

依納爵靈修與佛學

Michael Amaladoss, S.J. 著

蘇貝蒂譯

美國神學家克尼特爾（Paul Knitter）近年寫了一本書，名為 *Without the Buddha I Could Not be a Christian*（意譯：沒有佛陀我不會成爲一位基督徒）。在這課題上接受訪問時，他引用紐約一位神父（亦是一位禪宗老師）的話：「基督宗教有冗長的內容，但缺乏方法和技巧。」他繼續說基督宗教闡述一位外在的天主，佛學則使我們經驗到一位內在的天主，與我們不二的連繫着。順帶一提「不二」是印度教的思想多於是佛學的思想，但已被廣泛採用。做神操時，我們會發現依納爵的傳統亦不乏這些元素。佛學（或印度教）的經驗能幫助我們重新發現在依納爵靈修中被忽略了的元素。

斯里蘭卡的皮里斯（Aloysius Pieris，耶穌會會士，神學家）指出依納爵的觀點是「有事實根據的」，他把焦點放在經驗上，目的是「品嚐和細味」（*gustare et sentire*）神聖的那一位，而不是單單認識祂或論及祂。他希望「聽到」天主告訴他該做甚麼；他會應用五官體會默觀的內容。默觀祈禱不是要帶來真理的視野，但卻會幫助我們從生命及愛的經驗中引發一些決定。不幸的是依納爵在某程度上、而他的追隨者卻完全被困在狹隘的理性和學術性的神學角度裡，是專注在「認知」和抽象知識的角度。他們較喜歡用記憶、理智和意志三種官能作理性默想，甚於做默觀。在跟佛學交談之前，讓我們先重新發現聖依納爵靈修裡來自

經驗的幅度。與佛學交談時，我們發現佛學有兩項基本思想，在神操裡亦有類同。它們是「正念」和「無我」。讓我們細看這兩點。

佛學的正念基本上是有意識地覺察此時此刻，活在當下。我們的腦袋好像一頭猴子，注意力不停地由一個主題轉移到另一個主題。那些主題當然是我們依戀的人、事或物。在這個過程中我們活在過去或未來。我們或許是喜悅地回憶一些事情，或後悔一些過去的事，或想像在一些過去的日子裡可以發生的事。也許我們充滿盼望或焦慮地預視將要發生的事。這些影像視乎我們的執着和欲望，會是喜悅的或是痛苦的。在這個過程中，我們沒有好好留意當下，只讓目前溜走；之後我們會後悔現在錯過了的事。正念教導我們完全意識當下，並全心全意做好我們在做的事，無論是吃東西、洗衣服、開車、讀書，或任何其他的事。我們不要憂慮將來，現在就會感到平安。當我們把注意力集中在此時此刻，我們會感受到一股異常的力量，會因為做妥該做的事而感到滿足。我們的動機不是外在、或跟我們疏離的。

「正念」與依納爵傳統的「在行動中做默觀者」相符。默觀並不代表擁有知識性的視野，而是我們在專注目前的工作的同時亦能夠覺察到天主在我們和在世界的臨在和工作。這並不是在行動之上再加添甚麼，而是對於現況的另一個層次懷着一份敏銳的觸覺；世界及我們的行為已進入一個神聖的關係，成爲一種聖事。在神操的「爲獲得愛情的默觀」中，我們可以看到這一點。天主並非在世界之外活躍的一股力量，而是在世界內，並透過世界發揮着能量和活力地臨在——「就像光線來自太陽，水流來自源泉」（神操 237）。我們無需刻意地注意天主；當我們看四周的事物時，我們不是看使這些事物呈現在眼前的那道光。我們將

注意力集中在我們的生活和所做的事情上，便會領略到另一種意識的幅度，是另一種警覺的方式，而非附加的。警覺的內容不同。在「為獲得愛情的默觀」中，依納爵講到天主恩賜我們禮物，而我們亦把這些禮物回饋給天主；這是以二元論的角度看現況。在不二一元論或非二元論中，並沒有接受和饋贈，而只有生活在一個不斷與神共存的境況，神臨於我們內及世界內的境況。

依納爵提出一個操練幫助我們提高意識，就是「意識省察」。我們每天回望那天的生活，猶如看電影，再次意識到我們忽略了的時刻，由於我們的情感或欲望而使我們沒有好好活在當下的時刻。這樣的警覺性漸漸幫助我們擺脫分散我們注意力的欲望。以前我們比較擔心的是我們的罪過和過失；意識的操練幫助我們看到所謂過失可能只是對於此時此刻缺乏警覺性。若然能夠事事警覺，「明辨」已成為我們的一種生活方式。用依納爵的辭彙，這就是不斷活在一個「神慰沒有前因而來」（神操 336）的境況。

第二個我們有興趣的佛學基本思想是「無我」。「涅槃」通常與「空」一同言論；這是對佛學的誤解。歐洲哲學家傾向認為世界是單子或自由個體結集而成，而這些單子或個體是彼此關聯的。亞洲的傳統，尤其是佛學的傳統，並不認為每個個體是獨立的，而是他/它與每一件事物都關聯着。借用越南籍一行禪師（Thich Nhat Hanh）的話，「是」（to be）就是「彼此是」（to inter-be），即彼此是相互關聯的，這回到佛學中的「緣起」（*praticca samutpada*）。「無我」就是要意識到我與任何事物都是關聯着。當我們以「我」為一個完全獨立個體自居，我們就傾向於支配一切事物，或把它們當作工具。智慧並不是要否定「自

我」作為行為的原則，卻是要否定「自我」作為獨立存在的單子，因此不能再說「我」或「我的」。

依納爵經常說自我克制勝過神操、齋戒和祈禱。在神操中有闡明辨〔選擇〕的末段，依納爵說：「人越擺脫個人的私愛、私意和私利，在一切神靈之事上便越有進步。」（神操 189）

新約中有好幾段經文談及「無我」。若望福音記載耶穌說：「我與父原是一體」（若 10:30）；「我是葡萄樹，你們是枝條」（若 15:5）；「父啊！願他們在我們內合而為一，就如你在我內，我在你內」（若 17:21）。這裏我們不是談及一些自我的單子集合在一起，而是相互關聯着的存有者。總的來說，聖三內存有者的結合不會對三個位格的關係產生不利的影響。我們也會用上「共融」一詞。潘尼迦（Raimon Panikkar）談到「宇宙神人共融」。但在西方的背景，可能這並不是指相互關聯的存有者的結合。再者，在基督信仰的背景中，「相互關聯的存有者」並不表示他們是互相依賴的。我們依賴天主，但天主沒有依賴我們。在印度教的不二一元論這個不對稱很明顯。因此聖依納爵靈修在亞洲（包括佛學和印度教）的環境中帶領我們在「相互關聯的存有者」的關係中經驗自己，而非作為一個單子的自我。這種對於實況的看法跟儒家和道家的傳統亦很吻合。

過去，我們經常把瑜伽或佛學的冥想當作基督徒祈禱的準備功夫。我認為現在是時候超越這個看法了。「專注」只是一個技巧；基督信仰的環境亦可用上它。我相信這正是練習瑜伽或禪宗的基督徒所希望的。