

对觉悟的信仰

作者:坦尼萨罗尊者

译者:一意孤行 —— 于2024年12月31日

佛陀从未对任何人提出要求——要对他有一种无条件的信仰。对于出生文化中的主流宗教确实提出了此类要求的人们来说，这是佛教最吸引人的特征之一。它尤其吸引那些——作为对组织机构化了的宗教所提出要求的回应——拥抱科学经验主义观点的人们，他们认为，除非可以用物理手段测量得出数据，否则任何东西都不值得我们信任。从这个角度来看，佛陀对「卡拉玛人」的著名教诲通常被解读为一种邀请，我们可以信，也可以不信，只要你喜欢。

「卡拉玛人」，不要根据报告、传说、传统、经典、逻辑猜想、推论、类比、通过思考达成的协议、可能性，也不要根据这样的想法：这位禅修者是我们的老师。当你自知，‘这些品质是善巧的；这些品质是无可指责的；这些品质受到智者的赞扬；这些品质，当被采用和付诸实施时，会带来安乐和幸福’——那么你应该进入并住留于其中。[\(增支部AN 3:66\)](#)

针对这段经文，许多现代作家走得太远，他们说，佛教传统中没有「信仰」的位置，佛教的正确心态是某种「怀疑主义」（skepticism）。但尽管佛陀建议对信仰的问题要持宽容和某种健康的「怀疑主义」心态，但他也强调了一个建立在某个「条件」之上的重要任务：如果你是真地想结束痛苦——这是「条件」——你应该在某些事情上有「信仰」，把它们作为「工作假设」（working hypothesis），然后循着他指出的修行之路来检验它们。事实上，对「卡拉玛人」的建议包含一个关键的警讯，即你必须把智者看重的是什么纳入你的考量范围。

这一警讯让佛陀的建议保持了平衡：正如你不应该毫无保留地信任外部权威一样，如果你的「逻辑」和「感觉」与他人的经验和真正的「智慧」相悖，你也不能毫无保留地信任它们。正如其他早期经文所说的那样，智者可以通过他们的言谈举止来识别，可以透过佛陀及其觉悟了的弟子们设定的标准来衡量。对那些满足这些标准的人们的正确态度是「信仰」：

对于一个坚信导师的教诲，活着就是为了要参透佛法的弟子来说，符合佛法的（态度）是：“世尊是导师，我是弟子。他是那个知道的人，不是我。”[\(中部MN 70\)](#)

佛陀反复说过，引导你向老师学习的是对老师的「信仰」。对佛陀自身的觉悟的信仰是任何想要觉悟的人必备的力量。由于这种信仰可以培养「精进」、「正念」、「禅定」和「智慧」，它可以带你一路走向「不死」。

因此，佛陀的建议方案中，信仰和经验主义是存在着「张力」(tension)的。我认识的亚洲佛教徒中很少有人觉得这种矛盾不舒服，但西方佛教徒——在一个宗教和「信仰」长期与科学和「经验主义」交战的文化中长大——却觉得这种「张力」非常令人不安。我与他们讨论时，他们经常试图用历史上我们文化中解决基督教信仰和科学经验主义之间「张力」的相同方法来解决这个问题。三种普遍的立场脱颖而出，因为它们既如此常见，又如此明显的来自西方。不管有意还是无意，他们都试图以一种可以轻易映射到现代西方宗教与科学之间的战线的方式，来理解佛陀对「信仰」和「经验主义」的立场。

第一种解释的根源在于西方文化中有一面是完全拒绝「信仰」合法性的。根据这种观点，佛陀体现了维多利亚时代「不可知论者们」¹英雄般的理想，他们摒弃了「信仰」的幼稚安慰，转而用纯粹的科学方法来强化自己的心灵。由于他的方法完全关注在当下，过去和未来的问题与他的信息完全无关。因此，任何关于信仰的提及，如过去的「业力」、未来的「重生」或与感官脱离的「无条件的幸福」，都是后来往经文中插入的内容，「佛教不可知论者」应该效仿佛陀，尽其所能地抛弃这些东西。

第二种解释在西方文化中可以追溯其诸多根源，这种文化要么拒绝「基督教信仰」的具体细节，要么拒绝任何组织机构化的宗教权威，但认为「信仰」是心理健康的一种基本要求。这种观点将佛陀呈现为一位从「浪漫主义时代」中崛起的英雄人物，那个时代欣赏的是「信仰」在内在建立「统合感」(wholeness)和在外在建立「万物互联感」(interconnectedness)的主观性价值，而不去管「信仰」的对象是什么。换句话说，只要「信仰」能被你深深地感觉到(deeply felt)，并对你个人有所滋养，「信仰」指向的去处并不重要。从这种观点来看，对佛陀觉悟的「信仰」只是简单地意味着去相信他找到了对自己有用的东西，而并没有说这里面有没有对你有用的东西。如果你觉得「业力」和「重生」的教义听起来舒服，那很好：就相信它。如果不舒服，就不要相信。重点是，你要以一种情感疗愈、滋养自己和壮大自己的方式与你的「信仰」发生关联。

第三种解释涵盖了前两种解释，但佛陀并没有被描绘成英雄，而是被描绘成困陷于历史情境中的受害者。和我们一样，佛陀也面临着在当时的世界观下寻找生命意义的问题。他对「业力」和「重生」的看法只是从古印度的原始科学中提取出的假设，而他的修行之路则是试图在这些假设之中折中出某种令人满意的生活。如果他还活着，他会试图将自己的价值观与现代科学的发现相协调，就像一些西方人对待「一神论信仰」一样。

这一立场的基本假设是，科学关注的是事实，而宗教关注的是价值观。科学提供确凿的数据，宗教应为其提供「意义」。因此，每一位佛教徒都应该从事佛陀的工作，接受我们这一代人已经得到科学证实的确凿事实，然后在佛教传统以及其他传

¹ 译者注：「不可知论」不是什么都不知道的意思，它主要是针对上帝存在还是不存在的问题。「无神论」的立场是上帝不存在，「有神论」的立场是上帝存在，而「不可知论」的立场是搁置这个问题，说我们既不能证明，也不能证伪这个命题，我们不知道上帝到底存在还是不存在。

统(如果适用的话)中寻找神话和价值观来赋予这些事实以「意义」，并在这一过程中打造出一种适合我们时代的新佛教。

从西方文化的观点来看，这三种解释可能都十分合理，但它们都不能充分体现我们对佛陀的了解，也不能充分体现他关于「信仰」和「经验主义」在修行中的作用的教法。这三种解释都正确地强调了——佛陀不愿将自己的教诲强加于他人，但通过把我们自己的假设强加于他的教法和行为之上，它们误解了这种“不愿”的含义。他不是「不可知论者」；他有充分的理由宣称某些思想值得「信仰」，而其他思想则不值得信仰；他关于「业力」、「重生」和「涅槃」的教法与当时的主流世界观完全不同。他既不是「维多利亚时代」的英雄，也不是「浪漫主义」的英雄，也不是周遭环境的受害者。他之所以是一位英雄，除了其他方面之外，还因为他以激进的方式把控着「信仰」和「经验主义」的问题。但为了理解这一点，我们首先必须退出西方文化的战场，在一个更基本的背景中去审视「信仰」和「经验主义」，将其简单地视为个人心灵内部的过程。

尽管我们喜欢认为我们的决策是基于确凿的事实，但实际上我们在做每个决定时都会同时运用到「信仰」和「经验主义」。即使在那些我们最为依赖经验作出判断的决策中，我们的视野也会受到我们所处的时间点的阻碍。正如「克尔凯郭尔」(Kierkegaard)所说，我们向前生活，但是却向后去理解。任何头脑冷静的企业家都会告诉你，无论我们对过去了解多少，未来都必须基于「信仰」²。更重要的是，我们经常被迫做出重大决定，而没有时间或机会收集足够多过去的事实在做出明智的选择。而有时，我们有太多的事实在——例如，当医生面对患者病情的许多相互矛盾的实验结果时——我们必须依靠「信仰」来决定要关注哪些事实，而忽略哪些事实。

然而，「信仰」在我们的许多决定中也发挥着更深层次的作用。正如「威廉·詹姆斯」(William James)曾经说过的，生命中有两种真理：一种是其有效性与我们的「行为」无关的真理，另一种是其现实性取决于「我们做了什么」的真理。第一种真理——观察者的真理——包括关于物理世界行为的事实：原子如何形成分子，恒星如何爆炸。第二种真理——意志的真理——包括技能、人际关系、商业冒险，任何需要你付出努力才能实现的事物。对于「观察者的真理」，最好保持怀疑态度，直到有合理的证据出现。然而，对于「意志的真理」，往往在面对形势不利的情形之下，如果你不注入「信仰」，真理就不会发生。例如，如果你不相信成为一名钢琴家是值得的，或者你不相信你具备一名优秀钢琴家的素质，它就不会发生。「意志的真理」与我们对真正的幸福的追求最为相关。生命中许多最鼓舞人心的故事讲述的都是，当庞大的经验证据(种族主义、贫困、身体残疾)对他们不利时，人们仍然创造出了这类真理。在这种情况下，真理要求「信仰」主动地扣除眼前的事实。

如果我们更深入地研究「决策心理学」，就会发现没有科学证据能够证明这一点：我们真的在行动吗？还是行动只是幻觉？我们的行动是否已经被物理定律或某种外来智慧预先决定了，还是我们拥有「自由意志」？因果关系是真实的，还是虚构的？即使最精心策划的科学实验也无法解决这些问题中的任何一个，然而，一旦我们意识到这些问题，如果我们想将精力投入到我们的思想、言语和行为中，我们就必须对它们采取某种立场。

² 译者注：这里指的是对变幻莫测的市场未来有一种坚定的判断。

佛陀的教法主要集中在「经验主义」和「信仰」方面。虽然「第一圣谛」要求我们观察「苦」，直到理解它，但我们必须相信他的断言，即我们观察到的关于「苦」的事实是整个生命中每时每刻做出决定的最重要指南。因为「第三圣谛」，即痛苦的「止熄」，是「意志的真理」，所以我们必须相信它是一个值得实现的目标。因为「第四圣谛」——灭苦之道——是行动和技巧之道，所以我们必须相信我们的行动是真实的，我们有「自由意志」，而且心灵运作中存在「因果模式」，我们可以从中学习掌握这种技巧。正如佛陀所说，这条道路将引领我们直接去体验到这些真理，但只有当你带着「信仰」去实践时，你才能亲自了解这一点。换句话说，佛教中的“信仰”意味着相信你的行为能够直接走向「苦」的结束。

佛陀向那些为找到真正幸福而寻求建议的人提供了这些教法。这就是为什么他能够避免强迫他人：他的教法假设他的听众的探索已经开始着手了。当我们理解了他的「探索意味着什么」的观点，——人们为什么要探索，以及他们在寻找什么——我们就能理解他的建议，如何在成功的「探索」中运用「信仰」和「经验主义」。要做到这一点，最好方法是研究他那五个说明探索该如何进行的「比喻」。

第一个比喻以最粗浅、最不吸引眼球的形式阐释了什么是「探索」：

两个壮汉抓住另一个人的胳膊，把他拖到燃烧着的余烬坑里。佛陀说：“这个人不会这样那样地扭来扭去吗？”

他身体的扭动代表了我们面对苦难时的反应。我们不会那么啰嗦，去问我们的苦难是不是命中注定的，或者我们的行动是否有成功的希望。我们就是直接挣扎，尽我们所能逃脱。这是我们的自然反应。

佛陀教导说，这种反应有两层：我们感到困惑——“为什么这会落在我身上？”——接着我们想找一种结束苦难的方法。当他说他只教「苦」和「苦的灭」时，他是在回应这两种反应，对「苦」和「苦的灭」进行解释，以驱除我们的困惑，同时指明结束苦的方法，以满足我们的探索。他从没用过这一观点：我们的「苦」源于我们在挣扎着抗拒痛苦；对「灭苦」的寻求正是阻碍我们看见本已存在的平静的原因。按照上述比喻的思路，只是放松，进入对当下完全接受的状态中，就等于是放松下来等着被活活烧死吧。

第二个比喻：

一个找果子吃的人爬上一棵树，吃饱了，把果子塞进衣服里准备带回家。当他爬上树时，另一个找果子的人也来了。第二个人爬不上树，但他有一把斧头，于是就把树砍倒了。如果第一个人不赶紧从树上下来，他可能会摔断胳膊或腿，甚至会死掉。

这个比喻说明了在错误的地方寻找真正的幸福的危险：感官享乐。如果你的幸福所依赖的任何东西是别人能从你身上夺走的，那么你就把自己置于危险之中。正如佛陀强调的那样，我们将希望寄托在感官享乐中，希望获得幸福，不是因为它们真的能满足我们，而是因为我们无法想象得到有任何其他可以摆脱痛苦和压力的方式。如果我们允许自己相信，其他选择还「存在」，我们会更愿意质疑我们对「渴爱」和「执着」的强烈「信仰」，更愿意寻找这种替代方案并尝试一下。而且，正如第三个比喻所说，如果我们以正确的方式寻找，我们就会找到它。

一个寻找牛奶的人试图去扭牛角，来从牛身上挤出牛奶。另一个寻找牛奶的人试图去拉牛的乳房，来从牛身上挤出牛奶。

这个比喻是对“没有任何人类的行为可以带来痛苦的解脱”这一论断的回应。佛陀说，只要我们遵循正确的方法，我们就能获得「解脱」，就像去拉牛乳房的人一样。

正确的方法始于正确的理解，而这正是对佛陀觉悟的「信仰」的来源。佛陀曾经说过，他并没有告诉我们他觉悟的所有一切。他所说的就像一把树叶；他所学到的就像森林里所有的树叶。然而，那一把树叶包含了所有可以帮助他人觉悟的教法。正确的理解始于去学习这些教法具体的内容是什么。

最重要的教法，也是「信仰」最重要的部分，就是「觉悟」本身。佛陀通过自己的努力实现了「觉悟」，他之所以能做到这一点，不是因为他比人类多出了什么，而是因为他培养了某些「内心品质」，而且是我们所有人都有潜力培养的「内心品质」。因此，对他的「觉悟」有「信仰」意味着对自己「觉悟」的潜力有「信仰」。

然而，他在「觉悟」中领悟到的具体内容也很重要。这可不是说他找到了适合他的方法，而适合你的方法却可能完全是另一回事。无论你如何去扭牛角，它都不会流出奶来。佛陀的洞见深入到事物是如何运作的，以及它们运作起来的意义。这些洞见适用于古往今来的所有人。

佛陀以最浓缩的方式总结他的「觉悟」时，集中讨论了一个「因果关系」的原理，该原理解释了我们如何生活在一个由「因果模式」塑造事件的世界，而这些事件却并非完全由过去预先确定。

这个原理其实是双重的，因为在我们的生活中交织着两重「因果关系」。第一重是当下的「因」给出当下的「果」：当这个存在时，那个存在；当这个不存在时，那个不存在（此在故彼在，此无故彼无）。例如，当你打开音响时，噪音就出来了；当你把它关掉时，噪音就消失了。第二重的「因果关系」的「因」需要随着时间推移才会产生「果」：这个的生起导致那个的生起；这个的消失导致那个的消失（此生故彼生，此灭故彼灭）。如果你现在学习，你将拥有的知识将带向未来。如果你的大脑受损，负面影响也将是长期的。

应用到「业」或「有动机的行为」时，「双重因果原理」意味着：经验的任何时刻都由三件事构成：(1)过去的「动机」导致的快乐和痛苦，(2)当下的「动机」，以及(3)当下的「动机」即刻导致的快乐和痛苦。因此，当下并非完全由过去所塑造。事实上，塑造你现在快乐或痛苦体验的最重要因素是你如何用你现在的「动机」去塑造由过去的「动机」所提供的原材料。而你现在的「动机」可以是完全「自由」的。

这就是「因果关系」中「自由意志」的存在方式。同时，「动机」会导致果报的模式让我们能够从过去的错误中吸取教训。这种模式内蕴藏的「自由」开辟了一条通过经验来掌握的精神训练之路，这是一条可以灭苦之道。我们修行宽宏大量、美德和禅定，以了解我们「动机」的力量，特别是看看，当我们的「动机」变得更加善巧时会发生什么。为了充分实验「动机」的力量，我们努力使它们变得如此善巧，以至于当下的「动机」实际上停止了。只有当它们停止时，你才能亲自证明说它们曾经有多么

强大。它们的停止之处就是那个「无条件的」——「苦灭」——被发现之处。从那里你可以回到「动机」来，但你不再是它们的俘虏或奴隶。

在阐述「业」和「苦」的教法时，佛陀提供了基于经验上的证据来证实这些教法——例如，他指出，你对他人痛苦的反应取决于你对那个人有多依恋——但他从未尝试给出一个全尺度级别的实证证明。事实上，他嘲笑与他同代的耆那教徒，他们声称所有杀、盗、骗或有不当性行为的人都将在此地当下因他们的行为而受苦，来证明他们那种更带「决定论」性质的「业」的教义是对的。佛陀问道：“你没见过这种情况吗？一个人因为杀死国王的敌人、从国王的敌人那里偷东西、用巧妙的谎言取悦国王而受到国王的奖励？”虽然「业」的基本原理很简单——善巧的动机导致快乐，不善巧的动机导致痛苦——但「业」运作的「因果关系」的「双重原理」非常复杂，就像「曼德勃罗集」(Mandelbrot set)一样，如果你想用经验实证的方法把整个事情都弄清楚，你会发疯的。

因此，佛陀他并没有为「业」的教法提供经验主义上的证据，而是提供了一个务实的证据：如果你真诚地相信他关于「因果」、「业」、「重生」和「四圣谛」的教义，你会如何行动？你的生活会过得怎么样？你难道不会变得更有责任心和同情心吗？另一方面，如果你相信任何其他的教义——比如命运非个人决定的教义或者有一个决定你快乐和痛苦过程的神灵，或者所有事情都是巧合和无因而起的教义——照这个逻辑，这些「信仰」会引导你做什么？如果你始终如一地按照这些「信仰」行事，它们会让你通过自己的努力结束痛苦吗？它们会给努力赋予某种目的吗？另一方面，如果你拒绝坚守一个「人类行为能做什么」的自洽观念，你会沿着这条艰难的修行之路一直从头走到尾吗？

佛陀就是用这种方式的推理来激发人们对他「觉悟」的「信仰」，并相信这与我们对真正幸福的追求是相关联的。

第四个比喻强调了不要满足于任何「次真品」的重要性：

一个寻找心材的人走进一片森林，来到一棵含有心材的树前，但他没有取走心材，而是带回了一些边材、树枝或树皮。

相信「涅槃」——修行道路的核心——的可能性，可以让你不被边材和树皮的快乐所阻拦：宽宏大量和德行所带来的满足感，以及深度「禅定」所带来的平静感、万物互联感和合一感。然而，「涅槃」与我们经历过的任何事情都联不上。它已经就在那儿，只是被所有我们对身体和精神活动的欲望盖住了。要触及它，我们必须抛弃对活动(activity)习惯性的粘着。要相信这样的事情是可能的，并且它就是终极的幸福，需要一步重大的飞跃。

在佛陀时代，许多人愿意迈出这一步飞跃，而许多人却不愿意，他们宁愿满足于树枝和边材，想学的只是今生如何与家人幸福地生活，来世如何升入天堂。他们说，「涅槃」嘛，可以等一等。这种对他「涅槃」的教法真诚委婉的谢绝，佛陀乐意随顺。

但他对来自梵天的拒绝就没那么包容，梵天是天神，他们自满地认为他们在「轮回」中体验到的无限的合一感和同情心——他们的边材——比「涅槃」的心材更优质。对于他们，他用尽自己所能掌握的神通力和心力来制服他们的骄傲，因为他意识到他们的「见」完全封闭了觉悟之门。如果你把边材看作心材，你就不会去寻找

更好的东西。当你的边材断裂时，你会认为心材是个谎言。但如果你意识到你正在用的是树皮和边材，你就有可能在某一天回去试试心材。

当然，如果你能将佛陀关于「涅槃」的教法视为今生直接的一项挑战就更好了——就好像他在说：“这是你的机会。你能证明我错了吗？”

第五个比喻：

一位经验丰富的猎象人，在寻找大公象的时候，在森林里发现了一个巨大的象脚印。然而，他并没有妄下结论说这是一头大公象的脚印。为什么？因为那里有矮小的母象，它们的脚很大。那可能是它们的脚印。他顺着路走，看到树上有一些抓痕和獠牙痕迹，但仍然没有妄下结论说他追踪的是一头大公象。为什么？因为那里有高大的母象，它们有獠牙。那些痕迹可能是它们的。他顺着路走，最后在一棵树下或一片空地里看到了一头大公象。这时，他得出结论，他找到了公象。

在解释这个比喻时，佛陀认为修行的所有前期步骤——到森林出家、坚守戒律、培养克制、知足和强大的定力、看到过去世，以及看到宇宙众生按照他们的「业力」死亡和重生——都只是佛陀「觉悟」的足迹和划痕。只有当你追随他的道路，第一次尝到「觉悟」的滋味时，你才会真正知道你对他「觉悟」的「信仰」是摆对了。触摸到「苦」终结的维度，你会意识到佛陀关于它的教导不仅真实而且有用：他知道自己在说什么，并且能够指引你到达那里。

这个比喻的有趣之处在于它将健康的「信仰」与诚实的「怀疑主义」结合在一起。按照这种「信仰」采取行动，就需要对其进行检验，就像检验一个「工作假设」一样。要继续追随足迹，你需要信仰，但你也需要诚实来认清「信仰」在哪里到此为止，「清楚的认知」(knowledge)在哪里开头。这就是为什么在佛教中，「信仰」和「经验主义」是不可分割的。与「一神教」不同——在「一神教」中，「信仰」以他人的力量为中心，怀疑意味着拒绝这种力量——对佛陀「觉悟」的「信仰」不断指向你自己行动的力量：你是否有足够的力量控制你的动机，使它们是无害意的？然后，无害的「动机」是否让你有了自由，可以完全放弃「动机」？回答这些问题的唯一方法是对自己的「动机」一丝不苟地诚实，去发现哪怕是最轻微的伤害的痕迹，甚至是最轻微的「动机」本身的发动。只有这样，你才能真正认识「不死」，完全不受「动机」的制约。但如果你声称自己知道一些其实你并不知道的事，你怎么会相信自己能发现这些事情呢？你必须让你内心的诚实配得上你试图去证明的微妙的真理。

这就是为什么科学永远无法对「觉悟的真理」做出有效判断，因为「觉悟之路」处理的问题外部实验者无法触及。尽管其他人可能对你的痛苦表示同情，但痛苦本身是一种你无法与他人分享的经历。你「动机」的「诚实」和「善巧」是你内心对话的事情，也是纯粹属于你自己的事情。科学家可以通过测量神经数据，来表明有疼痛或有意识的活动，但关于痛苦是如何感觉到的，你内心的对话有多诚实，并不存在外部的测量方式。至于「不死」，它根本没有物理层面的相关物。外部经验能获得的最接近的方式就是去测量地面上的脚印的图片和树上的划痕。

要想找到公象，你必须像佛陀的弟子舍利弗那样做。他一直沿着这条路走下去，没有妄下结论，直到他看到了内心的大象。然后，当佛陀问他：“你是否相信这五种力

量——信仰、精进、正念、禅定和智慧——可以导向「不死」？”舍利弗就可以诚实地回答：“不，我不是相信。我是知道。”

正如舍利弗在另一篇经文中所说，他的证明是经验性的，但又如此深入，以至于它触及了一个不仅外部感官，甚至连清醒运作的心的感觉都无法触及的维度。如果你想证实他的知识，你就必须在你唯一可以接触到的地方——你的内在——去触及那个维度。这是佛陀的方法与现代「经验主义」的方法的两个不同之处之一。

另一不同之处与尝试证明的人的「正直」与否有关。

和科学一样，对佛陀「觉悟」的「信仰」就像一个「工作假设」，但对这个假设的检验需要比科学要求的任何东西都更深刻、更彻底的诚实。你必须把你自己——所有你感觉你是谁的不同变体——投入到这个检验之中。只有当你拆开对内在和外在感官的所有执着时，你才能证明「执着的活动」(activity of clinging)是否是隐藏「不死」的东西。佛陀从未强迫任何人投身到这个测试之中，因为你既不能逼迫人们对他们自己诚实，也因为他看到那个燃烧着的余烬坑的逼迫已经够大了。