

# 在「不死」的框架背景下

作者：坦尼沙罗比丘

译者：一意孤行

翻译时间：2025年11月25日

佛陀决定传法之后说的第一句话就是：“敞开吧，「不死」之门。令具耳者，展现出他们的信念。”他与第一批弟子见面时说的第一句话是：“不死已被证得。我将教导你们。我将教你们佛法。依教修行，你们将抵达并安住于梵行的最高目标之中。”（[《中部经》 26](#)）

难以言表这些第一次讲法的讯息是多么地积极向上，再怎么强调都不为过。在印度，人们的精神追求长期以来都是对「不死」的某种追寻。古老的《吠陀经》和《奥义书》将这种追寻形容为要去找一种被永不枯竭的物质或精神资粮滋养的「不死」的幸福。几个世纪后的佛陀时代，这种追求依然绽放着勃勃生机。佛陀本人也将自己的追求形容为一种「不死」，它超越了一切消极的事物：

“困陷于「出生」，见到那「出生」的过患，如果我因此去寻找那个「无生」(unborn)、「如卸下牛轭般无上的休息」：「解脱」，会有什么结果？困陷于「衰老、疾病、死亡、悲伤、染污」，见到那「衰老、疾病、死亡、悲伤、染污」的过患，如果我因此去寻找那「不老」、「不病」、「不死」、「无忧」、「无染」、「如卸下牛轭般无上的休息」：「解脱」，会有什么结果？”——[《中部经》 26](#)

而且他并非唯一独行之人。舍利弗和目犍连在遇见佛陀之前，也曾以同样的措辞表达过他们的精神渴望，他们像未来的佛陀一样，将这种渴望与某种「不死」的幸福联系起来：

当时，舍利弗和目犍连在「桑迦耶」(Sañjaya)的指导下过着梵行生活。他们立下誓约：“谁先证得不死，谁就要告知对方。”——[《律藏大品》第一卷.第二十三章.第一节](#)

舍利弗在听闻佛法要义后，达到了「初果」的境界，于是他去找到目犍连：

游方者目犍连远远地看见游方者舍利弗走来，便对他说：“我的朋友，你的五官清亮，肤色纯净。我的朋友，你已经证得不死了吗？”

“是的，我的朋友，我已经证得了「不死」。”——[《律藏小品》第一卷.第二十三章.第六节](#)

当然，对「不死」幸福的渴望并非古印度独有，而是人皆有之的。事实上，当佛陀宣布他将教授如何成就「不死」时，他所宣布的是一件激动人心、真的令大地震动的事：他已经解决了死亡的问题。

当他证得「不死」时，他明白自己已彻底摆脱了生、老、死的束缚。那是他彻底的觉醒([中部经 MN 26](#))。正如他所发现的，真正的「不死」是一种完全无限的状态。它是一种“无表面”的意识，这意味着，与寻常的意识不同，它不是通过六根知道的，因此不受过去、现在或未来的限制([中部经 MN 49](#))。它没有任何刻画时间和空间特征的活动：没有来，没有去，也不停留在原地([自说经 Ud 8:1](#))。它独立于时间，是永恒的([相应部 SN 43](#))。它独立于空间，不受“此处、彼处或两者之间”的局限([自说经 Ud 8:4](#))。这是极致的喜乐([法句经 Dh 204](#))，一种超越「喜乐的享受」的喜乐，这意味着它是完全无条件的([中部经 59](#))——既不受其他事物的制约，也不作为任何其他事物的条件([《中部经》 1](#))。正因为它是无条件的，所以它不需要任何营养。这就是它是「不死」的真正原因。正如佛陀所说，认为这种体验会有任何负面的缺点是完全错误的([长部经 9](#))。因此，难怪他将通往「不死」的道路称为“无与伦比的战果”([相应部 45:4](#))，将他的教法称为“狮子吼”([中部经 12](#)；[增支部经 4:33](#))。

鉴于佛陀所传达的法意——战胜死亡——是如此积极正面，但讽刺的是，西方的几代人却将佛陀视为悲观主义者。这是因为他们的眼光只看到佛陀对人们生活中最珍贵的事物(例如家庭、财富和所有物)的负面评价。

但这些负面的评价必须放进框架背景中去理解。正如佛陀所见，人们因「渴贪」(爱, craving)和「执着」(取, clinging)而困于生老病死之中。他希望人们能够看清自己所执取之物的负面，从而获得放下执着所带来的自由。

尤其是，他看到，他们渴求并执着于五种活动，称为「五蕴」：「色」、「受」、「想」、思惟架构(「行」)和「识」。正是从这些活动中，他们塑造出他们认为赋予生命坚实意义的东西：他们对感官世界美化了的幻想(sensual fantasies)、他们的世界观、他们觉得什么事儿应该做，什么事儿不应该做，甚至他们对『他们是谁』的感觉。

因为这些「执着」埋藏得深，非常深，他得下猛药来对治它们。他的主药是：首先，他会指出他们所执着的事物是由「蕴」构成的——甚至他们对自身和世界的经验也是由「蕴」构成的——然后，他会指出任何由这些「蕴」构成的事物都无法建立持久或可靠的幸福。

因此，佛陀教导听法者，若能从「三种想」的角度来理解「五蕴」，便能获得法益。这「三种想」分别着眼于：(1) 所有的「蕴」都在飞逝离去，皆为「无常」；(2) 而「无常」的事物，若试图从中寻求快乐，那是「有苦」的；(3) 对于「无常」且「有苦」的事物，若以「不死」的视角来看，是不值得执取，拿来当作“我、我的自我或『这就是我』”的。随着这些认知（「想」）融入内心时，便能引发对「五蕴」的「淡然之心」（燕处超然的心态、离贪、断爱、dispassion），让心能够撒手放下它们。

因为通往终结痛苦的道路需要运用「五蕴」的善巧版本——既为了培养「分别智慧」，也为了能提供沿途所需的滋养喜乐——所以这「三种想」必须分阶段运用。第一阶段，是将它们用于对付任何可能使心偏离「道」的事物。在第二阶段，要将它们应用于「道」本身，让心能够完全自由。

因此，尽管这些关于「无常、苦和非我」的「想」侧重于「五蕴」的负面，但从整体上看，它们的目的却是积极的：是为了引入一种彻彻底底的「燕处超然的心态」，从而使心灵摆脱「执着」，不再受困于「渴贪」，不要一再回来，一再回来，重复经历衰老、疾病和死亡。这些认知（「想」）能让心灵反过来做开，去体验那无尽的、「不死」的快乐。

问题在于，许多认为自己是佛教徒甚至声称是佛教老师的人，把背景框架搞反了。他们没有把对「不死的幸福」的渴望视为背景，也没有把「三种想」视为服务于这一背景的策略，这些人把事情倒了个个儿。他们把「三种想」当作了框架背景，他们给现实的本质下个定义，断言道，对幸福的渴望要现实一点儿，得接受这个大背景：在一个变幻无常的世界里，所能期盼的最好幸福也只能是变幻莫定、本质为苦、并非真正属于你或你的幸福。

当这些认知（「想」）——如今根据古代论典，被称作三“「相」（characteristics 特征）”——构成了框架背景时，它们便重新定义了死亡这个问题。死亡不再被视为一个问题。相反，渴望逃离死亡去寻找某种不变的幸福成了问题。执着于这种渴望，如今倒被认为是痛苦的根源。真正的智慧关键在于要去接受死亡，放下对永恒幸福的执着，要想找到内心的平

静与满足，关键是不要去拥抱而是要放开世间的快乐，因为它们在当下就是来来去去的。

这种态度有时被美其名曰为“拥抱无常”的修行。在这种修行中，「五蕴」的「无常」不再被视为彻底舍弃它们的理由，反而更有理由在它们消逝之前珍惜它们。花朵之所以美丽，是因为它会凋谢；日落之所以动人，是因为它会褪色；每个瞬间之所以无限珍贵，是因为它转瞬即逝，哪怕当它升起的时候就溜过去了。

这种思路的魅惑显而易见，因为它使觉悟变得触手可及：大马路一捡就是，无需付出任何英雄般的奋斗。同时，它也提倡知足、坚韧和感恩的智慧，这些都是佛教的优良美德。然而，这样的理解是有代价的。它否定了佛陀与「永恒之喜」有关的教导，这种喜乐存在于一个超越时空和当下束缚的维度。取而代之的是，它固步自封于那些局限于这些束缚之内的、羸弱而苍白的快乐，而这些束缚又在不断地夺走它们所提供的一切。与「不死」相比，「拥抱无常」的教义就像但丁笔下的地狱景象：恋人们试图拥抱，却被永不停息的旋风一次又一次地将他们的臂膀撕扯开来。

这种态度或许可以被简单地理解为一种不愿去接受通往真正「不死」之路的挑战的借口。而这种『不愿接受挑战』并非什么新鲜事。即使在佛陀时代，他的许多追随者也尚未准备好踏上这条尊贵之路。他们满足于追求今生的幸福，期盼来世美好的重生。他们不愿接受挑战，这是令人惋惜的，但至少他们尊敬佛陀以及那些愿意献身于这条尊贵之路的弟子。

然而，现代人接受「无常」的态度并非仅仅是出于『不愿意接受挑战』。他们的根本前提否定了佛陀获得胜利的可能性。这种态度暗示，佛陀对「不死」幸福的渴望是错误的；他声称自己已经成功找到了「不死」，那是妄想。如此一来，它不仅否定了佛陀获胜了的可能性，也否定了所有众生获得胜利的可能性。在这种态度的解读下，佛陀的教诲对那些世界正在崩塌、饱受苦难的人们来说，根本是无济于事。

所以，为了佛陀，也为了我们所有受苦之人，我们最好是去把那个框架扶正。佛陀决定传法时，并没有宣称自己要开启的是一扇通往期望被打折扣的大门。当他走向他的第一批弟子时，也没有软语呢喃地说自己领悟了如何去欣赏田野中的花朵昙花一现之美的智慧。他发出的是震耳欲聋的狮子吼，因为他证得的是更加无垠、更加恢弘得多的境界。他开启的是通往「不死」之门，那是任何人所能渴望的最高幸福。这就是当时的那个背景。

「三种想」正是在这个背景之下发挥作用的，它们是帮助听法者摆脱他们的执着的策略，让他们自己也能证得「不死」的幸福。