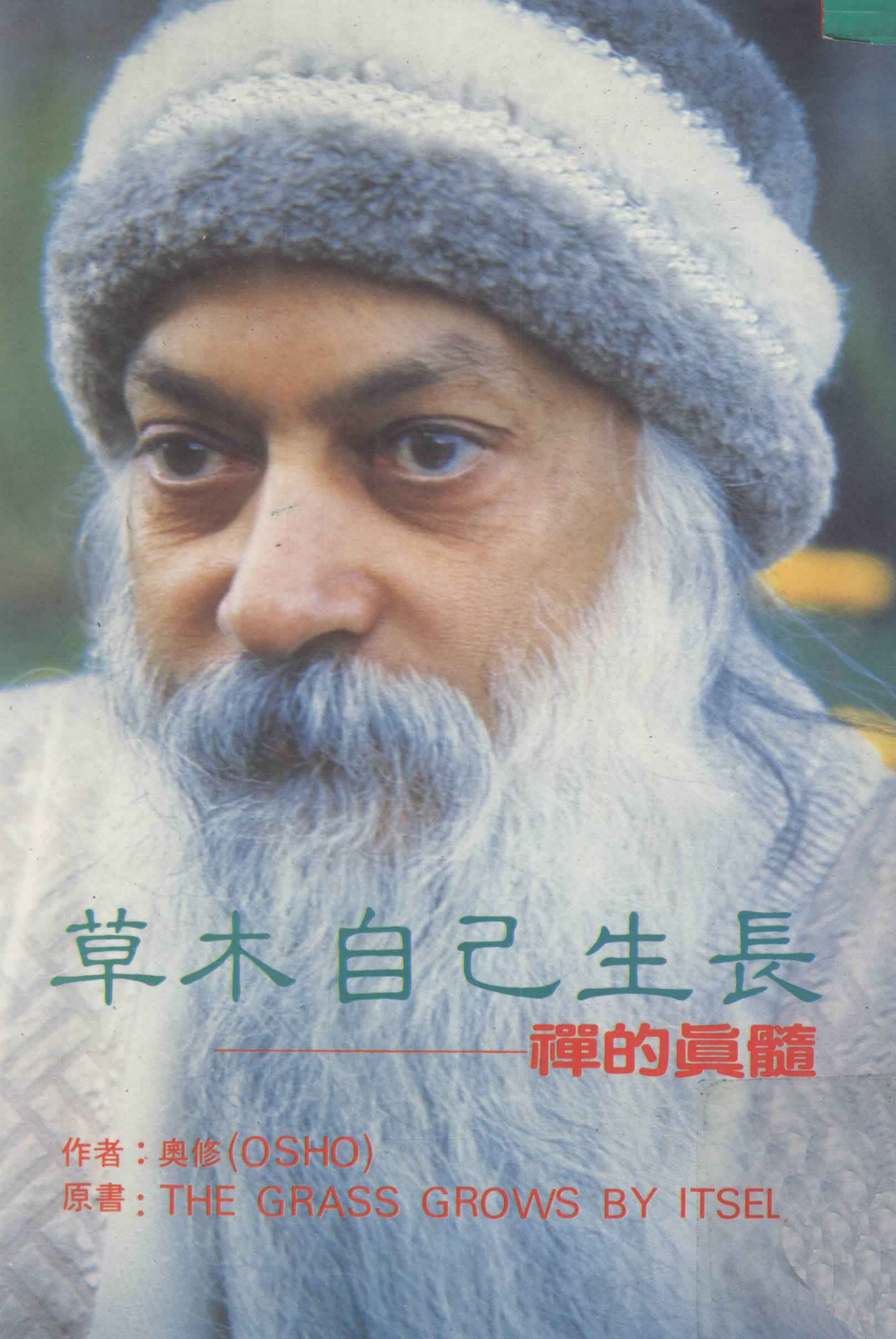




草木自己生長

禪的真髓

作者：奧修(OSHO)

原書：THE GRASS GROWS BY ITSELF

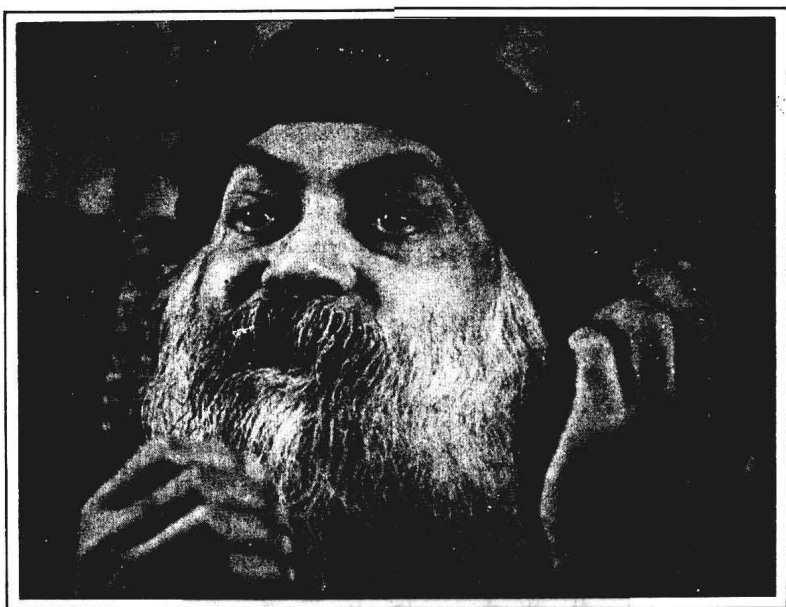
SUNNY BOOKS

草木自己生長 ——禪的真髓

THE GRASS GROWS
BY ITSELF

奧 修 原著

謙達那 譯



草木自己生長一禪的真髓

譯者	謙達那
發行人	林聰富
出版社	武陵出版有限公司
地址	台北市新生南路三段19巷19號
電話	3638329 • 3630730
郵撥帳號	0105063-5 <FAX>3621183
法律顧問	王昧爽律師
地址	台北市羅斯福路二段1號11樓
電話	3960762 • 3960782
印刷者	上英印刷股份有限公司
裝訂者	忠信裝訂廠
登記證	局版臺業字第1128號
初版	1991年2月

版權所有 • 翻印必究

定價200元

●缺頁或裝訂錯誤可隨時更換●



Copyright (C) Neo – Sannyas
International.

Originally published under
the title:

THE GRASS GROWS
BY ITSELF

Photographs copyright (C)
Neo – Sannyas International
Translation copyright (C)
Neo – Sannyas International.

譯者序

這是本人翻譯奧修大師著作的第九本。

這一本是講禪的，我稱之為「禪的真髓」，因為它道出禪真正的內涵。在我接觸奧修的禪學之前，禪對我而言一直都是很玄的東西，但是經過奧修深入淺出的解釋之後，的確能夠令人掌握某些關於禪的真正涵意，當然，在智性的了解之餘，最重要的還是要自己去修行，才能夠登堂入室。

奧修大師的智慧涵蓋一切，從老子到莊子，從佛陀到克利虛納姆提，從佛洛依德到馬斯洛，他能夠道出他們留給世人的一切觀念之真髓。他的了解來自親身的體驗，他的講道來自毫無準備的自然發揮，他的話語清晰而深入，不求表面的華麗，但是針針見血，他脫離傳統的束縛，自創一格，他不僅是一個已經成就了終極智慧的成道之人，他還是一位不折不扣的大師，他的光芒四射，照亮了整個世界。

虔誠地希望他的智慧能夠照亮你的人生。

門徒：謙達那

一九九〇年十二月

於台北

譯者序

這是本人翻譯奧修大師著作的第九本。

這一本是講禪的，我稱之為「禪的真髓」，因為它道出禪真正的內涵。在我接觸奧修的禪學之前，禪對我而言一直都是很玄的東西，但是經過奧修深入淺出的解釋之後，的確能夠令人掌握某些關於禪的真正涵意，當然，在智性的了解之餘，最重要的還是要自己去修行，才能夠登堂入室。

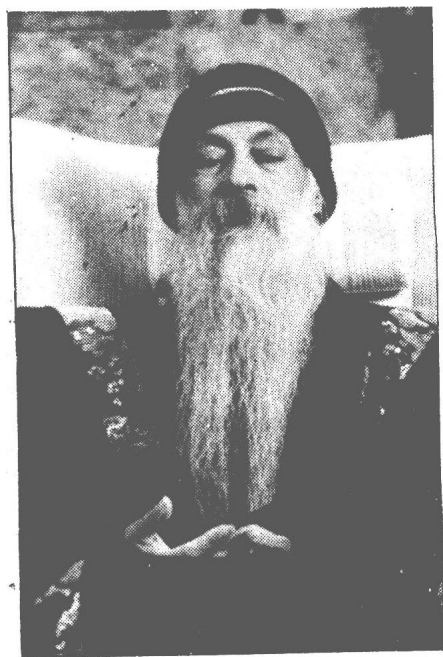
奧修大師的智慧涵蓋一切，從老子到莊子，從佛陀到克利虛納姆提，從佛洛依德到馬斯洛，他能夠道出他們留給世人的一切觀念之真髓。他的了解來自親身的體驗，他的講道來自毫無準備的自然發揮，他的話語清晰而深入，不求表面的華麗，但是針針見血，他脫離傳統的束縛，自創一格，他不僅是一個已經成就了終極智慧的成道之人，他還是一位不折不扣的大師，他的光芒四射，照亮了整個世界。

虔誠地希望他的智慧能夠照亮你的人生。

門徒：謙達那

一九九〇年十二月

於台北



草木自己生長——禪的真髓

原序

靜靜地坐著

什麼事都不做

當春天來臨

草木就自己生長

這些是古代禪師齊內林 (Zenrin) 的話。當我感覺另外一個禪師——我的禪師——奧修的存在時，這些話經常透過我的存在而重覆地被唱出來。

對我來講，這些重覆被唱出來的句子有兩層主要的意義。

第一，這就是奧修，沒有其他文字能夠更適合地描寫他是怎麼樣，他整天都坐在他的房間裡，什麼事都不做，門徒之間對於這種「成道的折磨」發明了一些俏皮話：「你什麼事都不做，什麼地方都不去，什麼人都不見，這樣的日子一定很難捱！」但那只是一個笑話，因為我們一直都知道——儘管只是非常模糊地知道——他的寧靜和無為所產生出來的最難以置信的浩瀚的感覺。

第二，大師的存在就是他的教導，我們的整個教育一直都是去做、去行動、去達成、插儘可能多隻手指進入蛋糕裡面，因此而有不幸，那就是我們！從奧修的存在經常流出這樣的訊息：放開來、停止作為、停止行動、停止達成、停止干預這個美好的、神聖的存在，因為干預就是我們所有痛苦的原因，沒有干預的話，那麼所有我們一直都很努力去干預的事都會發生。

在禪的故事「呂梁的大瀑布」裡面有這樣的話：

我跟著漩渦進入，而跟著渦漩出來。

我使我自己去適應水，而不是使水來適應我

這就是奧修的禪，不是傳統所知道的禪，而是奧修的禪，雖然佛陀的精神、老子的精神、偉大的日本師父的精神都跟它有著深不可分的關係。

它就是禪，因為沒有規則、沒有儀式、沒有戒規要讓門徒遵循，它的本質就是無爲、無我。它就是禪，而師父幫助門徒成長的技巧是「驚醒」！到目前爲止，奧修還沒有將任何人丟出窗外，或拳擊任何一個人的鼻子，他給我們的震驚，以及他爲我們創造出來的幫助我們成長的情況比較微妙，但它們仍然很像禪。

這就是奧修，因爲……這是最難寫的部份，說他是「空無」、「成道」、或「神聖的」，那是真理，因爲那就是他對他自己的描述，但是從我這邊來說，那是不誠實的，因爲我不知道那些意味著什麼。我所能夠說的都是陳腔爛調，但是就我現在的認知而言，它是真實的，我所知道的是：這就是奧修。奧修能夠完全站在他自己的境界來會見理智成熟、但是實際上在靈性方面尚未誕生的西方人，他並不是以傳統爲基礎在我們身上下功夫，而是以「現在我們是誰、是什麼、在那裡」爲基礎。

如果你剛好來到這裡停留一陣子，你將會開始注意到，在明顯的寧靜當中、在明顯的空無當中、在明顯的沒有行動當中，一個非常浩瀚的發生正在進行，它幾乎是無法想

像的，某種東西——有很多——正在成長。

女門徒：波蕾姆·葳娜

目錄

譯者序	1
原序	3
第一章 禪的真義	9
第二章 師父和門徒	43
第三章 空和尚的鼻子	75
第四章 呂梁的大瀑布	113
第五章 沈默的師父	141
第六章 醒悟	173
第七章 不是一個死的	207
第八章 一個染上深紫色的原野	233

作者簡介

第一章

禪的真義

一九七五年二月二十一日於印度

有人問布克由師父 (Bokujin)：我們每天都必須穿和吃，要怎麼樣才能夠脫離這些東西？

布克由回答：我們穿，我們吃。

發問者說：我不了解。

布克由回答：如果你不了解，穿上你的衣服，吃你的食物。

禪是什麼？

禪是一種非常特別的發展，很少說有這樣的可能性變成一個事實，因為有很多冒險包含在裡面，從前有很多次那個可能性都曾經存在，某種靈性的發生可能發展成像禪一樣，但是它從來沒有全然地實現，在整個人類意識的歷史裡，只有一次像禪這樣的東西進入存在，它是非常稀有的，所以，首先我想要讓你們了解禪是什麼，因為，除非你了解禪是什麼，否則這些逸事將不會有太大的幫助，你需要知道它完整的背景，在那個背景之下，在那個前後關連之下，這些逸事才會變得清晰易懂——突然間，你會了解到它們的意義，否則它們只是一些支離破碎的片斷，你可以享受它們，有時候你可以笑它們，它們非常富於詩意，它們本身很美，它們是獨特的藝術品，但只是藉著看這些逸事，你將不能夠穿透「禪是什麼」的意義。

所以，先跟著我慢慢來了解禪的發展，了解它是怎麼發生的。禪誕生於印度，在中國成長，然後在日本開花，這個情況是很少見的，為什麼它誕生在印度，而卻無法在印度成長，而必須去尋求一塊不同的土地？它在中國變成一棵大樹，但是不能夠在那裡

開花，它必須再去找尋一個新的氣候、一個不同的氣候。在日本，它就好像櫻花樹一樣地開花，開出成千上萬的花朵，這不是巧合，也不是偶然，它有很深的內在歷史，我想將它顯示給你們。

印度是一個內向的國家，日本是外向的，而中國剛好就在這兩個極端之間，印度和日本完全相反，所以，為什麼種子會誕生在印度，而在日本開花？因為他們是相反的，他們沒有類似性，他們是互相對立的。為什麼中國剛好就在中間，而能夠給予它成長所需的土壤？

種子是一種內向，試著去了解種子的現象，種子是什麼，種子並不是向外發展的，種子事實上是轉向它自己，種子是一種內向的現象，它是向心的，它的能量向內移，那就是為什麼它是一個種子——完全離開外在世界而覆蓋起來，關閉起來。事實上，種子是世界上最孤單的，最被隔離的東西，它在土壤裡沒有根，在空中沒有樹枝，它跟土壤沒有連接，跟天空也沒有連接，事實上，它在它的周圍沒有跟他物有關。種子是一個完全的孤島，它被隔離了，被藏起來，它不跟外界關連，它圍繞著硬殼，沒有窗子，也沒有門，它無法走出去，也沒有什麼東西能夠進來。

種子在印度是自然的，印度的天才能夠產生具有非常大的潛力的種子，但是它無法

給予它們泥土，因為印度是一個內向的意識。

印度人說外在不存在，而即使它存在，它也是跟作成夢的東西一樣，整個印度的天才都一直在試著去發現如何逃離外在、如何進入內心的洞穴、如何歸於自己的中心、如何去了解整個世界除了意識之外的存在只是一個夢，最多它只是看起來很美，而在最差的情況，它就好像一個惡夢，不管是美或醜，事實上它都是一個夢，一個人不必對它太費心思，一個人必須醒過來，忘掉外在世界的整個夢。

佛陀、馬哈維亞、替羅帕、戈拉克、卡比兒，他們多少世紀以來的整個努力就是如何逃離生死的輪迴，如何把自己封閉起來，如何完全切斷你自己所有的關係，如何能夠不關連、分離，如何向內移而忘掉外在，那就是為什麼禪誕生在印度。

禪的意思就是「迪陽」(Dhyān)，禪這個字是在日本由「迪陽」這個字演變而來的，迪陽是整個印度意識的努力，迪陽意味著非常單獨，非常進入你自己的本性，使得連一個思想都不存在。事實上，在英文裡面沒有直接的翻譯，它並不是「沈思」(contemplation)那個字，沈思意味著思考、反省；它也不是「靜心冥想」(meditation)這個字，因為靜心冥想意味著要有一個東西讓你去冥想它，它意味著有某種東西在那裡。你可以靜心冥想基督，或者你可以靜心冥想十字架。但是迪陽意味著非常單獨，沒有東西讓你去冥想，