

活在苦難中

——論佛教與基督教的苦難觀

符偉殿

伍宜孫書院 中國語言及文學

一、引言：苦難與宗教

「人生本是痛苦的。」德國悲觀主義哲學家叔本華這樣說（頁117）。相信每個人或多或少總有說過類似的話。一生中難免會遇上多多少少的困窘、逆境，難免會有灰心難過的時候，難免會質問：1. 為何人生會有苦難？2. 人要如何面對這些苦難？

千百年來，曾有不少著名哲人都對這兩條問題發表過不同看法，例如黑格爾、叔本華、尼采等人。本文暫且不作純哲學探討，而更值得討論的是宗教教義如何處理以及回應這兩個必要的問題。馬克思說：「宗教是被壓迫生靈的歎息」（頁2）。誠然，宗教大多都是在苦難上建構起來的。其給予人的是心靈、靈魂的慰藉和開解，許多難題或者最後只有宗教可以處理。苦難就是最好例子，亦幾乎是每個宗教首要處理的問題。所以，苦難（suffering）一詞廣泛出現在各個宗教經典中，而本文將以佛教經典《心經》以及基督教經典《聖經》為基礎，輔以相關典籍，淺論佛教、基督教兩教的苦難觀。

二、為何人生會有苦難？

概括來說，佛教、基督教都這樣認為，生命的本質就是苦。

佛教有「四聖諦」，苦、集、滅、道，當中以苦諦為首，作為佛家教義的基礎。「苦諦」說明世間一切皆苦，人生的本質就是苦，這是世間的果報。佛家的三法印指出「有漏皆苦」，漏是煩惱的別名，進一步解釋苦就是因為人生是一團慾望，人生來就有無盡欲求，當欲求不得滿足，「苦」便隨之出現。以佛家的用語說，人生的困擾來自「無明」¹，而「無明者謂不知」²，即是說無明就是不如實知。至於「不知」的具體內容，在佛教另一本經典《雜阿含經》³中詮釋為「色無常，無常即苦，苦即非我」，指出人的肉身是無常的，隨着各緣起條件而遷變不居，而人卻自以為有能作主宰、恆常不變、獨立自主的「我」，因為「無明」而陷於「我執」，執着事物為定常。最後便衍生生老病死、怨憎會、愛別離、求不得、五陰盛等種種憂愁惱苦。而要從苦中解脫就要靠「如實觀」（霍韜晦，頁7），「滅」苦，以及透過「道」到達涅槃。這容後再談。

而於基督教，要談「苦難」必先清楚「罪」。不同於佛教，基督教以「罪」和「救贖」的概念為教義基礎。苦難是罪的後果，救贖的前設。自從人類祖先亞當、夏娃偷食分辨善惡樹的果子⁴，人類便被逐出伊甸園，開始墮落、受苦。⁵自從這「原罪」的產生，苦難便世世代代與人類相連。死亡，作為最大苦難，亦從那時候降臨於人類。後來耶穌於十字架上受難與復活再賦予苦難相當的意義——上帝拯救世人

1 無明，即「沒有光明」、「昏昧癡迷」之意。

2 原文：「摩訶拘絺羅問舍利弗言：『所謂無明，云何是無明？誰有此無明？』舍利弗答言：『無明者謂不知，不知者是無明。』」（《雜阿含經·第二五六經》）

3 原文：「如是我聞：一時，佛住舍衛國祇樹給孤獨園。爾時，世尊告諸比丘：『色無常，無常即苦，苦即非我，非我者亦非我所。如是觀者，名真實正觀。如是受、想、行、識無常，無常即苦，苦即非我；非我者亦非我所。如是觀者，名真實正觀。……聖弟子，如是觀者，厭於色，厭於受、想、行、識。厭者不樂，不樂則解脫。解脫知見：我生已盡，梵行已立，所作已作，自知不受後有。』時，諸比丘聞佛所說，歡喜奉行！」（《雜阿含經·第十至十一經》）

4 原文：「女人望着那棵樹上的果子，那麼鮮美悅目，還能賜人智慧！就忍不住摘下一個，吃了，又給身旁的丈夫一個。」（《創世紀》3:6）

5 原文：「於是，耶和華講人逐出了伊甸園，令他耕耘土地，去造他的泥塵裏謀生。」（《創世紀》3:23）

的手段。簡單來說，人受苦難乃是參與上帝的救世工作，與耶穌一同認識、戰勝苦難，通過信仰得到永生，再次進入伊甸園。由此可見，苦難在基督徒生命中是必不可少的重要一環。然而，儘管苦難亦被賦予意義，具體上如何面對苦難卻是另一難題。

這裏可以得出一個前結論：無論是佛教因無明而起的苦難，還是基督教因罪而起的苦難，都說明了同一觀點——生命與苦難的必然關聯。然而接下來，「如何面對苦難？」就是必然需要處理的問題了。

三、如何面對苦難？

在充滿苦難的人生中，宗教起着一個很重要、積極的作用——精神支柱。雖說佛教、基督教兩教都承認「人皆受苦」，但兩教對於面對苦難卻又不同的看法。

佛教主張「自我解脫」，鼓勵「覺悟」。在佛教教義中，並不像基督教般存在所謂的救世主。而佛家所尊奉的「佛」，只是「已覺悟者」，或者說「導師」，甚至連佛陀釋迦牟尼佛也是一樣，是導師，是覺悟者。所謂「見性成佛」，就揭示了人人都可以成佛。可見佛家不期望甚麼救世主降世拯救受苦難的人類，而是主張人類自己救自己，自我解脫。

佛教認為人的苦難都是因為「無明」，那麼要解決這些困擾苦難，從無明着手也再合適不過。這與心經所說「無無明，亦無無明盡」（一行禪師，頁243）是一樣道理。要從無明中覺悟，必須去除「我執」，認識「緣起緣滅」，「無我無常」的道理。

第一步，認識「緣起性空」，了解所有事物都是互即互入，知「我」之渺小。一行禪師說：「一粒塵埃可以是天國、淨土。當你明白你自己、一粒塵埃和所有事情是互即互入的時候，你將會領悟到事情確實如此。」（頁253）由此便可以知道構成人的「五蘊」也同樣是

互即互入，不可能獨立存在。然後通過「滲透」⁶的方式，深入觀照色、受、想、行、識，認識事物「空」的本性。簡單來說就是，認識因緣和合而生的所有事物皆無實體，以至於「我」也是不存在，只是因緣和合的表象、假稱。

然後，通過了解「無常、無我」，去除「我執」，到達無畏的狀態。當明白了「緣起性空」，知道一切事物都是因緣和合而生，循環變化不停，生滅不斷⁷，沒有一個恆常不變的個體。換句話說就是「無常」。同樣地，「無我」就是說指「我」是五蘊的緣合而已。既然已了解「無常、無我」，已明白自己亦是空，那麼人還欠缺甚麼呢？還有甚麼值得人執着呢？以互即互入的眼睛，看到事物的空的本性，去除「我執」，便超越一切痛苦與恐懼，達到無畏的狀態——涅槃，於無明中覺悟，從苦難中得到解脫。

概括來說，佛家主張人類積極從「我」的內部開始認識生命的真諦，去除「我執」，於無明中覺悟，進入涅槃，從苦難中自我解脫，見性成佛。

與佛教大不同，基督教不認為苦難是可以消滅，或者擺脫的。於是，基督教面對苦難的方法亦理所當然有不同。佛教主張以「自力」克服苦難，當然，基督教面對困難也有「自力」的部分，但更多是「他力」——神的恩典。

基督教認為人的苦難是源於罪，那麼要處理苦難也就必須從人的罪開始。苦難隨原罪而來，而基督教對苦難做出這樣回應——承擔（毛麗婭，頁18）。這承擔不止說人要承受，負擔苦難，更甚是說，耶穌已經通過十字架，承擔了人的苦難。上文提及人受苦難意義是參與在上帝的救世工作，換過來看，耶穌也同樣參與了人的苦難。

6 「滲透意味着進入某件事物，而不僅僅是站在它的外面……。爲了真正理解它，我們必須深入到它的內部」（頁247）。

7 原文：「舍利子，是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減。」（頁243）

耶穌在十字架上受苦實質上與人類受苦難是相同處境，這就揭示了上帝不但沒有遺棄人類，願意和人類同修舊好。祂更與人類同在，把人類的苦難化作自身的苦難，與人共苦（毛麗婭，頁18）。這麼道來，不難發現，基督教把苦難視作人與神聯繫的方式。聖經亦這樣記道：「如果有人要跟從我，就應當捨己，背起他的十字架來跟從我。」（〈馬可福音〉8:31-36）通過信心和勇氣，像耶穌基督面對苦難與死亡的信心和勇氣，人便可以在苦難裏寬容和勇敢的接受面對。由此，人類的心靈亦轉向上帝，進入新的生命——靈命。

另外，耶穌復活亦有其含義——對受苦難的信徒死後生命的保證和應許。正因為耶穌在自己預言下的第三天復活，意味着向信徒作保證死後會像祂一樣，擁有新生命，或者說是「永生」⁸。這便給予信徒更大信心和勇氣面對現世的苦難及死亡。

四、結語：信仰的意義

由此可見，佛教面對苦難是靠自我探索和認識，從內部改變自我價值觀；而基督教則是靠神的恩典，借其信心和勇氣。雖然兩者大不同，但在某程度上是一致的：通過提升到更高的精神層次以面對苦難。所謂更高的精神層次，在佛教裏是無所執着的無畏狀態（涅槃）；在基督教裏是面向上帝的屬靈狀態（靈命）。總言之，兩教教義對於人面對苦難，無疑地都起了相當積極的作用。

除了幫助個體生命，宗教對於他人的困難亦有一定積極意義。透過傳教、分享信仰幫助他人面對苦難，在這一點上，佛教與基督教是無異的。然而傳教的方式卻有所不同，基督教會主動傳教，而佛教則屬被動傳教，認為有緣人自會聽聞佛法。同時，個人觀照他人苦難，亦有助個體思考信仰，幫助成長。

8 原文：「我的羊聽我的聲音，我也認識他們，他們也跟着我。我又賜給他們永生；他們永不滅亡，誰也不能從我手裏把他們奪去。」（〈約翰福音〉10:27-28）

「活在苦難中」可說是幾千年來不變的事實。無論是佛教也好，基督教也好，其目的都是為了堅強人類的心靈，好讓面對苦難時，不至於精神萎靡，一蹶不振。苦難可以讓人沉淪，同樣也可以讓靈魂昇華。而往往，除了哲學，就只有宗教信仰可以起這麼一個昇華作用了。我想，或許這就是宗教、信仰的最根本意義：幫助人好好的活在苦難中。

徵引書目

- 一行禪師，《般若之心》，明潔、明堯譯，載《與人文對話：通識教育基礎課程讀本》，何偉明、趙茱莉、梁美儀、楊陽編，第三版，香港：香港中文大學大學通識教育部，2013。頁243-268。
- 毛利婭：〈試探《新約聖經》對苦難的言說及基督徒的社會責任〉，《四川師範大學學報（社會科學版）》第37卷第4期（2010年7月）：頁16-23。
- 叔本華，《作為意志和表象的世界》，石沖白譯，北京：商務印書館，1994。
- 馬克思，《黑格爾法哲學批判》，中共中央馬克思恩格斯列寧斯大林著作編譯局譯，北京：人民出版社，1962。
- 《聖經（和合本）》，第三版。香港：國際基甸會，2001。
- 霍韜晦，《如實觀的哲學》，香港：法住出版社，1992。
- 《雜阿含經》，中國佛教文化研究所編，北京：宗教文化出版社，1999。

參考書目

- 成窮：〈人生苦難與宗教——以基督教和佛教為例所作的一個初步考察〉，《宗教學研究》第二期（2000年）：頁90-95。

張海濱：〈基督教「原罪」之佛教闡釋〉，《宗教學研究》第四期（2005年）：頁78–80。

張愛林、王文新：〈基督教的罪與佛教的苦學術研討會綜述〉，《世界宗教研究》第二期（2009年）：頁149–150。

陳肖悅：〈佛教苦樂觀背景下痛苦與其解除的心理學解讀〉，《南昌教育學院學報》第26卷第9期（2011年）：頁123–125。

* * * * *

老師短評

符同學的論文乃討論宗教議題的作品中表現最出色者。文章探討基督宗教與佛教的苦難觀，論旨明確、結構嚴謹、議論明晰。作者除了能深入地敘述兩教就苦難提出的相關觀點外，也能以此為切入點，進一步分析與比較兩教之救贖理論。文章有清晰的問題意識，議論過程表現出作者對兩教義理的深入理解。（梁卓恆）

