

攀

登佛法的高山——一次與菩提法師的會晤

釋見勛 譯

菩提法師1944年出生於美國紐約，1967年完成哲學博士學位後，即赴斯里蘭卡出家，1967年受沙彌戒，1973年受比丘具足戒。自1984年，菩提法師奉任斯里蘭卡佛教出版社（Buddhist Publication Society）總編輯，1988年又出任該社社長，其在著作、翻譯、編輯上聲譽卓著，出版過多部重要作品，包括《中部尼柯耶英譯》、《相應部尼柯耶英譯》等。法師以現代英文語法翻譯並註釋巴利經論，對於南傳巴利藏的弘傳，其貢獻可謂兼具重要性與歷史性。法師目前擔任美國同淨蘭若僧團會議主席，及美國印順導師基金會董事長。

一位西方哲學博士是如何走進東方宗教？在東方宗教的薰陶下，再次回到西方，他是怎麼看待西方現況與東方宗教？佛教在西方傳揚的危險與瓶頸又會在哪裡？且讓我們跟著菩提法師，一起攀登佛法的高山。

問：法師，您在斯里蘭卡已居住多年，什麼因緣讓你回到美國？

答：我原本是來美國拜訪父親和姐妹。25年來，我一直為頭痛所苦，試過了各種治療，都為這頑劣的頭痛所抗拒，於是父親建議我去「紐約頭痛中心」就醫，所以我接受了幾個月的治療。

問：您真的決定重回美國定居嗎？

答：我最初只打算留在美國治療頭痛，然後就回斯里蘭卡。然而，過去幾個月，我不得不注意腦海中，兩個愈來愈強烈的想法：首先，我的父親年老了，我應該更親近他；其次，與斯里蘭卡相比，我留在美國能對佛法更有貢獻；而且在2002年初，我正式從斯里蘭卡佛教出版社的編輯退休，也就不再有義務留在斯里蘭卡了。

我偶然遇見一位華人老法師和他的翻譯，邀請我去參訪他們在新澤西的寺院。我以為那會是個在少數民族區裡忙碌的傳統寺廟，但結果相當令人驚喜。它是座認真修學的寺院，位於新澤西安靜寬廣的郊

區，樹木繁茂的丘陵環繞，覓食的鹿群在草坪悠遊。我和仁俊長老一見如故，他邀我留下來，住多久都沒關係。

問：所以，您一個上座部（Theravada）佛教的比丘，就住進漢傳大乘佛教（Mahayana）的寺院？

答：在古印度，不同佛教學派的僧人和平居住在同一寺院，並不稀罕。我發現仁俊長老是相當值得欽佩的：他既博學，又深入理解佛法奧旨，卻十分簡單、謙遜和無私；他持戒精嚴，卻又總是充滿笑聲與慈悲；同時他也是阿含的權威（在漢傳藏經裡，阿含經相當於巴利尼柯耶），因此我和他的修學方法極為相近。我們希望使這寺院，成為任何正統戒律傳承下，訓練良好的僧人都能和諧共住的地方。

問：一開始您如何從布魯克林到斯里蘭卡？

答：約1965年，我在布魯克林學院時，接觸到鈴木大拙和艾倫·瓦茲關於禪的書籍，開始對佛教感到興趣。1966年我去南加州克萊蒙研究所研究西方哲學，在那裡結識了一位名為釋覺戒（Thich Giac Duc）的越南比丘，我們住在同一棟學生宿舍。我請他指導禪修，他教我練習安般念以及佛教概要，這是在鈴木和瓦茲的作品裡找不到的！幾個月後我決定要出家，便問他是否能為我授戒，他同意了。因此，1967年5月，我在越南大乘佛教傳承下受戒成為沙彌。

問：出家對您來說是邁出一大步嗎？

答：從外觀看，當然是很大一步，但我從來沒有為決定出家而掙扎。僅僅是一個早上醒來，有了這樣的想法：「為何不請求覺戒法師度我出家？」就這樣而已。之後我們一起住在克萊蒙三年，著手進行各自的博士學位。（我的長篇論文是有關約翰·洛克（John Locke）的哲學。）當他返回越南後，我與另一位越南比丘——釋善恩，同住在洛杉磯一個禪修中

心。那時我已決定要去亞洲受具足戒和研究佛教，終身踐行和弘揚佛法。這段期間，我也遇見幾位旅經美國的斯里蘭卡比丘，最值得一提的是喜見長老（Ven. Piyadassi Thera），他建議阿難陀·慈氏長老（Ven. Ananda Maitreya）——一位傑出、有學問的斯里蘭卡比丘——當作我的教師。

1972年8月以前，我在美國完成了自己的義務後，寫信給阿難陀·慈氏長老，請他答應我到他的寺院受戒和修學，他回信說歡迎。結束了越南簡短拜訪我第一位老師後，我就去斯里蘭卡從阿難陀·慈氏長老受戒，在長老座下修學佛法和巴利語3年。過後，著名的德國比丘向智長老（Nyanaponika Thera）邀請我到康提（Kandy）的林隱寺，最後我在那裡住了許多年，照顧年老的向智長老，並協助佛教出版社的工作。

問：您如何成為一位佛教學者？

答：我從未打算成為一個佛教學者，或是巴利文獻的翻譯者；事實上即使到現在，嚴格說來，我也不認為自己是佛教學者。我一開始由禪修而受佛教吸引，但我第一個老師——覺戒法師，給我留下這樣的印象：為了禪修和在西方教授佛法能有良好的基礎，需有系統地研究佛法。所以我去斯里蘭卡受戒時，原先是想用幾年研究巴利經典後，就去禪修。

那時，我已了解要正確研究經典，必須學習經典語言，即研究巴利語是必要的。我在閱讀原典時，常為自己翻譯一整段經文和註釋，因此就逐漸將心力投注於翻譯。為打下修行的基礎，我有系統地研讀經藏，運用閱讀的材料作思惟的主題，以轉換個人的理解。我渴望的理解，並非學者所要求的客觀理解，而是個人、主觀的對佛法要義的領會。我希望能從佛陀教授的佛法，了解自己如何做人和當一個佛弟子。結果，我原有的西方世界觀需要大幅修改，才能與佛法相符。

問：您會建議所有禪修者都要研讀佛法嗎？

答：我不會說在開始禪修之前，就要具備完整的經典知識。我就像現今大部分的佛教徒，是透過禪修進入佛教。但我相信，為達到佛陀賦予禪修的目的，禪修必須有其他助緣的強大支持，來增益並導引至正確的目標。這些因素包括「信」——對佛、法、僧三寶的信心與信賴；「正見」——清楚理解教法的基本原理；「戒」——持守佛教戒律，不僅當作教條規章來死守，而是專心致意，以徹底轉換個人性格與行為的努力。

關於解、行這兩個互補的因素，每個人很自然會作不同比重的分配。有些人強烈地想理解經典所傳達的教義，而渴望廣泛擴充經典的知識，對這樣的人來說，禪修在這階段的心靈發展只是次要的；相反地，他們會將重點放在深入研究與清楚地理解佛法。另一些人，可能對研究經典或了解哲理興趣不大，因而傾向禪修實踐。我自己則認為解行平衡發展，是最健康的學佛方式。

至於我的修學情況，由於受到早期引領入門的老師影響，想從橫面的廣度與垂直的深度，這兩方面詳細地理解佛教。儘管原先企圖直接投入禪修，但因緣似乎使我遇到的老師，都不專門強調禪修，而是重視研讀、禪修和品格發展的整合。他們一再引導我，緩慢漸次而有耐心地，運用廣泛多元的方式來培養心靈，這正好十分契合我的個性。

問：在西方的佛教向來相當反智（anti-intellectual），好像直到最近，禪修者才轉向要多學習了解這個傳統？

答：美國佛教的反智偏見，我視為是對典型西方教育——過度強調概念學習——的自然反應，亦即為了學習本身或職業上的目的而提倡學習，毫不顧及生活的價值。揚棄理智主義，同時根源於兩個反叛

「自由理性」(disengaged rationality)——假設的浪漫主義和超現實主義。事實上，所謂失落的一代和嬉皮，實質上是浪漫排拒「自由理性」的繼承人，而在某方面也是美國佛教運動的先驅。

不過，主流佛教傳統的修學，與西方學術界所運用的大不相同，是將概念上的理解，作為指點個人經驗的跳板。傳統佛教的修學次第開始於「聞法」——去聽聞那些「初善、中善、後善」的教法；之後「憶持」——將所聽到的教法保留在記憶中（請記得，在書寫經典不可得之前都要靠背誦，所以「憶持」是指將引導個人修行的教法記在心中。）；然後「誦持」教法——為了能將之更深地銘記在心；下一步是「思惟」——透過理智思考、仔細審慮，以領悟文字所要傳達的法義，並省思如何將佛法應用於個人經驗，而不只滿足於對法義觀念的理解；最後還須「直觀」——以禪修為基礎的智慧，直接通達法義。

問：您曾受過哪種禪修訓練？

答：我在斯里蘭卡的早期極少密集禪修，因為這不是我的教授師的修行模式；他是將規律的禪修，融入每天的日常生活。後來我自己密集禪修時，是以安般念當作唯一的禪修所緣。練習一段時間後，我發現心變得枯燥且堅硬，覺得需要其他類型的禪修來軟化和豐富心。因此，在不同時間和情況，我學習到「四護衛禪」：佛隨念、慈心觀、不淨觀和死隨念。至今，我仍廣為運用於自己所有的出家生活中。偶爾我也盡量在斯里蘭卡或其他地方隱居禪修。但很遺憾，因缺乏福德和不堪其擾的頭痛，我並沒有達到任何堪為真正禪修者的成就。

問：除了慈心觀，其他您所提到的禪修方法在美國並不十分普遍。

答：這裡我也很納悶，內觀禪修(vipassana)在美國，變成從更為寬廣的佛法背景切割出來，自成一家的法門。然而，我所受的教育訓

練，認為內觀禪修是佛法王冠上的寶石，就像其他王冠寶石一樣，必須鑲嵌在適合的皇冠上。傳統上禪修基礎的架構由以下所組成：一、對三寶的信心；二、對佛法有正知見；還有三、志求體證佛陀開示教法的目標。在這基礎上禪修，以直接洞察教理，符合佛陀本義的正確智慧便會自然生起，導向目標的實現。

問：您如何看待佛教現今在美國如此受歡迎的現象？

答：理解佛教為何在這特別的歷史時刻會吸引美國人並不困難。有神論宗教已無法掌握許多美國知識份子的心，造成心靈深層急需填充的空虛；唯物論價值也無法深刻滿足許多人；而佛教提供的心靈指導正切合此需要。它是合理的，來自經驗的，實際的和親身可體證的。它帶來個人生活中得以實現的具體利益，倡導崇高的美德，提出理智上使人信服的哲理。同時，稍不幸的是，它帶有異國風情，也吸引了一些著迷於神秘主義和神秘宗教者。

我們面臨的重大問題是，佛教是否要因應美國文化產生的迫切需求而有所更動？又要改變到什麼程度？從整個歷史來看，為了適應當地固有的文化和能在思想界落地生根，佛教通常會在型式上有所調整，以便能在不同文化背景下蓬勃發展。但在這些調整之下，依然忠實保留了佛教智慧的精髓。這會是佛教在美國可能面臨的最大挑戰。這裡的知識環境和往昔佛教接觸過的大不相同，在必經的適應過程中，若急於改變，可能會無意稀釋或甚至刪除了佛法的基本教理。我認為這必須非常謹慎，要在太過固守傳統亞洲的佛教形式，與因應當代西方——特別是美國——的知識、社會、文化等壓力而過度調整之間，成功地找到中道。

企圖引進仍保留全部南亞風俗習慣的上座部佛教到美國，可能引起

反作用。不過我仍相信，保留佛法核心教理，以及明確指出修學佛法的正確目的是必要的；如果我們擅自更改，增添外加的補充，將冒著失去本質精髓的危險。當前的局勢，我認為主要的危機，不是死板地固著於現有的佛教形態，而是因應美國人思考習慣的壓力而過度調整。在許多我看過的佛教出版品，覺察到一個幾乎被視為必然的普遍作法，就是把佛教修行從信仰與教理的基礎抽離，移植到其本質由西方人文主義——特別是人道主義心理學和超個人心理學——所界定的一般世俗日常生活。

問：您能指出這可能發生的方式嗎？

答：我想，我們可以看到很多例子，利用內觀禪修當成西方心理治療的附屬品或對等物。實際上，我並不過度擔憂心理學家使用佛教技巧來提升心理的療癒。如果佛教禪修，能幫助人們對自己感覺更好，或者能活得更加醒覺和平靜，這是好事；若心理治療師能將禪修當作心理治療的工具，我祝他們成功！畢竟，「如來並非握拳不教的老師」，我們應該讓他人擷取佛法，有效運用於利樂世間。

我所關切的是，現今教授佛法的普遍趨勢，用大量心理學語詞來改寫佛陀教法的核心義理，之後說這是佛法。然而這樣，我們絕無法從佛教本身的結構，看出佛法的真正目的——並非導致心理上的療癒、完整或自我接受，而是策勵心靈朝向解脫——對治所有造成繫縛與痛苦的心理因素，最後從中解脫。我們應謹記，佛陀並未將佛法教導成「生活的藝術」，雖然它蘊含於內，但佛陀教導的是更超越、無上的「解脫道」——通往終極解脫和覺悟的道路。佛陀所指的覺悟，並非讚揚人類的有限，也不是被動屈服於我們性格的脆弱，而是透過徹底改革，突破至全然不同的境界，來克服這些有限。

這是我發現最能掌握佛法的敘述：在出世間法最高的成就，我們克服所有人類的缺點和脆弱，也包括生命必然死亡這件事。佛道的目標，不僅在於具足正念地生活與死去（當然這是值得成就的），而是超越生死達到完全不死、無可限量的涅槃。這是佛陀追尋覺悟過程中冀求的目標，也由於佛陀成就正覺，使得這目標可在世間實現。這是如法修行的結果，亦是依佛教原架構修學的終點。

然而，當把內觀修行教導成只是一種醒覺的生活方式，在洗碗盤和換尿布時保持覺知與平靜，這目標便失落了。當佛法存在的理由——出世間法被刪除時，在我看來，剩下的只是去除菁華、空洞無力的教導，不再是能導向解脫的工具了。正確修行佛法，確實帶來許多現世的快樂。但佛陀終極的教導不只關於現世樂，而是要達到世間滅——這成就並非存在於遙遠的他方世界，而是在這具有感官與意識的六呎之軀中。

問：聽起來，您認為佛法並未被教導為解脫道？

答：這是我閱讀當代美國佛教出版品得到的印象，佛教解脫的實踐很少被強調。聽說學生被教導要去接受自己，沒有執取地活在每個當下，去欣賞、尊重甚至讚頌自己的軟弱。再次聲明，我不是要低估接觸修行有健康心理態度的重要。因為對困擾於自責，常常感到沮喪痛苦的人；對缺乏強有力「心理整合中心」的人；或表面展現堅強自信，來否認內在缺點和軟弱的人，密集禪修可能弊多於利。

但我必須強調，符合佛陀本義所明白開示出的修行前提，是已預備好對日常運作的心採取批判的立場，包括看到自己的脆弱——內心的煩惱不值得稱頌，而是障礙、墮落的徵兆；同時，也假定我們下定決心，不只要在每個當下運作的剎那心，亦在心貫穿更長的時間下，更

穩定持續的狀況下，轉化自己。

開始修學佛法，就要如是清楚分別，我們現在的心性（如習氣、性情和慣性等），與實踐佛道所渴望追尋體現的圓滿目標，有明顯的不同。我們必須要去承認與對治的心理習性，是自己的煩惱：即貪、瞋、癡三不善根，以及由其所衍生的憤怒、頑固、傲慢、空虛、妒忌、自私、偽善等。

因此佛道向我們極力肯定的，不是讚嘆凡夫心；而是真實智慧所明照的心；完全淨化無染的心；解脫一切繫縛與結使的心；還有充滿從深刻、清明的知見所流出的普世慈悲心。佛道的實踐有系統地彌補世俗、凡夫的心，與我們所渴望的覺悟、解脫——這狀態的生起，直到與「不死」融合——之間的鴻溝。要達到這出世的目標，需要準確、詳細且有系統的訓練。而整個訓練過程的根本，便是努力掌握和控制自己的心，從信、虔誠、持戒和布施這些基礎開始；然後繼續開展「定」；然後才能成就直觀與真實的智慧。

問：您提及以「信」作為起點，您所謂的「信」是什麼意思？

答：只喜好禪修的西方世界，直到最近都還忽略「信」為佛教相當重要的層面，我認為這錯失了一些重點。修行必須根基於「信」，這裡我用傳統上的解釋，是指對三寶：佛、法、僧的信心。在一些新近出版品中，我注意到信和虔誠雖已較被強調，但似乎以相當不同於我所理解的方式，來使用這些語詞。他們認為「信」是幾乎可以附著於任何對象的特質，只要能傳達出內心最深的渴求，便值得讚揚。

我知道這在最近是不受歡迎的觀點，但身為佛教宗教師，我相信只有當佛陀真實的教法根源於：信佛陀為無與倫比、完全覺悟的老師；信法為殊勝的教導，開顯了其他教義所無法得到的真實智慧，才能如

法修行。一旦「信」變成隨風西東的自由飄浮體，而要激勵人完全止息痛苦，我恐怕只會誤導至無益的小徑。

我不認為這個立場使得自己武斷或偏執，我希望自己能完全容忍其他的觀點。但當有人要我建議：如何正確踐行佛法時？我會強調「信」殊勝特有的對象，是佛陀的無上正覺，以及從佛陀無上正覺所流出的教法。修行同時必須根據正見，其中包括許多同樣被西方佛教貶低的觀點，例如：輪迴；接受「業」為決定投生類別的力量；理解「緣起」為描述輪迴的因果架構。

問：對許多現代的學佛者，好像很難超越自己當前體現到的經驗，去了解一些傳統經教所強調的觀點？

答：我認為「信」在此扮演很重要的角色。它讓我們正信佛陀的開示，特別是和世俗世界認知相反，或和世俗處世方式相衝突的教化。要記住，佛陀的教法是與個人成見與態度相違的「逆生死流」。畢竟，大多數人的習性，環繞著趨樂避苦的欲望，和想堅持個人為宇宙中心的錯誤認識。但當個人體驗到足夠強烈的苦，就會使他感到這些習性的逼迫，而相信佛陀開顯的實相，為個人解脫的指導方針。

當然，一開始接觸佛法大海，不需要把較高深的教理全部打包上船。佛陀常因應聽法者的根機調整他的教導，對還未能接受究竟解脫法的人，他教導布施和持守五戒，還有慈愛與敬重他人的利益。但每當聽眾中，有根機成熟足以接受更高教法的人，那麼就像經典所說：「開示覺者特有的教法：苦、集、滅、道。」由於每個人都是根據自己的性情來生活與學習，所以佛陀的應機設教，不論在亞洲，還是西方世界，都可包含各種根機的差異。但隨著適應這些個別差異，很重要的是要忠實保留佛陀從無上正等正覺所開示的核心智慧與價值。

問：您看到西方在家信眾有什麼前景？

答：我覺得今天在西方，比起傳統亞洲佛教社會，在家居士有較好的機會接觸較高層次的佛法。在亞洲國家，信眾認為他們主要的角色是僧伽生活的支持者，供養僧眾食物和其他生活必需品。他們以虔誠奉獻的行為，表達對佛法的信奉，除少數例外，很少受到鼓勵而投入佛法深奧的領域。但現在西方的在家居士，因教育水準較高和閒暇較多，而能擁有深入研讀與修持佛法的寶貴機會。

問：如何以在家身分修行，同時又能確實步上解脫道呢？

答：我會建議佛陀所讚揚的五種「善人」的德行：信、戒、施、聞和慧。我們已討論了「信」。「戒」的範圍很廣，不只是禪修課程要堅守的規矩與軌範，更是藉由慎重持守基本的五戒，培養其中所具的正面品性，包括：增長慈悲；發展質直與知足；節制欲望和對伴侶的忠誠；於所有言談堅守誠信；還有維護心的醒覺、清明與平衡。

這層次的佛法，於日常生活修學，確實是生活的藝術。但沒有取代解脫道傳統理想的意思，而是當作生活處世的系列指南。在此，佛法好比全面的地圖，導引我們度過許多日常生活會遇到的難關和挑戰。它不是僵硬的規章，而是一套價值，讓我們能以良善、有益的方式與人相處。第三個品性是「布施」，在佛教國家通常認為是供養僧伽。但我認為布施可應用得更廣泛，包括主動關心比自己不幸的人，如：決定分配固定收入的一部份給慈善團體或工作。

用功學佛的居士要具備的第四項品性是「多聞」，佛法的正見必須努力才能獲得——我再說一次，至少要對佛法的基本架構有觀念上正確的認識。即使還未準備詳細研讀經典，也要牢記，佛教對於存在的理解是禪修的基礎，因此有系統的研讀佛法有助於禪修的成就。

在家居士的第五項品性是「智慧」，始於理智上的了解（聞所成慧），終於透過禪修所體證到的智慧（修所成慧）。

問：如果身為居士就能全部實現這些修持，為何還要出家為僧呢？

答：儘管精進的居士能於家庭生活的領域中，有許多修學的成就，但全然受到佛法啟發的人，自然會嚮往出世生活。當你信心堅強，覺得完全獻身佛法勝過任何世間事，便難以抗拒僧袍的誘惑。出家為僧，能時時刻刻獻身於佛法，全部的生命，包括內在最幽微處都以法為師，能擁有密集學習與修行的空間與機會，能完全奉獻自己於弘法利生。這些利益，即使是模範在家居士都無法享有。

在家生活仍有許多工作與責任，無法全心全意修行。雖然現今居士也能毫無困難地參加長期禪修，但即使是很虔誠的居士的修行，與一位正見、正信出家而認真修行的僧侶，兩者之間還是有明顯的差異。我希望這聽起來不會像是「精英主義」（好吧！我承認自己是精英主義）。但是在家居士指導禪修或教授較深奧的佛法，會產生這樣的危險：容易弱化，甚至壓制那些要求完全斷除一切執著的教法，而傾向將佛法折衷，微細地肯定我們對世俗生活本能的執著，而非逐漸斷除它。

我知道出家生活並不適合多數人，也不樂見美國重蹈亞洲佛教社會模式的流弊——只是擁有許多因循的僧人，在寺院裡虛耗時光。不過，我依然認為僧伽扮演不可或缺的角色，畢竟出家眾確實是佛教三寶的象徵之一，沒有僧伽，必定無法圓滿傳播任何佛法。僧人穿著佛制的僧袍，過著與戒律相符的生活——至少象徵性代表完全捨離的理想——雖然有些出家眾個人還未達到這個目標。僧伽幾乎可比擬為這世界中的不死界，亦即「輪迴中的涅槃」之反映，儘管只是個羸弱的映象。雖然許多僧伽個人（包括我自己）還有許多缺失，但僧伽的生活才能

完全獻身於修學，而導引世人朝向出離與究竟解脫的方向。最後，僧伽還是「世間福田」，使虔誠的信眾有機會藉此獲得自己涅槃的資糧。

問：您還有什麼臨別贈語想給我們的讀者？

答：追隨佛道而臻於圓滿，眼光要長遠，這表示要培養「安忍」和「精進」。「安忍」確實使我們不會貪圖快速的成果，不會有一點禪修體證就想加入個人資歷表中。安忍使我們即使碰到不可避免的困難，或枯燥乏味的情況，也能持續到最後。雖然修學佛道長遠又艱辛，但因「精進」或「勤奮」，讓我們不會洩氣，不會放棄或放逸，而能保持堅決的意志。不論歷經多少世，都要追隨佛道。深信自己精進修學，一定會有進步，即使進步不是立即顯現。

要如法修行，謙遜的態度是必要的。不能因為快速研讀經典，或只禪修幾年，就宣稱自己能夠正確理解與教授佛法。必須敬慎地，將佛法想像成非常雄偉的高山，把自己視為仍在山腳下的登山者，還要走很長遠的路，才能到達山頂。我們需要「信心」，相信這殊勝的道路必然通達頂點；需要「安忍」，日復一日持續在道路上攀爬修行；而且需要「精進」，讓我們不會放棄，直達山巔。📍

（本文摘譯自美國內觀（Insight Journal, v. 19, 2002）雜誌。）

【專題講座】

法的饗宴——精讀巴利中部阿含《正見經》

當代巴利藏大師密集專題講座

講者：菩提法師（Bhikkhu Bodhi）

主題：中部《正見經》

時間：95年2月17日至3月4日

地點：香光尼眾佛學院・05-2540359

（報名表下載：香光尼眾佛學院 <http://www.gaya.org.tw/hkbi>）