

新編世界佛學名著譯叢

覺悟之道

南開大學宗教與文化研究中心

主編

13/40
601048

新編世界佛學名著譯叢

第一四九冊

覺悟之道

那爛陀著 學愚譯



中國書店

本册說明

本書的作者那爛陀長老是斯里蘭卡最受尊敬且具極高聲望的佛學大師之一，以其廣博的佛學知識和高深的佛法修證而聞名于上座部佛教國家，他把博大精深的佛法以一種通俗易懂的語言呈現給世人，使世人受益匪淺。

《覺悟之道》一書則是發行最廣泛的佛教正法典籍，在混雜種種戲論佛法的當世，是一部難得的闡釋佛陀所教之法的著作。本書分爲四十四章，從出家、降魔成道、說法、涅槃等真實地介紹了佛陀的一生，結合現代科學和哲學，精闢地論述了上座部佛教的特色，系統地講解了業因果報、六道輪迴，涅槃及菩薩思想，使人耳目一新，其中更有作者自己修證後的真知灼見，是南傳上座部佛教學者的必讀書。它既適合普通佛教信仰者，更適合廣大智慧探索者，二者均可在本書品嚐到法味。

新編世界佛學名著譯叢

覺悟之道

學愚譯
那爛陀著

再版序

那爛陀長老是斯里蘭卡最受尊敬且有極高聲望的佛學大師之一，並以其博學多聞及對佛法的修證而名揚于南傳上座部佛教國家。在中華人民共和國與斯里蘭卡建交 50 周年之際，我很高興能為尊敬的那爛陀長老的經典之作——《覺悟之道》（中譯本）的再版作序。

那爛陀長老把博大精深的佛法以一種通俗易懂的語言呈現給世人，使世人受益匪淺。佛陀關於宇宙人生的哲學思想，應被世人所信奉。佛陀不但傳授了圓滿覺悟的出世間法，更強調了人們在日常生活中踐行佛法的重要性。

為了人類的利益，在斯里蘭卡也有許多像那爛陀長老一樣的佛學大師把他們的時間和精力都奉獻給了佛教的傳播事業，這一事業已在斯里蘭卡傳承了近 2500 年。對譯者把這些極其珍貴的經典翻譯成中文所付出的努力，斯里蘭卡人民心存感激，同時也值得中國的佛教信仰者敬重。

因此，我希望能以此書為契機，有更多的佛陀教導的中譯本出版，使中國的讀者能從佛陀教導的甘露中獲得更多裨益。

Karunatilaka Amunugama

斯里蘭卡駐中華人民共和國大使

2007 年 6 月

Preface to the Second Edition

I am pleased to contribute a few words on the occasion of releasing the second edition of the Chinese language translation of the book titled The Way to Enlightenment by the Most Venerable Narada Thero, one of the most respected and renowned Sri Lankan scholars, at a time when the people of the People's Republic of China and Sri Lanka celebrate the 50th anniversary of the Establishment of Diplomatic Relations.

Venerable Narada Thero has presented the complex and epic teachings of Lord Buddha in a very simple language for the benefit of the average reader. The philosophy of Buddha's teaching is universal and could be practiced irrespective of country, nationality or religion. It addresses the hearts and minds of the people and highlights the importance in practicing Buddha's teachings in the day to day life.

Sri Lankan Buddhist scholars like Ven. Narada Thero. have devoted their time and energy to spread the message of Buddha which we have preserved for nearly 2500 years, for the benefit of humankind. The effort to translate some of these invaluable scripts to Chinese

language is not only appreciated by the people of Sri Lanka, but also, by millions of Chinese Buddhists.

Hence, it is my hope that this publication will lead to a progressively more translations of Buddha's teachings into the Chinese language, enabling the average Chinese reader to benefit by taking in the essence of the teachings of Lord Buddha.

Karunatilaka Amunugama

Ambassador

Embassy of Sri Lanka

Beijing

June, 2007

譯者序

佛教在印度經過一百多年的平和發展後，分化為上座部和大眾部。上座部佛教在阿育王的大力護持下，逐漸形成一體系完整、傳播廣遠、信眾無邊的南傳上座部佛教。

就僧團的組織、教理的研究、佛法的實踐而言，南傳上座部佛教都較為傳統。早在公元前一世紀，其經典就以文字記載下來，以後雖有增減，但程度甚微，基本保持了原始佛教風貌，為我們保存了一部完整的部派佛教根本大典。

在這些經典中，我們可以看到一個可親可敬、智慧圓滿、慈悲無礙的佛陀。他的一生因追求真理、覺悟真理、奉獻真理而究竟完美。他是傳授人類解脫大法的無上師，又是醫治人生病苦的大醫王。在他的身上，人類找到了離苦得樂的希望，發現了圓滿覺悟的大道。但是，成就希望、獲證菩提還需人們自身的努力。“汝應自精進，如來唯老師”。

那麼，作為一個大徹大悟的無上師，佛陀給我們迷茫有情講說了哪些解脫之法？作為一個慈悲心切的大醫王，他又給我們苦惱眾生開示了多少靈丹妙藥？

佛陀在菩提樹下覺悟了證四聖諦——苦、集、滅、道，並以此為基礎，建立了導引眾生離苦得樂的無量方便法門。

苦是真實的存在。它既有現實人生社會意義，又有哲學意義。不但有苦苦、壞苦，更有行苦，有缺陷，無常，空，無實之意。人生有生老病死，事物有成住壞空，社會有生

住異滅。諸行無常，緣生緣滅本身就是苦。

但是，佛教並沒有完全否認世間之樂，如家庭之樂、五欲之樂、生活之樂等，而是教導人們正確地看待這些快樂，即不可執著。因為，世間的一切有為快樂都是虛幻不實，稍縱即逝。佛陀以種種方便權巧講述諸苦，這不是危言聳聽，使人憂心不可終日，從而產生悲觀消極之心，更不希望人們成為苦的犧牲品和悲觀的奴隸。佛陀說苦，不是要人們悲觀、消極地接納承受苦，更沒有把它當成是上帝或命運的懲罰，而是把它看成是一客觀存在的事實。說苦不是佛陀應世的本懷，而是一種方法，使人從而生起厭苦趣樂進取之心。他要求人們正確地認識苦，明白它的起源，公正平等地看待它，從而達到根治的目的。苦的根源就是貪，而貪又是由于無始以來的我執。無明煩惱是產生我執的罪魁禍首。

既知苦，又知苦因，絕因斷苦就是涅槃之樂。此涅槃之樂唯親證者明瞭，如人飲水，冷暖自知。怎樣纔能達證涅槃之樂？唯一之徑則是八正道。此正道遠離了極端的自我享受和極端的自我折磨。

此八正道沒有任何神秘色彩，無論有信仰者，無信仰者；佛教徒，非佛教徒都可以在此一生中獲得裨益，獲得解脫，免受六道輪迴之苦。

為此，有人也許會問，如果說我們在此身即可覺悟成佛，那麼，佛陀到底有沒有講述輪迴之理呢？回答是肯定的。這在許多經典中都可找到證明。佛陀在覺悟之夜，即觀念其無量前生及無邊衆生如此依業而往生六道。在這裏，我們應該明白的是，佛教的因果輪迴不同于靈魂轉世之說，因為，佛教否認有一不變的靈魂實體。

每一衆生因善惡之業輪迴不斷，此業由遷流不息的意識之流運載。意識在貯藏舊業的同時，接納新造之業，並使其深深烙印其中。一段生命的結束並不意味着意識之流的終結。在死亡意識現前的剎那間，有形的軀體因失去賦有生命力的意識之流而喪失活力，但是，意識之流再次找到自己相應的色體因緣，繼續不斷地遷流下去，其運行的動力來自內部本身，而非他力。如同一隻滾動的球與另一隻相對靜止的球碰撞後，靜止的球則按前一隻球的動力向前滾動，而先前滾動的球則停止不前。

因此，佛教的輪迴是業力的流轉，而不是靈魂的輪迴；佛教的無我是諸法無有恒常主宰之實體，而不是否認一切。因此，佛教從真諦上講諸法無我，從俗諦上說六道輪迴。這就是輪迴與無我的相對統一。

《覺悟之道》一書是由斯里蘭卡的上座部佛學大師那爛陀長老所著。長老在斯里蘭卡家喻戶曉，以其廣博的佛學知識和高深的佛法修證而聞名于上座部佛教國家。

本書共分四十四章。以原始經典爲基礎，真實地介紹了佛陀的一生，結合現代科學和哲學，精闢地論述了上座部佛教的特色，系統地講解了因果業報、六道輪迴、涅槃及菩薩思想，使人耳目一新，其中更有作者自己修證後的真知灼見，是南傳上座部佛教學者的必讀書。它既適合普通佛教信仰者，更適應廣大智慧探索者，二者均可在本書中品嚐到法味。正如作者所說：小孩可以在此得到新鮮奶水，成年人可以從中獲得美味佳肴。

學愚

一九九六年一月一日

前 言

東西方學者，佛教徒或非佛教徒撰寫了許許多多富有價值的著作，向那些對佛教感興趣的人解述了佛陀的一生及其教導。

其中，最受歡迎的作品之一仍然是埃德溫—阿諾德男爵的《亞洲之光》。許多西方國家的求道者因為此世界聞名之詩而被佛教深深吸引。

這些博學多聞的作家以佛法啓迪覺悟了廣大讀者，他們這些值得隨喜贊嘆的精進努力受到東西方佛教徒的一片贊美之聲。

本書以巴利三藏經典、注疏以及流傳于佛教國家，特別是以斯里蘭卡的傳統為基礎，又是一位佛教僧人的微薄努力。

本書的第一部分敘述了佛陀的一生，第二部分闡述了巴利語系佛教。

佛教是一道德和哲學體系，是覺悟的唯一正道，但又不僅僅是學術方面的學習課目。

佛法是讓人來學習的，但更是讓人來實踐的，歸根結底，是讓每一個人來了證的。

如果沒有實踐，再多的學習也是無效的。佛說，博學之人不修習佛法好似沒有香味的美麗花朵。

不懂佛法之人如同盲人。但是，不修證佛法之人被比喻成是一個圖書館。

有些人匆匆忙忙地批評佛教為一消極宗教。這一毫無根據的批評與事實相違甚遠。

佛陀是世界上第一個最為活躍的傳教領袖。他往返于各地達 45 年之久，向廣大的信眾，包括老百姓和知識分子講解佛法。通過自己的言行利樂人類有情，直到他生命的最後時刻。他的諸大弟子們繼承了他的事業，弘化世間。他們身無分文，徒步邊遠地區，弘揚佛法，從不希求任何回報。

“精進求證。”這是佛陀的最後遺教。沒有個人的努力，就不可能獲得解脫和淨化。因此，佛教譴責了祈求和祈禱，取而代之的則是導向自我約束，純淨和覺悟的禪修。禪修和服務構成了佛教的兩大特色。事實上，所有佛教國家都是在佛教文化的搖籃裏成長。

“諸惡莫做”，即不要成為自己和他人的詛咒者。這是佛陀第一教誡。第二教誨則是“眾善奉行”，也就是成為自己和他人的祈福者。他最後的勸告則是“自淨其意。”這是最為重要，也是最為根本的佛法。

這樣的宗教可以被說成是懶散消極的嗎？

也許應該指出的是，在三十七道品（*bodhakkhiya-dhamma*）中，精進（*viriya*）反復在九個地方出現。

為了澄清他和弟子們的關係，佛陀說：

“汝應自努力，如來唯老師。”

佛陀指出了正道，實踐此道，以期清淨，則是我們自己的事了。

“由己而清淨，由己而染污。”

在清規戒律的約束下，比丘們在自己的天地裏積極努

力，從不違越。而在家佛教徒們可以在佛法的指導之下，以自己的方式為其宗教、國家和世界作貢獻！

佛教給出家比丘指出一條路，同時也給在家居士指出一條路。

一方面，所有佛教徒都是無畏的勇士。他們戰鬥不止，但不是手拿武器和炸彈。他們大行宰殺，但不是無辜的男女老少。

他們同誰戰鬥？而他們無情殺戮的又是哪一個呢？

他們同自己戰鬥，因為，一個人是自己最大的敵人。心是人的最壞敵人，同時也是他最好的朋友。他們毫不留情地以戒定慧宰殺深藏在自己意識中的情欲、嗔恨和無知。

希望獨自清淨，願與此奮戰一生之人完全可以這樣做。比丘們生活在僻靜之地，痛殺貪嗔痴煩惱。為人類樹立了光輝典範。對於那些心意滿足者來說，寂靜就是一種快樂。那些同生活戰鬥，並以此為樂者生活在世間，旨在創造一個美好的世界，使世人可以在此絕對和平和諧的世界上做一個理想的公民，他們可以挑起這一艱巨任務。

人類不是為了佛教，但佛教却是為了人類。

根據佛教，應該指出的是，如果以正見觀之，要成為一個理想的佛教徒，財富和貧窮都不應是障礙。佛陀的最大護法，給孤獨長者是一大富者。乾堤訶羅被認為比國王更善于布施，而他卻是一個窮困潦倒的製陶工。

佛教對窮人和富人，老百姓和知識分子都同樣具有感召力。

佛教信仰以及簡樸的宗教儀式吸引了廣大普通老百姓，而佛教深邃的教導和心智文化却使知識分子陶醉。

一個偶然參觀佛教國家的人，當他第一次跨進寺院時，也許會產生一種誤解，認為佛教祇不過是一些宗教形式和儀規而已，它是一種鼓勵崇拜偶像和樹木的迷信宗教。

佛教深具忍辱，沒有全部譴責這種外在形式的禮拜，因為廣大信眾需要它們。一個人可以看到他們在進行這樣的宗教儀式時是多麼的虔誠。他們的信仰由此而得以增長。佛教徒跪拜在佛像前，對佛像所代表的表示他們的恭敬之情。富有知見的佛教徒觀想佛陀的善德。他們不追尋從此佛像中獲取世間或精神的恩典。另外一方面，菩提樹是覺悟的象徵。

佛陀希望其信徒做到的不是這種形式的順服，而是實實在在地遵循他的教導。“修習佛法最好之人為最敬我之人。”這就是佛陀的教誨。

富有知見的佛教徒可以不用外在的禮拜形式修習佛法。實踐八正道，寺院和佛像非必不可少。

佛教認為過去和未來生無量，可供有情眾生居住的星球也是無數，那麼，佛教完全是為了另外一個世界。這種說法正確嗎？

佛陀說法是為了解脫痛苦眾生，斷除痛苦之因，從而教導結束生死之法。但是，佛陀講說了眾多經典，旨在世間的進步。精神和物質方面的提高是一個國家發展的關鍵。二者不可分割。但是，不應為了取得物質文明的發展而犧牲精神文明的發展，正如當今物質主義思想主宰的國家。各國政府和慈善團體應該適應人們物質文明的發展，提供理想的生存環境；而宗教，特別是佛教，應提高人們的道德，使人們成為理想的市民。這是各自的責任。

佛教與絕大多數宗教相違，倡導中道，其教法以人爲中心，不同于以神爲中心的信條。因此，佛教是向內尋求，注重于個人解脫。佛法是讓每一個人自我體證。

通常來說，絕大部分人類希望的最終目的就是永恆或斷滅。物質主義者認爲死後不存一物。根據有些宗教，生命的目的在于死後同萬能者或不可思議的神相圓聚，這是一種永恆主義。

佛教倡導中道，其目的不是爲了斷滅，因爲本來就沒有一個要斷滅的不變之物。它也不是爲了永恆，因爲本來就沒有一個可永生的不變靈魂。佛教的最終目的可以在當下一生中成就。

阿羅漢圓寂之後怎樣？這是一個相當難以回答的微妙問題。因爲涅槃是一超越時間和空間的聖境，不可用語言來表達。嚴格來說，涅槃爲有，但沒有人證入涅槃。佛說，有人說阿羅漢圓寂後存在或不存在，這都是不對的。例如，一團火在燃燒，不久熄滅，一個人不可說火去了任何一個方向。當不再有燃料之時，它停止了燃燒。佛陀舉此火喻，指出不應提出這樣的問題。一個人可能被搞糊塗了，但是這并不奇怪。

下面是一現代科學家給予的一個恰當的例子。

羅伯特—奧本海默寫道：

如果我們問電子是否保持固定不變，我們必須說不是；如果我們問電子的位置隨着時間的變化而改變，我們必須說不是；如果我們問電子是否處于靜止狀態，我們必須說不是；如果我們問電子是否在運動中，我們必須說不是。

“當有人問到人圓寂後的自我情形時，佛陀給予了同

樣的回答，但是，這些不同于來自于十七八世紀的科學答案。”

很明顯，博學的作者指的是阿羅漢圓寂後的情形。

獲證這樣的境界有什麼用處？我們是否應該否定存在？生活中充滿了快樂，難道我們不應真實生存？

這些問題并不意外。他們是那些希望享受生活之人，或希望承擔責任，經受磨煉，利樂人類之人的典型回答。

對第一種人來說，佛教徒將說：如果你願意的話，你可以這麼做。但是不要成為世間欲樂的奴隸，因為這些都是虛幻無常；無論你喜不喜歡，你將收割你的播種。對第二種人來說，佛教徒會說：盡一切方便利樂人類有情，以無私的奉獻為樂。

佛教向那些需要涅槃之人指出涅槃之果，但不強迫任何人。“過來看，”這是佛陀的教誨。

佛教徒應過着高尚有意義的生活，直到實現了最終目的。

佛法具有完美的道德規範，適用高尚之人和一般人。

它們是：

1. 五戒：不殺生，不偷盜，不邪淫，不妄語，不飲酒。
2. 四聖處 (brahma-vihara)：慈，悲，喜，捨。
3. 十聖德 (paramita—十波羅蜜)：布施，善德 (持戒)，出離，智慧，精進，忍辱，誠實，決意，慈和捨。
4. 八正道：正見，正思維，正語，正業，正命，正精進，正念，正定。那些希望儘早成就阿羅漢之人可以觀念佛陀給予羅睺羅尊者的忠告：

“此身非我，非我所，非我之靈魂。” (Ne'tam

mama, n'so'ham asmi, na me so atta)。

應該謙恭地說，本書不是專門爲了學者，而是爲了那些希望瞭解佛陀生涯及其根本大法的學生們。

本書于1942年出版。修改和補充後的第二版于1964年在新加坡出版。這一次，我又增補了兩個章節。

那爛陀

佛曆 2157 年 (1973) 于科倫坡

再版序	1
Preface to the Second Edition	1
譯者序	1
第一章 太子出家	1
命名大典	2
教育	4
婚姻生活	4
出家	4
精進求證	3
第二章 精進成道	14
精進苦修	14
魔王的誘惑	18
中道	21
覺悟的曙光	22
第三章 無上佛陀	24
佛性	24
何爲佛陀	26
佛陀的偉大	28
第四章 畏道之後	32
第五章 請佛說法	39