

談佛教的輪迴和空性觀

路易斯·蘭卡斯特

美國加州大學柏克萊分校終身榮譽教授

一、輪迴轉世

某年的一天下午，我在尼泊爾珠穆朗瑪峰附近的一個夏爾巴人小村莊裡，領悟到了轉世觀念的重要性。

村子裡有一座小型的佛教寺院，裡面有我感興趣的藏文經書。當我詢問是否可以看一看收藏在佛堂裡的經文時，寺院的管理員說這些經文是為喇嘛保管的，不對外開放。我又問，是否能見見喇嘛？本以為會聽到「他正外出旅行」的回答，沒想到，那個人說：「可以。他就在那邊的那棟房子裡。」他指了指附近的一棟房子。我走過去，迎接我的是一位抱著小孩的婦女。他們都長得非常莊嚴，而且相貌十分相似。你可能猜到了，她懷裡的孩子就是喇嘛。婦女看著男孩的眼神中混合著驕傲、崇敬和悲傷，她解釋道：「這位喇嘛來到我身邊，我必須照顧他，直到他準備好再次修鍊。」她知道，孩子五六歲的時候就會被帶走，開始以喇嘛的身分生活。

村民們興致勃勃地聚集在我們周圍，講述他們的喇嘛是如何變老和去世的事情。喇嘛去世後，他們就開始尋找他的轉世。毫無疑問，這個孩子引起了他們的注意——他的眼睛明亮，神態安詳，外表出眾。村民們認為他可能是轉世的喇嘛，於是鋪開一條毯子，把喇嘛的私人物品和同等數量的他人物品放在上面。他們把孩子放在

毯子上，仔細觀察他會被哪些物品吸引。果然，孩子拿起了幾件喇嘛的遺物並緊握不放。那一刻，村民們欣喜地知道，他們找到了喇嘛的新身。這不是一個抽象的想法，而是他們村莊一個活生生的現實，也是一個維持生活結構和宗教實踐的關鍵時刻。

我想起了曾與一位年長的蒙古喇嘛的談話。我到柏克萊分校任教時，他也在那裡。他經歷過同樣的轉世過程，包括社群對轉世靈童的尋找和確認。老喇嘛描述了自己被帶離母親送往修行寺院後，他的生活發生了什麼變化。對他而言，那是一段艱難的過程。他的老師是位年長者，並被認定是前任喇嘛大弟子的轉世，負責教導年幼的喇嘛。老師知道，這個孩子有一天會報答恩情，教導他的下一個色身。

我在柏克萊分校認識的這位老喇嘛是蒙古佛教最高級別的僧侶。在共產政權開始廢除佛教、監禁甚至殺害僧人時，成功逃離出來。他講述了自己童年的修行經歷，分享了其中的艱辛。他說，他的導師不斷向他講述前世喇嘛圓寂前所知道的事情。當年幼的他無法回答和教義有關的問題時，他的老師會大喊：「記住！記住！你曾經對這些了如指掌並教給了我。」當他調皮的時候，他們會把他放在寺院大門旁的牆邊，讓路人朝他扔東西，要求他要像前世那樣生活。對他們而言，轉世是一個活生生的現實，整個



婦女懷中的小男孩是轉世的喇嘛

社群都參與到這個過程，並努力讓他們的喇嘛重新回歸前世的智慧和行為狀態。

佛教經典詳細描述了轉世的過程。在這之前，需要先對死亡有個描述或定義，因為死亡是轉世機制必須運作的關鍵時刻。據說人在死亡之前的體驗包含五個方面（五蘊）：色（形態）、受（感受）、想（認知）、行（意志衝動）和識（意識）。它們共同構成了我們所經歷的世界。在死亡之際，五蘊中的意識，會與其他四個分離。而正是意識的作用，讓我們一刻不停地保持著連續性的感知。

對於死亡時意識的變化，佛教徒有不同的看法。有些人——主要是上座部佛教傳統的信徒——相信死亡時，意識會與人類經驗的各個方面分離，並在精子和卵子結合的那一刻，藉由與新的身體結合而轉世。形象地說，意識離開了一個具體的構造，然後又立即找到了一種新的生命形態。這個新的身體可以是任何生命形式，包括動物、昆蟲、地界靈體或天界眾生。這些可能性被分為善趣和惡趣。善趣是投生為天人和人，惡趣則是投生為動物或墮入地獄的黑暗界域。

另一個廣泛流傳的觀點是，從死亡到重新投胎需要 49 天。在這 49 天裡，意識僅以瞬間閃現的形式存在，且在中陰身階段不會造作新業而受到影響。這是東亞一帶的主流觀點。可以說，意識的傳遞機制是過去和現在生命形態之間唯一的聯繫。從一世到另一世，唯一能夠移轉的就是意識。許多佛教徒深信，現前這個被我們體驗為「自我」的身體，曾經歷了多世輪迴。然而，從佛教的角度來看，每一個意識的片刻，每一個我認為屬於「自己」的存在瞬間，都只是一系列瞬息萬變的連續過程。我此刻的身體與去年、昨天或十秒前存在的身體並不完全相同。其變化是普遍且強大的。從這個

角度來看，現在的身體與幾個世紀前存在的身體並不一樣，但是我們仍然擁有意識的體驗。而這個意識的體驗，很難被解釋為是受胎那一刻才突然出現、經驗空白的存在。其實，我們的意識在受胎時已經具有充分的本能和物理意義，科學將其解釋為 DNA（去氧核糖核酸）遺傳的延續性。我們的基因來自卵子和精子，包含了人類發展的所有藍圖。在佛教看來，我們並非生來是一張白紙，我們的意識承載著歲月的記憶。因此，所謂的輪迴最終歸結為是對意識的理解。

意識的研究已經成為心理學和物理學的一個重要課題。現在我們將意識視為信息，那這些信息是從一世遷移到另一世的嗎？「識」的梵文是「Vijñāna」，其字根「jñā」相當於英文單詞「know」（知道）。目前，我們可以將知識視為是對信息的擁有。擁有信息的方式有很多種，其中一種是透過感覺器官接收，從而產生知識。比如，我們的眼睛接收反射的光線，然後將這一刺激轉換為電流，沿著視神經傳遞到大腦，在那裡經歷進一步的變化，其中一些是化學反應，因此我們產生了一種「看見」的體驗，這就是感官接收數據後所產生的「識」，而大腦則創造出與該事件相關的經驗。如上所述，好比我們擁有一架太空望遠鏡，能夠捕捉那些始於 130 億年前的光線，這些遠古的微弱光線包含了 130 億年的信息。在望遠鏡捕捉到這些信息並將其轉換為圖像前，我們對其毫無感知，只有當影像被眼睛接收並傳遞到大腦時，才成為感官體驗。然而，不是所有信息都來自感官，我們的身體也儲藏著非感官信息。我們擁有的 DNA 與 mRNA（信使核糖核酸），是驅動身體所有細胞的力量。它包含的信息顯示了我們歷代的基因遺傳，並包括 DNA 突變所引起的變化。最近，科林·鮑威爾（Colin Powell）因新冠肺炎併發

症而去世，但他早已因多發性骨髓瘤而極度虛弱。這種疾病是由於細胞未能準確地傳遞信息所致。他的 RNA 將錯誤的信息傳遞給體細胞，導致身體產生了缺陷細胞，最終致命。這個例子說明了，細胞層面的信息傳遞是一個攸關生死的問題。

回到轉世這個話題。當我們的意識與生命體驗的其他方面分離時，會發生什麼情況？它會就此消失嗎？物理學提出了一些驚人的想法。過去人們認為，以光的形式存在的信息會被吸入黑洞，永遠無法再現。然而，現在已經知道，即使黑洞也包含著信息，並最終以輻射的方式釋放出來。信息在這種最嚴酷的考驗中得以保存，變成了暗物質，在黑洞之外不再以任何形式存在。但是，當暗物質分解時，仍會輻射出最初被吸入黑洞時相同信息的光。從這些實驗中可以看出，信息可以存在無數年，並且處於看似完全不具備我們宇宙特徵和功能的狀態中。

我們或許相信，或者不相信轉世的說法，但這並不意味著我們可以安心地認為自己完全擺脫了來自過去的信息。我們的身體不就是依賴於儲存在 DNA 中的信息而構建出來的嗎？

二、空性——並非虛無

佛教經典充滿了關於空性的敘述，這是佛教中較難理解的層面之一。我在早期的教學生涯中，曾努力尋找恰當的方式來解釋這些教義，但是常常感到力不從心。

然而，往往在我們茫然無措的時候，就會出現一位老師。

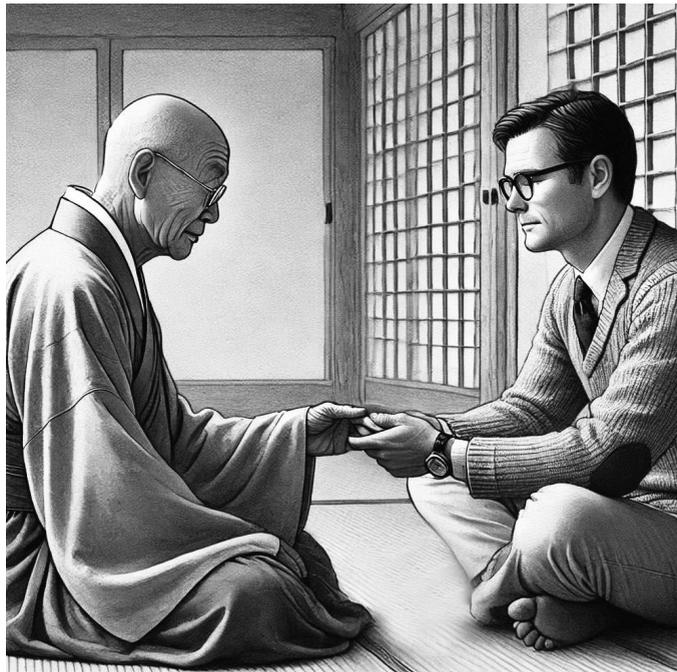
我從 1970 年代初開始探索韓國的佛教，一有機會就到韓國各地旅行考察。在一次旅行中，我訪問了韓國釜山附近的通度寺，寺內的僧侶們告訴我應該去拜訪他們宗派的一位大師。他年事已高，

不再遠行，但他的隱居地距離通度寺不遠。我設法向他傳達請求會面的消息，他回覆說同意了。

這位大師即使向世人宣布想要退隱，在寧靜的環境中安度晚年專注禪修，但他的名聲使他無法完全隱居，人們仍蜂擁而至，希望能聆聽他的教誨。由於通往隱居處的道路沒有鋪設柏油，大雨天時幾乎無法通行，因此有人在山坡上修築了一條狹窄的水泥路，作為明顯的標誌，指引人們前往大師的所在。

我走進他的房間時，他正坐在墊子上，我也拉了一張過來，坐在他腳邊。他問我是否有什麼想要或需要他的幫助。我說，我在柏克萊教導學生關於空性的概念，他們常常把我的講解理解為空性就像空間、虛無或毫無特徵。有段時間，每年總有一些學生自豪地交上一張空白的紙當作學期論文，表示他們對空性已經全盤了解，並應該得到高分。我告訴他們，白紙絕對不是對空性的正確描述，並要求他們重新寫作和研究。

坐在遠離喧囂的隱居處裡，我轉向這位老禪師，問他會如何教導這樣的學生。他彎下身子，抓住我的手，說：「讓我來教你。閉上眼睛，感受呼吸，放鬆片刻。」然後，他說：「現在張大眼睛。」當我這麼做時，他揮



老禪師教導教授體會空性

動雙手指向我們面前的房間，說：「這就是空性的樣子。它無處不在，每天都在我們周圍。告訴你的學生，《心經》教導我們『色不異空，空不異色』。」

此後，我經常透過觀察周遭環境來記住他的教導，提醒自己：我正在觀看以這些色彩、形狀和樣貌呈現的空性。

但這樣是否意味著，我們所看到的一切，都只是空性呢？佛教教導我們，要踏上覺悟之旅，必須完全理解我們的感官和大腦是如何運作的。當我看著我的房間、電腦、螢幕上的圖像時，只有在每個物體反射出來的光線傳達到我的眼睛，然後穿過水晶體，啟動視神經，視神經隨即將電流迅速傳遞到大腦，我的經驗才會產生。在大腦中，電流激發了一系列的化學反應，將化學物質散布到受體上，我才有了「看到周圍環境」的經驗。我的經驗當然不是電腦螢幕，也不是椅子，而是我大腦中的化學和電流反應，而這些經驗是空的，並沒有任何椅子、電腦螢幕……它們都不在我的腦中。

《心經》說，觀世音菩薩觀察自己的生命經驗，看到了它的空性。佛教從未說世界不存在，或者說什麼都沒有，而是說我們對世界的經驗是空性的。我們無法逃避空性，因為我們只能體驗到感官和大腦所產生的經驗，而這種經驗和我們所見、所聞、所嚐、所觸的並不相同。大腦是個奇妙的器官，它創造了「我感覺真實接觸到自己所感知的一切」的經驗，產生了一個虛擬實境，讓我們相信自己所體驗的就是事物本身。從當代科技的術語來說，可以把大腦描述為一個產生出虛擬實境的裝置，真實到讓我們相信自己與外界有直接的接觸。

我們的兒孫輩在玩虛擬實境的電腦遊戲時，都知道這是建構出來的體驗。在遊戲中，他們可能經歷到軍隊和外星人激烈交戰，賽

車在賽道上競速狂飆，這些都以三 D 形式呈現，甚至可以像觀察真實戰場或事件一樣生動。但遊戲玩家知道這只是遊戲，比起在沒有電腦遊戲和虛擬實境頭盔下長大的我們這一代，他們更清楚這一點。許多花數小時沉浸於遊戲的人，漸漸習慣那些與自己實際分離但又立體且生動的場景。那位韓國的老禪師提醒我，我們的大腦構建了我們所體驗的影像，即使這些影像只是卡通般的形象，卻被塑造得栩栩如生，以至於我們需要經過一番說服，才能認識到它們的空性。從某種意義上來說，我們從出生的那一刻起，就參與了一場虛擬實境遊戲。

拜訪了韓國老禪師後，我回到柏克萊校園，決定向生物系的同事請教。於是，我打了一通電話到生物系，請祕書幫忙聯絡任何一位研究感知的教職員。出乎意料的，她立即回答說：「我正好有合適的人選。」

祕書推薦給我的研究員，多年來一直在研究兔子聞到食物時大腦中發生的物理反應。我聯絡了他。他已經在這個研究領域耕耘 20 年，並找到當食物氣味吹進籠子時，兔子大腦中會被啟動的特定細胞。我向他講述了五世紀印度比丘陳那弘揚的佛法。陳那主張，獲得有效知識的途徑只有兩種：一是感官器官的衝動觸發了大腦反應的瞬間事件，這構成最初的知覺經驗；其二，隨後，大腦構建出思惟，為我們提供對世界的認知。我接著說，這些由思想建構的認知被認為是空性的，與刺激它們的事無關。因此，佛法教導我們，所有的感官經驗都是空的。

他聽後有些驚訝。我不確定他會如何回應這個來自印度幾世紀前的簡短資訊。幸好他對這個概念抱持開放態度，並向我描述了他的研究成果。把食物氣味吹進籠子裡，實驗的兔子從鼻子接收到

「有食物」的信息後，只要推動一個面板，就會有一些食物釋放給牠們。在這個過程中他發現到，兔子大腦中接收來自鼻子刺激的細胞僅活躍不到兩秒鐘，之後，兔子便不再需要依靠鼻子來獲取更多信息，牠們只須推動面板，接收食物，並運用大腦的各個部分來完成進食。他的發現對大腦科學是一大貢獻。他開玩笑地說，研究這個過程的時間越久，他發現兔子依賴嗅覺的時間就越短。我想，韓國老禪師念誦《心經》中「色、聲、香、味、觸、法皆空」的這段經文，可以對應到：兔子只需要一毫秒的刺激，之後牠們對這一瞬間刺激的所有反應，都只基於牠們內在的心理建構。

人們常問我：「如果這是真的，那麼這樣的資訊有什麼意義？它可能影響我的日常生活嗎？」我以看牙醫做根管治療的例子來說明。若是沒有某種控制的方法，這種手術可能帶來的疼痛讓人無法想像，所幸有麻醉劑可以注射到組織中，阻斷任何信號傳達到大腦。如果信號無法刺激大腦，那麼即使牙齒被切割、敲碎、拔除，我們也不會感到疼痛。但是，痛的不是牙齒嗎？難道那顆牙齒不是真實的，疼痛不存在於其中？答案是否定的。牙齒本身並不會痛。麻醉藥物是一種神經阻斷劑，所以失去感覺是關於信息傳遞、大腦處理資訊的問題。好比你可以將眼球從眼窩中挖出來放在桌子上，但它無法「看到」任何東西。這不禁讓人想起一個古老的提問：「當幡在風中飄動時，是幡動？還是風動？」答：「都不是，是心在動。」那麼，牙齒會痛嗎？不會！只有當來自牙齒的訊息傳送到大腦產生心理建構，才會讓我們體驗到「痛」。

佛陀曾拒絕回答某些提問，所以反對者有時會以此作為理據，認為佛陀並非無所不知。為什麼佛法很難明確地給出某些答案呢？我們從法庭上的審問笑話中可知，有一種提問，它的任何答案都是

自打嘴巴。比如，「你還在打你的狗嗎？」無論我們如何誠實地回答「否」或「是」都會陷入困境，因為這個問題本身就是個陷阱。在佛教經典中，對於這類問題通常是不予回應的，比如：死後我會去天堂還是淨土？無論如何回答，都暗示著有一個恆常持久的「我」存在；但問題的核心不在於是否會去淨土，而在於「自我」的這一概念。

那麼，在身體死亡的那一刻，「自我」又是什麼呢？我們可以先試著了解當下「自我」的實相：我如何從這一秒存在到下一秒的？

唐朝女皇武則天曾召見一位備受尊敬的高僧，請他解釋佛教中關於「無常」和「無我」的概念。她坦承，她無法將自己多年的生命經歷與無我的觀念相結合。我們可以想像，這位高僧面臨了多大的壓力——該如何用短短幾句話，向女皇講解如此複雜的問題？他認為僅用語言是無法回答的。於是，他在武則天面前排列了 100 支蠟燭，接著點燃第一根蠟燭，用它來點燃第二根，然後吹滅第一根的火焰。就這樣，一根接一根地依次點燃，每次都用前一根蠟燭的火焰來點燃下一根，然後吹滅前一根的火焰。

點燃第 100 根蠟燭後，他把那根燃燒的蠟燭帶到武則天面前，問她這火焰和最初點燃的那根蠟燭的火焰是否一樣。她回答說：不一樣。高僧接著說，傳遞火焰的過程，就像我們所經歷的每一個瞬間。我們的生命是由一連串相互關聯但又各自獨立的瞬間組成，沒有任何事物能夠保持永恆不變。

當問到「我會往生淨土嗎？」這個問題時，我們對「我」的概念是什麼？任何暗示有一個「永久恆常的我」能跨越死亡並延續到未來的答案，都違背了佛教「無我」的教義，因為沒有任何「自我」能持續超過一毫秒。如果我們認知到此生中，「自我」每一剎那都

在改變，那麼對於死亡後的「我」會怎樣的任何概念，實際上也是相同的。

在《般若經》中，佛陀告訴須菩提，要把這種智慧教給那些追求圓滿覺悟的菩薩。佛陀想藉此考驗須菩提對人類生存現況的看法。須菩提答道：「我沒有看到任何可以稱為『菩薩』的東西，也找不到可以識別為『般若波羅蜜多』的東西……我要如何教導呢？」須菩提完美地通過了考驗。他的回答體現了佛教的核心教義：沒有任何東西具有恆常存在的本質，一切都是瞬息萬變，從一個瞬間到下一個瞬間的變化都是完全和徹底的。

經文中描述了輪迴，但「重生」的「我」與前世的「我」並不相同。如同那位高僧告訴武則天的，這是一個因果相續的過程，沒有永久的「自我」能夠存活於死亡之後，就像現在我跟你們說話的當下，也沒有一個永恆的「自我」存在。

還有另一個問題——「殺害一個虛構的人是否會產生惡業？」或許我們可以換個說法：「如果我對他人的體驗僅限於內在的心理建構，那麼倫理和道德行為如何立足？」難道，這些「他人」都只是心理建構嗎？

多年前我讀過一個故事，至今仍讓我心有餘悸。故事背景設定在一個社會凝聚力開始瓦解的未來世界。城市面臨了一個重大問題：高樓大廈裡的狙擊手隨機射擊街上的無辜民眾。故事裡的男主角對此深感憤怒。有一天，他目睹了一個人在他居住的建築外被槍殺。第二天報紙刊登了死者的照片，就在男主角看照片時，照片突然變大，隨後分解消失，他發現，這張照片最後成為一堆黑白的點。他走到窗邊看著城市，同樣的現象又發生了，他眼中的街道和建築物放大了，最終顯現為一堆彩色的點。



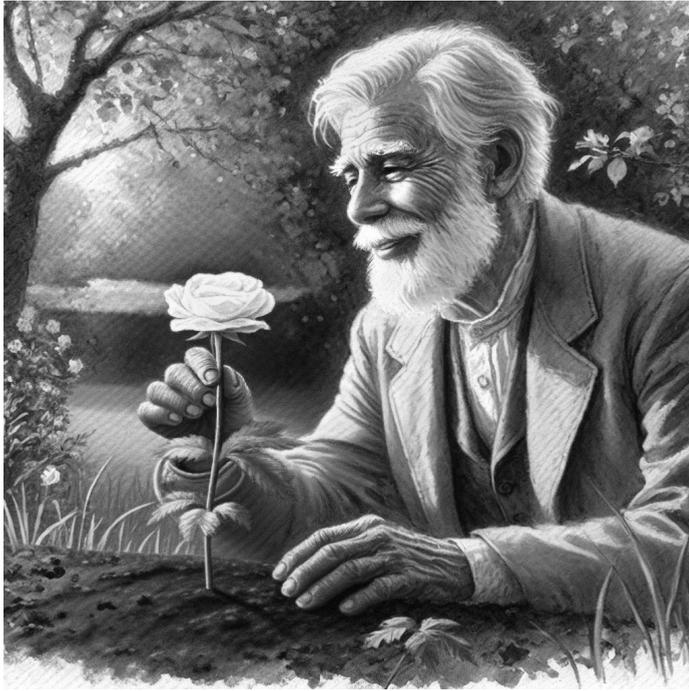
男子眼前的建築變成了彩色的點

第一次聽到這個故事時，我深感震撼，它與佛教教義竟如此相近，亦即：我們所感知的一切都是空的，沒有任何實質的感官對象。然而，男主角並非是開悟的人，這種心理經驗的構建是空性的見解，將他導向幻滅。他開始輕蔑自己過去的想法，如果一切都只是彩色的點，那就沒有什麼可以依賴的，沒有什麼可以得到的，也沒有什麼需要關心的。然後，他走到壁櫥，拿出一支步槍，開始掃射街上的行人。他成為了自己最厭惡的那種人——一名狙擊手。他最終覺得，如果世界與他所想的不同，一切都只是彩色的點，那麼他的行為沒有什麼大不了的。菩薩和佛陀深知，對他人的體驗是一種不包含他人任何實質元素的建構。那麼問題來了：是否有可能教導一個虛構的人？為什麼要這樣做？這有什麼意義嗎？佛教經典告訴我們，覺悟者即使完全理解對他人的感知經驗是空性的，他們仍然會教導他人。我們或許可以像故事中的男主角一樣，把它看作是一種愚蠢的行為，覺得在我們大腦中呈現為「他人」的彩色點上浪費

時間毫無意義；然而，在閱讀或觀賞影片時，我們卻堅信體驗這些虛構的重要性。觀看電影時，實際上只是許多彩色的點流入我們的視野，這些畫面是被創造出來的虛構世界，但我們對裡面所描繪的人物的同情卻可能無比深切。當劇情觸動我們的同理心時，我們會因為共鳴而流淚；看到劇中人運用洞察力和智慧化險為夷，最終走向幸福，我們會感到歡欣。為什麼我們會在虛構的故事中，投入這麼多情感呢？

我認為，佛教經典不斷傳達和提醒世人一個信息：我們擁有的只是感官和心理經驗，這些經驗充滿形式、形狀、顏色、疼痛和喜悅的感受。如果我們認為這些體驗毫無意義，沒有任何道德或情感需求而轉身拒絕，那麼我們就會進入一種冷漠、缺乏悲心和憤怒的苦難之中。這種對經驗的拒絕，會導致對存在的無助感，最終將不可避免地帶來精神上的極度抑鬱。佛教的經典描述了另一種相反的回應，即：平靜地接受經驗的本質，真正認知正在發生的事情，不讓它成為痛苦的根源。事實上，憑藉這樣的洞察力，我們可以獲得比以往更滿足的愉悅和快樂。畢竟，如果我們可以觀看一部明知是虛構的電影，卻投入其中又哭又笑，為什麼不能用同樣的態度去對待每個當下的感官經驗呢？

我每天散步時，都會路過一些美麗的景觀，比如一朵潔白精緻的白玫瑰、一棵像雕塑般矗立的樹，以及一種低矮的地被植物，上面開滿了比任何大型植物都更鮮豔的小花。我可以接受我所經歷的只是我的感官向大腦傳遞的刺激，但這並不妨礙我沉醉在這些體驗中，欣賞由大腦將彩色點建構成我所感知的「花朵」。當我明白我所體驗的是空無實體的事物時，這種認知不但沒有讓我喪失情感和享受，反而以一種令人驚訝的方式，增強我對周圍世界的欣賞。我



對空性有正確的理解，可以讓人更好地欣賞周遭的事物。

不禁想對那朵白玫瑰說：我知道我只能通過大腦的化學反應感知到你，但如果你就像我所體驗的那樣，你真的很美。

生命的奇蹟在於我有一個心理建構，有無窮無盡、各種各樣能啟發我的影像，可以在體驗家人和朋友以及無盡的形狀和顏色中，感受到洋溢的喜悅。偶爾，我會有美好的體驗時刻，在那一刻，「空」不是「沒有」，而是「一切」。（李苑嫣譯）

