

看見佛教女性

《女性寧靜的變革》導讀

釋自衍

佛教與「女性」相關的議題，從佛世到今日廿一世紀，不斷地被提出、探討，吉兒·法瑞-霍爾斯所著《女性寧靜的變革》，從整理文獻、訪談當代卓越佛教女性修行者的故事中，讓我們看見佛教女性的經驗。

前言

佛教與「女性」的議題，從佛世時大愛道尋求出家，到今日廿一世紀，女性在佛教的地位、女性修行證果的問題，一直不斷地被探討。曾有社會學家言：這不是爭論的問題，而是實踐的問題。近日欣見由吉兒·法瑞-霍爾斯(Gill Farrer-Halls)著；周和君譯的《女性寧靜的變革》(The feminine face of Buddhism)一書出版。這本書透過傳統文獻，探討追隨佛陀之路的女性生命風貌；亦訪談當代藏傳、南傳卓越的佛教女性修行者，探討對解除眾生苦難及靈修歷程的用心。



內容概介

《女性寧靜的變革》原著於2002年11月由Quest Books出版。作者吉兒·法瑞-霍爾斯，自1985年起，即服務於佛教界，曾在佛教出版社工作，並為莫迪安基金會(Meridian Trust Buddhist Film and Video Archives)拍攝過多部佛教相關影片。她的著作有《達賴喇嘛的世界》、《佛教智慧百科全書》以及《芳香療法的儀式和修行》。

本書主旨就如同作者導論所言：「本書是試圖超越佛教文化中的

男性本位，探討佛教的女性觀點與經驗，而這部分的史實至今仍被歷史和文化的陰影所遮蔽。」這也點出本書最大的特色在：紀錄當代佛教女性修行者如何突破傳統的侷限，傳遞佛法，自利利他，解除眾生的痛苦，來說明自我存在的角色與功能。

本書編排包含四部分：導論、正文、參考文獻、索引。正文中以時間及空間二個面向來描寫女性：就時間項度而言，依序探討早期與現代的佛教女性；就空間項度而言，透過女性所代表的象徵來凸顯女性的角色與地位——女性諸佛與菩薩、女性佛教老師、佛教藝術呈現的女性面貌、智慧與慈悲。以下分別概介各章的內容，以饗讀者。

早期的佛教女性

本書第一章所談的是早期的佛教女性。首先從與佛陀生命產生親密聯繫的女性——他的母親摩耶夫人、阿姨大愛道、妻子耶輸陀羅等——開始描寫，這些和佛陀有密切關係的人，她們如何與佛教結緣及走向修行解脫的故事，由此襯托出女性在佛教的面貌。另外，還有佛世時女性修道者的故事，如帕扎佳拉長老尼努力修道證悟的過程。並概介印度密乘佛教大成就者當中4位佛教女性，她們放棄榮華富貴的生活，決心修行的故事。從早期佛陀的女弟子到後來的女性大成就者，作者彰顯出女性在面對苦痛的經驗時，選擇追隨佛陀求道，皆得以轉化痛苦證得涅槃。

現代女性佛教徒

第二章，現代女性佛教徒（本書所指的女性佛教徒包括在家及出家的修行者）在這快速變化的時代中如何修行？書中訪問了8位現代西方佛教女性，以下分別介紹這8位現代西方佛教女性：

恰蘇瑪·卡碧辛(Kabilsingh, Chatsumarn)

恰蘇瑪·卡碧辛是泰國法政大學的宗教與哲學教授，於2001年在斯里蘭卡受沙彌尼戒。由於泰國沒有比丘尼的傳承，未受出家戒的沙彌尼或八戒女的地位遠不及比丘，八戒女還往往淪為比丘的僕役。恰蘇瑪除投入尼僧教育外，並致力於復興泰國比丘尼傳統的國際運動，揭露泰國女性在靈修生活領域所受的不平等待遇。

蕾奈特·塞法斯(Renate Scriver)

蕾奈特·塞法斯之前是德國生物學家，過去12年來，她精進於佛教的禪修法門，自己又閉關5年。目前教導內觀禪修，透過禪修讓她身心得到轉換，也突破女性靈修的限制。

海倫·托可夫(Helen Tworok)

海倫·托可夫生於紐約市。曾任《三輪：佛教評論雜誌》(Tricycle: The Buddhist Review)的創刊主編。談及女性在佛教中的角色與地位，她認為女性可以在文化工作中，透過自我努力取得被認同的角色和地位。

阿姜甘達須利(Ajahn Candasiri)

阿姜甘達須利目前住在英國，以一西方女性成為上座部佛教尼師的經驗，說明建立西方比丘尼傳統的必要性。她認為修行無性別的差異，彼此應秉持尊敬和體諒，是種互補而非敵對的關係。

賈姬·凱蒂(Jacque Kilty)

賈姬·凱蒂長期修煉藏傳佛教，是一位心理諮商師，主要輔導生命面臨危機者，及徬徨無助的青少年。她描述自己在印度達蘭莎拉藏民收容區生活的12年中，如何影響支持她回到西方社會，面對外界

五光十色的挑戰。

夏達·羅傑(Sharda Rogell)

夏達·羅傑是位內觀禪修老師，她以自己的生命見證，告訴世人她如何以15年居無定所的生活，從中看清自己受到習氣的薰染和制約，使自己從貪瞋癡的無明束縛中解脫，進而邁向出離的道路。

莫拉·希爾斯(Maura Sills)

莫拉·希爾斯是英國德文郡卡魯那研究協會的主持人，創設了佛教心理治療訓練課程。她將佛教的靈修應用在心理治療上。在美國911恐怖攻擊事件發生後，美英又聯手空襲阿富汗以進行報復。她於指導短期閉關期間，讓每位參與靈修者感受思考，以個人或集體的念力轉變戰爭的可能，及女性處在戰爭的局勢中，可以平衡男性的力量是什麼？又如何能讓佛法所呈顯的男性面貌，獲得滋養和平衡？

翁山蘇姬(Aung San Suu Kyi)

翁山蘇姬是緬甸佛教女性地位的革命者，1991年獲得諾貝爾和平獎。雖然她不時受到緬甸軍事政團的軟禁，但仍不遺餘力倡導和平與非暴力的崇高精神。她認為佛教是緬甸傳統文化的基礎，但卻將最偉大的價值都放在男性身上，以為唯有男性才能獲得無上的證悟。若緬甸所追求的自由民主，是要讓人民過著完整、有意義的生活，成為這個地球村中自由平等的一份子，即要努力證明人類的精神，能夠超越性別上的缺陷。

從這些現代佛教女性的故事中，我們更瞭解廿一世紀佛教女性修行者在靈修及世俗諦上的努力，她們超越性別的差異，致力於使宗教在社會上，展現一股安定的力量。

女性諸佛與菩薩

作者以佛教中四位女性代表的生平故事、形象及修行方式，讓人瞭解女性在佛教象徵中所扮演的面貌。

第一介紹的是度母。度母是藏傳佛教中的眾神之一，同時存在於相對和絕對的境界，根據眾生根器隨機教化。就世俗諦言，她是聞聲救苦的拯救者；而就勝義諦言，度母帶領我們邁向證悟的智慧心靈。

觀世音，前身是印度的觀自在。由於觀自在菩薩，原本是男性，傳入中國後才發展為觀世音菩薩，觀世音和中國佛教文化的結合，代表慈悲的象徵，以各種不同形象示現，救度眾生脫離苦海，造像也由男性轉化為女性。

吉祥天女，相傳是古印度婆羅門教的女神，生性殘暴，後為金剛手菩薩收服，而成為女性護法神，吉祥天女讓人看見女性的憤怒尊形象，女性可以將憤怒的力量運用於佛法修行之中，不但能幫助轉化自己的負面情緒，也能敬重在這些情緒背後所隱藏的力量，用於培養諸如慈悲心等正面特質。

耶喜·措嘉，是蓮花生大士的最主要弟子，她以記憶超強，能熟記蓮花生大士所有的法教而聞名。蓮花生大士過世之後，她在西藏示現200年，成為上師空行母，是女性佛的示現。

女性佛教老師

這一章分二部分，第一部分是取自各地民間或佛教中的五個傳說，審視這些故事背後所蘊涵的啟示，呈現女性的智慧與慈悲。如「喇嘛與老婦」，是取材自西藏民間傳說：一位老婦女虔敬準備珍貴西藏酥油茶，供養說法的喇嘛。依慣例是依序向喇嘛獻上哈達，並接受加持，但因聽眾太多，所以，喇嘛決定教大家以觀想的方式接受加持。儀式結束後，老婦女以相同口氣向喇嘛說：「現在您也可以觀想

接受我手中的酥油茶。」這位婦女就帶著她的供養物回家，心中暗笑不已。這故事指出即使平凡的老婦人，有時也能如在高位的喇嘛般充滿睿智。

又如日本的惠春比丘尼及佛世時年輕貌美的薇嘉葛的故事，她們不落入世間欲望的陷阱，也不受世間誘惑。故事展現女性不僅能精進追求佛法，無關性別，且有能力善巧圓滿地處理問題。

一代宗師那諾巴，在修行的過程中是得力於一位醜老太婆；還有，日本真言宗大師慈雲尊者，乃是因母親的教導而有關鍵性的轉變。這些故事中的女性不但可以是他人修行的助緣，自己亦能不為性別所困而精進修道，由此說明女性修行依然是可以證悟的。

本章第二部分，訪談三位當代重要的女性佛教老師。第一位是雪倫·薩爾斯堡(Sharon Salzberg)，是2個內觀禪修學會的共同創辦人，她概述自己擔任禪修老師指導學生的經驗。第二位碼婷·貝契勒(Martine Batchelor)是法國人。她曾在韓國松廣寺出家10年，後返回西方還俗結婚。目前在世界各地演講、指導閉關修行及研討會，寫了數本與佛教和禪修相關的書。第三位是丹津·跋摩比丘尼(Palmo, Ani Tenzin)。她在喜馬拉雅山洞穴中閉關修行12年，如今在世界各地教學，發願要為西方比丘尼建立僧團而努力。

作者藉由介紹這三位當代女性佛教老師的生平與理念，及其在教導和修習佛法時所遇到的問題，讓讀者看到女性立志開悟求道、擔任靈性老師時所展現的無比毅力與活力。

佛教藝術呈現的女性面貌

作者概述佛教造形藝術的起源。並透過三位女性畫家的作品及創作歷程，帶領讀者認識南傳、禪宗及藏傳佛教藝術中所勾勒出的女性面貌。其中，介紹美籍瑪麗·雷納德(Mary Reinard)是研究女性佛像造形的藝術家，以自身經驗說明藝術與靈修的關係。韓國比丘尼玉峰法

師視繪畫為一種禪修。雅妮·杜萊琳 (Yahne le Toumclin) 是信奉藏傳佛教的法國藝術家，後來成為藏傳佛教比丘尼。在其繪畫創作過程，禪修使她的心靈自在，開發覺性，提供充沛的創作能量。

智慧與慈悲

本書的最後，作者以「般若為諸佛之母」做總結。早期的印度佛教經典，就以女性代表智慧，而般若佛母是女性神祇的原型，代表圓滿的智慧，是敏銳覺照力的女性特質。又如空行母，是藏傳佛教中最有力量、充滿動力的女性，其遊走虛空的形象，對女性解放而言，是一種啟發人心的象徵。

文末，以度母誓願要生生世世以女性身分輪迴於世間，克服社會對女性的歧視，這正是佛陀所倡導的中道思想的縮影，即應不受性別差異的影響，落入任何極端的見解。

在本章節中，作者舉證空行母在藏傳佛教所展現的功效，因過多的描述引來爭議，中譯本有作部分的刪節。

結語

閱讀本書，愈到最後，愈能感覺作者是在藏傳佛教的背景撰寫此書，讚揚佛教女性的經驗、女性對佛教之貢獻，並透過呈現佛教女性的生活、工作、修行、教學以及藝術各面向的真實經驗，引證女性在佛教發展過程程中，所扮演的重要角色。但假若作者的目的是希望在傳統佛教觀點中找到平衡點，拋開以往女性為附屬角色的論述，真正看見和聽到與男性地位齊等的女性經驗和聲音，則內容中的訪談與取材，顯然不夠廣，尤其當今台灣的比丘尼經驗是可以提出有力的證明，但本書並沒有提及。

女性在佛教的地位，並非透過爭論來取得答案。性別僅是外相的不同，各有其優缺點，在實相與修行證量上，是無差別。我們或可用

本書中的一段話：「我們要以靈活且謹慎的方式，在自己生命以及究竟與世俗的見解中取得這份平衡，這才是我們追尋佛陀真理最合宜之道。」作為這本書對佛教中性別問題所提供的建議與思考的方向。📖

【延伸閱讀】

- 《女性寧靜的變革》，吉兒·法瑞 - 霍爾斯著；周和君譯，台北市：法鼓文化，民94。
- 《比丘尼傳全集》，釋寶唱、釋震華編，台中市：恆沙，民76。
- 《女性佛教入門》，立花真紀著；許俐萍譯，台北市：大展，民79。
- 《佛教與女性》，岩本裕著；劉欣如譯，台北市：大展，民79。
- 《佛教的女性觀》，釋永明著，高雄縣：佛光，民79。
- 《聖比丘尼列傳》，陳慧劍編，台北市：龍樹菩薩贈經會，民83。
- 《證悟的女性》，堪布卡塔仁波切著；何文心譯，台北市：眾生，民84。
- 《菩提道上的善女人》，釋恆清著，台北市：東大，民84。
- 《法輪常轉：女性靈修之路》，Sandy Boucher著；台北市：立緒文化，民86。
- 《千載沉吟：新世紀的佛教女性思維》，釋昭慧、釋性廣編著，台北市：法界，民91。
- 《佛教出家女性求道歷程研究：以漢譯佛典中的阿含部、本緣部、律部及長老尼偈為研究對象》，林莉莉撰，國立中正大學中國文學研究所，民93。
- 《華嚴經的女性成就者》，覺音居士語譯；台北市：全佛文化，民94。