

从《薄伽梵歌》的瑜伽精神来看行动的意义

——以印度宗教思想家维韦卡南达为例

朱文信

在印度哲学里，精神上的训练称作“Sadhanas”，即指达到完美的精神训练法。瑜伽就是印度哲学与宗教中精神训练法的精髓与核心。其起源已杳远而不可考，在距今五千年之前的哈拉巴古城的文明遗物中就可以看到盘腿静坐的瑜伽士之冥思的雕像。在早期奥义书，甚至吠陀时代便有文献记载。^[1]后来随着佛教传播至东方，又因了19世纪的维韦卡南达，而传播到了西方世界。

维韦卡南达（Swami Vivekananda，1863~1902）原是一位籍籍无名的印度托钵僧人，信守奥义书里的隐修精神，只因风云际会而涌到了时代的最前端。他参与了1893年于美国芝加哥所召开的人类首届世界宗教议会（Parliament of Religions），其丰赡的学识、深湛的思想，加之长年的瑜伽修行而铸就的人格魅力，使得他一夜之间名满天下，欧美人誉之为“雷霆般的雄辩家”（Lightning Orator）。他如同古代的

[1] 参见《黎俱吠陀》（Rigveda 5.81.1）和“奥义书”如《卡塔奥义书》（6.10-11;2.12），《白净识者奥义书》（1.3）。

先知宣布至高真理一般地对欧美知识界说：

我有灵性信息带给西方，正如同当年佛陀有重要信息带给东方一样。^[2]

此“灵性信息”就是指吠檀多与瑜伽哲学。维韦卡南达对于瑜伽的主要贡献是把历代的瑜伽思想与瑜伽修行做了全面的整理，尤其是遵照印度宗教经典《薄伽梵歌》(*Bhagavad Gita*) 的瑜伽教导，将它分成了四个大类：行动瑜伽、奉爱瑜伽、智慧瑜伽与胜王瑜伽。“瑜伽”(*Yoga*) 从词源学上意味着：专注、连接与合一。^[3]而所谓的“行动瑜伽”，就是借着行动，把个体与世界、与工作、与他人连接并合为一体，这是一种勇猛精进的入世哲学。^[4]可以这么讲，只要有行动瑜伽存在，印度就绝不会被人们误解为厌世主义与悲观思想的渊藪。

—

维韦卡南达关于“行动瑜伽”的系列演讲主要是在 1895 年 12 月从伦敦回到纽约之后所做，在纽约一家可以容纳 150 人的会所里，他将精力投入讲演之中，主题是如何将“工作”(*work*) 作为精神训练的

[2] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata: Advaita Ashrama, 2005 Vol. V p.314.*

[3] 瑜伽(*Yoga*) 该词从词源学上与英文的“*Yoke*”(轭, 牛轭; 纽带, 联结) 同源, 跟两个梵文词根“*Yuj samadhau*”和“*Yujir yoge*”有关, 前者意味着“心灵的完美专注”, 后者意味着“合一”。所以, “瑜伽”即帮助个体灵魂(*jiva*) 实现对神圣者的专注, 并最终与神圣者合而为一。参见拙作《梵·吠檀多·瑜伽》, 载于北京三联书店《读书》, 2011 年 9 月号, 第 60 页。

[4] 印度宗教哲学中, 所谓的“行动”原本是指吠陀以来的“祭式主义”; 但透过《薄伽梵歌》的“创造”, 泛指诸多入世之“行为”。罗摩克里希纳神教导阿周那时所说的“行为”指的是“刹帝利种姓的义务(*dharma*)”, 亦即“战斗”。后世之注释家们对《薄伽梵歌》进行种种不同的诠释, 譬如维韦卡南达之后的提拉克(*Bal Gangadhar Tilak, 1856-1920*) 甚至解为“独立运动”。而这些“行为”最终都强调其行为乃“不求回报的行为”。

方法。这一系列讲演被速记员同时也是其门徒的古德温（J. Goodwin）记下后很快出版，并以《行动瑜伽》（*Karma-yoga*）为名，这也是维韦卡南达最著名的作品之一。

行动瑜伽，即 *Karma-yoga*，又译为“羯磨瑜伽”，或“业瑜伽”，其根本教导来自于《薄伽梵歌》，即里面的印度教大神罗摩克里希纳于大战前夕，在俱卢之野对阿周那所做的无上教诲。

因在赫赫有名的俱卢战场，英雄阿周那面临生命中最大的困局：如果战败，那么不但会死于非命，而且一世英名将会荡然无存；如果战胜呢，那更是令他痛不欲生，因为这意味着生命中最重要师长、朋友和亲戚将会死在自己手里，因对手正是要面对的这些亲族们。虽然是持国的儿子挑起争端，但是敌军里面有德高望重的毗湿摩，有授业师傅德罗纳，有异父同母的勇士迦尔纳等人。正因如此，阿周那不知何去何从，他甚至不愿意求取胜利，在此危急之际，罗摩克里希纳不但说服了他参战，而且教导了至高的瑜伽秘法。

《薄伽梵歌》是一部神奇的著作，它不但体大思精、教义深宏，而且是印度各大古典哲学的阔大汇聚，在里面我们几乎可以找到所有印度宗教与思想的影子，无论是正统吠陀传承的数论，还是诸瑜伽流派，甚至连非正统的大乘佛教、耆那教也能够从中找到自己的立场。故成了数千年来的各家各派皆喜欢注疏与引述的经典，每一家皆能取其所需，从自己的立场加以演绎阐释，遂造成了后世无以计数的《薄伽梵歌》注本。它原属印度最浩大的史诗《摩诃婆罗多》（*Mahabhrata*）第六篇“毗湿摩篇”的一部分，共 18 章，近七百来个诗节。而因其不可穷竭的含摄力，以及所述及的宇宙法则与不执解脱的光芒，深符印度人的心性所好，因而至今还是印度人早晚课诵的经典，在他们心目中，其地位丝毫不亚于基督教的《新约》或福音书。

但瑜伽之道的强调与推崇却是贯穿《薄伽梵歌》始终的基本精神，正如罗马尼亚裔的学者米·伊利亚德（M. Eliade）在其经典《瑜伽：不朽与解脱》中所云：

如果我们考虑到以下事实，即《薄伽梵歌》不仅代表印度精神的最高之巅，而且它还代表了广泛综合的努力，在这种努力之下，所有的拯救之道皆被合理化且整合进毗湿奴宗的信仰里面，那么我们就可以说，《薄伽梵歌》中罗摩克里希纳对瑜伽所赋予的重要性则代表了瑜伽传统的真正胜利。^[5]

如果我们说《奥义书》(*Upanishad*) 的伟岸在于将九天之外的天堂与神灵整个儿奇迹般地移入了人的内心，使早期的印度人进入了内在朝圣的冥想之旅，那么，《薄伽梵歌》则使得安居在人心的神灵重新活跃起来、复苏其行动的力量。而这种让天堂于人间兑现的秘密就是“行动瑜伽”。

有意思的是，如今在印度人的心目中，维韦卡南达本身就是一位行动之神，是一个让宇宙达摩重新运行起来的圣者。我们也知道，按照维韦卡南达的初意，他是宁愿隐遁于世外过远离尘嚣的隐修生活。当年（1886年）他在其古鲁罗摩罗摩克里希纳的指点之下，于花园之屋（Cossipore）初次品尝到了甚深三摩地的喜乐滋味后，就希望自己能够长久地留在这种状态之中，结果被其导师严加训斥：

你难道不觉得羞愧吗！居然会请求这种无关紧要的事情。我原是希望你能够长成一棵巨大的菩提树，可以为成千上万的人遮阴。但是，现在你却却在想寻求你个人的解脱！^[6]

罗摩克里希纳在圆寂之前就这样劝导，并且预言维韦卡南达将会是一把指向世界的瑜伽之剑。果然，弟子没有辜负老师的期望，今日

[5] M. Eliade, *Yoga: Immortality and Freedom*, Princeton University Press, 1969, p.153.

[6] *The Life of Swami Vivekananda*, by His Eastern and Western Disciples, Kolkata: Advaita Ashrama, 1989, Vol. I p162; 亦可参见 *Vivekananda: The Yogas and Other Works*, ed. by Swami Nikhilananda, New York: Ramakrishna-Vivekananda Center, 1953, p.31.

的瑜伽传遍世界，其发轫之初便缘于维韦卡南达于 100 年前的努力。当这位身穿黄色僧袍的年轻托钵僧云游至西方，在人类首届世界宗教大会期间所引起的巨大震动，他所遵循的就是罗摩克里希纳的教导：

《薄伽梵歌》所传达出来的即行动瑜伽，我们应该凭借瑜伽（“专注”）来工作，这种“专注”于行动中呈现，则再无低层次的私我（Ego）容身处。当一个人凭借瑜伽来行动，那种“我在做此，我在做彼”的意识就绝不会浮现。^[7]

行动必须剔除私我之念，必须排除“我”和“我的”这种我慢意识的渗透，这是《薄伽梵歌》所传达出来的瑜伽“专注”。那么，什么又是 Karma 呢？维韦卡南达在讲演中云：

“Karma”一词来自于梵文词根 Kri，即“去做”；所有的行为皆是 Karma。严格意义上，它还意味着所有行为之结果；如果与玄学一联系，它有时还意味着过去生的行为所引发的种种因……其种种果即我们今日之所是。Karma 这一词应在最广泛的意义上运用，即所有的涌动皆是 Karma，所有的精神与肉体的涌动都是 Karma，它们传递给灵魂，并塑造了灵魂，正如火焰由木片的摩擦而引出，我们的力量和知识也因之而出。故此，我们在任何时候的任何行为都是 Karma：我正在对你们讲话，这是 Karma；你们正在聆听，这是 Karma；我们呼吸，这是 Karma；我们行走，这也是 Karma。任何我们所做的，无论是身体的，还是精神的，都是 Karma，留在我们身上的正是 Karma 的印迹。^[8]

[7] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama, 2005 Vol. V p.247.*

[8] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama, 2005 Vol. I p.29.*

很明显，这种羯摩（Karma）与佛家的理解是一致，即包括了我們所有的身体、语言和意念的所有行为，起心动念、语默动静皆被含摄其中。于是，我们势必想知道，《薄伽梵歌》里所教导与推崇的“行动瑜伽”又有何殊胜之处呢？

二

任何人在此世皆无法免于行动，而每一种行动都会产生相应的业报，故此，如何才能够在业报中解除其束缚是《薄伽梵歌》的根本要旨，在第三章中描述了两类人：一类是“控制了那些行动器官，而心中却仍然留恋感觉对象”的人，而另外一类是“用思想控制了感知器官”，同时“凭借那些行动器官，从事行动而不执著”的人。经文中称前者为“本质愚昧”和“伪善”，而后者乃是“精神高尚”者^[9]，这也正是《薄伽梵歌》所推崇的根本态度，不是无为，而只是去行动，却不执著其结果之好坏，即：行动和不执。

所以，《薄伽梵歌》所指向的这种“行动”是刚正雄健、积极有为的，它与力量站在一起，与勇气站在一起，而与怯懦和软弱勢如水火，更不是坐以待毙式的无所作为。某种意义上可以说，只要行动瑜伽的精神存在，印度就不可能是厌世主义和消极主义的国度，这也是破除宿命论的有力武器。维韦卡南达之所以要强调这种精神，与他对印度的历史与现状的理解密不可分。我们知道，印度虽是大国，却在史上多次被他国入侵甚至强占，这种历史可以追溯到亚历山大大帝的大规模东征，此后的穆斯林、蒙古帝国、欧洲殖民主义者都曾以血与火蹂躏该国，而维韦卡南达所处的时代，整个国家尚是大英帝国版图的一部分。此时的印度民众极为需要的就是积极的力量、无畏的力量，

[9] 《薄伽梵歌》Ⅲ：6-7；参见黄宝生译《薄伽梵歌》，商务印书馆，2010年，第32页。

而这种力量恰好呼应了《薄伽梵歌》的教导。^[10] 他曾说：“一个国家，只要其拥有十多颗‘狮子般的灵魂’，这些‘狮子’就能打碎他们身上的枷锁，触摸到无限，他们的整个灵魂会趋向于梵，他们无视于财富、权力和盛名，而这，就足以撼动整个世界。”^[11] 维韦卡南达认为真理的占有者首先必须有充盈和无畏的勇气和力量感：

当人们在进行身体、精神和灵性的锻炼时，我所要追问每一位男人、女人和小孩的是：“你是否强壮？你是否感觉到了力量？”因为我知道只有真理才会给人以力量感，只有真理才会给人以生命；除了趋向真理，没有什么事情能够让我们强壮，也只有强者才会到达真理。因此，任何一个思想体系都是因为弱化的心灵才导致了迷信、萎靡不振，才使得人们欲求种种不可能的事情……故此，我们急需的是力量。力量和勇气是治愈这个世界病症的良药，是治愈穷人被富人欺压的良药，是治愈无知者被知识者压迫的良药，也是治愈一批罪人被另一批罪人统治的良药。^[12]

而这种力量不能来自于外界，它必须从每个人自己内心生发出来，而每一个人内心的无私与不执就是力量生发的土壤。任何私心的存有只会导致软弱，任何对结果的追求只会产生罪恶与恐惧。因为业报规律无处不在、如影随形，我们常常以为行为已经结束，事情已经过去，其实不然，没有什么事情会真正过去，只是那些行为与结果现在以更为精微的形式存在于我们的身上，一旦发生或者触发某种机缘，那些似乎已经消失的业行会重新在记忆里出现，甚至不被我们所记忆时，

[10] 正因如此，近代印度的各个政治与宗教派别的改革家与领袖皆要从《薄伽梵歌》中汲取力量，并且注释它，如提拉克、甘地、室利·阿罗频多、尤迦南达等皆是如此。

[11] Swami Tejasananda: *A Short Life of Swami Vivekananda*, Kolkata: Advaita Ashrama, 1995, p.110。

[12] *The Complete Works of Swami Vivekananda*, Kolkata: Advaita Ashrama, 2005 Vol. II .p.201。

它们也会更隐秘更深沉地潜存于我们的内心，并且不断地发生作用。

所以，在印度的灵性文化中，任何带业的行为都构成灵性的障碍，都是苦。不但负面的、消极的、痛苦的事是苦，而且正面的、快乐的事也是苦。维韦卡南达在注释钵颠迦利的《瑜伽经》(*Yoga-Sutras*, 2 : 12) 时，就说道：

苦、乐两种思想都是“载苦之障”(Pain-bearing obstruction)，因为根据瑜伽士说法，就长远来看他们都导致痛苦。所有自感官而来的快乐最终都将带来痛苦。因任何欢愉只会令我们更加饥渴，苦痛是必然的结果。……所以，瑜伽士将生命中所有的印迹，无论善恶好坏，皆视为“载苦之障”，因它们乃灵魂趋向自由之途的障碍。^[13]

所以，维韦卡南达根据《薄伽梵歌》的教导，推崇一种“无动机的行动”，即行为要超越于善恶好坏的世间伦理范畴，而追求行动的纯粹性和无我性。只有纯然的“无我”才能真正摆脱业根的累积，甚至还可以有奇异的消业之效。这样就使得行动者在任何时候都能够处于安稳平静之境，这就宛如水中的莲花：“行动瑜伽告诉我们，首先要根除人们投射自私触须的习惯，当你有自省的能力，必须操控好自己的意念，务使远离私心。然后，你就可以进入世界，尽你之可能去行动。无论何地，你都可以去，因为再也没有罪恶可以沾惹你身。如同长于水中的莲花，水却无法沾湿它，你在世上，亦复如此。”^[14]

而与此同时，不执之心也必须齐头并进，如果迷恋行动的结果，再强大的勇气也会消失遁走，因执著之心总是与“我”和“我的”等利己之心(Ego) 相联。罗摩克里希纳对阿周那的教育是：

[13] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama,2005 Vol. I .p.243.*

[14] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama,2005 Vol. I .p.101.*

因此，您不能有任何迷恋，经常从事应当从事的事业，从事其业而无迷恋的人，方能达到至高无上的境界。^[15]

而这样的瑜伽士，他的平稳使得喧嚣的世界再也无法侵入他的内心。《薄伽梵歌》的教导是“处忧患不为忧患所惊，居安乐不为安乐所动，抛却情欲、畏惧和嗔怒，此人才称为智慧坚定之圣”。^[16]用维韦卡南达的话说，这样的人已深谙行动瑜伽的奥秘：

理想的人是这样的，他既能在伟大的宁静与独处中，发现强有力的行动；也能够强烈的行动之中，找到沙漠般的寂静与孤独，他已经获得自制的秘密，已经操控好自己的内心。他穿越交通繁忙的现代大城市的街道，而其心灵的平静如同隐居于洞穴，没有什么尘嚣可以触及那儿，而与此同时，他在任何时候都是强烈地卷入行动。这就是行动瑜伽的极境，假如你已经抵达此境，那么你已经掌握了在这个世上如何行动的真正奥秘。^[17]

三

行动专注而强烈，内心无执而安稳，并且是“无动机的行动”，这样看似矛盾的行动瑜伽很容易给人造成一些误解，以为其心肠铁硬无情。维韦卡南达说：“保持不执之心，让事情发生，让大脑围绕着行动，不断地行动，但不要在你心中激起一丝波纹。工作着，就好像你是此世的生人，一位寄居者。让工作永不停息，只是不要束缚了你自己。束缚是可怕的，这个世界不是我们的家园，而只是我们必须穿越的许多阶段中的一个。记住数论哲学的伟大教诲：整个世界的存在是

[15] 《薄伽梵歌》Ⅲ：19；参见张保胜译《薄伽梵歌》，中国社会科学出版社，1989年，第44页。

[16] 亦可与庄子的话相参：“举世誉之不加劝，举世非之不加沮。”（《逍遥游》）

[17] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama, 2005 Vol. I .p. 34.*

为了灵魂，而不是灵魂为了世界而存在。世界的存在原因就是为了教育灵魂的觉醒。”^[18]

那么，这种“不执”与野兽食子的不动心、强盗杀人时的自制力和不为感情所动究竟有何区别呢？为此，他还必须深入澄清“无我”的内在意蕴。首先他认为，没有动机的强烈行动恰恰能够收获最大的效果，这一点人们往往很难理解：

但是，当一个人工作的专注程度使其失去了对他自己的意识时，其工作质量却最佳，这一点几乎每一个人在生活中都会有所体验……如果一个画家，当失去对他本人的意识而完全沉浸在他的绘画当中，他将由此而产出杰作；一位优秀的厨师总是以其全部的精神专注于手上的食品，然后在那段时间失去对其他事物的觉知。^[19]

他认为只有这样的工作态度才能发现宇宙的秘密，比如达·芬奇创作《蒙娜丽莎》、牛顿发现万有引力定律等等，皆得之于这种“无动机的强烈行动”，而且只有这样的行动才能深入万物背后的法则，甚至他说，没有任何知识是从外面而来的，灵感与启示皆来自于内，都是里面本有的，万有引力定律先于牛顿存在，只是牛顿借着行动瑜伽“揭开”（Unveil）和“发现”（Discover）了它，而所有秘密都藏在灵魂里面，它是无限知识的矿藏，没有专注与强烈的行动是无力打开的。即便如此，这些人也只能是胜任于一种工作，而且是歪打正着，不知其内在的堂奥，但在《薄伽梵歌》里却要告诉我们，所有的工作都应以同样的方式来做，这样的工作只会给世界带来益处，任何邪恶都不会渗入：

[18] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata: Advaita Ashrama, 2005 Vol. I, pp. 56-57.*

[19] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata: Advaita Ashrama, 2005 Vol. V, pp. 247-248.*

我们借着蜡烛看《薄伽梵歌》时，无数的昆虫却被烧死。可见，邪恶总是伴随着工作而来。只有那些没有任何低层次的私我意识的人才不会受邪恶影响，他们的工作才嘉惠于世界。行动而没有动机，工作而不执著，将会带来至福与解脱，这就是主罗摩——克里希纳在《薄伽梵歌》里所教给我们的行动瑜伽之秘密。^[20]

而在《薄伽梵歌》中，罗摩克里希纳的不执之教已经明明白白：“你的职责就是行动，永远不必考虑结果；不要为结果而行动，也不固执地不行动。摒弃执著，阿周那啊！对于成败，一视同仁，你立足瑜伽，行动吧！瑜伽就是一视同仁。”^[21]在罗摩克里希纳看来，不执是最好的入世法则，它能让你像水鸟一样的灵动，像荷叶一样的遇水不湿。这种不执的艺术不仅仅是印度哲学的精髓，也是人类文明在精神高度方面的一致结论，深契前圣时贤诸教诲的核心原则。不执，放下自己的身份，对宇宙充满信心，把自己全然交出。《薄伽梵歌》的精神是，你要把行动的结果献给罗摩克里希纳；用《圣经》的话讲，你要把担子交给耶稣基督；如佛陀所说的话，即“不住于相”，因“凡所有相，皆是虚妄”；也要像库比特所云，我们要学会没有身份的生活、做事。^[22]

庄子也曾在《山木》中提及一个“虚舟行世，恶声不随”的寓言^[23]；耶稣也说，要像一个过客，把世界当作一座桥，走过去，不要在上面搭建自我的家园^[24]；印度圣人罗摩克里希纳还曾说过一个重要的比喻，其大意是说：人在世上行过应该如一艘海船越过大洋，安全，

[20] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata: Advaita Ashrama, 2005 Vol. V, p. 249.*

[21] 《薄伽梵歌》II：47-48；参见黄宝生译《薄伽梵歌》，商务印书馆，2010年，第25页。

[22] 分别参见《圣经·新约》（彼得前书5:7）；参见《金刚经》（第五品）；《快乐之路》（唐·库比特著，王志成等译：《快乐之路》，浙江大学出版社，2006年版，第34页。

[23] 参见《庄子·山木》。

[24] 参见《多马福音》第42条。

沉稳。船在水中，但是水不能入船，否则船会倾覆。而人的生命也一样，你可以进入这个世界，但不可让世界进入你。如果把空空的心填满，那就危险了。^[25]

保证行于大水之中的船不致倾覆，则此船必须是空心的；同样，人行于世上必须无我才是安全的。但要做到“无我”谈何容易，我们内心的错误认同不断地在发生，低层次的小我（Ego）无时无刻不在起着作用，所以，必须借着内心的洁净来贯彻行动瑜伽的精神，而洁净内心又依赖于瑜伽本身。这里必须带着强烈的觉知来行动，以达摩正法为行事的标准来服务他人。换言之，通过服务他人来洁净内心，使私欲逐渐祛除。关于这个问题，维韦卡南达曾答门徒云：

当我们将自己的身体献给他人、服务于他人之时，我们就会忘记一己之私——正是因了这个身体，才使得我们经常将“私我”认同为“自我”。如果长期以此行动，则身体——意识逐渐会泯灭，因愈强烈地考虑他人的利益，则你也将愈忘我。就以此方式，借着行动而逐渐洁净内心。^[26]

越是把自己放下，越忘我，就越回归中心，越回归真我（Self），这就是“瑜伽”的连结本义，《薄伽梵歌》把这个唤作“行动中的智慧”（Yogah karmasu kausalam）。圣者婆悉湿陀对王子罗摩说：“哦，罗怙的后裔啊，你在世上应如是行：行动于外，而无为于内；表面是做者，而内里是非做者。哦，罗怙的后裔啊，你在世上应如是行：弃下内在的所有欲想，不被执著和潜藏的印象所束缚，然后在世上可行诸事。”^[27]这也就是《伊萨奥义书》（*Isha Upanishad.*）对人们入世的告诫：“人呐，如果你以这种方式践履你之职责，则你所行的业报都不会

[25] C.Rajagopalachari, *Sri Ramakrishna Upanishad*, Madras:Sri Ramakrishna Math,2007,p.42。

[26] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama,2005 Vol. VII .p .111。*

[27] Vasishta Yoga sara. VII .1-2, Tamil Nadu, Ramanan Ashram, 2005,p.22。

尾随于你。别无他途。”^[28]

所以，行动瑜伽的“无动机”和“不执”的精神，绝非等同于常人所谓的“无情”，而是特指在世事的顺逆否泰之中皆立稳心根，无滞于外，他内在的平静已经构成了其生命的基本品质，外界的喧嚣与风浪干扰不到那里。^[29]

四

我们已经提到，行动瑜伽是极为困难的，没有强大的意志力，没有闷深的精神境界，没有深厚的静虑瑜伽（Dhyana-yoga）作为内心的基础，几乎不可能，^[30]一时的心念可以，而终其一生以“无我”贯彻始终，单纯以完美的行动瑜伽者入世本身在印度就极为罕见。

传说中的圣王乔遮那迦（Janaka）是古典行动瑜伽的完美典范，阿周那（Arjuna）和罗摩（Rama）也应是行动瑜伽的杰出代表，而近

[28] Swami Lokeshwarananda. *Isa Upanishad*. Calcutta: Ramakrishna Mission Institute of Culture, 1993, pp.2-3.

[29] 此处还可以与庄子在《德充符》中所言相参。惠子谓庄子曰：“人故无情乎？”庄子曰：“然”。惠子曰：“人而无情，何以谓之人？”庄子曰：“道与之貌，天与之形，恶得不谓之人？”惠子曰：“既谓之人，恶得无情？”庄子曰：“是非吾所谓情也。吾所谓无情者，言人之不以好恶内伤其身，常因自然而不益生也。”惠子曰：“不益生，何以有其身？”庄子曰：“道与之貌，天与之形，无以好恶内伤其身。今子外乎子之神，劳乎子之精，倚树而吟，据槁梧而瞑，天选子之形，子以坚白鸣！”

这类不带功利色彩的行动精神与西方文化相差甚大，譬如夏威夷大学的著名学者穆尔教授（Charles Moore）曾一针见血地云：“西方缺乏瑜伽（抑制）精神，对于活动本身也没有超脱的态度或心境。在西方人看来，人的活动首先是因为活动能带来直接的结果，或是因为喜欢活动而进行活动，这不仅与‘业’和‘瑜伽’的思想完全不同，恐怕也是西方人被世俗社会及其世俗价值所束缚的一个深刻原因。”（参见[日]中村元著，《比较思想论》，吴震译，浙江人民出版社，1987年，第143页。）

[30] 罗摩克里希纳的妻子，也是其第一个伟大的门徒室利·莎拉兑·黛维（Sri Sarada Devi）曾云：“你应该无所疑虑地做工，是工作将心意从迷途中援救。但是届时，祷告和静心也是必须的。至少，你须得在清晨和晚间各打坐静心一次，这犹如船舵之于航行。当一个人在晚上打坐时，就应大大省思日间所做工作的诸多方面。”

现代则以推崇“非暴力”(Ahimsa)运动的甘地最为著名,维韦卡南达本人也是伟大的行动瑜伽士,他的行动与弃绝的完美结合正是服从罗摩克里希纳教海的结果,也是其伟大事功得以成就的精神保障。他甚至还说过:

一个行动瑜伽士不必去信仰任何的教条,他甚至可以不需要信仰神,不需要去追寻他的灵魂的身份,不需要去思考一切的形式而上学的问题,他已得其亲证‘无我’的纯粹目标。他必须无私欲而动,他必须亲证生命中的每一瞬间,因为他不得不通过工作来解决,不依赖于任何的教条和理论。^[31]

但是,正如上面提到的每一位圣者本身都是兼通多种瑜伽而臻达完美之境的人,维韦卡南达也不例外。他在赞美人类的精神导师罗摩克里希纳时候就说,罗摩克里希纳“是我所知的最圆满的人,极其殊胜而全面平衡地发展了其大脑、心灵和手臂。在他生命的每一瞬间都布满富有生气的行动,无论是作为君子、战士、首席大臣,还是其它身份,皆是如此。……这种全方位和精彩的行动所兼有的大脑与心灵等特点,在《薄伽梵歌》以及其它经典中随处可见,在过去的五千年里,他影响了成千上万人,不管你意识到与否,这人在整个世界范围已经造成了巨大的影响。我认为他具备了完美的神圣品质。”^[32]

罗摩克里希纳的完美平衡体现在:大脑、心灵和手臂。“大脑”通向智慧,“心灵”通向爱,而“手臂”通向力量,这是三种不同的精神道路,也就是三种瑜伽。维韦卡南达的一生正是对它们的最好诠释。而根据诸圣人的教导,辅助行动瑜伽的最好方式是发展奉爱的精神。我们讲到以“服务他人”作为行动瑜伽洁净内心并趋向完美的途径,

[31] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama,2005 Vol. I .p.111.*

[32] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama,2005 Vol. I .p.457.*

但是“服务”的难处在于“爱的强度”是否足够支付。如果没有神圣的信仰来支配行动者，其无力感与疲惫感将无法遏制。所以，有神的信仰几乎是一切行动者的力量之源，也是最佳的祛除自私和洁净内心的路径。在《罗摩克里希纳奥义书》中曾记载了一位年轻人来拜访罗摩克里希纳，这位年轻人雄心勃勃，而且心怀大愿，准备献身于对民众与社会的服务，圣人劝告说：

你的决定令人极为赞赏，从事社会的服务甚好。但是，首先要崇拜神，冥想神，从而洁净你的心灵，然后再投身于它。如果你专念于神，则必得力量之源；如果你虔敬地向神祈祷，你必得行善的能力。^[33]

罗摩克里希纳将这比之为“外科手术前的洗手”，使行动成为“无菌手术”。否则，很容易导致个人与我慢心的膨胀，因每一种行动皆可能带来不同性质的业报，虑及自我的私欲愈多，尤其是因成功而来的种种名气和利益，安定之心愈会在无警惕中失去。而对神的专念与祈祷却可保无虞，成功的秘诀也恰恰在此——“在我们所做的每一件细小之事中，同时发生的对神的思念正如凉荫处，皆能协助我们静定而安然。这就是服务社会者的精义：工作，同时在心中不断地思念神。”^[34]神作为行动者的精神司南和北极星，使得他在精神的乱世中安立如砥柱。而服务他人的世俗行为也由此获得了神圣的意味。换言之，他人成了一扇门，每一件小事也成为一扇门，因为它们皆能够成为洁净我们内心的机会，都能够援助我们更进一步地靠近神、靠近天堂。这样，我们在尘世间所行的任何一件事实际上都已成了献给神的祭品，这也是吠陀文献中对羯摩（Karma）的最初定义。在《薄伽梵歌》中

[33] C.Rajagopalachari, *Sri Ramakrishna Upanishad*, Madras:Sri Ramakrishna Math,2007,p.46。

[34] C.Rajagopalachari, *Sri Ramakrishna Upanishad*, Madras:Sri Ramakrishna Math,2007,p.49。

再次得以强调：

要知道行动源自梵，而梵产生于不灭，因此，梵遍及一切，永远存在祭祀中……同样，有些人用财物祭供，用苦行祭供，用瑜伽祭供，一些誓言严酷的苦行者，用自己的学问知识祭供……将一切行动献给梵，摒弃执著，从事行动，他不受任何罪恶污染，犹如莲叶不沾水。^[35]

无论做什么事，不论是吃、献祭、舍弃，还是苦行，所有一切都是视作对神的祭献，这样，凡所做的皆为内心与灵魂的洁净之道（atmasuddhaye），获得了与神的结合，也就是瑜伽（Yoga）。故此，维韦卡南达才说，这个世界正如健身房，我们所做的每一件世事都可以令我们的精神更为强健，我们也须感激那些受我们帮助的人，因是他们给了我们靠近神、服务神和给神献祭的特权，甚至应以他们为神本身，因为居于凡尘之间的神，即是人类的灵魂，通过帮助他们，也就是对神的最好崇拜：

你爱你的同胞吗？你还要往何处寻找神——这所有的穷人、不幸的人，羸弱不堪的人，难道不就是神吗？为什么不首先崇拜他们？为什么在恒河的岸边还在掘地为井？^[36]

于是，服务他人与服务神合为了一体，行动瑜伽成了承载光照的一种精神姿势，成了将世俗的肉躯朝永恒和无限尽情张望的精神性行为，构成了通往天堂的一扇世俗窗口，或者说道路。这也暗合了杰出的基督徒圣·保罗在《罗马书》第八章中的宣称：“我们晓得万事都互

[35] 参见黄宝生译，《薄伽梵歌》，商务印书馆，2010年，第34、49和54页。

[36] *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata: Advaita Ashrama, 2005 Vol. V .p.51.*

相效力，叫爱神的人得益处。”^[37]

在《薄伽梵歌》中，罗摩克里希纳也是这样治愈和驱散了英雄阿周那的迷惑，他说：“行动吧！瑜伽就是一视同仁……你永远无所执著，做应该做的事吧！……像遮那迦等人那样，通过行动，获得成功，即使着眼维持世界，你也应该从事行动。”而且罗摩克里希纳作为大神毗湿奴（Vishnu）的化身，他还说：“在三界之中，阿周那啊！没有我必须做的事，也没有我应得而未得，但我仍然从事行动……如果我停止行动，整个世界就会倾覆，我成了混乱制造者，毁掉了这些众生。”^[38]如果没有神圣者的支撑，天地之间连一瞬都不能维持，宇宙的创作、维持与毁灭都与神秘的行动息息相关。^[39]瑜伽是行动的奥秘，是能量得以巧妙运用而没有丝毫损耗的真正法门，而我们就是俱卢战场的主人，因为俱卢战场就是我们每一个人的内心。

但说到底，行动瑜伽毕竟不是宗教，它并不是以任何一套特定的教义和信仰为基础，而是纯粹的伦理系统，在这套系统里，神的出现是一种善巧与方便，是为了内心的洁净。^[40]而行动瑜伽的根本要旨也不会让不同的教义发生冲突，甚至也使得不愿意接受特定宗教信仰的人，获得了宗教所追求的终极自由之境，这一点正如维韦卡南达所云：“不管你是基督徒、犹太教徒，还是异教徒，都没有关系。问题的关键在于，你是否‘无私’。”^[41]这才是行动瑜伽的本质所在！

但任何修行体系必须基于实实在在的经验与实践，而绝非书面的

[37] 参见《新约·罗马书》8:28。

[38] 参见黄宝生译，《薄伽梵歌》，商务印书馆，2010年，第25、35和36页。

[39] 就此而论，老子所云的“人法地，地法天，天法道，道法自然”一语实可理解为行动瑜伽的教诲：行动和不执。这也是老子以水喻道的真义。

[40] 维韦卡南达云：“因此，行动瑜伽是一套伦理体系……试图借着无私，借着行善而获得解脱……同样的难题，智慧瑜伽士运用推理与灵感，而奉爱瑜伽士则以爱来解决。”见 *The Complete Works of Swami Vivekananda, Kolkata:Advaita Ashrama, 2005 Vol. I, p.111*。

[41] Nalini.Devdas, *Swami Vivekananda, Bangalore:the Christian Institute for the Study of Religion and Society, 1968, p.173*。

理论，尤其是像瑜伽这样非信仰体系。在古老的印度神话中，话说当年圣者阿什塔瓦卡（Ashtavakra）在他母亲的腹中时常闻听父亲 Kohor 在高声吟诵吠陀经文，有一次忍不住笑道：“父亲，蒙受你的恩慈，我已经学习了所有的吠陀经文，即使我身体尚处母腹之中。但是很抱歉，因为我必须告诉你，你的背诵实有问题！”^[42] 这位天才的阿什塔瓦卡其实是想告诉父亲，单单书本知识是无用的，单单理论是无用的，必须亲证与实践它，这种实践，也就是瑜伽，这是一门亲证神圣者的科学。他们相信，通过瑜伽，可以摧毁那些我们对于宇宙、神和人的错误认知，从而揭晓其内在的真实秘密、内在的真相与内在的光。

[42] Swami Nityaswarupananda, *Ashtavakra Samhita*, Kolkata: Advaita Ashrama, 2004, preface .