

永恒的智慧，来自50部经典，讲述内心的发现、道的体悟和人生目的

50 Spiritual Classics

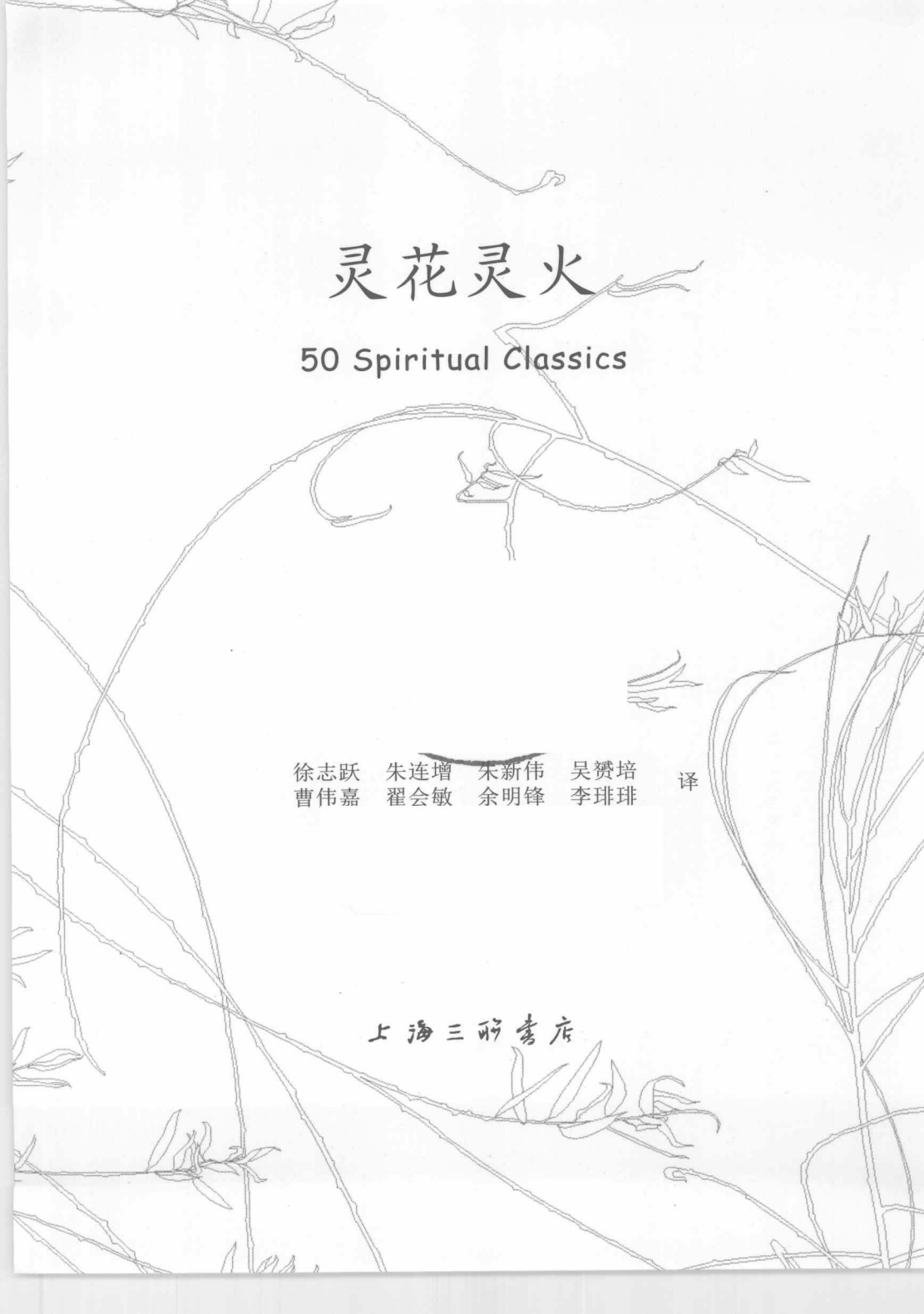
灵花灵火

汤姆·巴特勒-伯顿 著
(Tom Butler-Bowdon)

徐志跃 朱连增 等 译



上海三联书店



灵花灵火

50 Spiritual Classics

徐志跃 朱连增 朱新伟 吴贇培
曹伟嘉 翟会敏 余明锋 李琲琲

译

上海三联书店

Copyright © Tom Butler-Bowdon 2005

This edition first published by Nicholas Brealey Publishing, London and Boston 2005.

This Translation is published by arrangement with Nicholas Brealey Publishing and Andrew Nurnberg Associates International Limited.

本书中文简体版权由上海三联书店所有，
未经许可，不得翻印。

图书在版编目(CIP)数据

灵花灵火/(英)巴特勒-伯顿(Butler-Bowdon, T.)著;
徐志跃、朱连增等译. —上海:上海三联书店, 2010. 3
ISBN 978-7-5426-3193-0

I. ①灵… II. ①巴…②徐…③朱… III. ①成功
心理学—著作—简介—世界 IV. ①B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 218741 号

责任编辑 邱 红
特约编辑 徐志跃
装帧设计 荀爱萍
监 制 任中伟
责任校对 张大伟

出版发行 上海三联书店
(200031)中国上海市乌鲁木齐南路396弄10号
<http://www.sanlian.com>
E-mail: shsanlian@yahoo.com.cn

印 刷 上海惠顿实业公司

版 次 2010年3月第1版
印 次 2010年3月第1次印刷
开 本 890×1240 1/32
字 数 280千字
印 张 12.625
定 价 38.00元
书 号 978-7-5426-3193-0/B·204

目 录

导 言	1
1 穆罕默德·阿萨德《麦加之路》(1954)	14
2 圣奥古斯丁《忏悔录》(400)	22
3 理查德·巴赫《海鸥乔纳森》(1970)	30
4 黑麋鹿《黑麋鹿如是说》(1932)	36
5 理查德·莫里斯·巴克《宇宙意识》(1901)	42
6 弗里乔夫·卡普拉《物理学之道》(1976)	48
7 卡罗斯·卡斯塔尼达《前往伊斯特兰的旅程》(1972)	56
8 G. K. 切斯特顿《阿西西的圣方济各》(1922)	62
9 佩玛·丘卓《恐惧之处》(2001)	70
10 庄周《庄子》(公元前 4 世纪)	78
11 拉姆·达斯《活在当下》(1971)	86
12 爱比克泰德《手册》(公元 1 世纪)	92
13 莫汗达斯·甘地《甘地自传》(1927)	100
14 安萨里《幸福的炼金术》(1097)	108

15	卡里尔·纪伯伦《先知》(1923)	116
16	G. I. 葛吉夫《与奇人相遇》(1960)	124
17	达各·哈马舍尔德《痕迹》(1963)	132
18	亚伯拉罕·约书亚·海舍尔《安息日》(1951)	138
19	赫尔曼·黑塞《悉达多》(1922)	144
20	阿道斯·赫胥黎《知觉之门》(1954)	150
21	威廉·詹姆士《宗教经验之种种》(1902)	158
22	卡尔·古斯塔夫·荣格《回忆,梦境,反思》(1955)	166
23	玛格丽·肯普《玛格丽之书》(1436)	174
24	克里希那穆提《人生中不可不想的事》(1964)	182
25	C. S. 刘易斯《地狱来鸿》(1942)	190
26	马尔科姆·X《马尔科姆·X自传》(1965)	196
27	丹尼尔·C. 迈特《卡巴拉基本》(1995)	204
28	威廉·萨莫塞特·毛姆《刀锋》(1944)	212
29	丹·米尔曼《和平战士成长记》(1980)	220
30	迈克尔·牛顿《灵魂之旅》(1994)	228
31	一行禅师《正念的奇迹》(1975)	236
32	约翰·奥德农修《灵魂之友》(1997)	244
33	罗伯特·M. 波西格《万里任禅游》(1974)	250
34	詹姆斯·莱德菲尔德《塞利斯廷预言》(1993)	258
35	米格尔·路易斯《四个约定》(1997)	264
36	海伦·舒克曼和威廉·塞福特《奇迹教程》(1976)	272
37	伊德里斯·沙《苏菲之路》(1968)	280

38	斯达霍克《螺旋之舞》(1979)	286
39	铃木俊隆《禅者的初心》(1970)	294
40	伊曼纽尔·斯威登堡《天堂与地狱》(1758)	302
41	阿维拉的圣德兰《内心的城堡》(1577)	310
42	特蕾莎修女《简朴道路》(1994)	318
43	艾克哈特·托利《当下的力量》(1999)	326
44	邱阳·创巴利波切《突破修道上的唯物》(1973)	332
45	尼勒·多纳德·沃西《与上帝对话》(1995)	340
46	华理克《标竿人生》(2002)	348
47	西蒙·薇依《期待上帝》(1951)	356
48	肯恩·威尔伯《万法理论》(2000)	364
49	尤迦南达《一个瑜珈修行者的自传》(1946)	372
50	盖瑞·祖卡夫《灵魂所依》(1990)	380
灵性经典 50 种编年		387
另外 50 种灵性经典		391

导 言

《灵花灵火》的撰写乃基于这样的设定,即,单单对物质保障的追求并不能最终使人满足,甚至情感保障或更多的知识也不足以让我们存活——我们生来就是要追求大问题的。个人发展的悖论在于,如果将它推向合乎逻辑的极致,就要把我们带到超越自我的境地,要在我们卑琐的关怀视野之外去寻找意义。

“灵性的”(spiritual)一词来自拉丁词“呼吸”,这是每个人最普遍也最自然的功能。或者也可以这样说,本书旨在去除这样一种观念,即,灵性经验乃稀奇古怪的东西;恰恰相反,它才是使我们真正成为人的东西。

如果在你的生活中缺失神圣经验或奥迹,这里提供的某种观念也许给予了你一把钥匙,帮助你通向你所渴求的更为丰盛的生活。如果你已经达到了一定的成功,但又发现这种成功无法真正满足你,那么,本书也许能让你开始思考,你是否还有更深远的目标有待实现。

《灵花灵火》与其说是关于宗教或神学,还不如说是关乎个人的灵性醒悟和意识扩展。因此,本书把焦点放在许多著名属灵伟人的一生故事上,包括戏剧性的转变,或者是信仰的加添,但也会涉及涵括一生的目标的慢慢发现——通过发现改变这些人的到底是什么,我们才能开始理解我们自身的灵性潜力。

当然,还有许许多多的伟大作者及其著作有权进入灵性经典

的名单。但是,这样一份名单并不意味着对世界诸般宗教的调查,而只是就横跨时空的极为多样的灵性观点,给出一种观念。有些读者会对本书将陈旧的或古代的著作与现代的畅销书并列感到惊讶,但是,本书较少关注某本书何时写下,而是更多关注其观念的力量。过去二十年,人们已经看见通俗灵性读物的复兴,而我们的选择旨在提供著名作品中的某种观念,即使对著作本身是否将成为恒久的经典,或者它们是否是“好的”读物,还没有最终的一致意见。

在每篇评论开始之处,我会提到有相同性质或相关主题的其他图书(在“异曲同工”标题下)。灵性文献是人类集体智慧的宝库,至少不亚于科学、哲学、诗歌或小说的伟大文库。这里的评论仅是对伟大遗产的一瞥,但我希望将提高你对其广度和深度的了解。

下面我简单介绍一下一些主题,也许可以作为你即将阅读的经典著作的导读指南。接下来会对这些经典所能唤起的主要的灵性认识,作出扼要的说明。

伟大的属灵人生

穆罕默德·阿萨德	《麦加之路》(1954)
圣奥古斯丁	《忏悔录》(400)
G. K. 切斯特顿	《阿西西的圣方济各》(1922)
拉姆·达斯	《活在当下》(1971)
赫尔曼·黑塞	《悉达多》(1922)
玛格丽·肯普	《玛格丽之书》(1436)
马尔科姆·X	《马尔科姆·X 自传》(1965)
威廉·萨莫塞特·毛姆	《刀锋》(1944)

如果不是改变我们的生活,灵修的目的还会是什么呢?让我们一起来思考下面的例子:

- ❖ 马尔科姆·X曾是个心胸狭窄的罪犯,但宗教皈依使他成为黑人赋权运动的代言人。
- ❖ 穆罕默德·阿萨德小时候是维也纳的犹太人,但离开欧洲后,他成为伊斯兰的捍卫者。
- ❖ 圣奥古斯丁曾为了廉价的快乐和性满足而活,但在经历了伟大的灵魂追求之后,他成为大主教教父。
- ❖ 理查德·阿尔伯特是一个心理学教授,他放弃了在哈佛大学的教学生涯,成为一名“拉姆·达斯”,即大师级默想者。
- ❖ 阿西西的方济各是富商的儿子,但为了恢复被破坏的教会和与自然的契合,他放弃了巨额遗产。
- ❖ 玛格丽·肯普曾是骄傲的老妇人,但她见到有关耶稣的异象,最终使她成为上帝的好女儿。
- ❖ 在毛姆根据事实创作的小说中,拉里·达雷尔从物质享受中转身,开始了毕生的灵性追求之旅。

尽管大多数人满足于提高他们的生活水准和展开他们物质上的自我改善计划,但是,上述这些人全都无法安于起初的生活赋予他们的价值观。他们每个人都抵达这样的认识:为了从心理的碎片状态转向灵性的整全,不经历身份认同的完全改变是不可能达到的。他们的故事极富启发性,因为他们证明了人的品格发生根本改变的可能性。尽管怀疑论者把皈依经验视为他们“曾经所认识的人被带走了”,但对皈依者来说,恰恰是出现了反面——现在是为了某种更高的目的,而不仅仅是为了他们自身——他们作为一个人的潜力最终实现了。

践行的灵修

佩玛·丘卓

《恐惧之处》(2001)

莫汗达斯·甘地	《甘地自传》(1927)
卡里尔·纪伯伦	《先知》(1923)
丹·米尔曼	《和平战士成长记》(1980)
一行禅师	《正念的奇迹》(1975)
米格尔·路易斯	《四个约定》(1997)
铃木俊隆	《禅者的初心》(1970)
艾克哈特·托利	《当下的力量》(1999)
邱阳·创巴利波切	《突破修道上的唯物》(1973)

藏传佛教比丘尼佩玛·丘卓曾向“垮掉一代”诗人凯鲁亚克讲述自己独自进入深山与上帝或者佛(他不确定究竟是何者)面对面的经验。所发生的就是他遭遇到自身赤裸的自我——第一次在未被酒精和毒品所蒙蔽的情况下。我们可以就“得道开悟”抱有一些宏大的观念,但是,灵性生活之更为寻常的实在,则是每天努力于同情怜悯,并坚持按照某种正确原则来调适生活。甘地在《自传》中描述过他“在真理中的实验”,其中包括严格的饮食限制以及禁欲独身。他历经数十年养成的简朴生活和日常习惯,使得他从一个专注自我的年轻人,转变成一个无私和自由之人的象征。越南的一行禅师提出的“正念”的观念也与此相似,即,他们都让日常生活中那些最为细微的举止充满了意义;每一时刻都被认为是无比珍贵的。艾克哈特·托利令人惊讶的畅销书《当下的力量》也提醒我们,和平与力量来自于活在刹那。在每件事上保持“初心”,确实能使我们的内心焕然一新,并免于做出错误的假设。

操练和觉醒能够减少自我对于我们自身思想和行动的固执,但我们大多数人不会想到,最真诚的灵性本身,可以是自我的产物。邱阳·创巴利波切的“灵性的唯物论”所指的是,要追求成为一个灵性上进的人,其实就是让我们感到善;实现较高的或者较真的自我,并非是热衷于辞掉工作,然后去修道院或者某个修行处生

活。如果我们真的开始悟道了,那也是通过解决我们生活中如其所是的问题和难题而达到的。我们试图躲避“使我们感到恐惧的地方”(借用丘卓的话),将是徒劳无功的,相反,只有承认我们的真实思想和黑暗面,真正的灵性治疗才能发生。

米格尔·路易斯所实践的灵性形式源自墨西哥托尔特科人传统的观念,即,每个人在有关他们属于何种类型的人这个方面,其实是他们自身与社会所达成的一个无意识的约定,这个约定是一种集体性梦想。通过对这些约定的协同一致之处更有意识,我们能够重新获得对自身生活的把握。我们可以成为丹·米尔曼所说的那位“和平战士”,对不肯放弃我们自身各种权力的任何方面拿起利剑。

多种灵性经验

黑麋鹿	《黑麋鹿如是说》(1932)
爱比克泰德	《手册》(公元1世纪)
亚伯拉罕·约书亚·海舍尔	《安息日》(1951)
威廉·詹姆士	《宗教经验之种种》(1902)
卡尔·古斯塔夫·荣格	《回忆,梦境,反思》(1955)
C. S. 刘易斯	《地狱来鸿》(1942)
约翰·奥德农修	《灵魂之友》(1997)
海伦·舒克曼和威廉·塞福特	《奇迹教程》(1976)
伊德里斯·沙	《苏菲之路》(1968)
斯达霍克	《螺旋之舞》(1979)
尤迦南达	《一个瑜伽修行者的自传》(1946)

詹姆士写下《宗教经验之种种》这部里程碑式的著作,为了写这部著作,詹姆士阅读了大量有关灵性大觉醒的自传性叙述。他

本人在宗教信仰上并不突出,也就不怎么关注个人所感觉或所看见的事物中的客观真理,他更关注的是这诸多的宗教经验对这些人的生活所产生的影响。他总结说,重要的并不是一个人信仰的具体内容,而是信仰所引向的一种积极类型的个人转变。

一种宗教不单单是信条的集合,更是看待世界的一种特殊方式,一种认知方式,对信仰者来说,这种认知更好地解释了人在宇宙中的位置。这也可以应用到诸如“黑麋鹿”这样的本土美国人基于自然的宇宙论,也同样可以应用到体现在伊壁鸠鲁哲学中的廊下派(或称斯多葛派)对宇宙的理解。正如安息日在犹太人宗教中有着核心性的重要地位一样,灵魂转世说对于印度人看待世界的方式来说,也绝对重要。尽管基督徒可能把女神崇拜视为魔鬼的工作,但对于那些信奉女神的人,则在其中发现了他们对于神圣女性权力之美丽而完美的表达。

荣格花了很多年去研究人类所创造的用来理解世界的神话和宗教信仰,但他并没有把这种多样性视为对任何个人信仰的一种威胁。他曾经被人问到他本人是否信仰上帝,他说:“我不信——这是我知道的。”

开启认知的大门

- | | |
|------------|-------------------|
| 理查德·巴赫 | 《海鸥乔纳森》(1970) |
| 弗里乔夫·卡普拉 | 《物理学之道》(1976) |
| 卡罗斯·卡斯塔尼达 | 《前往伊斯特兰的旅程》(1972) |
| 庄周 | 《庄子》(公元前4世纪) |
| G. I. 葛吉夫 | 《与奇人相遇》(1960) |
| 阿道斯·赫胥黎 | 《知觉之门》(1954) |
| 克里希那穆提 | 《人生中不可不想的事》(1964) |
| 罗伯特·M. 波西格 | 《万里任禅游》(1974) |

灵性文献给人的一般印象都是关于上帝的。事实上,越是深入,就越是发现,这种文献所关注的是如何理清各种不同层次的错误感知。譬如,古老的《庄子》中的寓言故事旨在唤醒心智,从日常的麻木状态转向对一切现象背后的道或宇宙力量的知晓。在现时代,葛吉夫试图唤醒那些人生的梦游者,使他们看见让生活值得去过的更深的实在。克里希那穆提献身同样的目的,他区分了两种人,一种是“匠人”,他们为了成就有限的目标而机械地劳作;另一种是创造者,他们把爱和真理这样的事情放在生活的中心,并为之努力。

在《万里任禅游》这本名著中,波西格论及这样一个人,他为了追求真理而几近跌入疯狂的边缘,但最终他得以赢得更为丰盛的人生。这类灵性追求确实可能是令人畏惧的,只有相对较少的一部分人敢于推开“认知之门”,这正是赫胥黎和他之前的布莱克所发现的。

在促成与寻常的概念模式相断离方面,卡罗斯·卡斯塔尼达所起的作用可谓非同凡响。他在著述中对唐·望性格的描述给人的教训是,人只有当他们不再仅仅反思自身的文化并停止掌控他们自身的心智时,他们才真正成为全人。我们是受条件制约的产物,因此,这一点道理是说起来容易做起来难,不过,努力于让自己变为真正有意识的人,乃是我们可以利用我们所拥有的时间来做的更为高贵的一件事情。为了达到这一点,上述作品并不特别地要求我们信仰上帝。

神性关系和人生目的

- | | |
|-----------|----------------|
| 安萨里 | 《幸福的炼金术》(1097) |
| 达各·哈马舍尔德 | 《痕迹》(1963) |
| 丹尼尔·C. 迈特 | 《卡巴拉基本》(1995) |
| 麦克尔·牛顿 | 《灵魂之旅》(1994) |

阿维拉的圣德兰	《内心的城堡》(1577)
特蕾莎修女	《简朴道路》(1994)
尼勒·多纳德·沃西	《与上帝对话》(1995)
华理克	《标竿人生》(2002)
西蒙·薇依	《期待上帝》(1951)
伊曼纽尔·斯威登堡	《天堂与地狱》(1758)

“我们为何在此?”这个问题激发了所有伟大的灵性写作。大约九百年前,安萨里的《幸福的炼金术》为人的生存确立了准绳,即,学会运用逻辑而不是盲目的信仰。对安萨里来说,男女之被造,为的是抵达对上帝的更深认识,而我们的幸福则依赖于增进这种认识。而在迈特的书中,他所勾勒的犹太教卡巴拉系统的发展,也是为了解开一个奥秘,其核心观念就是:上帝创造人乃为了使自己成为完全——宇宙的展开;就字面意思而言,神性的完全有赖于每个人独特潜力的实现。在当代的著作中,华理克的《标竿人生》是这种观点的杰出代表,我们活着的主要目的是荣耀上帝,我们采取人的形式以使灵魂的不朽得以充分被赏识。

在任何个人身上,发现人生目的都是一件大事。正如在《简朴道路》中所提及的,帮助印度加尔各答城中的赤贫者的神召是在特蕾莎修女人生中较晚时期才临到的,但在她从谦恭的中学校长到全球“灵性创业者”的十五年内,她的使命清晰可见。特蕾莎修女受到与她同名的前辈阿维拉的圣德兰启发,后者开始宗教人生时还只是个天真的见习修女。但是,在经历了一系列如痴如狂的上帝异象之后,她慢慢转变为灵性上的领袖,并创建了多所隐修院。在当代,联合国秘书长哈马舍尔德则是伟大的榜样,他表明了此世权力是如何可以被灵性信念所推动的。

“我们为何在此?”这样的问题,因生命的短促而更为尖锐。因此,如果没有来生和不朽观念的作品,“灵修图书馆”也就谈不上完

整。斯威登堡声称,他的《天堂与地狱》不是幻想剧,而是对他在更高意识状态下曾经经历过的诸般世界的准确描述。该书应该和当代的迈克尔·牛顿的《灵魂之旅》一起来读,后者透过一个受了催眠的人的眼睛所看到的人在身体死亡之后所发生的一切,展开了富有说服力的建议。

人之灵性进化

理查德·莫里斯·巴克	《宇宙意识》(1901)
詹姆斯·莱德菲尔德	《塞利斯廷预言》(1993)
肯恩·威尔伯	《万法理论》(2000)
盖瑞·祖卡夫	《灵魂所依》(1990)

在灵修文献中,有关人之意识的出现的观念是一再呈现的主题。巴克的《宇宙意识》是此类文献中的早期之作,该书暗示,神秘经验的发生在整个人类历史中一直是稳步上升的,而这种直接的神性启示的增加,也许最终会取消人们对宗教的需要。在《灵魂所依》中,祖卡夫具体说明了人类如何从一种有着五种感觉的存在,演进到具备“多种感觉”的存在,得以知晓多个层面的灵性实在,并承认我们是“有着人的经验的灵性存在”。

20世纪90年代的另一本书《塞利斯廷预言》则要求读者对历史采取大图景观点,我们在这种观点中得以看见,是什么力量推动着人们从一种寻求物质保障的存在逐步转向寻找零星目的的存在。威尔伯是我们时代的灵性的伟大理论家,他呼唤一种“万法理论”,将意识的发展结合进入我们对于进化论和物理学的理解。我们不是简单地生活在由空间和物质构成的宇宙,而是生活在一个包括了情感领域、神经领域和灵性领域在内的“大宇宙”;物种的真正进化只有在我们承认人格的发展甚于承认物质的利用之际才会发生。

灵性道路上的里程碑

未见秩序的知晓

“假如人们用尽可能广泛和普遍性的语言来概括宗教生活，他们也许会说，宗教生活包括了这样一种信念，即，有一种不可见的秩序，而最高的善就在于使我们与此种秩序相和谐。”

——威廉·詹姆士

我们总是倾向于从确立和实现目标，以及按照我们的目的和欲望改造世界这些方面来考量人所获得的成就。付出足够的努力和时间，我们一般总能获得我们所想要的，此乃常识。然而，如果我们足够长寿，我们必然能认识到旧约中的真理：“人心多有计谋，惟有耶和华的筹算，才能立定。”（《箴言》19章21节）

不是每个人都是某一特定上帝的信仰者，但我们绝大部分的人确实会认识到存在某种智能力量在推动着宇宙；因此，灵性道路上的第一步，也许就是这样一种知晓：当我们的存在符合这“不可见的秩序”时，生活就会更好，也更有意义。在尤迦南达著名的《一个瑜珈修行者的自传》中，他记住了他的一位老师拿希里·玛哈赛的话语：

“神性秩序比任何保险公司更有智慧来安排我们的未来……世界上充满了对外在保障忧心忡忡的信徒。他们苦涩的想法就像他们额头上的疤痕。打我们第一次呼吸起就赐予我们空气和乳汁的太一，知道如何为他的热心信奉者供应每日所需。”

在道教中，这种不可见的秩序或者力被称作“道”。一个与道

相协的人洞察事物的真正本质,但要达到这一点,他们必须变得谦卑,承认他们只是某种比自身大得多的东西的一个因素或表现。

生活目的的神性化

有关人格发展的现代观念通常意味着改善自身,以便在职业上和人际关系中取得成功,但是,真正的转变极有可能是通过强烈的灵性信仰。经历皈依或开悟的人更能成就开始转变的极端个性,但要点在于,他们的灵性觉醒以某种方式把他们的能量重新导向,从而造就更高的特征,过上更有目的的生活。

荣格认为,当一个人进入世界,他代表了一个疑问,而他一生都必须为之提供解答。许多人从来不会这么看待人生,但灵性的经验带来了这样的认识,即,因为我们是被造的存在者,我们被造必定有个理由。在《标杆人生》中,华理克将生命比作一个发明,只有当我们接触到发明者,我们才能发现人生的目的。达到这一认识之前,生命毫无意义可言。我们也可以试图实现那些基于我们的抱负的目标,但是,当我们为存在发现一个神性赐予的理由,我们的生存就转到了另一个层次。

根据犹太人的卡巴拉智慧(参见《卡巴拉基本》),神性领域需要人的行动参与,以便让世界实现其潜力。反过来,思索上帝的意志和创造的奥秘,也就成为我们的事情了。这就要求我们不再专注于自己,而是去思考上帝之爱的长阔高深,这样的话,我们就更可能成为神性表现的器皿。大多数人相信,成为一个“器皿”意味着我们失去了对自身的控制,但是,所有神秘主义者所印证的观点恰恰是,事实上,这会焕发出我们所有沉睡的潜力。自我认识乃是发现上帝要我们成为的样子,但是,我们是否能够在真实世界的行动中表达出这种观念或者应许,则要看我们自己的了。

小我的丧失

12世纪时,伊斯兰神学家安萨里注意到,人类对于他们所被赐