

道。他專心一意的精神追求，終於達成完全開悟，也就是成佛。

我覺得佛陀一生的故事，對我們有很大的意義。它顯示人類生命所原本具有的巨大潛力和能量。對我而言，導引他走向開悟的這些事蹟，為他的信徒建立了正確而激勵人心的典範。簡言之，他的一生其實就是在陳述下面這一段話：「這就是你們追求心靈所要走的道路。你們必須銘記在心：獲得開悟不是一件容易的事。它需要時間、意志和毅力。」

因此，極為重要的，從一開始，就不能心懷幻想——有一條快速易達的道路。做為一個精神訓練者，你們必須準備承受真正心靈追求所涉及的艱辛，必須決心堅持你們的努力與意志。你們必須預期沿途必將遭遇多重障礙，並明白修行成功的關鍵在於永不失去決心。這樣一個斷然堅決的步驟是非常重要的。就我們所看到的，佛陀個人一生的故事，是一個人經由艱苦工作和絕不動搖的奉獻而達成開悟的故事。諷刺的是，有時我們似乎相信：作為跟隨佛陀腳步的我們，能夠以某種方法，大為輕鬆不費力氣，就能獲致開悟。

佛陀的典範

喬瑟夫·葛斯坦 (Joseph Goldstein)

有個需要思考的問題：我們是否能夠在嚴肅修行及日常生活兩者之間，以一種對自身有意義的方式，讓我們與佛陀的生命聯結起來，賦予自己的生命更寬的眼界、更深的內涵？

與佛陀生命聯結的兩個方式

其中有一種可能性：將佛陀視為一個特定的歷史人物，一個活在西

元前五、六世紀的北印度人，他在三十五歲那年經歷了一場強烈覺醒的轉變過程。我們可以以非常符合人性和歷史的方式，了解他的掙扎、他的追求以及他的開悟，從一個人與人相互對待的觀點，來和佛陀聯結。

另一種聯結佛陀生命的層面是：視佛陀為一種人性的基本典型，即佛性的完全展現，完全沒有任何污染與扭曲的心靈，體解到佛陀的生命故事宛若一趟偉大的旅程，是代表著人類生存的某種基本典型。

藉由這兩種看待佛陀生命的方式——歷史人物或基本典型，就能從佛陀特殊的生活經驗中，看到所展示出來的宇宙法則。如此觀察佛陀的生命，並非當作是兩千五百年前某人的抽象而遙遠的故事，而是一個揭示了所有人皆具有的宇宙本性的生活歷程。而這也是個以較廣大、深邃的內涵來瞭解自身生命經驗的方式，一個連接佛陀與我們生命旅程的方式。當我們誓願遵循佛陀的道路時，也當與佛陀受到相同疑問的激勵：「生命的真正本質是什麼？痛苦的根源是什麼？」

佛陀偉大旅程的四個階段

喬瑟夫·坎伯(Joseph Campbell)這位人類學神話與典型研究的偉大學者，在他的著作《千面英雄》中，探討英雄神話的本質。他提及典型英雄或英雄偉大旅程有四個階段，並以這四個階段來探析佛陀的人生。他認為佛陀的生命歷程，是個人元素與這些元素所具象化的宇宙法則交織的奇妙組合。瞭解這些生活情境，並和自身體驗直接聯結，能帶給各自生命旅程巨大無比的能量與鼓舞。回想佛陀的生命賦予我們心靈歡樂的感覺，並在認識到佛陀精神探求的力量與宏大的同時，我們得以重新連接內心深處對修學佛法的衝勁與動力。

坎伯將英雄生命歷程的第一個階段稱為「命運的召喚」。根據傳統的記述，在生為悉達多·喬答摩之前的好幾世，佛陀首度聽聞到這個召喚。當時他是位森林隱士，名為須彌陀；時世有佛，號為燃燈佛。一日，須彌陀聽說燃燈佛將路過住的地方，便和許多民眾去禮敬。眾人為燃燈佛及僧眾修整所經的道路，須彌陀也分配到一小段路。當燃燈佛等一群人抵達時，須彌陀尚未全部完成工作，路上還有泥濘，須彌陀便身臥該處，讓燃燈佛踏身而過。

據說須彌陀看到燃燈佛的當下，受到他高貴氣質與相貌所引發，決心有朝一日也要達到佛的完美心性。燃燈佛看出這位隱士心中立下的大願，便預言未來若干劫後，須彌陀將生為王子，名悉達多·喬答摩，當世修成佛果。從聽聞並回應命運的那一刻起，須彌陀就是一位菩薩，決意要得到佛的覺醒與完美。

典型生命歷程的第一個階段是「命運的召喚」；第二階段是「大棄絕」，拋棄老舊的模式和習性，開始用新方法看待自己的生命；第三個階段是對妄想執著的「大掙扎」；而第四個階段是對這宇宙旅程的「大覺醒」。在魔王大軍消逝之後，當夜這位菩薩在禪定狀態中，三次思索佛法的各種面向。第一次，他以全然專注的力量觀察無數輪迴中的生與死。透過這個可以追溯無始劫來的過程——出生到某一種環境，經歷生命的悲歡離合、死亡，然後再輪迴——產生對生命存在的無常與空虛的深刻瞭解。生與死如同水流表面的泡沫，生起又消失。當我們認同特定情境或經驗時，總是假設我們的執著與偏好似乎堅實而重要，生命輪迴的長程視野剝空了這種認知的基礎。

當夜的第二次，他思考業力法則。他觀察到：過去行為的業力，透過不斷的生死輪迴，驅動也限制了人們。眾生因「無明」而陷於各個

不同命運的旋風裡，喚起了菩薩內在深刻慈悲的能量。第三次，他沉思四聖諦及因緣法。他觀察人心如何變得執著，如何由於執著而有痛苦。他瞭解擺脫執著，達到自在解脫的可能性。

就在破曉的那一剎那，晨星乍現，他的心靈實現了最深、最完全的開悟。在大徹大悟之後，佛陀誦唸了這首詩偈：

我遊走過無數次的生命輪迴，追尋但無法找出這棟房屋的建築者。

真是悲哀呀！一再的生死！

啊！房屋建築者，你已被看到了。你不該再建築房屋了！

所有的木椽都已破裂，所有的棟樑都已粉碎，

我的心已獲得無限的自由，得到的是欲望的止息。

佛陀觀察到：在這輪迴中，不停地出現、消失，出生、死亡，存在著很大的痛苦。欲望，痛苦之屋(身與心)的建築者，被佛陀發現了；染污的心靈，有如破裂的木椽，不再存在；無明的力量，就像粉碎了的棟樑，不再有力。佛陀就這樣證得涅槃，無限的自由。

有人說：證得涅槃的道路——八正道，是一部安靜的車乘，像行駛順暢而高貴的馬車，不會發出嘎嘎的聲響。搭乘這部馬車的人們，這已經體證真理的人們，可能就相當吵鬧了。他們喧鬧地唱誦讚美這部馬車與旅途的完成。

在《長老偈》和《長老尼偈》——記載早期比丘與比丘尼證道的詩集——中，我們常看到「所作已辦」的複疊句。大開悟時，菩薩體驗到他長久旅途的完成與圓滿，所有人類均有的潛能的實現。他已成為佛——覺醒者。之後的七週時間，他都在菩提樹林裡思考著真理的不同面向。他完成自己解脫的旅程，現在他想知道是否可能將他所體證的深奧佛法和其他人們分享，而這些人因他們的執著有如盲人一般。

佛陀不斷至各地傳授佛法。當他的六十個弟子也開悟了，他就分派他們出去傳播佛法。佛陀鼓舞激勵他們：「啊！比丘們，向前行，為了眾生的好處，為了眾人的幸福，出於對世間的慈悲，為了人與天神的好處、利益和快樂。不要兩人走同一條路。講授佛法，前段要非常好，中段要非常好，後段也要非常好。宣導高尚的生活，全然完美而純淨；為他人利益而努力工作，你們就可說是已經善盡了責任。」

從佛陀這一段話可以看出：修行和了悟的全部推動力，在於從自己內在得到自由解脫；並對世界的苦惱發出慈悲，為別人的利益產生主動服務的意識。「利益眾生」對心靈純化的作用是：可以激發我們，也帶給我們修行所需的能量。修行從來就不只是為了自己而已，真理的彰顯，永遠都是廣大的慈悲與心靈相互連結。

佛陀有三大成就。第一個成就為「因成就」，也就是他圓滿成佛之因，意指這位菩薩經過無數世修行六波羅蜜——布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧。第二個成就為「果成就」，意指他開悟而得無上智。第三個成就「功德成就」，即注意眾生的福利。佛陀並不滿足於自身的覺醒，而是出於對所有生命的慈愛，而開始宣講佛法，直到入涅槃之前，他與所有準備好要聆聽的人們分享佛法。

慈悲與智慧兩大翅膀

這位菩薩為了修行六波羅蜜所做的英雄式努力，除了來自超凡的慈悲之外，沒有其他可能。然而，僅有慈悲是不夠的。慈悲要能帶來有效的成果，就必須化成具體的行動，而這就需要能分別何者有益、何者有害，並知道哪一條道路可得幸福，哪條路不行的智慧。大慈悲需要大智慧來產生果實；大智慧需要深度慈悲作為動力，來為他人的利

益採取行動。佛法這兩大翅膀完美地在佛陀身上展開。

有人說：即使將地球上所有父母對子女的愛與慈悲加總起來，也比不上佛陀的大慈悲。父母可能有很大的心胸來疼愛與包容自己的子女，但在佛陀身上，慈愛是沒有疆界的。因為他的務實慈悲，他不間斷地勸人行走於可以獲致幸福、美滿與解脫的道路。

有不計其數的故事記述：來自各種不同身分或職業的人們——乞丐、商人、藝術家、娼妓、鄉下人、貴族、國王與王后——每個人都帶著不同程度的信仰與瞭解，來向佛陀求助；而佛陀也透過他的慈愛、智慧與善巧方便的力量，幫助他們得到自由與平靜。

佛陀所講授的佛法之一，是眾人熟悉的《伽藍村經》(Kalama Sutta)，對瞭解佛法中觀察與醒覺的精神，特別有助益。伽藍村民請問佛陀：在許多不同的宗教教義與宗教師之間，如何分辨選擇？佛陀說：他們不該盲目信仰任何一者——不論對方是他們的父母、師長，是經典書籍，甚或是佛陀——應該仔細觀察自己的體驗：何者會導至較多的貪婪、憎恨和癡迷，那就要捨棄。何者會導至較多的慈愛、慷慨、智慧、開放及平靜，那就要去培養修學。佛陀的教誨，總是鼓勵我們為自己的成長負責，並直接觀察自身經驗的本質。佛陀沒有希求名位、虛榮、或眾多的徒弟，他是被慈悲的本性所推動。

當修行漸深，我們對自己真正的本性，會達到較完滿的體證與瞭解，此時將對佛陀生起美妙的愛與尊敬。——既是作為一個歷史人物，也是作為我們每個人內在潛存佛性的基本典範。回想佛陀生命中的三大成就，對於自己有機會走上這樣一位典範所發現的道路——這條具有最大榮耀、最真實高貴的道路——將充滿深深的感激。透過念與內觀，我們可以將佛陀的歷程典範，反照在自己的生命旅途上。🏠