

藝乘三部曲

A Trilogy of Art as Vehicle: How Can Total Awareness Be Achieved?

覺性如何圓滿？

鍾明德 著

Mingder Chung (taimu)

藝乘三部曲

A Trilogy of Art as Vehicle: How Can Total Awareness Be Achieved?

覺性如何圓滿？

鍾明德 著

Mingder Chung (taimu)

國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

藝乘三部曲：覺性如何圓滿 / 鍾明德著 . -- 初版 . -- 臺北市：
臺北藝術大學，遠流，2013.10

面；公分

ISBN 978-986-03-8154-2 (平裝)

1. 表演藝術 2. 現代戲劇 3. 佛教修持

980

102019454

藝乘三部曲：覺性如何圓滿？

A Trilogy of Art as Vehicle: How Can Total Awareness Be Achieved?

著者／鍾明德

執行編輯／詹慧君

文字編輯／謝依均

美術設計／上承設計有限公司

校對／鍾明德、楊筠圃

出版者／國立臺北藝術大學

發行人／楊其文

地址／臺北市北投區學園路 1 號

電話／(02) 28961000 (代表號)

網址／<http://www.tnua.edu.tw>

共同出版／遠流出版事業股份有限公司

地址／臺北市南昌路二段 81 號 6 樓

電話／(02) 23926899 傳真／(02) 23926658

劃撥帳號／0189456-1

網址／<http://www.ylib.com> E-mail: ylib@ylib.com

著作權顧問／蕭雄淋律師

法律顧問／董安丹律師・信和聯合法律事務所

2013 年 11 月 15 日 初版一刷

行政院新聞局局版台業字第 1295 號

定價／新台幣 280 元

如有缺頁或破損，請寄回更換

有著作權・侵害必究 Printed in Taiwan

ISBN 978-986-03-8154-2 (平裝)

GPN 1010202032

自序	對牆唱歌，門會聽到	005
誌謝	你我相遇是種恩寵	009
圖錄		013
表錄		014

第一部曲	從「動即靜」的源頭出發回去：一個受葛羅托斯基啟發的「藝乘」研究	015
	一、矮靈祭中的「不動之動」體驗	020
	二、每一首祭歌都是回家的道路	036
	三、終於回到了「動即靜」：弔詭的是，必須「動靜分明」	049
	四、結論：要注意，總要儆醒	060

第二部曲	這是種出神的技術：史坦尼斯拉夫斯基和葛羅托斯基的演員訓練之被遺忘的核心	063
	一、這是種「出神」（trance）的技術	070
	二、史氏的「體系」也讓演員出神？	085
	三、被壓抑的瑜珈元素和難以定義的「活角色的生」	096
	四、站在正念的高崗上	103

第三部曲

從精神性探索的角度看葛羅托斯基未完成的「藝乘」大業：覺性如何圓滿？	111
一、對葛羅托斯基而言，知識是一種做	115
二、葛氏一生的探索都是精神性的	120
三、葛氏的開悟經驗：這種覺（ サマシ ）醒就是覺（ サマセ ）醒	126
四、葛羅托斯基找到了：我與我（I-I）與覺性圓滿	130
五、不熄的尾聲：正念做為藝乘	135

附錄 A

Pasibutbut 是個上達天聽的工具，一架頂天立地的雅各天梯：接著葛羅托斯基說「藝乘」	141
一、「藝乘」像一個昇降籃	146
二、Pasibutbut 原是個上達天聽的儀式中的聖歌	153
三、Pasibutbut 做為一個傳統祭歌的演唱方式和主要特色	159
四、Pasibutbut 做為一個藝乘工具	169
五、Bisosilin，圓融的合聲和動即靜	176

附錄 B

呼麥：泛音詠唱做為藝乘	189
一、人人皆有泛音	192
二、呼麥・西奇・卡基拉	195
三、唱出「另一種真實」之光	197

引用書目

201

跋

從不得不寫到自動書寫：「論文寫作」做為一種
「身體行動方法」 213

圖錄

圖一：新竹縣五峰鄉大隘村賽夏族的矮靈祭現場，拍攝時間為 1998 年 12 月 14 日早上。

圖二：〈分享矮靈祭〉手稿。

圖三：〈把精神的脂肪燃燒掉：賽夏族矮靈祭〉日記原文。

圖四：矮靈祭歌第 7 首。

圖五：本質體（Body of Essence）可能像是年老、坐在巴黎一張長板凳上的葛吉夫的照片中的那個人。

圖六：聖泰瑞莎修女之出神狂喜（Ecstasy of Saint Theresa, 1647-1652）。

圖七：理查·奇斯拉克在《忠貞的王子》的演出。

圖八：入定中的一位西方人。

圖九：正念動中禪「規律的手部動作」方法圖解。

圖十：葛羅托斯基於 1985 年在紐約大學演講，旁立者為理查·謝喜納。

圖十一：南投縣信義鄉明德部落的布農族人在社區活動中心為訪客演唱 Pasibutbut。

圖十二：明德版的 Pasibutbut 演唱聲部關係示意圖。

圖十三：以 C2 ——西方歌劇演唱者所能唱出的最低音——為基礎音為例，其部份泛音列如圖所示。

圖十四：泛音版的〈快樂頌〉——音符上的數字為基礎音（C2）上之泛音序數。

表錄

表一：1999-2010 年間所探索過的各種藝乘工具一覽表。

表二：「動即靜」即不變的、不可說的、非二元的「覺性」。

表三：「創意狀態」和「出神技術」的三大元素同出一脈。

表四：「動即靜」即不變的、不可說的、非二元的「覺性」。

表五：葛氏在四大工作時期的「精神探索目標」和「身體行動方法」。

表六：「藝乘」與「藝術」的對照表。

藝乘三部曲

A Trilogy of Art as Vehicle: How Can Total Awareness Be Achieved?

覺性如何圓滿？

鍾明德 著

Mingder Chung (taimu)

乘是行義，不在口爭。
汝須自修，莫問我也。
一切時中，自性自如。

——《六祖壇經》〈機緣品第七〉

“Vehicle” has the meaning of practice
and cannot be argued about orally.
You must cultivate yourself,
not ask me about it.
At all times the self-
nature is itself suchlike.

*‘Number Seven: Encounters,’
The Platform Sutra of the Six Patriarch*

自序

對牆唱歌，門會聽到

1998年12月13日午後三點，我跟徐寶玲和郭孟寬兩位友人約好從臺北信義計畫區的華納威秀影城出發，薄暮中抵達了新竹縣五峰鄉大隘村的 Pasta'ai（矮靈祭）祭場。我們參與了徹夜的 Kisipapaosa（送靈）歌舞儀式。第二天中午再回到繁華熱鬧的臺北，我搞不清楚的是：我整個人變了——人類學家和戲劇學者說的 transformed（蛻變）？

那是非常美好的轉變，像是中了幾十億的大樂透一般，因此，也有其毀滅性的一面——我當時一無所知，只能就自己所能操作的研究工具，用波蘭劇場天才葛羅托斯基的術語「動即靜」（the movement which is repose）來加以標幟：我清楚地記得自己當時一直在唱歌跳舞，同時卻又安安靜靜、服服貼貼，一根針掉在地上也都清清楚楚。我好像醒著，卻又睡著了——總之，如何回到「動即靜」那個美好的境界／場域成了我的專業／業餘生活中唯一重要的事。

我廢寢忘食地投入了「回到動即靜」的研究工作，不計任何代價，終於在2009年11月29日早上十一點鐘左右，當我在客廳往返經行（walking meditation）時，突然即輕鬆地回到了「動即靜」，而且：屢試不爽！屈指一算，可整整花了十一年。

那時正巧接近聯合國教科文組織（UNESCO）頒訂的「葛羅托斯基年」（2009）的尾聲，教我不禁想起葛氏的遺囑：

一個人能傳什麼呢？如何傳？又傳給誰呢？自傳統中繼承了東西的每一個人，都會問他自己這些問題，因為，同時之間他繼承了某種責任：將他得到的東西傳下去。

我碰到的困難是：無論葛氏的「藝乘」或佛門三乘，一般都嚴禁行者公開談論自己的修行狀態，因此，我必須自己斟酌再三。非常湊巧的是當時答應了《長庚人文社會學報》的大力邀稿，幾次爽約不成，於是就有了〈從「動即靜」的源頭出發回去：一個受葛羅托斯基啟發的「藝乘」研究〉這篇「結案報告」。如果我真的自傳統繼承了某種「回到動即靜」的法門，那我也必須排除萬難將我所得到的東西傳下去。

有了「回到動即靜」的能力之後，很自然地，你將看到學術研究或藝術創作上的某些根本或致命的問題。一般而言，我們將盡力避免涉入這種「戲論」的口舌之爭，但是，在2011年春天，一邊陪著戲劇研究所的高材生們讀書、寫作，一邊我就完成了〈這是種出神的技術：史坦尼斯拉夫斯基和葛羅托斯基的演員訓練之被遺忘的核心〉這篇論文：「出神」、「入化」是史坦尼斯拉夫斯基和葛羅托斯基朝思暮想的核心問題，我們不應當把這兩位大師簡單化約成我們自己能夠消化、利用的東西而已。

言多果然必失：在傳承這些大師之作的時候，我也身不由己地被逼進了某些論述的死角，譬如：

「覺性」的定義是什麼？

為什麼葛氏說的「動即靜」就是「覺性」？

葛氏自己有完成嗎？

於是，在 2012 春天我又被迫寫出了〈從精神性探索的角度看葛羅托斯基未完成的「藝乘」大業：覺性如何圓滿？〉——值得慶幸的是，不管將來我是否還會再寫一百篇論文，我很清楚知道：這就是我履約該寫的最後一篇論文，而我很高興它在一個星期之內就完成了。

以上這三篇學術論文，連同相關的〈Pasibutbut 是個上達天聽的工具，一架頂天立地的雅各天梯：接著葛羅托斯基說「藝乘」〉和〈呼麥：泛音詠唱作為藝乘〉兩篇舊作，很有機地構成了《藝乘三部曲》這本小書：

藝術是否可以成為自我修養的工具，像梵唄、辯經、經行、打坐一樣？

這本小書所引述的往聖先賢們幾乎都肯定「藝乘」——藝術可以是渡我們到彼岸的舟楫，而且，對二十一世紀更是如此。「往聖先賢」不只是指葛氏、史氏、葛吉夫、奧修、隆波田、馬哈西、大君、六祖、釋迦牟尼佛等等，而且包括住在臺灣中央山脈的布農人和浪居非洲熱帶雨林的匹美人。前者說：「Bisosilin（圓融的合聲）是天神最喜歡的聲音。」後者說：「那些不認識神靈的人，乃因為他們不知道如何唱歌。」

最後，我想針對學者或研究生們補充三件事情：首先，我已經盡可能地旁徵博引，但是，礙於「精神性探索」的一些時代、專業或本質上的限制，必然有一些理性思辯難以圓滿之處，只好敬祈海內外方家海涵和不吝指正是幸了。其次，這本小書所包含的五篇論文都曾經在不同的場合或刊物發表過。我盡可能保持原來的意旨、措詞、語境，

只稍微調整了印行格式而已。因此，有些引用的葛氏話語可能重複出現三五次，同時我也盡可能註出自己的著述以供查考或以示負責，這些過度也請讀者見諒。第三，「藝乘」或「正念」將如何實際應用到排練場或舞台上？——這是實踐的問題，葛氏說：你必須自己去做。此外，也有不少人擔心葛氏的「藝乘」多係針對表演者而發，對讀書、思考、寫作的人是否也一體適用？

絕對適用——這是我親身試驗後的答案。葛氏說：因為你是「人」（Człowiek，波蘭文，指二分之前的「真人」），「藝乘」就是要引領你回到那個「真正的自己」！

那麼，我該如何做呢？

對牆唱歌，門會聽到。

這是蘇菲聖人的回答——你聽，這本小書中的往聖先賢們都在同意呢。

誌謝

你我相遇是種恩寵

最後的最後，也是這篇「自序」最重要的初衷：我感恩所有的有情眾生，讓我可以完成這個對我而言幾乎不可能的任務。在過去十幾年來的探索過程中，隨時隨地惠予我協助和鞭策的機構、團體、同事、師友、家人、往聖、先賢實在太多了，多到難以列舉。因此，除了在每一篇論文的第一個腳註註出部份的感謝名單之外，在這裡和可見的將來，我只能繼續誦持我自己每日的迴向以示感恩：

願眾生共享此修法的利益與功德。

願釋迦牟尼佛到葛印卡老師、馬哈西尊者、戒諦臘法師，到 Sri Nisargadatta Maharaj, Jerzy Grotowski，到隆波田、隆波通到所有往聖先賢的法脈常流。

願眾生常保正念，早日解脫，享受真正的快樂，真正的和諧，真正的幸福！