

「英文小冊百本合刊」序

陳健民英文原著
孫一譯

我很高興，現在能將英文小冊壹至壹百號合編，呈現在讀者面前。這本書的內容是按自然而合理的次序編排的，對佛教的思想和修行，有完整而深入的介紹。我寫英文小冊已有許多年了，但一直沒有機會，將它們有系統的編纂起來，由於沈家楨博士的慷慨，讓我完成了這項工作。

現在將英文小冊成長的歷史，向各位作個簡略的報告。我最初寫英文著作的動機，是因為我第一位佛教老師——太虛大師的勸告。我二十四歲時，在湖南皈依這位有名的法師，數年後，我們又在江西的廬山重逢，當時二次大戰中國和日本的戰爭，似乎已不可避免，我在廬山幫助貢噶仁波切，建設諾那上師的紀念塔，見到太虛大師後，他勸我去和住在廬山附近的外國佛教徒聯繫。他說我必須要學英文，因為學英文可以幫助將佛法傳到西方去，而有助於世界和平。我說：「以前所學的一點英文都已忘了，實在無力去做這樣一件大事。」太虛大師說：「我勸告你，不是出於我自己的願望，而是佛陀的啓示，因為你將來可能會有很大的機會，把佛法傳到西方去，所以你必須先學好英文。」當時我實在不敢想像，以後會承擔這樣大的責任；但太虛大師是我第一位上師，我一直深信他的預言，並且開始複習英文。

後來，我在夢中夢到西藏的色迦促札上師（Se Ka Cha Tzo）他告訴我說：「你將來要在岩洞閉

關一段時期後，再會到印度去。」二次大戰的戰火，遍佈了中國，我立刻回到家裏，幫助家人逃離戰區，將他們安頓在一個偏遠的山區後，我單身到「獻花岩」閉關修禪兩年。大戰結束後，收到好友——黃蘅秋居士的電報，邀請我陪他到印度去朝聖，所以我的夢境實現了。離開「獻花岩」後，到黃居士家等待護照，我祈禱韋馱菩薩，幫助我快快得到護照。韋馱菩薩向我現身，並且說：「你必須每天溫習英文，即使每天只學一個字，這是非常重要的。」當時，我回答說：「我對英文實在沒有興趣，只想請您幫忙，快讓我得到護照。」

到印度後，深知會講英語實在方便，所以我準備了一部英漢對照的聖經，並且把它從頭到尾讀了幾遍。學習英文最好的方法，就是實際去應用它。所以，我便開始寫第一篇英文小品，題目是「請再多學一點」(Still more please)，文中勸告基督徒學習佛法，這是我第一本英文的作品，但是完成後，沒有錢去印行。

一九四七年，我開始在印度噶林邦長期閉關，當時我和伊文斯博士(Dr. Evans-Wentz)有聯繫。他贈送我由他自己編的四本西藏佛教名著，使我有機會一方面由閱讀英譯的佛學著作而學更多的英文，另一方面，我打算用英文為伊文斯博士在書中的註解寫一篇評論。由於閱讀這些書使我瞭解許多佛學者不能了解外、內道的差別，而有一些基本觀念的錯誤。因此，我決心寫一部書，書名為「佛教密宗與印度教密宗辨微」。當時，由紐約的彼得先生支持我，他本人對密宗很有興趣，但對佛教密宗與印度教密宗間的差別不瞭解。我完成這篇著作後，寄給彼得。但當時還是沒有足夠的錢來印行。(由於我的祈

禪)後來彼得的生意開始興旺，他捐了一些錢，幫助我把我的中文「禪海塔燈」一書譯成英文；但是仍然沒有錢將它印行。我雖然非常虔誠的擴大我的菩提心，但是在物質上我很匱乏，所以我只有祈禱，希望這篇禪的著作能趕快印行。

後來彼得又到噶林邦來看我，他非常喜歡我的西藏畫家所繪的百多張佛像。我說，如果有足夠的錢，就可以將這些佛像影印成冊贈送給大家。當時彼得給我美金一百元，於是我和附近的照相館聯繫，照相館回答，攝影費二十元就夠了，但如果要印行五彩成冊的話，印刷費要高很多。我想如果只是攝影而不能印行，沒有多大意義，所以沒有去攝影，我就暫時保留了這一百元。

當時英國比丘香格羅吉多(Sangarakshita)住在噶林邦他自己建的寺院裏，由於他的請求，我作了一次佛法的演講，他非常讚賞。他是摩訶菩提學會雜誌的編輯，他計畫把這次演講的內容，刊登在下一個月的雜誌中。然而我一直有個想法，就是佛法的文字是不應該賣錢的，佛教徒不需花任何金錢就可以得到佛陀三藏的教誨；我想如果我的著作能被印行並且免費贈送給全世界，那該多好！如果把我的著作中一章或一節抽出印成小冊，這樣我可能較有足夠的經費。而且現在的年青人比較懶惰，如果印成可裝在口袋裏的小冊，他們更容易閱讀。由於這樣的想法，配合上次彼得給我的一百元，我決定印第一本小冊子——談佛法之弘化(A talk on preaching)，這就是我這百本一系列的小冊子的第一本。

我的六百首中文詩，當時已在香港印行，彼得讀後非常欣賞，並且計畫將其中五十五首譯成英文。在印度物價比美國便宜很多，印一千本二十頁的小冊子，只需要美金二十元，所以我把這五十五首詩印

行爲第二本小冊子，題名爲「短笛集」(Flute)。當時，那一百元還剩下一些，因此我又將「請再加一點」(Still more please)中的一章「十字架」(Crucifixion)印成第三號小冊子。後來又把「佛教密宗與印度教密宗辨微」中最重要的一章「宇宙」(Universe)，編爲第四號小冊子。「禪海塔燈」中的一章「平實商量」被印爲第五號小冊。就這樣我把彼得給我的一百元用完了，而這五本小冊也就免費贈送到世界各地去了。

從那時起，我的讀者由一百人增加到八百多人，我贈書沒有要求回郵，每印一本小冊子，首先需要很困難地籌足印刷費，然後再買郵票寄送。我有一首詩：「寄書無復買花錢(註)，欲典粗衣孰肯穿，遠客函詢欲快遞，先行捫好再呼天！」(註：吾鄉稱郵票曰郵花)。不論有多困難，我總希望讀者在品味了我的作品之後，都會自動捐錢來幫助我印行其他的小冊或整本的書。果然，由於這些小冊，世界各地的佛教徒，到我的茅蓬來看我，其中一些人自動地捐助我。這項改變，使我在離開印度到美國之前，共印行了五十七種小冊。前五種小冊的目的，是要向大家介紹我的作品，並觀察他們對佛教思想的反應。所以，這幾種小冊是沒有什麼系統和次序的。由於我自己沒有基金，必需完全仰賴自願者的捐助，並且還要考慮到讀者的興趣，所以我對於小冊子的內容一直沒有整體的計劃與方向，作有系統的引導讀者由淺至深，由正見逐漸而正行。

在一九六二年，我對兩位有名的英國比丘香格羅吉多(Sangharakshita)和康提波羅(Kantipalo)的談話，被整理成書，書名爲「佛教禪定」(Buddhist Meditation-Systematic and

Practical)。由於當時沒有足夠的錢印行全書，因此每有捐助時，我便抽取書中一段精華印成小冊。如「小乘禪法」（小冊第十五號），「大乘禪法」（小冊第十六號），「金剛乘禪法」（小冊第十七號）。

在一九六五年左右，有很多嬉皮（Hippies）來訪問我，使我瞭解了一些他們의思想和習慣，促使我寫成了兩本小冊來勸告他們，書名為「歡迎嬉皮之路」（Welcome hippies by this way）（小冊第五十二號），「寒山詩選」（Selected Han-Shan poems for hippie reading）（小冊第五十三號）。

一九七二年我來到美國，發現這兒的學佛方法和東方國家有很大的差別，覺得必須幫助這些美國人；所以我針對美國的生活環境作了很多次的演講，這些演講的內容後來編成小冊七十八號和七十九號，名為「陳健民先生演講集」（A collection of short Chenian lectures）。其中談到很多問題，但並非與前後有一貫系統的，後來由於有些佛教徒，對於護摩（火供）很有興趣，促使我寫成小冊第十八號「財神火供」（A ritual of fire sacrifice to the God of wealth）和小冊第七十三號「咕魯咕哩火供」（A ritual of fire sacrifice to kurukula）。

在美國幾乎每件事都是以商業方式交易，甚至佛法也是如此。許多佛教中心教授一門簡短的課程需要很多錢，我對這種傳法的方式很不滿意，有一個佛教中心教授寧瑪巴的課程，要肆佰元，有一位信徒付不起這麼多的錢，因此要求我把寧瑪巴的教法譯成英文，後來成爲小冊第六十三號「寧瑪巴的特質」

(The special characteristics of Nigmapa school) 和小冊第六十六、六十九號「普賢王如來教法」(The essential teachings of Adi-Buddha)。因此，這個教法就可以免費的傳授給全世界了。從上面的例子就可以看出，爲什麼我所寫的小冊子，不是從頭到尾很有系統的理由，因爲我必須等待他人的經濟援助，而不能完全依照自己的心意介紹出有系統的佛法知識，因而我一直感到很抱歉，無法將我的作品非常有系統地呈現在讀者面前。這也正是我的小冊子急須要整理的原因。

由於佛陀的加持，在我抵達美國後不久，便認識了沈家楨博士，他對我的作品非常感興趣，並願資助我分別在台灣及美國印行我的中英文著作。有時候，如果大家的捐款不夠，沈博士往往會將不足的部份補足。所以我的著作「佛教禪定」、「佛教密宗與印度教密宗辨微」、「禪海塔燈」、「如何啓發菩提心」等，都可以由沈先生處免費得到。他的地址是：Dr. C. T. Shen

131 Tekening Drive

Tenafly, N. J. 07670 U. S. A.

上面我已經把英文小冊之所以沒有系統的原因說明了，現在我要將這些小冊整理後的目錄(見附錄)，介紹給大家。

我將本書分成十一個部份，每一個部份包含數本有系統的小冊，這十一個基本部份以及它們間的關係，我將在下面介紹。

依據佛陀的教誨，學佛有三個步驟——聞、思、修。本書第一個部份是字彙、字彙是知識的工具，並

且是閱讀和思考的準備，所以放在第一部份。我曾經發行過數本小冊式的字典，其中有些是為初學者而設計的，幫助他們瞭解簡單的佛學名詞。一般人（如果不是佛教徒）通常不願花很多錢去買字典，所以為這些人，我編輯了一本幫助瞭解佛教教理的字彙。

佛法的聞和思，都是建立在理論的基礎上，所以第二個部份是「理論」。這部份內容排列的次序，是由通俗到專門，由淺到深，由顯到密。

許多英文讀者，他們無法分別東方各種宗教的教義，譬如佛教、印度教、道教。有些甚至不瞭解佛教與基督教之間的差異，因此為了增加這方面的知識，第三部份編為「比較研究」。在這部份中，將佛教、基督教和印度教以及近代思想和哲學，作廣泛的比較，這樣可以使讀者對理論有更深入的瞭解。

第四個部份是「詩」。在英國文學中，散文和詩一樣地通俗。然而在中國文學中，詩則是較高深、細緻的文學形式。許多佛教聖者的詩歌，被譯為英文發行。譬如西藏的密勒日巴，中國的寒山。這些作品在西方流通很廣，所以很多英文佛學者，對他們的詩都非常熟悉而且喜愛。

詩的影響力往往勝過其他的表達方式，一篇散文給人的印象往往是表面的，但是詩却可以深入人心，所以對於一個初學佛者，「詩」是很有影響力的。因此，我出版了許多小冊的詩集，由他們的主題來分類，譬如「出離」、「無常」等，以使讀者瞭解佛教的教理。我一直想把這一類的詩譯成英文，但我是一個中國詩人，從來沒有學過古典英語詩詞的作法，我知道自己無法寫成很好的古典英文詩，但是對於「韻學」瞭解一些，為了使文句更為生動，我嘗試譯了一些。

我的五十首中文詩，先被菲力浦博士譯成英文，編為英文小冊第二號「短笛集」(Flute)，流通甚廣。有一位英國學者，因為閱讀我的詩，而對佛教發生興趣，希望再多讀一點，但是我後來一直無法找到菲力浦博士，所以大部份我的詩(一二〇〇首)直到目前尚未被譯成英文。即使在西方，這一代的文人中也很難找到一位很好的古典詩人。我的英文本很貧乏，關於英文古詩更談不上，然而我還是嘗試用簡單的古典形式，即只押韻和合拍而已，如此似乎比全然不押韻的白話英文詩又略好些，所以很多美國詩人喜愛唐詩的都來信索取。我也嘗試譯了一些道家的詩和禪宗的詩。

以上的四個部份，都和修行的「聞」、「思」有關，下個步驟則是「修」。一個修行者，最重要的第一步，就是「戒律」，因此「戒律」是本書的第五個部份，當大寶法王(His Holiness Karmapa)來美國的時候，曾向修行人傳菩薩誓願，這些誓願戒條早已由古德們精心編定了；但是法王並未將戒律傳，他們都不曉得這些誓願的內涵，如果讀了我的小冊十二號「大乘戒律」，將會知道所有的菩薩誓願，知道菩薩戒律後便可遵行而獲得很大的利益。小冊二十七和二十八號是「密宗戒」，可以幫助修行深入的佛教徒防止犯戒，以免墮入惡道。這幾種戒律都非常重要，我希望讀者在受菩薩戒之前，能逐條詳細研讀。

第六個部份是「忠告」。古德制定的戒律，都是依照當時的教育和道德情況；但近代社會的變遷很大，所以有些戒律無法完全適應這個時代。在這節中，我給認真修行的人很多忠告，並且除去他們的惡習，譬如我們知道戒律不許飲酒，並沒有說不准用L·S·D，因當時沒有L·S·D，現在有些老

師就以此為藉口，而繼續使用藥物。如果佛陀還在世，我相信他一定會禁止使用L·S·D·等。我喜歡用傳統的方式教授佛法，新潮的方式往往會造成許多錯誤。在這章中也給初學者很多忠告，許多美國年輕佛教徒，不瞭解染污緣是什麼？而仍存有許多習氣；因此我寫了兩本小冊八十二和八十三號，名稱是「佛教對於染污緣的看法」。這一部份緊跟在戒律之後，其主要目的，是把古代的戒律和現代的環境連貫起來，因此這一節非常重要，和日常生活的言行有密切的關係。

第七個部份是「祈禱」。唸經、唱讚是佛教的基本形式，可以感發人的信心，並引導進入較深的修行。「祈禱」是在修禪定之前一個較簡單的預備步驟，所以放在前面討論，我曾寫過數本重要的西藏祈禱小冊，如：第七號「度母讚」和五十八號「海龍王經攝頌」。

第八個部份是「禪定」(Meditation)。每天都有很多佛教徒來問我有關坐禪的問題，事實上，坐禪有很多種不同的深度，每一種都包括許多預備的前行。這部份最為重要，坐禪實修的次序是從簡到繁，由淺至深，行者必須依照正確的次序。較淺的禪定未完成之前，不可進學較高的禪定。這部份的第一本小冊是「九次第定」，我特別強調「九次第定」是最初學習坐禪的必要工夫。許多佛教中心教授坐禪，但是很少有以教授「九次第定」作為基礎的。如果九次第定沒有達到，其他的禪定，都不會有成果。有關這個問題，在我的五〇〇頁詳細著作「佛教禪定」(Buddhist Meditation-Systematic Practical)中有許多可參考的資料。

小冊中還包括一些很高深的禪法，若要修習，需要得到上師的灌頂。我在此再告誡諸位，在沒有得

到正確的教授前，不要自行修學，行者一定要先向「大寶法王」(His Holiness Karmapa) 或「迦薩寧波車」(Kalu Rinpoche) 請求灌頂，允許學習這類較高級的禪法後，方可進修。

第九個部份是「禪宗」(Chan, Zen)。禪是一種覺悟，而非止觀，因為禪的本身就是真理，就是法身，是最高的成就。在中國，「禪」被認為是屬於大乘，而我則認為「禪」是屬於金剛乘，甚至比大手印、大圓滿的教理更高，所以我把「禪宗」和前面的「禪定」(Meditation) 分開。「禪」(Chan) 有許多優美的故事，各位如欲對「禪宗」作更進一步的了解，可讀拙作已譯好了的「禪海塔燈」。

總括而言，第一至第四部份是「因」，第五至第九部份是「道」。因為前四部份中包括理論，行者必須以對於教理的瞭解作基礎來修行，故稱為「因」。第五至第九部份，則為修行的方法，故稱為「道」。

第十個部份則是「果」。是一些真實佛教徒的例證，他們由修行而覺悟，親身證明了佛陀教誨的真理，為此我編了幾位古德的傳記。

第十一個部份是「佛像」。我過去曾在小冊三十號「西藏藝術」(Tibetan Art) 中，列入許多佛像，並且印了包括三百尊佛像的兩大張及另一組五百張佛像，這些佛像曾贈送給全世界一百多家圖書館及八百位讀者。

中國有句俗話說：「麻雀雖小，五臟俱全」。我的小冊也是這樣，看起來雖然很小，却包括了整個

佛教三乘的教義，並且包含各種的文學形式。如散文、詩、詞、評論、開示、書信、字彙、翻譯、傳記、圖表、圖像，黑白及彩色照片。我希望這本新出版有系統的小冊，能使讀者對佛教的教義有更進一步的瞭解，然而這部書所以能發行，則要感謝沈家楨博士。我有一首詩：「四海求知己，幾人存至誠？地球翻轉後（註），得遇沈家楨。」（註：意謂到了西半球後）正如前文中所說的，我深深地體會到一個貧窮的隱士，要傳播佛法是多麼地困難；由於沈家楨博士的慷慨和鼓勵，使本書得以印行，這個因緣是多麼地稀有啊！我和我的讀者都應感謝佛陀和沈家楨菩薩。

我祈禱每一位讀到這本書的人，都能開始學習佛法，乃至開悟、成佛，這是我這篇序文最後的期望