

非我的策略

作者：坦尼沙罗尊者

译者：一意孤行

2026年9月13日

佛陀曾经说过，他最常给他的弟子讲的法是：“『一切「行」(架构)皆无常』，『一切「法」(现象)皆非我 (*anattā*)』”（《中部》MN 35经）。许多人将这第二句话解读为『没有自我』(there is no self)。然而，其他人注意到，在巴利文经典——现存最早的佛陀教义的记录——中，有一些句子是以积极的方式来提及「自我」这一概念的，例如佛陀曾说『自我就是他自己的支柱』（《法句经》Dhp 160），或者在他劝一群年轻人，与其去寻找那个偷了他们东西的女子，不如去寻找「自我」的时候（《律藏·小品》第一章 Mv I 14.4）。这些读者由此得出结论：『一切「法」皆非我』（All phenomena are not-self），这句话的意思是说，得要清除某种对错误的「我见」的执着，好去证得「真正的自我」。

这两种立场之间的争论已经持续了数千年，双方都能另外引经据典来反驳对方。即使到了今天，双方仍然各有各的拥趸，但两边谁都没有鸣金收兵。

一直以来，解决僵局一种常见办法是认为『两边都对』，只是它们各自站位的「真理层次」不同而已。其中一种版本说的是，在「世俗谛」（通俗真理）层面上看，是「有我」的，但在「胜义谛」（终极真理）层面上则是「无我」的。另一版本的说法则把这两个层次的先后倒了个儿：「世俗谛」上的「自我」是不存在的，而「胜义谛」上某种更高层次的「自我」则是存在的。所以，僵局还在。

然而，所有这些观点都轻描淡写地掠过一个事实：佛陀曾被硬生生地问到「自我」是存在的还是不存在的，他是保持沉默的。提问者，游方者「婆蹉氏」，并没有追着问佛陀为何不说话，而是起身离去。

然而，当阿难尊者问佛陀为何不回答这个问题时，佛陀给出了四个理由——两边都各自给出了两个理由——说明为何用『自我存在』或『自我不存在』来回答「婆蹉氏」的问题是不善巧的。(1) 断言「有我」就会站在错误的「永恒论」一边。(2) 断言「没有自我」就会站在错误的「断灭论」一边。(3) 断言「有我」那就与“一切法(现象)皆非我”这一「知见」(knowledge)的生起不相吻合。(4) 告诉「婆蹉氏」说『自我不存在』，只会让他比以前更加困惑。

如果我们完全照字面意思去理解佛陀在此提出的理由，那么它们表明，关于「自我存在与否」的争论双方，不是说他们各有各的道理，而是他们全都错了。他们都错在一个共同点上：他们都假定佛陀的教义是从『「自我」在形而上学之上的地位是什么』这一问题出发的，也就是说，「自我」到底是否存在。

当然，前提是我们就从字面意思来理解佛陀沉默的理由。然而，那些坚持认为佛陀是站在「自我存在」的立场这一边的人，往往容易不去看佛陀面对这个问题保持沉默的前三个理由，而只去注意第四个理由。他们说，如果换一位比「婆蹉氏」灵性修为更高的人来问这个问题，佛陀就会表明他的真实立场。

然而，前三个理由，没有一个是针对「婆蹉氏」对「佛陀可能给出的回答」的反应而说的。

本文旨在证明这些理由应被理解为——佛陀始终拒绝就『自我是否存在』这一问题表明某种立场，而他对这一问题的沉默至关重要。为阐明这些观点，本文将从三个主要的背景来考察佛陀的沉默：

- (1) 他的教学目的和教学范围；
- (2) 使该目的成为可能的形而上学假设；以及
- (3) 他为实现该目的而采取的教学策略。

一旦我们理解了这些背景，我们不仅能更好地理解佛陀的沉默，还可以更好地理解：

- (4) 为什么与「自我存在或不存在」有关的「见」并不服务于佛陀的教学目的；
- (5) 为什么「我想」与「非我想」却能作为一种策略，有助于实现这一目的；
- (6) 尤其是，『一切法(现象)皆非我』这个「想」所服务的是何种目的？
- (7) 为什么所有这些「见」在成功达成佛陀教法的主要目的之后，就不再需要了，也不再适用了。

换句话说，本文的目的是要表明，佛陀关于「我」和「非我」的教法都是为了帮助他的学生达到教学目标的「策略」，而一旦目标实现，这些「策略」就没一个能用了。

1. 教学目的和教学范围

佛陀的所有教义都必须从它们的根本目的上来理解，它们都是为了去解决一个问题：*dukkha*(压力、痛苦)的问题。别的事情只有在与这一问题的解决相关时才会被提及。任何与此问题无关或会妨碍其解决的事情，都不在佛陀愿意探讨的范围之内。

“阿努那达，无论过去还是现在，我所讲的都只是「苦」，以及「苦的止熄」。”

——[《相应部》SN 22:86经](#)

此处的“苦的止熄”并非指个别「苦」的事件的简单流逝，这种事情司空见惯。它指的是「苦的彻底终结」，这种境界只能通过志在培养对「苦的集」或「苦的因」的「去激情、超脱的心态」（dispassion）修行之路才能达到。

这些事实构成了佛陀的核心教义——「四圣谛」：「苦、苦的起因、苦的止熄以及通往苦的止熄的修行之道」。

2. 「四圣谛」的形而上学假设

从这四个「圣谛」中，我们可以探索到佛陀整个教义背后的「形而上学假设」。这些假设并不难发现，因为它们通过各个「圣谛」之间的相互关联而显露出来。前两个「圣谛」指出，「苦」源于「饥狂」（craving）和「执取」（clinging）这些内心的活动。后两个「圣谛」指出，「苦的止熄」可以通过构成「灭苦之道」的「行为手段」来实现。这些「圣谛」两两配对方式表明，佛陀的「形而上学基本假设」与「行为」（业）相关：「行为」是真实的，是选择的结果，是有后果的，而这些后果可能导向「苦」的延续，也可能导向「苦」的终结。

基于这些假设，将「我想」和「非我想」视为「业」（kamma）的两种类型，并对它们是会「造苦」的行为还是导向「灭苦」的行为进行评估，就显得合情合理了。而这正是佛陀所做的。他指出，创造某种「自我认同感」的动作——用他的术语来说是“制造—我”（*ahaṅkāra*）和“制造—我所”（*mamaṅkāra*——参见 [《增支部》AN3:33经](#)）——是「苦」的主要来源。「非我」的教法也是一种行为，一种「想」，它是许多有用的行为之一，是通过将「苦因」带向终结来实现「灭苦之道」的一个部分。然而，佛陀也发现，某些类型的「自我认同」有助于引导弟子们踏上修行之路，并激励他们坚持下去，直到修行技巧成熟到不再需要「我想」为止。届时，「非我想」将被用来斩断对任何可能的「自我意识」的「执取」，从而带来圆满的觉悟。因为对「觉悟」的描述之一是“动作的终结”（[《相应部》SN 35:145经](#)；[《增支部》AN 4:237经](#)；[《增支部》AN 6:63经](#)）¹，所以当达到觉悟时，所有「想」的动作——包括对「我想」和「非我想」——都会被搁置。

这意味着说，在佛陀关于「修行之道」的教义中，“自我”和“非我”并非是形而上学的教条，而是某些「策略」：是为了服务于修行道路上的特定目的而设的「想」，并在不再需要时被搁置一旁。

事实上，通往「苦尽」的整条道路包含八种策略——正是这八个要素赋予了这条道路「八正道」之名：「正见」、「正志」、「正语」、「正业」、「正命」、「正精进」、「正念」和「正定」。所有这些要素都是需要培养和熟练掌握的技能：它们是为了达成某种善巧目的而制定的「策略」，一旦目的达到，它们就可以放下了。

¹ 译者注：古文有翻译成：“无作”。

「正见」——理解「苦及其止熄」的正确焦点和框架——就是这些「策略」的其中之一。正是在这一「道支」之下，关于「我」和「非我」的「见」发挥着它们的作用，帮助我们去「究竟苦边」。这意味着，关于「我」和「非我」的教义并非是回答『自我是否存在』这种问题的答案，而是为了去回答佛陀所说的那个通往「正见」的智慧发端之问：“什么事，如果我做了，会给我带来长远的福祉和快乐？”（《中部》MN 135经）学会善巧地运用「我想」和「非我想」，你就能获得长远的福祉和快乐。

至于那个目标——「苦的止熄」，经藏指出，虽然它是可以体验到的，但它超越了描述的范畴，因此任何关于「自我」或「非我」的描述这里都用不上了。因为它是行为的终点，所以它空掉了所有的「策略」。「自我」和「非我」的概念之所以被抛弃，不仅是因为用它们来描述这个目标是不合适的，还因为既然目标已经达成，它们就可以马放南山了。

3. 佛陀的教学策略

为了帮助听众把「正见」当作达成那个目标的一种手段来掌握，佛陀采取了一种教学策略：他只回答那些与主题相关的问题。根据这一原则，他将问题分为四类，其立足点是如何才能让听众在心中带着一个正确的框架，对准好焦距（《增支部》AN 4:42经）。第一类问题值得给出一个「绝对明确」的（categorical）答案，即一个通遍适用的答案。第二类问题需要给出一个「分析性」的答案，佛陀会把问题展开或对问题进行重新的表述，以说明他的答案在哪些条件下适用，在哪些条件下不适用。第三类问题需要先反问提问者，以帮助澄清问题或帮助提问者理解答案。第四类问题应该放在一边，因为它们处理的内容已经离题，会把提问者引向岔路，给带偏了。

那些值得直接给出绝对明确答案最重要的问题，它们的焦点都集中在「四圣谛」的技巧之上：「知苦」、「断集」、「证灭」和「修道」。

在这些技巧中，最核心的就是要培养能够截断内心「苦因」的「道支」，这些「苦因」就是对注定会变迁的事物的「激情」和「欲望」。作为这项技术的第一步，这也是「正见」的一部分，佛陀用不同的方法来对人们觉得会有「激情」和「欲望」的对象进行了分类。有一套基本的分类体系包含了五种活动，叫做「五蕴」（*khandha*）：「色、受、想、行、识」。当人们以「激情」和「喜悦」来「执取」这些活动时，他们就会「受苦」。就像佛陀最杰出的弟子之一舍利弗尊者向一群僧侣解释的那样：

舍利弗尊者说：“诸位朋友，在异邦他乡，有智慧的贵族和婆罗门，有居士和修行者——因为那里的人民智慧而明辨是非——他们会问一位僧人：‘你的老师的教义是什么？他教导的什么？’”

“如果有人这样问你，你应该回答：‘我们的老师教导我们如何降服「激情」和「欲望」。」”

“……对什么的「激情」和「欲望」？”

“.....对「色」.....「受」.....「想」.....「行」.....「识」的「激情」和「欲望」。”

“.....是因为看到什么危险(或弊端), 所以你的老师才教你们降服对「色」.....「受」.....「想」.....「行」.....「识」的「激情」和「欲望」的呢?”

“.....如果一个人无法摆脱对「色」的激情(passion)、欲望(desire)、爱(love)、饥渴(thirst)、燥热(fever)和抓狂(craving), 一旦这个「色」发生任何的变异和改动, 就会生起忧、悲、苦、恼和绝望。”.....

[受、想、行、识, 亦复如是。]

“.....那么, 是因为看到什么利益, 所以你的老师才教你们降服对「色」.....「受」.....「想」.....「行」.....「识」的「激情」和「欲望」的呢?”

“.....当一个人摆脱了对「色」的激情、欲望、爱、饥渴、燥热和抓狂, 那么无论这个「色」发生任何的变异和改动, 就不会生起忧、悲、苦、恼和绝望。”

[受、想、行、识, 亦复如是。] —— [《相应部》SN 22:2经](#)

对这些「蕴」的「激情」和「欲望」的主要表现之一, 就是将它们视为“我”或“我的”, 围绕着它们之上建立起一种「自我感」来。

“有这样一种情况, 一个未受教的凡夫——不尊重圣者, 不多闻或不遵守他们的法; 不尊重正直之人, 不多闻或不遵守他们的法, 以「色」(色身)为我, 或以为「色」是我的, 或以为「色」在我中, 或以为我在「色」中。他被“我就是色”或“色就是我的”的观念捕获。当他被这些观念捕获, 他的「色」发生了变化和改动时, 他就陷入忧、悲、苦、恼和绝望之中。

[受、想、行、识, 亦复如是。] —— [《相应部》SN 22:1经](#)

佛陀所说的“制造—我”和“制造—我所”指的就是围绕着任何一个「蕴」所建筑起来的这些「自我认同」的方式。众生之所以会参与“制造—我”和“制造—我所”, 是因为在「五蕴」中可以找到快乐。

“摩诃利, 如果「色」纯粹只有苦——接踵而至的是「苦」, 其中充遍的是「苦」, 其中充遍的不是「乐」——众生就不会被「色」弄得神魂颠倒。但因为「色」也是有「乐」的——接踵而至的是「乐」, 其中充遍的有「乐」, 其中充遍的不是「苦」——众生才会被「色」吸引。因为「神魂颠倒」, 他们被「吸引」。因为「吸引」, 他们被「污染」。这就是众生「染污」的「因」(cause), 这就是众生

「染污」的「缘」(requisite condition)。众生就是这样被「因」、被「缘」染污的。[其他诸蕴，亦复如是。]”——[《相应部》SN 22:60经](#)

“制造—我”和“制造—我所”的活动是「制造染污的」(defiling)，哪怕它们的目标是快乐，但结果却是自讨苦吃——既因为「执取」的动作本身就是「有压力」(苦)的，也因为试图在迟早会变、「有压力」、不是完全能受人控制的事物中寻找某种可靠的快乐。

“如果「色」就是「自我」，那么这个「色」就不会让它自己生病。我们可以对「色」说：‘让我的「色」这样吧。让我的「色」不这样吧。’但正因为「色」不是「自我」，这个「色」才会让它自己生病。所以我们无法对「色」说：‘让我的「色」这样吧。让我的「色」不这样吧。’(其他诸蕴，亦复如是。)”——[《相应部》SN 22:59经](#)

“比丘们，你们是否见过任何一种以「我语取」(doctrine of self)为形式的「执取」，如果你们「执取」它时，却不会生起忧、悲、苦、恼和绝望的吗？”

“没有，佛主。”

“……我也不这么认为……比丘们，你们怎么看？如果有人祇陀林中采集、焚烧或随意处置草木枝叶，你们会想到‘这个人采集、焚烧或随意处置的，是**「我们」**吗？’”

“不会，佛主。为什么呢？因为那些东西不是我们的「自我」，也跟我们的「自我」无关。”

“同样的道理，比丘们，但凡不是你的：就该放下。你对它的放下，将是你长远的福祉和快乐。那么，什么东西不是你的呢？「色」不是你的……「受」不是你的……「想」不是你的……「行」不是你的……「识」不是你的。放开它。你对它的放开，将是你长远的福祉和快乐。”——[《中部》MN 22经](#)

关于为什么，以及如何才能终结“制造—我”和“制造—我所”的活动，这一类的问题归属于佛陀会给出「绝对明确的」(categorical)答案的问题之列。

摩迦罗奢：

以何种方式看待世界的人

死神之王看不见他？

佛陀：

摩迦罗奢, 时刻保持「正念」。

将世界当作是

空的,

除掉任何

以「自我」为基础的「见」。

以此

一个人高高越过死亡。

一个如此看待世界的人

死神之王看不见他。——[《经集》Sn 5:15经](#)

换句话说, 如果将「执取某种自我意识」的活动同时看作是一种「选择」和一种「可逆的选择」, 这样的问题佛陀会给出「绝对明确」的答案。

为了帮助听者亲眼见到这种活动, 并当场就地扭转它的方向, 他经常会用交叉提问的策略, 引导他们检查自己对「五蕴」的体验, 以某种方式让他们去体会到对「五蕴」的「脱离迷想、祛魅」与「去激情、超脱、燕处超然、淡然升华」的心态, 进而停止那些围绕着它们的“制造—我”和“制造—我所”的过程。结果, 许多听众就在这种交叉提问的现场, 彻底地从所有的「苦」中得到「解脱」。

“比丘们, 你们怎么想:「色」是「常」的, 还是「无常」的?”

“是「无常」的, 佛主。”

“「无常」的事物是「轻松」的还是「苦」的?”

“「苦」的, 大人。”

“那么, 把那些「无常」、「苦」、「易变」的事物视为‘这是我的。这是我的自我。这就是我的存在’是否合适呢?”

“不, 佛主。”

“...「受」是「常」的还是「无常」的?”

“「无常」的, 佛主。”.....

“...「想」是「常」的还是「无常」的?”

“「无常」的，佛主。”……

“…「行」是「常」的还是「无常」的？”

“「无常」的，佛主。”……

“比丘们，你们怎么想：「识」是「常」的还是「无常」的？”

“「无常」的。”

“「无常」的事物是轻松的还是「有苦」的？”

“「有苦」的，佛主。”

“那么，把那些「无常」、「苦」、注定会变的事物视为‘这是我的。这是我的自我。这就是『我之所是』(what I am)’是否合适呢？”

“不，佛主。”

“因此，比丘们，任何「色」，无论是过去、未来或现在、或内或外、或粗或细、或平凡或崇高、或远或近…… 每种「色」，当它现起时，都应以「正慧」(right discernment)如实看待，‘这不是我的。这不是我自己。这不是『我之所是』(what I am)。’

“任何「受」……

“任何「想」……

“任何「行」……

“任何「识」，无论是过去、未来或现在、或内或外、或粗或细、或平凡或崇高、或远或近…… 每种「识」，当它现起时，都应以「正慧」如实看待，‘这不是我的。这不是我自己。这不是『我之所是』(what I am)。’”

[受、想、行、识，亦复如是。]

“亲见于此，受圣者教导的弟子便对「色」「脱离迷想、祛魅」、对「受」「脱离迷想、祛魅」、对「想」「脱离迷想、祛魅」、对「行」「脱离迷想、祛魅」、对「识」「脱离迷想、祛魅」。因为「脱离迷想、祛魅」，他变得「去激情、超脱、燕处超然、淡然升华」。透过「去激情、超脱、燕处超然、淡然升华」，他「解脱」。随着「解脱」，「知见」(明, knowledge)升起，‘解脱了’。他「分别」(discern)到‘此生已尽，梵行已立，使命已成。在这个世界上，再也没有什么需要做的了。’”

这就是世尊的教说。五位比丘听完世尊所说，欢喜雀跃，心满意足。在世尊解法的过程中，五位比丘的心因「无执取/食」，从「漏」中「解脱」。——《[相应部](#)》SN 22:59经

然而，请注意这种交叉提问的模式最终导向的结论是：「五蕴」不值得被当作是“我的”、“我的自我”或“我所是的那些东西”。为了引导听者「解脱」，佛陀并没有要他们进一步得出『没有自我存在』的结论。事实上，关于『自我是否存在』的问题，属于理应被搁置的那一类。在这种框架的划定之下提出的问题，非但无助于「苦」的终结，反而会成为枷锁和纠缠，阻碍修行的道路。

例如，以下是佛陀与婆蹉氏相遇的对话记录：

当他坐在那里时，他问世尊：“那么，乔达摩大师，自我是存在的吗？”

听到此话，世尊保持沉默。

“那么，您的意思是，自我就不存在，对吗？”

这次，世尊还是保持沉默。

然后游方者婆蹉氏从座位上起身离开。

然后，在游方者婆蹉氏离开后不久，阿难尊者对世尊说：“世尊，为什么当游方者婆蹉氏问问题时，世尊不回答呢？”

“阿难，如果我——被游方者婆蹉氏问道『是否有一个自我』时——回答说『有一个自我』，那就符合了那些支持「永恒论」，[认为有一个永恒的、不变的灵魂]的冥想者和婆罗门的观点。如果我——被游方者婆蹉氏问道『是否没有自我』时——回答说「没有自我」，那就符合那些支持「断灭论」，[认为死亡是意识的毁灭的观点]的冥想者和婆罗门的观点。如果我——被游方者婆蹉氏问道『是否有一个自我』时——回答说『有一个自我』，这会有助于[一切现象皆非我]的智慧的生起吗？”

“不，佛主。”

“而如果我——被游方者婆蹉氏问道『是否没有自我』时——回答说『没有自我』，本来已困惑的婆蹉氏会变得更加困惑：‘我一直都习以为常的「自我」现在却不存在了吗？’”——[《相应部》SN 44:10经](#)

正如我们之前提到的，那些认为佛陀对『是否存在自我』这一问题横竖都要持某种立场的人，想把佛陀面对婆蹉氏提问时的沉默用巧言给搪塞过去。他们通常采取的手段是——眼睛只盯着他（佛陀）对阿难说的最后那段话：『婆蹉氏当时已经够困惑的了，如果对他说“没有自我”，那会让他更加困惑』。在某些情况下，他们把这一同样的「限定条件」(qualification)也加在佛陀对阿难说的前面两句话上面，说婆蹉氏会把『自我是存在的』这句话**误解成**要倾向于「永恒主义」，或者把『自我是不存在的』这句话**误解成**要倾向「断灭主义」。例如，这些人中有一部分声称说，佛陀对这个问题采取的是一种「分析性的」「是」或「否」的立场——也就是说，「自我」是「存在于某一个层面的，但在另一个层面则是「不存在」的。如果佛陀只是简单地回答婆蹉氏说“是”或“否”，后者就无法理解其教法的精微之处。另一部分人则声称说，『自我不存在』的说法并不真的是「断灭论」，因为「自我」本来就不存在，所以就没有什么

「自我」可以拿去灭掉。所有这些解释都得出结论：如果让一个更睿智的人来的话，那他就不会误解这些要点。

作为证据，他们的眼睛盯在了佛陀阐述他的四个理由之前所使用的那个「限定条件」(qualifications)：“如果我被游方者婆蹉氏问道……”。他们声称，这就表明了，如果换作是其他人来问这个问题的话，佛陀的回答就会有所不同，因为“自我存在”与/或“自我不存在”这两个陈述，对不同的人来说，意义就会有所不同。

然而，这种解读忽略了四件事情：(1)如果佛陀想向一位比婆蹉氏灵性修为更高的人断言说「有我」或者「无我」，他完全可以跟阿难说。但他并没有这样做。(2)如果他对「自我的存在性」问题持某种「分析性」的「见」——比如说，「自我」存在于某个层面，但不存在于另一个层面；或者说『自我不存在』并不是「断灭论」，因为本来无一物，拿甚来断灭——他完全可以通过交叉提问的方式，向婆蹉氏或阿难给出分析性的答案。但他同样也没有这样做。(3)“如果我被游方者婆蹉氏问道……”这一「限定条件」不仅被放在了第一、第二和第四条理由的前面，也放在了第三个理由的前面。如果它仅仅是为了把这些理由限定在『问问题的人是婆蹉氏』这一事实之上，那么它应该也同样适用于第三个理由。然而，从未有人提出过这种说法，而且经典中也没有任何一处支持这种说法。(4)更重要的是，经典中还有一段经文，佛陀在其中告诉一群比丘说，“我存在吗？”和“我不存在吗？”诸如此类的问题，不管来提问的人是谁，在任何情况下，都应该被搁置。

“有一种情况是，一个未受教的凡夫——不尊重圣者，未多闻佛法或不依佛法为他们的律的人；不敬重正直的人，不多闻或不依佛法为他们的律的人——没有智慧辨别哪些想法值得注意或哪些想法不值得去注意。如此以来，他不注意该注意的想法，而(反而)去注意不该注意的想法……

“这就是他「非如理作意」的想法：‘我过去存在吗？我过去不存在的吗？过去的我是什么？过去的我过得怎样？既然过去的我曾经是这个样子，那过去的过去，我又是什么呢？未来我会存在吗？未来我会不存在了吗？未来的我会变成什么样呢？未来我会过得怎样？如果我将来已经成为了什么，那将来的将来，我又会成为什么？或者他的内心对即刻的当下感到困惑：‘我存在吗？’我不存在吗？我是什么？我是怎样存在的？这个众生从哪里来？它会去哪里？“

当他「不如理作意」时，「六种见」之一会在他心中生起：‘我有一个自我’的见解在他心中升起，认为这是真实且确定的，或‘我没有一个自我’的见解……或生起‘正是通过自我，我才见到自我’……或‘正是通过自我，我才见到非我’……或‘正是通过非我，我才见到自我’的见解，认为这是真实且确定的。或他有这样的见地：‘正是我的这个自我——感知到善行和恶行在此处和彼处成熟的知者——是我的「自我」，是稳靠的、持续的、永恒的，不会改变的，并且耐久的，直到永远。这称为「见的丛林」、

「见的荒野」、「见的变形」、「见的扭曲」、「见的束缚」。凡夫受见的束缚，无法脱离生、老、死、忧、悲、苦、恼、绝望。我告诉你，他并没有摆脱痛苦和压力。

“严格受教的圣弟子——尊重圣者，多闻并依佛法为他们的律；尊敬正直的人，多闻并依佛法为他们的律——以智慧辨别哪些想法适合注意，哪些想法不适合注意。因此，他不去注意「非如理作意」的想法，而去注意「如理作意」的想法……

“他「如理作意」到：‘这是苦’……‘这是苦的集起’……‘这是苦的止熄’……‘这是导致苦止熄的方法’。”当他如此「如理作意」时，他身上的三种束缚就被抛弃了：自我认同之见（有身见）、怀疑（疑）以及对传统习俗和修法的执着（戒禁取）。——[《中部》MN 2经](#)

这段经文阐述了许多重要的观点，但其中两点与本文最为相关。首先，它驳斥了这样一种解读：佛陀避免被贴上「断灭论」标签的方法，是因为他坚持认为『死亡的时候，没有什么被断灭的「自我」』。正如这段经文所示，仅仅是在当下问道“我不存在吗？”，并得出答案说“我没有自我”，与得出“我有某种自我”——而这个自我将来可能会断灭——的答案一样，都是一种枷锁（结缚）。这两种立场都会妨碍我们去注意那些适合作意的思想。

其次，这段经文表明，诸如“自我存在吗？”“自我不存在？”“我存在吗？”“我不存在吗？”“我是什么？”之类的问题，无论是谁发问的，从始至终都应该划归到应被搁置的问题之列。因此，佛陀不回答婆蹉氏问题的前三个理由，不仅适用于婆蹉氏的情况，也适用于所有提出这些问题或诸如此类问题的情况。

4. 两种「见结」

每当佛陀搁置某个问题时，总会有个为什么的原因。以上引自[《中部》MN 2经](#)的段落，给出了此处的那个“为什么”的简要答案：无论是“我有一个「自我」”还是“我没有「自我」”的「见」——事实上，所有回答“我是不是存在？”这个问题的努力——都如同枷锁和茧房，阻碍着我们实现「苦」的终结。正如用舍利弗尊者在[《相应部》SN 22:2经](#)中所用的术语来说，抓住「有我」或「无我」的「见」不放的这个动作，实际上就是一种对注入「见」的形成过程中的「想」和「心行」的「激情」或「欲望」。

这是简短的回答。为了更详细地理解为什么这些「见」背后的问题应该被搁置，值得研究一下佛陀在[《相应部》MN 44:10经](#)中不回答婆蹉氏问题的头三个理由。

- 第一个理由说的是，如果说“有我”，那就是站在了「永恒主义」（常见）的「邪见」一边。这里需要注意的是，佛陀并非认为所有关于「某种自我存在」的「见」都是「永恒主义」性质的。我们接下来会看到，他很清楚那些声称『自我是存在的』，但却是『非永恒』的「见」。然而，“自我是存在的”这一说法与「永恒主义」有一点是共通的，那就是，它与「常见」都有着相同的实际修行层面的缺陷。它不能作为「灭苦」的策略之一，因为固执这种「见」，就会存在一种双重的「执着」：执着于「见」本身，

以及执着于该「见」所认同为「自我」的对象。正因如此，佛陀才如此频繁地解构「有我之见」，以帮助他的声闻弟子在修行道路上不断进步。

他对「有我之见」的处理方法最详尽的论述之一见于《大因经》（长部 [DN 15 经](#)）。在经文中，他驳斥了所有的「有我之见」。首先，他将所有描述「自我」的理论归入四大类，不外乎是：(1) 有色（身体）且有限；(2) 有色且无限；(3) 无色且有限；(4) 无色且无限。然后，他指出，一个人对「自我」的定义落入这四类中的任何一种，他可能要么会说「自我」现成就已经是这样的；要么说，「自我」会自然而然地变成这样（例如在睡眠或死亡时）；或者说，「自我」可以通过修行变成这样。这就总共给出了十二种「自我」的定义方式。

经文并未列举这四种基本类型的具体例子，但我们可以给出以下几个例子加以说明：(1) 否认灵魂存在，并将「自我」等同于肉体的理论；(2) 将「自我」等同于一切「众生」或宇宙的理论；(3) 认为灵魂是离散个体的理论；(4) 认为有某种「统一的灵魂」(unitary soul) 或某种内生于一切万物之中的「同一性」(identity imminent in all things) 的理论。佛陀指出，落入上述任何一种类别的「见」都会让人痴迷。

他接着继续说明，任何对「自我」的假设，无论如何定义，都围绕着上述「五蕴」中的一个或多个展开——要么假设「自我」与「五蕴」是等同的，要么是占据着「五蕴」，要么居于「五蕴」之中，要么被包含在「五蕴」之内。例如，一个「无色无限」的「自我」可能被假设说，它把「意识」包含在内，或者说它与「意识」是等同的。由于这些「五蕴」，包括「识蕴」在内，都是「无常」且「有苦」的，因此，任何关于「自我」的理论，无论如何定义，都必然包含着对「无常」且「有苦」的事物的「痴迷」。「痴迷」本身也是「有苦」的。这就是为什么任何一种「有我之见」都是一种「见结」。它们都无法带你超越「死神」(Death's King) 的掌控。

- 佛陀不回答婆蹉氏问题的第二个理由是，如果他断言说『自我是不存在的』，那就等于是站在了「断灭论者」的「邪见」一边。这是因为这种说法与「断灭论」有着同样的实际修行层面上的缺陷。它同样会妨碍人们为了「灭苦」而采取的那些必要的策略，因为固执它的动作本身会在两个主要层面上形成一种「结缚」。

从较粗浅的层面来看，这一类的「见」可以用来为不道德的行为狡辩：如果没有「自我」存在，那就没有对行为负责的主体，没有人从善巧的行为中受益，也没有人会因不善巧的行为而受到伤害。

这一点在《中部》[MN 109 经](#)中有所阐述。当时，一群比丘正在聆听佛陀说法，其中一位僧侣问佛陀如何才能断除「制造—我」和「制造—我所」。佛陀回答说：

“比丘，一个人看到「色」，无论是哪一种——过去、未来或现在，或内或外，或粗或细，或凡或崇，或远或近——任何一种「色」，都要以「正慧」(right discernment) 如实观之：‘这不是我的。这不是我的「自我」。这不是『我之所是』。’”

“一个人都看到「受」，无论是哪一种……「想」，无论是哪一种……「行」，无论是哪一种……”

“一个人看到「识」，无论是哪一种——过去、未来或现在，或内或外，或粗或细，或凡或崇，或远或近——任何一种「色」，都要以「正慧」(right discernment)如实观之：‘这不是我的。这不是我的「自我」。这不是『我之所是』’” [参见上面[《相应部》SN 22:59经](#)。]

然而，在场的另一位比丘却将这一「禅思」引向了不善巧的方向。他没有将其用于其既定的目的——终结「制造—我」和「制造—我所」——而是将其引向了一个结论：由「非我」的事物所作出的行为是无法触碰到一个人自身的。

就在这时，一位比丘意识中浮现出这么一个思路：“所以——色非我，受非我，想非我，行非我，识非我。那么，什么样的「自我」，能被「非我」的事物所作出的行为触及到呢？”

这一结论实际上否定了佛陀关于「业果不虚」(efficacy of kamma)的根本假设。佛陀对这种对其教义的误用，首先作出的回应就是予以谴责：

于是，世尊以他的意识觉察到那位比丘意识中的思路，便对比丘们说：“可能某个愚昧无知的人——沉溺于「无明」，被「饥狂」(craving)所支配——会认为他可以这样曲解老师的教诲：‘所以——色非我，受非我，想非我，行非我，识非我。那么，什么样的「自我」，能被「非我」的事物所作出的行为触及到呢？’”

佛陀随后转向其他比丘，带领他们进行他惯常的交叉式提问，探讨「五蕴」是否值得被视为「自我」(如上文[《相应部》SN 22:59经](#))。结果是，六十位比丘通过断尽一切「执取」而证得圆满觉悟。佛陀没有与那位误入歧途的比丘争论，而是举例说明，「非我」的教义是该如何拿来运用的：要把它当作是为了断除「执取」的一种策略。佛陀指出，将「非我」的教义当作形而上学的教条，否认一个人对自身行为的责任，以及行为在决定一个人自身苦乐中的效力，乃是愚昧无知、沉溺于无明、被「饥狂」所支配的标志。

更细一层次来讲，固执「无我之见」的这个动作本身，就包含着在所有的「执着于见」的动作中都有的一种「结缚」。它也可能使禅修者被卡在任何通过思惟这种「见」而产生的平静或「等持心，捨」(equanimity)的体验之中。正如[《中部》MN 106经](#)所指出的，当持续地将「非我想」应用于所有透过感官的经验时，便可达到一种「无色界」的禅定境界，叫「无所有处定」。

“复次，圣弟子行至旷野，至于树下，或入空屋，心作是念：‘此处空无「自我」，亦无一切与「自我」相关之物。’如此修行，常住此道，于此境界，心生笃定。

笃定至极，行者抑或证得「无所有处」，抑或志于得开智慧。临命终时，身体崩坏，识随志牵，或升「无所有处」天界。”——《中部》MN 106经

成就这种定境时，一个固执「无我之见」的人会把「无所有处定」的经验解读为对该「见」的印证。他自以为找到了真理，便心满意足，止步于此，却意识不到还有更多的工作要做。这是因为，在这种状态下，与所有「无色定」的成就一样，任何由该成就本身，及其由「等持心、捨心」(equanimity)带来的平静所生出的满足感，都会使之成为「执取」的对象。

听完这话，阿难尊者对世尊说道：“佛主，有这样一位比丘，他如此修行——（他作意）‘这个不应该发生，这个不应该发生在我身上；这个不要发生，这个不要发生在我身上。当前的，已成的，我皆舍弃’——便能获得「等持心、平等心」(equanimity)。那么，这位比丘是否已彻底「解脱」了呢？”

“有些比丘会，阿难，而其它比丘可能不会。”

“是什么原因，是什么理由，导致一个人会而另一个人不会呢？”

‘有这样一种情况，阿难，：一位比丘如此修行——（他作意）‘这个不应该发生，这个不应该发生在我身上；这个不要发生，这个不要发生在我身上。当前的，已成的，我皆舍弃’——便能获得「等持心、平等心」。他享受这种「等持心」，欢迎它，执意系缚于此。正因为他享受这种「等持心」，欢迎它，执意系缚于此，他的意识便依附其上，由其支撑[执取于它]。阿难，有了这种「执取」/「食物」，这位比丘便没有彻底「解脱」。

“得到支撑，那位僧人在哪里得到支撑？”

“「非想非非想天」[比无所有天高一个层次]”。

“那么，他确实是有支撑的，他是由极高的「执取」/「食物」所支撑的。”

“阿难，他是有支撑的，他是由极高的「执取」/「食物」支撑的；因为这——非想非非想天——就是极高的「执取」/「食物」。然而，有这样一种情况：一位比丘如此修行——（他作意）‘这个不应该发生，这个不应该发生在我身上；这个不要发生，这个不要发生在我身上。当前的，已成的，我皆舍弃’——便能获得「等持心、平等心」。他不以这种「等持心」为享受，不欢迎它，不执意系缚于此。正因为他不以这种「等持心」为享受，不欢迎它，不执意系缚于此，他的意识便不依附其上，不由其支撑[不执取于它]。阿难，没有了这种「执取」/「食物」，这位比丘便彻底「解脱」了。”——《中部》MN 106经

换句话说，在「无色定」所成就的「等持心」中也是存在着微细的「苦」的，为了从中解脱出来，禅修者要避免去寻找「无我」(there is no self)的证据，而是去探寻哪种心

理活动在制造着「苦」。当看到，那个享受着成就感的「激情」，这个动作当中有「苦」时，便能从中「解脱」出来了。

5. 把“自我”与“非我”当作是善巧的策略

回避「自我」的存在性问题，不仅使佛陀跳开了一个在灭苦之道上，可能会阻碍弟子进步的难题，也使他能够把注意力直接专注在「我」与「非我」的「业」之上。换句话说，这让他能够将「制造—我」与「制造—我所」的内心活动当作是一种**活动**，并用那些适合拿来描述「活动」的词语来检视它们：什么时候使用它们，是善巧的，能引导人们走向「苦」的终结，什么时候，则不是？如果他坚持那个“无我”（there is no self）的教条，那么他的教法中就容不下「自我」的概念也能够在修行的道路上发挥善巧作用的可能性，因为那就成了一个谎言。如果没有「制造—我」与「制造—我所」的容身之地，那么「智慧」的发端之问——“什么事情，如果我做了，会给我带来长远的福祉和快乐？”——也就流产了。

另一方面，如果他坚持「有我」的这一教条，那无论他所认同的「自我」是什么，都不能被视为「非我」了，因此就会留下来成为「执取」的对象，那么就剩下了一个「受限」的、「有苦」的地带没有清理干净。

但是，如果将「制造—我」与「制造—我所」纯粹看作是些活动，他就可以就什么时间，什么地点，这些「我想」和「非我想」——以及哪一种「自我」——是善巧的策略，以及何时不是善巧的策略，给出精确、有用的建议。

我们已经看到佛陀把「非我想」推荐为「善巧」的几个例子了。以下是一些他和他的弟子们把「我想」推荐为修行道路上的一种善巧策略的例子。

你自己就是你的顶梁柱。

除了你，还能有谁能是你的顶梁柱呢？

如果你自己训练有素，

你将获得难以获得的顶梁柱。——《法句经》[Dhp 160](#)

恶由自造。

污因自染。

恶由自弃。

洁因自清。

净与不净，皆为自作。

无有其人，能净他者。

亦无他者，能净其人。——《法句经》Dhp 165

汝应自责。

三省其身。

如一位以自我为贴身侍卫、护卫自我的僧人，

汝守正念，自在生活。——《法句经》Dhp 379

‘那么，如何是「以自为纲」(the self as a governing principle)？举个例子，一位僧人行至旷野，至于树下，或入空屋，自作是念：“我出家不是为了衣着，也不是为了食物、为了居所，或是为了这样那样的来世。我只是受困于生老病死，受困于忧、悲、苦、恼和绝望，受困于「苦」，被「苦」压垮，(我希望，)‘或许这一切「苦难和压力」的尽头终将得证！’如今，如果我还去追求我出家时所放弃的那种感官享乐——或者比这更糟的那种——那对我来说是不合适的。”于是他反思道：“我的「精进」要昂扬奋起，毫不懈怠，我的「正念」要屹立不倒，不疑不惑，我的「身体」要安宁平静，波澜不惊，我的「内心」要凝然守定，协调统一。”他「以自己为纲」，舍弃不善巧之事，修习善巧之事，舍弃应受责备之事，修习无可责备之事，以清净之道照顾他自己。这就叫做「以自为纲」。——《增支部》AN 3:40经

阿难尊者：“此身由「我慢」(conceit)而生。然而，正是依靠「我慢」，「我慢」才能被舍断。」教法就是这样说的。涉及什么情况才说的呢？姊妹，有这样一种情况，一位比丘听到：‘据说，某某比丘通过「漏尽」，已经进入并安住在「无漏」的「意识解脱」(awareness-release)和「明辨解脱」(慧解脱 discernment-release)之中，于此事已当下自知自证。’他心里想：‘据说，某某比丘通过「漏尽」，已经进入并安住在「无漏」的「意识解脱」(awareness-release)和「明辨解脱」(慧解脱 discernment-release)之中，于此事已当下自知自证。那么，为什么我不能做到呢？’那么，在此之后，他借助了「我慢」，最终也舍断了「我慢」。——《增支部》AN 4:159经

这些经文表明，「自我观念」在修行道路上可以扮演有益的角色，它能帮助修行者树立起自力更生的精神，激起明晰的奋发修行的动力。如果没有这些善巧形式的「制造—我」和「制造—我所」，禅修者会觉得举步维艰，也难以沿着修道之路走下去。正如我们前面所看到的，只有当这些善巧的「自我观念」把禅修者带到强大的「正念」和「禅定」，完成了它们的工作之后，才能将「非我想」应用到修行之道上，将这些观念抛弃掉。最终，当对「五蕴」——包括想蕴——的「激情」和「喜悦」都被放下，心灵彻底地从「苦」中「解脱」时，甚至连这种「想」也都被放下了。

6. 对「知见」的策略性运用，

“一切「法」(现象)皆非我”

上边的讨论表明，佛陀不回答婆蹉氏问题的「头两个理由」有诸多的策略性的考量，也展现了佛陀在“有我还是无我”这一问题上不持立场的智慧所在。接下来，让我们来看看，佛陀不回答婆蹉氏之问的「第三个理由」：就是如果说「有我」，那就与『一切「法」(现象)皆非我』这一「知见」²(knowledge)的生起牛头不对马嘴了。为了理解佛陀为何把这一「知见」的生起看得如此重要，我们必须理解：(a) “一切「法」皆非我”这一句话的含义；(b) 它在修行道路上有什么策略性的意义。

在佛陀的词汇表中，“一切” (*sabba*)和“现象” (*dhamma*)这两个词的指向都有非常精确的疆域。首先来看“一切”这个词：

“何谓一切？就是眼与色、耳与声、鼻与香、舌与味、身与触、意与法(观念、ideas)。比丘们，这就是「一切」。那个说：‘我要推翻这个「一切」的说法，我要另下一种定义’的人，若被问及何出此言，将无从解释，且陷入痛苦之中。为何？因为这超出了域外(it lies beyond range)。”——[《相应部》SN 35:23 经](#)

换句话说，“一切”这个词的概念外延再远也仅限于「六根」及其相应的「对象」——有时也称为「六触之界」(six sphere of contact)。超出这个范围之外的任何事情都是不可描述的，当这些「触界」消褪或熄灭时，你甚至都不能说，到底有什么东西剩下来了，还是没有东西剩下来。

尊者摩诃俱舍多：“当「六触界」无余地消褪、灭尽之后，说「还有」别的东西存在，这对吗？”

舍利弗尊者：“朋友，别这么说。”

尊者摩诃俱舍多：“当「六触界」无余地消褪、灭尽之后，说「没有」别的东西存在了，这对吗？”

舍利弗尊者：“朋友，别这么说。”

尊者摩诃俱舍多：“……说有什么别的东西「既存在、又不存在」，对吗？”

舍利弗尊者：“朋友，别这么说。”

尊者摩诃俱舍多：“……说有什么别的东西「既非存在、又非不存在」，对吗？”

舍利弗尊者：“朋友，别这么说。”

² 译者注：「知见」knowledge，就是「无知」ignorance的反义词，直接翻译的话，也可以翻译成「明」。

尊者摩诃俱舍多说：‘被问道……是不是「还有」别的东西「存在」，你说：‘朋友，别这么说。’被问道……是不是「没有」别的东西「存在」了……是不是有什么别的东西「既存在又不存在」……是不是有什么别的东西「既非存在，又非不存在」，你说：‘朋友，别这么说。’那么，这句话的意思该如何理解呢？’

舍利弗尊者说：‘若有人说，‘……是不是「还有」别的东西「存在」……是不是「没有」别的东西「存在」了……是不是有别的什么东西「既存在又不存在」……是否有别的什么东西「既非存在也非不存在」？’，他是在将「不能够对象化」(non-objectified)的事物「对象化」(objectifying)。「六触界」所及之处，便是「对象化」所及之处。「对象化」所及之处，便是「六触界」所及之处。随着「六触界」无余的消褪和灭尽，随之而来的是「对象化」的灭尽，「对象化」的寂止。」——[《增支部》AN 4:173经](#)

「无对象化的维度」虽然无法描述，但可以通过直接经验来证得。

“比丘们，当「眼」(视觉)灭，「色想」消褪时，可经验到那个维度。当「耳」(听觉)灭，「声想」消褪时，可经验到那个维度。当「鼻」(嗅觉)灭，「香想」消褪之时，可经验到那个维度。当「舌」(味觉)灭，「味想」消褪之时，可经验到那个维度。当「身」(触觉)灭，「触想」消褪之时，可经验到那个维度。当「意」灭，「法想/观念想」(perception of idea/phenomenon)消褪时，可经验到那个维度。”——[《相应部》SN 35:117经](#)

因此，“一切”这个词，就算它能涵盖所有可以描述的经验，但也不能涵盖所有可以直接体验到的事物。

类似的考量也适用于“「法」(现象)”这个词。正如上面这段引用的经文所示，“法”指的是「意根」(*manas*)的对象。[《如是语经》Iti 90节](#)指出，这些「对象」既可以是「架构」的——受条件制约的、意志催发的、组装起来的——也可以是「非架构」的。因此，在“一切行皆无常，一切法皆非我”的教义中，“非我”一词所适用的「法」的范围比“无常”这个词要更广。只有「架构」的「法」才是「无常」的；而「架构」的和「非架构」的「法」，两者都是「非我」的。

最高的「非架构法」是「去激情、燕处超然、淡然升华、dispassion」(*virāga*，也可以翻译为“消褪”，如上文[《增支部》AN 4:173经](#)和[《相应部》SN 35:117经](#)中所述)。

“不管什么样的「法」，其中，无论是「架构」的还是「非架构」的，「去激情、燕处超然、淡然升华」(dispassion)——即降伏迷醉、消除渴爱、根除执着、打破轮回、摧毁饥狂、「去激情」(dispassion)、止熄、证得解脱——被视为是「至高无上的」。对「去激情之法」有信心者，就是对「那个至高无上的」有信心；对「那个至高无上的」有信心，「结果」就是「至高无上的」。”——[《如是语经》Iti 90](#)

这段文字中，“去激情”之后的有些词语是它的同义词，有些则不是。那些不是同义词的词语，指的是自动紧随其后的事件。然而，由于“法”(dhamma)也可以指“事件”，所有这些事件都划归于「最高的非架构事件」的范畴。

然而，尽管「证得涅槃」被归类为一种「法」，但经典中的一些经文表明，「涅槃」本身并不是。这一点在以下对话中体现得最为清楚：年轻的婆罗门优波西瓦将「目标」描述为一种法，而佛陀则谨慎地说，那是一切的「法」终结之处。

优波西瓦：

到达终点的人：

他难道不存在吗？

还是说，他永远摆脱了苦厄(*affliction*)？

圣者啊，请您向我宣告此事。

因为你早已了解此法。

佛陀：

一位到达终点的人

任何人都不能凭空那样说——

他不存在了。

当所有「法」都被弃用时(*are done away with*),

一切言语表达的方式也都被弃用了。——[《经集》Sn 5:6](#)

给定了“一切”和“法”这两个词的概念外延，“一切「法」皆「非我」”这个「知见」应该适用的是所有通过六根输入进来的「心识的对象」，无论是「架构」的还是「非架构」的。这应该把在证悟「解脱」的时候，作为心识的一种对象的「解脱」也包括进来了。(This would include unbinding as an object of the mind, as in the realization of unbinding.)然而，它不应该适用于「解脱」本身，因为一切「法」皆终止于此，也最终弃用于此。这一点虽微细，却对“一切法皆非我”这个「知见」的策略性运用具有重要意义。

事实上，关于这个「知见」，首先需要强调的第一点是：它就是一种策略，本来就是该这样用它的。它不是在描述一旦到达目标后会学到什么，它是通往目标的道路的一部分。

“一切法皆非我”——

当一个人以「分别慧」(*discernment*)看待[这一点]

并对「苦」「脱离迷想」时，

这就是通往纯净的道路。—— [《法句经》Dhp 279](#)

这种「知见」在一个非常高的修行阶段尤其有用，因为它可以帮助一个已经达到部分觉悟的人成就彻底的觉悟。

总的来说，经典中描述了觉悟的四个阶段：前三个阶段与见到「不死」有关；最后一个阶段则是彻底浸入「解脱」之中。这一点可以用以下比喻来说明：

尊者那罗陀(Ven. Nārada)说：“好比沙漠路旁有一口井，既无绳索也无水桶。一个人酷热难耐，精疲力竭，口渴难耐，来到井边。他探头往井口望去，知道有‘水’，但却没有沉浸下去，没有用身体去触碰它。同样，我虽已以「正慧」(*right discernment*)恰如其分地见到了，如实证得了「再生、再形成」(*becoming*)之灭即是「解脱」，但我仍非「漏尽」的「阿罗汉」。”—— [《相应部》SN 12:68经](#)

这里隐含的比喻是，阿罗汉就像是跳进井里泡着，身体接触着井水的人。

另一个比喻将通往完全觉悟的道路比作渡河。在这里，水象征着「饥狂」(*craving*³)，象征着在转世轮回中的「苦」水之流。觉悟的前三个阶段相当于游到河对岸脚够到河床了；彻底觉悟则相当于登上河岸的安全地带，在那儿，一切的「法」都被带向最后的终点。

一切「法」皆在「不死」处得到立足点。

“一切「法」都以「解脱」为它们最后的终点。”—— [《增支部》AN 10:58经](#)

找到立足点和登上河岸之间的在修行上的区别在于：一个人是如何对「不死」的体验做出反应的——而这正是“一切「法」皆『非我』”这个「知见」发挥作用的地方：

“有一位僧人……进入并停留在初禅：伴随着有导向的思维(寻)和评估(伺)，由远离而产生喜(*rapture*)和乐(*pleasure*)。

³ 译者注：此处*craving*这个词，在古代十二缘起的链条的翻译中，对应的词是“爱”。但笔者在翻译坦尊英文版的巴利文佛经时，发现也有*love*这个词，中文也是“爱”，所以将*craving*翻译成“饥狂”，其巴利文有“口渴”之意。

“他认为，凡与色、受、想、行、识有关的现象，都是无常、苦、病、癌、箭、害、苦、异物、瓦解、空、非我。

“他将自己的心从那些现象上移开，这样做之后，他的心倾向于「不死」的特性：‘这是平静的，这是精微的——一切「架构」(行)的平熄；一切「占有」(acquisitions)的放弃；「渴狂」(craving)的终结；「去激情、燕处超然、淡然升华、超脱」；灭；解脱。’”

“住在彼处，他到达「漏尽」。或者，如果没有到达「漏尽」，那么——由这种「法爱」(Dhamma-passion)、这种「法喜」(Dhamma-delight)，以及五下分结「我见、戒禁取、疑、感官欲贪⁴、嗔恚」的彻底断除，他定将自动投生(净居天)，在那里彻底解脱，永远不会再从那个世界回来……

“[余下的二、三、四禅，直到「无所有处定」的「无色界定」亦同。]” — [《增支部》AN 9:36经](#)

正像这段经文说的，对某些人来说，用「非我」的角度去观察思惟「五蕴」就足以证得彻底觉悟。如果对「不死」的经验生起任何的「激情」与「欢喜」(passion and delight)——把那种经验抓起当作某种对象——这些人也能够觉察到「激情」和「欢喜」也落入了「蕴」的「架构」之中，所以他们就能够将「非我想」也运用到这个「激情」和「欢喜」之上。然而，另一些人则过于狭隘地专注于「不死」的经验本上了，因此当「激情」和「欢喜」因那个「不死」的经验而生起时，他们误将其视为那个经验的一部分了。这导致他们误以为这些「激情」和「欢喜」是「不需要架构」的。由于「那个无需架构的」并不落入「五蕴」的范畴，而且他们一直以来都只针对他们所以为的那些「五蕴」展开「非我想」的运用，所以他们可能就不会将同样的「想」应用到他们误认为是「不死」体验的一部分的「激情」和「欢喜」之上。

这个误解，就是“一切「法」皆非我”这个「知见」(knowledge)用来攻克的。当这一「知见」甚至应用到对「不死」的体验时，它能够帮助我们察觉到，围绕着「不死」架构起来的「激情」和「欢喜」，它们与「不死」是分隔开的。毕竟，这些「架构」(行)都是「法」，它们来源于『将「不死」当作是某种「法」了』。因此，「非我想」不仅适用于它们，也适用于「不死」的经验中『仍然把该经验抓起来当作是心识的某种对象』的那个层面。当这个「想」彻底地拿掉对这些细微的「心-境」(mind-object)和「事件」的「执取」动作时，六根的一切活动都寂止了。随着彻底的跳进「解脱」之中，彻底地觉悟发生了。

⁴ 译者注：传统上，「五下分结」之中有一项被翻译成「欲贪」，但这里有个问题。因为按照古代的翻译把三界的最下面一个世界翻译成「欲界」，这是不准确的。应该翻译成「感官世界」，所以笔者就在传统的翻译「欲贪」之前加上“感官”二字，以表示这是针对感官世界的结缚。而不会引起这是针对所有的欲望的误解。

正是因为“一切「法」皆「非我」”的「知见」可以引导人们达到这个目标，而佛陀为了防止有任何事情去阻碍这一有用的「知见」的生起，所以当婆蹉氏问他「是否有我」时，他保持着沉默。

7. 所有策略的抛弃

一旦随着行为的终止，目标达成了之后，所有的策略都被放下了。我们提到过，即便是“一切「法」(现象)皆「非我」”的这个「知见」(knowledge)，在整个跳进「解脱」之后也不再适用。然而，这并不意味着超越这个「知见」范围的事物就应该被视为「自我」。如果这样认为的话，就会陷入佛陀通过不回答婆蹉氏的第一个问题来避免的「邪见」。正如上述《经集》[Sn 5:6经](#)所示，我们无法描述那个已达终点之人：不管你想使用“我”这个词，还是想使用“非我”这个词来描述，这一观点都适用。

当佛陀说觉悟者无法被描述，这并不是说佛陀在语言的使用上喜欢偷懒。他对『什么是一个生命体』的定义，有着非常清晰的认识。

当他坐在那里时，拉达尊者(Ven. Rāḍha)对世尊说：“世尊，‘某某众生’。常听说，“某某众生”。到什么程度才可以说某某是‘众生’呢？”

“对「色」(form)有任何的「欲望」(desire)、「激情、爱染」(passion)、「欢喜、悦意」(delight)或「饥狂、渴贪」(craving)，拉达：当一个人被抓住[satta]在那里，被绑缚[visatta]在那里时，一个人就被称为“一个众生[satta]”。”

“对「受」……「想」……「行」……有任何的「欲望」、「激情、爱染」、「欢喜、悦意」或「饥狂、渴贪」……

“对「识」有任何的「欲望」、「激情、爱染」、「欢喜、悦意」或「饥狂、渴贪」，拉达：当一个人被抓住、绑缚在那里时，就被称为“一个众生”。”

——《相应部》[SN 23:2经](#)

“如果一个人一直痴迷于「受」(感觉)……「想」(感知、概念、记忆)……「行」(架构)……

“如果一个人痴迷于「识」(意识)，那这就是衡量他的标准。只要这是衡量他的标准，就该依此将他分类。

“但是，比丘，如果一个人不痴迷于「色」(身体)，那这就不是衡量他的标准。只要这不是衡量他的标准，那就不能依此将他分类。

“如果一个人不痴迷于「受」(感觉)……「想」(感知、概念、记忆)……「行」(架构)……

“如果一个人不痴迷于「识」(意识)，意识就不是衡量一个人的标准。只要这不是衡量他的标准，那就不能依此将他分类。”——《相应部》[SN 22:36经](#)

由于没有任何标准可以用来衡量或定义他/她，因此就无法描述一个摆脱了对「五蕴」的「激情、爱染」和「欢喜、悦意」的人。这就是为什么佛陀一直坚持认为，觉悟者不能被描述为「存在」、「不存在」、「两者兼是」或「两者皆非」([《长部》DN 9经](#)；[《中部》MN 63经](#)；[《中部》MN 72经](#))。

这一点不仅适用于他人对觉悟者的评价，也适用于觉悟者对他/她自己的评价。毕竟，在证得果位时，所有六根的疆界全都止熄了；当它们止熄时，就没有什么事情被感觉到了(there is nothing felt)。当没有什么事情被感觉到时，甚至连“我是、我存在”(I am)这个念头都不会起来了。

佛陀说：“至于有人说，「受」不是那个「自我」，「我的自我」(对「受」)是无感的(insensitive)，应该这样对他说：‘我的朋友，如果完全什么都感觉不到，那还会有“我是、我存在”(I am)的这个念头吗？’”

阿难尊者：“不，佛主。”

佛陀说：“因此，阿难，这个人就不应该这样假设说「受」不是「我的自我」：「我的自我」(对「受」)是无感的’。”——[《长部》DN 15经](#)

感官通道没有任何感觉的信号被感觉到(nothing is felt through the senses)，然而，这并不意味着达到目标的体验就是一种完全的空白。它有它自己内在的「乐」(sukha)：快乐(pleasure)、幸福(happiness)、轻松(ease)和极乐(bliss)。

“阿难，或许有些其他流派的游方僧人会说：‘那位禅修者乔达摩谈到了「受想灭尽」，却又将其描述为「乐」(pleasure)。这是什么话？这怎么可能呢？’当他们这样问时，应当告诉他们：‘不是那么回事，朋友，世尊只是将「乐受」(pleasant feeling)归属于「乐」(pleasure)。无论「乐」以什么形式，在哪里被发现，世尊都将其描述为「乐」。”——[《相应部》SN 36:19经](#)

正是因为这种至高无上的快乐，当一个觉悟的人经验到那个目标，又回到六种感官的世界来时，就不再需要以六根所带来的「感受」为食了。

“感觉着「乐受」，他是以「与它是脱节开」的方式去感受它的；感觉着「苦受」，他是以「与它是脱节开」的方式去感受它的；感觉着「不苦不乐受」，他是以「与它是脱节开」的方式去感受它的。这就叫做一位受过良好训练的圣弟子，他与「生、老、病、死、忧、悲、苦、恼和绝望」是「脱节开」的——我告诉你们，与「痛苦和压力」是「脱节开」的。”——[《相应部》SN 36:6经](#)

因为不再需要依赖从六根汲取食物，觉悟之人便不再需要将某种“自”或“他”读入感官经验之中。正是这一点，使得这样的人摆脱了对任何「见」的「激情、爱染」(passion)。结果是，当「经验」发生时，其上没有被强加上“主体”或“客体”，也没有任何对「经验」或「被经验到的事情」作出的「推测」。只是经验本身的存在。

“凡是这个世界中——其中有天神、魔罗、梵天, 历代修行者和婆罗门, 统治者和平民——能被智者看到、听到、感觉到、认知到、实现、追逐、忖度说:『这个事情我知道』。”

“凡是这个世界中——其中有天神、魔罗、梵天, 历代修行者和婆罗门, 统治者和平民——能被智者看到、听到、感觉到、认知到、实现、追逐、忖度说:『这个事情, 我一看就知道』。「这个」,「如来」(一位完全证悟之人)都已证得, 但在「如来」这里,『它从未得曾「住立」』(it has not been established)。”

“所以, 比丘们,「如来」在「看」一个他要去「看」的东西时, 他不预先假设某个(所看之物)和他的所见就是一样的。他不预设有某物「不可看见」。他不预设有某物「有待看见」。他不预设一个「看者」。”

『And so, monks, the Tathagata, when seeing what is to be seen, doesn't suppose an (object as)seen. He doesn't suppose an unseen. He doesn't suppose an (object) to-be-seen. He doesn't suppose a seer.』

“当他在「听」……在「感觉」……在「认知」他要去认知的事物时, 他不预先假设(所认知之物)和他的「认知」就是一样的。他不预设有某物「不可认知」。他不预设某物「有待认知」。他不预设一个「认知者」”

“所以, 比丘们,「如来」——对一切可见、可闻、可感、可知的现象, 都是一视同仁的——就是‘如是’。我告诉你们: 没有比这更高、更殊胜的‘如是’。”

无论他人被其「所见」、「所闻」、「所感」

紧系为「真」的是什么

抵达「如是」之人——身处「筑我自困」(self- fettered)的人群当中——

不会再宣称『这是真的』, 也更不会说『这是假的』。

远远就看见了那只箭

人们世代代都被悬吊在那儿

—‘我懂, 我看见了, 它就这个样子!’—

这丝毫不能将「如来」系缚。”——[《增支部》AN 4:24经](#)

一个「见」的「真或假」, 只有当人们在作出判断——拿它来说别的事情时, 它的准确度有多高——时, 才有意义。只要一个人还没有到达彻底觉悟是, 他就需要

作这种判断。而当圆满觉悟到来之时，他就不需要「见」来引导他走向那个最高的幸福了——因为那个最高幸福已经获得了——因此，这样的人就可以自由地将所有的「见」本身纯粹地视为一种精神或言语上的动作，一个事件而已。在这种情况下，「真和假」便可放在一边了。因此，对「如来」而言——他没有了「饥饿」(hunger)，这份「自由」让他不必再将「主体」或「客体」的概念强加于经验之上，他能够纯粹地把「色」、「声」、「受」、「想」就以它们本身来看待——「见」是真是假，就没有必要了。它们可以仅仅只是「现象」——某些行为、某些事件——被经验到了而已。没有「主体」的概念，也就没有了说“我懂，我看到了”的立足之地；没有「客体」的概念，“它就是这个样子”的立锥之地也没了。因此，关于「真」、「假」、「我」(self)、「无我」(no self)等等的「见」，全都失去了支撑它们的力量，心便得以放飞至它的「如是」境界：无论发生什么事情，在任何情况下，都不被触及，不被干扰。虽然佛陀身为老师，作为策略，是用过「见」来帮助弟子获得「解脱」，但他的「如是」——超越了对这些策略的需要——是某种超越的东西。

“乔达摩大师难道完全没有什么立场(position)吗？”

“婆蹉氏，‘立场’是「如来」所弃用的(done away with)。「如来」所见的是：‘这是「色」，这是它的「集起」，这是它的「消失」；这是「受」，这是「受」的「集起」，这是它的「消失」；这是「想」……这是「行」……这是「识」，这是「识」的「集起」，这是「识」的「消失」。’正因如此，我说，一位「如来」——通过终结(ending)、消褪(fading)、止熄(ceasing)、背离(renunciation)、捨弃(relinquishment)一切「预设」、一切「玄思奇想」(excogitation)、一切「制造—我」、「制造—我所」以及对「我慢」(conceit)的痴迷——因无「执取/取食」，而得「解脱」。”——《中部》MN 72经

“比丘们，这是「如来」的智慧「分别」(discern)到的。他「分别」到此等「立场」、如果这般抓紧，那般固执，将导向今生来世的这般、那般境界。他「分别」到，还有比这更高的境界。虽然他的智慧「分别」到了这些，但他却不执着于「分别」的这个动作。正因他不执着于此，「解脱」(nibbuti)便由内经验到了。如实知晓了「感受」的「集、灭、味(诱惑)、患(过患)」，以及对「感受」的「离」(逃离)，比丘们，因为没有了「执取/取食」，「如来」便得「解脱」。”——《长部》DN 1经

* * *

因此，佛经中包含大量证据表明，佛陀最常讲的教义——一切「法」现象皆「非我」——旨在帮助人们断除「执取」。因为断除「执取」带来痛苦的「止熄」，所以这一教义服务于他最初传法的根本目的。他的目的不是想用这一教义来解答『自我是否存在』这一形而上学的问题。因为对于这个问题，无论是绝对明确的“是”、绝对明确的“否”，还是分析性的“是”与“否”，都无法成为通往止熄痛苦之道的有效策略。事实上，

后面的两种「见」都是修行道路上的障碍。同时，它们也与觉悟者在修行之路抵达目标后所持有的任何「见」都不相符，因为这样的人无法用这些术语来描述，实际上，他已经超越了任何「见」的涵盖范围之外。

「非我」的教义**确实**回应过的一个形而上学的问题与「业果不虚」(the efficacy of action)有关：人类的行动是选择的结果，而这些选择既可能带来「苦」，也可能导向「苦」的彻底终结。从这个角度来看，「我」和「非我」的问题就变成了与「行动」和「技巧」相关的问题：什么时候选择运用「我想」会带来长远的福祉和快乐，什么样的「我想」有助于达成终点，以及什么时候运用「非我想」则更为善巧。通过回避“自我是否存在”这样的问题，佛陀得以放开手来，把精力放在如何在修行之路上最有效地同时运用「我想」和「非我想」这两个修行工具之上。尤其重要的是，他得以不受拘束地运用“一切「法」(现象)皆「非我」”的教义，引导弟子们放下各种微细的「执取」，同时又不造成更微细的「执取」。这就是为什么这一策略能够帮助他们达到圆满觉悟。

因为觉悟之路通向彻底的幸福，所以当这条路到达终点时，用“我”与“非我”来思考的需求就终止了。又因为这条路是一系列『最终导向行动终结』的「行动」，所以这条路的所有放方面面——包括「我想」与「非我想」——都是「策略」：是为了达成某种目的而采取的「行动」，并在目的达成后将其放下。虽然觉悟者在与他人交往时仍可出于策略性的目的运用这些「想」，但它们是「想」的这个事实——也因此就包含在「五蕴」之中——意味着它们在整个人跳进「解脱」之时，就已经被超越了。

当然，这只是经典原文的说法。至于它是否是真的——换句话说，是否真的有助于终结「苦」——仅仅靠引用经典是无法证明的。检验这种解释的最终方法就是将其付诸实践，看看它是否真的能导向佛陀教学的目标：彻底终结一切的「痛苦和压力」。