

【森林法音】

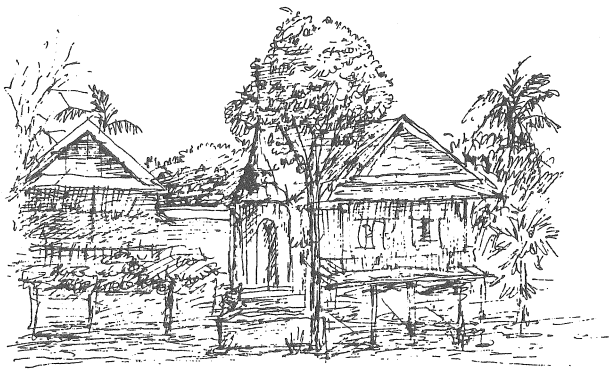
解脫自在園十年(一)

佛使比丘 著

香光書鄉編輯組 譯

一九四三年，素叻他尼府猜耶縣本里安鎮

大約一九三一年底，當我還在曼谷讀書時，我與弟弟法使居士（註一）的信件往來頻繁，信中我們一直討論如何盡最大的力量來進行並提昇禪修中心的志業。那年年底，我們就決定在一個隱密的地方設立禪修中心，供所有想加強禪修的比丘或沙彌使用，這當然包括我自己以內。我們希望在這佛教世紀的中期，能為佛法的發揚光大盡一份力量。我們都認為猜耶縣是個適合修法的場所，因為已找不到更合適的處所，雖然它並無幽美的洞穴或高山等天然風景的襯托。由於資源有限，我們將以現有資源能做的事，但是若有更具力量的人模仿我們的工作，他們就可以有所依循並協



助弘揚這工作。希望這項工作至少能夠引起佛教徒的注意或思維，使他們對禪修中心的推廣產生興趣，或使他們本身更喜歡修法，我相信即使我們只扮演鼓舞的角色，也是非常功德的。達成了以上的共識後，我在一九三一年底，終於離開了曼谷。

本里安鎮邁寺是我住的第一個僧院，我在那兒待了一個月，後來我們

找到一個所能找到最好的地方，四五個好友便在那兒搭了一個茅屋。如果我沒記錯，我是在一九三二年五月十二日左右搬進去的，而六月時，泰國政府體制由完全的君主政體變為半君主的民主政治，所以解脫自在園的創始日期恰可以用一句很短的話來記憶——「與政治體系變革同一年」。我們認為這個巧合對我們搬進新的地方是一個很好的徵兆，藉此我們希望盡最大的努力修正及改進許多事。

也許，當讀者進一步知道解脫自在園前兩年的事務幾乎都是我一個人在進行時，會感到訝異，因為那期間解脫自在園沒有其他人，只有我一個人在那裡。當時，別的府縣沒有人

知道「解脫自在園」的存在，因此後來的第二年開始發行《佛教》期刊（Buddhasāna），一直到第三年才有比丘及沙彌訪問此地，也就是說不論結夏安居與否，我一個人在那兒獨自待了兩年。

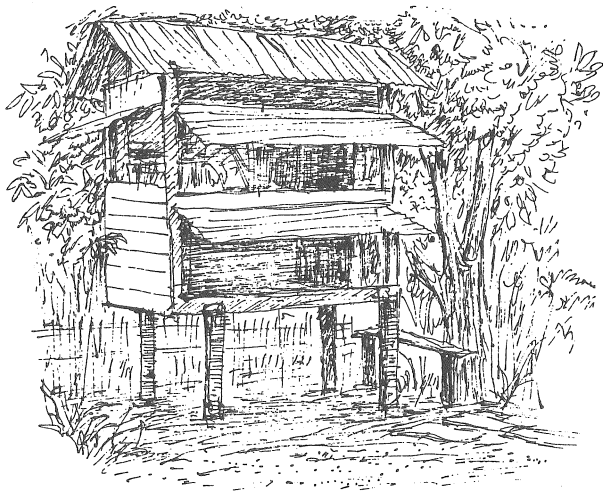
解脫自在園的創立與我在那兒獨修，只有幾個志同道合的人知道，當地的居民，尤其是離解脫自在園最近的泰國回教徒，大部分都不明白我們的用意，某些人可能就自己猜想我們要說什麼。在那兒的最初幾天，當我早上出去托鉢時，他們的小孩會跑開而且很激動的大叫：「瘋和尚來了！瘋和尚來了！」他們認為我有精神病，被拘禁在這荒廢的廟宇接受治療，因此，他們必須對我加以防範。許多個月後這種誤會仍然無法解除。

這件事很好玩，但也同時證明其他人對我們真正志業的疑惑。當法施社的活動在全國性的報紙被刊登後，許多人對我們有很深的誤會，認為我們是以宗教為幌子暗中進行利益之事。也有許多人認為我們造成了比丘及

沙彌的困擾，因為我們洩漏了很多法師認為不應該給信徒知道的訊息。更有些人寫匿名信給長老，煽動他們對我們產生誤解，甚至痛恨我們，幸好長老們善意的告訴我們關於這些信的事，並讓我們知道他們真正的想法。大約花了十年的時間，才使各方面有了相互的瞭解。但這並不表示一開始就沒有人支持我們，事實上有許多人在大力支持，他們欽慕的信件多得無法全部保存下來。

我之所以花這麼多時間來談這件事，是想說明：任何不尋常的運動，不論其推動者的權勢和影響力如何，自然會在某方面被悲觀的認定。與有影響力改革者不同的是，那些不同意的人，不敢當面站出來表達看法。因此有心致力於改革、修正或改進的人，不必在意那些誤會的人的惡意毀謗，因為世界上必然會有這種人存在，而應真誠地行動，結果就會得到真誠的回報。我們事先就有心理準備，因此不介意這些事件，令我們感到有趣的是，它們果實在意料中發生了，也

因此我們似乎變成了道地的神算者。起初我在解脫自在園所住的地方，只是一個有泥土地、茅草頂、鐵牆的小茅舍，佔地大約三、四個擔架寬，它的旁邊是一間鍍鋅的小鐵皮屋，用來供奉一尊大佛像，以前這間小鐵皮屋並沒有牆壁，它曾經是一間破舊不堪、供奉佛陀的布薩堂（註二）。這間寺至少已八十年無人看管，茂密成蔭的老樹枝桠掙掙地伸展，已侵佔到寺的周界。除了我的小茅舍，及這



間供奉佛陀的小屋外，外面就是一片幽密的森林了。在我來以前，這是一個可怕的無人地，許多大男人因害怕鬼神或精魅，即使大白天也不敢來到這兒，這裡到處遍布大樹及爬藤類植物。附近除了五百米外一座供我取水的破舊石井外，其餘都是天然的景物。

這是解脫自在園最初兩年的素描，與現在印行在《佛教》期刊上的照片，或你目前親自造訪所見的景象完全不同。老實說，我較喜歡當時的解脫自在園，它所給予我的助益，是目前這種開墾過的、清潔又舒適的居所無法提供的。有志於進行心靈訓練的人，應該記住這一點。因此我將對解脫自在園前幾年的情形多介紹一些，以供有志於進行心靈訓練的修行者參考。

佛陀在巴利文經典怖駭經（*Bhayabherava Sutta*）中所述一切有關恐怖的事，我都曾有深刻的體驗。這是因為我和大多數的讀者一樣，對森林並不像生於斯、長於斯的人一

樣熟悉，所以即使我曾經研讀怖駭經，一旦獨居於如此幽僻的地方，仍然禁不住地害怕。怖駭經的部份經文如下：【譯註】

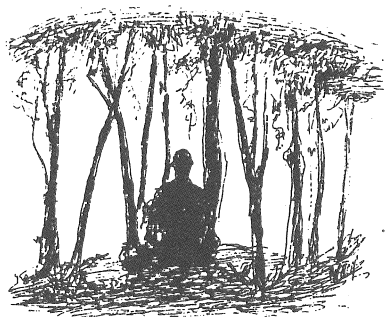
……森林中的寂靜處是難以適應的。寂靜是很難達到的境界，大多數獨處的時刻也不是愉快的，森林似乎會使還沒有達到三摩地（*samādhi*）境界的比丘心神不安……

婆羅門，我突然興起一個念頭，認為半月半月的初八、十四、十五日晚上應該掛單於神聖的寺院（*dharmāraṇa*）、神聖的叢林、神聖的樹下或任何足以使人毛骨悚然的地方，也許我可以因此捕捉到恐懼害怕的真實化身。婆羅門，我曾在那些特定的夜晚中住過那樣的地方。

婆羅門，當我住在那樣的地方，一隻孔雀把枯枝從樹上掃落，風吹落岩屑、樹枝或樹葉時，我都受到驚嚇，並瞭解什麼是恐懼，後來我更進一步想：為什麼我會對自己的驚嚇感到苦惱，我決定停止這種驚嚇，其方法是當意外驚嚇發生時，保持原來的姿

勢不變。

婆羅門，如果我在經行時受到驚嚇，我強迫自己繼續經行，以抵抗所受的驚嚇，在那段時間我從不站立、坐下、臥倒；如果我在站立時受到驚嚇，我強迫自己繼續站立，以抵抗所受的驚嚇，在那段時間我從不經行、坐下、臥倒；如果我在打坐時受到驚嚇，我強迫自己繼續打坐，以抵抗所受的驚嚇，在那段時間我從不經行、站立、臥倒；如果我在躺臥時受到驚嚇，我強迫自己繼續躺臥，以抵抗所受的驚嚇，在那段時間我從不經行、站立、坐下……



以上經文足以說明對抗人類本能的恐懼是多麼困難。我還在曼谷時曾經擬定如何對抗恐懼的原則，後來證明是無效的，因為對抗恐懼不在原則的多少，最重要的是意志力、覺察的速度和對情況是否熟悉。

在寂靜的夜晚，獨處於隱僻處的滋味，實在無法用語言敘述清楚，也無法向一個不曾居住於森林中隱僻小屋的人說明。一旦你意識到將獨處於沒有任何庇護的地方時，似乎立刻就有一股力量把你的意志攫走，所以當突然的干擾或喧囂第一次發生時，你會無法避免地受到驚嚇。但是，隨著個人意志力的增強、覺察速度的加快及對情況較熟悉後，所有的意外將漸漸化為平常，而無所恐懼。

因此，你必須給自己最少七天的時間練習對抗恐懼，直到有滿意的結果。

有幾天清晨，我外出托鉢，走在臨近大池塘的草間小徑途中，曾經停步等一隻公水獺，牠在沙堆中打滾並不時立足起來窺視我，直到牠離開後



，我才再繼續上路。因為那隻公水獺距離我大約只有八、九公尺遠，牠的頭高高抬起，可到我胸部的高度，牠立足起來窺視我的姿態，就像在向我要挑戰要進行一場搏鬥，我與大多數讀者一樣，從來沒有面對這種困難的經驗。此外，我正處於遵循佛陀教誨以進行自我訓練的最初階段，根據佛陀的教誨，人不應該與敵人對抗，同時也不應該保護自己，更不可以被驚嚇中逃走或退縮，在這種情況之下，讀者可以想像，我除了靜靜站住，等牠離去外，還能做什麼呢！

另有一件事也非常奇妙，那就是好樂對知識進行研究和驗證，因為很多時候，它給我很大的慰藉。如果我的身心正處於意志堅強而醒覺的狀況，我喜歡做一些實驗，有時甚至幻想

被老虎或蛇咬到、被鬼追趕，或者邀請惡魔來與我交談，因為這樣做，我就有機會研究他們，同時也可以測試自己的意志力。

但是，幸運之神似乎不會眷顧我，驚嚇實際上是無謂的幻覺，而且被驚嚇也說明我的愚癡。因此，如果我們自己有足夠的智慧或理性保護自己，我們就可以期望獲得安全，並且擁有更深入研究的機會。

無論如何，一向令人恐懼的事將會變得稀鬆平常，有時甚至有趣。漸漸地，我們將發現自己幾乎脫胎換骨，我們越精進，驚嚇對修行所造成的障礙就越脆弱。最後，障礙會消失，這時我們就可以在寂靜的深夜裡獨坐於曠野，除衣服以外，沒有任何的保護，並且能隨心所欲集中精神於自我訓練。

以前我認為獨坐在隱僻的地方時，可以靠圍牆或傘之類的保護來減輕焦慮，但是，此時我必須告訴每位學習自我訓練的人，千萬不要這麼做，因為一這麼做，你的心將無法得到真

正的解脫。相反地，你仍會焦慮，並且培養不出足夠的意志力，以後一旦沒有這些外在保護的工具，你仍會重陷凡夫的恐懼之中。

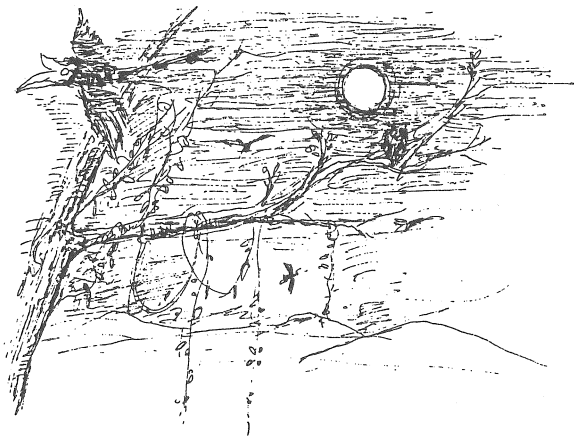
中午時，森林又回復自然的寧靜。鴉鵂似乎有發出休息訊號的責任，在牠的叫囂聲中，所有的鳥都停棲於樹幹上，有的甚至打起盹來，松鼠不再跳來跳去，野禽在他們的坑洞中藏起來，小動物也躲起來休息；他們有的已經吃完早餐，有的是害怕中午炙熱的陽光。寂靜因此籠罩整個森林，



有時甚至沒有一絲風，一片沈寂的氣氛就像是在深夜中。此刻不在中午進第二餐的比丘就有另一段祥和時光了。隱居於森林若無法習慣於自然界這樣的規律，實在是一項恥辱。

有時，正當我們的身心處在寧靜的境界時，森林中會突然騷動。我曾經注意到這是危險即將來臨的警訊，因為鴉鵂還沒有發出午後的訊息，所以這種喧囂不是由於動物從午休中甦醒過來，而是真的有了危險——一些大鷹在天空盤旋，只要這些大鷹還在附近，森林裡的動物就不停地大聲嘶叫。當時解脫自在園境內，大約有四十隻以上的松鼠和數不盡的小鳥，這些小鳥和一大群偶爾棲息的野禽，會不約而同地聯合起來，大聲嘶叫，彼此警告，叫聲聽起來似乎在哀求援救，也使不曾聽過的人為之悚然。

如果沒有上述的意外發生，森林會一直保持寂靜直到午後，這時鴉鵂將再次發出訊息，所有的動物一隻接著一隻甦醒過來，叢林又恢復原來的生機。



某日深夜，明月高掛，我突然被鄰近短促而尖銳的聲音吵醒，一面仔細聆聽，一面慢慢坐起來，推開窗戶，往聲音的方向看去，發現屋外七八公尺遠的地方，有四隻野豬一起在吃東西，那時我一點也不驚慌，反而有一絲喜悅：他們一定就是某個清晨我推開房門時，吵吵雜雜跑入叢林的那群野豬。老友重逢的感覺真好！

在傍晚時分，即使是一隻麋鹿帶著牠的小鹿，一隻鸛鵂和尾隨在牠身後的幼鳥，都顯得非常可愛；有些鳥

唱起歌來讓人以為牠們白天或夜晚都出現；有些鳥則美得叫人不敢相信牠們是神創造的。夜晚下雨時，出現最多的就是地洞裡的毒蛇，被這些蛇咬到的人，腳會劇痛、腐爛，甚至腳趾脫落，但每晚最多的還是蚊子。以上這些自然環境給我許多永不厭倦的教誨。

早期在我離開村莊生活，隱居於森林的日子裡，所有的事情都讓我沉思，這些新的感覺多到無法一一寫下來。而那些具有深刻意涵與難題的情景，只有未經人為改變的大自然才能提供。隨著歲月的流逝，解脫自在園一點一滴地改變，多年來形成的變異，已無法重現當年給我許多痛苦教誨的原始風貌。今日解脫自在園的周遭環境涼爽舒適，但已不能回復往日的景況，幾乎無法給學習自然的人任何激發思考的教誨，然而這也是因為我們學習其他事務，而取代了向大自然學習的機會。

晚上，是不是所有的生物都睡覺呢？絕對不是！由學習自然，我們會

發現夜晚竟是整個世界最活躍的時刻，那是非常微妙的清醒狀態。

我發現幾乎所有的動物在夜裡都是清醒的，並且工作忙碌、喧囂，不下於白天。只有世俗的人類與某些動物才會昏睡。對修法的人而言，夜晚的心靈最清醒，因為白天煩惱瑣事總是干擾心靈，無法絕對安寧，到了夜晚，一切俗事已了，生機再現，心靈也比白天更清醒，因此內心充滿著能看清事物的光明，也喚起了活力。他們的身體也許入睡了，但心靈總是醒著的，隨時準備觀察萬物實相，而且不會覺得疲倦。相反地，白天有各種工作要做，有客人要招待，還要幫助別人，由此所產生的疲憊感會使人頭昏腦脹，身體虛弱，並且心智遲鈍，就像昏睡一般，這與深夜時分的寧靜大不相同。

因此，我有一個看法：「法」不像世俗界一樣在夜晚入睡，卻在許多方面與世俗界正好相反。事實上，有些小動物在夜晚保持清醒，並且活力充沛。舉例來說，白蟻就在晚上走得

比較快，至於白蟻是否屬於「法」的動物，則不得而知，不過可以確定的是：世俗的人既不在白天清醒時擁有「法」，也無法在夜晚保持清醒，這也許是人類渴望永久和平，而世界上卻始終缺乏和平的原因。

【註釋】

(註一) 法使居士 (Mr. Dharmadasa Bani) 即是作者的弟弟，為了使佛使比丘能繼續當出家人，他中途輟學幫忙家裡的店業。見附錄，作者的信。

(註二) 布薩堂 (Upasathagara) 即是說戒堂，是比丘舉行重要會議和儀式的主要場所，例如半月一次的誦戒和受戒的儀式等。

【譯註】請參閱《南傳大藏經·中部經典》第四怖駭經。

【附錄】

以下內容節錄自佛使比丘寫給弟弟法使居士的信：

「……我無法向你確定我的歸期，不過我已經毅然改變原來的主意，這是因為我幸運地發現一些好的經文，它們幫助我斷然決定離開一度認為適合停留的曼谷，而這將是最後一次。我希望找到一個遠離外在與內在干擾的修行場所，讓我詳細驗證曾經學

習過的佛法課題，並且希望對佛法多些瞭解。一旦完成，思緒將重新釐清，同時找到足夠的佛法原則，來證明我的研究未誤入歧途，我會把喜愛並且隨身攜帶的經典完全捨棄。屆時，我將擁有光明自由的生命，並且追求清淨和真理。此刻，我不知道將會停留何處，如果我連最基本的東西也無法獨自找到，我想我會和以理性研究學習的人交往，譬如印度的瑜伽行者。基於這種想法，我正在找一個修行場所好讓我短暫停留並且整理教典約五、六個月……

我現在要說一件稱得上無價的幸運之事。我認識一位朋友，不經討論，他就能分享我對生命的看法，我們對未來的志業有相同的意向，此刻，我們有相同的身份與思想，而且如果更幸運的話，我們甚至可以一起奮鬥。

我們完全確定在曼谷不可能找到清淨，誤入摻雜名位的教理學習反而使我們因禍得福，讓我們察覺到已經走錯了一步。如果沒有即刻發現這項錯誤，我們也許會錯得更多，到時候就很難全身而退了，就像有些人所經歷到的一樣。由於知道走錯了，我們才找到步向正道的解決方法。

打從出生到有這種感觸之前，我

們一直與世浮沈，從今以後，我不但不隨波逐流，並且要遠離世俗，以尋求清淨並跟隨我們最後才發現的聖人足跡。如果我們仍然執意隨世俗流，那麼離佛法真理會越來越遠，即使再生千百次也追不上。現在我們再也不隨俗了，只有色身依靠世俗以外，精神方面將儘量超越世俗，如此，才能立即達到清淨。

我們也發現對親友和信徒的關心，會破壞安樂和清淨的追尋。而我們正決心要找到這種安樂與清淨，並把它們傳達給我們關懷的人，如果時時擔心六親眷屬，也許壯志未酬就已經斷氣了。所以我們將效法佛陀，佛陀曾經自述，雖然他的父母因為捨不得而淚流滿面，他還是出家尋找清淨（我們從沒有在巴利文經典找到任何佛陀秘密出家的說法）。做了這個決定後，我們又解開了另一個心結，我們希望親屬們也能接受這項決定，縱使彼此也許無法再見面了……

後來，還有一封信是佛使比丘離開曼谷前所寫的最後一封，部份內容如下：

「目前我的狀況改變得非常快。厭惡偏離正道、厭惡曼谷的想法，已從一人拓展到其他人，他們的人數從

二、三到更多，我相當訝異，因為從沒有期望有人會相信我並跟著我做。他們完全改變觀念並割捨更多，例如：他們不怕他們的師父生氣；再者，他們也不怕讓父母失望；最後，只要能遵循通往清淨的道路，就算死也不怕了。我知道只靠以前和現在流行的法門無法引領我們親見如來……」

在另一段文字，佛使比丘提到一個可供研究和探索佛法的地方：

「……除了考慮自己的家鄉本里安鎮以外，我現在毫無頭緒，不知從何去找一個適於學習的地方，所以我想請你幫忙，我需要有人護持我獲得最多的研究機會，每個人都要當作我根本不在家鄉似的。膳宿方面也請稍作改變，也就是說，如果不方便，提供魚醬拌飯也就行了，佛弟子從不要求超過於此。我曾經向朋友證明，幾乎所有的阿羅漢靠米糠飯沾點醋或拌發酸的醬菜汁過活，我剛剛所說的魚醬飯已經比他們好多了，他們只有醋當調味品。我們現在正試著吃這種食物，並且覺得繼續這樣吃沒有問題……」

（註）這兩封信一度被法使居士收藏，但現已遺失。