

discipline ) 一詞的來源時，學生便會陷入沈思中。現在，他們的理解才要開始。

「戒律」( discipline ) 一詞來自拉丁文的 discipulus，其本義是「學生」( pupil )，它的英文就是 disciple，其義為「追隨者」或「信徒」。在追隨者或信徒眼裏，他們的生命絕不是懲罰，而是一條他們所選擇的領導人所設下的學習途徑。一旦相信了一個領導人，信徒們自然會不懼懲罰的追隨。如果學生對我的知識毫無信心，我怎能授課而我的學生怎能學習？當然不能！畢竟，「教育」( education ) 一詞來自 ex ducere，意思就是「由此領導」。老師可以隨其意領導，但學生必須先有信心而後才能追隨。可是，這些跟自律又何干呢？

老師，就像所有領導人一般，必須先激起追隨者的信心。「信心」( confidence ) 一詞來自拉丁

文的 con fidere，意思是「信賴」。想要學習，必須先要有信賴。想要號召追隨者，領導人必須先得到他們的信賴。假使一個人渴望自律，那他該信賴誰？難道自律不只是追隨自己的領導嗎？學生們總會給我正確的回答。以此類推，信心、信賴、領導、戒律都可以在前面冠上「自我」一詞。

從語意學的角度來看，自律就變得更加宜人了，那是可以學習的東西而不是外力強迫的。正如我們必須自省，才能看清真理，我們也必須探討我們用來表達那個真理的文字。我們會毫不遲疑的承認分心會使我們偏離原來的路，同樣的道理，我們的文字也可能被誤用而偏離原義。

戒律是我們可以控制的，但不少人卻堅持戒律是被人強加在我們身上的。戒律是純粹出於自願的，缺乏自律就是缺乏對我們所追隨的領導人(我們的自我)的信賴。

## 世界性的讀物

### ——慧炬通訊

敬請訂閱 ( 每年新臺幣 570 元 )

郵政畫撥 00003484-5 ( 慧炬雜誌 )

## 自律需要領導

柯里博士 著

鄭維儀 譯

(譯自加拿大多倫多大學佛學會《慧光》季刊，第二卷第二期一九九五年冬)

不要只因它是你親耳聽過的事而輕易相信；  
不要只因它是代代相傳的傳統而輕易相信；  
不要只因它是許多人談論和流傳的事而輕易相信；  
不要只因它是寫在你信仰的宗教經典上的事而輕易相信；  
不要只因它是德高望重的師長者老所說的事而輕易相信；  
唯有在你經過觀察分析之後，發現它是合乎理性並可以造福全體眾生的事，才值得你去接受、實踐。

——佛陀《羯臘摩經》

從上面這段話，我們可以知道到佛陀教導我們要信賴自己。如果我們不首先信賴我們自己的判斷，如何可以信賴任何事、任何人呢？如果我們確實對自己的判斷有信心，就必須有勇氣在我們的實踐中去考驗它。佛教實踐需要自律，誠如柯里博士在本文中所說明的，意思就是遵循我們自己的領導。

——編者

在我授課的班上，常常有學生為能不能達到他們所設的目標而感到憂心忡忡。事實上，妨礙他們達成目標的，大都是他們自己加在自己身上的障礙，且顯然是缺乏自律的結果：「時間不夠」、「與其他計畫衝突」、「可能不值得我一試」（最常見）等等，都是他們的慣用的藉口。可是，當我指出他們的毛病在於戒律不夠時，他們總是異口同聲否認我的觀察，並且還會提出他們曾經成功的例子。與其反駁他

們所舉的例子，我通常都是帶他們探討何謂「戒律」。

對大多數的人而言，戒律和懲罰是分不開的，他們在生活中所受到的懲罰，全都是因為他們犯錯而被公開要求遵守戒律。即使當學生把一個朋友或偶像當成一個守戒律且成功的人時，其中的所謂「戒律」也含著自我否認的感覺。在旁觀者眼裏，成功必先受苦。因此，戒律絕對不可能是一種令人愉快的經驗。可是，如果我問起「戒律」（