

「森林法音」

# 解脫自在園十年(二)

佛使比丘 著

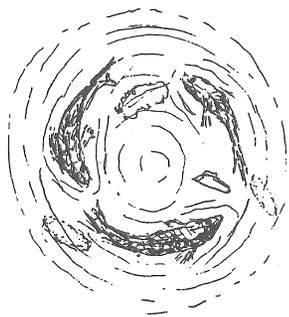
香光書鄉編譯組 譯

## 在森林中獨處

「品嚐全新的心靈滋味」

獨處時再好不過的是：練習清醒並控制自己保持清醒，而在任何時候都能隨心所欲。

一旦身心安適於森林的環境，人的心力就更容易集中，達到像孩子遊戲時全神貫注的機會也大增，因為此時不需要花費很大的功夫就能集中心力。舉例來說，我曾經把盛了飯粒的鉢蓋放進淺水內，小魚兒便繞著金黃色的鉢蓋吃飯粒，我以遊玩的心只注視了一下子，以後的數個夜晚，回想起小魚兒時，我仍然可以保持它們清晰的影像，甚至可以把它們活動的影像任意放大或縮小，我把這稱為「小



孩式的禪定」，這種現象在很多方面與成人的真實禪定是一樣的，差別只在於它是隨緣地把周遭大自然環境當作是專注的對象，而拿來玩，這是相當不正式的。但是，如果我們經常運用這種遊戲方式，將會出乎意料地發現，困難的事變得容易處理得多了。

甚至對從事教理研究等事而言，獨處也是絕對有利的。在曼谷研讀三藏教典（Tripitaka）的效率最多只有在寂靜森林中的四或五分之一，而且有不少課題在鬧區讀起來效果極差，甚至無效。

在寂靜的森林裡，詳細觀察大多數（即使不是全部）的課題，思路會更通暢、更連貫，所寫的文章也比較生動，然而是否每個人都有同感，這就需要更進一步觀察和印證了。

誰都會相信，要品嚐各種不同的、全新的心靈滋味，在曼谷那種人煙稠密的地方是絕對不可能的。在那樣的地方，風氣就是一種障礙，因為瀰漫在高密度環境中的意識之流，總是與森林中的完全相反，所以修法的地點也很重要。

關於這一點，我曾說過，由於必須直接向大自然學習，我們只有儘量設法住得愈靠近自然，才可能達到這種理想，就像我當初選擇了解脫自在園一樣。將來我們只要以此為準則設

立新道場，就可以永遠靠近大自然，並且完全離開人文活動、商業廣告和送往迎來。

### 「通過「擁有」和「一無所有」的考驗」

身外之物也值得探討。初到解脫自在園時，我所有的家當只有一個化緣用的鉢、可供飲水的銅製鉢蓋、提井水用的小桶子、必需的衣物和擺在佛前的一盞椰子油燈，這油燈以茶杯充當，提供每天照明。我孑然一身，因此可以在任何時間去任何地方，不必關門、鎖門，也不必交代任何人；同時，我也可以隨時想回來就回來，不必擔心什麼，不需特別注意或照顧任何事，也沒必要為任何東西、任何人負責，我認為自己相當渺小，却像鳥兒般地自由。我的思路通暢無礙，但也可以一無所思，內心只有難以形容的輕安，充滿愉悅而且從不厭倦，就像啜飲非常清冽的水一般。打從我出生那天起，從未感受到依循這種方式生活時所得到的輕安——好像身體

完全不存在了。

到此為止的一切狀況，我都覺得滿意，以致足以克服對未來的憂慮。我有信心，不必打擾別人或請求別人幫忙，就可以找到安樂與滿足。我甚至異想天開地認為自己可以單獨活在世上，或者像喜馬拉雅山上的瑜伽行者般，不與任何人來往。

後來，我的家當增多了，因為想要出版《佛教》雜誌，就必須有紙、鉛筆和一些書，那時內心偶爾會起衝突。例如外出時，我就必須把借來的

書收藏在箱子裡，並且把門關好、鎖

上，直到回家看見書還在，才能鬆口氣。有一次，外出過了一夜，回來及時發現白蟻正要爬到書堆去，這些書是我從某道場借來的部分藏經，因為當時的法施社還沒有自己的藏經，如果白蟻果真吃掉這些書，而使整套藏經缺了這幾本，我可就真的頭大了。活該！誰叫我像個「城市比丘」，雖然我的本意是要做「森林比丘」【譯註二】。

這兩種心情常起衝突，有時令我生起放棄繼續出版雜誌的念頭。最後它們達成協議，而這種妥協也是來自我一無所有時的輕安經驗，兩袖清風固然能使內心產生前所未有的輕安，卻也能生起一種智慧，告訴我這種內心的輕安是由於割捨和不執著。

不執著應該不僅因為身無長物，沒什麼東西可以執著，更是因為對自己所擁有的一切不執著。那麼，擁有一些足以利益更多人的東西，卻沒有執著的負擔，可能做到嗎？這是很值得嘗試的。



當我腦中生起這個富挑戰性的想法時，很自然地就產生一份勇氣和樂趣，想要承擔某種具有約束力的使命。這時，有個念頭在心中浮現：不要放棄這項新發現所帶來的快樂，但另一個念頭卻要我向它妥協，以免失去任何一方面。最後，我終於能夠兩者兼顧。我初次體驗到完全割捨的滋味，給了我重大的啓示，那就是當需要增添物品時，我知道要如何取捨。這與我從前只知道要執取而不知道如何放下，已大不相同了【譯註二】。

## 面對群居的生活

### 「成立禪修中心」

由於開始從事著述及雜誌的出版工作，又有更多居士、出家眾來訪，我在解脫自在園的生活由獨居變為群居，或者說生活上與許多人有了關連。我們終於必須蓋房子給新來的比丘及沙彌住。另外，也蓋了一間小屋供著述之用，並且將書藏在那兒，這樣就可以不必再擔心小偷或白蟻光臨

然而，事實上，當我們獨處而不需施惠予人時，能得到更大的快樂。但人類可能有一種與生俱來的債，舉例來說，由於祖先無私的犧牲自我，才有今日的我們，所以，我們之中，自然就會有人勇於犧牲自己的利益，只求利益他人。

但是，對一個樂善好施的人而言，要怎樣才不會損失過重呢？這個問題我們可得自行解決。我可以給你一個答案，並且保證沒有第二個方法可以達到目的，那就是：兩袖清風地出

了。我們也提供許多設備給健康及生病的人使用，又有一個供來訪者使用的場所，這場所同時也是我們與其他僧院交流的地方。為適應這發展中的狀況，我們的生活及共住規約有了變動——加入了一些新的規約。其中一件最重要的事是，來自其他道場的理想同修是可遇不可求的，我們只好在解脫自在園培訓一些年輕的比丘及沙彌。讓教育與著述同時並進，我們的工作才會圓滿，也才能順應未來發展

去獨處一段時間吧！最後，它一定會幫助你找到答案（解決的方法），而且所獲得的心力也能讓你順利克服困難。

有意從事心靈訓練的人，一定要以正念、正知及敏銳的觀察來通過這項考驗。因為從內心體驗所得的知識，和由閱讀書籍推論所得的知識相當不同。因此我想提醒正進行這一階段修行的同修們，一定要盡全力以最嚴謹的訓練，通過「擁有」和「一無所有」的考驗。

的需求。這項新（教育）工作雖然加重我們不少負擔，但由於有規則可以逐漸教導我們如何處理事情，工作於是能順利進行。

總之，如同各行各業有其獨特的行事方法一樣，為行者建立一個這樣的禪修推廣中心，也要有一套特殊的方法。

我們的情況是這樣的：成立禪修推廣中心是項創新的志業，並無前例可循，它本身就是一種學習及實驗，

包括個人靜修與對外弘法，而後者是藉著和別人溝通，直接給予教導或彼此交流。起初，各種活動還沒有劃分清楚，解脫自在園的許多事物都混在一起處理，後來，有些事情就移到位於達拉鎮的法施社辦公室及法施圖書館去。達拉鎮與早期的解脫自在園及法施社的所在地——本里安鎮，有一段相當遠的距離。

對成立禪修中心有興趣的人應該注意：如果有個組織想要提昇及推廣禪修，它就應該到處設站，也要依活動的類別而有不同的管理方式；而且從一開始，就得有足夠的人員來負責每一種活動，這樣做很快就能如願地見到成效。



「只需幾位好友，就足夠找到一生的快樂」

我在解脫自在園的第三年，開始有位朋友加入，在整個結夏安居期間和我共修。關於這位比丘，我想寫一些他的事蹟作為留念。他的俗名是邁，姓屯薩倓，法名是沙薩那巴軸多，是從泰國東北部的猜耶責府來的。爲了解脫自在園，他從家鄉一路走過來，和我共住好幾年以後，他因病重而回到故鄉圓寂。他很強壯，極有耐力，而且坦誠，是一個最完美的行者典型。他不會擁有巴利文文憑，也沒有完成高級佛學教育，但我因爲尊敬他，而破例接受他，後來這裡的每個人也都敬重他，這才使我完全瞭解到古代精通三藏教典的比丘，爲什麼會那麼尊重對佛經一無所知的比丘。這一類比丘不會被情緒所困擾，他們在各方面都表現出沉穩、老實及誠摯。由於他們所受的教育不多，反而能努力學習和發問，而且能忍受訓誡，一段時日之後，對想知道的事理就有了相當的瞭解。他們謙卑、沉默寡言，

無法佈教，卻最喜歡聞法。相處得愈久，他們的行爲就愈發顯得值得信賴，我們深深覺得這種德行足以贏得諸天的禮敬。

我個人覺得解脫自在園即使只有一個這樣的人，就足以稱爲禪修中心。我認爲自己非常幸運，有這麼令人滿意的人作我的第一位朋友。後來我發覺我們所訂定接受僧侶的條件——巴利文文憑及通過高級佛學教育——可能無法達到預期的成果，但我們別無他法。因此我們的修正案是除了法施社常用的職權外，我有權依自己的判斷來接受特殊的人。

以這件事來看，有意成立禪修中心的人，也許樂意參考我們的做法來設定某些規則。因爲我們不能拋棄規則，也不能設錯規則。

我想引用一句名言作爲評斷——「要確定同伴的好壞，必須長時相處」，這句話果然不虛。正因爲如此，要訂立統一的標準來接受或拒絕特別並不容易。所以，可能的話，最好是有選擇性地接受我們一向熟悉的人，

或在自己道場長大的信徒，或見和同解的道友們的信徒，把他們招收來做長期的訓練。由於這種心靈訓練可能需要許多年，甚至是一輩子，因此不一定要時常接受新成員，當處所住滿後，最好不要再招收新人。如果你不要求大功德，我會建議你只需要幾位好友，就足夠找到一生的快樂，並不需要再接受其他任何人。



### 【來自四面八方的行者】

此後幾年，不斷有比丘及沙彌來和我們共住，每次核准就增加一至二人。曾有幾次結夏安居期間，總數達到十人。有些新來的人對自己的成果非常滿意，成爲我們的好朋友，但也有一些正好相反，他們公然地散播污穢的言語來批評我們。前者的重要特徵

是：他們建立在自己心中的修行標準，幾乎和我們的相同。

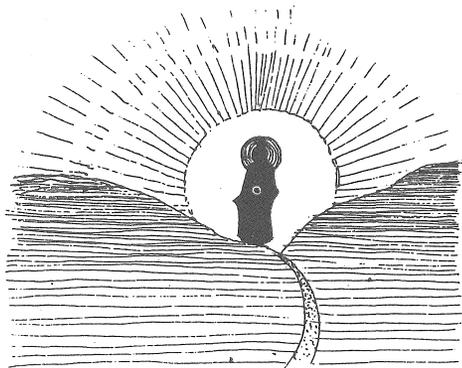
舉例來說，當爲了定義「知足」或「簡樸的生活」而意見分歧時，前者對我們所規定的某種層次的生活標準會表示認同，後者卻認爲這麼嚴苛的要求幾近於苦行。

另一個例子是關於「常住比丘和沙彌該做那些事、不該做那些事」這個問題。有些人說他們不該每天課誦，也不該看報紙，並且指責一直這樣做的人不如法。另有一派人則逐字逐句依循佛經嚴謹地奉行，比如即使飲用的水已經很乾淨了，他們還是先將水過濾再飲用，有時濾布不乾淨，這個動作反而污染了飲水，只因傳統是這麼做的，他們就照著做，這是由於相信薄薄的濾布可以把水中看不見的微生物濾掉的緣故。一旦有任何同修不照著做，遵行的人便會排斥他，而從相反方面來說，反對者則認爲遵行者食古不化。另外，還有一種人，也是大部分行者，則只留心觀照自己，他們覺得作法要鬆要緊是個人的抉擇

，他們不排斥任何人，是任何人的朋友，因此可以算是真正的行者。

在上述的例子中，有一點值得注意，就是在自認爲行者的人之中，有些人是心智不健全的，他們常使事情嚴重化而變得難以解決。

一個接受來自四面八方參訪者的禪修中心，和有限制性的地方組織或道場是大不相同的。前者幾乎任何一種參訪者都有，他們常只是短暫的逗留或來看一看，而不一定想留下來，這很可能就是問題產生的原因。一個人最大的障礙是堅持自己的觀念，以爲別人的作爲與自己的不同，就是荒謬、可笑的。我發現有些奇特的作法，實在是無法避免的。例如有一次，一位客僧在用早齋前，把他的鉢放在高檯上，蹲下合掌，口中唸唸有詞後，才把鉢端到他用齋的地方。正當他口中唸唸有詞時，許多沒看過這種儀式的比丘，就忍不住偷笑或彼此擠眉弄眼，因爲在那些比丘眼中，這真的很好笑。其實，這種儀式是在供佛，感謝佛陀的功德，使弟子們食無匱乏



。仔細思考後，這種儀式還是相當不錯，而且合理，但即使經過解釋，大部分的比丘仍然搖頭，不相信這種作法。我想這種儀式一定只在某些地區被認同吧！忠於這種作法的人堅決主張不遵行它是對佛陀忘恩負義，不遵行的人則回應說他們有比這更好的方式來感謝佛陀，在他們眼中，這種作法就像是把食物供養鬼神或佛的靈體。在一個有各種過客的禪修中心，這一類的例子層出不窮。

自稱為行者或沙門【譯註三】的比丘及沙彌，在名義上似乎都一樣，實質上卻有許多類別，甚至比在市區道場就學的比丘種類還多【譯註四】

。由於從未讀過佛經的重實修比丘為數不少，因此出現了各式各樣的小禪

修中心，每個中心就根據主辦者自己的喜好、觀點或師長代代相傳的教導，而有它自己的作法。由於不以義解做為準繩和指引，有些行者的觀點偏差得很厲害，甚至有人根本不相信義解是修行的基礎；尤其還有一些把義解當成修行大敵的人，更是遠離正道的漂泊者，他們很自然地就認為別的行者是不對的、是荒謬的；那些很少有機會一起解決爭論的「森林比丘」和「城市比丘」，更會有這種錯誤的觀點。【譯註五】

我的想法是這樣的：如果能妥善管理，禪修中心本身可以成為不同派別間彼此協調、增進瞭解的場所。據我的觀察，除了動機不良的人以外，大部分行者有純正的意向並且期望獲得功德。雖然每個人來自觀點不同的派別，但如果能瞭解這其實是些微不足道的事，而且因人而異，就能彼此協調、破除成見。縱使某人持有一項他人所不同意的特殊觀點，只要他絕

大部分的觀點正確，別人應該不會排擠他。

若成見太深，可能會捨本逐末，以致於執持那一項項微不足道的派別觀點，而漠視了法與律。例如他會忽略「和合是團體基石」的重要性，而因此失却同修道友所給予的法益。如果連佛弟子間都不免有紛爭，就很難想像他們能與其他宗教的人士溝通了。佛弟子本來應該是很博學廣見的，卻可能因為這項疏忽而導致短視及無知。

從各地來的訪客言談當中，大致可以做出下面的結論：大部分禪修中心都有它的特色，就如同標幟、商標一樣，刻劃著個別的特徵，許多中心因此常會介紹一些與眾不同的事務，使自己看起來比別處更好、更神聖。

禪修中心愈多，自我標榜、自我抬舉的情況也愈多，導致各個中心彼此競爭、敵對而難以協調。若競爭的派別有好的觀點並能依其專長與經驗做有益的事，則競爭本身是非常好的；但如果他們只是想讓自己微不足道

的特色顯得比別人好，整個宗教就會遭殃。我想這就是大部分禪修中心的修行水準停滯不前的原因，而無可避免的，它將會使這一類志業的形象或尊嚴受到損害。

禪修中心應該洗刷這種污垢，同時以正行為榜樣來宣揚佛陀偉大的教法。若中心作這種努力，最後終將得到報償，也一定會比投資興建另一座道場更令人欣慰。

對個人來說，在禪修中心的人，應該要求自己勤奮地思惟、修學；在團體中，敞開心胸包容異己；教導別人時，以誠摯的心盡力而為，而且不期盼任何回報。

這麼一來，不用浪費信徒或國庫太多的贊助，修持就能進步，而宗教也會興盛。最後，禪修中心將是一個個開支很低、生活清苦的小地方，而生活在其中所獲得的法喜，將數倍於反其道而行的大道場——雖然心境其實是無法比較的。

目前我的期望為什麼這麼難以實現？我猜想是因為這種工作對一般大



眾而言太難以瞭解，以致於無法合作推動。甚至僧團的長老群也未盡全力協助推展或踏實地處理這種事，只把它當作是個人的事情，讓有志於此的人自動發心。

更糟的是，有些長老們誤會這種活動是專屬於自私的、離棄社會的人，或是想藉證涅槃來佔他人便宜的人，這也是一般社會大眾對這些活動不夠關心的原因之一。可見，我們的宗教在某些方面做得太過，某些部分則顯得不足，這一點證明了佛教的甘露尚未完全普降全體國民。

由於長老們尚未設法鼓勵或表揚這種特殊的工作，它就變成那些碰巧熱愛這種工作的人的個人責任，而有學問的人偏偏很少能夠默默的承擔起

這種工作。另外，這種工作也無法吸引剛畢業的年輕人，他們大多傾向於從事管理和行政方面的工作（這類工作顯然會使他們名利雙收），既不期望得到涅槃，也不想先嘗試嚴格而深入地實修，以便日後能以真正高超、寬廣的心利世。

基於以上的原因，導致沒有多少人熱愛修行，好修行的人既然很少，想提昇自我的當然更稀有，甚至可能沒有。因此，任何已成立的或即將成立的禪修中心，如果發現想修行的人太少或甚至沒有，負責人不必詫異或難過。目前禪修中心雖然乏人問津，但終有一天會激發勇敢的青年佛子來表現他們的勇氣，而且禪修中心的存在會提醒人們，佛教也有實修的一面。若中心的行者人數太少，可以先把它提供給一些習慣獨立思想或想成為行者的人，作為聚會的場所，這也相當有價值。至少，它可以做為需要獨處的人偶爾研討聚會的好地方，這也很有意義。

### 「解脫自在園的訪客」

前面我已提過了解脫自在園的一些比丘、沙彌及居士，現在，我該談一談訪客。

訪客中有多位高僧大德，他們無上的慈悲使我們永難忘懷。尤其是帖西林塔拉瓦寺的覺音尊長耶納瓦羅·札命長老【譯註六】他是僧伽議院的現任（一九四三年）主席，曾訪問過此處，詳細情形請讀者參考《佛教》雜誌第五卷第二期。

來訪的居士中，現任（一九四三年）最高法院委員會主席拉斐里檀普拉刊長者，對法施社的一般活動幫了



很多忙，他還特別以個人的立場，協助我關照並指導某些比丘及沙彌，使法施社的工作能夠順利推展。

訪客中有些只停留一、兩天，頂

多一個星期。但另有一些時間較充裕的比丘，可以停留一、二個月，他們如魚得水、心滿意足，也會跟從未謀面的人互相交換佛法知見。我們平均一年大約有四到五位這一類訪客，我想這數目已經相當多了。

有些訪客三番兩次來拜訪我們，因此我相信大部分訪客都相當滿意，但我也相信有一些人並不滿意，因為他們不贊同我們的作法。泰國在受第二次世界大戰波及之後，幾乎沒有人來訪問解脫自在園，尤其是在家居士，聽說他們期盼來這裡，但找不到時間。想到這兒，我不禁為他們感到遺憾。

【譯註一】「森林比丘」與「城市比丘」在泰國是有所專指的比丘類型。「森林比丘」指停棲在荒野野外森林中的比丘，他們必以托鉢為生，隨身帶著衣、鉢、傘、具，赤足行腳雲遊天下，隨緣開示；重視實修、少講理論，也少主動與共住以外的人接觸，更不從事人間婚喪喜慶、生老病死的佛事。「城市比丘」則居於城市，多從事人間活動，如主持開光、新居落成、喪事、灑淨等儀式，一般大眾因此較有機會親近他們；他們對教典的接觸又有迥然不同的情況，有重視知識的，也有根本無暇讀經的，一般大城市中寺院的

僧眾，多屬此類。當然也有大量的比丘既不屬於「森林比丘」也不屬於「城市比丘」。

【譯註二】一般觀念以為不執著是由於身無長物可以執著，佛使比丘則生起一個富挑戰性的念頭：「擁有物資（有可執著的東西）卻不執著，可能嗎？」經由實驗，他發現為承擔使命而擁有一些物品，雖然要花心力照顧它們，仍然可以不執著，也就是執著與否的關鍵不在物品及責任之有無。

【譯註三】沙門是出家者的總稱。意譯為勤息或勤行，指勤修善品、止息諸惡，或勤修善法、行趣涅槃的出家修道者。（參閱大正藏

第54冊，258——259頁）。

【譯註四】泰國的市區寺院常設有學校教育比丘及沙彌，由於學習階段的不同而有不同種類的就學僧伽。

【譯註五】「森林比丘」常是長期獨居的，幾乎不會與人共同討論事情，而不少「城市比丘」雖在人群中生活，卻因生活忙碌而無暇彼此交換意見。這樣的比丘縱使懷有不同的看法，因為不會正面討論，所以始終固執己見，無法縮短彼此的差距。

【譯註六】尊長（Somdet）的身分相當於現在的僧王。