又強調不能忍受痛苦，非自殺不可，在倫理的考量上，文中並無明顯地交待清楚，因此他判斷此段經文可能經過後人的修改[26]。

從律典來說，自殺是得波羅夷的重罪[27]。若是病比丘不忍看病人料理辛苦，自知不久活，因此不食、不服藥而死，得突吉羅罪，除非此人「道跡如在手掌」，因不食而死，無罪[28]。「道跡如在手掌」是何境界？不清楚。若非解脫在望，任何自殺之行為條件構成，即使是不願造成看護者的負擔，只為了讓自己安心，卻沒想到可能會令看護者產生更大的自責與愧疚感，以為是自己照顧不當，而讓病

---

25 近年來有關這方面的中文資料，如楊郁文，一九九一年，《中國佛教・採訪組》，一九九七年，頁二四－二五。釋慧廣，一九九七年，頁二九，將聖者之自殺界定在「進入禪定，在毫無痛苦的狀態之下，便死亡了」，而凡夫的自殺是「藉助毒藥或什麼工具才能令自己死亡」，所以根據這個定義來推理，Godhika、Vakkali 和 Channa 都是凡夫。

26 參 Damien Keown，一九九六年，頁六－八。

27 見《五分律卷第二》（〈大正藏〉二二・一四二一・七ｃ），《摩訶僧祇律卷第四》（〈大正藏〉二二・一四二五・二五四ａ—二五五ａ），《四分律卷第二》（〈大正藏〉二二・一四二八・五七六ｃ—五七七ｂ），《十誦律卷第二》（〈大正藏〉二三・一四三五・八ｂ），《根本說一切有部毘奈耶卷第七》（〈大正藏〉二三・一四四二・六五九ｃ—六六〇ｂ）。

28 見《善見律毘婆沙卷第十一》（〈大正藏〉二四・一四六二・七五二ｃ）。

人抗拒食、藥，這樣提早結束生命，也算是犯戒，不過總比激烈的自殺罪輕多了。這種情形是發生在不可治癒的病人身上，若病者心理上無任何勉強與不安，可以說是接近自然死的，當然佛制不得教無智人看護病者，否則照顧不當，只會造成生、死兩相憾的後果[29]。

以Vakkali與Channa的情形來看，完全只有想到自己的痛苦，沒有想到別人。令人費解的是，Vakkali的自殺，天神能預知他將得涅槃，而Channa的自殺，連證聖果的舍利弗在勸阻無效後，並不能知道他的去處，還要向佛陀請示，而佛陀的回答是[30]：

> 我不說彼有大過。若有捨此身、餘身相續者，我說彼等則有大過。若有捨此身已，餘身不相續者，我不說彼有大過也！

是不是舍利弗在 Channa 自殺前，尚未證入聖果呢？無論舍利弗是否已證聖果，既然他在 Channa 死後，請示佛陀有關 Channa 的去向，可見舍利弗對於 Channa 的自殺行為是存疑而不確定的，直到佛陀授記後，舍利弗才沒有疑惑地歡喜離去。

那麼佛陀為彼等自殺者授記，真的證明他們是聖者，還是一種方便的安慰？《四分律卷第二》云：「不犯（殺戒）者，最初未制戒，癡狂心亂、痛惱所纏者，不犯。[31]」Vakkali和Channa可以不受律制的約束，可能是在佛陀制戒前發生的事，此二人究竟是「癡狂心亂、痛惱所纏」而尋求自殺[32]，還是聖者也有不得已的苦衷？如果是聖者，為何需要透過自殺的方式以助解脫，這是必須釐清的問題。

---

29 《根本說一切有部毘奈耶卷第六》(〈大正藏〉二三・一四四二・六五二ｃ—六五四ａ）有兩則關於看護病人的事例。其一因看病人言語不慎，病者羞愧而服毒自殺；其二是病者不耐病苦，求好友的外甥助殺，看護的好友發現後，悔恨不已。

30 見〈大正藏〉二・九九（一二六六）・三四八ａ。

31 見〈大正藏〉二二・一四二八・五七七ｂ。

32 在律典中，最常引用的是：因修不淨觀而自殺的實例。

三、《雜阿含經》中病痛自殺的心理探討
－以 Vakkali 與 Channa 為例

（一）凡夫與聖者

前文曾提到《雜阿含經》中，佛陀對自殺的看法，若是死後仍有餘身相續，尚在生死中輪迴，那就有大過失，反之，則無過。有餘身相續且未證聖果，乃是凡夫；無餘身相續，即是聖者。《大智度論》有一段關於自殺的問答，觀點與《雜阿含經》相近。論云[33]；

> 問曰：我雖常故不可殺，但殺身則有殺罪。
>
> 答曰：若殺身有殺罪者，毘尼中言自殺無殺罪，罪福從惱他、益他生，非自供養身、自殺身，故有罪有福。以是故毘尼中言自殺無殺罪，有愚癡、貪欲、瞋恚之咎。

所以關鍵處就在於：自殺時的動機與心態，而非自殺的表象行為。不過，《大智度論》中所謂的「毘尼」，不知出自何處？大多數律典認為自殺是犯波羅夷罪的，《薩婆多毘尼毘婆沙卷第三》說到：佛陀教比丘修不淨觀，而比丘自殺，有其過去因緣，將來這些比丘還是得升天的果報，所以佛陀無咎，但並沒說因此而自殺的比丘，已離貪瞋癡，無殺罪。無貪瞋癡而有自殺行為，並非通例，將自殺動機與外顯行為，同時並論是有必要的。

如Mettanando Bhikkhu 認為自殺的原因是由於無有愛（Vibhava-tanha），這種愛著是基於對自我身心的執取無法滿足，而產生厭惡感，透過自殺的行為來毀滅自己。Mettanando甚至假設一種情形：如果在世時，生活在愛（非染著的愛）與和諧之中，身

[33] 見〈大正藏〉二五・一五〇九・一四九ａ。

有病痛的你，還會想自殺嗎[34]？

有情的貪瞋癡是來自於對自我生命的愛著，這愛著即是欲愛（kama-tanha）、有愛（Bhava-tanha）和無有愛。Lamotte 認為這三愛只有凡夫才會有，離三愛的聖者自殺是無罪（apapika）的[35]。神居文彰則說這三愛在初、二果的聖人，面臨死亡時會出現，身心都受到很大的惑亂，所以即使是證果的聖人，最好有他力加持，才能確保三愛不起，正念現前[36]。可見已斷除臨終三愛，至少是證到三果以上的聖者。

若 Vakkali 與 Channa 確實在臨終後入無餘涅槃，那就不可能是從凡位直入聖果，而是初、二果的聖者。初果以上的聖者，不會再退入凡位，所以採取自殺的決定，有兩種可能。如《大毘婆沙論》云：「以決定業，必先受已，方入聖故；不決定業，由聖道力已轉滅故，亦無愁憂，證法性故[37]。」不能忍受身痛，一心一意想自殺，是愁憂未除滅的表現，所以較符合「決定業」的條件。這裡說的決定業是指聖者「大種乖違」，因而引發「心狂亂」。心狂亂並非凡夫[38]專有，只是聖者的心狂亂與凡夫不同，聖者的心狂亂，未必是心散亂的[39]，如果 Vakkali 與 Channa 心散亂，就無法和佛陀、舍利弗如法的對答如流。聖者若堅住小乘種性，乖違佛陀利他的慈悲本懷，急求解脫，那麼就有可能因苦受逼迫，而致心狂亂。

（二）利己或利他

---

34 參 Ven. MettAnando Bhikkhu（一九九二・頁二〇—二二）。

35 參 Etienne Lamotte（一九八七，頁一〇五—一一一）。

36 參神居文彰 （一九九三，頁八五九）。

37 見〈大正藏〉二七・一五四五・六五八ｂ。

38 凡夫的心狂亂是由惡業所感，有五種緣促成：非人、非時、非處、非道、愁憂等。見〈大正藏〉二七・一五四五・六五八ａ—ｂ。

39 見〈大正藏〉二七・一五四五・六五八ｃ。有四種情形說明狂亂與散亂的關係：（1）有心狂亂非散亂，謂狂者，無染心；（2）有心散亂非狂亂，謂不狂者，有染心；（3）有心狂亂亦散亂，謂狂者，有染心；（4）有心非狂亂亦非散亂，謂不狂者，無染心現前。

從醫學的觀點來看，心狂亂的現象如同精神失常一樣，精神失常的情形有許多種，有時患者的狀態穩定如普通人，但抑鬱的內心，會不斷誘發自殺的念頭[40]。筆者對精神醫學並不了解，就此論定，只是徒增想像的空間，不過提出另一觀點的可能性來思考問題。

法國的社會心理學者 Durkheim，認為佛教的自殺現象，是受印度文化的影響，甚至指出「印度是自殺的溫床[41]」。佛教（尤其是上座部佛教）受印度苦行風氣的影響，這是事實，但是 Durkheim 將佛教說成多神論的看法，早已被佛教學者提出修正[42]。基本上，Durkheim 是將上座部佛教（Theravada Buddhism）的自殺現象，列為「利他型自殺」(altruisticsuicide)，也就是「個人扼殺自己的個性，目的是為了使自己淹沒在自認為是真正本質的那種東西之中。[43]」這是因為Durkheim把anatta（無我）看成本質的常論，其實從「利己型自殺」(egoistic suicide）的定義來看，Vakkali 與 Channa 的自殺行為較接近於「利己型」。

Durkheim 所說的「利己型自殺」是一種個人主義，由於人的基本心理需求，必須有超越自我的目標存在，如果這個目標在生活中無法完成，就以毀滅自己來證明生命的價值[44]。病痛可能是尋求自我毀滅的一種藉口，其實是對自己在現世中達成解脫的目的，沒有信心。

若硬將 Durkheim 三類的自殺觀[45]，套用在佛教的自殺現象，是有些牽強，但是借用他的方法，將小乘佛教的生命觀分成利己

40 參涂爾幹（ Durkheim ），一九九〇年，頁九一一四。
41 參涂爾幹（ Durkheim ），一九九〇年，頁二〇六。
42 參 Arvind Sharma，一九八七年，頁一二一。
43 參涂爾幹（Durkheim），一九九〇年，頁二〇七。
44 參涂爾幹（Durkheim），一九九〇年，頁一九一。
45 Durkheim 的自殺觀分爲利己型、利他型與脫序型，參 Geoffery P. Redmond，一九九四，頁一五七。

型、利他型與脫序型（anomic）。如 Godhika 擔憂退轉而自殺，是一種明顯的自利取向。佛陀及大弟子們，諸如舍利弗、目犍連、富樓那和大愛道等，已自利究竟，現世利他功德因緣已盡，所以自取涅槃，如《俱舍論》云：「何因緣捨多壽行？彼阿羅漢自觀住世，於他利益安樂事少，或為病等苦逼自身[46]」。Vakkali 與 Channa 可說是普遍規範之外的脫序型，因為決定得解脫的情形並不是預知的，既通曉五蘊、六處無常法，卻無法在身痛的業報中現證涅槃，可說是極特殊、不合常理的案例。

（三）病痛與修行

雖然 Vakkali 與 Channa 的例子罕見，但是對於病痛的難忍，是有情的通性。設想如果 Vakkali 與 Channa 生在現代，是否能透過醫學科技的治療，來減輕他們的痛苦呢？或許醫藥的幫助是有利的，卻不是萬能的，因為重點在病者賦予生命何等的價值，若對現世生命有克服病痛的自信，就不會考慮到自殺[47]。

對於一般人而言，疼痛和受苦一起到來，但是對於神經系統受損，不能感受肉體痛苦的人而言，卻是最珍貴的恩賜，心靈的痛苦是來自於肉體無法感受痛苦[48]。像這兩種痛苦，都是對自我執有、執無的感受。能不能讓感受是感受，只是靜靜地觀察它的無常性，心仍繫念在對法的所緣上，「於樂不染著，於苦不傾動[49]」？

在美國 Massachusetts 大學的醫學診治中心，曾用八週的時間，將靜坐方法加入治療計劃中，針對不同病因的患者紀錄病情的發展，結果發現靜坐不但有緩和病痛的作用，也使得許多人改變人生觀，重新面對自己的生命。其中有一部份是針對疼痛（pain）的

---

46 見〈大正藏〉二九・一五五八・一五ｃ。

47 參 Philip Kapleau，一九八九年，頁一二七－一二八。

48 參保羅・班德／楊腓利（Paul Brand & Philip Yancey），一九九五年，頁三二九。

49 見《雜阿含經》〔〈大正藏〉二・九九（一〇二九）・二六九ａ〕。

觀修法，許多疼痛除了是生理上的作用外，還伴隨著情緒的起伏。面對這身體和心理的痛，首先要有接受的心態，不要抗拒，也不要期待，清清楚楚地觀察感受的流變，漸漸地覺知的心與疼痛剝離，無論是肉體或情緒的痛苦，都不是真實的你（Working with Emotional Pain……Your Suffering Is Not You……）[50]。

若是一味地想壓制因疼痛而躁動的情緒，雖然心理極度追求痛苦的止息，但是痛苦卻是有增無減。在《雜阿含經》中，對於病痛的處理，是著重在觀行的，禪定力只是暫時減輕痛苦（時解脫），若有其他因緣擾亂，是很容易退失禪定的[51]。又如阿濕波誓比丘（Assaji）生病前多修習三昧，生病時懷疑自己已退失三昧力，心中憂悔，佛陀遂教他[52]：

若不得入彼三昧，不應作念：「我於三昧退減！」

若復聖弟子，不見色是我、異我、相在，不見受想行識是我、異我、相在，但當作是覺知。

由此來看Vakkali與Channa的因病自殺，只瞭解到苦諦的逼迫，而未能進入集諦的證悟，如此能得涅槃，實與佛陀的教化有違[53]。表面上看起來，佛陀的確是為彼二人授第一記，但是實質上，他們究竟如何證入涅槃，卻是相當大的問題。以佛教的觀點而言，死亡並不是解脫的方法，但是死亡卻是解脫的一個機會，能運用死亡的剎那，如理趣入解脫，若非平常修行得力，怎能一蹴而成？Vakkali與Channa寧願忍受執刀自殺的痛苦，而不願忍受長期病痛的折磨，這是期望離苦的表現，卻不是欲求解脫的榜樣。

---

50 參 Jon Kabat-Zinn, Ph. D.（一九九一，頁三一九—三二〇）。

51 見《順正理論卷第六十八》(〈大正藏〉二九・一五六二・七一五ａ—ｂ)，喬底迦(Goghika)所退失的是現法樂住的禪定力。其退失的五因五緣，有「(1) 喜做世間的業務；(2) 好樂經論的誦讀；(3) 喜歡斷事；(4) 愛樂遠行；(5) 長時的生病。」參釋演培，一九八九年，頁一二六－一二七。

52 見〈大正藏〉二・九九・(一〇二四)・二六七ｂ。另一傳本在Ｓ・二二・八八 Assaji。

53 參 Damien Keown 一九九六年，頁十－十一。

四、結論

離苦是有情共同的願望，欲離苦而採取自殺行徑，是令人同情的。縱然個人有決定生死的權利，但是生命和生命是密切相關的，個人的言行並不是單一的作用，而是連鎖的反應，互相之間都有責任。面對現前一個受苦的生命，執意以自殺來作為人生的結束，應當「慈悲」幫助他嗎？若自殺的人是基於急求離苦，真正的幫忙是幫助離苦，而不是選擇死亡，因此將安樂死說成是人類文明的進步[54]，其實是製造自殺的變相。

《雜阿含經》中 Vakkali 與 Channa 的自殺事件已經落幕，現代自願安樂死的爭議卻逐漸上演。畢竟 Vakkali 與 Channa 有一切智者的庇護，舍利弗才不至背負這見死不救的良心譴責，在這個無佛的時代，誰能為任何一位自殺的修行者授記？

自殺是普遍不受認同的，對於因病自殺，取而代之的是「自我執行」或「慈悲殺人」的安樂死。現代安寧療護之母—桑德斯(Cicely Saunders)女士曾說：「在我們的病人之中，如果有人要求安樂死，那就表示我們沒有盡到責任。[55]」她不贊成安樂死合法化，她說[56]：

> 我們的社會還不致於窮到不能提供時間、愛和金錢，來幫助人們安然去世。對於那些身陷恐懼和憂愁之苦，而我們又可以解除其痛苦的人們，我們虧欠他們這一切。為了做到這點，我們不需要殺他們。讓自願性的（主動）安樂死合法化，將是一種不負責任的行動，它會妨礙我們對於老弱、殘障和臨終者的真正尊敬和責任。

從佛教的觀點來看，離貪瞋癡才能真正離苦，才是真正的善

---

54 參釋慧廣，一九九七年，頁二六。

55 見索甲仁波切（ Sogyal Rinpoche ），一九九六年，頁四六一。

56 同註 55。

終。無論是自殺或安樂死，在痛苦之中選擇死亡，這痛苦的業並不會消失，而是延續到來生去承受。離苦是一切有情的根本願望，當我們面對自己的痛苦或他人的痛苦時，如何運用解苦的方法達到目的，這是筆者撰寫本文的主要動機。