



禪思想探原

柳田聖山著
一默譯

(續上期)

苦行之捨棄與冥想之平靜

然而冥想是共通於當時印度宗教的一般的實踐之道。佛陀宗教中的冥想，對它們而言，到底具有甚麼樣的特色呢？佛陀之所要捨棄上述 Ājāra Kāṣāma 與 Uddaka Rāmaputa 兩仙人所教導的瑜伽的理由，到後面我們會有各種的說明；不過其中最大理由中的一個似乎是，由於這瑜伽是以苦行為目的的獨善的做法之故。當然佛陀有時亦勸人行苦行的，但他却從未以苦行為目的，或以苦行為唯一方法。他有時又會要求倫理上的嚴刻，但這却不是單純的倫理的嚴肅主義，這點恐怕亦是造成後來他與其從兄提婆達多 (Devadatta) 在主張上有相當距離的原因吧。

不過，不用說，佛陀的捨棄苦行，並不如當時某種自由思想家那樣，只肯定感覺的快樂。他是要在捨棄這樣的快樂與苦行的兩極端而選取誠實的中道的當兒，發見那種樂在真正意義的道中的清爽生活的。這可以看成是在意義上不同於那純粹是方法的冥想的一種做法。實際上，佛陀的冥想，是不具有那種對一些東西要鑽牛角尖來思慮的偏刻性的。原始佛教的無常觀，並不是如通常一般所說那樣的神經質的厭世觀。在佛教的底層，是徹底的樂天的對人間性的肯定。

例如，在上述的集合佛陀言論的「經集」的第一章之五中，佛陀即這樣地答覆鍛冶工人次達的問話：

覺醒的人說：那些超克疑慮，遠離苦惱，樂在涅槃，排除

貪欲和指導包含着諸神的世界，的人——這樣的人，是「行道的勝者」。(八六)

佛陀所教誨的所謂心靈的平靜，是三摩地之事，內容上是涅槃之事，真正的心靈的寧靜，是要達到涅槃，亦即是無我之後才能得到的。這正是此經典的注釋的所屢屢強調的那樣。後來佛教的紛紜的議論，像涅槃是否要在肉體死後才有一類，其時還未成為問題。禪定的真正的快樂，是不必涉及這些議論的。

樂在真理之中

涅槃一方面是佛教的究極目標，但亦表現於樂在禪定中的修行者的日常生活中。倘若依向下投之意，而使用的主體性的原義，則涅槃對於修行者來說，正是最為主體的。例如，在同經典第一章之十中，佛陀即對阿那瓦加夜叉這樣地教誨說：

多數賢者認為這樣的人是聖者——有智慧力量、守着戒律與誓約、心志統一、樂在禪定、有願念而不滯於執著、揚棄放蕩的行爲、摒除煩惱的污垢的人。(二一二)

又在第二章之九中說：

樂於真理，喜於真理，安住於真理，認識真理的恆常性，不發有損真理之言說，本着被巧妙地道出來的真理而生活。(三二七)

真理是禪定的內容。在出家而自專念於禪定之餘，這是供奉予專念於禪定的人的一種生活。在第三章之十一中，佛陀在回答那勒加問及出家者的聖行時，這樣地說：

要學習獨坐，學習供奉有道之人。聖者之道，可以說是孤獨地居處一事。只有孤獨地居處，才能享受生活的樂趣。（七一八）

後面我們會重新考究那些專門習禪定的人所應有的狀態；這樣地使精神安定下來，同時實亦是在安定的心靈中得到快樂。當然這並非只是貪圖心靈的安定，而是貫徹着純淨無我的涅槃的快樂。真正的平安，是那個充實着連平安的意識都化除掉的喜悅與歡樂的世界。例如，四禪的階段其後被組織化起來，在最初的階段中，首先有從現實的煩囂離脫出來的喜悅與歡樂；進入第二禪的階段，禪定的喜悅與歡樂被純化；至第三禪，喜悅之念消去，而只有純淨之樂；在最後第四禪中，純淨之樂亦消去，而有清徹透明的智慧現前。

這是有關禪定內部的深邃與喜樂意識的極為適切的在組織上的附說；特別是第三禪的純淨的快樂，為過去的聖者所同聲讚嘆，可見這一階段古來特別為人注目。當然，這樣的四禪的說明是相當後來的事了。現在我們要在同一的「經集」中，注意它具有像下面那樣巧妙的譬喻一點。

對於此事，最好通過在深沼與淺溝中的水來了解了。河底淺的小川的水，揚起聲響而流；大河的水，則無聲無嗅地流。（七二〇）

未滿溢的東西能揚起聲響，滿溢了的東西則全歸於寂。愚者有如盛着半滿水的瓶一樣，賢者則有如滿溢着水的池一樣。（七二一）

出家與在家

佛陀的教團由出家與在家兩種弟子所組成。不過，由佛陀本人的經歷來看，以出家為中心，那是當然的；這也是當時印度宗教的一般傾向。而冥想與精神集中的實踐，亦成了出家弟子專擅的本務。「經集」第三章之一即就出家一點而說如下：

具有眼睛的人（佛陀），是怎樣出家的呢？他是在怎樣考慮之後，而喜歡出家的呢？讓我談談有關出家的吧。（四〇五）

這種在家的生活是擠得令人發悶的、煩囂的、堆滿塵垢的場所。見到出家是一遼闊的原野（沒有煩囂），因而出家。（四〇六）

他抑制各個感官，守護着，正確地自覺着，小心翼翼地逐家逐戶乞食，很快便填滿了他的鉢頭。（四一三）

經典的注釋成為上面的詩句是弟子阿難寫的。出家一方面是佛陀本人的經歷，同時亦是所有正規修行者的道路。實際上，佛陀在別的地方這樣地說着：

修行者不得其時不出外遊行。只有在規定的時間內，才托鉢行到村莊去。倘若不得其時而外出，即是由於為執著所縛之故。因此，覺悟的人，不得其時是不會外出的。（三八六）

修行者在規定的時間內得到施捨的食物，獨自退了下來，坐在樹蔭下。抑制自己，向內反省沉思，不把心往外馳放。（三八八）

賢者專念於精神的安定，樂在森林之畔，在樹下冥想，自己應該感到很大的滿足。（七〇九）

使心安定下來吧。不要徬徨。不要做後悔的事，不要怠惰。這樣，修行者應該居於閑靜的座所、臥所。（九二五）

樹下冥想——獨坐與禪定，與較它先行的戒律的規定，原則上都是出家弟子們的本務。與其說這是本務，倒不如說這是出家弟子們的榮耀、大喜悅。

其後的大乘佛教，強烈地責難那些固執着禪定的舊來的佛教徒，不以那種遠離世間的快樂為可貴，以入禪定為有如地獄，以為必須視生死中事如遊園中事，而姿意舒展，才能行菩薩之道（「維摩經」）。大乘佛教之所以這樣，是因為出家弟子的冥想，逐漸變得固定，傾向於主觀自我滿足的隱遁，變為單純，是逃避現實的口實（參考第四章）。關於這點，我們可以說，初期的佛教教團為專門的出家弟子所指導，冥想與獨居的生活，只成為那些被選拔出來的人的快樂，在這方面，已有其責難的遠因了。

選拔出來的人之道路

獨居與冥想的實踐，倘若沒有純一的一心一意的決心，當然

是難以實行的。在重大的決心與嚴刻的自制裏面，有真實的發自內心的喜悅，這正如我們所已考究的那樣。這亦是那些被選拔出來的人的道路，這點是不能否認的。所謂「樂在禪中」的表現，即使是在同一的「經集」中，亦有不同：在被認為是比較古老的部份中，是比較少的，在被認為是新的部份中則較多；這可能表示這些表現後來有逸脫。例如，以下的詩句即清楚地表示在冥想方面出家弟子高於在家弟子的優越性。

恰如在空中飛翔的綠頭孔雀，無論如何都不及天鵝的快捷那樣，在家者是不比上那些遠離世間而在森林中冥想的聖者、修行者的（二二一）

厭倦而退隱的比丘，徘徊於遠離世間的居所。在生活的領域中他不顯露自己，這正與他自身相稱。（八一〇）

後面的詩句，屬於被認為是最古老的部份；但這作品的強調極端的遠離，已顯示出獨居者的固定化，而與這部份前後的詩句連結不起來了。形式的絕對否定，實含有馬上倒退回苟且的肯定的危險性。無寧可以說，在樸素樂天的樂道的實踐中，却能生出深刻的自我反省與具體的自我否定來。讓我們看看接着的幾句吧。

聖者不滯於物，不愛不憎。悲哀與吝嗇都不能熏污他。他是恰如蓮葉上的水，不為他物所染汚那樣的。（八一）

這詩的想法。是後來大乘佛教的主張；肯定現實生活，認為只有在煩惱中才有真正的覺悟。這絕對不是出家者的獨善。不管怎樣，佛陀宗教的樸素冥想的喜悅，即為那集合了在「經集」後來的男女出家弟子的詩句的「長老偈」（Thera-gāthā）與「長老尼偈」（Therī-gāthā）等所繼承，又經那些讚頌獨居與坐禪的極為豐富的詩歌所證實。此中可以見到禪專家們的深邃的冥想，另外還可見到這冥想，如何逐漸成為那些被選拔出來的特殊人物的所有的那一過程。

第二章 樂于道之歌

樂在冥想中的人

正如我們所考究過的，佛陀冥想的特色，在於安足地樂於道

的生活。不過，冥想是以一心一意的出家與獨居的生活為前提的。實際上，在佛陀死後，仰慕佛道的弟子們的教團日漸增大，因而有一羣人要貫徹這樣的獨居生活，遵守及實行佛陀的教誨。他們每日埋頭於冥想實踐中，透過優秀的詩歌，把樂於道的獨居生活紀錄下來。這些都是就實際的生活而把一般被稱為原始佛教的佛陀的宗教教義傳留下來的東西；倘若撇開出家與在家的相異，這則令人想起鄰國江戶末期的妙好人的作品。且讓我們看看有關先前提及的「長老偈」中畢達長老的作品吧。

據說此人是沙格達郊外一長者之子，其兄弟們為夜叉所殺，他即出家，獨個兒住於雅枝亞加勒尼河畔的洞窟中，得到深邃的覺悟。

無知的凡人所執着的老與病，賢者以之為苦。當人能周遍地知道苦，住於正確的思想中而進行冥想時，則所得到的大快樂，沒有再大的了。（五一八）

如能捨棄那帶來苦惱，包藏怨毒，擴大輪迴，累積各種欲望而生起苦惱的愛執，住於正確的思想中而進行冥想，則所得到的快樂，沒有再大的了。（五一九）

空中有雷鼓回響；在雀鳥飛翔的路上，雨水自四方沛然而下，修行者亦入山冥想。此時人所得到的快樂，沒有再大的了。（五二二）

這裏有花之草叢，我坐在為各式各樣的野草之花所堆飾着的河邊，心情開朗地冥想，人所得到的快樂，沒有再大的了。（五二三）

夜裏，雨水落在不為人所知的森林中，野獸張牙舞爪在吼叫，修行者亦入山冥想，人所得到的快樂，沒有再大的了。（五二四）

進入山與山之間，挨身於巖石的裂縫間，止息自身種種省察作用，遠離恐怖，摒除內心的放蕩，而冥想，人所得到的快樂，沒有再大的了。（五二五）

安然地，滅除污穢、放蕩與憂慮，托起門栓，樹木沒有了，弓矢沒有了，所有的染污滅盡了，而冥想，人所得到的大

快樂，沒有再大的了。（五二六）

這些詩句，實在美麗而清純。像這樣如實地讚歌那些沉埋於冥想中的修行者的純粹喜悅的作品，是很罕見的。與下面要介紹的中國的樂道歌相比較，這裏確是洋溢着遠離與冥想的樸素的真實。來自山上的透徹的自由，直把浮世的榮華根本推翻。

冥想之固定化

在漢譯的經典中，亦有不少歌頌那山上的獨居與冥想的喜悅的詩句。例如，在最初期翻譯的「修行道地經」中，即可見到幾乎與上面相同的詩句。「修行道地經」的原名，即是有關瑜伽實踐的經典之意，實亦與「瑜伽師地論」——即瑜伽論同名。

事實上，「修行道地經」豐滿地記載着這樣的樣態：瑜伽行者們以冷水洗濯雙手，清潔顏面，凝視四方的長空，見到靜悄悄地閃爍着的星星，而抑制自家的心思，克服懈怠的念頭。莊嚴夜空的星星的光輝，使人思念起那完成嚴肅的實踐理性體系的近世哲人來，或使人想起佛陀的開悟的故事。

又依據早島鏡正氏的「初期佛教的社會生活」，可見關於大乘佛教的空觀的起源，可以在初期佛教徒的空住的生活求得。這如字面所了解那樣，進入無人的空屋中，一味獨坐與冥想。早島氏又提出如下的資料。此中有一點應注意的是，這被視為是修行者的樂趣，與先前見到的「長老經」的語句完全相同。

比丘進入空屋中，清淨其心，正確地觀諸法，享受人間所無的樂趣。（「法句經」三三七）

朋友舍利弗啊，這裏有一個比丘。他樂在獨坐冥想中，愛好獨坐思惟，修習內心的安定，不捨精神集中，而完成正觀；他是空屋的專修者，朋友舍利弗啊，只有這樣的比丘，才應照耀歌成加的薩勒森林哩。（「中部經典」第三十二、「牛角林大經」）

這樣地，在無人的場所獨坐冥想，而生起空住的覺悟，不久又發展至大乘的空觀思想，這恐怕是極為自然的事。不過，重要的是，這些樂道的獨居生活，都成了被選拔出來人的獨善，而逐漸傾向到隱遁的現實逃避方面去。在先前所引的「長老偈」的詩

句中，不是亦顯示出佛陀自身嚴刻的自我否定的精神漸漸變得稀薄麼？樂於形式的獨住，不會有自我滿足的樂天性麼？

佛教之傳入中國與樂道思想

最低限度，在佛教將要傳入中國之時，這樣的獨居與冥想的主張，已先被視為與莊子逍遙遊齊物論的思想相接近，而與所謂天地同根、萬物一體的自然觀的樂觀主義相連起了。這是真確的事。又，這雖是具體的生活樣式，而亦被視為同於那些以遠離人烟的深山幽谷為修道場所的神仙道士們的生活；另外又與魏晉六朝時代的山居隱遁文學的風潮相結合，而逐漸形成一種傾向。這都是可以想像到的。實際上，這個時代的修禪者，全都被稱為山僧，這即是山居修道僧人之意，他們一般地被視為神異的人，而被稱為神僧。有關中國佛教初期習禪者的實態，將留待以下的章節來考究；印度的禪，則先要避開這樣的現實生活的煩囂，或者取看得開的生活態度，以吸引人們的關心，這都是事實。其遠因可以說已具於印度佛教的獨居與樂道的傾向中。

禪與隱遁文學

禪被一般的中國人視為逃避現實的態度；這從唐代詩人稱那在酒醉中忘去世間憂愁的做法為「逃禪」一點中亦可窺知。在有名的杜甫（七一二——七七〇）的「飲中八仙歌」中即有這樣的例子，白樂天（七七二——八四六）亦有很多同樣傾向的作品。又，在較古的陶淵明（三六五——四二七）的飲酒詩中亦有這樣的東西，雖然詩的內容不同。這自然不能盡中國禪的全蘊；這裏我們應可承認，中國人所寄予禪的關心，是經過對世俗的絕望與欣慰的深沉的滲透而來的。

因此，中國的詩人視禪為隱遁的東西，實際上是反面地敘述那些獨個兒跑到山中修道的禪者的故事，他們中的大多數，留下「樂道之歌」，讚頌以禪為樂的獨居生活。他們的傳記幾乎已不可考了，其作品却能存留至今日；那是因為在唐代有作為佛教一派的禪宗興起，把他們都包含到自派的運動中去之故。在此以前的人的作品，似乎都已失佚了。隱遁文學作品及作者傳記的不明確性，恐怕是當然的吧。

（未完待續）