

靈性的物質化

(Spiritual Materialism)

Chogyam-Trunpa 著
李豐斌 譯

本文作者創巴仁波切 (Chogyam-Trunpa Rinpoche) 是西藏佛教噶舉派 (Kagyuu) 和寧瑪派 (Nyingma) 的傳承者。一九五九年中共入侵西藏時，創巴仁波切流亡印度，並奉達賴喇嘛之命擔任喇嘛學校的精神導師。他是位廣受敬仰的上師，而且已在美國、加拿大、歐洲各地創設一百多處道場，指導人們修學佛法。本文是他的演講集——Cutting Through Spiritual Materialism 中的一篇講

辭，在書中他開示學員，修行有許多岔路，若不仔細析辨，很容易誤入自我欺瞞的歧途，自以為在開拓我們的心靈，但實際上卻是利用修行的技巧在增加自我為中心的觀念，這一根本上的扭曲可稱為——靈修的物質主義。本文即針對此一主題闡述，頗值得有心走上修行之路的人參考借鏡。(編者按)

「自我合理化」的假面具

我們來此的目的是要學習獲取靈性 (spirituality)。我堅信此一追求的動機是絕對崇高的，但是，我們卻必須對它提出質疑。問題是在於「自我」(ego) 會將任何事物轉變為一己之用，並且應用靈性的學說，以求取一己的利益。靈性的學說會被視為一種外在的事物——在我身外的事物，一種我們試圖加以模仿的哲學。我們並未真正地與教

理融為一體，或化成教理本身。因此，當我們的教師談到揚棄自我，我們就試著去模仿揚棄自我。我們行禮如儀，依樣畫葫蘆；但事實上，我們卻不願意捨棄絲毫的生活態度。我們成爲技巧純熟的演員，裝模作樣，無視於教理的眞義，而在假裝修道的過程中找到慰藉。

一旦我們開始感覺到，我們的言行與理知之間有矛盾時，我們會立即對這類情況加以巧釋，把衝突粉飾過去。

這個詮釋者 (the interpreter) 就是裝扮成靈性導師的自我。這情形正如一個政治與宗教分離的國家一樣，每當國家的政策與教會的教義大相逕庭時，國王下意識的反應一定是去找教會的領袖，也就是他的靈性導師，去向他祈求祝福。於是教會的領袖就研究出一套合理化的解釋，然後藉著國王乃信仰之保護者的名義，賜福予國王的施政。在個人心靈中，情形與此頗為相符，自我就是國王，同時也是教會領袖。

我們若真有心要體驗真理，必須先斬斷性靈之道與個人行動之間的合理化。但是，此類合理化卻不容易對治，因為每一件事物都已透過自我哲學和邏輯的過濾機轉，使一切看起來都井然有序、精確，而且非常合邏輯，我們試圖為每一個問題找到一個自我滿足的答案。為了向我們自己提出再保證，我們將生活中可能迷惑自己的那部份都設法鑲嵌到我們的理智架構中。同時，我們的努力也是嚴肅、莊重、直入核心、誠摯的，以致於外人很難會懷疑，我們總是信賴這位靈性導師的廉正。

靈修就是要從自我的束縛中解脫出來

很重要的一點是：要看清楚在做任何靈性的修習時，都是要從自我的束縛中解脫出來。這意思是說自我經常具有一種欲望，欲獲致更近靈性、更超脫 (more transcen-

至於我們是透過什麼而獲致「自我合理化」(self-justification) 則無所謂，聖典的智慧，圖示或圖表，數學公式、神秘的作法、基本教義、深層心理學，或其它任何方式都無關緊要。每當我們作價值判斷：下決定不應該做這事或那事的時候，我們已經將自己的行為或知識分類為不同的範疇 (categories)，每一範疇互相對立，這就是精神的物質化，就是我們虛偽的靈性導師。每當我興起一種二元性質的意念：「我正在修行，因為我要契入一種特殊的意識狀態，一種特殊的境界」，此時我們就已自動地與自己的實相分開。

假如我們問自己：「作價值判斷、選擇立場有何不對？」答案是：當我們在作次級判斷：「我應當這麼做，而不應當那麼做」，此時已進入一個複雜的層次，而遠離「我們本來面目」的單純狀態。靜坐的單純性是指體驗自我的原始本能。除了這一層次外，若還有其他事物附加到我們的心理上，則此類事物就會變成一副非常厚重的面具，或像一副盔甲。

dental) 的知識、宗教信仰、美德、判斷，或是任何自我所特別要追求之物——我們必須從這裡面踏出來，從靈性的物質化中走出來。我們若不這樣做，或反而去實行它，則

最後會發現，我們只是擁有一大堆靈修的道路 (spiritual paths)。也許我們會覺得，這些有關靈修的搜集非常珍貴，我們已作了如此多的研究。我們或許已經研究了西方或東方哲學，或許也學習了瑜伽，或許也會在數十位大師門下執弟子之禮。我們已經有了成就，我們也有了淵博的學識，我們相信自己已經累積了如汗牛充棟般的知識。但即使是曾經歷這一切，仍然有一些必須揚棄的。這真是令人難以理解！怎麼會如此呢？不可能！但很不幸地，事實確是如此。我們浩繁的知識和累積的經驗，只不過是自我所展現的一部份，只是自我華麗本性的一部份。我們把它們向世界展示，從而再度向自己保證：我們是做過「靈修」的人，也以這樣的方式存在，我們感覺到安全無虞。

然而，我們卻只是創造了一間店面，一家古董店。我們可能專精於東方的古董或中古基督教的古董，或者任一文明時期的古董，儘管如此，我們仍然是在經營商店。我們還沒有將如此多的物品塞到店裡之前，房間是美麗的：粉白的牆壁和簡單的地板，天花板上掛著一盞鮮亮的燈，在這房間中央有一件非常美麗的藝術品。每一位來訪的人都欣賞它的美麗，包括我們自己在內。

但我們並不滿意，而且還想：「既然這古董能使房子變得如此漂亮，那麼，假如我再多弄些古董，我的房間一

定會顯得更漂亮。」於是我們開始去搜集，結果卻弄得一團糟。

我們在世界各處——印度、日本以及許多不同的國家尋找美麗的物品。因為一次我們都只能處理一件物品，所以每次我們只發現一件古董，我們覺得它很美麗，並且認為它若放在我們的店裡也會一樣美麗。但是當我們把它帶回來，並放在店裡，它只是變成我們那堆破爛收藏品中的另一件而已。這件古董的美麗不再光耀四方，因為它的旁邊圍繞著如此多美麗的物品，它不再代表任何意義。我們營造出來的並不是一間充滿了古董的房間，而是一間舊貨店。

真正合宜的選貨並不是搜集一大堆訊息或美物，它應當代表真正完全地去品味玩賞每一件物品，這點非常重要。假如你真正在品鑑一件美麗的物品，你會完全融入那物品中而忘我。這就好像在看一部很有趣、很吸引人的電影，而忘了自己是觀眾一樣。在那當下，整個世界消失了，你整個生命唯有那幕電影。我所指的正是那種認同感，那種「物我合一，渾然忘我」的境界。我們是不是真正品嚐了那件美麗的物品——那個關於靈性的教誨？慢慢咀嚼，然後細心緩慢地將它嚥下去；抑或是我們僅僅將它視為我們那堆巨大、而且不斷增加的收藏品中的一部份？

(下期待續)